

# МЯСО

**КОПЧЕНИЕ, ВЯЛЕНИЕ,  
СОЛЕНИЕ, ЗАПЕКАНИЕ**

*Новые идеи*

**УДК 641.81**  
**ББК 36.997**  
**С50**

Серия «Кулинария. Новые идеи»  
основана в 2010 году  
Идея серии *Юлии Орловой*

**Смаковец Елена**

**С50** Мясо: копчение, вяление, соление, запекание. —  
Х.: Издательство «Аргумент Принт», 2010. — 128 с. —  
(Кулинария. Новые идеи).

**ISBN 978-617-594-234-5**

Книга рассказывает о всевозможных способах приготовления мяса и предлагает рецепты мясных блюд на любой вкус.

Для всех, кто любит готовить.

**УДК 641.81**  
**ББК 36.997**

**ISBN 978-617-594-079-2**

© Смаковец Елена, сост., 2010  
© Издательство «Аргумент Принт», 2010

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	5	Мясо в маринаде.....	43
<b>КОПЧЕНИЕ</b>		Солонина.....	44
<b>Холодное копчение</b>		Свинина соленая стерилизованная.....	45
Ветчина «Охотничья».....	8	Свинина солено-вареная стерилизованная.....	46
Ветчина «Аппетитная».....	9	Курятина соленая стерилизованная.....	47
Ветчина «Ароматная».....	10		
Ветчина в красном вине.....	11	<b>ТУШЕНИЕ</b>	
Свиное филе с тмином.....	12	Телятина с апельсинами.....	49
Ветчина «Классическая».....	13	Фрикандо с вишнями.....	50
Ветчина сухого посола.....	14	Фрикандо испанское.....	51
Окорок «Пикантный».....	15	Говядина с курагой.....	52
Копченый шпик.....	16	Говядина с цикорием и зеленым горошком.....	53
Говядина «Сочная».....	17	Свинина в омлете.....	54
Бараний окорок.....	18	Свинина под овощами.....	55
Гусиные грудки.....	19	Свинина в маринаде.....	56
<b>Горячее копчение</b>		Свинина медовая.....	56
Корейка запеченная.....	20	Свинина нежная.....	57
Грудинка копчено-вареная.....	21	Баранина с помидорами.....	58
Ребра свиные копченые.....	22	Баранина с фасолью и луком.....	59
Окорок консервированный копченый.....	23	Баранина с луком и зеленью.....	59
Крылышки куриные копченые.....	24	Баранина в желтках.....	60
Гусь копченый.....	25	Мясное ассорти.....	61
<b>ВЯЛЕНИЕ И СУШЕНИЕ</b>		Курица в апельсинах.....	62
Вяленая говядина.....	27	Курица в чесночном соусе.....	63
Бастурма.....	28	Казан-кебаб из гуся.....	64
Бастурма пряная.....	29	Курица «Южная».....	65
Билтонг.....	30	«Пивной» кролик.....	66
Вяленый гусь.....	31	Говядина «Ереванская».....	67
Утиная грудка.....	32	Мясо в маринаде.....	68
Колбаса «Казы».....	33		
Вяленая баранина.....	34	<b>В горшочках и на пару</b>	
Вяленый кролик.....	35	Говядина с грибами.....	69
Вяленая свинина.....	36	Жаркое по-домашнему.....	70
Вяленая свинина быстрого приготовления.....	37	Свинина в чесночном маринаде.....	71
Сушеная кусковая говядина.....	38	Жаркое «Особое».....	72
Сушеный фарш.....	38	«Шашлык» на пару.....	73
		Говядина паровая.....	74
<b>СОЛЕНИЕ</b>		Жаркое «Русское».....	75
Мясо сухого посола.....	39		
Мясо мокрого посола.....	40		
Мясо смешанного посола.....	41		
Саздырма.....	42		

Свинина под майонезным соусом.....	76	Курица на соли.....	102
Жаркое по-купечески .....	77	«Пьяная» курица .....	103
Печеня закарпатская.....	78	<b>Жарим в масле</b>	
Жаркое по-молдавски.....	79	Барашек с грибами .....	104
Гуляш .....	80	Отбивные «Классические»...	105
Говядина с черносливом.....	81	Котлеты по-киевски .....	106
Говядина по-сельски .....	82	Мясо «Таласское» .....	107
Говядина с грибами .....	83	Курица в кляре.....	107
Телятина в омлете.....	84	Свинина с кунжутом .....	108
Цыпленок в яблоках .....	85	Куриное филе, фаршированное ветчиной, сыром и ананасами .....	109
Курица с рисом и маслинами .....	86	Говядина, запеченная с луком.....	110
Цыпленок под грибным соусом.....	87	Котлеты ассорти.....	111
Утка с овощами .....	88	<b>Запекаем на углях</b>	
Гусь с картофелем.....	89	Шашлык «Ароматный» .....	112
Кролик с грибами и черносливом.....	90	Грузинский шашлык.....	113
Баранина с имбирем, мятой и розмарином.....	91	Шашлык «Пикантный».....	114
Гуляш из свинины .....	92	Шашлык в лимонном соке .....	115
<b>ЗАПЕКАНИЕ И ЖАРЕНЬЕ</b>		Шашлык в майонезе .....	116
<b>Запекаем в духовке</b>		Шашлык с помидорами .....	117
Говядина по-гречески .....	94	Шашлык «Гинтарас» .....	118
Телятина по-французски с картофелем.....	95	Шашлык «Классический» .....	119
Буженина в фольге.....	96	Шашлык «Любительский» ...	120
Свинина в рукаве .....	97	Шашлык по-карски .....	121
Свинина, запеченная с травами.....	98	Шашлык «Узбекский».....	122
Баранья нога запеченная .....	99	Шашлык из курицы с острым соусом .....	123
Грибы в мясных конвертах...100		Шашлык из куриного филе.....	124
Индейка с клюквенным соусом.....	101	Фаршированный цыпленок, жаренный на вертеле .....	125
		Барбекю «Люкс».....	126

# ВВЕДЕНИЕ

Если вы не вегетарианец, значит, мясо и рыбу все-таки любите. И, значит, не прочь узнать новые рецепты приготовления этих продуктов. Что мы вам и предлагаем: копчение, вяление, тушение, соление и жаренье — все разнообразие приемов, используемых для приготовления «белковой пищи» перед вами!

В нашей книге вы найдете не только классические рецепты, но и совершенно вам незнакомые. Мы расскажем о преимуществах и недостатках разных способов приготовления, об особенностях подготовки и обработки сырых ингредиентов. С нашей книжкой приготовить кулинарный шедевр вам будет просто!

Для удобства рецепты объединены по тематическим разделам, облегчающим поиск, а веселые повара с удовольствием поделятся с вами маленькими кулинарными хитростями и полезными советами.

Чтобы подбирать рецепты было еще проще и удобнее, каждый из них обозначен условным значком:



вкусно (рецепты блюд, которые станут настоящим украшением стола);



быстро (рецепты блюд, приготовление которых не требует больших усилий);



дешево (рецепты, которые не опустошат ваш кошелек).

Готовьте с нами!

Готовьте с удовольствием!

# КОПЧЕНИЕ

Копчение — очень интересный и популярный вид тепловой обработки мяса и рыбы, благодаря которому они приобретают особый вкус и аромат. Кроме того, копчение оказывает консервирующее действие за счет пропитывания продукта бактериостатическими веществами коптильного дыма.

**Недостатком** этого способа приготовления является канцерогенность дыма, которая частично передается и подвергаемым обработке продуктам.

В домашних условиях **коптильня** представляет собой бочку без дна, внутрь которой помещается мясо или рыба. В зависимости от того, где находится источник дыма (костер) — непосредственно под бочкой или в стороне от нее, различают горячее и холодное копчение, поскольку в первом случае продукты подвергаются воздействию горячего дыма, а во втором — холодного.

**Горячее копчение** — наиболее часто используемый в домашних условиях способ. Температура дыма должна быть в пределах 35—120 °С, продолжительность процесса 12—48 часов. Копчености, приготовленные этим способом, имеют замечательные вкусовые качества, сочную мякоть, ароматный запах, но не выдерживают длительного хранения. Увеличить срок хранения можно, если хорошо подсушить продукт.

**Холодное копчение** требует более длительной тепловой обработки при температуре дыма от 15 до 25 °С. Кроме того, перед холодным копчением чаще всего продукт подвергают солению (или другой обработке).

Непрерывное копчение занимает 2—3 суток, а если куски крупные — до 6 суток. При копчении с перерывами продолжительность процесса составляет примерно 2—3 часа, а суммарная продолжительность будет такой же, как и при непрерывном. При этом жир почти не вытапливается, а поверхность мяса или рыбы жирнеет слегка.

Продукты, приготовленные способом холодного копчения, хранятся достаточно долго.

## ХОЛОДНОЕ КОПЧЕНИЕ

### ВЕТЧИНА «ОХОТНИЧЬЯ»



#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*задний окорок или лопатка кабана — 2 кг*

#### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1 л;*

*сахар — 1 ч. ложка;*

*ягоды можжевельника — 2 ч. ложки;*

*смесь соли с нитритами — 125 г;*

*чеснок — 1 зубок;*

*кориандр — 1 ч. ложка*

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Окорок (тазобедренная часть туши) или лопатку уложить в эмалированную посуду.

*Приготовить рассол:* растворить в воде сахар и смесь соли с нитритами. Добавить кориандр, ягоды можжевельника и нарубленный чеснок.

Мясо залить рассолом и накрыть крышкой.

Через 2 недели мясо вынуть из рассола, промыть теплой водой, просушить в течение двух дней, подвесив в хорошо проветриваемом помещении.

Коптить ветчину в 10 приемов (десять дней) дымом с низкой температурой.



## ВЕТЧИНА «АППЕТИТНАЯ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свиной окорок или задняя лопатка — 2 кг*

### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1 л;*

*смесь соли с нитритами — 120 г;*

*сахар — 1 ч. ложка;*

*зерна кориандра — 2 ч. ложки*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Окорок или лопатку разрезать на несколько кусков, охладить и сложить в кастрюлю.

*Приготовить рассол:* растворить в воде сахар, смесь соли с нитритами и всыпать кориандр.

Залить рассолом мясо, накрыть крышкой и выдерживать в прохладном месте 2 недели.

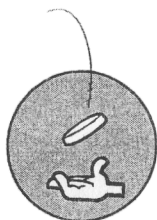
Извлечь ветчину из рассола и обмыть теплой водой. Просушить ее в течение 1 дня, а затем коптить холодным дымом.

В процессе копчения на древесные опилки насыпать 1 чайную ложку зерен кориандра.

Мясо для приготовления ветчины должно быть самым свежим! Свинина должна быть одно- или двухдневной, а говядина или дичь — не более 4-дневной давности.



## ВЕТЧИНА «АРОМАТНАЯ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свиной окорок или задняя лопатка — 2 кг;

сахар — 2 ч. ложки;

смесь соли с нитритами — 120 г;

тмин — 2 ч. ложки;

кориандр — 1 ч. ложка

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Свиной окорок или лопатку охладить (6 часов).

Тмин и кориандр тщательно растереть, смешать с солью и нитритами, щедро (особенно со стороны шкурки) натереть этой смесью мясо и уложить его в стеклянную, деревянную или эмалированную емкость для посола шкуркой вниз.

Каждые четыре дня куски мяса нужно перекаладывать (нижние куски вверх, верхние — вниз), тщательно укладывая в ту же емкость шкуркой вниз.

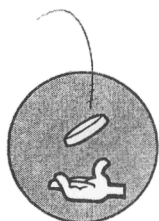
Через 20 дней слить рассол, оставить ветчину в сухом виде на 3—4 дня.

Залить ветчину холодной водой и отмачивать в течение 12—14 часов, после чего обмыть чуть теплой водой и просушить.

Через сутки можно приступать к холодному копчению: один раз в день коптить дымом с низкой температурой до получения золотистого цвета.

В процессе копчения на древесные опилки можно дополнительно насыпать 1 ч. ложку смеси тмина и кориандра.

## ВЕТЧИНА В КРАСНОМ ВИНЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свиной окорок или задняя лопатка — 2 кг*

### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1,5 л;*

*красное вино — 200 мл;*

*смесь соли с нитритами — 250 г;*

*сахар — 1 ст. ложка;*

*ягоды можжевельника — 1 ст. ложка;*

*лавровый лист — 2 шт.;*

*чеснок — 3 зубка*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Окорок или лопатку разрезать на несколько кусков, охладить и сложить в кастрюлю.

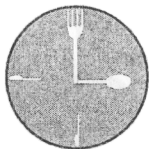
*Приготовить рассол:* в воде растворить смесь соли с нитритами и сахар, добавить ягоды можжевельника, лавровый лист, чеснок и вино.

Залить рассолом мясо, накрыть крышкой и выдерживать на холоде 2 недели.

Рассол слить, ветчину промыть в теплой воде, просушить в течение суток, после чего коптить холодным дымом.

В процессе копчения на древесные опилки положить еловые ветки, что придаст ветчине особый вкус, цвет и аромат.

## СВИНОЕ ФИЛЕ С ТМИНОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свинина (филе) — 2 кг

### ДЛЯ РАССОЛА:

вода — 1 л;

сахар — ½ ч. ложки;

смесь соли с нитритами — 100 г;

чеснок — 1 зубок;

тмин — ½ ч. ложки

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Приготовить рассол, смешав все указанные ингредиенты.

Свиное филе положить в эмалированную кастрюлю, залить рассолом, накрыть крышкой и поставить в прохладное место.

Через 4 дня филе вынуть из рассола, обмыть теплой водой и просушить в течение суток в хорошо проветриваемом помещении.

Коптить филе дымом с низкой температурой в один или несколько приемов до готовности.

Ветчину можно приготовить и без копчения, так называемую «вареную». Для этого окорок после посола отваривают, закладывая его в кипяток, и варят при температуре 80—85 °С (продолжительность варки: 40 минут на каждый кг веса).



## ВЕТЧИНА «КЛАССИЧЕСКАЯ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свиной окорок — 2 кг*

### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1 л;*

*сахар — 1 ч. ложка;*

*смесь соли с нитритами — 50 г*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Свиной окорок вымочить в холодной воде 48 часов. *Приготовить рассол.* Переложить окорок в большую эмалированную кастрюлю и залить рассолом. Через 3 недели вынуть и повесить для обсухания. Коптить многократно холодным дымом до полной готовности, после чего повесить для проветривания.

Нитрит натрия ( $\text{NaNO}_2$ ) используется как улучшитель окраски и консервант в пищевой промышленности в изделиях из мяса и рыбы. Пищевая добавка E250. Очищенный нитрит натрия представляет собой белый или слегка желтоватый кристаллический порошок. Хорошо растворим в воде и гигроскопичен. На воздухе медленно доокисляется до нитрата натрия  $\text{NaNO}_3$ . Вместо нитритов можно использовать селитру.



## ВЕТЧИНА СУХОГО ПОСОЛА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свиной окорок — 2 кг;*

*сахар — 1 ст. ложка;*

*смесь соли с нитритами — 100 г;*

*чеснок — 3 зубка;*

*семена укропа — 2 ч. ложки*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Куски ветчины натереть со всех сторон солью с нитритами, сахаром, чесноком и укропом.

Уложить ветчину в емкость для посола.

Емкость закрыть и поставить в прохладное место.

Куски ветчины перекладывать (нижние куски вверх, верхние — вниз), тщательно укладывая в ту же емкость шкуркой вниз, каждые 4 дня.

Через 3 недели слить рассол, оставить мясо в сухом виде на 4 дня.

Залить ветчину холодной водой и отмачивать в течение 14 часов, вынуть куски и обмыть теплой водой.

Просушить в хорошо проветриваемом помещении.

Коптить через каждые 2 дня дымом с низкой температурой (7 раз).

В качестве коптильного материала используются бумажные опилки, на которые при каждом копчении кладут немного сушеных листьев винограда.

## ОКОРОК «ПИКАНТНЫЙ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*мясо — 2 кг;*

*смесь соли с нитритами — 100 г;*

*чеснок — 5 зубков;*

*сахар — 1 ст. ложка*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Охлажденные куски ветчины натереть со всех сторон смесью мелко нарубленного чеснока и соли с нитритами.

Уложить в кастрюлю для посола шкуркой вниз, накрыть крышкой и поставить в прохладное место.

Каждые 4 дня куски следует перекладывать.

Спустя 3 недели рассол слить и оставить ветчину в той же емкости еще на 4 дня.

Замочить в холодной воде на 20 часов, после чего куски вынуть из воды, обмыть теплой водой и подвесить для просушки.

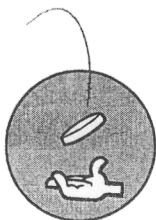
Спустя сутки ветчину можно коптить до получения золотистого цвета.

Во время каждого сеанса копчения на древесные опилки следует класть сосновые ветки.

Строго соблюдайте рецептуру! Нитриты — небезопасные вещества.



## КОПЧЕНЫЙ ШПИК



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свиной жир (толщиной не менее 1,5 см) — 2 кг*

### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1 л;*

*соль — 150 г;*

*сахар — 1 ч. ложка;*

*нитрит натрия — 0,3 г*

### ДЛЯ РАСТВОРА:

*вода — 1 л;*

*желатин — 50 г;*

*красный перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Жир зачистить и выдержать в 30 %-ном растворе соли 1 день.

Вынуть из раствора, уложить куски шкуркой вниз друг на друга в эмалированную емкость.

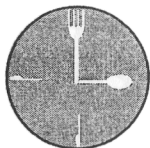
*Приготовить рассол*, растворив в воде указанные ингредиенты, залить рассолом жир и выдержать в течение 10 суток на холоде (0—4 °С).

Куски шпика вынуть из рассола, ошпарить кипятком и погрузить в раствор желатина и перца. Температура раствора — 65 °С.

Вынув из раствора шпик, дать стечь лишней влаге и коптить при температуре 20—25 °С в течение суток.



## ГОВЯДИНА «СОЧНАЯ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 2 кг;

смесь соли с нитритами — 100 г

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и разрезать на небольшие куски.

Опустить каждый кусок в кипяток, довести до кипения и сразу же вынуть из воды.

Мясо просушить, натереть смесью из соли с нитритами.

Уложить куски в емкость для засола и выдержать в теплом помещении в течение 12 часов, после чего коптить холодным дымом (не менее 5 сеансов) до готовности.

Обычно копчение ветчины проводят следующим образом: по одному сеансу ежедневно или через день (всего 10—15 раз) до тех пор, пока она не приобретет нужный оттенок.



## БАРАНИЙ ОКОРОК



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*баранина (задняя часть) — 2 кг;*

*смесь соли с нитритами — 200 г;*

*сахар — 1 ч. ложка;*

*лавровый лист — 2 шт.;*

*перец красный молотый — 10 г;*

*перец черный горошком — 10 шт.*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Баранину разрезать на несколько кусков, промыть, просушить.

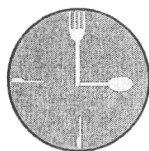
Смешать соль, сахар, красный молотый перец и селитру, прогреть эту смесь на сухой сковороде до теплого состояния и натереть ею мясо.

Уложить куски мяса в емкость для засолки, перекладывая лавровым листом и горошинами черного перца, под пресс и выдержать на холоде 5 дней, ежедневно перекладывая куски и натирая их образовавшимся соком.

Рассол слить, мясо промыть теплой водой и подвесить для просушивания в проветриваемом помещении на 1 день.

Отварить мясо в течение 30 минут на сильном огне, обсушить и коптить холодным способом разовыми ежедневными сеансами в течение 2—3 недель.

## ГУСИНЫЕ ГРУДКИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*гусиные грудки — 1 кг*

### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1 л;*

*сахар — ½ ч. ложки;*

*смесь соли с нитритами — 110 г;*

*ягоды можжевельника — 3 ч. ложки*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

*Приготовить рассол:* в воде растворить сахар, смесь соли с нитратами и добавить можжевельник.

Грудки залить рассолом и оставить на 4 дня.

После этого грудки извлечь из рассола, обмыть теплой водой и повесить для просушки.

Грудки сложить так, чтобы обе половинки совпали.

После этого плотно обвязать шпагатом.

Коптить дымом с низкой температурой 8 раз.

Хотя холодное копчение по сравнению с горячим процесс, несомненно, длительный и трудоемкий, продукты, приготовленные этим способом, могут храниться гораздо дольше.



## ГОРЯЧЕЕ КОПЧЕНИЕ

### КОРЕЙКА ЗАПЕЧЕННАЯ



#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свинина (поясничная часть) — 1,5 кг*

#### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1 л;*

*смесь соли с нитритами — 100 г;*

*сахар — 3 ч. ложки*

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Поясничную часть свинины со слоем шпика не более 3,5 см разрезать на куски весом 1,5 кг, удалить позвонки, заровнять края ребер и охладить в течение 6 часов.

Охлажденное мясо сложить в эмалированную посуду.

*Приготовить рассол из указанных ингредиентов.*

Залить рассолом мясо, накрыть крышкой и поставить в холодное место на 3 недели.

Рассол слить и обсушить корейку в течение суток, после чего коптить горячим дымом в течение 3 часов.

Копченую корейку уложить на противень, смазанный жиром, и запечь в духовке в течение 1 часа при температуре 180°C.

Хранить корейку следует при температуре 4°C не более 5 суток.

## ГРУДИНКА КОПЧЕНО-ВАРЕНАЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*мясо — 2 кг*

### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1 л;*

*смесь соли с нитритами — 110 г;*

*сахар — 3 ч. ложки*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Взять грудинно-реберную часть свиной туши с прослойками мяса. Толщина сала не должна превышать 2,5 см.

*Приготовить рассол:* в воде растворить сахар и смесь соли с нитритами.

Охлажденное мясо поместить в эмалированную посуду, залить рассолом и поставить в холодное место для просаливания.

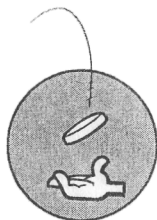
Через 20 дней мясо вынуть из рассола и выдержать его в течение суток подвешенным.

Грудинку прокоптить горячим дымом не более 3 часов при температуре 35°C.

Варить мясо в течение 1 часа.

Готовую грудинку хранить при температуре 4°C не более 5 суток.

## РЕБРА СВИНЫЕ КОПЧЕНЫЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*рёберная часть свиной туши без шкуры —  
1 кг*

### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1 л;*

*смесь соли с нитритами — 120 г;*

*сахар — 1 ч. ложка*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Подготовить мясо и разрезать его на небольшие куски.

*Приготовить рассол:* в воде растворить сахар и смесь соли с нитритами.

Залить ребра этим рассолом и выдержать 3 суток на холоде (0°C).

Просоленные ребра промыть теплой водой и подвесить для обсушки на 4 часа.

Коптить в течение 4 часов при температуре 35°C.

После копчения ребра опустить в кипящую воду и варить при температуре 85°C до готовности. Охладить.

## ОКОРОК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ КОПЧЕНЫЙ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свиной окорок или передняя лопатка — 2 кг*

### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1 л;*

*смесь соли с нитритами — 120 г;*

*сахар — 1 ч. ложка*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо разрезать на небольшие куски.

*Приготовить рассол из указанных ингредиентов и залить им мясо. Выдержать в течение 3 суток на холоде (0°C).*

Слить рассол, промыть мясо чуть теплой водой и подвесить для стекания на 12 часов.

Коптить в один прием (около 20 минут) высокотемпературным дымом до тех пор, пока шкура не приобретет желтоватый оттенок.

Окорок разрезать, уложить в пол-литровые банки, залить водой, герметично укупорить и варить в течение 2 часов.

## КРЫЛЫШКИ КУРИНЫЕ КОПЧЕНЫЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

куриные крылышки — 5 кг;

вода — 5 л;

гвоздика — 3 бутона;

перец душистый горошком — 5 шт.;

лавровый лист — 1 шт.;

сахар — 30 г;

соль — 300 г

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Половину соли и сахар смешать и натереть этой смесью тщательно вымытые и обсушенные куриные крылышки.

*Приготовить рассол:* воду довести до кипения, добавить оставшуюся соль и специи, прокипятить в течение 10 минут, профильтровать и остудить.

Залить рассолом куриные крылышки и поместить их под пресс на 5 часов при комнатной температуре.

Рассол слить, крылышки обсушить, обернуть белой бумагой и коптить горячим способом до красновато-коричневого цвета.

Проветривать в сухом теплом помещении 5—6 дней.



## ГУСЬ КОПЧЕНЫЙ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

гусь (некрупный) — 1 тушка;

вода — 4 л;

перец красный молотый — 5 г;

соль — 250 г

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Гуся промыть, обсушить, надрезать по спинке и натереть надрезы солью.

Уложить гуся (целиком) в емкость для посола и оставить на 5—6 часов.

*Приготовить рассол:* воду довести до кипения, добавить соль и красный молотый перец, прокипятить в течение 15 минут и охладить до комнатной температуры.

Залить рассолом гуся на 4—5 часов.

Рассол слить, гуся обсушить, вставить внутрь палочки-распорки, обернуть белой бумагой или холстиной.

Коптить горячим способом в течение 3—4 часов, пока тушка не станет красновато-коричневой.

Повесить для проветривания в сухом прохладном помещении на 1 неделю.

# ВЯЛЕНИЕ И СУШЕНИЕ

Вялением первоначально называли вид холодной сушки пищевых продуктов при температуре до 20—40 °С под действием прямых или не прямых лучей солнечного света. Такой способ вяления — один из самых древних способов консервации продуктов. Однако сейчас «вялеными» стали называть также продукты, приготовленные холодной сушкой в темноте или в искусственных сушилках.

Обычно считают, что вяленый продукт имеет более высокую влажность, чем высушенный методом холодной сушки. Это неверно. Более того, вяленый продукт менее гигроскопичен, чем сушеный, а значит, меньше подвержен усушке и набору влаги при хранении.

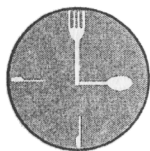
Вяление обычно проводят на открытом воздухе, на сильном ветру или на сквозняке, подвешивая подвергаемый этой процедуре продукт как можно выше. Для защиты от насекомых мясо можно окуривать дымом копящего костра (в этом случае продукт получится копчено-вяленый) или использовать короба или марлевые (в несколько слоев) мешки. В сухую ветреную погоду мясо хорошо провяливается за 2—3 дня, однако чаще всего процесс занимает больше времени — от 15 до 30 дней.

Вялить можно любое мясо, главное — чтобы оно было самого высокого качества.

Если же условий для вяления на солнце нет, можно сушить мясо на гриле или в духовке.

Хранить вяленые продукты необходимо в темном, сухом, проветриваемом помещении при температуре не выше 10 °С.

## ВЯЛЕНАЯ ГОВЯДИНА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*говяжья вырезка — 1 кг;*

*соль — 50 г;*

*лимон — ½ шт.;*

*перец черный молотый, лавровый лист — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Вырезку нарезать длинными лентами шириной 5 см, толщиной 2 см.

Растереть черный молотый перец, лавровый лист и чеснок с солью и натереть этой смесью каждый кусок мяса, после чего плотно уложить их в стеклянную или эмалированную посуду, пересыпая солью. Смочить свежевыжатым соком лимона и поставить под гнет на 12 часов.

Слить рассол, развесить куски мяса на крючках, обмотать марлей.

Вялить на сквозняке до готовности.

Вяление, как и холодная сушка, происходит при постоянном подводе небольшого количества тепла, расходуемого на испарение влаги с поверхности продукта. Увеличение количества теплоты, подаваемого к высушиваемому продукту, приводит к денатурации белков и как следствие — необратимым негативным изменениям продукта.



## БАСТУРМА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*филе говядины — 2,5 кг;*

*соль — 250 г;*

*селитра — 4 г;*

*тмин — 100 г;*

*чеснок — 200 г;*

*перец красный молотый — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мякоть разрезать на куски 25×10×5 см, сложить в стеклянную или эмалированную емкость для засола, пересыпая смесью соли и селитры, накрыть марлей и оставить на 2 дня. Каждые 12 часов перекладывать мясо так, чтобы верхний слой оказался внизу. Обмыть мясо холодной водой, обсушить, завернуть в ткань и положить под гнет на 5 часов, после чего сменить ткань и снова положить под гнет на 12 часов. Куски мяса крепко обвязать шпагатом и повесить в тени на 14 часов для обсушки.

Семена тмина и чеснок растолочь, добавить молотый красный перец, перемешать и разбавить водой до консистенции жидкой сметаны.

Куски обсушенного мяса обмазать подготовленной смесью, плотно уложить в емкость и выдержать 4 дня. Эту операцию повторить 3 раза. После чего мясо вынуть и развесить в тени для просушки в течение 10 дней.

## БАСТУРМА ПРЯНАЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*филе говядины — 1 кг;*

*соль — 1 кг;*

*тмин, молотый кориандр, красный  
и черный перец, хмели-сунели — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе нарезать продолговатыми кусками толщиной 3 см, натереть солью и плотно уложить в емкость для засола на сплошной слой соли. Придавить гнетом.

Через 3 недели мясо извлечь из образовавшегося рассола и вымочить в проточной воде в течение 2 суток (достаточно менять воду каждые 2—6 часов).

Смешать тмин, молотый кориандр, красный и черный перец, хмели-сунели.

Мясо натереть смесью специй.

В оставшуюся смесь специй добавить немного воды и обвалить в ней мясо так, чтобы получился плотный слой.

Бастурму обвязать крест-накрест шпагатом и вывесить для сушки в хорошо проветриваемом месте на 20 дней.

В сухом холодном месте бастурма хранится до полугода.



## БИЛТОНГ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*говяжья вырезка — 1 кг;*

*соль — 40 г;*

*кориандр молотый — 1 ст. ложка;*

*сахар — 1 ч. ложка;*

*черный перец — 1 ч. ложка;*

*вишневый уксус (6%) — 300 мл*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Вырезку порезать вдоль волокон на полоски толщиной 1 см и отбить.

Смешать соль, молотый кориандр, сахар и черный перец.

Мясо сбрызнуть 6%-м вишневым уксусом, равномерно обсыпать подготовленной смесью с обеих сторон и хорошо ее втереть.

Плотно уложить куски мяса в эмалированную или нержавеющую емкость под гнет на 6 часов. Поставить в холодное место.

Через 6 часов мясо перевернуть, уплотнить и снова поместить под гнет еще на 6 часов.

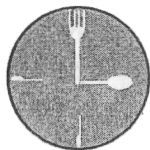
Развести вишневый уксус водой в соотношении 1:6.

Опустить мясо в раствор на 5 минут, отжать.

Вывесить полоски мяса в хорошо вентилируемом месте на 48 часов.

Перед употреблением нарезать мясо поперек волокон тонкими полосками.

## ВЯЛЕННЫЙ ГУСЬ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*гусь* — 1 тушка;

*соль* — 0,5 кг

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Тушку гуся разрезать по грудной кости, разложить и хорошо натереть солью снаружи и изнутри.

В большую емкость насыпать соли, выложить гуся на спину и со всех сторон обсыпать солью.

Оставить на 7 дней, периодически натирая гуся обсыпавшейся солью.

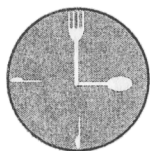
Распереть деревянной палочкой грудную клетку гуся, ноги связать бечевкой, укрыть марлей и вывесить в хорошо проветриваемом помещении.

Через 3 недели гусь готов.

Вяленый гусь может храниться в темном прохладном месте 2—3 года.



## УТИНАЯ ГРУДКА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*утиная грудка — 800 г;*

*соль — 600 г;*

*лавровый лист — 5 шт.;*

*перец горошком — 15 горошин;*

*тмин — 1 ч. ложка;*

*розмарин — 1 ч. ложка;*

*прованские травы — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Грудку вымыть и обсушить.

Растереть в ступке лавровый лист, перец, тмин, розмарин и прованские травы и с обеих сторон натереть грудку этой смесью.

В миску насыпать половину соли, выложить на нее мясо, а сверху засыпать второй половиной соли.

Выдержать 2 дня в холодильнике.

Очистить грудку от соли и свернуть плотным рулетом. Обвязать бечевкой и повесить на 2 недели в прохладном помещении при температуре не выше 6°C.

Вяленое мясо можно есть как самостоятельное блюдо или, предварительно замочив его в подсоленной воде, добавлять в блюда, приготавливаемые варкой или тушением.





## КОЛБАСА «КАЗЫ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

конина — 1 кг;

конское сало — 0,5 кг;

черный перец — 1 ч. ложка;

зира (индийский тмин) — 2 ч. ложки;

соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Конину и сало нарезать полосками длиной 15 см и шириной 3 см, сложить в эмалированную посуду и тщательно втереть в мясную смесь соль, черный молотый перец и зиру.

Накрыть емкость марлей и поставить в холодное место для маринования на 24 часа.

Кишки промыть, вывернуть наизнанку, протереть солью, промыть сначала в холодной воде, затем в горячей несколько раз. Один конец кишки туго завязать, а с другого конца заполнить ее мясом и салом в пропорции 2:1. Завязать второй конец колбаски.

Развесить казы в проветриваемом помещении или под навесом в тени на 2—3 месяца.

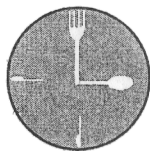
Колбаски могут храниться очень долго в сыром виде.

Перед подачей варить казы на умеренном огне 2 часа. Проколоть колбаски в нескольких местах, как только вода закипит.

Охладить и нарезать кружочками.



## ВЯЛЕНАЯ БАРАНИНА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

баранина — 1 кг;

соль — 200 г;

специи — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Нарезать мясо на куски толщиной 3 см.

Посолить и натереть приправами.

Нанизать куски на прутья.

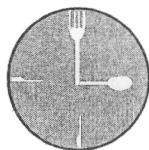
Повесить прутья с мясом на воздухе в тени, чтобы оно замерзло и подсохло.

С наступлением весны следующего года мясо считается готовым к употреблению — оно рассыпчатое, с прекрасным вкусом.

По рецепту, приведенному на этой странице, можно приготовить и говядину. Начинать готовку нужно в конце декабря, когда температура опускается ниже нуля.



## ВЯЛЕННЫЙ КРОЛИК



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

крольчатина — 1 кг

### ДЛЯ РАССОЛА:

вода — 1 л;

соль — 200 г;

чеснок, гвоздика, черный молотый перец —  
по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо срезать с костей и нарезать полосками толщиной 3—5 см.

*Приготовить рассол:* растворить в воде соль и добавить пряности, довести до кипения.

В кипящий рассол поочередно на 2—3 минуты опустить куски мяса.

Каждую полоску по отдельности подвесить в темном, сухом, хорошо проветриваемом помещении с температурой 0—10°C на 15—30 дней.

Вяленое мясо готово, когда на нем образовалась корочка, а срез — розовато-коричневого цвета.



## ВЯЛЕНАЯ СВИНИНА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*филе свинины — 1 кг;  
черный и белый молотый перец, кориандр,  
смесь итальянских трав — по вкусу*

### ДЛЯ РАССОЛА:

*вода — 1 л;  
соль — 5 ст. ложек;  
лавровый лист — 2 шт.;  
перец горошком — 5 горошин;  
гвоздика — 3 шт.*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

*Приготовить рассол:* в воде растворить соль, добавить лавровый лист, гвоздику, перец горошком; прокипятить, охладить.

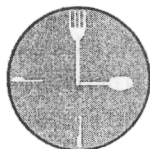
Мясо положить в холодный рассол и поставить в холодильник на сутки.

Достать мясо из рассола, обсушить салфеткой и положить на час под гнет на наклонную плоскость (чтобы стек остаток рассола), после чего натереть смесью приправ.

Завернуть мясо в марлю и плотно уложить в эмалированную или нержавеющую емкость. Выдержать в течение недели в холодильнике.

Сменить марлю и подвесить в хорошо проветриваемом месте на 1,5—2 недели.

## ВЯЛЕНАЯ СВИНИНА БЫСТРОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свинина — 5 кг;*

*гвоздика — 7 шт.;*

*чеснок — 10 зубков;*

*лавровый лист — 5 шт.;*

*перец горошком — 20 зерен;*

*перец черный молотый — по вкусу;*

*соль крупного помола — 4 ст. ложки*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Смешать гвоздику, давленные горошки черного перца, молотый черный перец, искрошенный лавровый лист, измельченный чеснок и тщательно растереть с солью.

Натереть смесью пряностей подготовленное мясо.

Уложить в емкость для засола и поставить в прохладное место на 1—2 дня, дважды в день переворачивая и уплотняя мясо.

Рассол слить и подвесить мясо над горячей плитой или на солнце, укрыв марлей. Выдержать 2 дня.

Хранить в прохладном месте не дольше недели.

## СУШЕНАЯ КУСКОВАЯ ГОВЯДИНА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*парная говядина — 1 кг; соль — 50 г;  
вода — 1 л*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Кусок мяса вымыть и нарезать на полоски.

Приготовить холодный солевой раствор и на сутки залить им мясо. Вынуть мясо из рассола, обсушить и нанизать на шампуры. Сушить в духовке, нагретой до температуры 50—60 °С до готовности. (По весу сухое мясо в 4 раза легче сырого.)

## СУШЕНЫЙ ФАРШ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*говядина — 1 кг; соль — 50 г;  
специи — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо вымыть, пропустить через мясорубку, добавить соль и специи и тщательно вымесить. Пережарить фарш на сковороде в собственном соку без масла, на небольшом огне, при постоянном помешивании. Переложить фарш на противень, поместить в духовку и сушить 1 сутки при температуре 50—100 °С.

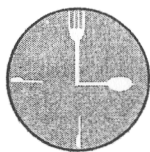
# СОЛЕНИЕ

Засолка (соление) — способ консервирования при помощи соли. Обычно на 10 кг мяса ее берется 750—1000 г, причем количество соли зависит от возраста забитого животного — чем животное было моложе, тем меньше соли потребуется при засолке.

Правильно засоленное мясо при низких температурах хранится достаточно долго, не теряя вкусовых и питательных качеств.

Солят чаще всего говядину и конину, и лучше всего делать это в дубовой бочке. Мясо для засолки должно быть обязательно свежим и качественным. Долго хранившееся и мороженое мясо солить впрок нельзя.

## МЯСО СУХОГО ПОСОЛА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*говядина — 10 кг; соль — 1 кг*

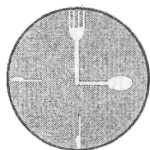
### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо разделить на куски весом 1,5—2 кг. Если мясо очень жирное — удалить из кусков излишний жир, а в мякоти сделать два—три прокола.

Куски мяса тщательно натереть крупной солью и плотно уложить в бочку, посыпая каждый слой мяса солью.

Бочку вынести в погреб, закрыть крышкой и придавить гнетом. Мясо готово через 7 дней.

## МЯСО МОКРОГО ПОСОЛА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 10 кг

### ДЛЯ РАССОЛА:

соль — 1,7 кг;

вода — 5 л

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо разрезать на куски весом по 2 кг. Кости от мяса не отделять, но вокруг них сделать надрезы.

*Приготовить рассол:* растворить соль в горячей воде, профильтровать через марлю и остудить.

Куски мяса плотно уложить в бочку и залить охлажденным рассолом. Мясо должно быть покрыто рассолом на 5—8 см.

Закрывать бочку и положить гнет.

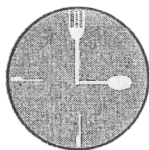
Хранить в прохладном месте.

Доставать мясо из бочки следует осторожно, стараясь не тревожить остающиеся куски, из-за чего мясо может быстро испортиться.





## МЯСО СМЕШАННОГО ПОСОЛА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 10 кг; соль — 600 г;

специи — по вкусу

### ДЛЯ РАССОЛА:

соль — 0,8 кг; вода — 2,5 л

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать на куски и натереть смесью из соли и специй.

Сложить мясо рядами в бочку, на дно которой насыпать оставшуюся соль.

Приготовить рассол из указанных ингредиентов и залить им мясо.

Закрывать бочку и положить гнет. Через 5—7 дней мясо готово. Хранить его следует в подвальном помещении при температуре не более 6°C. Максимальный срок хранения — 6 месяцев.

Качество солонины проверять каждые 15 дней!

Соленое мясо обычно подается на стол холодным. Но из него можно готовить также бульоны и вторые блюда. Если мясо окажется пересоленным, то перед варкой или жареньем его нарезают на куски весом 100—200 г, удаляют кости, промывают в холодной воде и вымачивают в течение 2—3 часов, меняя воду каждый час.



## САЗДЫРМА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 2,5 кг;

баранина — 2,5 кг;

соль — 110 г;

селитра — 3 г;

перец черный — 10 г;

лавровый лист — 5 г

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Из мяса удалить жилы и нарезать на куски по 50 г. Мясо посолить, пересыпать селитрой, перцем и измельченным лавровым листом и плотно уложить в емкость для засола.

Через 12—14 часов мясо достать и хорошо прожарить.

Один конец промытой говяжьей кишки туго завязать и набить в нее мясо. Завязать другой конец кишки шпагатом и связать колбаску в кольцо.

Положить колбаску под пресс.

Хранить саздырму в хорошо проветриваемом холодном месте около 3 месяцев.

Готовить саздырму можно и из козьего мяса: 10 кг козлятины, 200 г соли, 5 г селитры, 20 г черного перца и 10 г лаврового листа.



## МЯСО В МАРИНАДЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 0,5 кг;

соус соевый — 4 ст. ложки;

соус томатный — 2 ст. ложки;

соль — ½ ч. ложки;

перец черный — ½ ч. ложки;

чеснок — 2 зубка;

молотый корень имбиря — 1 ст. ложка;

карри — 1 ст. ложка

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

*Приготовить маринад:* смешать соевый и томатный соусы, добавить соль, перец, имбирь, карри и измельченный чеснок.

Мясо полностью погрузить в маринад, накрыть и поставить в холодильник.

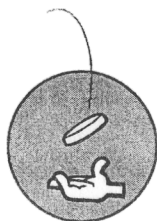
Через 2 часа слить маринад и уложить мясо на сетку. Под сетку поставить поддон для стекающего с мяса маринада.

Через 4 часа мясо перевернуть на другую сторону. Общее время сушки — 8 часов.

Мясо считается готовым, если оно гнется, но не ломается.

Хранить в холодильнике не дольше месяца.

## СОЛОНИНА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина или конина — 10 кг;

соль — 1 кг;

селитра — 15 г;

перец черный молотый, лавровый лист,  
ягоды можжевельника — по вкусу

### ДЛЯ РАССОЛА:

вода — 5 л;

соль — 2 кг;

селитра — 25 г;

сахар — 50 г

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо без костей обвалить в смеси соли с селитрой. Сложить плотно слоями в бочку.

Каждый слой мяса пересыпать солью и смесью из молотого перца, лаврового листа и ягод можжевельника.

Заполнив бочку мясом доверху, закрыть ее и положить гнет.

Через сутки приготовить холодный рассол и залить им мясо так, чтобы оно было полностью покрыто. Бочку закрыть, положить гнет и хранить в холодном месте при температуре до 3°C.

Мясо будет готово через 3—4 недели.

Перед употреблением солонину вымочить несколько часов в воде.

## СВИНИНА СОЛЕНАЯ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свинина — 2 кг;*

*соль — 0,5 кг;*

*перец горошком — 10 шт.;*

*лавровый лист — 4 шт.*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать на куски (жир не обрезать!) и обвалять в соли.

В 1 л стерилизованные банки на дно положить лавровый лист, а затем мясо, пересыпанное горошинами перца. Если соли было использовано меньше, чем указано в рецептуре, пересыпать ею мясо при наполнении банок.

Закрывать банки крышками и стерилизовать 2 часа в кипящей воде.

Банки закатать, перевернуть вниз крышками и укутать до полного остывания.

Длительный посол мяса в солевом рассоле, в результате которого получается солонина, широко применялся ранее, поскольку был единственным способом длительного хранения мяса при положительных температурах.



## СВИНИНА СОЛЕНО-ВАРЕНАЯ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свинина — 3 кг;*

*соль — 0,5 кг;*

*перец черный горошком — 20 шт.;*

*лавровый лист — 4 шт.*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать на куски (жир не обрезать!) и варить до готовности, добавив лавровый лист и перец горошком. По готовности мясо вынуть, а в бульоне растворить всю соль.

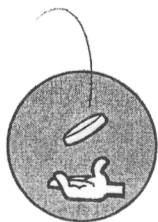
Разложить горячее мясо в стерилизованные банки, залить бульоном и закатать.

Перевернуть вниз крышками и укутать до полного остывания.

Консервированное соленое мясо можно хранить очень долго. Главное достоинство этого способа хранения — не нужно регулярно проверять состояние продукта.



## КУРЯТИНА СОЛЕНАЯ СТЕРИЛИЗОВАННАЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

курица — 1,5 кг;

соль — 250 г;

перец черный молотый — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу вымыть и нарезать порционными кусками. Посолить, поперчить и сложить в стерилизованные литровые банки.

Накрыть железными крышками, предварительно вынув резинки, и поставить в холодную духовку на медленный огонь на 2 часа.

После этого выключить духовку и продержать в ней банки еще 2 часа до полного остывания.

В крышки вставить резинки и закатать банки.

# ТУШЕНИЕ

Тушением называют разные методы кулинарной обработки, общим для которых является медленное кипение основного продукта (например, мяса) в жидкости и на пару в плотно закрытой посуде. Жидкости может быть от нескольких столовых ложек до объема, полностью покрывающего мясо.

Обычно перед тушением мясо кратковременно обжаривают — подрумянивают, а затем тушат (кипятят) с ароматическими овощами, от состава которых зависит богатство вкуса и аромат готового блюда. В процессе тушения мясо насыщается экстрактивными веществами медленно кипящей жидкости. Считается, что для тушения лучше всего подходят бедро, лопатка и шея.

Важным ингредиентом тушения является соус, который получается как бы сам собой, пока готовится мясо. Следует, однако, прислушаться к некоторым советам.

1. Закончив приготовление мяса, очистите жидкость, в которой проходило тушение, от лишнего жира, и вы получите простой, но очень неплохой соус.
2. Чтобы соус был более плотным, в него можно добавить желатиновый бульон.
3. Если в состав жидкости для жарки входит вода или вино, лучше отказаться от бульона, а позаботиться об улучшении консистенции соуса заранее, например, обваляв перед жаркой мясо в муке.
4. Любой соус, так же как и само мясо, очень выигрывает от добавления при тушении аромати-



ческих овощей. Классический их состав — репчатый лук, морковь и белые корни (петрушка, пастернак и сельдерей), нарезанные маленькими кубиками. Прекрасно подходят также свежие или сушеные душистые травы.

5. Простой и одновременно очень ценной добавкой для тушения и улучшения соуса являются свежие или консервированные помидоры.

## ТЕЛЯТИНА С АПЕЛЬСИНАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*телятина — 0,5 кг; бульон — 0,5 стакана;*

*масло сливочное — 3 ст. ложки;*

*мука — 2 ст. ложки;*

*сок апельсиновый — 0,5 стакана;*

*корица — ½ ч. ложки;*

*зелень петрушки — 1 пучок;*

*соль — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать на порционные куски и обжарить в сливочном масле.

Мясо сложить в толстостенную посуду, притрусить мукой и корицей, залить апельсиновым соком, бульоном и посолить.

Тушить до готовности мяса.

За 10 минут до готовности добавить рубленую зелень петрушки.

## ФРИКАНДО С ВИШНЯМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*телячий ссек — 1,5 кг;*

*вишневый сироп — ½ стакана;*

*вишня (без косточек) — 40 шт.;*

*мадера — ½ стакана;*

*бульон — 1 стакан;*

*масло сливочное — 200 г;*

*кардамон, корица, соль — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо посолить, сделать в нем ножом около 20 отверстий, в которые вложить по 2 вишни.

Кардамон и корицу растолочь, половину масла растопить.

Положить мясо в сотейник, полить маслом, посыпать подготовленными пряностями и подрумянить в духовке.

Добавить в сотейник вишневый сок, мадеру, оставшееся масло и бульон и тушить, поливая соусом, до полной готовности.

Фрикандо (фр. *fricandean*) — общее название блюда, приготовленных из задней части телятины, которая сперва запекается целиком в духовке, а затем тушится на плите или в духовке под крышкой.



## ФРИКАНДО ИСПАНСКОЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*филе телятины — 700 г;  
помидоры — 2 шт.;  
лук репчатый — 1 шт.; морковь — 1 шт.;  
порошок грибной (или сушеные грибы) — 30 г;  
крепкий говяжий бульон — 1 стакан;  
белое вино — 1 стакан;  
мука пшеничная — 100 г;  
сухая булка — 50 г; миндаль — 50 г;  
растительное масло, соль, ароматические  
травы — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Сухую булку и орехи измельчить в блендере. Очистить лук и морковь и порезать их небольшими кусочками. Томаты разрезать на дольки. Мясо нарезать тонкими пластинами, посолить, поперчить и обвалить в муке. Обжарить до золотистого цвета и снять со сковороды. В том же масле, в котором обжаривалось мясо, пассеровать лук. Добавить морковь и томаты и тушить 15 минут. Добавить вино, довести до кипения, влить бульон, накрыть крышкой и тушить 30 минут на медленном огне. Выложить мясо на сковороду, добавить измельченную смесь из сухой булки и орехов, травы и грибной порошок и протушить еще 10 минут.

## ГОВЯДИНА С КУРАГОЙ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 1 кг;

курага — 200 г;

сметана — 200 мл;

лук — 2 шт.;

корица — 2 г;

белое вино — 100 мл;

вода — 1 стакан;

соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать на кусочки и обжарить с измельченным луком. Посолить, поперчить.

Добавить вино, воду и тушить в течение часа.

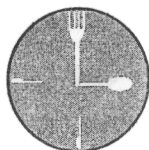
Курагу запарить. Половину измельчить в пюре, половину порезать пополам и смешать со сметаной и корицей. Смешать обе части.

За 15 минут до готовности заправить этой смесью мясо.

Тушить мясо следует под крышкой и на очень медленном огне.



## ГОВЯДИНА С ЦИКОРИЕМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- говядина — 0,5 кг;*
- растительное масло — 3 ст. ложки;*
- соевый соус — 3 ст. ложки;*
- лук репчатый — 4 шт.;*
- болгарский перец — 1 шт.;*
- лимон — ½ шт.;*
- консервированный зеленый горошек — 100 г;*
- листья цикория — 1 пучок;*
- соль, перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

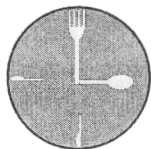
Мясо нарезать тонкими кусками, посолить, поперчить и обжарить на растительном масле.

Перец и лук нарезать кольцами, пожарить, в конце добавить мелко нарезанный цикорий и горошек.

Вылить в овощи соевый соус, выдавить лимонный сок, добавить сливки и перемешать.

Сразу добавить мясо и довести до кипения.

## СВИНИНА В ОМЛЕТЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свинина — 0,5 кг;

яйца — 5 шт.;

масло сливочное — 1 ст. ложка;

зелень укропа и петрушки — 1 пучок;

лук репчатый — 2 шт.;

перец, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать кусочками и обжарить в масле.

Яйца взбить вилкой, залить ими мясо, посолить, поперчить, посыпать рубленой зеленью и перемешать.

Тушить до готовности мяса.

Готовое блюдо посыпать мелко нашинкованным репчатым луком.

Для улучшения вкуса тушеного мяса можно использовать прием, называемый «вбивание муки». Для этого подготовленное мясо выкладывают на разделочную доску и натирают приправленной специями мукой, а затем тупым ребром большого ножа или ребром тяжелой тарелки вбивают панировку до тех пор, пока она не покроет мясо довольно плотным слоем.



## СВИНИНА ПОД ОВОЩАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свинина — 0,5 кг;  
лук репчатый — 0,5 кг;  
морковь — 0,5 кг;  
сладкий перец — 0,5 кг;  
баклажаны — 0,5 кг;  
помидоры — 1 кг;  
соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать тонкими длинными кусками, обжа- рить и тушить 30 минут.

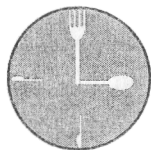
Овощи почистить и порезать: лук — кольцами, мор- ковь — кубиками, перец, баклажаны и помидоры — соломкой.

На мясо слоями выложить овощи и тушить еще 30 минут. Затем перемешать, добавить при необхо- димости воды и тушить до готовности.

Тушеное мясо считается готовым, ког- да кусок можно легко проколоть кончиком острого ножа.



## СВИНИНА В МАРИНАДЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свинина — 0,8 кг;*

*яйца — 6 шт.; крахмал — 5 ст. ложек;*

*майонез — 3 ст. ложки;*

*подсолнечное масло — 100 мл;*

*соль, перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать кусочками, посолить, поперчить. Добавить яйца, майонез, крахмал и все перемешать. Поставить в холодильник на 10 часов. На разогретую сковороду с маслом выложить мясо и обжарить с обеих сторон до готовности.

## СВИНИНА МЕДОВАЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свинина — 1 кг; лук репчатый — 3 шт.;*

*мед — 3 ст. ложки; соль, перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать кусками, посолить, поперчить, выдержать в холодильнике 1 час и обжарить до полуготовности. Лук порезать кольцами, мед развести в горячей воде и добавить к мясу. Тушить до готовности мяса.



## СВИНИНА НЕЖНАЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свинина — 1 кг;  
лук репчатый — 0,5 кг;  
майонез — 250 мл;  
вода — 1 стакан;  
соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать кусочками, как для шашлыка.

Лук порезать полукольцами.

Мясо посолить, поперчить, добавить лук и майонез.

Хорошо перемешать.

Поставить в холодильник на 12 часов.

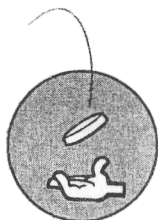
Кусочки мяса достать из маринада и обжарить со всех сторон на сковороде.

Обжаренное мясо смешать с оставшимся маринадом, долить воды и тушить в толстостенной кастрюле 1,5—2 часа на медленном огне.

Свинина, приготовленная по этому рецепту, получается очень нежной и сохраняет свой собственный вкус и аромат.



## БАРАНИНА С ПОМИДОРАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

баранина — 600 г;

лук репчатый — 4 шт.;

жир курдючный — 150 г;

вода — 3 ст. ложки;

помидоры — 10 шт.;

зелень петрушки и укропа — 1 пучок;

перец, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать мелкими кусочками и обжарить с половиной мелко нарубленного курдючного жира.

Влить воду, добавить соль, перец и тушить до выпаривания воды, после чего добавить остальной жир, мелко нашинкованный лук и свежие помидоры, разрезанные на 4 части.

Тушить до готовности.

При подаче блюдо посыпать зеленью.

Приготовленное на медленном огне мясо получается очень мягким. А питательный соус сделает блюдо еще вкуснее.



## БАРАНИНА С ФАСОЛЬЮ И ЛУКОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

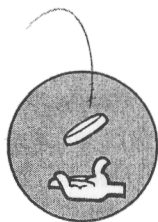
баранина — 0,5 кг; курдючный жир — 40 г;  
фасоль стручковая — 0,5 кг;  
лук репчатый — 2 шт.; вода — 3 ст. ложки;  
перец, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать мелкими кубиками и обжарить со всех сторон на жире. Добавить мелко нашинкованный лук, очищенную от жилок и нарезанную фасоль, поперчить и долить горячей воды.

Тушить под крышкой до готовности.

## БАРАНИНА С ЛУКОМ И ЗЕЛЕНЬЮ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

баранина — 600 г; лук репчатый — 4 шт.;  
зелень петрушки — 2 пучка;  
растительное масло, соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать кусочками по 30 г. Лук порезать кольцами. Петрушку измельчить. Мясо посолить, поперчить, смешать с луком и зеленью.

Оставить на 2 часа в холодильнике.

Обжарить до готовности на растительном масле.

## БАРАНИНА В ЖЕЛТКАХ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

баранина — 0,6 кг;  
масло сливочное — 2 ст. ложки;  
лук репчатый — 400 г;  
яичные желтки — 5 шт.;  
мука пшеничная — 1 ст. ложка;  
зелень укропа — 1 пучок;  
уксус — 3 ст. ложки;  
соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Баранину разрезать на порционные куски, залить водой, довести до кипения, а затем воду слить так, чтобы немного осталось.

Лук измельчить, обжарить на сливочном масле и добавить к мясу. Посолить, добавить (при необходимости) небольшое количество воды и тушить до готовности.

Зелень измельчить.

Сырые желтки растереть с мукой, развести уксусом. Вмешать в мясо получившуюся массу и добавить измельченную зелень укропа.

Тушить еще 10 минут.

## МЯСНОЕ АССОРТИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*говядина — 150 г;*

*телятина — 150 г;*

*свинина — 150 г;*

*копченая корейка — 150 г;*

*лук репчатый — 4 шт.;*

*помидор — 2 шт.;*

*сметана — 2 стакана;*

*мука пшеничная — 1 ст. ложка;*

*паприка — 1 ст. ложка;*

*масло растительное — 3 ст. ложки;*

*перец, соль — по вкусу*

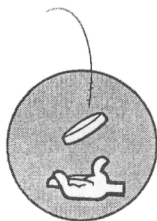
### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Лук нарезать и пожарить в толстостенной посуде, куда затем сложить порезанное одинаковыми кусочками мясо.

Мясо выкладывать слоями: говядину, свинину, телятину и копченую корейку.

За 20 минут до готовности заправить мясо паприкой, мукой и сметаной, добавить порезанные помидоры и тушить до готовности.

## КУРИЦА В АПЕЛЬСИНАХ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

курица — 1,5 кг;

апельсины — 0,5 кг;

лимоны — 0,5 кг;

масло сливочное — 100 г;

соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу хорошо промыть, обсушить полотенцем, разрезать по грудке и расправить. Обмазать курицу смесью соли и перца.

В глубокой кастрюле растопить масло, уложить в него курицу на спинку и тушить на медленном огне 1 час, при необходимости доливая немного воды.

Апельсины и лимоны вымыть и нарезать тонкими кружочками.

Уложить апельсины и лимоны поверх курицы и тушить еще 1 час под крышкой.

Переворачивать курицу не нужно.

Апельсины и лимоны прекрасно сочетаются с курятиной. Их можно добавлять и при готовке курицы по другим рецептам. Особенно в комбинации с майонезом и сметаной.



## КУРИЦА В ЧЕСНОЧНОМ СОУСЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

филе куриное — 1,5 кг;

сметана — 100 г;

чеснок — ½ головки;

яйца — 3 шт.;

соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Курицу хорошо промыть, обсушить полотенцем, разрезать по грудке и расправить. Обмазать курицу смесью соли и перца.

В глубокой кастрюле растопить масло, уложить в нее курицу на спинку и тушить на медленном огне 30 минут, при необходимости доливая немного воды.

Чеснок раздавить прессом или ножом.

Добавить в кастрюлю сметану и чеснок.

Все перемешать, накрыть крышкой и тушить еще 30 минут.

Это блюдо лучше всего подавать с отварным картофелем или рисом.



## КАЗАН-КЕБАБ ИЗ ГУСЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*гусь — 1 шт.;*

*масло сливочное — 6 ст. ложек;*

*лук репчатый — 2 шт.;*

*зелень укропа и кинзы — 2 пучка;*

*вода — 0,5 стакана;*

*соль — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Подготовленную тушку гуся разрезать на куски, посолить.

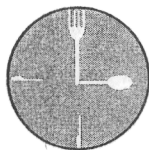
В казан положить масло, добавить послойно куски птицы, нарезанный кольцами лук и рубленую зелень. Налить воду, плотно закрыть крышкой и тушить на слабом огне 1 час.

Казан-кебаб — традиционное блюдо узбекской кухни. «Кебаб» по-узбекски означает «шашлык». И значит, «казан-кебаб» — это «шашлык в казане»! Традиционно это блюдо готовится из говядины с добавлением курдючного жира, а среди специй обязательно должна присутствовать зира.





## КУРИЦА «ЮЖНАЯ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

филе куриное — 1 кг;  
лук репчатый — 6 шт.;  
куркума — 1 ч. ложка;  
твердый сыр — 250 г;  
майонез — 4 ст. ложки;  
зира —  $\frac{1}{3}$  ч. ложки;  
семена горчицы —  $\frac{1}{3}$  ч. ложки;  
соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе порезать на кусочки по 30 г.

Посолить и залить майонезом. Оставить мариноваться на 3 часа.

Лук нарезать полукольцами, сыр натереть.

Обжарить лук, добавить зиру и горчицу, затем положить мясо и тушить под крышкой до готовности. За 5 минут до готовности добавить куркуму и посыпать сыром.

При приготовлении тушеной курицы можно использовать разные приправы, которые настолько изменяют вкус и аромат мяса, что получаются совсем разные блюда. Попробуйте, например, приготовить курицу с добавлением чернослива и ураги.



## «ПИВНОЙ» КРОЛИК



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

крольчатина — 1,5 кг;  
лук репчатый — 4 шт.;  
морковь — 2 шт.;  
лавровый лист — 3 шт.;  
пиво — 0,5 л;  
растительное масло — 3 ст. ложки;  
зелень петрушки и укропа — 1 пучок;  
соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Крольчатину разделать на небольшие куски и обжа- рить на растительном масле.

Сложить мясо в толстостенную кастрюлю, добавить нарезанный полукольцами лук, лавровый лист, на- тертую морковь, посолить и поперчить.

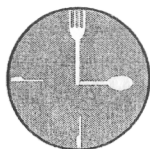
Залить мясо пивом и тушить в духовке под крыш- кой в течение часа.

При подаче на стол посыпать рубленой зеленью.

Традиционно крольчатину тушат в сме- тане. Но «пивной» кролик, поверьте, ничуть не хуже.



## ГОВЯДИНА «ЕРЕВАНСКАЯ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*филе говядины — 0,5 кг;  
томатный соус — 250 г;  
лук репчатый — 4 шт.;  
лавровый лист — 2 шт.;  
перец горошком — 8 шт.;  
растительное масло — 2 ст. ложки;  
соль, перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать маленькими кусочками, выложить в несильно разогретое масло и протушить 20 минут. Лук нарезать полукольцами и обжарить отдельно от мяса.

Сложить в кастрюлю лавровый лист, перец горошком, половину лука и мясо, сверху полить томатным соусом и выложить оставшийся лук.

Накрыть и придавить гнетом. Выдержать 3 часа в холодильнике.

Этот рецепт — пример того, что мариновать мясо можно не только до, но и после тепловой обработки, например после тушения.



## МЯСО В МАРИНАДЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свинина или говядина — 2,5 кг;  
лук репчатый — 2 кг; морковь — 0,8 кг;  
петрушка — 280 г;  
масло подсолнечное — 20 г

### ДЛЯ ЗАЛИВКИ:

сахар — 130 г; соль — 50 г;  
уксус — 520 г; вода — 400 г

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать кусками и сложить в глубокую сковороду или чугунок. Слегка посолить и тушить в собственном соку 50 минут. Готовые куски мяса горячими разложить в банки на 3/4 объема, предварительно положив на дно каждой лавровый лист.

Лук порезать кольцами, морковь и петрушку — лапшой или кубиками. Обжарить овощи на подсолнечном масле 15—20 минут и уложить в банки.

Горячий бульон, который остался после тушения мяса, отфильтровать, налить в эмалированную кастрюлю, добавить воду, сахар и соль. Прокипятить 2—3 минуты, после чего кастрюлю снять с огня и добавить уксус.

Готовым горячим маринадом залить банки.

Банки закатать и стерилизовать при температуре 105 °С в течение 2 часов.

## В ГОРШОЧКАХ И НА ПАРУ

### ГОВЯДИНА С ГРИБАМИ



#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*говядина — 150 г;*

*сало — 200 г;*

*шампиньоны — 30 г;*

*грибы белые свежие — 50 г;*

*яйца — 1 шт.;*

*томатный соус — 100 г;*

*соль, специи — по вкусу*

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать маленькими кусочками, обжарить на сале и сложить в порционные горшочки (3 шт.).

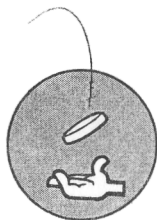
Лук нарезать полукольцами, грибы — пластинками. В том же жире обжарить грибы с луком. Выложить на мясо.

Добавить в горшочки порезанное ломтиками сваренное вкрутую яйцо, соль, специи и столовую ложку томатного соуса.

Горшочек накрыть крышкой или фольгой.

Запекать в хорошо разогретой духовке до готовности (около 1 часа).

## ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 0,5 кг;

картофель — 250 г;

лук репчатый — 1 шт.;

морковь — 1 шт.;

паста томатная — 50 г;

чеснок — 2 зубка;

вода — 100 мл;

говяжий бульон — 3 стакана;

масло растительное, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить и перемешать с измельченным чесноком.

Обжарить до полуготовности на растительном масле, затем добавить томатную пасту, долить воды и тушить еще 15 минут.

Морковь натереть на крупной терке.

Измельчить лук.

Обжарить на растительном масле лук и морковь (отдельно от мяса).

Овощи добавить к мясу, разложить в порционные горшочки (3—4 шт.), сверху положить дольки картофеля, посолить. Не перемешивать!

Налить бульон (примерно по стакану в каждый горшочек, жидкость должна на 1 см не доставать до верха), накрыть крышкой и тушить в духовке до готовности.

## СВИНИНА В ЧЕСНОЧНОМ МАРИНАДЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свинина — 1 кг;*

*чеснок — 1 головка;*

*масло сливочное — 50 г;*

*масло растительное — 50 г;*

*мука пшеничная — 50 г;*

*вода — 100 мл;*

*перец черный молотый, соль — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать поперек волокон на порции и отбить. Чеснок мелко нашинковать и залить водой.

Мясо обмакнуть в чесночный соус, уложить куски друг на друга в стеклянную или эмалированную посуду и оставить на 12 часов в холодном месте.

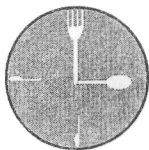
Свинину посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон на растительном масле.

Сложить в большой горшок (или кастрюлю), полить растопленным сливочным маслом, накрыть крышкой и довести до готовности в духовке.

Если порционные горшочки всегда можно найти в продаже, то большой, 1—2-литровый, придется поискать. Его можно заменить новым глиняным цветочным горшком, лучше неглазированным внутри. Главное, чтобы в дне не было дырки.



## ЖАРКОЕ «ОСОБОЕ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*филе говядины — 500 г;*

*масло топленое — 30 г;*

*лук репчатый — 3 шт.;*

*морковь — 1 шт.;*

*белое вино — 50 г;*

*уксус — 15 г;*

*бульон — 250 мл;*

*томатная паста — 3 ст. ложки;*

*специи, соль — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мякоть говядины нарезать кусками (по два на порцию), обжарить на сковороде в топленом масле и разложить по трем порционным горшочкам.

Лук нарезать полукольцами, морковь — соломкой.

Выложить поверх мяса слоями репчатый лук и морковь. Сверху положить по ложке томата.

Добавить уксус, белое вино, бульон.

Каждый горшочек закрыть крышкой или фольгой и тушить до готовности в духовке.

Прежде чем начать готовить, подержите горшочек 15 минут в холодной воде. Поры посуды впитают влагу, и приготовленное блюдо получится более сочным.





## «ШАШЛЫК» НА ПАРУ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

баранина — 1 кг;

лук репчатый — 2 шт.;

уксус — 1 ст. ложка;

лавровый лист — 3 шт.;

перец черный молотый, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мякоть баранины нарезать ломтиками, ребра порубить на небольшие кусочки.

Сложить мясо в эмалированную кастрюлю и добавить мелко нарезанный репчатый лук, уксус, лавровый лист, черный молотый перец и соль. Тщательно перемешать и поставить в холодное место.

Через сутки плотно закрытую крышкой кастрюлю с мясом поставить на горячую водяную баню и выдержать 3 часа при слабом кипении.

При этом необходимо следить, чтобы вода не выкипела раньше, чем шашлык будет готов.

Толстые стенки глиняного горшочка нагреваются медленно и равномерно, поэтому пища в нем не варится, а томится, сохраняя свои полезные свойства и приобретая изысканный и неповторимый вкус.



## ГОВЯДИНА ПАРОВАЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*говяжья вырезка — 1 кг;*

*сало — 100 г;*

*картофель — 7 шт.;*

*масло сливочное — 2 ст. ложки;*

*корень петрушки — 2 шт.;*

*морковь — 1 шт.;*

*репа — 1 шт.;*

*лук репчатый — 1 шт.;*

*соль, молотый перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо хорошо отбить, нашпиговать салом.

На дно кастрюли положить сливочное масло, а сверху — мясо.

Измельчить петрушку, лук, репу, картофель. Высыпать измельченные овощи на мясо.

Кастрюлю плотно накрыть крышкой.

Во вторую кастрюлю, значительно большую по размеру, налить воду, довести ее до кипения, поставить в нее кастрюлю с мясом и варить 2,5—3 часа, постоянно доливая выкипающую жидкость.

Готовую говядину выложить на блюдо, нарезать на кусочки, обложить овощами, с которыми она варилась, полить мясным соком.

## ЖАРКОЕ «РУССКОЕ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 500 г;  
картофель — 1 кг;  
сливочное масло — 3 ст. ложки;  
лук репчатый — 2 шт.;  
мясной бульон — 1 стакан;  
лавровый лист — 3 шт.;  
соль, перец, зелень — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Картофель очистить, нарезать кубиками и обжарить в масле.

Репчатый лук нарезать кольцами и обжарить в масле до золотистого цвета.

Говядину нарезать кусочками и слегка обжарить в растительном масле.

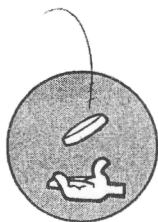
В горшочки положить мясо, картофель, сверху лук и посыпать все солью и перцем. Добавить лавровый лист и залить бульоном.

Поставить горшочки в духовку и тушить 40 минут. Перед подачей к столу залить сметаной и посыпать рубленой зеленью.

Не готовьте в горшочках для мяса другие продукты! Как бы тщательно вы ни мыли глиняный горшок, его стенки все равно сохраняют аромат того, что в нем готовилось.



## СВИНИНА ПОД МАЙОНЕЗНЫМ СОУСОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свинина — 0,5 кг;  
лук репчатый — 1 шт.;  
картофель — 1 кг;  
сливочное масло — 100 г;  
тертый сыр — 100 г;  
перец, соль — по вкусу

### ДЛЯ СОУСА:

сметана — 20 г;  
майонез — 100 г;  
молоко — 1 ст. ложка;  
зелень — 1 пучок

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать кусочками, посолить и поперчить.

Лук мелко нарезать и смешать с мясом.

Разложить мясо с луком по порционным горшочкам (3 шт.).

Добавить нарезанный кубиками картофель и перемешать.

*Приготовить соус:* смешать сметану, майонез, молоко и добавить мелко нарезанную зелень.

В каждый горшочек сверху положить кусочек масла, посыпать тертым сыром, залить соусом.

Горшочки накрыть крышками или фольгой и поставить на 40 минут в духовку.

## ЖАРКОЕ ПО-КУПЕЧЕСКИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 1 кг;  
лук репчатый — 4 шт.

### ДЛЯ СОУСА:

мука пшеничная — 2 ст. ложки;  
сметана — 1 стакан;  
горчица — 2 ст. ложки;  
чеснок — 4 зубка;  
имбирь молотый — 5 г;  
соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Лук мелко нарезать и высыпать на дно горшочков (5—7 шт.).

Мясо нарезать кусочками по 40 г и выложить сверху на лук. Добавить перец и лавровый лист, посолить.

*Приготовить соус:* на сухой не слишком горячей сковороде поджарить муку, добавить в муку сметану, горчицу, имбирь, натертый на мелкой терке чеснок.

Все тщательно перемешать и вылить на мясо.

Накрыть горшочки крышками или фольгой и поставить в слабо нагретую духовку.

Тушить на медленном огне 2,5 часа.

## ПЕЧЕНЯ ЗАКАРПАТСКАЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*говядина — 300 г;*

*картофель — 4 шт.;*

*грибы — 100 г;*

*лук репчатый — 1 шт.;*

*свиной жир — 10 г;*

*томатная паста — 1 ст. ложка;*

*сметана — 1 ст. ложка;*

*грибной отвар — 150 г;*

*зелень петрушки — 10 г;*

*соль, перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать небольшими кусочками и обжарить. Очищенный картофель разрезать на 4 части и обжарить на свином жире.

Грибы нарезать пластинками и отварить.

Лук мелко нарезать и пассеровать с томатной пастой, добавив немного воды.

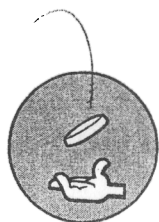
Зелень петрушки измельчить.

В горшочек слоями положить обжаренные картофель, мясо, грибы, пассерованный с томатной пастой лук и мелко нарезанную зелень петрушки.

Посолить, посыпать молотым перцем, залить печеню сметаной и грибным отваром.

Горшочек накрыть, поставить в духовку и тушить до готовности.

## ЖАРКОЕ ПО-МОЛДАВСКИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 300 г;

мясной бульон — 1 л;

картофель — 5 шт.;

лук — 1 шт.;

свиной жир — 1 ст. ложка;

томатная паста — 1 ст. ложка;

сухое красное вино — 2 ст. ложки;

чеснок — 4 зубка;

мука пшеничная — 1 ст. ложка;

зелень — 10 г;

соль, специи — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину нарезать крупными кусками (по два куска на порцию).

Лук нашинковать.

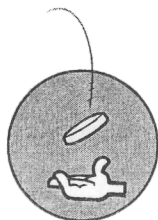
Обжарить мясо с луком на свином жире, добавить муку и томатную пасту.

Нарезанный кубиками картофель обжарить и уложить с мясом в горшочек (можно в порционные, а можно в один большой), посыпать измельченным чесноком.

Залить жаркое бульоном.

Добавить вино, специи, накрыть крышкой или фольгой и тушить до готовности.

## ГУЛЯШ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 0,5 кг;

лук репчатый — 3 шт.;

растительное масло — 100 г;

помидоры — 3 шт.;

морковь — 1 шт.;

сельдерей — 1 шт.;

картофель — 8 шт.;

бульон — 3 л;

чеснок — 5 зубков;

перец черный молотый, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Лук нарезать тонкими кольцами и обжарить в растительном масле.

Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, посыпать измельченным чесноком, смешать с луком и обжарить на слабом огне.

Разложить мясо с луком в горшочки (3 шт.), сверху положить нарезанный кубиками картофель, натертые на крупной терке морковь и сельдерей.

Залить мясным бульоном, накрыть крышкой или фольгой и поставить в духовку.

За 15 минут до готовности положить свежие мелко нарезанные помидоры, посолить, поперчить.



## ГОВЯДИНА С ЧЕРНОСЛИВОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 0,5 кг;  
картофель — 4 шт.;  
лук репчатый — 2 шт.;  
чернослив — 100 г;  
свиной жир — 1 ст. ложка;  
петрушка — 5 г;  
укроп — 5 г;  
соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать небольшими кусочками, посыпать солью, перцем и обжарить на сковороде.

Лук нарезать и пассеровать.

Картофель порезать кубиками.

Чернослив и зелень измельчить.

Мясо разложить в горшочки (3—4 шт.), добавить лук, картофель, чернослив и зелень.

Горшочки закрыть крышками или фольгой и тушить до готовности.

Перед тем как убирать горшочек в шкафчик, убедитесь, что он полностью высох.



## ГОВЯДИНА ПО-СЕЛЬСКИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 0,5 кг;

красное сухое вино — 200 г;

чеснок — 4 зубка;

лук репчатый — 2 шт.;

фасоль — 300 г;

перец черный молотый — ½ ч. ложки;

соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину нарезать кусками и обжарить.

Репчатый лук мелко нарезать и пассеровать.

Фасоль отварить до полуготовности.

В горшочки (3—5 шт.) положить пассерованный лук, мясо, фасоль, залить вином, разбавленным пополам водой. Посолить, поперчить.

Закрывать крышкой или фольгой и тушить в духовке 40 минут.

Подавать в горшочках, посыпав измельченным чесноком.

Готовить в глиняной посуде можно только в духовке или в печи, но никак не на открытом огне.



## ГОВЯДИНА С ГРИБАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 600 г;

грибы — 300 г;

картофель — 4 шт.;

лук репчатый — 1 шт.;

растительное масло — 2 ст. ложки;

сметана — 1 ст. ложка;

соль, перец черный молотый — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говядину нарезать небольшими кусками, обжарить с мелко нарезанным луком.

Грибы мелко нарезать, отварить и обжарить на растительном масле.

Картофель нарезать кубиками.

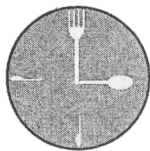
Сложить обжаренные говядину и лук в порционные горшочки (4—6 шт.), добавить грибы, картофель, залить грибным бульоном и тушить 40 минут.

За 5 минут до готовности добавить сметану, посолить, поперчить.

Ставить горшочек следует в холодную или слегка прогретую духовку, а затем постепенно повышать температуру.



## ТЕЛЯТИНА В ОМЛЕТЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

телятина — 500 г;

лук репчатый — 1 шт.;

растительное масло — 3 ст. ложки;

яйца — 7 шт.;

молоко — 100 мл;

зелень — 10 г;

соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Телятину нарезать небольшими кусочками.

Лук мелко нарезать.

Мясо обжарить с луком до готовности, посолить.

Яйца взбить с молоком, посолить.

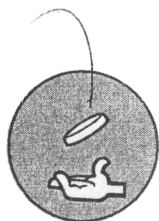
Обжаренное мясо разложить в горшочки (3—4 шт.), залить яично-молочной смесью и запечь в духовке.

Перед подачей на стол посыпать зеленью.

Готовя в горшочках, вместо глиняных крышек можно использовать крышки из теста, которые затем подать как хлеб.



## ЦЫПЛЕНОК В ЯБЛОКАХ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

цыпленок — 500 г;

яблоки — 2 шт.;

чернослив (без косточек) — 200 г;

зелень петрушки и укропа — 10 г;

растительное масло — 3 ст. ложки;

сметана — 200 мл;

перец, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Чернослив запарить горячей водой на 3 часа, затем мелко порубить.

Тушку цыпленка помыть, разрезать на части, посолить, посыпать перцем, обжарить на сковороде до готовности.

Яблоки порезать крупными дольками.

Сложить в порционные горшочки (3—4 шт.) мясо, добавить яблоки, чернослив и залить сметаной.

Тушить 20 минут (до готовности яблок).

Подавать на стол в горшочках, посыпав измельченной зеленью.

Блюда, приготовленные в глиняной посуде, — это бесприорышный вариант даже для самой неопытной хозяйки.



## КУРИЦА С РИСОМ И МАСЛИНАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*куриные окорочка — 3 шт.;*

*шампиньоны — 150 г;*

*лук репчатый — 1 шт.;*

*помидоры — 1 шт.;*

*маслины без косточек — 100 г;*

*растительное масло — 3 ст. ложки;*

*вода — 200 мл;*

*рис — 1 стакан;*

*соль, перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Снять мясо с костей, нарезать небольшими кусочками и обжарить.

Уложить мясо в горшочки (3 шт.).

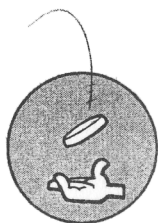
Грибы нарезать пластинками, репчатый лук — кубиками. Лук и грибы обжарить до готовности и выложить на мясо.

Сверху положить нарезанные кружочками маслины и измельченные кубиками помидоры.

Засыпать рис, добавить воду (она должна на 2 см не доставать до края горшочка). Посолить, поперчить, накрыть крышкой или фольгой и поставить горшочки в духовку.

Тушить до готовности риса (около 1 часа).

## ЦЫПЛЕНОК ПОД ГРИБНЫМ СОУСОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

цыпленок — 500 г; картофель — 4 шт.;  
лук репчатый — 1 шт.; морковь — 1 шт.;  
спред — 1 ст. ложка; грибы — 200 г;  
твердый сыр — 50 г;  
зелень петрушки — 10 г; соль — по вкусу

### ДЛЯ СОУСА:

сметана — 3 ст. ложки;  
мука пшеничная — 1 ст. ложка;  
грибной отвар — 100 мл; соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Разрубить подготовленного цыпленка на небольшие куски. Картофель, морковь, лук порезать небольшими кубиками. Лук и морковь пассеровать по отдельности. Грибы отварить и нарезать пластинками.

*Приготовить соус:* муку поджарить на сухой сковороде, слегка охладить, влить горячий грибной отвар, вымешать до однородной массы и варить 25 минут. Добавить прокипяченную сметану, соль и проварить еще 5 минут.

Куски мяса разложить в горшочки (3 шт.), добавить картофель, пассерованные лук и морковь, грибы и залить сметанным соусом.

Накрыть крышкой и тушить в духовке 45 минут. За 10 минут до готовности посыпать тертым сыром. Подать, посыпав измельченной зеленью петрушки.

## УТКА С ОВОЩАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*утка — 1 кг;*

*лук репчатый — 2 шт.;*

*растительное масло — 3 ст. ложки;*

*картофель — 0,5 кг;*

*морковь — 2 шт.;*

*зелень — 20 г;*

*утиный жир — 1 ст. ложка;*

*соль, перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Подготовленную утку разрубить на порционные куски, обжарить в растительном масле и разложить по порционным горшочкам (можно готовить в одном большом горшке).

Нарезать кубиками картофель. Натереть на крупной терке морковь. Мелко порезать и слегка обжарить лук.

Разложить овощи по горшочкам, добавить соль, перец, залить водой, чтобы она на 2 см не доставала до края.

Накрыть крышкой или фольгой и тушить в духовке до готовности.

Перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью.



## ГУСЬ С КАРТОФЕЛЕМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

гусь — 1,5 кг;

лук репчатый — 2 шт.;

растительное масло — 3 ст. ложки;

картофель — 0,5 кг;

спред — 2 ст. ложки;

вода — 0,5 л;

соль, специи — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Подготовленную тушку гуся разрезать на небольшие куски, обжарить в растительном масле и разложить по порционным горшочкам (10—15 шт.).

Добавить в каждый горшочек нарезанный дольками картофель.

Порезать и спассеровать лук.

Добавить в горшочек лук, перец, соль и влить воду так, чтобы она была на 2 см ниже края.

Накрыть крышкой или фольгой и тушить в духовке до готовности.

Блюда, приготовленные в горшочках, получаются ароматными, сочными, а главное — полезными. Считается, что более всего сохраняется полезных веществ в блюдах, приготовленных на пару и в горшочках.



## КРОЛИК С ГРИБАМИ И ЧЕРНОСЛИВОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

крольчатина — 0,5 кг;

шампиньоны — 200 г; рис — 200 г;

бульон мясной — 0,5 л;

сладкий перец — 1 шт.;

помидоры — 3 шт.;

лук репчатый — 1 шт.; чеснок — 2 зубка;

чернослив (без косточек) — 100 г;

сыр — 50 г; зелень — 10 г;

соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо кролика нарезать небольшими кусочками.

Грибы и сладкий перец порезать полосками, помидоры натереть на крупной терке. Лук нарезать полукольцами, чеснок натереть на мелкой терке.

На дно каждого горшочка (3 шт.) положить промытый рис, затем слоями выложить подготовленные овощи, в середину положить кусочки мяса.

Посолить, поперчить.

Добавить нарезанный чернослив, посыпать натертым на крупной терке сыром и залить бульоном так, чтобы до края горшочка оставалось 2 см.

Накрыть горшочек крышкой или фольгой и тушить в разогретой духовке до готовности.

Перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью.

## БАРАНИНА С ИМБИРЕМ, МЯТОЙ И РОЗМАРИНОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

баранина — 1 кг;  
лук репчатый — 1 шт.; вода — 100 мл;  
чеснок — 4 зубка; лимон — 1 шт.;  
молотый имбирь — 1 ч. ложка;  
красное полусладкое вино — 30 мл;  
мята сухая — 1 ст. ложка;  
розмарин — 1 ч. ложка;  
растительное масло — 2 ст. ложки;  
зелень петрушки — 10 г;  
соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

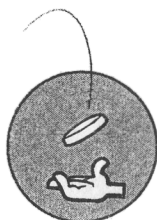
Баранину промыть, нарезать небольшими кубиками и разложить по порционным горшочкам (5—7 шт.). Посыпать измельченным луком, посолить, залить водой, накрыть крышкой, поставить в духовку и тушить 50 минут.

В разогретое на сковороде масло положить мелко нарезанный чеснок, имбирь, кусочек лимона, мяту, розмарин и обжарить до золотистого цвета.

За 20 минут до окончания тушения мяса добавить пряности и тушить до полной готовности.

Готовую баранину выложить на блюдо, полить вином, смешанным с соком лимона, дать пропитаться соусом в течение 5 минут и подать, украсив зеленью.

## ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*мясо с жировой прослойкой — 1 кг;*

*жир свиной — 40 г;*

*лук репчатый — 2 шт.;*

*капуста — 1 кг;*

*сладкий перец — 2 шт.*

### ДЛЯ ЗАПРАВКИ:

*жир свиной — 40 г;*

*мука пшеничная — 40 г*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Нарезанную кусками свинину тушить вместе с луком, солью, сладким перцем и тмином.

Отдельно потушить капусту и добавить ее к мясу.

*Приготовить заправку:* обжарить на жире муку.

Когда мясо немного протушится, добавить в него заправку.

Протушить мясо еще 20 минут и горячим уложить в банки. Банки закатать.

Литровые банки стерилизовать 1 час 30 минут.

Перед подачей к столу гуляш разогреть.

# ЗАПЕКАНИЕ И ЖАРЕНЬЕ

Запекание и жаренье настолько обыденные процедуры, что рассказывать о них, кажется, уже нечего. Но все же, несколько советов.

Для **запекания** можно использовать разнообразные устройства и вспомогательные средства: шапмуры, барбекюшницы, грили, специальные рукава, пищевую фольгу. Выбор за вами!

Чтобы усилить и разнообразить вкус мяса, его следует **мариновать**.

Маринованное кусковое мясо, подготовленное для запекания (**шашлык**), можно с не меньшим успехом жарить в хорошо разогретом масле или на сковорододе-гриль.

Если вы **запекаете** мясо в духовке, его нужно время от времени поливать горячей водой, бульоном или выделившимся соком. Холодными жидкостями поливать нельзя!

Чтобы **запеченное** большим куском мясо легко резалось, перед запеканием в духовке, рукаве или фольге его нужно плотно перевязать шпагатом.

Переворачивая во время **жаренья** или **запекания** мясо, старайтесь лишний раз не прокалывать его, иначе оно теряет сок и становится суше.

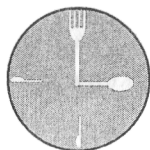
Чтобы **отбить** перед **жареньем** мясо, положите его в плотный полиэтиленовый пакет — не будет брызг!

На **решетке** следует запекать нежирное мясо, поскольку жир, капаящий в огонь, сгорает и образует копоть, которая оседает на мясе.

Пробуйте свои силы и ешьте с удовольствием!

## ЗАПЕКАЕМ В ДУХОВКЕ

### ГОВЯДИНА ПО-ГРЕЧЕСКИ



#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- говядина — 1 кг;*
- лук репчатый — 4 шт.;*
- морковь — 0,5 кг;*
- лимон — 1 шт.;*
- чернослив — 300 г;*
- грецкие орехи — 200 г;*
- соль, перец — по вкусу*

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать кусками по 80 г.

Лук нарезать кольцами.

Морковь натереть на терке.

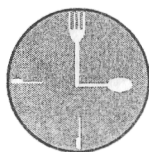
Соединить мясо с луком, морковью и соком лимона. Посолить, поперчить. Перемешать и оставить на час в холодильнике.

Мясо обжарить до готовности.

Распаренный чернослив и грецкие орехи измельчить.

Соединить с готовым мясом.

## ТЕЛЯТИНА ПО-ФРАНЦУЗСКИ С КАРТОФЕЛЕМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*телятина — 500 г;*

*картофель — 5 шт.;*

*лук репчатый — 1 шт.;*

*майонез — 250 г;*

*сыр — 100 г;*

*соль — 1 ч. ложка;*

*лавровый лист — 2 шт.;*

*масло растительное — 2 ст. ложки;*

*перец черный молотый, сухие травы —  
по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мелко, кубиками порезать мясо, картофель, лук. Дно формы для запекания смазать растительным маслом.

Сыр натереть на мелкой терке.

Выложить в форму слоями мясо, лук, картофель. Повторить. Посыпать сыром, залить майонезом.

Поставить форму в духовку и жарить на среднем огне до образования румяной корочки (приблизительно 1,5 часа).

## БУЖЕНИНА В ФОЛЬГЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свиная вырезка или окорок*

*(без кости) — 1 кг;*

*чеснок — 1 головка;*

*лавровый лист — 2 шт.;*

*соль, перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо вымыть и обсушить.

Чеснок очистить. Половину зубков нарезать дольками.

Смешать соль с перцем и обвалить в этой смеси дольки чеснока.

В куске мяса с помощью острого ножа сделать надрезы и нашпиговать мясо чесноком.

Оставшийся чеснок мелко порубить или пропустить через чесночный пресс.

Лавровый лист измельчить.

Тщательно смешать чеснок, лавровый лист, соль и перец.

Натереть мясо приготовленной смесью, положить в глубокую огнеупорную емкость и поставить мариноваться на 12 часов.

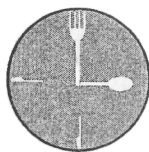
Мясо завернуть в фольгу, положить на противень и поставить в хорошо разогретую духовку.

Запекать при температуре 180°C час-полтора.

Подавать холодным.



## СВИНИНА В РУКАВЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свиная мякоть — 1,5 кг;*

*майонез — 100 г;*

*горчица — 50 г;*

*базилик, майоран — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо вымыть и обсушить. Если мясо не одним куском, сложить их друг с другом и плотно перевязать шпагатом

Смешать майонез с горчицей и травами и натереть этой смесью мясо. Солить не нужно!

Аккуратно поместить мясо в рукав для запекания. Завязать оба конца рукава так, чтобы обе завязки находились на уровне верха мяса.

Положить рукав с мясом на противень и запекать в сильно разогретой духовке при температуре 220 °С около часа.

Надрезать одну из завязок и аккуратно слить образовавшийся мясной сок (его можно использовать как основу для соуса).

Мясо нарезать крупными кусками и подавать горячим или холодным.

## СВИНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ТРАВАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свиная вырезка — 1 кг;*

*лимон — 1 шт.;*

*чеснок — 5 зубков;*

*розмарин — 3 веточки;*

*фенхель — ½ ч. ложки;*

*гвоздика — 2 бутона;*

*перец черный молотый, соль — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо промыть и обсушить.

Гвоздику истолочь, розмарин и чеснок мелко нарезать и смешать со свежеснятой лимонной цедрой, фенхелем, солью и перцем. Хорошо перемешать.

В мясе сделать острым ножом глубокие надрезы и заполнить их смесью приправ.

Мясо посолить и поперчить, перевязать шпагатом.

Выложить мясо на решетку или нанизать на вертел и поставить в разогретую до 200 °С духовку.

Под решетку установить глубокий противень.

Запекать около 2 часов, периодически поливая соком.

## БАРАНЬЯ НОГА ЗАПЕЧЕННАЯ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*задняя баранья нога — 2,5—3 кг;*

*курдючный жир — 100 г;*

*уксус винный — 1—2 стакана;*

*вода — 5 л;*

*чеснок — 2 головки;*

*соль — 200 г*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Баранью ногу целиком положить в подсоленную воду с добавлением уксуса и оставить на 10 часов.

Снять или срезать с мяса все пленки.

Жир нарезать небольшими кубиками и слегка посолить, крупные зубки чеснока нарезать дольками.

В мякоти сделать глубокие надрезы, в которые натолкать жир, а сверху — чеснок. Натереть солью.

Противень застелить фольгой, на нее выложить баранью ногу.

Нагреть духовку до 200°C. Запекать баранину 10—15 минут, после чего температуру понизить до 180°C и запекать еще 2—3 часа, в зависимости от веса ноги.

Готовность запекаемого мяса можно проверить, сделав прокол в самой толстой его части: выделившийся сок должен быть прозрачным.



## ГРИБЫ В МЯСНЫХ КОНВЕРТАХ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*мякоть говядины или свинины — 1 кг;*

*ветчина — 100 г;*

*бекон или копченая грудинка — 100 г;*

*филе курицы — 150 г;*

*шампиньоны — 100 г;*

*лук репчатый — 2 шт.;*

*перец черный молотый, соль — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать толстыми плоскими кусками, сделав в каждом разрез в виде кармашка.

*Приготовить начинку:* грибы и лук почистить, нарезать тонкими ломтиками, ветчину и филе курицы — соломкой. Спассеровать грибы с луком, а через 5 минут добавить ветчину и филе. Посолить, поперчить и протушить еще 5 минут при постоянном помешивании.

В каждый кармашек заложить начинку и заколоть край деревянной зубочисткой или зашить ниткой.

Бекон нарезать длинными лентами и обернуть им каждый готовый «конверт».

Конверты завернуть в фольгу, выложить на противень и запекать в духовке при температуре 180°C до готовности.

## ИНДЕЙКА С КЛЮКВЕННЫМ СОУСОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*индейка — 1 шт.; рис — 1 стакан;  
лимон — 1 шт.; чернослив — 150 г;  
орехи — 100 г; курага — 100 г;  
майонез — 4 ст. ложки;  
чеснок — 4 зубка;  
зелень петрушки и укропа — 1 пучок;  
соль, перец — по вкусу*

### ДЛЯ СОУСА:

*клюква — 1 стакан; имбирь — ½ ч. ложки;  
крахмал — 1 ч. ложка; сахар — 3 ст. ложки*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Чеснок, зелень и цедру лимона измельчить. Из лимона выжать сок. Все соединить, посолить, поперчить и перемешать.

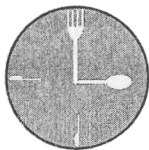
Индейку намазать получившейся смесью внутри и снаружи и оставить на 5 часов.

Рис отварить до полуготовности, добавить в него распаренный чернослив, курагу и измельченные орехи. Наполнить рисом индейку, зашить.

Смазать майонезом и поместить в рукав для запекания. Готовить в духовке 2,5—3 часа.

*Подавать с соусом:* клюкву измельчить, проварить с имбирем и сахаром, перед окончанием готовки добавить крахмал, размешать и охладить.

## КУРИЦА НА СОЛИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

курица — 1 шт.;

крупная соль — 1,5 кг;

перец, черный молотый, пряные травы — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Черный перец смешать с пряными травами и натереть этой смесью подготовленную тушку курицы.

Не солить!

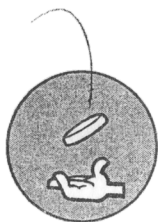
На сухой противень насыпать толстый слой крупной соли (около 0,5 см), а сверху положить курицу (на спинку).

Противень поставить в разогретую духовку и запекать час или полтора в зависимости от размера курицы.

При зажаривании мяса в духовке его рекомендуется поливать сверху образовавшимся соком каждые 10—15 минут. Если сока мало, можно добавить немного бульона или воды.



## «ПЬЯНАЯ» КУРИЦА



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

курица — 1 шт.;  
лук репчатый — 2 шт.;  
чеснок — 2 зубка;  
морковь — 2 шт.;  
чернослив — 1 ст.;  
майонез — 100 г;  
пиво — 1 л;  
соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Натереть тушку курицы смесью из майонеза, чеснока, соли и перца и дать промариноваться 30 минут. Лук, морковь и предварительно замоченный в воде чернослив порезать.

Выложить на дно глубокой огнеупорной емкости слоями половину овощей и чернослива, положить сверху курицу, затем чернослив, морковь и лук. Залить пивом так, чтобы вся курица «утонула» в пиве, закрыть крышкой и поставить в хорошо разогретую духовку на 50 минут.

Вино и пиво в составе маринадов значительно улучшают вкус и аромат готового мяса, по сравнению с использованием маринадов на основе уксуса.



## ЖАРИМ В МАСЛЕ

### БАРАШЕК С ГРИБАМИ



#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*баранина — 1 кг;*

*жир курдючный — 120 г;*

*мука пшеничная — 25 г;*

*соленый крепкий бульон — 2 стакана;*

*грибы — 600 г;*

*помидоры — 5 шт.;*

*перец красный — ½ ч. ложки;*

*лук репчатый — 80 г;*

*лавровый лист — 1 шт.*

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать кусками весом 40—50 г и жарить в масле, пока не подрумянится.

В том же жире пожарить мелко нарезанный лук, затем добавить муку, перец, натертые на терке помидоры, лавровый лист и залить горячим бульоном.

Очистить грибы, всыпать в кипящий соус и варить 5 минут.

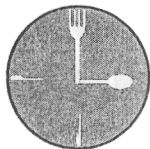
Жареное мясо и грибы уложить в банки и залить кипящим соусом.

Содержимое в банке должно быть на 1,5 см ниже верхнего края банки.

Банки закупорить и сразу же стерилизовать (1 час 30 минут) в предварительно подогретой до 80°C воде.



## ОТБИВНЫЕ «КЛАССИЧЕСКИЕ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*отбивные свиные или говяжьи — 500 г;*

*сыр — 200 г;*

*лимон — 1 шт.;*

*растительное масло, панировочные сухари;*

*соль, перец, лимон — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Куски мяса толщиной 1,5 см освободить от пленок, отбить с обеих сторон, поперчить, посолить, сложить друг на друга, накрыть бумажной салфеткой и дать постоять 15—20 минут.

Сыр натереть на терке.

Подготовленное мясо обвалить в панировке и прожарить на сильно разогретом масле 5 минут, перевернуть, пожарить еще 5 минут.

Посыпать сыром, накрыть крышкой и подержать еще 3—5 минут на медленном огне до расплавления сыра.

При подаче сбрызнуть соком лимона.

Даже в холодильнике мясо нельзя долго хранить в сыром виде — за одним исключением: маринованное мясо простоит без потери качества и угрозы здоровью не менее 4 дней.



## КОТЛЕТЫ ПО-КИЕВСКИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

куриная грудка с плечевой косточкой — 2 шт.; сливочное масло — 150 г; мука — 50 г; панировочные сухари — 150 г; яйца — 2 шт.; молоко — 100 мл; зелень петрушки — 20 г; растительное масло (фритюрное) — 0,6 л; перец черный молотый — ½ ч. ложки; соль — ½ ч. ложки

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Куриную грудку аккуратно очистить от кожи. Косточку не срезать! Филе надрезать от середины в обе стороны, распластать и слегка отбить. Аккуратно убрать сухожилия.

Зелень петрушки измельчить в блендере. Добавить размягченное сливочное масло и соль, перемешать до получения однородной массы. Сформовать две продолговатые масляные котлетки и заморозить их, после чего выложить на филе, завернуть котлету («прорехи» закрыть кусочками филе) и положить ее в морозильник на 3—5 минут.

*Приготовить лезон из яиц и молока.*

Подмороженную котлету поперчить, обмакнуть в лезон, а затем обвалять в панировочных сухарях. Панировку примять. Если она недостаточно плотная, добавить еще один или два слоя.

Жарить котлеты во фритюрном масле до золотистой корочки (около 5 минут), а затем довести до готовности в духовке (около 10 минут).

## МЯСО «ТАЛАССКОЕ»



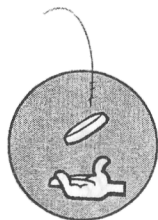
### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 0,5 кг; сало курдючное — 100 г;  
рук репчатый — 1 головка;  
мука пшеничная — 1 ст. ложка;  
масло топленое — 2 ст. ложки;  
перец, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Порезать мясо небольшими кусочками, отбить, посолить, поперчить. Сало мелко нарезать, смешать с нашинкованным луком. Выложить столовую ложку смеси на каждый кусочек говядины, а сверху накрыть еще одним кусочком. «Бутербродики» обвалить в муке и жарить на топленом масле на раскаленной сковороде.

## КУРИЦА В КЛЯРЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

филе куриное — 600 г; яйца — 3 шт.;  
картофель — 4 шт.; соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Куриное филе отбить, посолить и поперчить. Обмакнуть в натертый на мелкой терке картофель, а затем во взбитое вилкой яйцо. Жарить до готовности на медленном огне.

## СВИНИНА С КУНЖУТОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*свинина — 500 г;*

*семена кунжута — 50 г;*

*соевый соус — 3 ст. ложки;*

*растительное масло — 3 ст. ложки;*

*мед — 2 ст. ложки*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать короткими брусочками. Добавить мед, соевый соус, перемешать и оставить мариноваться на 30—40 минут. Не солить!

Семена кунжута обжарить на сухой сковороде до золотистого цвета.

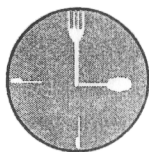
Мясо выложить в сильно разогретое масло и жарить до готовности.

Готовое мясо посыпать кунжутом.

Кунжутное семя — одна из старейших приправ, культивированных человеком. Это тот самый сезам, который открывал пещеру разбойников в сказке про Али-Бабу.



## КУРИНОЕ ФИЛЕ, ФАРШИРОВАННОЕ ВЕТЧИНОЙ, СЫРОМ И АНАНАСАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*филе куриное — 6 шт.;*

*ветчина — 6 ломтиков;*

*сыр — 6 ломтиков;*

*оливковое или подсолнечное масло;*

*ананасы консервированные;*

*сухари панировочные;*

*соль, черный перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В каждом кусочке филе сделать продольный надрез, развернуть, отбить, посолить и поперчить.

В разрез каждого кусочка филе положить по кусочку сыра, ветчины и ананаса.

Филе свернуть конвертом и закрепить зубочистками.

Обвалять филе в панировочных сухарях, выложить на сковороду с сильно разогретым растительным маслом и жарить до готовности.

Ананасы прекрасно оттеняют вкус мяса.

Причем их вполне можно использовать в консервированном виде: небольшое содержание сахаров и кислоты только улучшит вкус мяса.



## ГОВЯДИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*говядина — 1 кг;*

*морковь — 1 шт.;*

*корень петрушки — 1 шт.;*

*лук репчатый — 5 шт.;*

*сметана — 2 стакана;*

*сухари панировочные — 1 ст. ложка;*

*масло сливочное — 2 ст. ложки;*

*перец черный молотый — ½ ч. ложки;*

*зелень, соль — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать небольшими кубиками и сложить в кастрюлю. Залить холодной водой так, чтобы слой жидкости был на 5—7 см выше слоя мяса, посолить и варить на слабом огне 2—3 часа.

За полчаса до конца варки положить корень петрушки и 2 луковицы.

Готовое мясо вынуть из бульона, положить в сотейник и посыпать перцем.

Оставшиеся луковицы очистить, нарезать соломкой, залить сметаной, потушить до готовности, заправить сливочным маслом и солью.

Залить подготовленное мясо получившимся соусом, посыпать сухарями, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и поставить в духовку для подрумянивания.

## КОТЛЕТЫ АССОРТИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 500 г;  
свинина — 300 г;  
баранина — 200 г;  
лук репчатый — 2 шт.;  
картофель — 4 шт.;  
морковь — 2 шт.;  
яйца — 4 шт.;  
молоко — 1 стакан;  
сливочное масло — 100 г;  
белый хлеб — 100 г;  
изюм без косточек — 100 г;  
ядра грецких орехов — 50 г;  
зелень кинзы — 30 г;  
чеснок — 5 зубков;  
растительное масло — 600 г;  
перец, тмин, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Хлеб замочить в молоке.

Мясо, лук, морковь, картофель и замоченный в молоке хлеб пропустить через мясорубку.

В полученный фарш добавить рубленую зелень, перец, тмин, соль и яйца.

Орехи и изюм смешать в блендере.

Сформовать котлеты, положив внутрь смесь орехов и изюма, обвалять в муке и обжарить во фритюре. Выложить шумовкой на блюдо.

## ЗАПЕКАЕМ НА УГЛЯХ

### ШАШЛЫК «АРОМАТНЫЙ»



#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- свинина — 1 кг;*
- зелень кориандра — 1 пучок;*
- масло оливковое — 3 ст. ложки;*
- лимон — 3 шт.;*
- лук репчатый — 3 шт.;*
- соль, перец — по вкусу*

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать кубиками, уложить в посуду.

Сверху посыпать нарезанным луком, потертой на мелкой терке цедрой лимона, нарезанной зеленью кориандра, полить оливковым маслом, сбрызнуть соком лимона.

Все посолить, поперчить и перемешать.

Лимоны нарезать дольками.

Нанизать на шампуры свинину, лук колечками, лимон.

Мясо жарить на мангале 10—15 минут, не забывая переворачивать.



## ГРУЗИНСКИЙ ШАШЛЫК



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свинина — 1 кг;  
чеснок — 5 зубков;  
перец черный молотый — ½ ч. ложки;  
красное вино — 250 мл;  
лавровый лист — 3 шт.;  
лук репчатый — 4 шт.;  
перец сладкий — 3 шт.;  
масло растительное — 125 мл;  
соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Перемешать в миске нарезанное кубиками мясо с измельченным чесноком, мелко нарезанным луком, перцем, солью, вином и лавровым листом.

Оставить на 8 часов при комнатной температуре или на ночь в холодильнике.

Нанизать на шампуры поочередно кусочки мяса, дольки лука, лавровый лист и нарезанный кубиками перец.

Жарить на горячих углях, подавать с лимоном.

Любое мясо, приготовленное для шашлыка, можно запекать в духовке: на решетке или на вертеле. Кроме того, его можно жарить на масле.



## ШАШЛЫК «ПИКАНТНЫЙ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свинина — 1 кг;  
 лимоны — 3 шт.;  
 паприка молотая — 3 ч. ложки;  
 кориандр молотый — 1 ч. ложка;  
 перец черный молотый — 0,5 ч. ложки;  
 лавровый лист молотый — 1 шт.;  
 масло оливковое — 4 ст. ложки;  
 имбирь молотый —  $\frac{1}{4}$  ч. ложки;  
 корица молотая —  $\frac{1}{4}$  ч. ложки;  
 тмин молотый —  $\frac{1}{4}$  ч. ложки;  
 базилик мелко рубленный — 2 ст. ложки;  
 соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо вымыть, нарезать кусочками, лимоны нарезать ломтиками.

Смешать в эмалированной посуде паприку, кориандр, тмин, базилик, имбирь, корицу, черный перец, мускатный орех, лавровый лист, оливковое масло, соль. Положить кусочки свинины, лимоны и перемешать с маринадом, закрыть крышкой и поставить в прохладное место на 8—12 часов.

Мясо перемешивать каждый час.

Нанизать мясо на шампуры и готовить 7—10 минут, поворачивая шампуры вокруг оси каждые 1—2 минуты, пока мясо не запечется.

## ШАШЛЫК В ЛИМОННОМ СОКЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свинина — 1,8 кг;

лук репчатый — 3 шт.;

лимоны — 2—3 шт.;

орех мускатный тертый — 5 г;

перец душистый молотый — 5 г;

соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо нарезать небольшими кусочками (по 80 г).

Репчатый лук нарезать полукольцами, из свежих лимонов выжать сок.

Уложить мясо в эмалированную кастрюлю, добавить лук, тертый мускатный орех, молотый душистый перец, залить все соком лимона, посолить и хорошо перемешать.

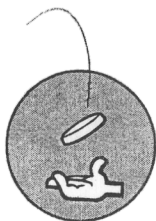
Накрыть кастрюлю крышкой и поставить в холодильник на 8 часов.

Нанизывать на шампуры и жарить над раскаленными углями, сбрызгивая смесью оставшегося маринада с водой.

К шашлыку можно подать целые помидоры, обжаренные вместе с шашлыком.



## ШАШЛЫК В МАЙОНЕЗЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

свинина — 2 кг;

лук — 6 шт.;

майонез — 200 мл;

горчица — 200 г;

соль, перец — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Свинину нарезать кусочками.

Репчатый лук порезать кубиками.

Мясо выложить в эмалированную кастрюлю, поперчить, посолить, посыпать луком, а затем помять руками.

*Приготовить маринад:* смешать в равных частях горчицу и майонез.

Залить этой смесью мясо, осторожно перемешать, накрыть кастрюлю крышкой и оставить мариноваться на 6 часов.

Нанизать мясо на шампуры и готовить 10—15 минут на мангале с раскаленными углями, периодически поворачивая каждый шампур вокруг своей оси.

Говяжий шашлык может быть «с кровью».



## ШАШЛЫК С ПОМИДОРАМИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

говядина — 800 г;

помидоры — 800 г;

лук — 2 шт.;

перец черный молотый — 5 г;

красное сухое вино — 150 мл;

чеснок — 3 зубка;

зелень кинзы — 1 пучок;

соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Говяжьё вырезку нарезать небольшими кусочками (по 50 г).

Сложить в кастрюлю, добавить соль, молотый черный перец, измельченный репчатый лук и красное сухое вино.

Накрыть кастрюлю крышкой и выдержать мясо в маринаде 2 часа.

Затем нанизать мясо на шампуры вместе с нарезанными свежими помидорами.

При подаче на стол посыпать шашлык измельченной зеленью кинзы и толченым чесноком.

Чем моложе говядина, тем нежнее получится шашлык.



## ШАШЛЫК «ГИНТАРАС»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*телятина — 800 г;*

*чеснок — 4 зубка;*

*лимон — 1 шт.;*

*сало — 200 г;*

*соль, перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе телятины нарезать кусочками, немного отбить, посолить, поперчить, натереть толченым чесноком, полить соком лимона.

Сложить в эмалированную посуду и оставить в прохладном месте на 5 часов.

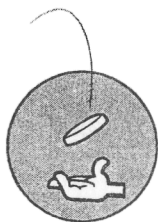
Затем на каждый кусочек замаринованного мяса положить по маленькому кусочку шпика, свернуть в рулетики и закрепить деревянными шпажками или зубочистками.

Нанизать полученные рулетики на шампуры и жарить на мангале над горячими углями, периодически поворачивая и сбрызгивая разведенным с водой соком лимона.

Лимонный сок придает жареному и запеченному мясу свежесть и неповторимый аромат.



## ШАШЛЫК «КЛАССИЧЕСКИЙ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

баранина — 1 кг;

лук репчатый — 6 шт.;

лук зеленый — 1 пучок;

уксус 9%-й — 30 г;

помидоры — 4 шт.;

томатный соус — 4 ст. ложки;

лимон — 1 шт.;

перец черный молотый, зелень, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Подготовленное мясо нарезать небольшими кусками. Сложить в эмалированную посуду, посолить, посыпать молотым перцем, добавить мелко нарезанный репчатый лук, уксус или лимонный сок и перемешать.

Посуду накрыть крышкой и на 2—3 часа поставить на холод для маринования.

Куски мяса нанизать на шампур, чередуя с репчатым луком, нарезанным кольцами.

Жарить шашлык на мангале над горячими углями 10—15 минут, поворачивая шампуры так, чтобы мясо равномерно прожаривалось.

С шашлыком подать репчатый лук, нарезанный кольцами, лимон, помидоры или соус. Перед подачей украсить зеленью.

## ШАШЛЫК «ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

баранина — 1,5 кг;

лук репчатый — 300 г;

лук зеленый — 160 г;

сумах — 12 г;

зелень петрушки и укропа — 40 г;

перец, соль — по вкусу

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Подготовленную реберную часть корейки порезать на кусочки вместе с реберными косточками.

Нанизать кусочки на шампуры так, чтобы наружная часть каждого кусочка корейки была обращена на одну сторону.

Жарить шашлык на мангале над раскаленными углями.

Подавать со свежими помидорами, также поджаренными на мангале, луком, зеленью петрушки. Отдельно подать сумах, перец, соль.

Баранина — самое ароматное и полезное (с точки зрения диетологов) красное мясо. Настоящие гурманы хороший шашлык делают только из баранины.





## ШАШЛЫК ПО-КАРСКИ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

баранина — 500 г;  
почки бараньи — 2 шт.;  
лук репчатый — 1 шт.;  
лук зеленый — 100 г;  
уксус — 1 ст. ложка;  
лимон — ½ шт.

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

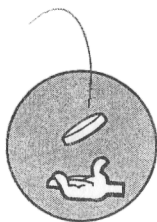
Почечную часть баранины вымыть, очистить, срезав сухожилия, сделать надрезы, чтобы во время жарения куски баранины не стягивало, и нарезать по одному куску (250 г) на порцию. Почки также обмыть и разрезать пополам.

Подготовленные баранину и почки сложить в эмалированную посуду, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным репчатым луком и зеленью петрушки, сбрызнуть уксусом или лимонным соком и в таком виде оставить на 2—3 часа для маринования.

Перед жарением каждый кусок баранины надеть на металлический вертел, добавив с обеих сторон куска по половинке почки, и жарить над углями без пламени, поворачивая, чтобы баранина равномерно прожарилась.

Готовый шашлык снять с вертела и подать целым куском вместе с почками, положив на тарелку кусочек лимона. Сверху посыпать шашлык зеленым луком и зеленью петрушки.

## ШАШЛЫК «УЗБЕКСКИЙ»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

баранина — 500 г;  
 сало курдючное — 150 г;  
 мука пшеничная — 30 г;  
 зелень петрушки — 1 пучок;  
 лук репчатый — 3 шт.;  
 анис — 5 г;  
 перец красный молотый — 5 г;  
 уксус 3%-й — 5 ст. ложек

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Очищенное филе баранины нарезать маленькими кусками.

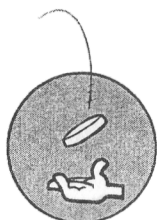
Измельчить репчатый лук.

*Приготовить маринад:* смешать анис, репчатый лук, красный перец и уксус.

Мясо замариновать с луком и оставить на 3 часа в прохладном месте.

Нанизать кусочки баранины на шампуры, перемежая кусочком сала каждые 2 кусочка мяса. Посыпать сверху мукой и жарить на мангале над раскаленными углями.

## ШАШЛЫК ИЗ КУРИЦЫ С ОСТРЫМ СОУСОМ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

курица — 1 кг;  
масло растительное — 50 мл;  
уксус виноградный — 40 г;  
лук репчатый — 2 шт.;  
перец черный и красный молотый, соль —  
по вкусу

### ДЛЯ СОУСА:

сметана — 150 мл;  
аджика — 200 мл;  
томатная паста — 2 ст. ложки;  
чеснок — 4 зубка

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

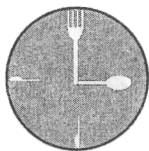
Тушку курицы разрезать на одинаковые куски по 60 г.

Сложить в эмалированную посуду, добавить мелко нашинкованный лук, молотый черный и красный перец, соль, виноградный уксус и оставить мариноваться в прохладном месте 2—3 часа.

Нанизать кусочки мяса на шампуры и жарить над раскаленными углями, смазывая шашлык растительным маслом и сбрызгивая оставшимся маринадом.

*Приготовить соус:* смешать сметану, толченый чеснок, аджику и томатную пасту.

## ШАШЛЫК ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- куриное филе — 0,5 кг;*
- перец сладкий — 2 шт.;*
- измельченный имбирь — 1 ст. ложка;*
- белый винный уксус — 2 ст. ложки;*
- соевый соус — 2 ст. ложки;*
- перец черный молотый — 1 ч. ложка;*
- зелень чабреца — 1 ч. ложка;*
- растительное масло — 3 ч. ложки;*
- соль — ½ ч. ложки*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясо порезать на порционные куски.

Измельчить зеленый лук, острый зеленый перец, имбирь, чабрец, добавить уксус, соус, черный перец, 2 ч. ложки растительного масла и соль.

Обвалить каждый кусок курицы в получившейся смеси и сложить в емкость для маринования.

Поставить в холодильник на 1 час.

Обжарить сладкий перец в оставшемся растительном масле, посолить.

Нанизать кусочки курицы и перца на шампуры.

Смазать мясо оставшимся маринадом.

Жарить шашлыки на мангале или на гриле до полной готовности, периодически переворачивая.

## ФАРШИРОВАННЫЙ ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ НА ВЕРТЕЛЕ



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

*цыпленок — 1 кг;*

*сыр сулугуни — 300 г;*

*гранат — 1 шт.;*

*жир, соль, перец — по вкусу*

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Цыпленка вымыть, обсушить, натереть солью и перцем.

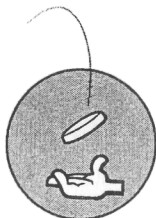
Гранат разобрать на отдельные зерна и смешать их с мелко нарезанным сыром сулугуни. Нафаршировать этой смесью подготовленную тушку.

Цыпленка обмазать жиром и жарить на решетке над углями, часто смазывая оставшимся жиром и время от времени переворачивая.

К этому блюду гарнир не должен быть слишком сытным. Лучше всего подойдет салат из свежих овощей.



## БАРБЕКЮ «ЛЮКС»



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

филе курицы — 1 кг;

сливочное масло — 3 ст. ложки;

шампиньоны — 0,5 кг;

зелень укропа и петрушки — 1 пучок;

лук репчатый — 3 шт.;

растопленный животный жир —  
½ стакана

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Филе вымыть, обсушить, нарезать на одинаковые кусочки и слегка отбить с обеих сторон.

Замариновать мясо в любом маринаде на 2 часа.

Вынуть филе из маринада, смазать растопленным сливочным маслом и обжарить на разогретом рашпере с обеих сторон, обильно поливая оставшимся маринадом.

Лук очистить, нарезать толстыми кружочками.

Шампиньоны вымыть, разрезать пополам, обмакнуть в растопленный жир и обжарить вместе с луком на разогретом рашпере с обеих сторон в течение 15—20 минут.

Готовое мясо переложить на блюдо, обложить грибами и луком и украсить мелко порубленной зеленью петрушки или укропа.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барбекю. Мясо на огне. — М.: АСТ. Сталкер, 2001.
2. Блюда для пикника. — М.: Эксмо, 2005.
3. Вкусные блюда на каждый день. — Х.: Книжный клуб «Клуб семейного досуга», 2001.
4. Выпечка. — М.: АСТ. Сталкер, 2002.
5. Кулинарные рецепты. — М.: Агропромиздат, 1985.
6. Миллион меню. Пикник. — Аркаим. Урал ЛТД, 2004.
7. Тычинский В. Г. Тонкости кулинарного мастерства. — К.: Реклама, 1984.
8. Шашлыки. — М.: АСТ. Сталкер, 2005.

## **Серия "Кулинария. Новые идеи"**

**Вы хотите узнать новые рецепты  
приготовления мяса?**

**В нашей книге мы предлагаем не только  
классические рецепты, но и совершенно  
вам незнакомые.**

**Копчение, вяление, тушение, соление  
и жаренье — все разнообразие приемов,  
используемых для приготовления  
свинины, говядины, баранины, мяса  
птицы и кролика!**

**Преимущества разных способов  
приготовления, особенности подготовки  
и обработки сырых ингредиентов...**

**С нашей книжкой приготовить  
кулинарный шедевр вам будет просто!**

**аргумент**принт

ISBN 978-617-594-234-5



9 786175 942345