

ЛЮБИМЫЕ РЕЦЕПТЫ
ДЛЯ СЕМЬИ И ДРУЗЕЙ

Кулинарный мастер-класс

с А.Селезневым и А.Вовк

рецепты с мягким
сыром



Кулинарный мастер-класс

с **А.Селезевым** и **А.Вовк**



Кулинарный мастер-класс

с А.Селезевым и А.Вовк

• Рецепты с мягким •
сыром



ЭКМО
МОСКВА
2012

УДК 641/642
ББК 36.997
С 29

Интересы автора представляет
литературно-маркетинговое агентство Westland Marketing (WMG)
www.westlandmarketing.ru

Автор и Издательство благодарят
телеканал «Домашний» и «МБ-групп»
за многолетнюю медийную поддержку книг
Александра Селезнева

Также автор выражает благодарность
магазинам «Императорский фарфор», «Дезульер групп»,
«Акценты», «Полная чаша», «Эндрю Мартин», «Пурпур»,
«Интерьерная лавка», «Воздух Прованса»,
которые помогли при съемке

Разработка принципиального макета *Г. Булгаковой*
Фото в оформлении макета *Е. Моргуновой*

Селезнев А.

С 29 Рецепты с мягким сыром / Александр Селезнев, Анна Вовк. –
М. : Эксмо, 2012. – 112 с. : ил. – (Кулинарные праздники
с А.Селезневым).

ISBN 978-5-699-52907-0

Новая книга Александра Селезнева посвящена рецептам блюд, приготовленных с использованием мягких сыров. Мягкий сыр является универсальным ингредиентом, который прекрасно подходит как для несладких горячих и холодных блюд, так и для десертов и даже напитков! Вы легко в этом убедитесь, пролистав книгу и приготовив рецепты из нее для своих близких.

На основе мягких сыров автор книги приготовил горячие блюда, закуски, салаты, соусы, супы, десерты и напитки. Всегда блюда получались очень нежными и с мягким вкусом. Самые интересные рецепты приведены в данной книге.

В конце книги вы найдете историю, интересные и полезные статьи про сыры, рецепты их приготовления и многое другое.

УДК 641/642
ББК 36.997

© Селезнев А., 2011
© Вовк А., 2011
© Моргунова Е., фото, 2011
© Оформление.

ISBN 978-5-699-52907-0

ООО «Издательство «Эксмо», 2012

Слово автора

Дорогие друзья!

Вы держите в руках мою новую книгу, посвященную рецептам блюд, приготовленных с использованием мягких сыров. Это удивительная тема, ведь мягкий сыр является универсальным ингредиентом, который прекрасно подходит как для несладких горячих и холодных блюд, так и для десертов, и даже напитков! Вы легко в этом убедитесь, пролистав книгу и приготовив рецепты из нее для своих близких.

Подготовить эту книгу мне помогала мой давний партнер и друг – Анна Вовк. С Анной мы знакомы уже очень давно, часто вместе готовим и тестируем рецепты. Кроме дружбы нас с Анной связывают и партнерские отношения, так как Анна отвечает за развитие бренда сыра Филадельфия (PHILADELPHIA) в России и странах СНГ.

Но вернемся к новой книге. Сейчас выбор мягких сыров в магазинах огромен, и вы легко подберете сыр по душе. Сыр с различным процентом жирности, с добавлением йогурта, обезжиренный, с травами, с чесноком – каждый подойдет для своего блюда.

На основе мягких сыров я приготовил горячие блюда, закуски, салаты, соусы, супы, десерты и напитки. Всегда блюда получались очень нежными и с мягким вкусом. Самые интересные рецепты я собрал в этой книге для вас!

Такую тему я выбрал неслучайно, ведь мягкий сыр является основой многих блюд почти в каждой уважающей себя кухне мира. Это и японские



роллы, и итальянские соусы к пасте, и американские чизкейки, и французские сливочные десерты, и всевозможные европейские крем-супы и многие-многие другие популярные блюда.

Открою секрет: у меня дома всегда стоит в холодильнике баночка мягкого сыра, и сколько раз она выручала меня при внезапном появлении в доме гостей. С таким ингредиентом любое, даже самое простое блюдо приобретает нежный, изысканный вкус. И получается, что с мягким сыром очень просто прослыть хорошим кулинаром! Посмотрите, как удивятся ваши родные вполне привычным блюдам, в которые добавлен всего лишь один новый ингредиент – мягкий сыр.

Ну а в конце книги вы найдете историю, интересные и полезные статьи про сыры, рецепты их приготовления.

Ну что ж, вперед – к кулинарному творчеству и вкусным победам!

За помощь в создании книги благодарю моего партнера компанию «Торговый Дом «Петровский».



Дорогие гурманы!

Рада встрече с вами на страницах нашей новой книги! Позвольте представиться и рассказать о себе. Меня зовут Анна Вовк. У меня большая семья, и мы часто собираемся все вместе за обеденным столом. Я очень люблю готовить. Особенно приятно становится, когда видишь, как близкие люди наслаждаются получившимся блюдом и просят добавки. Поэтому мне очень лестно принять участие в создании кулинарной книги вместе с самим Александром Селезневым!

Я часто вспоминаю семейные застолья моего детства. Хотя я и была еще ребенком, я очень хорошо помню, как моя мама готовила свои «коронные» блюда. Эти рецепты сохранились в нашей семье и по сей день. Но сейчас,

готовя их уже самостоятельно, я стараюсь экспериментировать и немножко изменять рецепты, адаптировать их под современные продукты и таким образом придавать новый вкус классическим домашним блюдам.

За последние годы ассортимент мягких сыров на нашем рынке расширился, простор для творчества значительно увеличился, и фантазировать с вариантами блюд стало намного проще. Раньше ведь что у нас было под рукой? Майонез, сметана, масло... вот и весь набор. Но вкус у этих продуктов достаточно сильный, и запоминается он сразу и надолго. Другое дело мягкий сыр – в сочетании с различными ингредиентами он придает и разный вкусовой оттенок блюдам. Вкус становится ярче, богаче и изысканнее. И это я вам могу сказать со всей ответственностью, ведь я в своей профессиональной деятельности возглавляю клуб «Филадельфия», объединяющий ценителей мягкого сыра Филадельфия (PHILADELPHIA) по всей России. За это время я перепробовала огромное количество рецептов с мягким сыром и теперь точно знаю, что более универсального и нежного ингредиента просто не существует, а возможности его использования безграничны: крем-суп, салаты, десерты, сладкие и пикантные соусы и даже коктейли!

Многие примеры рецептов с мягкими сырами вы найдете, пролистав эту книгу. Приятных и вкусных вам кулинарных встреч!

Содержание

Слово автора.....	5	Картофель с грибами, тушеный в сырном соусе.....	56
ЗАКУСКИ		Фаршированные кабачки.....	57
Фаршированные грибы с зеленью.....	10	Рыба в белом соусе.....	58
Сырное суфле.....	10	Картофель с сырным соусом.....	59
Канapé с сельдью.....	12	Ризотто с брокколи, тыквой и ветчиной.....	60
Луковый хлеб с зеленью и чесноком.....	12	Линь фаршированный.....	61
Канapé с лососем.....	14	Рыбные стейки со сливочным соусом.....	62
Овощное канapé.....	14	Семга с чесноком и травами.....	63
Итальянское канapé.....	16	Щука с соусом.....	64
Канapé с тыквой.....	16	Гусь, тушеный в сливочном соусе, с овощами.....	64
Семга с омлетом на тосте.....	18	Итальянская яичница.....	66
Свекольный соус.....	19	Открытый пирог с помидорами черри.....	67
Картофельные лодочки с гуакамоле.....	20	Лазанья овощная.....	68
Креветки с перцем.....	21	Лазанья с беконом.....	69
Креветки на гриле с чатни из груши.....	22	Мясной открытый пирог.....	70
Закуска «Золотая рыбка».....	23	Запеканка овощная.....	70
Кабачковый ролл с лососем.....	24	Овощной кускус.....	72
Корзинка с фаршем.....	25	Стейк ягненка с картофелем и соусом.....	73
Корзинка с курицей.....	26	Пирог с лососем.....	74
Тарталетка с осьминогами.....	27	Почки с грибами.....	75
Тарталетка с уткой и овощами.....	28	Бефстроганов.....	76
Тарталетка с беконом и луком.....	29	Свинина с брокколи.....	77
Белый соус с мягким сыром и шашлык из курицы.....	30	Мясные стейки с фасолью.....	78
САЛАТЫ		Итальянский рулет.....	79
Семга с брокколи.....	34	ДЕСЕРТЫ	
Восточный салат.....	35	Смузи с ягодами.....	82
Салат морковный.....	36	Смузи шоколадное.....	82
Немецкий теплый салат с грибами.....	37	Клубничный торт.....	84
Салат «Нисуаз».....	38	Фруктовое брúле.....	84
Салат с креветками и апельсинами.....	39	Сырный мусс с бэзе и земляникой.....	86
СУПЫ		Брауни.....	87
Томатный суп.....	42	Шоколадно-ванильный чизкейк.....	88
Тыквенный суп.....	43	Лимонные мини-чизкейки.....	89
Суп морской.....	44	Чизкейк с лаймом.....	90
Холодный суп из огурцов.....	45	Выпечной чизкейк.....	91
Крем-суп с морепродуктами.....	46	Карамельный чизкейк.....	92
Ботвинья с креветками.....	47	Банановые пирожные.....	93
ОСНОВНЫЕ БЛЮДА		Экзотик десерт.....	94
Каннелони.....	50	Шоколадно-фисташковый десерт.....	95
Фаршированная куриная грудка.....	51	Фруктовый десерт.....	96
Паста с лисичками.....	52	Фисташковый мусс с вишней.....	97
Спагетти карбонара.....	52	Торт с нектарином.....	98
Спагетти с курицей и оливками.....	54	Панна котта из белого шоколада с клубникой.....	100
Лисички с мягким сыром в картофеле.....	55	Мусс апельсиновый с меренгами.....	102
		Малиновый чизкейк.....	103
		Пряный хлебный мусс с жареными абрикосами.....	104
		«Три шоколада».....	105
		Справочная информация.....	106



Закуски



Фаршированные грибы с зеленью

10 шампиньонов с большими шляпками
3 ст. л. вина белого сухого
100 г мягкого сыра с травами
зелень, тмин, соль и перец по вкусу

- 1 Грибы промойте. Срежьте с них шляпки.
- 2 Перемешайте мягкий сыр с вином, специями, тмином.
- 3 Нафаршируйте шляпки шампиньонов сырной массой, украсьте зеленью и выпекайте в духовке при температуре 180 °С 20 минут.



Сырное суфле

1 ст. л. оливкового масла
200 г мягкого сыра
2 яйца
25 г муки
1 пучок лука сибулет
30 г сыра чеддер

- 1 Разогрейте духовку до 190 °С.
- 2 Лук мелко нарежьте. Сыр чеддер мелко натрите.
- 3 Взбейте желтки с мягким сыром и мукой. Затем перемешайте смесь с луком и сыром чеддер.
- 4 Отдельно взбейте яичные белки до образования пиков.
- 5 Аккуратно перемешайте белковую и желтковую смесь.
- 6 Переложите суфле по порционным чашам, смазанным оливковым маслом, и выпекайте в духовке 15 минут до готовности.





Канопе с сельдью

4 кусочка черного хлеба
150 г сельди
0,5 пучка лука зеленого
2 ч. л. хрена сливочного
70 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
соль, розовый перец по вкусу

- 1 Мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA) перемешайте с хреном, мелко нарезанным луком и розовым перцем. Посолите и поперчите.
- 2 Хлеб нарежьте небольшими произвольными кусочками.
- 3 На куски хлеба выложите сырную смесь, сверху куски сельди и украсьте зеленью.



Луковый хлеб с зеленью и чесноком

1 багет
30 г сливочного масла
5 кусочков грудинки
1 помидор
10 см сельдерея
4 ч. л. сока лимона
2 зубчика чеснока
укроп, базилик и другие пряные травы по вкусу
соль, паприка и перец по вкусу
70 г мягкого сыра

- 1 Перемешайте растопленное сливочное масло с нарезанным чесноком, укропом и пряными травами, солью и перцем. Добавьте половину сока лимона.
- 2 Разрежьте багет на кусочки для канопе, смажьте соусом и выпекайте в духовке 5 минут при температуре 180 °С.
- 3 Мягкий сыр перемешайте с нарезанной зеленью, соком лимона и нарезанным базиликом.
- 4 Помидор ошпарьте кипятком и удалите с него кожицу.
- 5 На выпеченный хлеб намажьте сырный соус, потом выложите кусочки помидора, нарезанный сельдерей и грудинку.



Канопе с лососем

4 кусочка белого хлеба
4 кусочка лосося соленого
70 г мягкого сыра
1 лук-шалот
2 ч. л. сливочного хрена
1 зубчик чеснока
3 веточки рукколы
2 ст. л. оливкового масла

- 1 Мягкий сыр перемешайте с измельченным чесноком, нарезанным луком-шалотом, хреном.
- 2 Хлеб нарежьте произвольно на кусочки для канопе.
- 3 На хлеб выложите свернутый кусочек рыбы, шарик сырной смеси и зелень.
- 4 Сбрызните оливковым маслом.

Овощное канопе

70 г мягкого сыра
5 соцветий брокколи (или 10 см сельдерея)
50 г сыра с плесенью
зелень по вкусу
зира или кориандр для украшения

- 1 Перемешайте мягкий сыр с сыром с плесенью. Добавьте зелень по вкусу.
- 2 Соцветия брокколи опустите в кипящую воду на 1 минуту, затем достаньте. Охладите.
- 3 На брокколи выложите шарик сырной смеси. Украсьте кориандром.
- 4 Вместо брокколи можно использовать нарезанный лодочкой сельдерей.



Итальянское канапе

5 кусочков прошутто (или бекона)

7 каперсов

5 оливок

3 помидора черри

4 кусочка белого хлеба

70 г мягкого сыра с зеленью

1 ч. л. сока лимона

- 1 Мягкий сыр перемешайте с нарезанными каперсами. Влейте туда часть сока от каперсов и сок лимона.
- 2 Хлеб порежьте на произвольные кусочки для канапе.
- 3 На кусочки хлеба положите сырную смесь.
- 4 Оливки разрежьте и удалите косточку.
- 5 Выложите оливки на сыр, также выложите помидоры черри и прошутто.

Канапе с тыквой

70 г тыквы

2 кусочка бекона

3 оливки «Каламата»

60 г мягкого сыра с зеленью

1 зубчик чеснока

5 см лука-шалота

- 1 Тыкву обжарьте на сливочном масле.
- 2 Мягкий сыр перемешайте с измельченным чесноком и луком-шалотом.
- 3 Оливки без косточек аккуратно оберните пластиной бекона. По желанию оливки можно порезать.
- 4 В кусочках тыквы вырежьте ложкой углубление.
- 5 В тыкву выложите шарик сыра, оливку с беконом.





Семга с омлетом на тосте

2 ст. л. растительного масла
50 г молока
4 яйца
100 г мягкого сыра
2 кусочка хлеба для тостов
2 кусочка копченой семги
1 ст. л. оливкового масла
1 ст. л. сливочного масла
зелень, соль и перец по вкусу

- 1** Яйца чуть взбейте с молоком, посолите и поперчите.
- 2** На растительном масле приготовьте омлет, перемешивая яйца в сковороде. Готовый омлет быстро перемешайте с мягким сыром до его размягчения.
- 3** Перемешайте оливковое и сливочное масло и на нем обжарьте тосты хлеба.
- 4** На тосты выложите омлет. Положите кусочки семги и сверху посыпьте зеленью.

Свекольный соус

150 г свеклы
150 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
1 ч. л. сока и цедры лимона
1/2 огурца
соль и перец по вкусу

- 1** Свеклу очистите от кожицы и отварите до готовности.
Порежьте свеклу произвольными кусками.
- 2** Перемешайте свеклу, мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA), сок и цедру лимона. Измельчите смесь в блендере.
- 3** Посолите и поперчите, тщательно перемешайте и уберите соус в холодильник на 15 минут.
- 4** Огурец очень мелко измельчите.
- 5** Перемешайте соус с огурцом и подавайте к любому гарниру, мясу или закуске.





Картофельные лодочки с гуакамоле

4 картофелины
1 ст. л. оливкового масла
100 г мягкого сыра
1 авокадо
1 помидор
1/4 ст. л. чили
1 ст. л. цедры лайма
2 ст. л. сока лайма
3 веточки петрушки и укропа
соль и перец по вкусу

- 1** Картошку в мундире отварите до готовности.
- 2** Разрежьте картофель на 4 части (лодочками) и аккуратно удалите середину, оставив кожицу с 0,5 см мякоти.
- 3** На оливковом масле обжарьте лодочки до образования корочки.
- 4** Для гуакамоле перемешайте мягкий сыр с мякотью авокадо.
- 5** Помидор ошпарьте кипятком и удалите с него кожицу.
- 6** Добавьте мякоть помидора к соусу. Перемешайте и затем добавьте сок и цедру лайма, чили, измельченную зелень. Посолите и поперчите.
- 7** В картофельные лодочки выложите соус гуакамоле и подавайте.

Креветки с перцем

2 летних перца
120 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
1 помидор
3 веточки укропа
70 г креветок
1 зубчик чеснока
сок 1/2 лимона
соль, кориандр и перец по вкусу

- 1** Помидор ошпарьте кипятком и снимите с него кожицу. Затем порежьте помидор на небольшие кубики.
- 2** Креветки отварите до готовности и очистите от панциря.
- 3** Укроп мелко нарежьте. Чеснок измельчите.
- 4** Перец помойте, разрежьте пополам и удалите семена.
- 5** Мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA) чуть взбейте и аккуратно перемешайте с помидорами, чесноком, лимонным соком и укропом, посолите и поперчите.
- 6** Выложите смесь в половинки перцев, сверху выложите креветки.





Креветки на гриле с чатни из груши

100 г мягкого сыра
цедра и сок 1 лайма
1 перец чили
150 г креветок

Для чатни:

1 груша
1 маракуйя
1 красная луковица
1 ст. л. измельченного кориандра
сок 1 лайма
1 зубчик чеснока
2 ст. л. оливкового масла

- 1 Перец чили мелко нарежьте.
- 2 Перемешайте мягкий сыр с цедрой и соком лимона, перцем чили.
- 3 Очищенные креветки перемешайте с сырной смесью и запеките в духовке при режиме «гриль» 10 минут до образования корочки (температура 180 °С).
- 4 Для чатни чеснок мелко измельчите. Лук нарежьте полукольцами. Грушу порежьте кубиками.
- 5 Перемешайте грушу, маракуйю, чеснок, лук, кориандр. Заправьте чатни соком лайма и оливковым маслом. Дайте чуть настояться.
- 6 Подавайте креветки с чатни.

Закуска «Золотая рыбка»

200 г слоеного теста
1 ст. л. оливкового масла
150 г мягкого сыра с зеленью
2 ч. л. хрена сливочного
цедра и сок 1 лайма
1 ч. л. пасты васаби
150 г соленого лосося
1 огурец
зелень по вкусу

- 1 Из слоеного теста вырежьте кусочки в виде головы и хвоста рыбы. Смажьте оливковым маслом.
- 2 Выпекайте эти кусочки в духовке при температуре 200 °С 10 минут до готовности.
- 3 Перемешайте мягкий сыр, сок и цедру лайма, хрен и соус васаби до однородности.
- 4 Огурец разрежьте вдоль пополам, ложкой выньте мякоть по всей длине.
- 5 В углубление на огурец выложите сырную смесь, сверху поместите кусочки лосося.
- 6 Положите огурцы с лососем на порционную тарелку и добавьте к ним выпеченное тесто так, чтобы получился силуэт рыбки.
- 7 Украсьте зеленью и лаймом.





Кабачковый ролл с лососем

1 кабачок
150 г мягкого сыра
50 г мягкого сыра с зеленью
3 ст. л. измельченной зелени
цедра 1 лимона
200 г соленого лосося
зелень по вкусу
1 перец чили

- 1** Кабачок порежьте на очень тонкие пластины во всю ширину и длину овоща.
- 2** Перемешайте мягкий сыр, сыр с зеленью, измельченные травы, цедру лимона.
- 3** Перец чили мелко нарежьте и добавьте к сыру, перемешайте.
- 4** Намажьте слой сырной смеси на каждую пластину кабачка и добавьте веточки зелени.
- 5** Лосось нарежьте такими же по форме тонкими пластинами, как и кабачок.
- 6** Положите пластины кабачка, смазанные сырной смесью, на пластины семги.
- 7** Сверните все рулетом таким образом, чтобы с внешней стороны была семга, а внутри сырная смесь.

Корзинка с фаршем

200 г мясного фарша
1 помидор
2 зубчика чеснока
1 красная луковица
200 г слоеного теста
соль и перец по вкусу
100 г мягкого сыра
50 г томатной пасты
зелень по вкусу
1 перец чили
1 желтый перец
60 г вареной белой фасоли
2 ст. л. оливкового масла

- 1 Слоеное тесто раскатайте в пласт.
- 2 Сформируйте из теста корзинку с бортиками и выпекайте ее при температуре 200 °С 15 минут.
- 3 Лук и чеснок мелко порежьте. Помидор нарежьте кубиками, перец и перец чили мелко измельчите.
- 4 На оливковом масле обжарьте лук и чеснок. Затем добавьте к нему фарш и тушите 2 минуты. Затем добавьте два вида перцев и тушите еще 2 минуты, после добавьте помидоры, фасоль и томатное пюре. Готовьте 7 минут. В конце приготовления добавьте мягкий сыр, посолите и поперчите. Перемешайте и снимите с огня.
- 5 Начинку выложите в готовую корзинку (при необходимости предварительно надавите на дно корзинки, чтобы оно стало плоским). Украсьте зеленью и ложечкой сырной массы и подавайте.





Корзинка с курицей

200 г слоеного теста
1 ст. л. оливкового масла
2 куриные грудки
1 луковица
1 перец
100 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
2 ст. л. молока
1 ч. л. паприки
листья салата по вкусу
7 помидоров черри
соль и перец по вкусу

- 1 Слоеное тесто раскатайте в пласт. Сформируйте из теста корзинку с бортиками и выпекайте ее при температуре 200 °С 15 минут.
- 2 Лук порежьте полукольцами. Куриную грудку разрежьте на порционные кусочки.
- 3 На оливковом масле обжарьте лук, добавьте к нему курицу и тушите, помешивая, 10 минут.
- 4 Мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA) перемешайте с молоком, паприкой, солью и перцем. Добавьте сыр в сковороду и жарьте еще 1 минуту.
- 5 Помидоры черри разрежьте пополам, перец нарежьте кубиками. Перемешайте помидоры, перец и горячую начинку. Добавьте листья салата и аккуратно еще раз перемешайте.
- 6 Начинку выложите в готовую корзинку (при необходимости предварительно надавите на дно корзинки, чтобы оно стало плоским).



Тарталетка с осьминогами

50 г осьминогов (сырых или маринованных)
1 помидор
70 г мягкого сыра с зеленью
100 г слоеного теста
салатные листья по вкусу

- 1** Слоеное тесто раскатайте в пласт.
- 2** Сформируйте из теста корзинку с бортиками и выпекайте ее при температуре 200°C 15 минут.
- 3** Если вы используете сырых осьминогов, то отварите их в кипящей воде около 3 минут до готовности.
- 4** Томаты ошпарьте кипятком и удалите кожицу, порежьте на мелкие кубики.
- 5** Перемешайте помидоры с мягким сыром.
- 6** Осьминогов выложите в готовую корзинку (при необходимости предварительно надавите на дно корзинки, чтобы оно стало плоским). Добавьте сырную смесь и листья салата.





Тарталетка с уткой и овощами

1 желтый перец
1 луковица
0,5 баклажана
2 ст. л. оливкового масла
0,5 кабачка
1 утиная грудка
500 г слоеного теста
100 г мягкого сыра
зелень, соль и перец по вкусу

- 1** Тесто раскатайте в тонкий пласт прямоугольной формы и выпекайте его при температуре 200 °С 20 минут.
- 2** Лук, перец, баклажан, кабачок и грудку порежьте порционными кусочками.
- 3** На оливковом масле обжарьте лук, затем добавьте грудку и тушите 10 минут.
- 4** Затем добавьте кабачок, баклажан и перец и обжарьте еще 7 минут.
- 5** Готовое тесто разрежьте вдоль на 3 части.
- 6** Первый корж смажьте мягким сыром, на сыр выложите овощи и утку.
- 7** Затем положите второй слой теста и повторите слой сыра и слой овощей и грудки. Накройте все третьим слоем теста.

Тарталетка с беконом и луком

150 г слоеного теста
1 ст. л. оливкового масла
1 красный лук
5 пластин бекона
1 веточка розмарина
70 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)

- 1 Тесто раскатайте в тонкий пласт прямоугольной формы и выпекайте его при температуре 200 °С 20 минут.
- 2 Лук нарежьте полукольцами, бекон нарежьте кубиками.
- 3 На оливковом масле обжарьте лук и бекон, розмарин до размягчения.
- 4 Готовое тесто разрежьте пополам. Нижний корж промажьте мягким сыром Филадельфия (PHILADELPHIA).
- 5 Сверху выложите лук и бекон.
- 6 Накройте вторым слоем теста и подавайте.



Белый соус с мягким сыром и шашлык из курицы

200 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA) с йогуртом

1 зубчик чеснока

150 г сыра фета

2 ч. л. сока и цедры лимона

1/2 красной луковицы

1 ч. л. измельченных листьев мяты

4 кусочка хлебных тостов

1 огурец

соль и перец по вкусу

Для шашлычка:

1 куриная грудка

50 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)

1/2 луковицы

1 зубчик чеснока

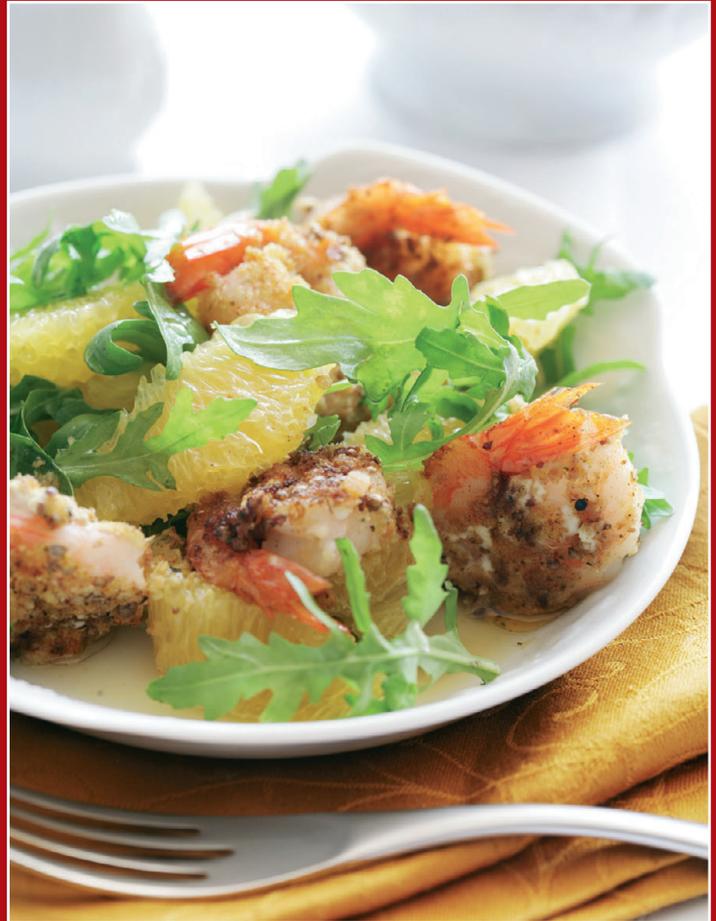
1 яйцо

соль и перец по вкусу

- 1 Лук и огурцы мелко порежьте. Чеснок измельчите.
- 2 Перемешайте мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA) с фетой, соком и цедрой лимона, солью и перцем.
- 3 Измельчите смесь в блендере (по желанию) с огурцом, чесноком, луком, листьями мяты. Доведите соус до состояния пюре.
- 4 Подавайте соус с хлебными тостами, запеченными в духовке 10 минут при температуре 180 °С, и куриным шашлычком.
- 5 Для шашлычка куриную грудку измельчите до состояния фарша.
- 6 Добавьте нарезанный лук, чеснок, яйцо и мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA). Все тщательно измельчите и перемешайте. Посолите и поперчите.
- 7 Получившийся фарш сформируйте в виде продолговатой котлетки, нанижите ее на палочку и запекайте в духовке при температуре 180 °С 15 минут.







Салаты





Семга с брокколи

300 г семги
400 г брокколи
1 лимон
100 г мягкого сыра
соль и перец по вкусу
оливковое масло по вкусу

- 1** Семгу обжарьте на оливковом масле, сбрызнув соком 1/2 лимона. Обжаривайте по 4 минуты с каждой стороны.
- 2** Готовую семгу порежьте на крупные кубики.
- 3** Брокколи опустите в кипящую воду на 2 минуты, затем охладите.
- 4** Мягкий сыр перемешайте с соком половины лимона, посолите и поперчите.
- 5** Аккуратно смешайте семгу с соцветиями брокколи. Сверху положите шарики сырного соуса и подавайте.

Восточный салат

4 ст. л. молока
100 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
1 желтый перец
7 веточек лука сибулет
1 лайм
20 г кориандра
200 г креветок
1 огурец
соль и перец по вкусу
рис в качестве гарнира

- 1** Желтый перец нарежьте тонкими пластинами. Огурец очистите от кожицы и нарежьте также тонкими пластинами. Лук сибулет нарежьте колечками.
- 2** Молоко с мягким сыром Филадельфия (PHILADELPHIA) нагрейте на плите. Креветки отварите и очистите от панциря.
- 3** В молоко положите перец и чуть отварите.
- 4** Добавьте туда лук, креветки, посолите и поперчите. Тушите все около 3 минут.
- 5** В конце приготовления добавьте огурцы.
- 6** Подавайте салат, сбрызнув его соком лайма и присыпав нарезанным кориандром.
- 7** Салат получается очень вкусным с рисом в качестве гарнира.





Салат морковный

1 яблоко
450 г моркови
180 г мягкого сыра
сок 1 лимона
25 г орехов (измельченных)
соль и перец по вкусу

- 1** Яблоко помойте и очистите от кожицы.
- 2** Морковь промойте и также очистите от кожицы.
- 3** Морковь и яблоко нарежьте тонкой соломкой. Сразу сбрызните лимонным соком.
- 4** Мягкий сыр перемешайте со специями, оставшимся соком лимона.
- 5** Затем смешайте яблоко и морковь с мягким сыром, посыпьте орехом.

Немецкий теплый салат с грибами

4 небольших картофелины
200 г вешенок
2 зубчика чеснока
1 красная луковичка
1 свиная вырезка
2 ч. л. горчицы
70 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
2 ст. л. сливок
зелень, соль и перец по вкусу

- 1** Перемешайте мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA), горчицу и сливки. Добавьте нарезанную зелень.
- 2** Картошку нарежьте дольками с кожурой и обжарьте по 8 минут с каждой стороны до готовности.
- 3** Лук нарежьте полукольцами, чеснок измельчите, грибы порежьте на половинки.
- 4** Затем добавьте чеснок, лук и вешенки в сковороду и прожарьте их около 5 минут.
- 5** Затем добавьте соус, перемешайте и тушите еще 5 минут.
- 6** Мясо обжарьте отдельно по 7 минут с каждой стороны. Затем поставьте мясо в духовку на 10 минут при температуре 180 °С.
- 7** Перемешайте все с мясом и подавайте, полив оставшимся соусом из сковороды. Приправьте специями по вкусу.





Салат «Нисуаз»

100 г стручков горошка
1 ст. л. оливкового масла
60 г мягкого сыра
1 ст. л. молока
2 помидора
10 оливок
150 г свиного филе
салатные листья по вкусу
соль и перец по вкусу

- 1** Свинину порежьте кусочками.
- 2** На оливковом масле обжарьте свинину по 4 минуты с каждой стороны.
- 3** Добавьте мягкий сыр и молоко, посолите и поперчите и жарьте еще 2 минуты.
- 4** Помидоры нарежьте дольками. У оливок удалите косточку.
- 5** Стручки гороха положите в кипящую воду на 3 минуты.
- 6** В порционной тарелке перемешайте помидоры, горошек, свинину, оливки и салатные листья. Заправьте белым соусом из сковороды.

Салат с креветками и апельсинами

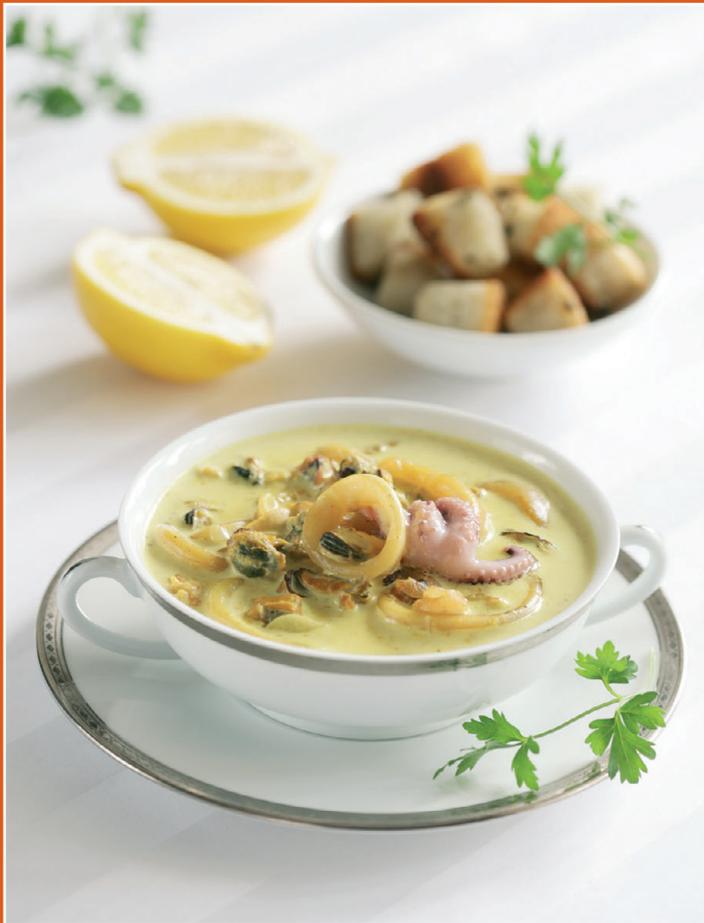
10 шт. креветок
100 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
70 г панировочной смеси
100 мл растительного масла для фритюра

Для заправки:

2 апельсина
50 г листьев салата
10 веточек рукколы
1 ст. л. оливкового масла
1 ст. л. соевого соуса

- 1 Разогрейте растительное масло для фритюра.
- 2 Креветки обмажьте мягким сыром Филадельфия (PHILADELPHIA) и обваляйте в панировочной смеси.
- 3 Обжарьте креветки во фритюре по 4 минуты, до образования корочки.
- 4 У апельсинов вырежьте дольки без пленок и отожмите 2 ложечки сока.
- 5 Перемешайте салатные листья с рукколой, дольками апельсина, креветками, соком апельсина, соевым соусом и оливковым маслом.





Супы





Томатный суп

2 ст. л. оливкового масла
1 луковица
1 ч. л. карри
700 г томатной пасты
400 г измельченного томатного пюре
150 мл овощного бульона
1 помидор
соль и перец по вкусу
100 г мягкого сыра
2 зубчика чеснока
зелень для украшения

- 1** Лук и чеснок мелко нарежьте. Помидор порежьте на мелкие кубики.
- 2** На оливковом масле обжарьте лук и чеснок в течение минуты, помешивая. Добавьте карри.
- 3** Затем добавьте томатную пасту, пюре, бульон, нарезанные помидоры, посолите и поперчите.
- 4** Тушите суп около 10 минут, помешивая.
- 5** Снимите суп с огня и вмешайте в него мягкий сыр. Украсьте зеленью.

Тыквенный суп

5 листьев шалфея
3 кусочка белого хлеба
1 ст. л. оливкового масла
1 ст. л. натертого твердого сыра
20 г сливочного масла
1 луковица
1 зубчик чеснока
700 г тыквы
1 морковь
400 мл овощного бульона
400 мл горячей воды
1 ст. л. винного уксуса
70 г мягкого сыра
2 ст. л. теплого молока
соль и перец по вкусу

- 1 На оливковом масле обжарьте листья шалфея и хлеб, посыпьте хлеб натертым сыром и оставьте на плите под крышкой.
- 2 Лук, чеснок, тыкву и морковь нарежьте произвольными кусочками.
- 3 На сливочном масле обжарьте лук, добавьте тыкву и тушите 5 минут.
- 4 Затем добавьте морковь и чеснок и жарьте еще 5 минут.
- 5 Добавьте бульон и воду и варите суп до готовности овощей около 15 минут.
- 6 Затем добавьте уксус, специи. Переложите суп в блендер и измельчите в пюре.
- 7 Добавьте в суп молоко, мягкий сыр, чуть прогрейте.
- 8 Подавайте суп с гренками и листиками шалфея.





Суп морской

2 картофелины
2 ст. л. оливкового масла
1 стебель сельдерея
1 зубчик чеснока
200 г морепродуктов
180 г мягкого сыра
250 мл молока
2 ст. л. измельченной петрушки
150 г цветной капусты
соль и перец по вкусу
1 лук-шалот

- 1** Картофель отварите до готовности. Затем очистите от кожуры и порежьте кубиками.
- 2** Цветную капусту разберите на соцветия и варите 5 минут.
- 3** Сельдерей, лук-шалот и чеснок порежьте полукольцами.
- 4** На оливковом масле обжарьте лук-шалот, чеснок и сельдерей. Добавьте в сотейник морепродукты и обжаривайте еще 3 минуты.
- 5** Потом добавьте картофель и капусту, тушите еще 2 минуты.
- 6** После этого добавьте мягкий сыр и молоко. Все перемешайте. Посолите и поперчите, накройте крышкой и варите почти до закипания.
- 7** Снимите суп с огня и присыпьте листьями петрушки. Приправьте по вкусу.

Холодный суп из огурцов

1 ст. льда
4 огурца
1 ст. л. хрена
3 ст. л. сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
1 луковица
1 зубчик чеснока
зелень, соль и перец по вкусу
1 ч. л. сока лимона
стручки горошка для подачи

- 1 Огурцы очистите от кожицы. Нарежьте произвольными кусочками.
- 2 Лук нарежьте на кусочки. Зелень и чеснок измельчите.
- 3 Перемешайте мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA) с хреном.
- 4 Добавьте в смесь зелень, лук, чеснок, огурцы, сок лимона, лед, посолите и поперчите и измельчите смесь в блендере.
- 5 Подавайте суп с кусочками огурцов и стручками горошка.





Крем-суп с морепродуктами

1 луковица
300 г морепродуктов
2 зубчика чеснока
50 мл белого вина
30 г сыра чеддер
400 г рыбного бульона
200 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
щепотка шафрана
зелень, соль и перец по вкусу
гренки для подачи

- 1 Лук нарежьте мелко, чеснок измельчите.
- 2 Обжарьте лук и чеснок в течение 2 минут.
- 3 Затем добавьте морепродукты и белое вино, тушите 5 минут.
- 4 Отложите 1/3 часть морепродуктов.
- 5 Добавьте в основную массу морепродуктов рыбный бульон, мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA), шафран и тщательно перемешайте.
- 6 Измельчите смесь в блендере.
- 7 Затем добавьте сыр чеддер, посолите, поперчите и еще раз измельчите.
- 8 Подавайте с зеленью и отложенными морепродуктами, а также с гренками.



Ботвинья с креветками

3 картофелины
2 свеклы с ботвой
300 г креветок
500 г рыбного бульона
2 яйца
1 ст. л. сливочного хрена
2 ст. л. мягкого сыра
соль и перец по вкусу
зелень по желанию

- 1** Свеклу и картофель очистите от кожицы и отварите до готовности.
- 2** Ботву мелко нарежьте.
- 3** Готовую свеклу и картофель нарежьте кубиками, перемешайте с мягким сыром, хреном, ботвой, креветками и бульоном.
- 4** Доведите до кипения и затем половину смеси измельчите в блендере, посолите и поперчите. Охладите.
- 5** Яйца сварите вкрутую.
- 6** В порционную тарелку положите неизмельченные овощи, пюре, разрезанные на половинки яйца и по желанию зелень.





Основные блюда





Каннелони

500 г куриной грудки
500 мл сливок
1 пачка каннелони
200 г мягкого сыра
6 веточек петрушки
2 помидора
6 пластин твердого сыра
соль, перец по вкусу

- 1** Курицу порежьте кусочками и перемешайте с мягким сыром и нарезанной зеленью. Посолите и поперчите.
- 2** Помидоры порежьте кольцами.
- 3** Каннелони нафаршируйте куриной смесью.
- 4** На дно формы для выпекания выложите кольца помидоров.
- 5** Сверху положите каннелони.
- 6** Каннелони залейте сливками и сверху положите пластины твердого сыра.
- 7** Выпекайте в духовке при температуре 180 °С 45 минут.

Фаршированная куриная грудка

6 маслин
7 каперсов
2 ст. л. цедры лимона
2 ст. л. оливкового масла
150 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
70 г шпината
2 куриные грудки
30 г измельченных сухарей белого хлеба

- 1** Маслины, каперсы и шпинат мелко измельчите.
- 2** Перемешайте оливковое масло, мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA), цедру, шпинат, каперсы и маслины.
- 3** Отложите 3 ст. л. смеси отдельно.
- 4** В грудках сделайте надрезы-карманы и вложите в них начинку из сыра.
- 5** На пергамент выложите сухари по форме грудки. Сверху на сухари выложите оставшуюся сырную массу. Вторым концом пергамента накройте соус и скалкой чуть раскатайте массу.
- 6** Поставьте зеленую подушку выпекаться в духовку при температуре 180 °C на 5 минут.
- 7** На горячую подушку положите нафаршированную грудку и выпекайте ее до готовности 20 минут.



500 г лисичек
70 г мягкого сыра
1 луковица
300 г пасты
соль и перец по вкусу
2 ст. л. оливкового масла
1 ст. л. натертого пармезана
укроп и петрушка по вкусу

Паста с лисичками

- 1** Пасту отварите в кипящей воде до готовности.
- 2** Лук нарежьте полукольцами. Зелень измельчите.
- 3** Лисички промойте и обжарьте на оливковом масле. Добавьте лук и еще обжарьте.
- 4** Затем в сковороде добавьте мягкий сыр, специи, зелень. Доведите смесь до кипения и снимите с огня.
- 5** Перемешайте лисички со спагетти, присыпьте пармезаном и подавайте.

Спагетти карбонара

300 г спагетти
2 ст. л. оливкового масла
1 луковица
1 зубчик чеснока
120 г мягкого сыра
75 мл молока
4 кусочка ветчины или бекона
2 ст. л. петрушки
соль, перец по вкусу
натертый пармезан для присыпки

- 1** Спагетти отварите в кипящей воде до готовности.
- 2** Ветчину или бекон нарежьте кусочками. Лук нарежьте кубиками. Чеснок измельчите.
- 3** На оливковом масле обжарьте кусочки бекона. Добавьте лук, чеснок, зелень, чуть потушите. Затем добавьте сыр, молоко, специи. Доведите до кипения и снимите с огня.
- 4** Перемешайте беконную смесь с пастой, присыпьте пармезаном и подавайте.







Спагетти с курицей и оливками

2 ст. л. оливкового масла
200 г куриной грудки
3 веточки розмарина
100 г мягкого сыра
4 ст. л. молока
10 оливок
1 ч. л. измельченной петрушки
250 г спагетти
1/2 болгарского перца
1 ст. л. натертого пармезана
3 зубчика чеснока
соль, перец по вкусу

- 1** Спагетти отварите в кипящей воде до готовности.
- 2** Грудку промойте и нарежьте кусочками. Перец нарежьте кубиками.
- 3** На оливковом масле обжарьте кусочки грудки. Добавьте кубики перца, розмарин, петрушку, чуть потушите. Затем добавьте оливки без косточек, сыр, молоко, нарезанный чеснок, специи. Доведите до кипения и снимите с огня.
- 4** Перемешайте куриную смесь с пастой, присыпьте пармезаном и подавайте.

Лисички с мягким сыром в картофеле

500 г лисичек
70 г мягкого сыра
1 луковица
5 картофелин
соль и перец по вкусу
2 ст. л. оливкового масла
укроп и петрушка по вкусу

- 1** Картофель промойте и отварите в мундире в кипящей воде до готовности.
- 2** Вареную картошку нарежьте на половинки, удалите сердцевину. Удаленную мякоть нарежьте.
- 3** Лук нарежьте полукольцами. Зелень измельчите.
- 4** Лисички промойте и обжарьте на оливковом масле. Добавьте лук и еще обжарьте.
- 5** Затем в сковороду добавьте сыр, специи, зелень, мякоть картофеля. Доведите смесь до кипения и снимите с огня.
- 6** Выложите смесь с лисичками в картофелины и запеките в духовке при температуре 180 °С 25 минут.





Картофель с грибами, тушенный в сырном соусе

500 г грибов
8 пластин бекона
300 г мягкого сыра
2 луковицы
3 зубчика чеснока
5 картофелин
300 мл молока
соль и перец по вкусу
2 ст. л. оливкового масла
1 ст. л. натертого пармезана
125 г зернистого творога
пучок укропа и петрушки

- 1** Картофель промойте и порежьте на дольки.
- 2** Грибы промойте и нарежьте кусками.
- 3** Бекон и лук также нарежьте кусками. Чеснок измельчите.
- 4** Обжарьте на сковороде грибы, бекон, лук, чеснок на оливковом масле.
- 5** Перемешайте жареную смесь с картофелем, добавьте специи, нарезанную зелень.
- 6** Выложите все в форму для запекания.
- 7** Перемешайте молоко с творогом и мягким сыром и залейте этой массой картофель с грибами.
- 8** Присыпьте блюдо сверху натертым пармезаном и выпекайте при температуре 180°C 50 минут.

Фаршированные кабачки

4 небольших кабачка
100 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
200 г консервированной кукурузы
4 пластины бекона
зелень, соль, перец по вкусу

- 1** Кабачки промойте, разрежьте вдоль пополам. У кабачков удалите сердцевину.
- 2** Опустите кабачки на 2–3 минуты в кипяток, затем выньте.
- 3** Бекон порежьте на кусочки.
- 4** Перемешайте мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA) с кукурузой, беконом и нарезанной зеленью. Посолите и поперчите.
- 5** Нафаршируйте кабачки сырной смесью и поставьте в духовку в режиме «гриль» на 5 минут при температуре 180 °С.
- 6** Подавайте теплыми.





Рыба в белом соусе

2 огурца
сок 1/2 лимона
1 ч. л. коричневого сахара
25 г сливочного масла
1 луковица
100 г мягкого сыра
125 мл овощного бульона
8 кусочков филе белой рыбы
соль и перец по вкусу

- 1** Лук порежьте полукольцами.
- 2** Огурцы нарежьте крупными кубиками.
- 3** На сковороде на сливочном масле обжарьте лук, затем влейте туда бульон и положите мягкий сыр, нагрейте.
- 4** Добавьте в сковороду огурцы и сахар. Потушите около 2 минут.
- 5** Филе рыбы сверните рулетиками и обжарьте в соусе. Полейте рыбу соком лимона и посолите-поперчите.
- 6** Тушите рыбу в соусе около 7 минут до готовности.
- 7** Подавайте рыбу с теплым соусом.

Картофель с сырным соусом

150 г голубого сыра
200 г тыквы
3 картофелины
2 ст. л. оливкового масла
150 г мясного филе
80 г мягкого сыра
2 ст. л. молока
3 зубчика чеснока
зелень, соль и перец по вкусу

- 1** Картофель отварите без кожуры, затем нарежьте кубиками или произвольными кусочками.
- 2** Тыкву нарежьте так же, как картофель.
- 3** На сковороде обжарьте 5 минут тыкву и чеснок. Затем добавьте к ней картофель и мягкий сыр, перемешанный с молоком, и снимите с огня.
- 4** Мясное филе нарежьте кусочками и обжарьте на сковороде по 3 минуты с каждой стороны на оливковом масле.
- 5** Перемешайте горячее мясо и обжаренные овощи.
- 6** Добавьте к смеси голубой сыр и нарезанную зелень, посолите и поперчите.
- 7** Все перемешайте и подавайте.





Ризотто с брокколи, тыквой и ветчиной

400 г риса для ризотто
900 мл овощного бульона
80 г оливкового масла
50 г растительного масла
соль и перец по вкусу
50 г белого вина
3 зубчика чеснока
1 луковица
200 г брокколи
100 г тыквы
100 г ветчины или бекона
100 г мягкого сыра
специи по вкусу (орегано, лавровый лист)

- 1** Приготовьте бульон.
- 2** Лук мелко нарежьте, чеснок измельчите.
- 3** Оливковое масло перемешайте с растительным, обжарьте на нем лук и чеснок.
- 4** Тыкву порежьте кусочками, брокколи разберите на соцветия.
- 5** Добавьте в сковороду нарезанные овощи и чуть обжарьте.
- 6** Добавьте вино, затем рис, тушите.
- 7** Постепенно вливайте в сковороду бульон, сначала половину, потом еще 1/4 и так дальше. Добавьте специи. Помешивая, готовьте рис.
- 8** За 7 минут до готовности добавьте в ризотто мягкий сыр и бекон, посолите, поперчите, перемешайте и тушите до готовности.

Линь фаршированный

400 г шпината
1 зубчик чеснока
3 ст. л. мягкого сыра
2 рыбы с головой
1 яйцо
соль и перец по вкусу

Для подачи:

6 помидоров черри
5 веточек зеленого лука
1/2 луковицы
3 кусочка бекона
2 ст. л. вина
оливковое масло для обжарки

- 1** Мягкий сыр перемешайте с измельченным чесноком и шпинатом. Добавьте яйцо. Все тщательно перемешайте. Посолите и поперчите по вкусу.
- 2** Рыбу выпотрошите и промойте, оставив голову и плавники.
- 3** Рыбу нафаршируйте начинкой и запекайте в духовке 15 минут при температуре 180 °С.
- 4** Эту рыбу можно также приготовить на пару.
- 5** Отдельно на сковороде на оливковом масле обжарьте помидоры черри, лук и бекон по желанию. Добавьте вино и чуть потушите.
- 6** Подавайте с обжаренными помидорами черри и зеленым луком.





Рыбные стейки со сливочным соусом

1 картофелина
100 г мягкого сыра
2 филе рыбы
4 ст. л. муки
оливковое масло для обжаривания
8 веточек зеленого лука
3 зубчика чеснока
5 каперсов
1 луковица

- 1** Обваляйте стейки рыбы в муке и обжарьте на оливковом масле до готовности.
- 2** Картофелину отварите, очистите от кожуры и слегка примните.
- 3** Мягкий сыр перемешайте с измельченным чесноком и нарезанным зеленым луком. Затем добавьте картошку и каперсы.
- 4** Отдельно обжарьте лук. Перемешайте его в отдельной емкости с 40 г мягкого сыра.
- 5** Выложите получившийся соус на рыбу.
- 6** Подавайте рыбу со сливочным соусом на подушке из картофельной и сырной смеси.

Семга с чесноком и травами

50 г белого хлеба
1 лимон
3 филе семги
2 ст. л. оливкового масла
100 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
с травами
1 зубчик чеснока
соль и перец по вкусу
зелень по вкусу

- 1 Натрите цедру лимона и отожмите сок.
- 2 Рыбу обжарьте на оливковом масле по 4 минуты с каждой стороны до готовности, сбрызните соком лимона (3 ч. л.).
- 3 Отдельно обжарьте чеснок.
- 4 Перемешайте мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA) с травами с чесноком, цедрой и соком лимона, посолите и поперчите.
- 5 Хлеб измельчите до состояния крошек и затем слегка обжарьте их на сухой сковороде.
- 6 Подавайте рыбу с соусом, посыпав хлебными крошками и украсив зеленью.



300 г филе щуки
1 стебель сельдерея
6 перьев зеленого лука
40 г сливочного масла
100 г мягкого сыра
соль и розовый перец по вкусу



Щука с соусом

- 1 Рыбу порежьте порционными кусочками и обжарьте на сковороде по 3 минуты с каждой стороны.
- 2 Сельдерей и лук нарежьте кольцами или брусочками.
- 3 Отдельно на сливочном масле обжарьте лук и сельдерей.
- 4 Перемешайте мягкий сыр с луком и сельдереем.
- 5 Подавайте рыбу с соусом и специями.

Гусь, тушенный в сливочном соусе, с овощами

1 гусь
2 моркови
1 красный перец
1 желтый перец
1 луковица
1 головка чеснока
200 г мягкого сыра
1 л бульона
1 сельдерей
соль и перец по вкусу
растительное масло для обжарки

- 1 Лук, морковь, чеснок, сельдерей и перец нарежьте кусочками.
- 2 Гуся разрежьте на порционные кусочки и обжарьте в масле около 7 минут с каждой стороны. Переложите гуся в форму для запекания.
- 3 В бульоне растворите мягкий сыр. Влейте бульон с сыром к гусю.
- 4 Отдельно обжарьте овощи на жире от гуся.
- 5 Добавьте в форму к гусю чеснок, лук, сельдерей, морковь, перец, посолите и поперчите.
- 6 Тушите гуся с овощами 1,5 часа при температуре 180 °С в духовке.





Итальянская яичница

4 яйца
4 кусочка бекона
1 лук-шалот
10 сушеных помидоров
1 фенхель
5 ст. л. мягкого сыра
2 зубчика чеснока
зелень, соль и перец по вкусу
2 ст. л. оливкового масла

- 1** Лук-шалот, бекон, чеснок и фенхель нарежьте кусочками.
- 2** Обжарьте лук-шалот и чеснок на оливковом масле около 1 минуты. Затем добавьте бекон и фенхель, еще раз обжарьте. Добавьте сушеные помидоры и чуть потушите.
- 3** У двух яиц отделите белок от желтка. Отдельно взбейте белки и отдельно желтки с оставшимися яйцами, добавьте 4 ст. л. мягкого сыра. Аккуратно перемешайте белки с желтками.
- 4** Вылейте яйца на сковороду, посолите и поперчите, перемешайте, накройте крышкой и жарьте около 5 минут до готовности.
- 5** За 1 минуту до окончания добавьте оставшийся мягкий сыр и зелень.

Открытый пирог с помидорами черри

375 г слоеного теста
120 г мягкого сыра
4 ст. л. соуса песто
200 г помидоров черри
4 кусочка бекона
зелень по вкусу
1 веточка розмарина
соль и перец по вкусу

- 1** Разогрейте духовку до 200 °С.
- 2** Слоеное тесто раскатайте в прямоугольный пласт толщиной 5 мм. С краев теста срежьте тонкие полоски, которые затем выложите на края основного пласта, сформировав таким образом бортики.
- 3** Поставьте тесто выпекаться до полуготовности на 10 минут.
- 4** Перемешайте 1 ст. л. мягкого сыра с соусом песто.
- 5** Выньте тесто из духовки и придавите центр.
- 6** Помидоры черри разрежьте пополам. Бекон порежьте небольшими кусочками.
- 7** На тесто выложите мягкий сыр, затем половинки помидоров, бекон, розмарин.
- 8** Посолите и поперчите и выпекайте пирог еще 10 минут. Готовый теплый пирог сверху смажьте соусом песто с мягким сыром и присыпьте зеленью.





Лазанья овощная

1 ст. л. оливкового масла
1 луковица
2 зубчика чеснока
2 стебля сельдерея
2 моркови
1 ст. л. томатного пюре
800 г консервированных томатов
800 г шпината
1 пучок укропа
300 г мягкого сыра
3 ст. л. натертого пармезана
10 листов лазаньи
соль и перец по вкусу

- 1** Нарежьте мелко сельдерей, морковь натрите на терке.
- 2** Лук и чеснок мелко нарежьте и обжарьте на оливковом масле.
- 3** Добавьте сельдерей и морковь и чуть потушите.
- 4** Добавьте томатное пюре и тушите еще 5 минут, помешивая. Затем добавьте консервированные томаты и под крышкой тушите смесь около 20 минут, периодически перемешивая.
- 5** Готовую смесь измельчите в блендере. Посолите и поперчите.
- 6** Отдельно в блендере измельчите мягкий сыр и шпинат, укроп, добавьте половину пармезана.
- 7** В форму для выпекания выкладывайте слоями красный и зеленый соусы, прослаивая их листьями лазаньи. Последнюю пластину лазаньи смажьте красным соусом. Сверху посыпьте лазанью пармезаном.
- 8** Выпекайте лазанью при температуре 180 °С 30 минут.

Лазанья с беконом

6 пластин бекона
6 помидоров
1 ст. л. оливкового масла
1 красная луковица
6 листов лазаньи
1 ч. л. сухих прованских трав
60 г мягкого сыра
2 ст. л. молока

Для соуса:

60 г мягкого сыра
2 ч. л. молока
25 г сыра чеддер
1 ч. л. дижонской горчицы
1 ч. л. сухих прованских трав

- 1 Разогрейте духовку до 190 °С.
- 2 Листья лазаньи опустите на 3 минуты в кипяток.
- 3 Лук и бекон нарежьте кусочками.
- 4 На оливковом масле обжаривайте лук и бекон 3–4 минуты.
- 5 Помидоры нарежьте кубиками и добавьте к бекону, посыпьте прованскими травами. Обжаривайте еще 4 минуты.
- 6 Затем добавьте мягкий сыр и молоко и доведите почти до кипения.
- 7 В форму для выпекания выложите красный соус и листы лазаньи поочередно.
- 8 Для белого соуса перемешайте мягкий сыр, молоко, натертый сыр чеддер, горчицу и прованские травы.
- 9 Верхний слой лазаньи смажьте белым соусом.
- 10 Выпекайте лазанью при температуре 190 °С 20 минут.



- 1 морковь
- 2 картофелины
- 1 утиная грудка
- 3 помидора
- 3 зубчика чеснока
- 2 лавровых листа
- 1 ст. белой фасоли
- 1 луковица
- 500 г слоеного теста
- соль и перец по вкусу
- 1 яйцо
- 200 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
- 2 ст. л. оливкового масла



Мясной открытый пирог

- 1 Фасоль замочите на 1 час, затем отварите до полуготовности.
- 2 Тесто раскатайте в пласт прямоугольной формы и переложите в форму для выпекания, сформировав бортики.
- 3 Морковь и картофель очистите от кожуры.
- 4 Лук, чеснок, морковь, картошку, грудку порежьте произвольными кусочками.
- 5 На оливковом масле обжарьте лук и чеснок, затем добавьте морковь и картошку, тушите 10 минут. Затем добавьте грудку и фасоль, тушите, помешивая, 7 минут.
- 6 Помидоры ошпарьте кипятком и снимите с них кожицу. Нарежьте помидоры кубиками. Добавьте в сковороду помидоры, лавровый лист, соль и специи. Тушите еще 15 минут.
- 7 Мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA) перемешайте с яйцом и добавьте в сковороду. Снимите с огня.
- 8 Выложите начинку на дно пирога.
- 9 Выпекайте пирог при температуре 180 °С 20 минут.

Запеканка овощная

- 150 г цветной капусты
- 150 г стручкового горошка
- 1/2 фенхеля
- 1/2 кабачка
- 1/2 моркови
- 70 г мягкого сыра с зеленью
- 25 г хлебных крошек
- 25 г сыра чеддер
- соль и перец по вкусу

- 1 Цветную капусту разберите на соцветия и опустите на 3 минуты в кипяток.
- 2 Чеддер натрите на терке. Кабачок, фенхель и морковь нарежьте кусочками.
- 3 Выложите капусту, горошек, морковь, кабачок и фенхель в форму для запекания. Выложите на овощи мягкий сыр, посолите и поперчите. Сверху посыпьте хлебные крошки. Выпекайте овощи при температуре 180 °С 20 минут.
- 4 Готовое блюдо посыпьте сыром чеддер.







Овощной кускус

1 баклажан
1 перец болгарский
1 красная луковица
1 ст. л. оливкового масла
200 г кускуса
2 ст. л. молока
75 г мягкого сыра
зелень, соль и перец по вкусу
цедра и сок 1 лимона
2 зубчика чеснока

- 1** Разогрейте духовку до 200 °С.
- 2** Овощи нарежьте крупными кусочками.
- 3** Переложите нарезанные перец, баклажан, лук и чеснок в форму для выпекания, полейте оливковым маслом, посолите и поперчите и запекайте 25 минут.
- 4** Кускус залейте кипятком в пропорции 1 : 1 и дайте настояться 15 минут.
- 5** Мягкий сыр перемешайте с цедрой и соком лимона, нарезанной зеленью и молоком, посолите и поперчите, тщательно перемешайте.
- 6** В порционной емкости смешайте овощи, кускус и заправьте сырным белым соусом.

Стейк ягненка с картофелем и соусом

100 г мягкого сыра
600 г картофеля
1 ч. л. васаби
450 г филе молочного ягненка
50 мл соевого соуса
1 ст. л. кунжутного масла
3 см корня имбиря
зелень по вкусу (сельдерей, лук)
соль и перец по вкусу

- 1** Картофель промойте и очистите от кожуры.
- 2** Отварите картофель до готовности.
- 3** Слейте из картошки воду, разомните ее и перемешайте с мягким сыром и васаби, нарезанной зеленью. Тщательно все разомните до состояния пюре. Посолите и поперчите.
- 4** Нарежьте корень имбиря на кусочки.
- 5** На кунжутном масле обжарьте кусочки филе ягненка по 2 минуты с каждой стороны.
- 6** Добавьте к мясу соевый соус, имбирь и специи и еще чуть обжарьте мясо.
- 7** Подавайте мясо с картофелем и получившимся соусом из сковороды.





Пирог с лососем

60 г мягкого сыра с зеленью

1 ст. л. молока

2 ст. л. лимонного сока

150 г слоеного теста

2 филе лосося

1 яйцо

зелень для украшения

соль и перец по вкусу

- 1** Разогрейте духовку до 200 °С.
- 2** Взбейте мягкий сыр, сок лимона, молоко и специи.
- 3** Слоеное тесто раскатайте в прямоугольный пласт.
- 4** На тесто намажьте слой сыра, сверху положите филе лосося.
- 5** Сверните тесто вокруг лосося ровным пирожком.
- 6** Сверху тесто смажьте яйцом и выпекайте около 30 минут.
- 7** Готовый пирог присыпьте зеленью.

Почки с грибами

1 ст. л. растительного масла
1 луковица
300 г почек говяжьих
400 г шампиньонов
1 ст. л. соды
2 ст. л. уксуса
150 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
200 г сливок
зелень, соль и перец по вкусу
1 ст. л. сливочного масла

- 1** Почки промойте, очистите от жил, сделайте на кусках почек надрезы.
- 2** Замаринуйте почки в смеси соды и уксуса и оставьте на 10 минут. Затем промойте и повторите процедуру.
- 3** Отваривайте почки 5 минут в кипящей воде.
- 4** Нарежьте лук полукольцами. Грибы нарежьте на четвертинки.
- 5** Затем обжарьте почки на сковороде в сливочном и растительном масле.
- 6** Добавьте туда лук, грибы и мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA), зелень. Все тушите около 10 минут. Посолите и поперчите.
- 7** Затем добавьте к почкам сливки и жарьте еще 5 минут.
- 8** При подаче посыпьте зеленью.





Бефстроганов

2 маринованных огурца
200 г говяжьей вырезки
10 шампиньонов
1 красная луковица
10 веточек петрушки
2 ст. л. мягкого сыра
100 мл сливок
2 ст. л. белого вина
соль и перец по вкусу
оливковое масло для обжарки

- 1** Лук нарежьте полукольцами.
- 2** Маринованные огурцы разрежьте пополам.
- 3** Грибы разрежьте на половинки.
- 4** Мясо порежьте на небольшие кусочки. Зелень мелко порежьте.
- 5** На оливковом масле обжарьте лук, затем добавьте грибы и мясо, белое вино. Обжаривайте 7 минут.
- 6** Затем добавьте огурцы и мягкий сыр, тушите еще 5 минут.
- 7** Посолите и поперчите блюдо, долейте в сковороду сливки и тушите еще 3 минуты.
- 8** На гарнир подайте обжаренную картошку.

Свинина с брокколи

5 соцветий брокколи
1 морковь
2 картофелины
2 ст. л. горчицы с зёрнами
100 г мягкого сыра
400 г филе свинины (корейка)
зелень, соль и перец по вкусу

- 1** На куске свинины сделайте надрезы ножом и нафаршируйте его зеленью.
- 2** Свинину целиком обжарьте на сковороде-гриль до полуготовности.
- 3** Затем запекайте мясо в духовке при температуре 180 °С 20 минут.
- 4** Мягкий сыр перемешайте с горчицей.
- 5** Морковь нарежьте кружочками.
- 6** Брокколи разберите на соцветия.
- 7** Картофель порежьте дольками.
- 8** Брокколи опустите в кипящую воду на 4 минуты, затем обдайте холодной водой.
- 9** Морковь и картофель отварите до готовности.
- 10** Подавайте мясо с овощным гарниром и сырым соусом.





Мясные стейки с фасолью

400 г консервированной фасоли
100 г мягкого сыра
100 мл овощного бульона
зелень по вкусу
300 г мясной вырезки
1 ст. л. оливкового масла
1 лимон
соль и перец по вкусу

- 1** Мясо разрежьте на порционные куски и обжарьте с двух сторон на оливковом масле до готовности. Используйте сковороду-гриль.
- 2** Перемешайте мягкий сыр, бульон и зелень. Нагрейте получившуюся массу и добавьте в нее фасоль. Тушите смесь 10 минут, посолите и поперчите.
- 3** Половину фасолевой смеси чуть помните до состояния пюре. Перемешайте с оставшейся смесью.
- 4** Подавайте мясо с фасолевым гарниром, сбрызнув соком лимона, и с дольками лимона.

Итальянский рулет

1 болгарский перец
1 луковица
1 помидор
5 шампиньонов
1 грудка курицы
2 листика бекона
7 оливок
2 зубчика чеснока
соль и перец по вкусу
зелень по вкусу (розмарин, тимьян)
7 стручков гороха
70 г мягкого сыра
400 г слоеного теста

- 1** Лук и перец нарежьте мелкими кубиками.
- 2** Грудку и бекон также нарежьте мелкими кубиками.
- 3** Шампиньоны и помидор нарежьте мелкими кубиками.
- 4** Чеснок и оливки измельчите.
- 5** На сковороде обжарьте бекон около 3 минут.
- 6** Затем добавьте к бекону лук, чеснок и перец, обжарьте все еще около 3 минут.
- 7** Затем добавьте курицу, грибы и тушите около 7 минут.
- 8** Затем добавьте помидоры, оливки, горох и зелень и тушите еще 2 минуты. Посолите и поперчите.
- 9** Тесто раскатайте в тонкий пласт.
- 10** Смажьте тесто мягким сыром, на сыр выложите начинку и скатайте тесто рулетом. Выпекайте рулет при температуре 180 °С 30 минут.





Десерты



Смузи с ягодами

1 ст. молока
100 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
1 ст. л. сахара
150 г ягод
специи по вкусу



- 1 В блендере взбейте молоко, мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA), сахар.
- 2 Добавьте промытые ягоды и специи. Еще раз взбейте.
- 3 Перелейте смузи в порционный бокал, чуть охладите и подавайте.



Смузи шоколадное

1 ст. молока
100 г мягкого шоколадного сыра
20 г шоколада
1 ст. л. сахара
70 мл свежесваренного кофе
щепотка мускатного ореха
1 банан

- 1 Шоколад натрите на мелкой терке.
- 2 В блендере взбейте молоко, мягкий сыр, сахар, шоколад, кофе, мускатный орех и очищенный банан.
- 3 Перелейте смузи в порционный бокал, чуть охладите и подавайте.



Клубничный торт

12 шт. круглых печений
250 г мягкого сыра
100 г сахара
1 ст. клубничного пюре
10 г желатина
200 г взбитых сливок

- 1 На дно формы выложите печенье.
- 2 Желатин замочите в небольшом количестве воды.
- 3 Взбейте мягкий сыр и сахар.
- 4 Добавьте ягодное пюре и сливки. Все хорошо взбейте.
- 5 Добавьте желатин и тщательно перемешайте.
- 6 Переложите смесь на печенье и замораживайте в холодильнике 6 часов. Готовый десерт украсьте клубникой.

Фруктовое брюле

200 г мягкого сыра
150 г обезжиренного йогурта
175 г сезонных ягод
6 ст. л. фруктового компота
6 ст. л. коричневого сахара

- 1 Сыр взбейте с йогуртом.
- 2 Ягоды промойте, перемешайте и чуть измельчите.
- 3 Перемешайте смесь ягод с компотом и сахаром. Сверху ложкой выложите сырную смесь. Чуть присыпьте сахаром и выпекайте в режиме «гриль» до карамелизации сахара 5–10 минут при температуре 200 °С.







Сырный мусс с безе и земляникой

Для безе:

100 г белков

200 г сахара

Для сырного мусса:

200 г мягкого сыра с йогуртом

150 г сливок

10 г желатина

50 г сахарной пудры

200 г земляники

- 1** Белки взбейте с сахаром до образования пик (около 10 минут). Переложите белковую смесь в кондитерский мешок.
- 2** На противень с пергаментом отсадите около 30 небольшого диаметра безе.
- 3** Выпекайте безе при температуре 100 °С 2 часа.
- 4** Для мусса желатин замочите в небольшом количестве воды.
- 5** Сливки взбейте с сахарной пудрой.
- 6** Добавьте к смеси мягкий сыр и снова взбейте.
- 7** Подогрейте желатин, чтобы он растворился, и добавьте к сливкам.
- 8** Все тщательно перемешайте.
- 9** На дно порционного стакана выложите готовые безе.
- 10** Затем добавьте слой сырного мусса. Сверху положите слой земляники.
- 11** Затем выложите снова слой безе, слой мусса и слой земляники.

Брауни

300 г мягкого сыра
50 г сахара
1 ч. л. ванильного сахара
5 яиц
150 г муки
1 ч. л. разрыхлителя
цедра 1 апельсина
120 г миндальной пудры
70 г сливочного масла
100 г темного шоколада
100 г белого шоколада
50 г коричневого сахара

Для украшения:

50 г мягкого сыра со вкусом шоколада
50 г свежих ягод
20 г какао

- 1** Взбейте сахар, ванильный сахар и яйца.
- 2** Муку просейте и перемешайте с разрыхлителем. Добавьте ко взбитым яйцам и снова все взбейте. Добавьте цедру апельсина и миндальную пудру, еще раз взбейте. Добавьте к смеси растопленное сливочное масло и мягкий сыр. Перемешайте. Разделите тесто на 2 части.
- 3** Два вида шоколада по отдельности растопите на водяной бане.
- 4** Перемешайте одну часть теста с белым, а другую с темным шоколадом.
- 5** Перелейте тесто в прямоугольные формы для выпекания, присыпьте коричневым сахаром и поставьте в духовку на 30 минут при температуре 175 °С.
Готовые брауни охладите и украсьте свежими ягодами, какао и мягким сыром со вкусом шоколада.





Шоколадно-ванильный чизкейк

150 г крошки шоколадного печенья
 3 ст. л. растопленного сливочного масла
 250 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
 200 г сахара
 1 ч. л. ванили
 200 г сливок (или сметаны)
 4 яйца
 100 г шоколада

Для украшения:

60 г черешни
 60 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA) с шоколадом Milka

- 1 Духовку разогрейте до 160 °С.
- 2 Перемешайте крошку печенья и сливочное масло. Выложите смесь в круглую форму для выпекания и поставьте в духовку на 10 минут.
- 3 Взбейте мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA), сахар и ваниль. Затем добавьте сливки и снова взбейте. Добавьте яйца и еще раз хорошо взбейте. Отложите 100 г получившейся белой массы.
- 4 Шоколад растопите на водяной бане и перемешайте его с белой массой.
- 5 Выложите шоколадную массу на тесто. Сверху ложкой выложите белую массу. Слегка углубите белую массу в черную ложкой. Выпекайте чизкейк 40 минут.
- 6 Затем охладите 4 часа в холодильнике. Сверху украсьте чизкейк мягким сыром с шоколадом и свежей черешней.



Лимонные мини-чизкейки

150 г измельченного печенья
1/4 ст. теплого сливочного масла
3 ст. л. цедры лимона
100 г мягкого сыра
1/2 ст. сахара
1 яйцо
1 ст. л. лимонного сока

- 1** Крошки печенья перемешайте с теплым сливочным маслом.
- 2** Добавьте 2 ст. ложки цедры лимона и все тщательно перемешайте.
- 3** Переложите тесто в формочки для кексов.
- 4** Мягкий сыр взбейте миксером.
- 5** Добавьте к сыру сахар и 1 ст. ложку цедры, перемешайте.
- 6** Добавьте яйцо и сок лимона. Взбейте.
- 7** Выложите начинку на тесто и выпекайте кексы 40 минут при температуре 180 °С.
- 8** Охладите в холодильнике 1 час.





Чизкейк с лаймом

1/4 ст. измельченного кокосового печенья
1/4 ст. растопленного сливочного масла
3 ст. л. сахара
200 г мягкого сыра
400 мл сгущенки
1/2 ч. л. цедры лайма
1/3 ст. сока лайма

- 1** Печенье перемешайте с сахаром и растопленным сливочным маслом.
- 2** Переложите смесь в форму для выпекания и распределите тонким слоем. Выпекайте тесто 10 минут при температуре 175 °С. Охладите.
- 3** Взбейте мягкий сыр со сгущенкой.
- 4** Добавьте сок и цедру лайма. Все еще раз хорошо взбейте.
- 5** Выложите начинку на готовый корж и охладите в течение 8 часов в холодильнике.

Выпечной чизкейк

110 г холодного сливочного масла
50 г сахара
1 желток
250 г йогурта
230 г муки

Для начинки:

750 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
5 желтков
200 г сахара
2 ч. л. ванильного сахара
80 мл апельсинового сока
200 г муки
5 белков
1 ч. л. разрыхлителя

- 1 Для теста просейте муку.
- 2 Перемешайте йогурт с желтком и сахаром. Добавьте сливочное масло и муку. Замесите тесто. Переложите тесто в круглую форму для выпекания, сформировав корж, и поставьте выпекаться в духовку на 20 минут при температуре 180 °С.
- 3 Для начинки тщательно перемешайте сыр Филадельфия (PHILADELPHIA), сахар, желтки, ванильный сахар и сок апельсина.
- 4 Отдельно взбейте белки.
- 5 Муку просейте и перемешайте с разрыхлителем. Соедините муку с сырной смесью и белками, аккуратно перемешайте.
- 6 Выложите начинку на корж и выпекайте при температуре 150 °С 1 час.





Карамельный чизкейк

1/2 ст. измельченного печенья
1 ст. измельченных орехов пекан
2 ст. л. сахара
1/4 ст. сливочного масла
200 г мягкого сыра
1 ст. коричневого сахара
2 ст. л. муки
1/2 ст. сметаны
1 ст. л. ванили
3 яйца
вареная сгущенка для украшения

- 1** Перемешайте крошку печенья, орехи, сахар и сливочное масло.
- 2** Выложите тесто в форму для выпекания, распределите его по форме и поставьте выпекаться на 10 минут при температуре 180 °С.
- 3** Мягкий сыр взбейте с коричневым сахаром и просеянной мукой. Добавьте сметану и ваниль, снова взбейте.
- 4** Затем добавьте яйца и тщательно перемешайте.
- 5** Выложите начинку на готовый корж и выпекайте еще 40 минут при температуре 180 °С.
- 6** Затем охладите чизкейк в холодильнике в течение 4 часов.
- 7** Украсьте чизкейк сгущенкой и орехами.

Банановые пирожные

Для сырного мусса:

200 г мягкого сыра с йогуртом
150 г сливок
10 г желатина
50 г сахарной пудры

Для коржа:

1 ст. крошки печенья
4 ст. л. сливочного масла

Для начинки:

3 банана
100 мл сока мультифрут
5 г желатина

- 1 Перемешайте крошку печенья и растопленное сливочное масло.
- 2 Выложите тесто в форму для выпекания, распределите его по форме и поставьте выпекаться на 10 минут при температуре 180 °С.
- 3 Для сырного мусса взбейте вместе мягкий сыр и сливки.
- 4 Желатин замочите в небольшом количестве воды.
- 5 Перемешайте сливочную смесь с сахарной пудрой и растопленным желатином, взбейте.
- 6 Выложите сырный мусс на готовый корж.
- 7 Бананы разрежьте вдоль пополам и выложите на мусс.
- 8 Желатин разведите в соке мультифрут и залейте этой смесью бананы.
- 9 Уберите десерт в холодильник на 3 часа.





Экзотик десерт

Для желе манго:

200 г пюре манго

3 г желатина

Для сырного мусса:

100 г пюре маракуйи

50 мл молока

2 желтка

50 г сахара

5 г желатина

100 г мягкого сыра

100 г взбитых сливок

ананас для украшения

- 1** Желатин замочите в холодной воде и затем растопите на водяной бане.
- 2** В пюре манго положите желатин и тщательно перемешайте.
- 3** Разлейте желе по бокалам на треть или на половину и уберите в холодильник на 30 минут.
- 4** Для сырного мусса желток с сахаром взбейте.
- 5** Пюре маракуйи перемешайте с молоком и доведите до кипения.
- 6** Тонкой струйкой влейте молоко во взбивающиеся желтки. Взбивайте до охлаждения.
- 7** Добавьте к смеси растопленный желатин, мягкий сыр и в конце – взбитые сливки.
- 8** Перелейте эту массу на желе в порционный стакан и уберите в холодильник на 1 час.
- 9** Свежий ананас нарежьте на мелкие кубики и выложите на мусс.

Шоколадно-фисташковый десерт

Для шоколадного мусса:

3 желтка
50 г сахара
20 мл воды
350 г мягкого сыра со вкусом шоколада

Для фисташкового крема:

400 г заварного крема
50 г фисташковой пасты
200 г мягкого сыра с йогуртом
100 г клубники

- 1 Желтки взбейте.
- 2 Сахар с водой уварите до 121 °С (на тонкую нить) и тонкой струйкой влейте во взбивающиеся желтки. Взбивайте массу до охлаждения.
- 3 Затем добавьте к смеси мягкий сыр с шоколадным вкусом и тщательно перемешайте.
- 4 Клубнику промойте и порежьте на половинки.
- 5 В порционные бокалы по бокам выложите половинки клубники.
- 6 На половину бокала отсадите получившийся мусс и уберите в холодильник на 30 минут.
- 7 Для фисташкового крема заварной крем перемешайте с фисташковой пастой и мягким сыром со вкусом йогурта.
- 8 Переложите смесь в кондитерский мешок с зубчатой насадкой.
- 9 Отсадите крем на мусс в бокал и украсьте клубникой.
- 10 Поставьте десерт в холодильник на 1 час.





Фруктовый десерт

4 яблока, щепотка корицы
100 мл воды, 100 г сахара
щепотка мускатного ореха
40 г сливочного масла
3 ст. л. лимонного сока
2 веточки мяты
2 ст. л. ликера «Куантро»

Для мусса из черной смородины:

200 г мягкого сыра с йогуртом
280 г взбитых сливок (33%)
80 г пюре черной смородины
50 г сахарной пудры, 3 г желатина

- 1** Яблоки (2 шт.) помойте, очистите от кожицы и порежьте на 4 части.
- 2** Воду перемешайте с сахаром и доведите до кипения на среднем огне. Добавьте в воду корицу и мускатный орех. Добавьте в сахарный сироп яблоки и варите 7 минут. Охладите яблоки и измельчите в блендере до состояния пюре. Переложите яблочное пюре на 1/3 порционного бокала. Поставьте бокалы в холодильник на 30 минут.
- 3** Желатин замочите в холодной воде и затем растопите его. Перемешайте желатин с пюре черной смородины, добавьте сахарную пудру, мягкий сыр и в конце взбитые сливки. Все тщательно перемешайте.
- 4** Выложите получившуюся смесь в бокалы, оставив 1 см от краев. Поставьте бокалы на 30 минут в холодильник.
- 5** Оставшиеся яблоки порежьте на кубики и обжарьте на сливочном масле. Затем сбрызните их соком лимона и ликером «Куантро».
- 6** Выложите яблоки в бокалы и украсьте свежей мятой.

Фисташковый мусс с вишней

180 г вишни (мороженой)
100 мл пюре малины
5 г желатина
25 мл холодной воды
125 г молока
2 ст. л. фисташковой пасты
1 яйцо
20 г крахмала
120 г мягкого сыра с йогуртом
120 г взбитых сливок
20 г сахара

- 1** Вишню без косточек, пюре малины и сахар перемешайте и на среднем огне нагрейте, доведите до кипения.
- 2** Желатин замочите в холодной воде до набухания.
- 3** Добавьте желатин к ягодам, снимите с огня и хорошо размешайте до однородного состояния и растворения желатина. Слегка охладите и разлейте на 1/3 стакана, поставьте в холодильник застывать.
- 4** Фисташковую пасту с молоком доведите до кипения.
- 5** Яйцо перемешайте с крахмалом.
- 6** Часть кипящего молока вылейте в яйцо и заварите крем.
- 7** Охладите, добавьте мягкий сыр и взбитые сливки. Все тщательно перемешайте.
- 8** В бокал выложите слой фисташкового крема. Охладите десерт и подавайте.



Торт с нектарином

200 г овсяного печенья
125 г сливочного масла
600 г сыра Филадельфия (PHILADELPHIA)
300 г йогурта
3 ст. л. лимонного сока
18 г желатина
75 г сахара
150 г сока мультифрут
3 нектарина



- 1 Печенье измельчите до состояния крошки.
- 2 Сливочное масло растопите и перемешайте с овсяной крошкой.
- 3 Переложите смесь в форму для выпекания и распределите по дну.
- 4 Перемешайте мягкий сыр Филадельфия (PHILADELPHIA), йогурт и сок лимона до однородной массы.
- 5 Желатин разведите в холодной воде и растопите на водяной бане.
- 6 Соедините желатин с соком мультифрут, сахаром. Тщательно перемешайте.
- 7 Постепенно тонкой струйкой добавьте сок к мягкому сыру, постоянно помешивая.
- 8 Выложите получившуюся начинку на корж в форму, разровняйте и уберите в холодильник на 3 часа.
- 9 Нектарины нарежьте тонкими дольками и украсьте ими торт.





Панна котта из белого шоколада с клубникой

Для панна котты:

300 мл сливок
200 мл молока
100 г белого шоколада
8 г желатина
200 г мягкого сыра

Для клубничного шибуста:

100 мл молока
2 яйца
140 г сахарной пудры
15 г крахмала
3 г желатина
15 г холодной воды
6 шт. свежей клубники
100 г мягкого сыра с йогуртом

- 1** Приготовьте панна котту: желатин замочите в холодной воде до набухания.
- 2** Растопите шоколад, добавьте в него теплое молоко, затем мягкий сыр, набухший желатин и в самом конце – взбитые сливки. Все перемешайте.
- 3** Приготовьте шибуст: молоко доведите до кипения.
- 4** Желтки перемешайте с 20 г сахарной пудры, добавьте крахмал.
- 5** Часть кипящего молока вылейте в желтки. Затем верните обратно и доведите до кипения.
- 6** Добавьте в заварной крем предварительно замоченный желатин.
- 7** 120 г сахарной пудры и 40 мл воды уварите до 121 °С (на тонкую нить).
- 8** Белки взбейте в пышную пену и тонкой струйкой влейте в них сироп. Взбивайте до охлаждения.
- 9** Меренги перемешайте с заварным кремом и добавьте туда протертую клубнику.
- 10** На дно бокала выложите слой панна котты, охладите в холодильнике 1 ч.
- 11** Затем выложите слой клубники и сверху шибуст.
- 12** Украсьте взбитым белком и клубникой.





Мусс апельсиновый с меренгами

2 апельсина
2 яйца
110 г сахарной пудры
60 г апельсинового джема
100 г мягкого сыра с йогуртом
5 г желатина
100 г взбитых сливок
1 яичный белок
2 желтка
3 г сока лимона

- 1** Один апельсин почистите и вырежьте из него дольки без пленок. Из второго апельсина выдавите сок.
- 2** Желатин замочите в холодной воде до набухания.
- 3** Желтки (5 шт.) перемешайте с 40 г сахарной пудры, нагрейте на водяной бане и взбейте. Добавьте сок апельсина, желтки с сахаром уваривайте при непрерывном взбивании 10 минут. Добавьте предварительно замоченный желатин. Поставьте в емкость с холодной водой и продолжайте взбивать до охлаждения. Добавьте мягкий сыр и взбитые сливки.
- 4** Апельсиновый джем разбавьте 30 мл воды и доведите до кипения. Снимите с плиты и перемешайте с дольками апельсинов. Выложите на дно бокалов и уберите в холодильник застывать. Затем выложите слой мусса и дайте застыть десерту в холодильнике.
- 5** Три белка взбейте с оставшимся сахаром и капелькой лимонного сока.
- 6** Из кондитерского мешка отсадите сверху белок и обожгите его горелкой.

Малиновый чизкейк

4 ст. л. свежемороженой малины
1 ст. л. ликера «Гранд Маринье»
180 г мягкого сыра
50 г сахарной пудры
5 г желатина
25 г холодной воды
80 мл взбитых сливок
2 ст. л. измельченного малинового пюре

- 1** Малину залейте ликером «Гранд Маринье» и дайте настояться.
- 2** Желатин залейте наибольшим количеством воды и оставьте до набухания.
- 3** Мягкий сыр взбейте с сахарной пудрой и сливками.
- 4** Затем добавьте 1/4 расплавленного желатина. Тщательно перемешайте.
- 5** Оставшуюся часть желатина перемешайте с измельченным малиновым пюре.
- 6** На дно порционного бокала выложите ягоды. Залейте ягоды муссом и охладите в холодильнике до застывания.
- 7** Сверху в бокал залейте слой малинового пюре и охладите еще 30 минут.





Пряный хлебный мусс с жареными абрикосами

200 мл молока
3 кусочка хлеба с пряностями
5 г желатина
25 г холодной воды
200 мл сливок
200 г мягкого сыра с йогуртом
280 г сахарной пудры
1 кг абрикосов
1 ст. л. сливочного масла
4 ст. л. меда
2 яйца

- 1** На сухой сковороде обжарьте хлеб с корицей и мускатом. Измельчите хлеб в крошку.
- 2** Отделите белки от желтков. Желатин замочите в холодной воде и дайте набухнуть.
- 3** Молоко доведите до кипения.
- 4** В кипящее молоко добавьте желтки с 80 г сахарной пудры. Перемешайте, не доводя до кипения. Затем добавьте пряный хлеб и желатин.
- 5** Затем добавьте туда сыр и взбитые сливки.
- 6** В конце приготовления добавьте взбитый с 50 г сахарной пудры белок.
- 7** Абрикосы обжарьте на сливочном масле, добавьте 150 г сахара и мед и потушите.
- 8** Подавайте десерт в бокале, выложив слой мусса и абрикосы.

«Три шоколада»

2 ч. л. какао
100 г мягкого сыра со вкусом шоколада
100 г мягкого сыра с йогуртом
50 г сахарной пудры
5 г желатина
25 г холодной воды
80 мл взбитых сливок
1 ст. л. сахара
тертый шоколад на украшение

- 1 На дно порционного бокала выложите мягкий сыр со вкусом шоколада.
- 2 Желатин залейте небольшим количеством воды и оставьте до набухания.
- 3 Мягкий сыр с йогуртом взбейте с сахарной пудрой и сливками.
- 4 Затем добавьте расплавленный желатин. Тщательно перемешайте.
- 5 Половину получившегося крема перемешайте с какао и сахаром до однородной массы.
- 6 В порционный стакан выложите вторым слоем мусс с какао, уберите в холодильник на 15 минут.
- 7 Затем сверху выложите слой белого мусса и охладите десерт в течение 30 минут.
- 8 Украсьте все шоколадной стружкой.



Справочная информация

ОТКУДА ВЗЯЛСЯ СЫР

Каких только легенд и баек не придумали люди, объясняя появление сыра на своем столе. Я лично знаю как минимум три такие увлекательные истории, уходящие корнями в глубь веков. Одна из них рассказывает о некоем арабе-кочевнике, который долго слонялся по пустыне с курдюками, наполненными молоком. По ходу своего путешествия он каждый день отпивал понемногу молока из своих запасов. Экономил, как бы сейчас сказали. И когда через много дней своих скитаний он добрался до последнего курдюка, то с изумлением заметил, что молоко в нем стало и не молоком вовсе, а совсем другим продуктом – твердым, слегка желтым и необычно приятным на вкус. Как вы, наверное, уже догадались, этот невиданный доселе продукт впоследствии был назван сыром.

Во второй версии возникновения прародителя «Маскарпоне» и «Рокфора» фигурировал некий нечистый на руку монах. Этот совсем не святой отец грешил тем, что по ночам повадился в крестьянские погреба снимать с отстоявшегося молока сливки. И так он этим допек деревенских крестьян, что однажды ночью они дождались, пока он спустится в очередной погреб, и завалили выход камнями. Спустя месяц, когда селяне решили, что их обидчик уже давно помер с голоду и надо бы вынести

из погреба его тело, они снова расчистили выход. Каково же было их изумление, когда нечестивый монах предстал перед их глазами живехоньким-здоровехоньким, да еще и с куском сыра в руках (разумеется, никто тогда еще не знал, что это сыр). Молоко, которое, по мнению большинства, за это время должно было испортиться и стать непригодным, всех «обмануло» и превратилось в сыр, который и дал возможность лукавому монаху пережить нелегкое для него время.

Однако лично мне больше по душе романтическая история о бедном пастухе, влюбленном в дочь богатого господина. Легенда гласит, что юноша неоднократно просил руки своей возлюбленной у ее отца. Но непреклонный богач не собирался отдавать свою дочь бедняку. И вот когда парень с девушкой поняли, что счастье им на родине не светит, они решили бежать. Бежать далеко-далеко, через леса и горы, где злой рок в виде свирепого отца им уже не грозит. А парнишка тот, несмотря на бедность своего кошелька, оказался не обделенным разумом. Он не стал, подобно другим влюбленным безумцам, рисковать жизнью своей девушки и убежать с нею на «авось». Он сначала тщательно продумал маршрут их побега, сам по нему прошел и подстраховался, оставив в пещерах и других укромных местах какую-никакую снедь.

К моменту их бегства часть этой еды безвозвратно испортилась, часть растащили дикие звери, а часть (да, да, это было именно МОЛОКО!) превратилась в вещество, похожее на камень, только не такой твердый. Поначалу юноша с девушкой горевали, что им нечего есть и придется умереть с голоду. Затем они решили, что если уж умирать, то, как и положено влюбленным – «в один день». Они съели испортившееся, на их взгляд, «твердое» молоко, которое оказалось для «отравы» довольно приятным на вкус, и стали ждать своего часа. Час наступил в виде румянощек утренняя зари, которая осветила новый день, и молодые, к тому времени изрядно проголодавшиеся, решили, что неплохо бы съесть еще немного «отравы». И лишь спустя какое-то время они поняли, что то, что они все эти дни ели, – совершенно новая, очень вкусная еда, которая к тому же придает много сил и в отличие от молока может дольше храниться! Как я уже и говорил, юноша тот был не обделен умом и быстро сообразил, что на этом новом продукте можно неплохо заработать, и так появились первые в истории человечества сыродельни.

Конечно же, ни у одной из этих историй нет документальных подтверждений. И специалисты на самом деле так доподлинно и не знают, в каком же месте и каким образом возник первый сыр. А вот что доподлинно известно, что впервые его вкус человечество узнало тысячелетия назад! Сыр ели древние египтяне, сыр варили галлы, а древние греки считали,

что рецепт сыра им подарен ни много ни мало, а богами самого Олимпа!

Ну а про Россию долгое время говорили, что, мол, отсталая страна попробовала сыр лишь в конце семнадцатого века, с приходом Петра Первого. Великий царь вместе с табаком и картошкой привез из Голландии и этот продукт. Но теперь есть исторические подтверждения, что сыром лакомились на Руси еще задолго до царя-реформатора.

А именно, до историков дошли сведения, что появился он здесь до Петра, но еще задолго до Крещения Руси. Еще наши предки-язычники дарили своим богам подношения в виде сыров. Так что, как видите, не только Голландия, Франция, Швейцария или Греция могут считать себя странами, в которых зародилась традиция изготовления сыра. Россия, пусть и с некоторой долей относительности, тоже может считать себя причастной к истории возникновения этого всеми любимого продукта.

КАКИЕ БЫВАЮТ СЫРЫ

Если говорить о сортах сыра, то для того, чтобы их все перечислить, мне бы не хватило целой книги. Более того, подсчет затрудняется и тем, что во многих сыродельных регионах могут его готовить по одному и тому же рецепту, но в итоге получить абсолютно разные продукты. Дело в том, что производство сыра, как и производство вина, – дело сугубо тонкое, и на исходный результат влияет ты-

сяча «мелочей». Например, из какого молока он сделан – овечьего, козьего, буйволиного, верблюжьего или даже оленьего! Разумеется, самым распространенным и доступным в мировой практике на сегодняшний день является сыр из коровьего молока. Причем и здесь даже незначительные на первой взгляд детали сказываются на вкусе сыра: из какого удоя, утреннего или вечернего, он сделан, чем питалась буренка – сеном или луговой травой, в конце концов: чем она занималась перед дойкой – спокойно дремала в стойле или бегала по пастбищу? К тому же так исторически сложилось, что у каждого сыродела, помимо основного рецепта, есть свои, тщательно охраняемые, секреты и тонкости, не позволяющие другим мастерам доподлинно воспроизвести одинаковый вкус продукта.

А вот что касается классификации сыров, то здесь все более-менее ясно. Они по способу технологии приготовления делятся на десятки разных подвидов и лишь на четыре основных вида:

1. Мягкие, кремобразные сыры

Несложно догадаться, что так они называются за счет своей нежной консистенции, которая позволяет их легко намазывать и даже взбивать. Текстура у них мягкая, нежная, с характерным сливочным вкусом. Технология их приготовления не требует длительного созревания и прессования, как в случае с дру-

гими видами сыров. Как только сырная масса отделяется от сыворотки, можно считать, что мягкий сыр готов. Самые популярные в мире марки мягких кремобразных сыров – «Филадельфия», «Маскарпоне», «Рикотта» и другие.

2. Мягкие сыры с плесенью

По основной текстуре они очень похожи на мягкие кремобразные сыры – они такие же нежные и легко намазываются. Но отличаются от них присутствием жесткой наружной корочки из благородной плесени, которая позволяет им держать форму. После отделения сырной массы от сыворотки в них вводят колонии бактерий благородной плесени и отправляют на несколько недель для созревания. За это время бактерии размножаются, и мы получаем сыр с характерным ароматом и привкусом грибов. Самые знаменитые представители – «Камамбер», «Дор Блю», «Рокфор».

3. Прессованные сыры

Само название говорит о том, что сырную массу после отделения от сыворотки раскладывают по формам и выдерживают какое-то время под гнетом (прессом). У разного сорта прессованных сыров своя норма выдержки под прессом – от этого зависит конечный результат, вкус и текстура. Как только необходимое количество сыворотки стекает, сформированную сырную массу подсушивают и отправляют на созревание. Как долго и при каких условиях будет проходить процесс созревания – за-

висит от сорта желаемого сыра. Знаменитые представители – «Гауда», «Эмменталь», «Маасдам», «Голландский».

4. Плавленные сыры

По сути своей – это подвергшиеся расплавлению прессованные или мягкие сыры. Самые вкусные плавленные сыры те, которые готовят из сочетания разных сортов сыра. Как правило, для обогащения вкуса к ним еще добавляют сливки, сметану или другие наполнители (грибы, шоколад, пряные травы)

ОТКУДА В СЫРЕ «ДЫРКИ»

Вот что по этому поводу пишет учебник «Химия молока», изданный в 1951 году: «Первые исследователи этого вопроса думали, что глазки («дырки». – Авт.) образуются в результате брожения молочного сахара, но после того, как выяснилось, что молочный сахар в сыре исчезает в первые дни после его выработки, а глазки образуются на 20-й, 30-й день, стало ясно, что это не так. Исследованиями установлена одновременность появления глазков в сыре с процессом образования пропионовой и уксусной кислоты при брожении молочнокислых солей». Теперь вы представляете, сколько ученых умов билось над этим вопросом? И все лишь для того, чтобы мы с вами наконец-то поняли, что «дырки» в сыре – это прежде всего хорошо! Это значит, что сыр, перед тем как попасть к нам на стол, долго и тщательно «вызревал».

КАК ПРАВИЛЬНО ХРАНИТЬ СЫР

Прежде всего нужно помнить, что сыр (кроме плавленого) – это ЖИВОЙ продукт, и невидимая глазу «жизнь» в нем кипит даже тогда, когда он лежит у вас в холодильнике.

У профессиональных сыроделов даже есть такой термин – «сыр вянет». Буквально это означает, что процессы, позволяющие ему быть вкусным, ароматным и аппетитным на вид, замедляются, чтобы в скором времени полностью сойти на нет. Когда это происходит, сыр портится, засыхает или покрывается несъедобной плесенью. Это означает, что продукт уже нельзя употреблять в пищу. Вот почему не стоит закупаться впрок большим количеством сыра, если вы не располагаете специальными (профессиональными) помещениями для его хранения.

В домашнем же холодильнике срок жизни сыра можно продлить, если помнить несколько несложных правил:

1. Мягкие, кремообразные сыры («Филадельфия», «Маскарпоне») – это самые настоящие неженки. Испортить их можно в два счета. Поэтому никогда не оставляйте их вне холодильника. Не держите открытыми и убирайте подальше от остро пахнущих продуктов.
2. Мягкие сыры с плесенью – тоже капризны, их полезные бактерии чувствительны к высокой температуре и даже к яркому свету. Храните такие сыры только в холодильнике, обязательно уложив в пищевой контейнер с отверстиями для воздуха.

3. Прессованные сыры более устойчивы к внешней среде, но и они имеют свойства быстро вянуть, если их неправильно хранить. И если вы купили много сыра и понимаете, что так быстро вам его не съесть, существует один проверенный поколениями хозяек способ: уложите сыр в пищевой полиэтиленовый пакет или контейнер, рядом положите пару кусочков рафинированного сахара и меняйте его через каждые два дня. От такого «сладкого» соседства сыр проживет значительно дольше. Если же вы видите, что на сыре появилась несъедобная плесень – не мудрствуйте лукаво. Некоторые особо экономные срезают эту плесень ножом, а сам сыр пускают в пищу. Но, господа хорошие, я сам за то, чтобы не выкидывать деньги на ветер. Но в некоторых случаях считаю, что здоровье дороже. Дело в том, что, срезав наружные проявления плесени на сыре, вы все равно его не избавляете от вредных бактерий, которые уже распустили свои невидимые пока колонии по всему сыру. Так что поберегите свое здоровье, поругайте себя за расточительность, но избавьтесь от испорченного продукта немедленно!

СЫР И КОМПАНИЯ

Если вы решили придерживаться принципа здорового питания, то в вашем рационе обязательно должны присутствовать сыры и другие кисломолочные продукты. Причем главным здесь выступает слово «молочные».

О пользе молока для человеческого организма говорить не приходится. Взять хотя бы классификацию Дарвина: в ней он и меня, и вас, и все человечество определил к классу «млекопитающих». А это, господа хорошие, практически наш с вами диагноз: мы и молоко вещи неразделимые. Не может наш с вами организм обойтись без веществ и микроэлементов, содержащихся в этом продукте!

Но если бы уважаемый сэр Дарвин был еще и диетологом, то он непременно внес бы в свою классификацию более точную поправку: не просто «млекопитающие», а «молочнокисломлекопитающие». Питательная ценность молочнокислых продуктов выше, чем у молока, за счет концентрации при производстве белков, жира, введения различных добавок – белковых, жировых и углеводистых. И без необходимого набора кисломолочных бактерий наш цветущий организм раньше времени бы увял и загнулся на корню.

Не к столу будет сказано, но на этом принципе и была основана одна из китайских пыток, когда обреченному не давали в пищу ничего, кроме вареного мяса, и бедняга, грубо говоря, умирал от тяжелейшей формы дисбактериоза.

Вот так вот, оглядываясь на всемирную историю, и начинаешь понимать, что человек – это не только царь природы, но еще и страшно зависимое от этой природы существо. Ибо не в состоянии выжить без маленьких, невидимых глазу организмов, именуемых молочнокислыми бактериями.

ЗАЧЕМ НАМ НУЖНЫ МОЛОЧНОКИСЛЫЕ БАКТЕРИИ

Начну с того, что микрофлора здорового человека должна содержать 90 процентов молочнокислых бактерий. Они нам необходимы для полноценного пищеварения, для борьбы с болезнетворными бактериями, которые атакуют нас ежечасно. Для выведения из организма различных токсинов, канцерогенов, аллергенов, солей тяжелых металлов. Для повышения иммунитета и всасывания витаминов и ценных микроэлементов. К сожалению, сами не ведая того, мы в течение дня собственноручно губим так необходимую нам микрофлору.

Все молочнокислые продукты обладают весьма важными лечебно-диетическими свойствами. Прежде всего этим свойством является их высокая и быстрая усваиваемость и переваримость. Дело в том, что молочнокислые бактерии выделяют расщепляющие белок ферменты. Белок молока под влиянием ферментов этих бактерий меняет свою структуру и становится нежным и рыхлым, что улучшает его усвоение.

Иногда наряду с молочнокислыми бактериями в сквашивании молока участвуют и дрожжи. В этом случае часть лактозы сбраживается до образования спирта. Молочнокислая

микрофлора и образуемая ею при сбраживании лактозы молочная кислота, попадая в кишечник человека, подавляют жизнедеятельность гнилостных бактерий. Такие бактерии обязательно присутствуют в кишечнике, нанося большой вред человеческому организму. Они разлагают остатки пищи с образованием сильных органических ядов: индола, скатола, меркаптана, фенола и др. Эти яды вызывают самоотравление и преждевременное старение человеческого организма.

И загрязненная окружающая среда, и консерванты, присутствующие в еде, и лекарства действуют на нашу микрофлору, как бомбы, подрывая тем самым организм. При снижении количества естественной микрофлоры здоровье немедленно начинает давать сбои. Причем отражается это на общем состоянии человека: ухудшается работа не только кишечника, но и печени, желудка и даже нервной системы. Чтобы этого не случилось, ежедневно в рацион необходимо включать кисломолочные продукты, содержащие бифидо- и лактобактерии.

КСТАТИ: Для того чтобы во время приема антибиотиков не нарушился естественный баланс микрофлоры, возьмите себе за правило запивать лекарства не водой, а каким-нибудь кисломолочным продуктом.

Издание для досуга

Кулинарные праздники с А. Селезневым

Александр Селезнев

Анна Вовк

РЕЦЕПТЫ С МЯГКИМ СЫРОМ

Ответственный редактор *Т. Радина*
Редактор *Ю. Туманова*
Художественный редактор *Г. Булгакова*
Технический редактор *М. Печковская*
Компьютерная верстка *В. Никитина*
Корректор *В. Соловьева*

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5.
Телефон: 411-68-86, 956-39-21, факс: 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru. E-mail: info@eksmo.ru

Подписано в печать 15.11.2011. Формат 84x108 1/8.
Гарнитура «FranklinGothicBook». Печать офсетная.
Усл. печ. л. 11,76.
Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-699-52907-0



9 785699 529070 >

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:

ООО «ТД «Эксмо», 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное, Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: reception@eksmo-sale.ru

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»
E-mail: international@eksmo-sale.ru

International Sales: International wholesale customers should contact Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.
international@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном оформлении, обращаться по тел. 411-68-59, доб. 2115, 2117, 2118, 411-68-99, доб. 2762,
E-mail: vipzakaz@eksmo.ru

Оптовая торговля бумажно-беловыми и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:

Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное, Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный e-mail: kanc@eksmo-sale.ru, сайт: www.kanc-eksmo.ru

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей

В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.
Тел. (812) 365-46-03/04.

В Нижнем Новгороде: ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3.
Тел. (8312) 72-36-70.

В Казани: Филиал ООО «РДЦ-Самара», ул. Фрезерная, д. 5.
Тел. (843) 570-40-45/46.

В Ростове-на-Дону: ООО «РДЦ-Ростов», пр. Стачки, 243А.
Тел. (863) 220-19-34.

В Самаре: ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е».
Тел. (846) 269-66-70.

В Екатеринбурге: ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а.
Тел. +7 (343) 272-72-01/02/03/04/05/06/07/08.

В Новосибирске: ООО «РДЦ-Новосибирск», Комбинатский пер., д. 3.
Тел. +7 (383) 289-91-42. E-mail: eksmo-nsk@yandex.ru

В Киеве: ООО «РДЦ Эксмо-Украина», Московский пр-т, д. 9.
Тел./факс: (044) 495-79-80/81.

Во Львове: ТП ООО «Эксмо-Запад», ул. Бузкова, д. 2.
Тел./факс (032) 245-00-19.

В Симферополе: ООО «Эксмо-Крым», ул. Киевская, д. 153.
Тел./факс (0652) 22-90-03, 54-32-99.

В Казахстане: ТОО «РДЦ-Алматы», ул. Домбровского, д. За.
Тел./факс (727) 251-59-90/91. RDC-Almaty@eksmo.kz

Полный ассортимент продукции издательства «Эксмо»

можно приобрести в магазинах «Новый книжный» и «Читай-город».
Телефон единой справочной: 8 (800) 444-8-444.
Звонок по России бесплатный.

В Санкт-Петербурге в сети магазинов «Буквоед»:
«Парк культуры и чтения», Невский пр-т, д. 46. Тел. (812) 601-0-601
www.bookvoed.ru

По вопросам размещения рекламы в книгах издательства «Эксмо» обращаться в рекламный отдел. Тел. 411-68-74.



Автор книги — **Александр Селезнев** — абсолютный чемпион России по кондитерскому мастерству, лауреат Кубка Мира по кулинарии в Люксембурге, золотой призер чемпионатов России по кондитерскому искусству, автор более 50 книг по кондитерскому искусству и кулинарии, ведущий на телеканале «Домашний», обладатель дипломов кулинарных школ Франции, Швейцарии, Бельгии. Шеф-кондитер отеля InterContinental (Москва), шеф-кондитер «Кондитерского Дома Александра Селезнева».

Новая книга Александра Селезнева посвящена рецептам блюд, приготовленных с использованием мягких сыров. Мягкий сыр является универсальным ингредиентом, который прекрасно подходит как для несладких горячих и холодных блюд, так и для десертов, и даже напитков! Вы легко в этом убедитесь, пролистав книгу и приготовив рецепты из нее для своих близких.



На основе мягких сыров автор книги приготовил горячие блюда, закуски, салаты, соусы, супы, десерты и напитки. Всегда блюда получались очень нежными и с мягким вкусом. Самые интересные рецепты приведены в данной книге. В конце книги вы найдете историю, интересные и полезные статьи про сыры, рецепты их приготовления и многое другое.

Александр открывает секрет: «У меня дома в холодильнике всегда стоит баночка мягкого сыра, и сколько раз она выручала меня при внезапном появлении в доме гостей. С таким ингредиентом любое, даже самое простое блюдо приобретает нежный изысканный вкус. И получается, что с мягким сыром очень просто стать хорошим кулинаром!»



www.chefalex.ru

ISBN 978-5-699-52907-0



9 785699 529070 >

