

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№10 (138) МАЙ 2012

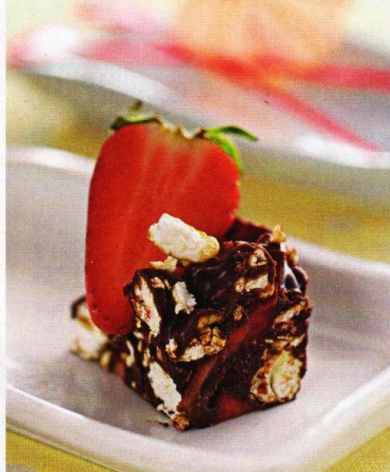
КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Быстрые
рецепты



ISSN 1819-9488
12010
9 771819 948005

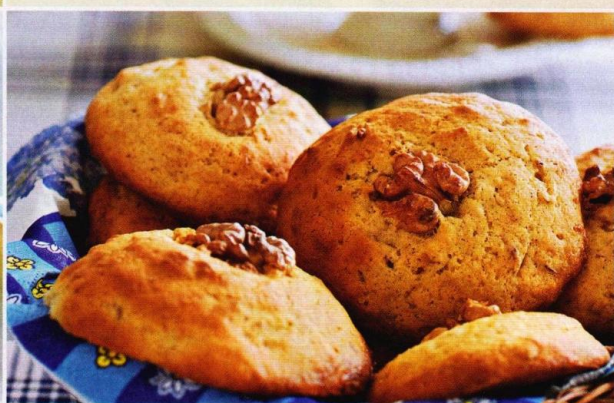
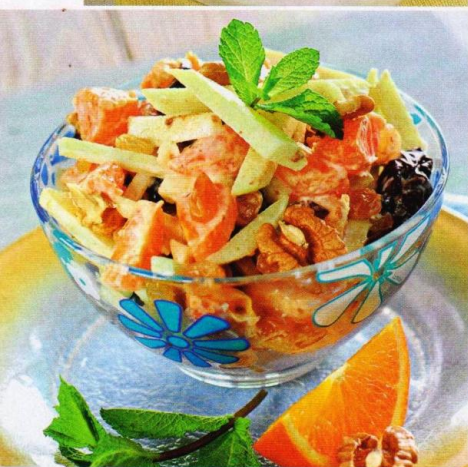




Дорогие друзья!

Летом, в хорошую погоду, а то и в жару, о многочасовой готовке даже думать не хочется. Проглотили что-нибудь на ходу – и в лес или на речку! А о здоровье потом позаботимся, когда осенние дожди зарядят. Между тем есть очень много рецептов полезной, вкусной и сытной еды, приготовление которой почти не требует времени. Некоторые из них вы найдете в этом номере нашего журнала. Отдыхайте и наслаждайтесь летней жизнью на здоровье. Отличной погоды!

Ваша редакция



содержание

условные обозначения

-  вегетарианское питание
-  блюда, которые подходят для детей **
-  легкие рецепты
-  рецепты средней сложности
-  рецепты для опытных кулинаров
-  блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
-  полезный совет

**Нас часто спрашивают, можно ли давать детям блюда, приготовленные с использованием алкоголя. Все зависит от рецепта. Если это замаринованное в вине и водке мясо, которое затем запекается в духовке в течение 2 ч, то безусловно можно. За два часа от алкоголя останется только приятный аромат. Если же это пропитанные коньяком или портвейном бисквитные коржи, то такой торт стоит предлагать только взрослым.



- 2 заливное из овощей
- 4 острый капустный салат
- 5 салат «гавана»
- 6 лук в кляре с сырным соусом
- 8 суп из тыквы и моркови с беконом и орехами
- 10 суп из цветной капусты и белой фасоли
- 12 рулеты из свинины с зеленью
- 14 говядина с овощами в японском стиле
- 16 шашлычки из картофеля и ветчины
- 17 утиные грудки терияки
- 18 рыба в китайском стиле
- 19 курица по-индонезийски
- 20 плов с креветками и мидиями
- 22 ракушки с соусом из четырех сыров
- 23 французские пышки бенье
- 24 крендельки пальмеры
- 26 печенье с бананами
- 27 попкорн в шоколаде
- 28 фруктовый коктейль
- 29 клубника с фисташками
- 30 шоколадный коктейль с ликером



заливное из овощей

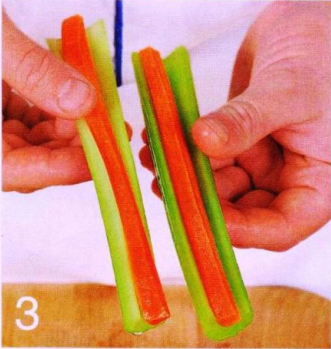
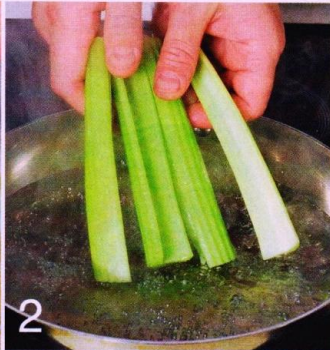
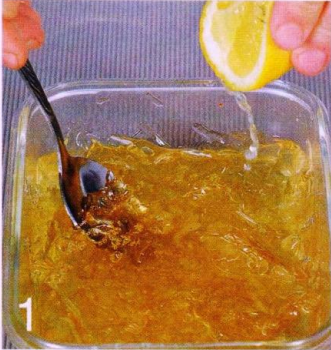


ЧТО НУЖНО:

- 500 г** черешкового сельдерея
- 2** большие морковки
- 200 г** консервированных зерен кукурузы
- 200 г** консервированного зеленого горошка
- 100 г** зеленого лука
 - сок и цедра 1 лимона
- 2 ч. л.** сахара
- 0,5 ч. л.** соли
- 2 ст. л.** желатина
- 0,5 л** куриного бульона

Для соуса:

- 200 г** жирной сметаны
- 1 ст. л.** готового хрена
 - соль, перец



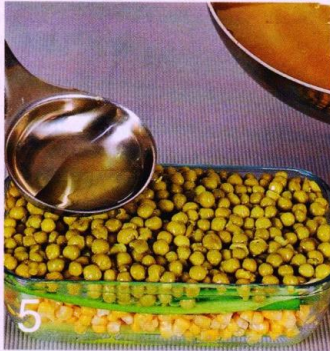
Время приготовления: 20 мин.
Порций: 8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Желатин замочить в небольшом количестве теплого куриного бульона. Когда желатин набухнет, развести его оставшимся бульоном. Добавить лимонный сок, соль и сахар. Довести до кипения, но не кипятить. Снять с огня и дать немного остыть.

2 Сельдереи вымыть. Подрезать черешки так, чтобы они были одной длины, соответствующей длине формы для заливного. Зеленый лук вымыть, обсушить и нарезать отрезками такой же длины. Кукурузу и горошек отбросить на сито. Опустить черешки сельдерея в кипящую воду на 3 мин. Быстро переложить в миску с холодной водой. Затем отбросить на дуршлаг и дать обсохнуть.

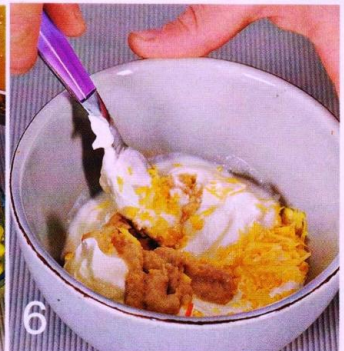
3 Морковь очистить и нарезать очень тонкими продольными брусочками. Положить их в кипящую воду, через



4 мин. отбросить на дуршлаг и обдать холодной водой. Вложить в каждый черешок сельдерея брусочки морковки так, чтобы они плотно вошли в «желобок».

4 Уложить в форму, чередуя, сельдереи, фаршированный морковкой, зеленый лук, горошек и кукурузу.

5 Аккуратно, тонкой струей влить бульон с желатином. Накрыть пищевой плен-



кой и поставить в холодильник до полного застывания.

6 Перед подачей на стол приготовить соус. Смешать сметану с хреном, лимонной цедрой, солью и перцем. Хорошо взбить и подать к заливному.



острый капустный салат 🥬🍷🍅

ЧТО НУЖНО:

- 1 кочан молодой капусты
- 1 сладкий желтый перец
- 1 пучок зеленого лука

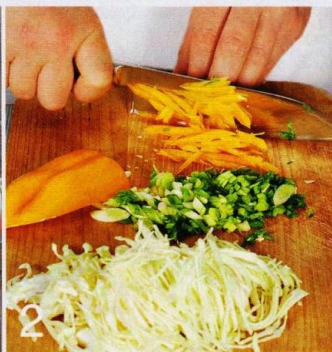
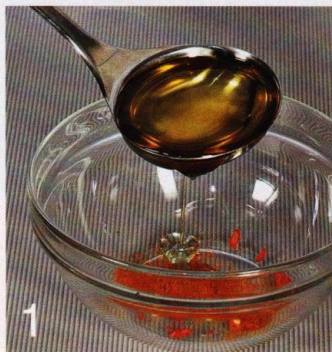
- 0,5 ч. л.** порошка чили
- растительное масло для заправки
 - соль

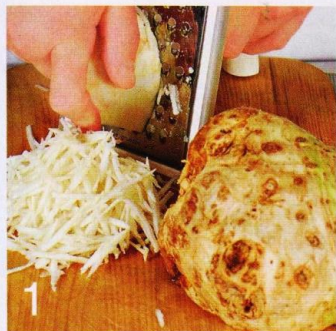
Время приготовления: 12 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Смешать масло с порошком чили и солью.
- 2** Капусту очистить от верхних листьев, разрезать пополам, удалить кочерыжку. Листья тонко нашинковать. Перец вымыть и нашинковать тонкой соломкой, удалив сердцевину. Лук вымыть, обсушить и измельчить.

3 Перемешать капусту, перец и лук. Добавить заправку, перемешать и оставить в теплом месте на 5–6 мин. Белокочанная капуста, особенно молодая, – замечательный продукт для быстрых рецептов. Кроме того, что она находит общий язык практически со всеми продуктами, капуста еще и дает чувство сытости. Такого простого салатика в сочетании с каким-нибудь мясом вполне достаточно для полноценного ужина.





1



2



3



салат «Гавана»



ЧТО НУЖНО:

- 1 кочан салата-латука
- 150 г корня сельдерея
- 1 банан
- 1 грейпфрут
- 0,5 небольшого ананаса
- сок половины лимона
- 2 помидора
- 150 г майонеза

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

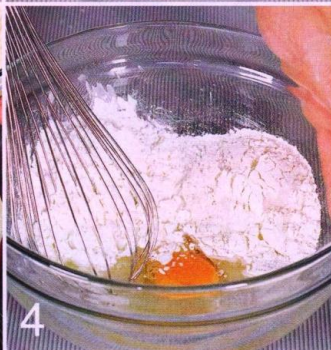
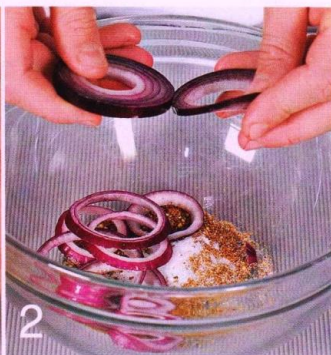
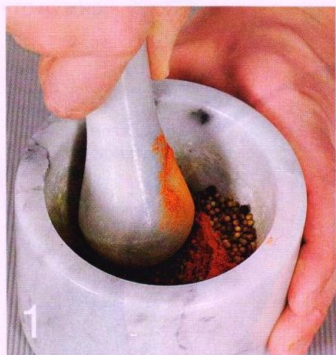
- 1 Сельдерей очистить и натереть на крупной терке, полить лимонным соком.
- 2 Помидоры нарезать дольками. Салат разобрать на листья и тонко нарезать. Мякоть ананаса вырезать из кожуры. Банан и грейпфрут очистить. Банан нарезать кружочками. Над тарелкой, собирая сок, вырезать из пленок мякоть грейпфрута. На другой тарелке, также собирая сок, кубиками нарезать ананас.
- 3 Перемешать тертый сельдерей с салатными листьями и майонезом, добавить сок грейпфрута и ананас. Выложить получившуюся массу в ананасовую кожуру, окружить ее дольками помидоров и грейпфрута, кружочками банана, кубиками ананаса.



лук в кляре с сырным соусом



Время приготовления: 30 мин.
Порций: 8



ЧТО НУЖНО:

- 4 средние красные луковицы
- щепотка соли
- 0,5 ч. л. зиры
- 0,5 ч. л. кориандра
- 0,3 ч. л. семян кардамона
- 0,5 ч. л. аниса
- щепотка красного и черного перца
- 2–3 бутона гвоздики
- 5 горошин душистого перца
- 100 мл холодной воды
- 1 яйцо
- 3 ст. л. крахмала
- 3 ст. л. муки
- 1 стакан подсолнечного масла

Для соуса:

- 200 мл сливок жирностью 10%
- 75 г тертого пармезана
- соль, белый перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

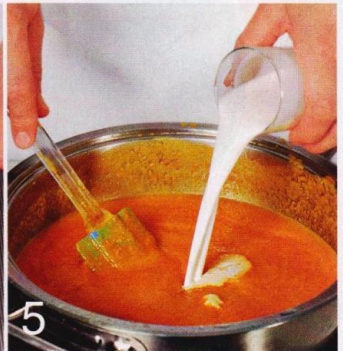
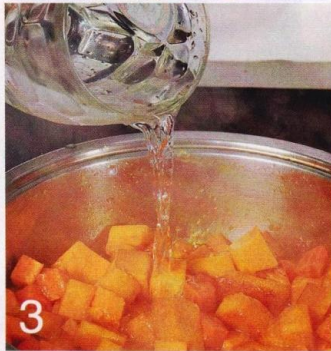
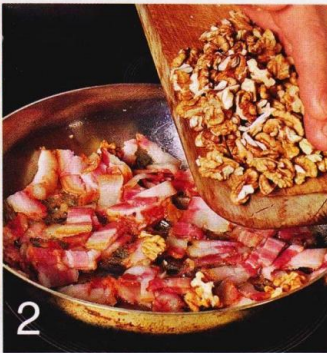
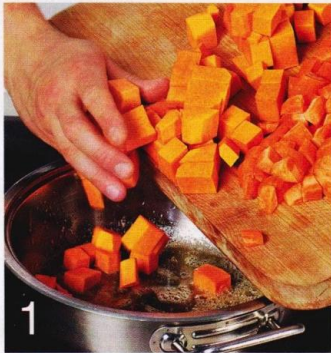
- 1 Зиру, кориандр, кардамон, анис, гвоздику, черный, красный и душистый перец обжарить на сухой разогретой сковороде, постоянно помешивая, 3 мин. Пересыпать в ступку, добавить соль и истолочь пестиком в муку.
 - 2 Лук очистить и нарезать тонкими кольцами. Сложить в миску, посыпать измельченными специями и тщательно перемешать. Дать настояться, 5 мин.
 - 3 Тем временем приготовить соус. Сливки подогреть, не доводя до кипения. Добавить тертый пармезан и готовить, пока сыр полностью не расплавится. Посолить, поперчить по вкусу. Перелить в соусник и отставить.
 - 4 Приготовить кляр. Взбить яйцо с водой. Добавить крахмал и муку. Тщательно перемешать, чтобы не было комков.
 - 5 В сотейнике довести до кипения подсолнечное масло. Брать кольца лука небольшими порциями, окунают их в кляр и сразу же в кипящее масло. Готовить каждую порцию по 2 мин. Выкладывать на бумажные полотенца, чтобы стекло лишнее масло.
- Переложить на блюдо и подавать с соусом.**

печенье с бананами

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 2-3



СУП ИЗ ТЫКВЫ И МОРКОВИ С БЕКОНОМ И ОРЕХАМИ 🍷 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 300 г тыквы
- 2 морковки
- 100 мл сливок
- 100 г сырокопченого бекона
- 75 г грецких орехов
- 2 ст. л. сливочного масла
 - соль, белый перец по вкусу

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4

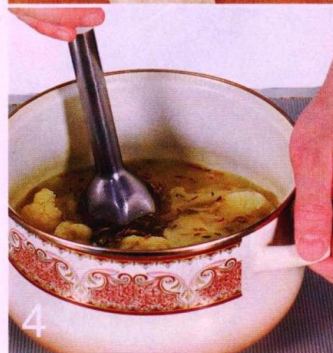
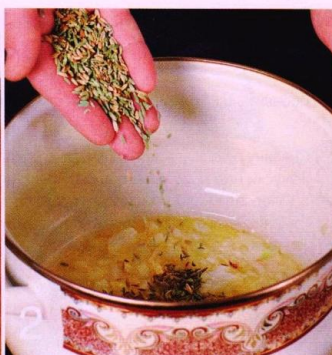
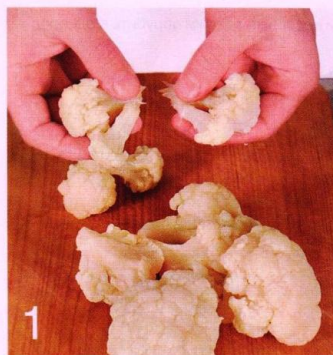
ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Тыкву и морковь очистить, нарезать небольшими кубиками и тушить в кастрюле в 1 ст. л. растопленного сливочного масла на среднем огне, 10 мин.
- 2 Тем временем нарезать бекон небольшими кусочками и обжарить на оставшемся масле на среднем огне, 6–7 мин. Орехи порубить в крупную крошку, добавить к бекону и готовить еще 4 мин.
- 3 Влить в кастрюлю с овощами 1 л горячей воды, довести суп до кипения.
- 4 С помощью блендера измельчить суп в однородное пюре.
- 5 Добавить сливки, соль и перец. Прогреть до нужной температуры. Снять с огня. Добавить в суп бекон и орехи, перемешать и разлить по тарелкам.

Мы обратили внимание, что в наших магазинах под названием «бекон» продают, как правило, импортную, действительно высококачественную, но очень дорогую продукцию. Отечественная свиная сырокопченая грудинка или корейка ничуть не хуже и стоит намного дешевле. Чтобы сварить мясной суп, требуется много времени. А вот суп с насыщенным мясным вкусом можно приготовить очень быстро. Выручает обжаренный бекон. Он придает блюдам не только сытность, но еще и чудеснейший аромат, от которого просто слюнки текут.



суп из цветной капусты и белой фасоли 🍃 🐻 🍅 🍷

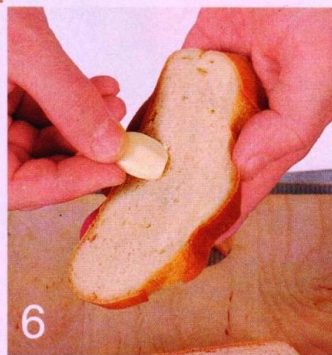


ЧТО НУЖНО:

- 1 кочан цветной капусты
- 800 г** консервированной белой фасоли
- 1 луковица
- 1 зубчика чеснока
- 2 ст. л.** семян фенхеля
- 2 веточки петрушки
- 1 л овощного бульона
- 3 ст. л.** растительного масла
- 4–6** кусков белого хлеба
 - соль, перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Капусту вымыть и разобрать на небольшие соцветия. Фасоль отбросить на дуршлаг и ополоснуть под проточной водой. Лук и чеснок очистить. Лук и 1 зубчик чеснока измельчить.
- 2** Разогреть в кастрюле 1 ст. л. растительного масла и на небольшом огне обжарить лук, чеснок и семена фенхеля, время от времени помешивая, 5 мин.
- 3** Добавить соцветия цветной капусты, половину фасоли и бульон. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить 10 мин. Капуста должна стать мягкой.
- 4** Снять с огня, дать остыть до теплого, после чего измельчить блендером в однородное пюре. Вернуть суп на небольшой огонь, добавить оставшуюся фасоль, перемешать и прогреть до нужной температуры.
- 5** Петрушку вымыть, обсушить, разобрать на листики и нарезать. Суп снять с огня, приправить солью и перцем, добавить петрушку.
- 6** Пока варится суп, оставшиеся зубчики чеснока разрезать пополам и натереть ими куски хлеба. Сбрызнуть их оставшимся маслом и обжарить на гриле, по 30 сек. с каждой стороны. Подать к супу.



Время приготовления: 25 мин.
Порций: 6

рулеты из свинины с зеленью



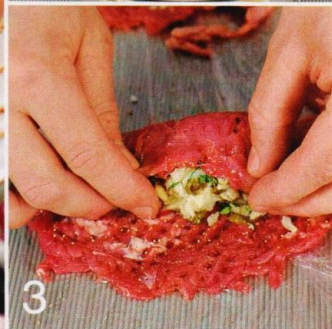
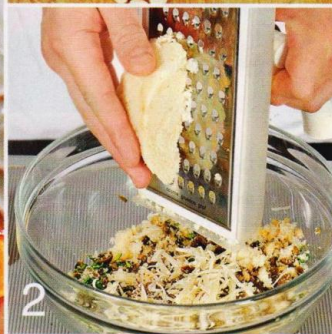
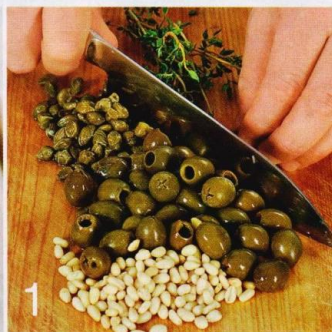
Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4

ЧТО НУЖНО:

- 800 г свиной вырезки
- 50 г оливок
- 1 ст. л. каперсов
- 2 ст. л. кедровых орехов
- 0,25 стакана свежих хлебных крошек
- 2 ст. л. тертого пармезана
- 2 веточки тимьяна
- 2 ст. л. растительного масла
 - соль, перец по вкусу

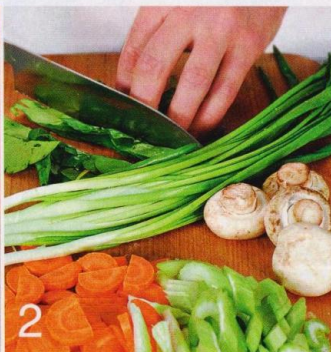
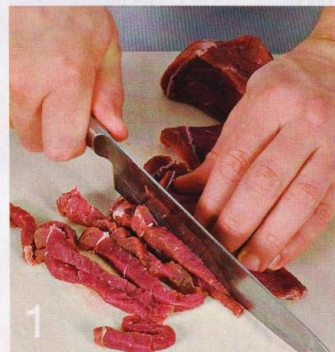
ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Тимьян мелко нарезать. Оливки, каперсы и кедровые орешки порубить в однородную массу.
- 2 Добавить хлебные крошки, пармезан, тимьян и 1 ст. л. масла. Перемешать.
- 3 Свинину разрезать на 4 куска, накрыть пленкой и отбить в тонкий пласт. Разложить на куски начинку и свернуть мясо рулетиками. Закрепить края зубочистками. Посолить, поперчить. Разогреть масло и обжарить в нем рулеты, по 3 мин. с каждой стороны. Накрыть крышкой и готовить на небольшом огне 8–10 мин. Подавать с жареными помидорами.



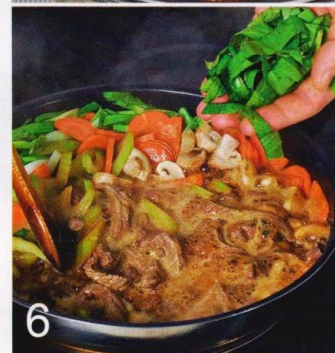
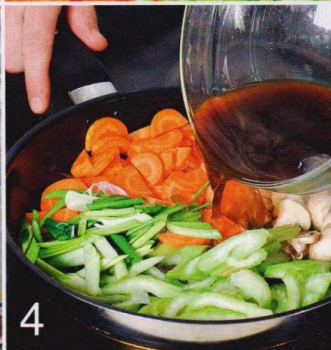


ГОВЯДИНА С ОВОЩАМИ В ЯПОНСКОМ СТИЛЕ



ЧТО НУЖНО:

- 500 г филе говядины
- 0,3 стакана соевого соуса
- 2 ст. л. сахара
- 3 черешка сельдерея
- 2 морковки
- 1 пучок зеленого лука
- 200 г шампиньонов
- 200 г свежего шпината
- 2 ст. л. растительного масла
- 0,5 стакана воды



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Говядину вымыть, обсушить и нарезать небольшими очень тонкими кусочками.

2 Сельдерей вымыть, морковь очистить. Нарезать овощи ломтиками толщиной примерно 3 мм. Зеленый лук и шпинат вымыть, стряхнуть воду. Лук нарезать широкими кольцами, шпинат – широкой соломкой. Грибы вымыть, обсушить и разрезать каждый на 4 части.

3 Смешать в миске 0,5 стакана холодной кипяченой воды, соевый соус и сахар. Мешать, пока сахар полностью не растворится.

4 В сковороде разогреть масло, положить отдельно, не смешивая, сельдерей, морковь, грибы и зеленый лук. Полить смесь соевого соуса и сахара. Дать закипеть и готовить 5 мин.

5 Отодвинуть овощи к краю сковороды, положить нарезанную говядину. Еще раз довести до кипения и готовить 5 мин.

6 Сдвинуть все ингредиенты в сторону, добавить шпинат и готовить еще 3 мин. Сразу разложить по тарелкам. Японский прототип этого блюда называется «сукияки». Это можно перевести как «блюдо счастья и удовольствия».

КСТАТИ

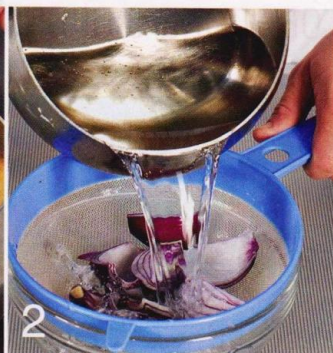
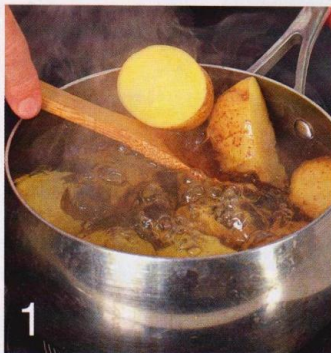
В Японии сукияки готовят прямо на обеденном столе, на жаровне, в специальной чугунной кастрюле сукияки набэ. Японцы обмакивают кусочки готового мяса в сырой яичный желток и только потом отправляют их в рот. Но это уже на ваше усмотрение.

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4

шашлычки из картофеля и ветчины



Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4



ЧТО НУЖНО:

- 8 небольших картофелин
- 300 г варено-копченого окорока
- 3 красные луковицы
- растительное масло
- соль, перец

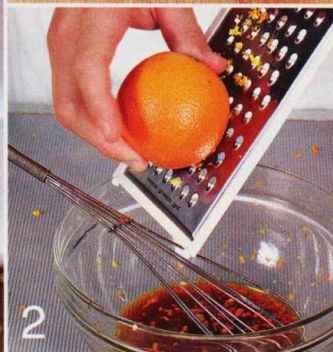
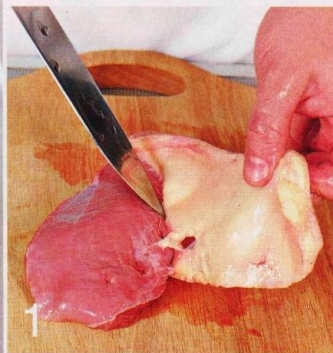
ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Картофель тщательно вымыть, разрезать каждую картофелину пополам и отварить в подсоленной воде до готовности.
- 2 Лук очистить и нарезать крупными секторами. Сложить в миску и обдать крутым кипятком. Воду слить. Ветчину нарезать большими кубиками.
- 3 Нанизать на деревянные шпажки по 3 половинки картофеля, перемежая их кубиками ветчины и секторами лука. Сбрызнуть маслом и обжарить, по 2–3 мин. с каждой стороны.

утиные грудки терияки



Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4



ЧТО НУЖНО:

- 2 утиные грудки общим весом 450 г
- 1 ч. л. сахара
- 1 ст. л. сухого хереса
- 1 ст. л. рисового вина
- 2 ст. л. соевого соуса
 - тертая цедра 1 апельсина

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 С грудок снять кожу, мясо нарезать небольшими тонкими кусочками.
- 2 Смешать в миске сахар, херес, рисовое вино, соевый соус и апельсиновую цедру. Положить в получившийся маринад кусочки утки, хорошо перемешать и оставить в теплом месте на 10–15 мин.
- 3 Разогреть сковороду, положить утиное мясо вместе с маринадом и готовить на сильном огне, помешивая, 6 мин.

рыба В КИТАЙСКОМ СТИЛЕ 🧸 🍎

ЧТО НУЖНО:

- 800 г** рыбного филе (лосось, форель, треска)
- 6** помидоров черри
- 1** сладкий зеленый перец
- 0,5** красного острого перца
- 2 ст. л.** муки
- 2 ст. л.** крахмала
- 1 ч. л.** паприки
- 100 мл** соевого соуса
- 1 ст. л.** горчицы
- 2** зубчика чеснока
- 100 мл** растительного масла

Время приготовления: 15 мин.

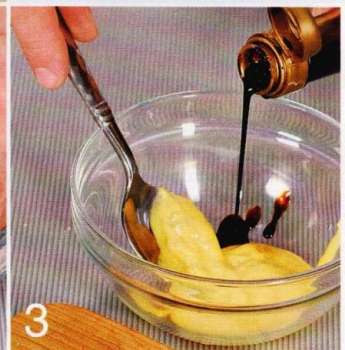
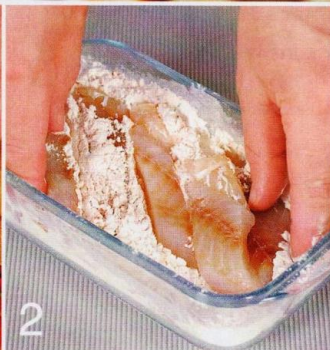
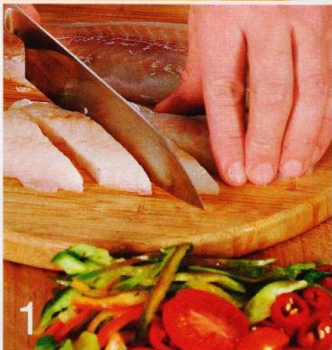
Порций: 4

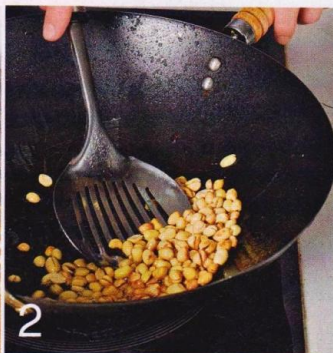
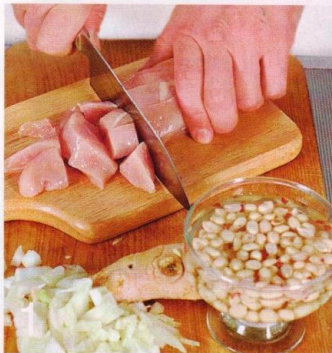
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Помидоры и перцы вымыть. Разрезать каждый помидор пополам. Из перцев удалить сердцевину. Зеленый перец нарезать соломкой, красный – кольцами, рыбное филе – небольшими кусочками.

2 Смешать муку с крахмалом и паприкой. Обвалить рыбу в этой смеси. В сотейнике разогреть масло и обжарить в нем рыбу, по 3 мин. с каждой стороны.

3 Чеснок очистить и нарезать тонкими пластинами. Смешать горчицу с соевым соусом и чесноком. Выложить на блюдо рыбу и овощи. Полить приготовленным соусом.





курица по-индонезийски 🐔 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 700 г** куриного филе
- 0,5** стакана очищенного арахиса
- 1** небольшая луковича
- 2,5 см** свежего корня имбиря
- 1** зубчик чеснока
- 200 мл** кокосового молока
- 1 ст. л.** соуса чили
- 1 ч. л.** коричневого сахара
- 4 ст. л.** сливочного масла
- 3 ст. л.** растительного масла
 - щепотка соли

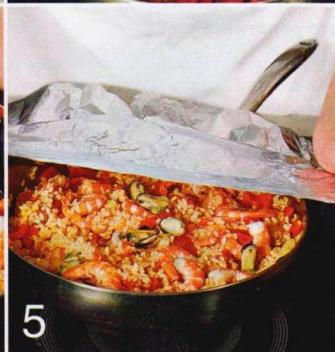
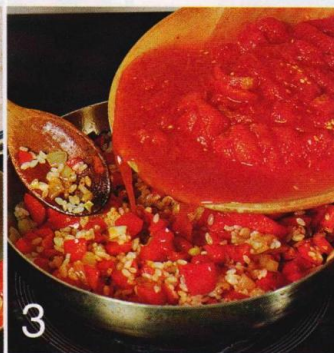
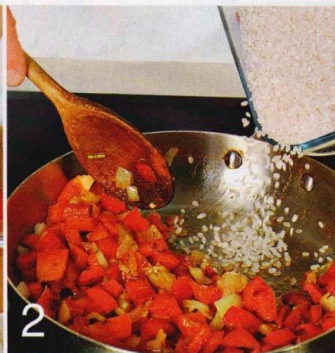
Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Филе нарезать кубиками со стороны 2,5–3 см. Лук, имбирь и чеснок очистить и измельчить. Арахис замочить в холодной воде на 1 мин. Отбросить на дуршлаг, обсушить.
- 2** Разогреть в сковороде вок 0,5 ч. л. растительного масла и обжарить арахис, 1 мин. Выложить на доску и порубить ножом.
- 3** Добавить в вок оставшееся растительное масло и обжарить лук, имбирь и чеснок. Готовить, помешивая, 3 мин. Переложить шумовкой к арахису. Положить в сковороду куриное мясо и готовить, переворачивая куски, 8 мин. Вернуть орехи и лук с чесноком, посыпать сахаром и готовить 1 мин. Добавить соус чили, кокосовое молоко и сливочное масло. Хорошо перемешать и готовить 4 мин. В самом конце приправить солью.



Плов с креветками и мидиями 🍤 🍅 🍅



ЧТО НУЖНО:

- 500 г риса
- 500 г мидий в раковинах
- 500 г крупных очищенных креветок
- 1 луковица
- 5 зубчиков чеснока
- 2 красных сладких перца
- 2 ст. л. молотой паприки
- 4 ст. л. консервированной томатной мякоти
 - щепотка шафрана
 - оливкового масла
- 3 ст. л. куриного бульона
 - соль, перец
 - зелень петрушки
- 2 лимона

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

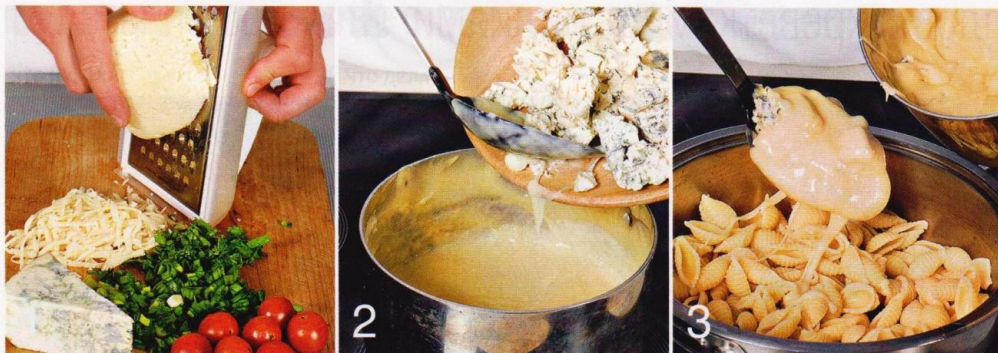
1 Мидии вымыть щеткой, поместить в кастрюлю с небольшим количеством воды и варить под крышкой, пока раковины не откроются. Нераскрывшиеся раковины выбросить. Лук и чеснок очистить и измельчить. Перцы вымыть и нарезать небольшими кубиками, удалив сердцевину. Шафран замочить в 1 ст. л. холодной кипяченой воды. Рис тщательно промыть.

2 Раскалить большую сковороду. Добавить 2 ст. л. масла, лук, чеснок и сладкий перец. Обжаривать, периодически помешивая, 4 мин. Влить оставшееся масло, положить молотую паприку и рис. Быстро перемешать и готовить 2 мин.

3 Добавить в сковороду томатную мякоть и шафран вместе с водой, в которой он замачивался. Перемешать и тушить 2 мин.

4 Влить 1 л горячего куриного бульона, довести до кипения, уменьшить огонь до среднего и готовить без крышки, не перемешивая, 12 мин., пока вся жидкость не впитается. Проверить рис на готовность. При необходимости добавить еще 0,5 стакана (не больше!) куриного бульона и готовить на среднем огне, пока рис не дойдет до нужной кондиции.

5 Добавить креветки и мидии. Накрыть сковороду большим листом фольги и готовить 4–5 мин. Посыпать плов измельченной петрушкой, сверху положить дольки лимона.



ракушки с соусом из четырех сыров 🍅 🥬 🐻

ЧТО НУЖНО:

- 300 г** пасты «ракушки»
- 300 г** творога
- 200 г** сыра с голубой плесенью
- 150 г** сыра эмменталь
- 100 г** пармезана
- 100 мл** сливок жирностью 22%
- 10** помидоров черри
- 3** веточки базилика
- 1** пучок шнитт-лука
- 2 ст. л.** оливкового масла
 - соль, перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Сыр с плесенью размять. Эмменталь и пармезан натереть на терке. Зелень тонко нарезать. Помидоры вымыть, разрезать пополам и обжарить в 1 ст. л. масла, 3 мин. Приправить солью.
- 2** Взбить творог и сыр с плесенью в однородную массу. Продолжая взбивать, влить сливки. На небольшом огне, помешивая, довести до кипения. Добавить натертые сыры, перемешать и снять с огня. При необходимости подсолить.
- 3** Ракушки отварить согласно инструкции на упаковке. Перемешать с соусом и прогреть. Добавить помидоры и базилик. При подаче посыпать черным свежемолотым перцем.

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4



французские пышки бенье



ЧТО НУЖНО:

- 100 г муки
- 50 г сливочного масла
- 1 желток
- 2 яйца
- растительное масло для фритюра
- сахарная пудра для обсыпки

Время приготовления: 35 мин.

Количество: 16 штук

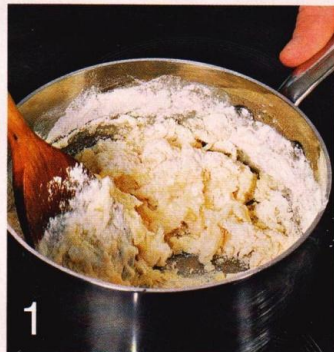
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Просеять муку на большой лист пергамента. Положить нарезанное кусочками масло в небольшую кастрюлю с 250 мл горячей воды, довести до кипения. Готовить, помешивая, пока масло не растает. Сложить пергамент желобком и всыпать муку. Снять с огня.

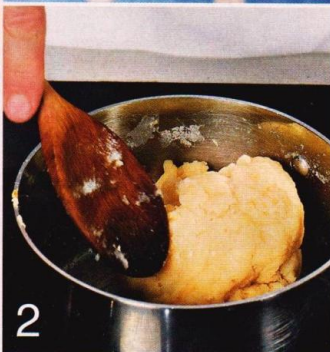
2 Взбивать деревянной ложкой до образования однородного гладкого теста.

3 Добавить желток и яйца. Продолжать взбивать, пока тесто не будет гладким и блестящим, 5 мин.

В сотейнике разогреть растительное масло для фритюра. Столовой ложкой, смазанной маслом, брать тесто и окунавать в кипящее масло. Готовить порциями по 5 мин. Выкладывать пышки шумовкой на бумажные полотенца. Перед подачей обсыпать сахарной пудрой.



1



2



3



крендельки пальмеры

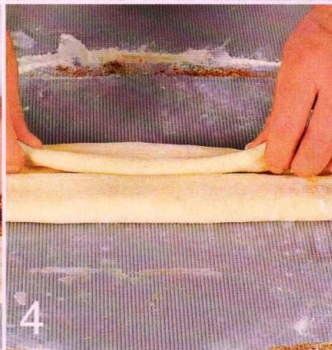
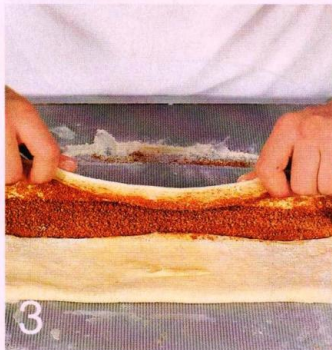


ПЕЧЕНЬЕ С ЯБЛОЧКОМ

ЧТО НУЖНО:

- 2 листа готового слоеного теста
- 1 ст. л. сливочного масла
- 5 ст. л. сахара
- 1 ч. л. молотой корицы
- 1 ст. л. сахарной пудры

Время приготовления: 30 мин.
Количество: 14–16 штук



ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Растопить сливочное масло, добавить 2 ст. л. сахара и размешать. Не обязательно размешивать сахар до полного растворения – он должен просто равномерно распределиться. Присыпать поверхность стола просеянной мукой, смешанной с 1 ст. л. сахара. Выложить на стол один лист слоеного теста. С помощью кулинарной кисточки смазать его маслом с сахаром. Накрыть вторым листом.
- 2 Раскатать оба листа в тонкий прямоугольник. Ножом подровнять края. Равномерно посыпать поверхность теста корицей и оставшимся сахаром.
- 3 Взять два противоположных края прямоугольника и подтянуть их друг к другу так, чтобы они соприкоснулись строго в середине пласта. Прижать руками.
- 4 Еще раз сложить противоположные края получившегося прямоугольника так, чтобы они соприкоснулись в середине.
- 5 Сложить получившийся рулет в два раза и разрезать его на куски шириной примерно 2 см. На разрезе рулет должен напоминать многослойное сердечко.
- 6 Противень накрыть листом промасленного пергамента. Уложить на него кусочки, поставить в разогретую до 200 °С духовку на 7 мин. Перевернуть крендельки на другую сторону и печь еще 5 мин. Готовые крендельки накрыть чистым полотенцем и дать остыть. Присыпать сахарной пудрой.



Мы даем наиболее известный вариант этого рецепта. По желанию крендельки можно сделать с распаренным и смешанным с медом маком, с толчеными орешками, изюмом и другими сухофруктами, просто с медом или джемом.

печенье с бананами



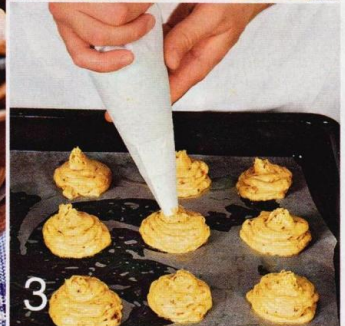
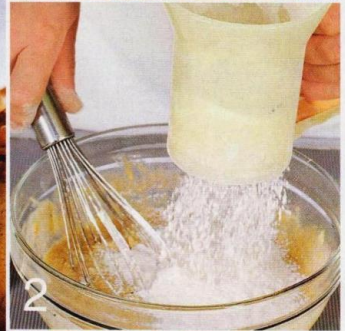
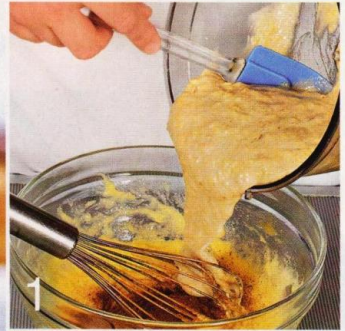
Время приготовления: 30 мин.
Количество: 20 штук

ЧТО НУЖНО:

- 4 зрелых банана
- 2 стакана муки
- 1,5 ч. л. разрыхлителя
- 0,5 ч. л. корицы
 - щепотка мускатного ореха
- 1 стакан сахара
- 100 г сливочного масла
- 1 яйцо
- 1 стакан очищенных грецких орехов

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Масло взбить с сахаром и яйцом. Муку просеять вместе с разрыхлителем. Вымесить тесто. Добавить корицу и мускатный орех.
- 2 Бананы очистить и нарезать кружками. Размять мякоть вилкой или измельчить в блендере. Добавить в тесто банановое пюре и измельченные орехи, перемешать.
- 3 Противень накрыть листом пергамента. Тесто переложить в кулинарный мешок и отсадить на пергамент кружками. Поставить в разогретую до 180 °С духовку на 15 мин.



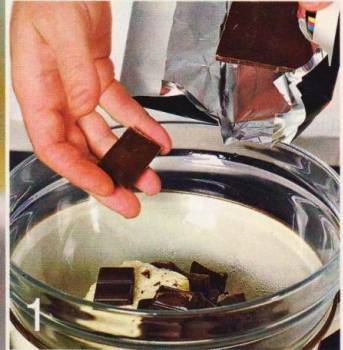
попкорн в шоколаде

ЧТО НУЖНО:

- 100 г попкорна
- 200 г клубники
- 250 г черного шоколада
- 4 ст. л. меда
- 100 г сливочного масла



Время приготовления: 10 мин.
Порций: 10



ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Шоколад поломать на небольшие кусочки, поместить их в жаропрочную посуду и растопить на водяной бане вместе со сливочным маслом и медом. Готовить, пока масса не станет однородной.
- 2 Клубнику нарезать небольшими кусочками и смешать с попкорном. Влить растопленный шоколад, хорошо перемешать.
- 3 Застелить форму с невысокими бортиками пищевой пленкой. Выложить приготовленную массу, разровнять поверхность и поставить в холодильник. Когда масса затвердеет, нарезать ее аккуратными одинаковыми кусочками, накрыть и оставить в холодильнике до подачи на стол.

Фруктовый коктейль



ЧТО НУЖНО:

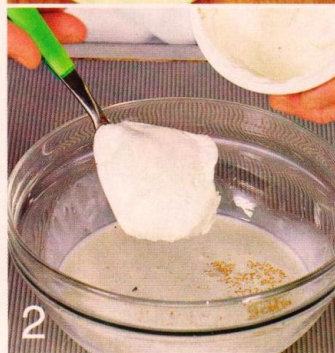
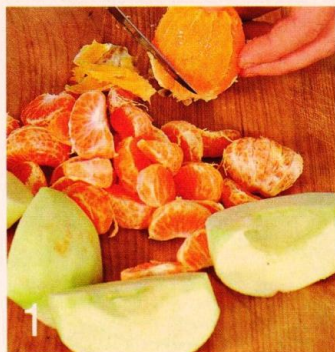
- 2 яблока
- 2 апельсина
- 4 мандарина
- 200 г чернослива
- 50 г изюма
- 50 г грецких орехов
- 20 г сахарной пудры
- сок 1 лимона

Для соуса:

- 200 г сметаны
- 50 мл сливок 33%
- 10 г ванильного сахара
- 20 мл белого сухого вина

Время приготовления: 15 мин.

Порций: 4



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яблоки очистить от кожуры и нарезать соломкой, удалив сердцевину. Сбрызнуть лимонным соком. Апельсины и мандарины очистить, разделить на дольки. Апельсиновую цедру нарезать тонкой соломкой, дольки citrusовых – небольшими кусочками. Чернослив и изюм положить в кастрюльку с водой, довести до кипения, дать остыть в отваре, слить воду. Дать обсохнуть, затем нарезать чернослив соломкой. Орехи мелко порубить.

2 Прогреть в сотейнике сливки, смешанные с вином и ванильным сахаром, 5 мин. Снять с огня, добавить сметану, перемешать. Фрукты и орехи уложить в фужеры слоями. Залить сметанным соусом и посыпать апельсиновой цедрой.

клубника с фисташками

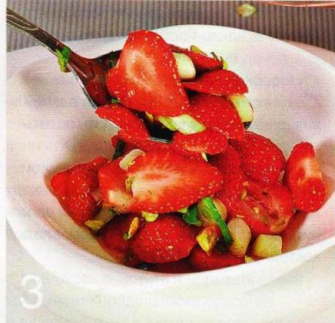
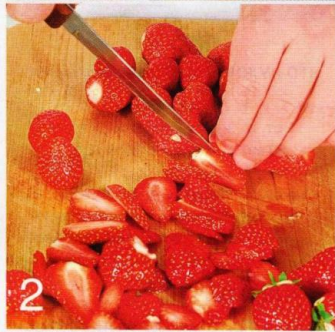
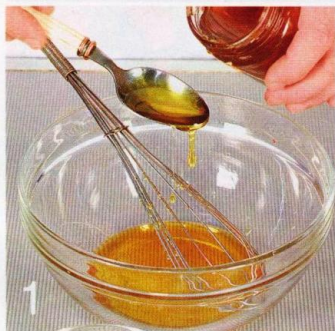
ЧТО НУЖНО:

- 750 г клубники
- 100 г очищенных несоленых фисташек
- 2 веточки мяты
 - сок 1 лимона
- 2 ст. л. десертного вина
- 40 г меда
 - щепотка соли

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

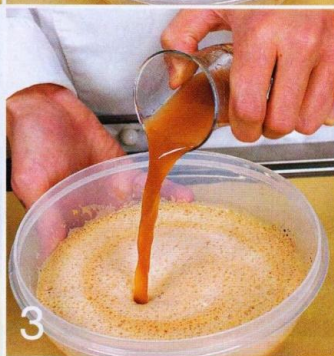
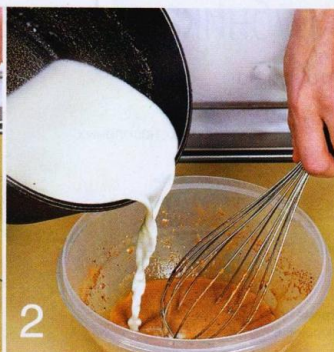
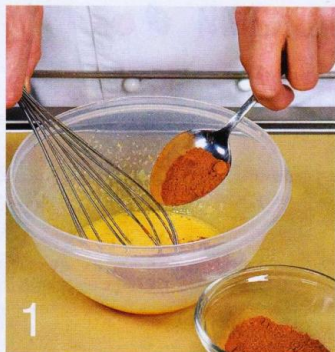
- 1 Приготовить заправку. Взбить сок лимона с вином, медом и щепоткой соли.
- 2 Отложить 3 ягоды. Оставшуюся клубнику нарезать тонкими пластинами, сложить в миску, влить заправку и очень аккуратно перемешать. Поставить в холодильник на 15 мин.
- 3 Фисташки порубить ножом в среднюю крошку. Мята вымыть, обсушить и разобрать на листики. Добавить все в клубнику, еще раз очень аккуратно перемешать и переложить на красивое блюдо. Отложенную клубнику нарезать перед самой подачей и выложить сверху.



Шоколадный коктейль с ликером



Время приготовления: 7 мин.
Порций: 1



ЧТО НУЖНО:

- 1 стакан молока
- 1 ст. л. какао-порошка
- 50 мл шоколадного ликера
- 1 яйцо
- 1,5 ст. л. сахара
 - тертый мускатный орех на кончике ножа

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яйцо тщательно растереть с сахаром до полного растворения последнего. Добавить какао-порошок, перемешать.

2 Молоко довести до кипения и очень тонкой струйкой, постоянно размешивая, влить в яичную смесь. Дать остыть.

3 Оставшееся какао взбить венчиком. Не прекращая взбивать, влить ликер и добавить мускатный орех. Бокал наполнить до половины колотым льдом, влить коктейль.



зрелая
кухня

НОВЫЙ номер выйдет 28 мая

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№10 (138), май 2012

выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабликейшенз»

125993, Москва, Волоколамское шоссе, 2,
тел./факс: 725-1070,
www.gastronom.ru
www.gastron.ru
e-mail: mail@bpbp.ru

Президент Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трунина
Шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Алексей Клак
ответственный секретарь Анна Туревская
редактор Динара Нурева
бильд-редактор Александра Клак, Ольга Мальшева
дизайнеры Илья Жданов, Олег Туркин
повара-консультанты Сергей Самойлов
фотографы Любовь Никиророва,
корректоры Татьяна Певнева

исполнительный директор Ольга Ткалич
финансовый директор Светлана Сергина
директор по рекламе
ООО «Бонниер Пабликейшенз» Марина Мамина

Отдел рекламы: Анастасия Епишкина,
Мария Ключичкина,
Елена Матвеева,
Наталья Луккина,
тел.: (495) 725-1070

Руководитель
отдела спецпроектов Лариса Машталер

Руководитель
отдела продаж
в Интернете Ирина Федотова

Отдел маркетинга: Зоя Галишичникова,
Нарина Давыдова

Отдел дистрибуции: Сергей Татаркин (директор),
Татьяна Катран,
Елена Куликова,
Наталья Писклина,
Юлия Ремезова,
Андрей Телингатер,
Сергей Успенский,
тел.: (495) 725-1070

Подписка Екатерина Жуковская,
тел.: (495) 792-5562

Заместитель генерального
директора по правовым вопросам Илья Иванов

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев,
Игорь Долманов,
«Свет Компьютерс»,
тел.: 795-0295

Сканирование
и обработка иллюстраций: Екатерина Панюшкина
(руководитель отдела),
Светлана Кузина,
Георгий Савастьянов,
Виктор Фролкин

Типография «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж 190 800 экз.
Цена свободная

Автор макета Ирина Лещенко

Обложка: Сергей Самойлов

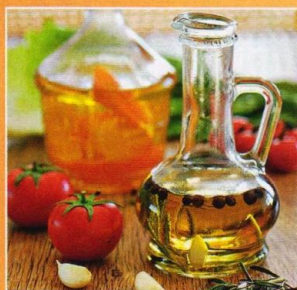
Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору
в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного
наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой
информации ПИ № ФС77-32211 от 09.06.2008

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных
материалов.
Перепечатка материалов и использование их в любой форме,
в том числе и в электронных СМИ, возможны только с письменного
разрешения редакции.

© ООО «Бонниер Пабликейшенз», дизайн, фото, текст, 2012 г.

в следующих номерах журнала

«ШКОЛА ГАСТРОНОМА»



новый номер выйдет 21 мая