

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

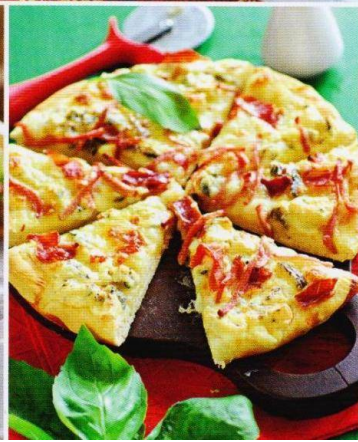
№14 (142) ИЮЛЬ 2012

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

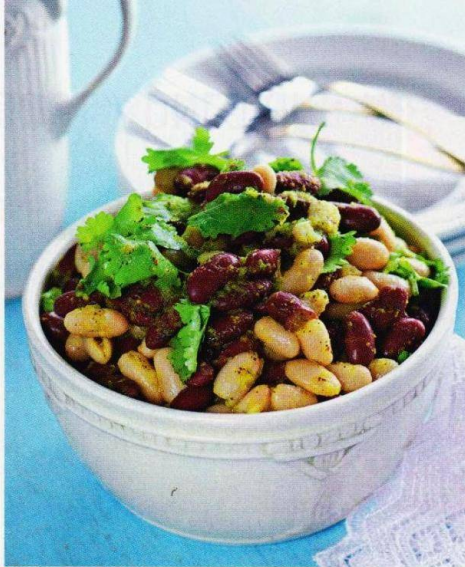


ИТАЛЬЯНСКАЯ
КУХНЯ

ISSN 1819-9488
12014
9 771819 948005



реклама



Дорогие друзья!

Вы наверняка, как и мы, очень любите итальянскую кухню. И, скорее всего, умеете готовить тирамису и панакотту, пасту карбонара и рагу болоньезе, капрезе и минестроне... Но кухня этой солнечной страны гораздо богаче! Она состоит не только (и не столько) из традиционных «туристических» блюд. В каждом регионе множество удивительно вкусных и простых рецептов, которые обязательно нужно приготовить хотя бы раз. При этом вам не потребуются никакие особенные ингредиенты. Хорошие спелые помидоры (их у нас так много в конце лета и ранней осенью), крепкие баклажаны, сочный лук, молодой картофель. И – вы удивитесь – много вчерашнего хлеба, который можно так удачно использовать! Из настоящих итальянских продуктов купите лишь моцареллу и хорошее оливковое масло первого холодного отжима – его не только добавляют в готовую еду, на нем можно отлично жарить, – и вашему здоровью от этого будет только лучше. Осваивайте новые блюда, и пусть вам живется веселее!

Ваша редакция



содержание

условные обозначения



вегетарианское питание



блюда, которые подходят для детей **



легкие рецепты



рецепты средней сложности



рецепты для опытных кулинаров

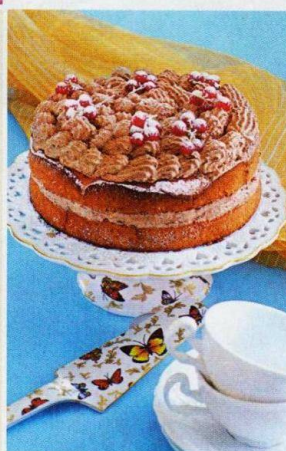


блюда, которые можно готовить в микроволновой печи



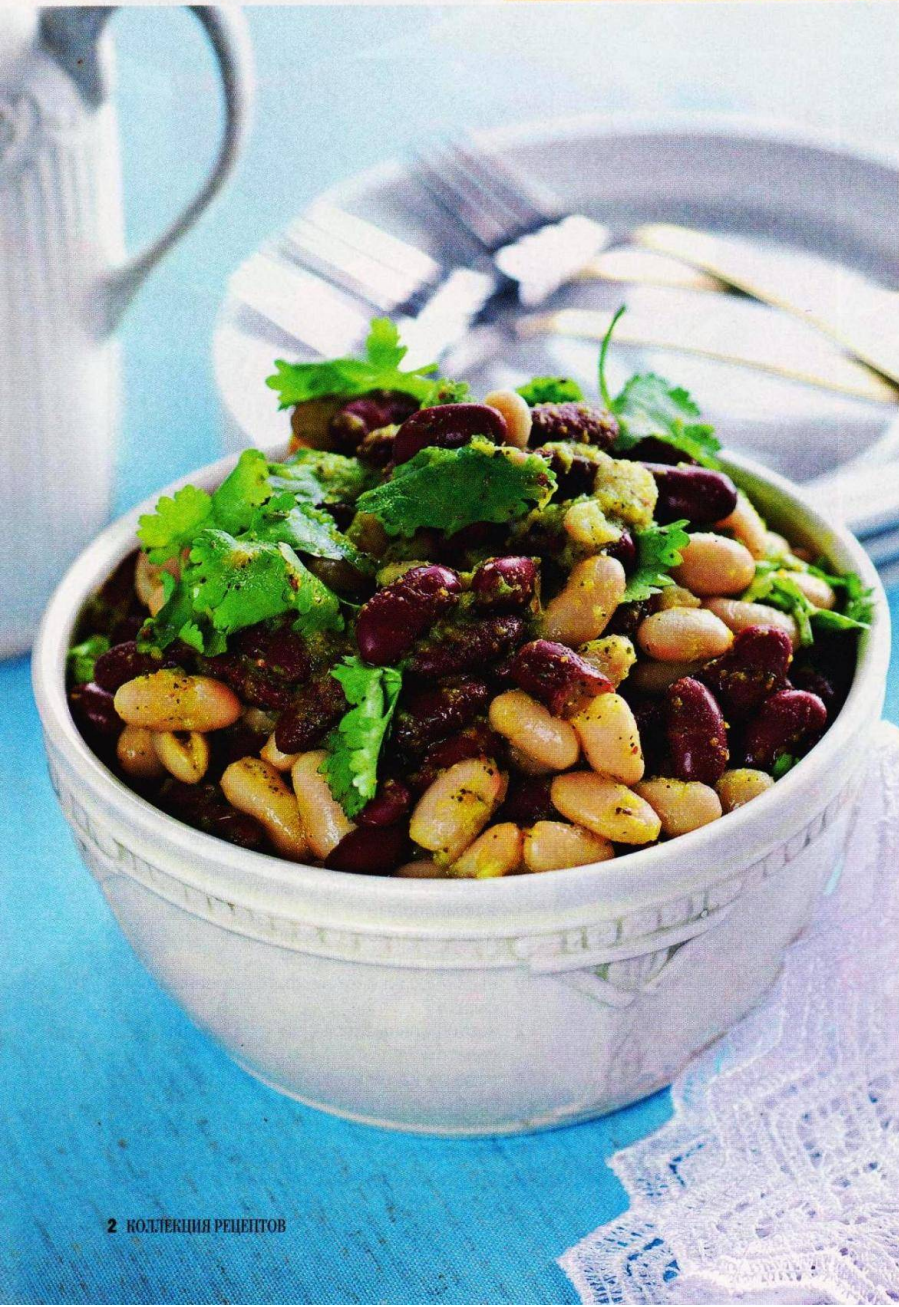
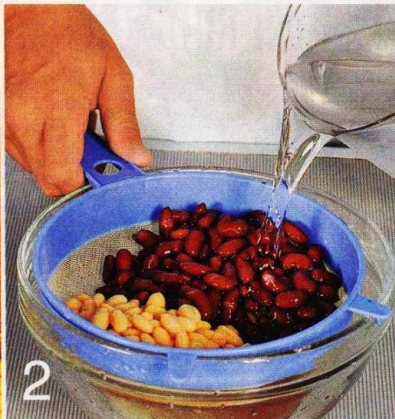
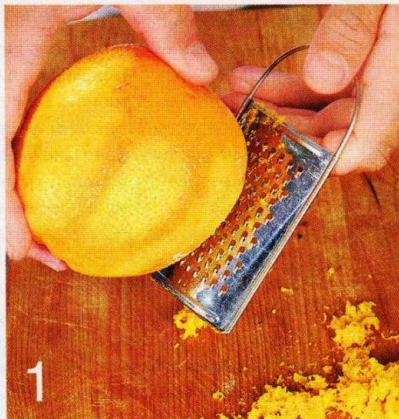
полезный совет

**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 салат из фасоли с апельсиновой заправкой
- 4 сицилийская капоната
- 6 сэндвичи «моцарелла ин кароцца»
- 7 страчетти, салат из говядины-гриль
- 8 домашний томатный соус
- 10 деревенский томатный суп с базиликом и грекками
- 11 суп из ягненка с фенхелем и сыром
- 12 пицца с моцареллой, горгонзолой и ветчиной
- 14 спагетти с корейкой, маслинами и помидорами
- 16 домашняя паста с мясным рагу
- 18 лазанья с тремя видами сыра
- 20 ньокки со шпинатом, фаршированные сыром
- 22 картофельные фокачине с зеленым салатом
- 24 полента из трентино
- 25 треска «а гьотта»
- 26 запеченная курица с хлебным гарниром
- 28 фрикадельки в томатном соусе
- 30 торт «риго янши»

салат из фасоли с апельсиновой заправкой



ЧТО НУЖНО:

- 1 банка (400 г) красной фасоли
- 1 банка (420 г) белой фасоли лима
- средний пучок кинзы

Для заправки:

- 1 апельсин
- маленький пучок зеленого лука
- 1 зубчик чеснока
- 4 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
- по щепотке сушеного орегано и базилика
- соль, свежемолотый черный перец

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 4

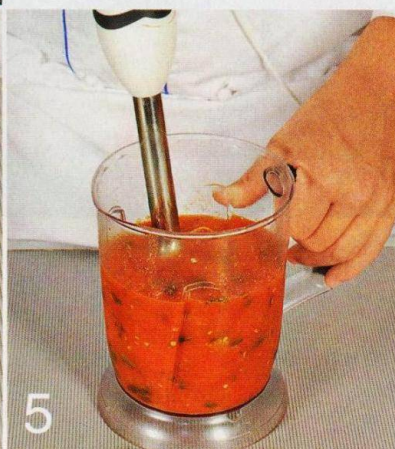
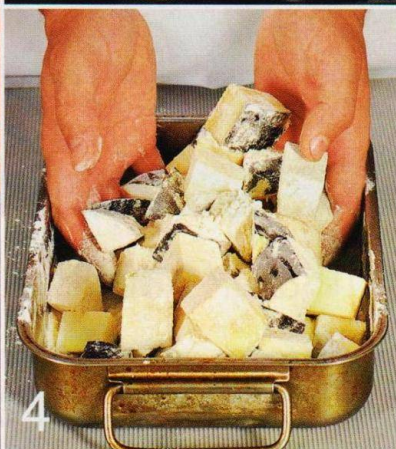
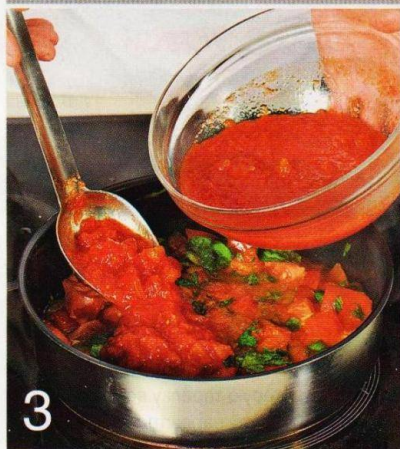
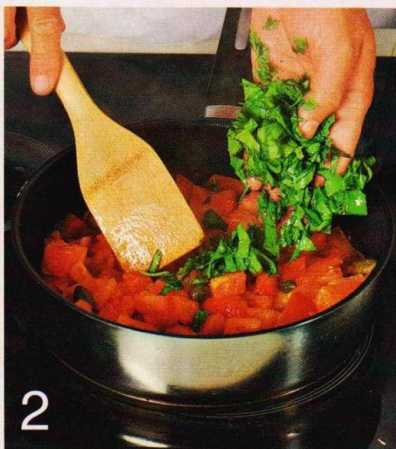
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Для заправки мелко нарезать белую часть зеленого лука, чеснок измельчить. С апельсина снять теркой цедру, выжать сок. Положить сок и цедру, лук и чеснок в блендер, добавить остальные ингредиенты заправки. Взбивать до однородности, 1 мин.

2 Оба вида фасоли откинуть на дуршлаг, промыть кипяченой водой, обсушить, переложить в миску. Добавить мелко нарезанные перья лука (оставшуюся зеленую часть), влить заправку, перемешать, поставить в холодильник на 30 мин. Перед подачей добавить снятые со стеблей листья кинзы, еще раз перемешать.



СИЦИЛИЙСКАЯ КАПОНАТА



ЧТО НУЖНО:

- 3** крупных баклажана
- 5** больших спелых помидоров
- 500 г** рубленых помидоров в собственном соку
- 2 ст. л.** кедровых орехов
- 2 ст. л.** рубленого миндаля
- 1 ст. л.** рубленых фисташек
- 2 ст. л.** изюма
- 50 г** каперсов
 - небольшой пучок базилика
- 60 мл** белого винного уксуса
- 2 ст. л.** сахара
 - большая щепотка сушеного орегано
 - соль
 - мука
 - оливковое масло «экстра вирджин»

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** У базилика удалить стебли, листья мелко нарезать.
- 2** Нарезать свежие помидоры небольшими кубиками, смешать в сотейнике с толстым дном с 2/3 каперсов, половиной измельченного базилика, орегано и 3 ст. л. масла и потушить все вместе на среднем огне, 4–5 мин.
- 3** Добавить рубленые помидоры вместе с жидкостью, сахар, соль, закрыть сотейник крышкой и тушить еще 15 мин.
- 4** Тем временем нарезать баклажаны кубиками со стороной 2 см, посолить, обвалять в муке и обжарить частями в большом количестве оливкового масла до готовности. Обсушить на бумажных полотенцах, чтобы впиталось лишнее масло.
- 5** Готовый томатный соус взбить блендером до однородности, добавить в него оставшийся базилик, каперсы, половину изюма, кедровые орехи и миндаль. Взбить блендером еще раз. Когда соус и баклажаны слегка остынут, смешать их в большом салатнике, добавить оставшиеся ингредиенты, фисташки, влить уксус, тщательно перемешать и дать настояться перед подачей минимум 1 ч, а лучше 3–4 ч.

Время приготовления: 1 час 40 мин.
Порций: 4–6



Время приготовления: 15 мин.
Порций: 6

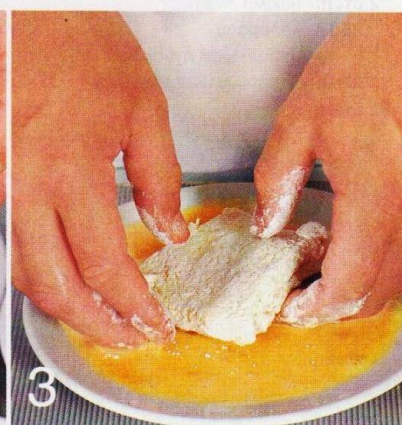
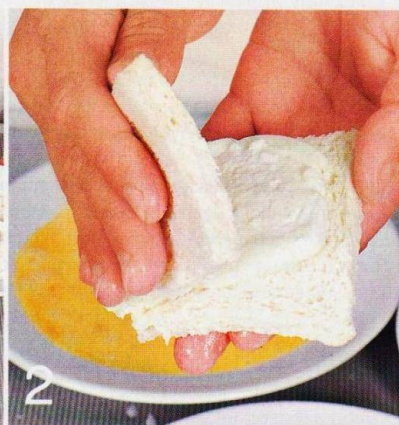
Сэндвичи «моцарелла ин кароцца» 🍃 🧸 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 12 кусков черствого деревенского хлеба или хорошего хлеба для тостов, без корки
- 300 г моцареллы
- 200 мл молока
- 160–180 г муки
- 3 больших яйца
 - топленое или оливковое масло (примерно 100 г)
 - соль

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Слегка взбить яйца в глубокой тарелке, посолить; во вторую тарелку всыпать муку, посолить; в третью тарелку налить молоко. Моцареллу нарезать ломтиками толщиной примерно 1 см. Обсушить ломтики на бумажных полотенцах. Разогреть масло в большой антипригарной сковороде.
- 2 Быстро обмакнуть два куска хлеба в молоко, на один уложить 1–2 ломтика моцареллы, накрыть вторым куском хлеба и прижать края.
- 3 Обвалять сэндвич в муке, затем окунуть в яйцо с обеих сторон и положить в горячее масло. Жарить до золотистого цвета, перевернуть и так же обжарить с другой стороны, примерно по 1,5 мин. с каждой стороны. Одновременно жарить на сковороде не больше трех сэндвичей, чтобы они не соприкасались краями. Готовые сэндвичи разрезать пополам или по диагонали и подавать немедленно.



страчетти, салат из говядины- гриль 🐻 🍅

Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 4–6

ЧТО НУЖНО:

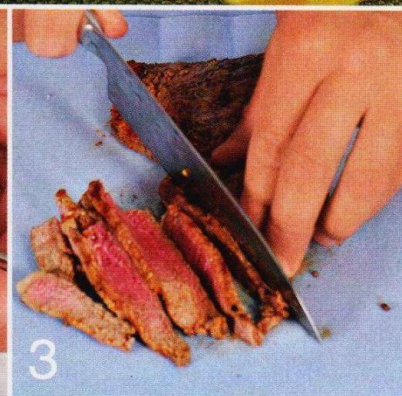
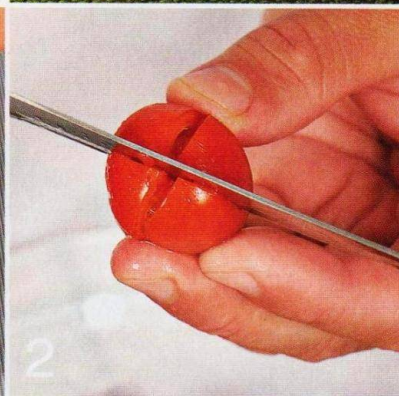
- 800 г** очень свежего говяжьего стейка или вырезки
- 500 г** помидоров черри
- 2** зубчика чеснока
- небольшой пучок петрушки
- сок половины лимона
- оливковое масло «экстра вирджин»
- соль, свежемолотый черный перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Натереть мясо солью, перцем и оливковым маслом. Накрывать пленкой и оставить мариноваться на 1 ч.

2 На каждом помидоре сделать надрез крест-накрест на глубину 1/3. Измельчить чеснок и петрушку.

3 Приготовить мясо на гриле до состояния средней прожарки, переложить на подогретую тарелку и оставить на 3 мин. Нарезать мясо очень тонкими полосками, смешать с помидорами. Приправить чесноком, полить оливковым маслом, посыпать петрушкой. Подавать сразу же, горячим.





ДОМАШНИЙ ТОМАТНЫЙ СОУС

ЧТО НУЖНО:

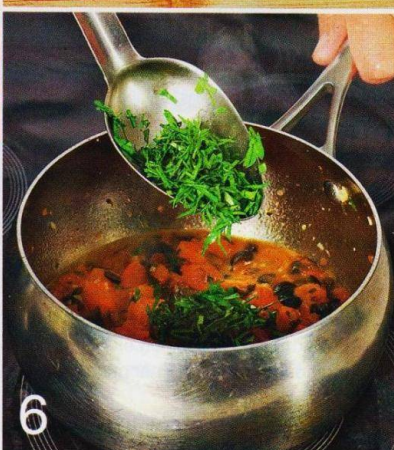
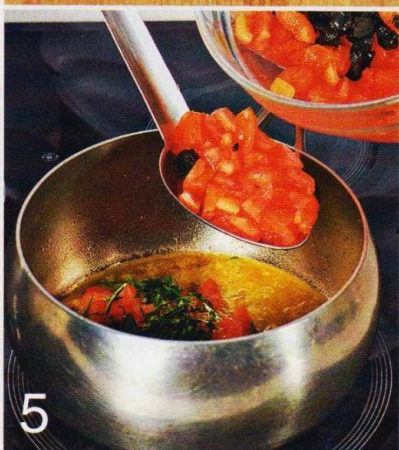
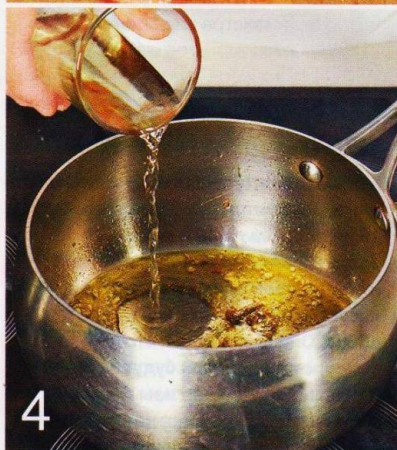
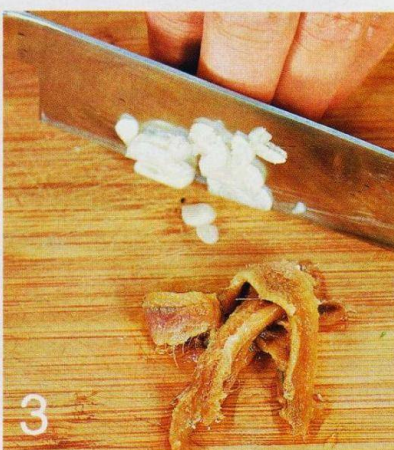
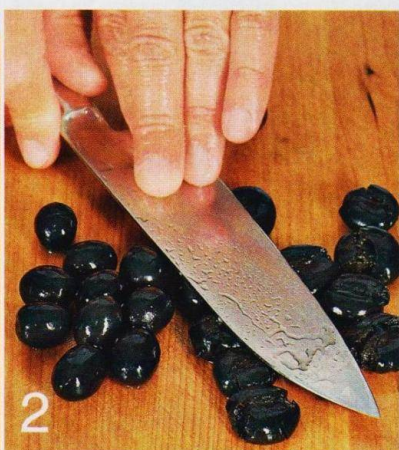
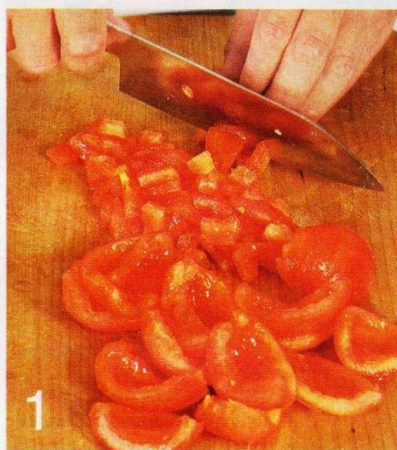
- 1 кг** очень спелых помидоров
 - горсть маслин с косточками
- 3** филе анчоуса
- 2** зубчика чеснока
 - маленький пучок петрушки
- 4 ст. л.** сухого белого вина
- 3 ст. л.** оливкового масла «экстра вирджин»
 - соль, свежемолотый черный перец

Время приготовления: 35 мин.

Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

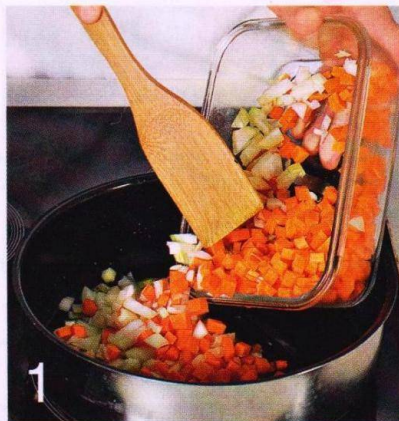
- 1** Помидоры обдать кипятком, затем холодной водой, очистить от кожицы. Разрезать на четвертинки, удалить семена вместе с жидкостью, мякоть нарезать средними кубиками.
- 2** Маслины раздавить ножом, удалить косточки, мякоть крупно порубить. Петрушку тонко нарезать.
- 3** Анчоусы и чеснок мелко порубить, положить в сковороду, влить масло, поставить на средний огонь. Готовить, помешивая, 3 мин.
- 4** Немного увеличить огонь, добавить в сковороду вино, довести до кипения, выпарить вино наполовину.
- 5** Положить помидоры, маслины и половину петрушки, готовить 10 мин.
- 6** Добавить оставшуюся петрушку, готовить 2 мин. Снять с огня, подавать горячим или холодным к пасте, рыбе и морепродуктам (мидиям, кальмарам и креветкам).



деревенский томатный суп с базиликом и гренками



Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4



СПОНСОР РЕЦЕПТА



ЧТО НУЖНО:

- 900 г томатов Pomi
- 2 средние морковки
- 2 средние луковицы
- 4 зубчика чеснока
- 1 большой пучок базилика
- 4 толстых куска чиабатты
- 50 г тертого пармезана
- 0,5 ч. л. молотой паприки
- соль и свежемолотый перец
- оливковое масло «экстра вирджин»

КСТАТИ

POMI – это натуральные протертые итальянские помидоры. Отборные томаты, созревшие на итальянском солнце, бережно очищают и упаковывают в течение нескольких часов после сбора. Они полностью готовы к употреблению и будут идеальной базой для изысканных супов, соусов, пасты, пиццы и других блюд.



ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Очень мелко нарезать очищенные морковь, лук и чеснок. Влить в кастрюлю с толстым дном немного оливкового масла, положить овощи и обжаривать на маленьком огне, помешивая, до мягкости и золотистого цвета, 15 мин.
- 2 Добавить в кастрюлю томаты и 1 стакан воды, довести до кипения, уменьшить огонь, закрыть крышкой, варить 15 мин. Удалить у базилика стебли, оставить несколько листочков для украшения, остальной базилик мелко порубить и добавить в суп вместе с солью, перцем и паприкой. Варить 10 мин.
- 3 Обжарить куски чиабатты в оливковом масле до румяной корочки с обеих сторон. Разлить суп по тарелкам, в каждую уложить по куску хлеба, посыпать сыром и подать.



суп из ягненка с фенхелем и сыром 🐻 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 500 г** мякоти задней ноги ягненка
- 500 г** фенхеля
- 100 г** натертого сыра пекорино или пармезана
- 4** куска вчерашнего хлеба толщиной 1,5 см
- 2** зубчика чеснока
- 4** веточки мяты
- 1** веточка розмарина
- 1/4** стакана оливкового масла «экстра вирджин»
- соль, свежемолотый черный перец

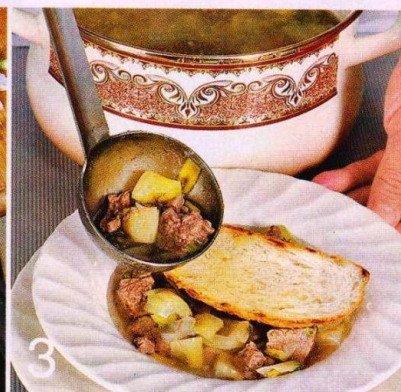
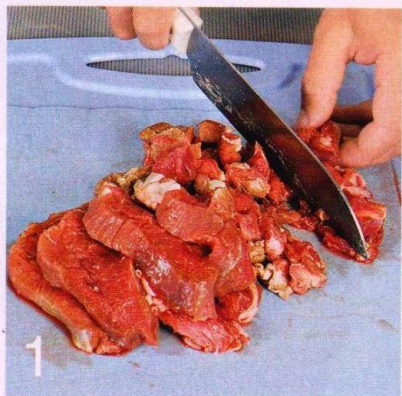
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мясо нарезать небольшими кубиками, примерно так же нарезать фенхель. Чеснок и листья зелени мелко порубить. В большой сковороде разогреть оливковое масло, обжарить в нем мясо с чесноком и зеленью до румяной корочки со всех сторон.

2 Добавить фенхель, приправить солью и перцем и жарить 5 мин. Влить 2 л воды, довести до кипения и варить под крышкой на слабом огне, пока мясо не станет мягким, примерно 40 мин.

3 Обжарить хлеб в тостере до золотистого цвета. Разложить поровну фенхель, ягнятину и половину пекорино в 4 жаропрочные глубокие тарелки, сверху положить хлеб и залить бульоном. Посыпать оставшимся пекорино и запекать в духовке при 180 °С, пока сыр не расплавится. Сразу же подавать.

Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 4





пицца с моцареллой, горгонзолой и ветчиной

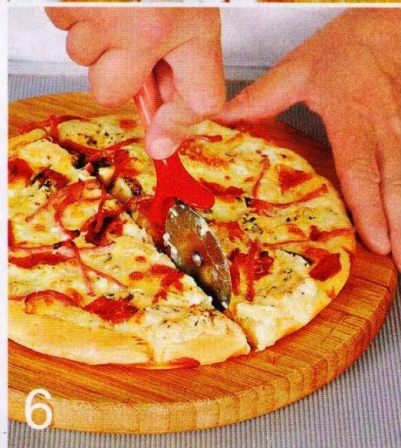
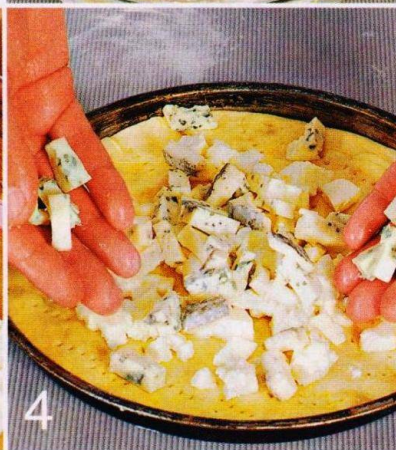
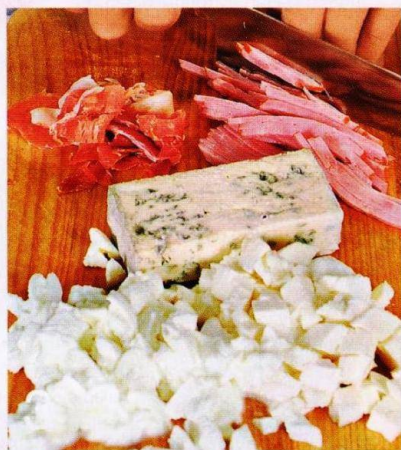
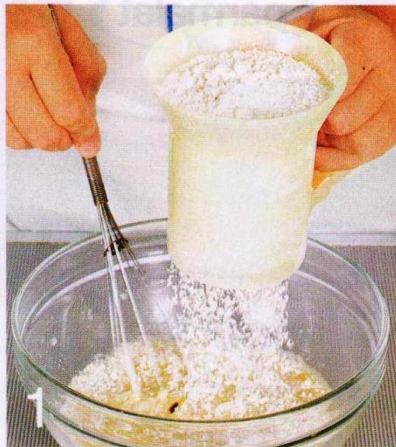


ЧТО НУЖНО:

- 500 г муки
- 15 г свежих дрожжей
- 2 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
- соль

Для начинки:

- 250 г моцареллы
- 150 г горгонзолы
- 100 г разной ветчины
- оливковое масло «экстра вирджин»



ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Для теста растворить дрожжи в 1 стакане теплой воды, добавить муку, немного соли и оливковое масло. Замесить не слишком крутое тесто, подливая при необходимости воды. Накрыть тесто полотенцем и оставить подходить на 2 ч.
- 2 Разделить тесто на 4 части (из этого количества у вас получится 4 пиццы). Раскатать каждую часть в круг диаметром 20 см.
- 3 Сыры нарезать мелкими кубиками или натереть на крупной терке. Ветчину нарезать очень тонкими ломтиками, затем полосками.
- 4 Каждый круг теста смазать оливковым маслом, посыпать сначала моцареллой, потом горгонзолой.
- 5 На каждую пиццу сверху выложить несколько ломтиков ветчины
- 6 Выпекать пиццу в разогретой до 220 °С духовке, пока сыр не распотится полностью и только начнет подрумяниваться, 15 мин. Разрезать на секторы и подавать.

Время приготовления: 2 часа 20 мин.
Порций: 4

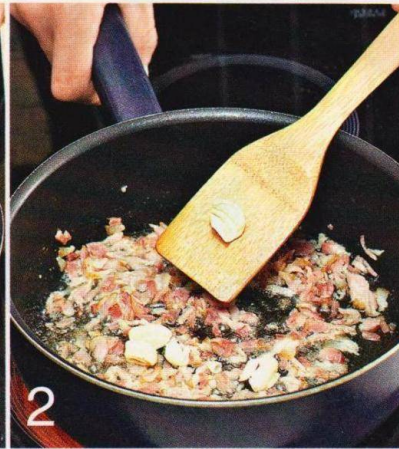
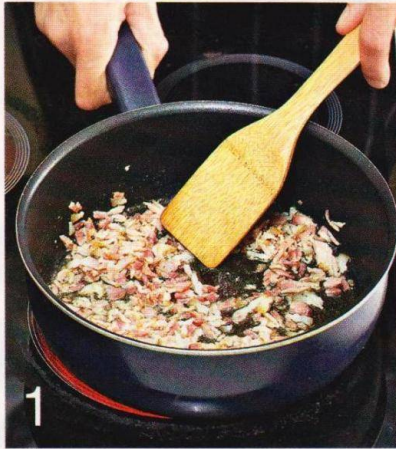
СПОНСОР РЕЦЕПТА



спагетти с корейкой, маслинами и помидорами



Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4



ЧТО НУЖНО:

- 400 г спагетти Divella
- 300–400 г томатов Pomito
- 150 г нежирной варено-копченой корейки
- 100 г вкусных маслин
- 2–3 зубчика чеснока
- 7–9 веточек петрушки
- оливковое масло «экстра вирджин»
- соль, свежемолотый черный перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Корейку нарезать очень тонкими полосками. В глубокой сковороде разогреть пару ложек масла, положить корейку и обжарить до румяной корочки, примерно 5 мин.

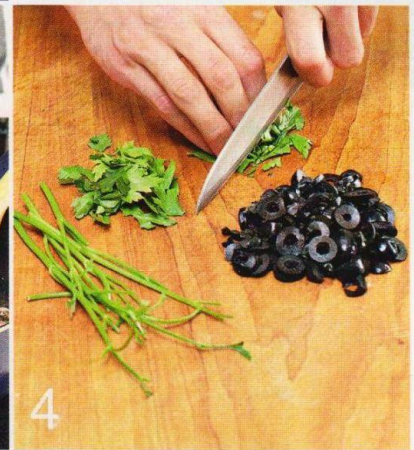
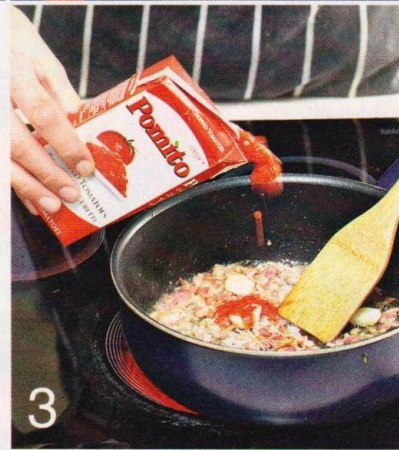
2 Чеснок слегка раздавить и очистить. Положить в сковороду с корейкой целые зубчики чеснока, жарить еще 30 сек.

3 Добавить томаты вместе с соком, готовить на среднем огне 15 мин.

4 Маслины тонко нарезать, у петрушки удалить стебли, мелко порубить зелень. Положить маслины и петрушку в соус, приправить солью и перцем.

5 Одновременно сварить спагетти в большом количестве кипящей подсоленной воды согласно инструкции на упаковке.

6 Готовые спагетти откинуть на дуршлаг и положить в сковороду с соусом. Перемешать, разложить по тарелкам, сбрызнуть маслом и еще приправить перцем.



КСТАТИ

Классическая итальянская паста Divella – идеальная основа для блюд итальянской кухни. Ее производят на юге Италии с 1890 года. Все макаронные изделия этой марки сделаны исключительно из твердых сортов пшеницы.





домашняя паста с мясным рагу

ЧТО НУЖНО:

- 300 г мяки
- 120–150 мл хорошей питьевой воды
 - щепотка соли

Для начинки:

- 500 г мякоти свинины
- 250 г лесных грибов
- 1 средняя луковица
- 1 черешок сельдерея
- 1 лавровый лист
- 600 г рубленых помидоров в собственном соку
- 100 мл сухого красного вина
- 2–3 бутона гвоздики
 - оливковое масло «экстра вирджин»
 - винный уксус
 - соль, свежемолотый черный перец

Время приготовления: 2 часа
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Нарезать мясо небольшими кубиками, убрать все пленки и сухожилия.

2 Мелко порубить лук и сельдерей. Разогреть в сковороде немного масла, обжарить лук и сельдерей, 5 мин. Затем добавить нарезанные на кусочки грибы, обжарить, 5 мин.

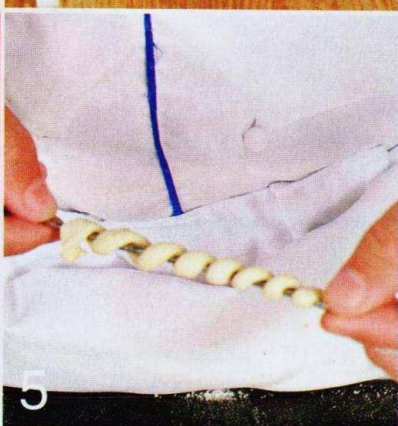
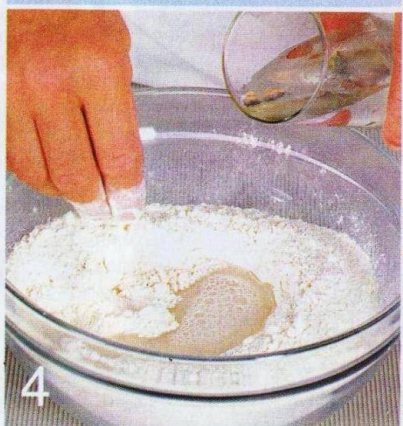
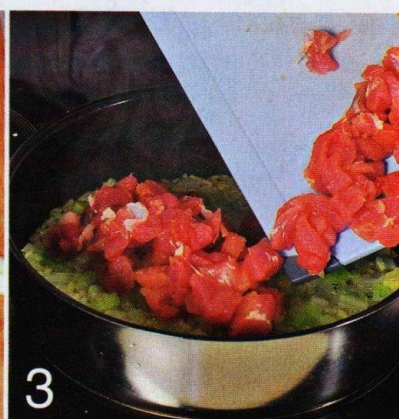
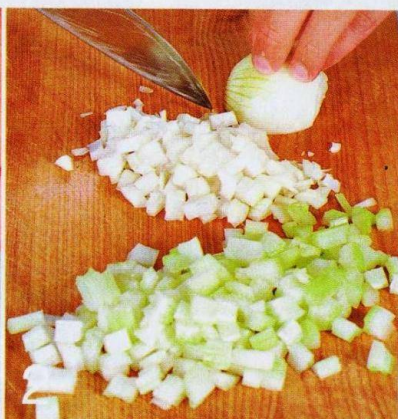
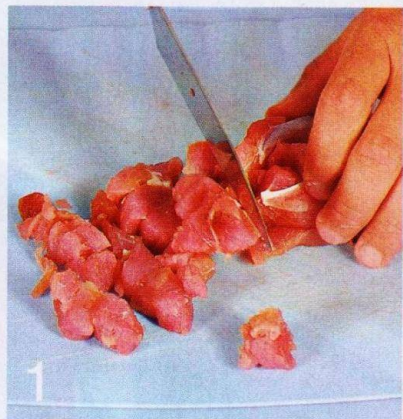
3 Добавить мясо к овощам, обжарить со всех сторон и влить вино. Добавить лавровый лист, гвоздику и помидоры вместе с жидкостью, посолить, поперчить и тушить на минимальном огне 1,5 ч. По необходимости подливать понемногу воду.

4 Пока готовится рагу, замесить довольно крутое тесто из просеянной муки с щепоткой соли, добавляя питьевую воду в несколько приемов. Тесто

должно быть эластичным. Завернуть его в пленку и убрать в холодильник на 30–60 мин.

5 Затем, отрезая от теста небольшие кусочки, раскатать их руками в тонкие не очень длинные «веревочки». Положить на веревочку вязальную спицу под углом 45° и прокатать их вместе ладонью, слегка надавливая руками. Спицу удалить. Получится довольно плоская спиралька. Сформировать таким образом остальные спиральки.

6 Выложить пасту на поднос, посыпанный мукой. Припылить пасту мукой. Дать немного подсохнуть, затем сварить в большом количестве подсоленной воды, 3–4 мин., откинуть на дуршлаг, переложить в кастрюлю с рагу, перемешать и сразу же подавать.



СПОНСОР РЕЦЕПТА



лазанья с тремя видами сыра



ЧТО НУЖНО:

400 г листов лазаньи Divella, не требующих предварительной варки

200 г моцареллы

150 г горгонзолы

50 г пармезана

Для соуса бешамель:

100 г сливочного масла

4 ст. л. муки

1 л молока Parmalat жирностью 3,5%

150 мл сливок Parmalat жирностью 23%

- щепотка тертого мускатного ореха
- свежемолотый белый перец

Время приготовления: 1 час

Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Сварить соус: растопить в сотейнике сливочное масло, всыпать муку, обжаривать, помешивая, 4 мин. Влить молоко, тщательно перемешать, чтобы не было комков.

2 Приправить мускатным орехом и перцем, варить, все время помешивая, чтобы не было комков, до загустения, 3–4 мин. Снять с огня, остудить, 15 мин. Разделить соус на 2 части.

3 Моцареллу натереть на терке или мелко порубить. Раскрошить горгонзолу. В половину соуса положить моцареллу, во вторую – горгонзолу, перемешать.

4 В прямоугольную форму, смазанную маслом, влить 1/4 часть сливок.

5 Укладывать листы лазаньи, перемежая их слоями то соуса с моцареллой, то соуса с горгонзолой, пока не закончатся продукты. Последним слоем должен быть соус с моцареллой.

6 Аккуратно влить по краям формы (равномерно по периметру) оставшиеся сливки. Закрыть форму фольгой и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 20 мин. Затем вынуть из духовки, убрать фольгу, посыпать лазанью тертым пармезаном и вернуть в духовку еще на 10–15 мин. Подавать горячей.



КСТАТИ

В ультрапастеризованном цельном молоке Parmalat бережно сохранены вкусовые и полезные свойства парного коровьего молока. Теперь молоко Parmalat благодаря усовершенствованной упаковке со скошенной верхней частью и широким горлышком легко наливается и не разбрызгивается, а закручивающаяся крышка не требует дополнительных усилий при открывании.





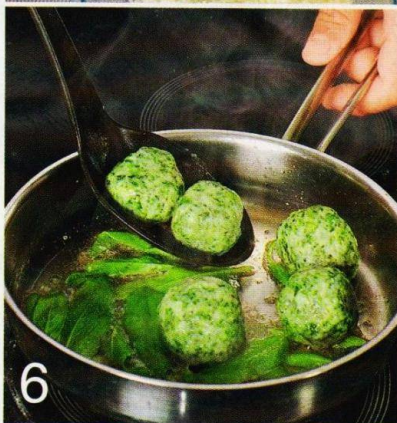
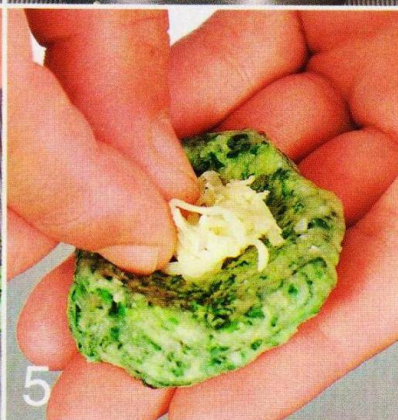
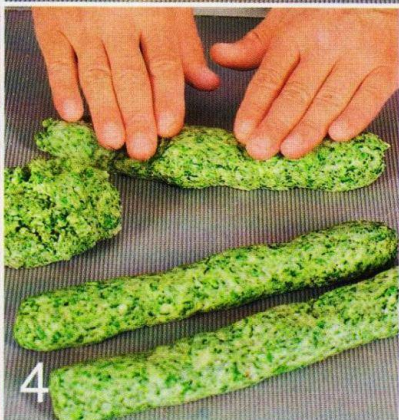
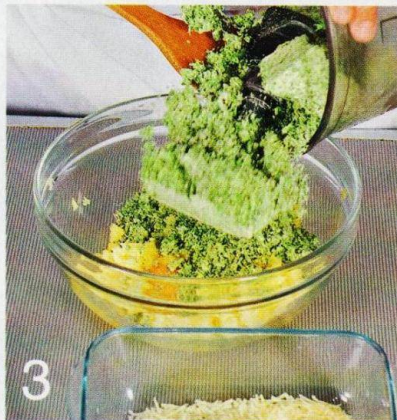
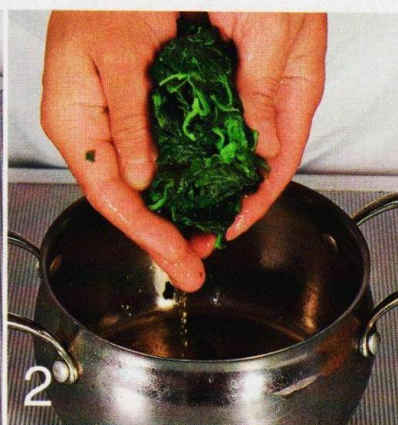
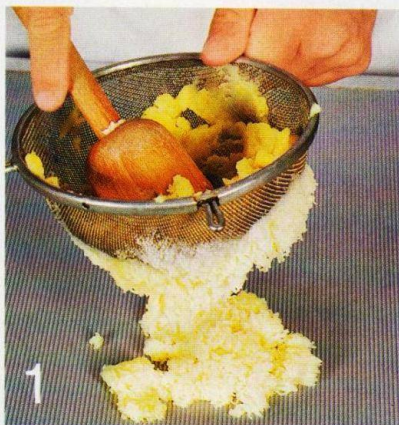
parmalat

НЬОККИ СО ШПИНАТОМ, фаршированные сыром



ЧТО НУЖНО:

- 500 г картофеля
- 500 г шпината
- 200 г муки
- 1 большое яйцо
- 30 г тертого пармезана
- 100 г крупно натертого сыра эмменталь
- 50 г сливочного масла
- 2 веточки шалфея
- соль



ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Отварить картофель в мундире, очистить и протереть через сито на рабочую поверхность, немного остудить.
- 2 Шпинат припустить в большой кастрюле без воды и без масла (будет достаточно оставшейся воды после мытья), 2–3 мин., остудить и сильно отжать. Соединить в комбайне муку и шпинат, взбить до образования однородной массы.
- 3 Смешать муку и пармезан с картофельной массой, добавить яйцо и чуть-чуть соли (очень немного, иначе тесто будет мокрым!), замесить тесто.
- 4 Нарезать тесто на небольшие куски и раскатать их в колбаски диаметром 2–3 см. Раскатывать без муки! Готовые колбаски посыпать мукой и нарезать на одинаковые кусочки по 2–3 см.
- 5 Брать на ладонь один такой кусочек, расплющивать большим пальцем и класть немного эмменталя. Аккуратно защипнуть и скатать в шарик. Выложить на поднос, чуть смазанный маслом. Отварить ньокки в большом количестве кипящей подсоленной воды, 2 мин.
- 6 Одновременно для подачи растопить кусок сливочного масла в сковородке с листиками шалфея, шумовкой выложить туда готовые ньокки, аккуратно перемешать, слегка прогреть, 1 мин., и подавать.

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 6



картофельные фокаччине с зеленым салатом

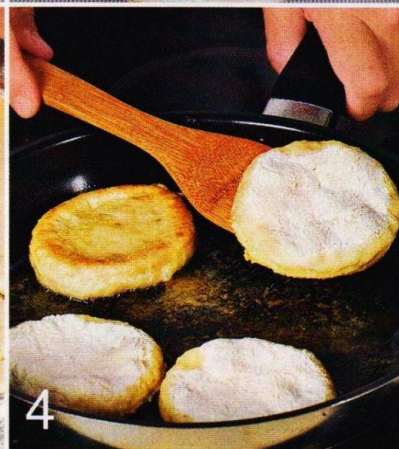
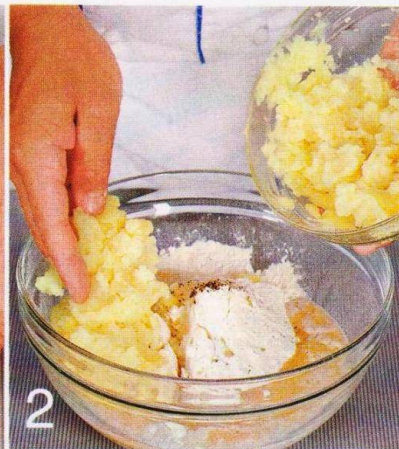


ЧТО НУЖНО:

- 400 г** картофеля
- 600 г** муки
- 100 г** топленого свиного сала или сливочного масла
- 150 мл** воды
- 150 мл** молока
- 25 г** свежих дрожжей
 - щепотка семян фенхеля
 - соль, свежемолотый черный перец
- 100 г** соленого сала и 100 г салатного микса для подачи

Для заправки:

- 4 ст. л.** оливкового масла «экстра вирджин»
- 1 ст. л.** меда
- 1 ст. л.** бальзамического уксуса
 - соль



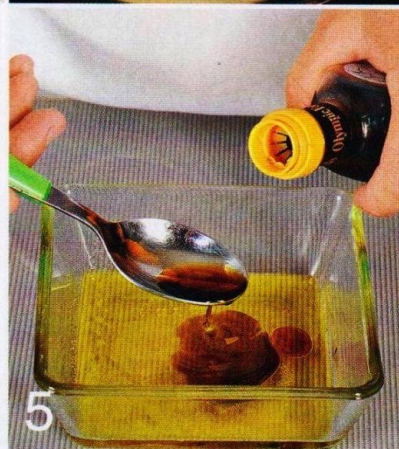
Время приготовления: 1 час 25 мин.
Порций: 8–10

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Отварить картофель в мундире, 30 мин., очистить его, нарезать на крупные куски и чуть подсушить в духовке. Размять, пока он горячий, в пюре. Смешать теплые воду и молоко, в части жидкости растворить дрожжи.

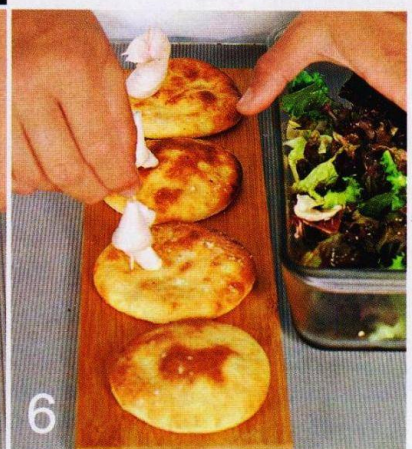
2 Смешать муку и топленое сало, добавив дрожжи и постепенно вливая остальную жидкость. Добавить соль, перец и семена фенхеля. Положить картофель, тщательно вымешивая. Тесто должно получиться достаточно мягким. Скатать его в шар и оставить подходить на 40 мин. в тепле, накрыв полотенцем.

3 Раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см и с помощью стакана или круглой металлической формочки вырезать одинаковые кружки.

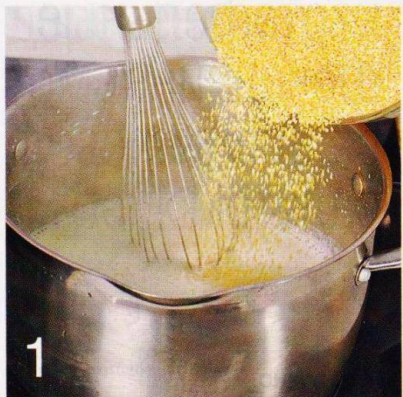


4 Эти лепешки можно пожарить в масле на сковородке или выпекать при 220 °С 10 мин. Жареные фокаччине обсушить на бумажных полотенцах.

5 Для заправки взбить масло с бальзамическим уксусом, медом и солью, полить салатные листья и перемешать.



6 Для подачи на теплые фокаччине положить по ломтику сала, закрепив деревянной шпажкой, и немножко заправленного салата. Сало от тепла чуть подтает, придав дополнительный аромат лепешке.



1



2



3

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 6–8

полента из трентино



ЧТО НУЖНО:

- 300 г** кукурузной крупы для поленты крупного помола
- 200 г** твердого овечьего сыра
- 80 г** сыровяленой ветчины
- 4 ст. л.** тертого пармезана
- 3/4 л** молока
- 50 г** сливочного масла
- соль

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В кастрюле с толстым дном довести до кипения 1/2 л молока и 1/2 л воды. Посолить и, постоянно помешивая, постепенно всыпать в него тонкой струйкой кукурузную муку. Энергично перемешивать поленту деревянной ложкой. Варить, пока она не начнет отставать от стенок кастрюли, 50–60 мин.

2 Нарезать средними кубиками овечий сыр и ветчину. За 10 мин. до конца приготовления поленты добавить сыр и ветчину, перемешивать, пока сыр не расплавится полностью и не растворится в поленте.

3 Смазать жаропрочную форму сливочным маслом и выложить в нее поленту ровным слоем. Посыпать пармезаном, распределить сверху кусочки сливочного масла и полить оставшимся молоком. Поставить форму в разогретую до 180 °С духовку на 10 мин. Подавать горячей.



треска «а гьотта»



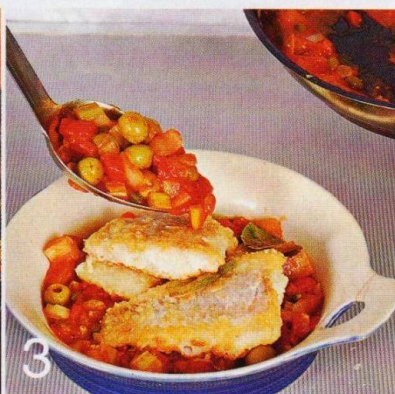
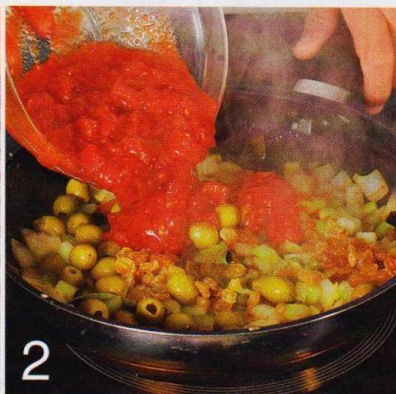
Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4–6

ЧТО НУЖНО:

- 800 г** филе трески
- 1** банка (400 г) помидоров в собственном соку
- 50 г** оливок без косточек
- 1** черешок сельдерея
- 1** крупная луковица
- 2** зубчика чеснока
- 2** лавровых листа
- 1 ст. л.** соленых каперсов
- 1 ст. л.** изюма
- 2 ст. л.** муки
 - оливковое масло
 - соль, свежемолотый черный перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1** Изюм залить кипятком на 10 мин., затем откинуть на сито. Рыбу нарезать крупными кусками, обвалять каждый кусок в муке и обжарить в хорошо разогретом оливковом масле (слоем около 0,5 см) на сильном огне до золотистой корочки, по 1 мин. с каждой стороны. Готовые куски выкладывать на бумажные полотенца, а затем на подогретое блюдо.
- 2** Нарезать небольшими кубиками сельдерея и лук, чеснок измельчить. В масле, где жарилась рыба, на среднем огне обжарить сельдерея, лук, чеснок до мягкости лука, 5 мин. Добавить лавровый лист, каперсы, оливки и изюм, готовить 5 мин. Выложить в сковороду помидоры, посолить и поперчить, готовить еще 10 мин.
- 3** Положить рыбу в жаропрочную форму, полить приготовленным соусом. Поставить в разогретую до 180 °С духовку на 7–10 мин. Подавать горячей.





запеченная курица с хлебным гарниром 🧸 🍅 🍅

ЧТО НУЖНО:

- 1 курица весом 1,5 кг
- 1 маленький лимон
- 2 листика свежего базилика
- по 1 веточке тимьяна, тархуна и орегано
- 2 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»

Для хлебного гарнира:

- 300 г вчерашнего ржаного или пшеничного деревенского хлеба
- 120 г смеси горьковатых салатных листьев (рукола, радиккьо, цикорий)
- 4 стебля зеленого лука
- 50 г кедровых орехов
- 50 г красной смородины
- 2 ч. л. красного винного уксуса
- 1/3 стакана яблочного уксуса
- оливковое масло «экстра вирджин»

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 6

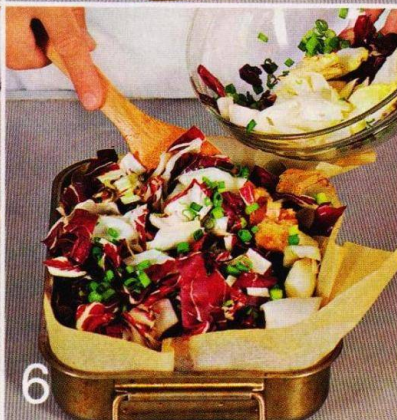
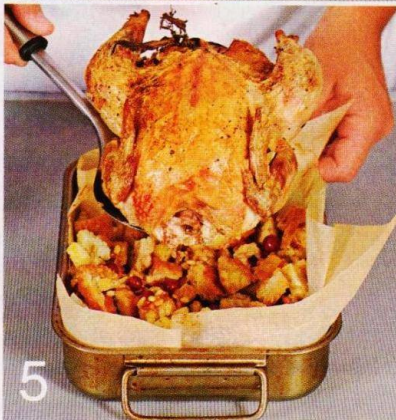
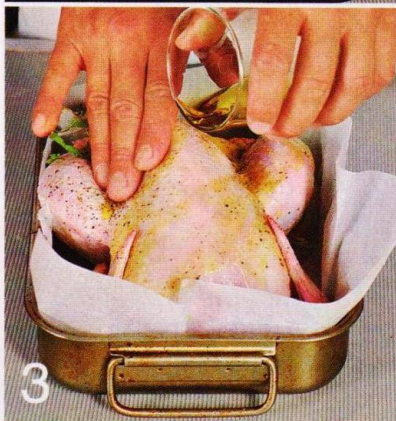
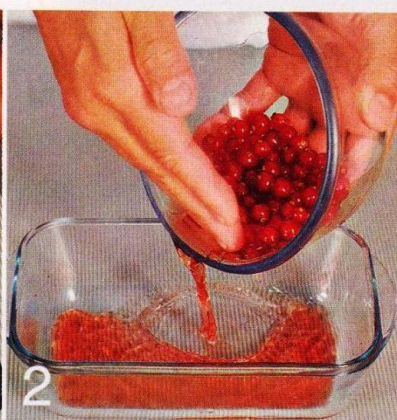
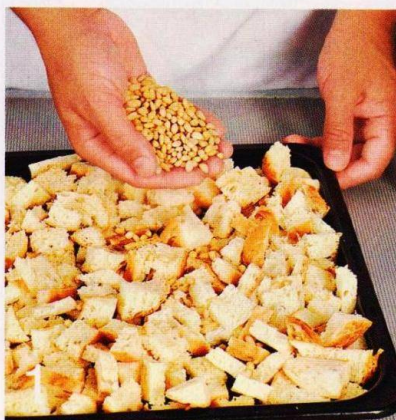
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Хлеб нарезать брусочками длиной 5 см, разложить на противне, сбрызнуть оливковым маслом и перемешать. Добавить кедровые орехи и запекать при 180 °С до золотистого цвета, затем переложить в большую миску.

2 В маленькой миске смешать смородину с винным уксусом и 1 ст. л. теплой воды и отставить, пока готовится курица. Перед использованием полностью слить жидкость со смородины.

3 Курицу поместить в форму для запекания, нафаршировать ее разрезанным на четвертинки лимоном и травами, кожу натереть оливковым маслом, солью и перцем. Запекать при 200 °С 40 мин., затем переложить на большое подогретое блюдо, слив жидкость из брюшка в форму.

4 В форму, в которой жарилась курица, поместить подсушенный хлеб, кедровые орехи и смородину. Перемешать, чтобы хлеб хорошенько пропитался соками от жарки курицы.

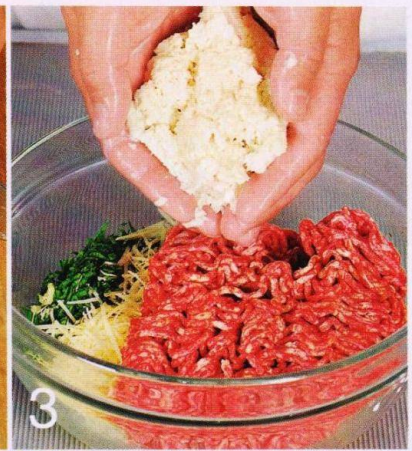
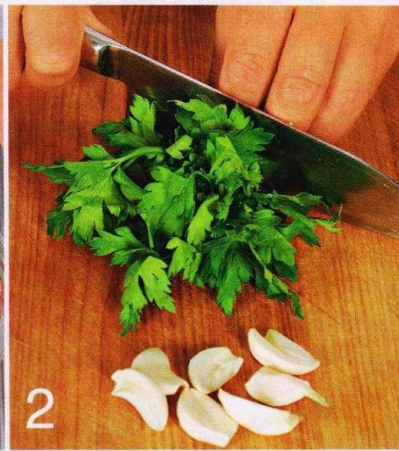
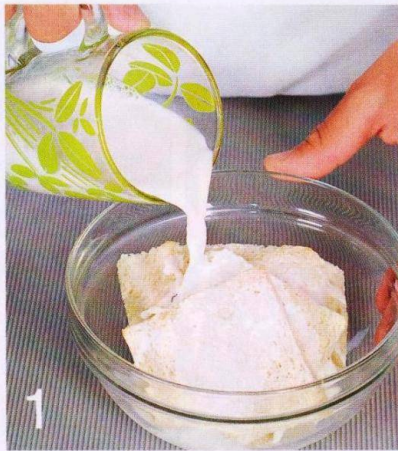


5 Положить поверх хлебной смеси курицу и запекать еще 20–30 мин., или до полной готовности. Переложить курицу на блюдо.

6 Мелко нарезать зеленый лук, смешать с салатными листьями и хлебной смесью из формы. Заправить взбитой смесью яблочного уксуса с примерно 1/4 стакана оливкового масла, солью и перцем. Курицу выложить поверх гарнира и сразу же подать на стол. Нарезать курицу уже на столе.



фрикадельки в томатном соусе 🍷 🍅 🍅

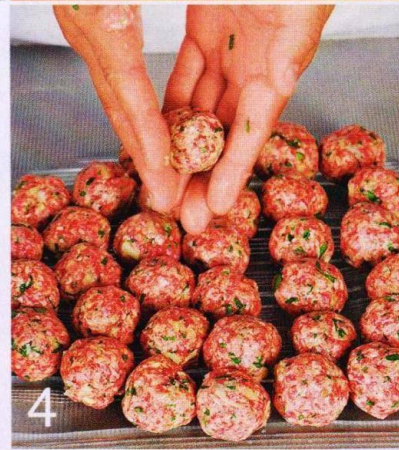


ЧТО НУЖНО:

- 600 г смешанного фарша по вашему вкусу (говядина, баранина, свинина, курица, индейка)
- 2 яйца
- 200 г подсушенного хлеба без корки
- 1 средняя луковица
- 1 л протертых помидоров (томатного пюре)
- 100 мл молока
- 1–2 зубчика чеснока
- 2 веточки петрушки
- 100 г тертого сыра пармезан
- 3 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
- соль

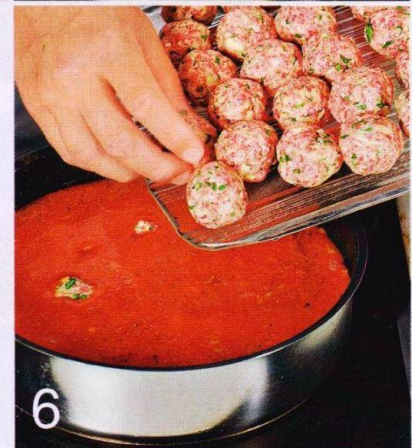
ЧТО ДЕЛАТЬ:

- 1 Раскрошить хлеб и залить его молоком, оставить примерно на 10 мин.
- 2 Раздавить, очистить и мелко порубить чеснок. У петрушки удалить стебли, листья также очень мелко порубить.
- 3 Смешать фарш, яйца, измельченный чеснок и петрушку, пармезан. Отжать хлеб от молока, добавить к остальным ингредиентам и как следует вымесить.
- 4 Постоянно смачивая руки в теплой воде, слепить из фарша фрикадельки размером с грецкий орех.



5 Очистить и мелко порубить лук. В широкой кастрюле с толстым дном разогреть оливковое масло, положить лук, обжарить, помешивая, на среднем огне до мягкости. Затем влить томатное пюре и полстакана воды. Перемешать. Довести до кипения на среднем огне.

6 Как только соус закипит, положить фрикадельки, убавить огонь, закрыть крышкой и тушить, следя за тем, чтобы они не подгорели и не пристали ко дну кастрюли, 50 мин.

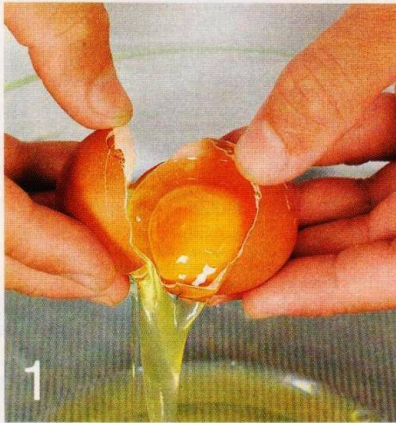


Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 4–6

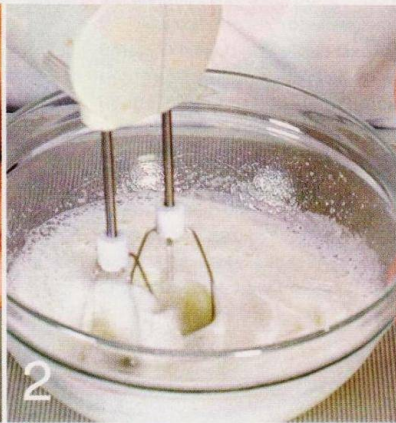
СПОНСОР РЕЦЕПТА



торт «риго янши»



1



2

ЧТО НУЖНО:

- 150 г муки
- 180 г сахара
- 5 яиц
- 1 ст. л. кукурузного крахмала
- ягоды для украшения

Для крема:

- 120 мл молока Parmalat жирностью 3,5%
- 800 мл сливок Parmalat жирностью 35%
- 250 г шоколада
- 1 стакан сахарной пудры плюс еще немного для украшения

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Отделить белки от желтков, растереть добела с половиной сахара, смешать с просеянной с крахмалом мукой.

2 Взбить белки с оставшимся сахаром в стойкую пену, аккуратно ввести в желтково-мучную массу, перемешивая лопаточкой снизу вверх.

3 Выложить тесто в смазанную маслом и присыпанную мукой форму, выпекать при 180 °С до готовности, 25–30 мин., остудить на решетке, вынуть из формы. Разрезать на два одинаковых коржа, полностью остудить.

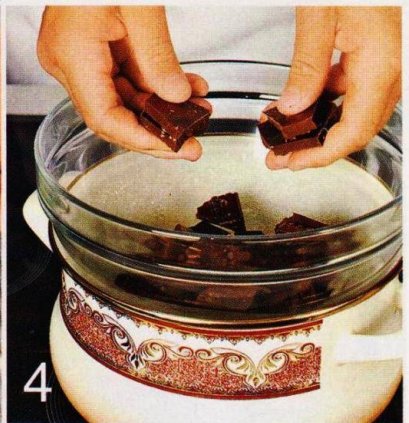
4 Для крема порубить шоколад на небольшие кусочки, положить в жаропрочную миску, влить теплое молоко, растопить в микроволновой печи или на водяной бане, немного остудить.

5 Взбить очень холодные сливки в стойкую пену, постепенно подсыпая сахарную пудру. Тонкой струйкой влить шоколадную смесь, перемешивая лопаточкой.

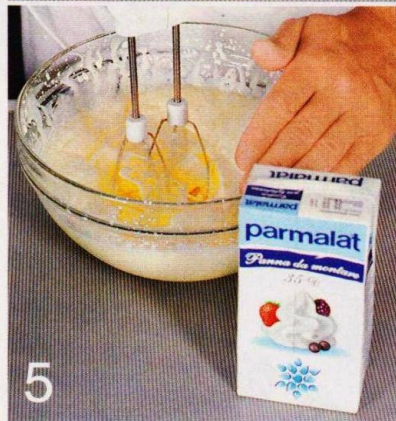
6 Уложить нижний корж на блюдо, промазать 3/4 крема, накрыть вторым коржом, смазать его оставшимся кремом. Дать постоять в прохладном месте 1 ч, присыпать пудрой, украсить ягодами и подать.



3



4



5



6

КСТАТИ

Сливки Parmalat изготовлены по оригинальной итальянской рецептуре из высококачественного коровьего молока без добавления консервантов и сухого молока. Густые и нежные сливки жирностью 23% – идеальная основа для соусов, а 35%-ные легко взбьются в пышное облако и ни за что не опадут. Они подарят десертам необыкновенную легкость и сливочный вкус.



Время приготовления: 1 час 50 мин.
Порций: 6–8



Скандинавская
Кухня

новый номер выйдет 30 июля

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№14 (142), июль 2012

выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Паблйкешенз»

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

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

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
ответственный секретарь Алексей Клак
редакторы Марианна Орликова,
Анна Туревская
дизайнеры Алексей Клак, Ольга Мальшева
повара-консультанты Илья Жданов, Олег Туркин
фотографы Сергей Самойлов, Игорь Савкин,
Александр Подгорных
корректоры Любовь Никифорова,
Татьяна Певнева

исполнительный директор Ольга Ткалич

финансовый директор Светлана Серегина

директор по рекламе
ООО «Бонниер Паблйкешенз» Марина Мамина

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

Руководитель
отдела спецпроектов Лариса Машталер

Руководитель
отдела продаж
в Интернете Ирина Федотова

Отдел маркетинга: Зоя Галишникова,

Отдел дистрибуции: Сергей Татаркин (директор),
Татьяна Катрач,
Елена Куликова,
Наталья Писклина,
Юлия Ремезова,
Андрей Телингатер,
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 Должанов,
«Свет Компьютерс»,
тел.: 795-0295

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

Типография «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж 176 350 экз.
Цена свободная

Автор макета Ирина Лещенко

Обложка: Александр Подгорных

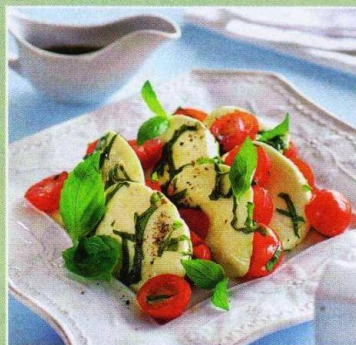
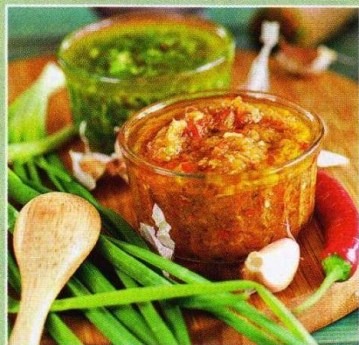
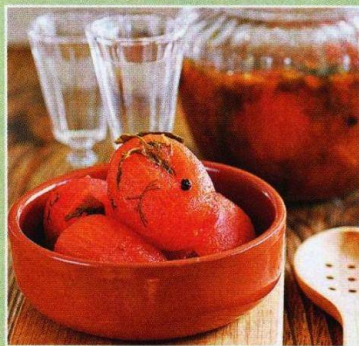
Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору
в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного
наследия, Свидетельство о регистрации средства массовой
информации ПИ № ФС77-32211 от 09.06.2008

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 Паблйкешенз», дизайн, фото, текст, 2012 г.

в следующих номерах журнала

«ШКОЛА ГАСТРОНОМА»



новый номер выйдет 23 июля