2016-08-03 **РЕЦЕПТЫ. МЯСНЫЕ БЛЮДА**

Свинина в соусе из чёрной смородины

500 г свиной корейки, 0,5 стакана черной смородины (можно заморожен-ной), 0,5 стакана кипяченой воды, 1 зубчик чеснока, 1 ч. ложка тертого корня имбиря, щепотка молотой корицы, 1 пучок зелени петрушки, черный молотый перец и соль по вкусу, растительное масло для обжаривания.

Свинину нарежьте порционными кусками, посолите, поперчите и слегка обжарьте на сковороде в разогретом растительном масле. Переложите в форму для запекания.

Смородину залейте водой, доведи-те до кипения, слегка проварите и протрите через сито. Добавьте пропу-щенный через пресс зубчик чеснока, имбирь, корицу и рубленую зелень петрушки. Все хорошо перемешайте и залейте мясо. Запекайте в духовке на среднем огне до готовности.

Мясо в омлете

На 700 г телятины: 8 яиц, 1/2 ст. молока, 1-2 луковицы, раст. масло, чёрный молотый перец, соль.

Мясо вымойте, нарежьте брусочка- ми, лук мелко порубите. Обжарьте вместе на растительном масле. Посолите, поперчите по вкусу. Яйца взбейте с молоком и солью в однородную массу. Обжаренное мясо разложите в гор-шочки, залейте омлетной массой и запе-ките в духовке.

Рулет из свинины

1 кг свиного ошейка, 250 г смеси из кураги, чернослива и изюма, 100 г смеси из горчицы и кетчупа, 30 г чеснока, соль, перец, тимьян .

Мясо разрезать вдоль не до конца и раскрыть. Посолить, поперчить. Пропустить чеснок через чесночницу и натереть мясо. Сухофрукты вымыть, обсушить. Чернослив и курагу разрезать пополам. Выложить на мясо. Посы-пать изюмом. Свернуть рулетом, ско-лов края зубочистками. Смазать смесью горчицы и кетчупа. Посыпать солью, перцем и тимьяном. Запекать в фольге в разогретой до 190 град, духовке до готовности.

Шашлык по-узбекски

Узбекский шашлык отличается от кавказского тем, что кусочки в два-три раза меньше. Некоторые виды шашлыка, например куриный, уже- на мангале посыпают кукурузной мукой.

Узбекский маринад - это четкое соотношение спе-ций без добавления тех веществ, которые убивают вкус, скажем уксуса. У мяса должен быть «цветущий» запах, к примеру барбариса.

В основе маринада натуральные соки (например, гранатовый).

Чем моложе мясо, тем меньше его нужно марино-вать, тем меньше оно должно соприкасаться с различ-ными добавками. Узбеки на шампур вместе с мясом нанизывают кур-дючное сало, которое потом тоже едят. Курдюк жирного барана тоненько нарезается. Иногда сало просто нанизывают вместе с мясом, иногда мясо в него заворачивают. Еще шашлык перемежают овощами — помидора-ми, баклажанами и даже грибами.

Шашлык из баранины в виноградном соке

1 кг мякоти баранины, 1 кг винограда «Изабелла», 4 луковицы, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 пучок кинзы, чёрный молотый перец и соль по вкусу.

Мясо промыть и нарезать крупными кубиками. Посолить, поперчить, полить лимонным соком и выложить в кастрюлю. Из винограда отжать сок. Лук очистить и нашинковать полукольцами. Залить мясо виноградным соком, добавить лук, перемешать и поставить в холодильник на несколько часов для маринования. Затем поместить мясо на решётку,

пожарить до готовности и переложить на блюдо. Лук выложить в глубокую сковороду, залить виноградным соком, в котором мариновалось мясо, довести до кипения и немного потушить. Затем добавить рубленую зелень кинзы, всё перемешать и выложить на мясо.

Шашлык «грибной»

Говяжье филе нарезать кубиками. Растительное масло растереть с красным молотым перцем и положить туда мясо для маринования на 1 час. Лук и шампиньоны нарезать кольцами. Кусочки мяса, лук и грибы, чередуя, нанизать на шампур, сбрызгивая оставшимся маринадом, и довести до готовности над углями. Го-товый шашлык посолить и поперчить по вкусу.

Запеканка из свинины

Фарш свиной -1кг, репчатый лук-2 головки, жир - 4-6 ст. л., изюм (или чернослив), арахис по вкусу, соль, красный л чер-ный молотой перец.

Разогрейте жир, поджарьте на нем мясо вместе с мелко нарезанным луком, посолите, поперчите, добавьте очищен-ный арахис, изюм (или чернослив) на глаз и все тщательно перемешайте. По-лученную массу выложите на противень и запекайте в умеренно горячей духовке до золотистого цвета.

Мясо по-корейски

500 г мяса нарезают тонкими ломтиками, перемешивают с мелко нарезанным чесноком (два зубчика), петрушкой, морковкой и луковицей. Добавляют по чайной ложке соли, сахара, немного перца и оставляют стоять на час-полтора. Затем мясо варят на большом огне в небольшом количестве воды до готовности, воду сливают, оставляя на донышке. 500 г свежих грибов тушат до готовности, добавляют 2 ст. ложки масла. Подают с рисом.

Пельмени жареные с грибами

На 250 г замороженных пельменей: 300 г шампи-ньонов, 1 луковица, 200 г сметаны, раст. масло, зелень, перец, соль.

Очищенный лук и шам-пиньоны нарежьте кубика-ми, зелень порубите. Замороженные пельме-ни обжарьте на растительном масле до золотистой корочки, добавьте лук и грибы, жарь-те, пока не станет мягким лук. Налейте немного воды и тушите под крышкой. Когда жидкость испа-рится, залейте сметаной, посыпьте зеленью, попер-чите, посолите.

Свинина в горчичном маринаде

350 г свиной вырезки, 4 ст. ложки сладкой горчицы, 50 г яблочного сока, 2 ст. ложки яблочного уксуса, 2 кислых яблока, соль, перец горошком, лавровый лист.

В глубокой миске смешать лавровый лист с горчицей, яблочным соком и уксусом, добавить перец и соль. Нарезать свинину на кусочки, положить в маринад и накрыть крышкой. Поставить на холод на 1 час. Тонко нарезать яблоки. Нанизать мясо и яблоки на шампуры, поместить в горячий гриль. Жарить до готовности, время от времени поливая маринадом.

Рулет мясной «Золушка»

600 г мясного смешанного фарша, 100 г отварного риса, 3 луковицы, 50 г сли-вочного масла, 2 яйца, 3 мандарина, 50 г изюма, зелень петрушки, укроп, соль, пе-рец по вкусу.

В фарш добавить измельченный репчатый лук, соль, перец, 1 яйцо и перемешать. Выложить на пергамен-тную бумагу слой фарша, слой риса, изюм и дольки мандарина и сформо-вать рулет, поместить в форму и запечь в духовке. За 10 мин. до готовности ру-лет смазать взбитым яйцом и запекать, не накрывая, до образования румяной корочки.

Суфле из печени

Отварить печенку — 0,5-07 кг, пропустить через мясорубку с лу-ковицей и чесноком, до-бавить 2 яйца и моло-ко, чтобы получилось не сухо, но и не очень жидко, посолить, поперчить по вкусу.

Выложить в смазанную маслом фор-му и выпекать в духовке около 30 мин. Такое суфле можно делать из лю-бого мяса, мне больше всего нравит-ся из куриной печени. Важный момент: суфле делается из уже готовой пече-ни или мяса, поэтому оно получается очень

нежным.

Почки по-русски

Почки – 700-800 г, лук репчатый – 200-250 г, кабачок – 200 г, грибы – 300 г, перец болгарский сладкий – 1 шт., масло растительное – 70-100 г, сахар – 4-6 ч. ложки, томатный соус – 4-5 ст. ложки, майонез – 4-5 ст. ложки, соль, перец молотый красный по вкусу, 1 стакан гречки.

Подготовленные почки сварить и мелко порезать. Спассеровать на растительном масле лук, добавить в него мелко порезанный кабачок, перец болгарский грибы. Смешать с почками, ввести томатный соус и майонез, а так же сахар и красный молотый перец по вкусу. Сварить рассыпчатую гречневую кашу и смешать ей с почками.

Рубцы по-польски

Половина рубца, 5 луковиц, 100г сливочного масла, 1/4 ст. бульона, 2 л. муки, 1 стакан сметаны, 100 г сыра и 100г. сухарей.

Очищенный рубец отварить, нашинковать мелко, смешать с рубленным и поджаренным в масле луком, подправить мукой с бульоном, развести сметаной и хоро-шо прокипятить; переложить на металлическое блюдо, посыпать тертым каким-ли-бо сыром, смешанным пополам с сухарями, и запечь, чтобы подрумянились.

Рубцы по-немецки

Половина рубца, 5 яиц, 1 лимон, 4 ложки сметаны, 1/2 ложки картофельной муки,1 ст. бульона и 2 ложки изюма.

Очищенный рубец отварить до мягкости в подсоленной воде, мелко изрубить, облить соусом, размешать и вскипятить. Соус: 5 желтков смешать с одной лож-кой лимонного сока и 4 ложками сметаны, прибавить мелко изрубленную цедру с 1 лимона и 1/2- ложки картофельной муки, развести бульоном, положить немно-го мелкого изюма и хорошо вскипятить.

Печень «Яблочный аромат»

На 0,5 кг говяжьей печени – 1 яблоко, 1 морковь, 1 луковица, мука, растительное масло и специи.

Лук мелко нарезать, морковку натереть, яблоко нарезать на мелкие дольки, печень – на кусочки, затем вымыть, обсушить, обвалять печень в смеси муки, соли и перца. В разогретом растительном масле обжарить лук с морковкой, а затем добавить яблоки, влить немного воды, перемешать, закрыть крышкой и дать немного постоять. Затем эту смесь переложить в миску, а на этой же сковороде обжарить с двух сторон печёнку и потушить минут 10. Потом смешать печень с овощами и поставить тушить на слабый огонь минут на 15, периодически помешивая. Печень получается мягкой с яблочным ароматом.

Сердце с грибами

0,5 говяжьего сердца, 50 г сушёных грибов, 1 ч. ложка рубленого чеснока, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки куриного бульона, 1 ст. ложка соевого соуса, чёрный молотый перец, соль по вкусу.

Сердце нарезать соломкой. Грибы замочить на 2 часа, отварить до готовности и нарезать ломтиками. Сердце обжарить на масле, добавить чеснок, имбирь, грибы, влить бульон, соевый соус, посолить, поперчить и тушить до готовности.

Отварная грудинка под соусом из яблок и хрена

Для соуса: 2 яблока, 3 ст. ложки го-тового хрена, 2 ст. ложки сливок, соль, сахар и уксус по вкусу.

500 г говяжьей грудинки, 1 лукови-ца, 1 лавровый лист, 4 горошины ду-шистого перца, 1 бутон гвоздики, соль по вкусу, зелень петрушки.

Грудинку промойте, залейте холодной водой и варите при слабом кипении. Не-задолго до готовности добавьте лук, лавровый лист, душистый перец, гвоз-дику и посолите.

Приготовьте соус: яблоки очистите и натрите на терке. Соедините с хреном, сливками, добавьте по вкусу соль, са-хар и уксус.

Отварное мясо достаньте из бульона, обсушите, разделайте на порционные куски и залейте приготовленным соусом.

Телятина с брокколи в апельсиновом соусе

1 кг мякоти телятины, 500 г брокколи, 1 стакан апельсинового сока, 1 стакан сливок, 1 ст. ложка крахмала, 1 пучок зеленого лука, черный моло-тый перец и соль по вкусу, раститель-ное масло для жаренья.

Мясо нарежьте порционными куска-ми, посолите, поперчите, обжарьте с обеих сторон в растительном масле и переложите в форму для запекания. Брокколи разделите на соцветия, отва-рите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и выложите поверх мяса. Зе-леный лук мелко порежьте, слегка об-жарьте в глубокой сковороде на масле. Затем влейте апельсиновый сок, слив-ки, посолите, поперчите, доведите до кипения и добавьте разведенный хо-лодной водой крахмал. Слегка прова-рите и залейте полученным соусом мя-со с капустой. Запеките до готовности в духовке на среднем огне.

Свиные рёбрышки в клюкве

1 кг свиных рёбрышек, 1 ст. свежей или замороженной клюквы, 3 ст. л. сахара, красный жгучий перец, 1 ч. л. соли.

Клюкву протрите через сито, добавьте сахар, перец и соль. Перемешайте. Рёбра вымойте, обсушите, порубите на порционные куски. Обмажьте клюквенной массой, оставьте на 30-40 мин. (можно дольше). Затем выложите рёбра на про-тивень, отправьте в разогретую до 180°С духовку. Запекайте 40-50 мин.

Клюкву можно заменить красной или белой смородиной.

Свиные рёбрышки с фасолью

600-700 г свиных рёбрышек, 1.5 ст. фасоли, 2 луковицы, 1 морковь, 3-4 ст. томатного соуса, растительное масло, чёрный молотый перец, соль.

Заранее замоченную на ночь фасоль промойте, отварите до готовности. Затем откиньте на дуршлаг, остудите. Рёбрышки порубите, обжарьте на растительном масле до румяной корочки. Лук нарежьте полукольцами, мор-ковь натрите на крупной тёрке. Обжарьте лук в жиру, оставшемся от жарки мяса. Посолите, поперчите, добавьте морковь и томатный соус. Жарьте 5 мин, постоянно помешивая. К овощам добавьте фасоль, перемешай-те, прогрейте в течение 3-4 мин. В форму для запекания выложите ребрышки, сверху — фасоль с овощами. Запекайте 20-30 мин. в духовке при 180°С.

Ростбиф в горчице с медом

Смешать 2 ст. л. растительного масла с 2 ст. л. го-товой горчицы, 2 ст. л. меда и 2 толчеными зуб-чиками чеснока. Этой сме-сью смазать поверхность вы-резки и запекать обычным классическим способом в духовке.

Котлеты мясные с тыквой

Мясной фарш-1 стакан, тыква (пюре)-1 стакан, манная крупа - 2 ст. л., лук репча-тый -1 шт., яйцо - 2 шт., молоко -1/2 ста-кана, соль по вкусу.

Мясо пропускают вместе с тыквой и луковицей через мясорубку. В массу добавляют яйца, сырую манную крупу, мо-локо и соль. Фарш тщательно вымеши-вают, чтобы масса стала однородной и эластичной, затем его ставят в холодиль-ник на 1-2 часа, чтобы он загустел и не растрескивался при запекании. В форму или сковородку укладывают фарш без панировки в виде небольших котлет и запекают в духовке 18-20 минут. Сразу же подают к столу, приправляя майонезом или сметаной.

Поджарка с грибами

600 г мякоти свинины, 2-3 луковицы, 500 г шампиньонов, 1 стакан сливок, черный моло-тый перец и соль по вкусу, топленое масло для жаренья, зелень укропа.

Свинину нарежьте узкими полосками и, помешивая, хорошо обжарьте в сотейнике на масле. Лук и грибы нашинкуйте и обжарьте в отдельной сковороде. Переложите лук и грибы в сотейник к мясу, влейте сливки и тушите 10 минут. Приправь-те по вкусу солью и перцем и посыпьте рубленой зеленью укропа.

Свиной рулет со сливами

1кг свиной корейки, 100 г чернослива, горчица, соль, вода или бульон, 1 головка лука, 2 ч. ложки муки, петрушка, сметана.

Из мяса вынуть кости и натереть его солью с горчицей. Из предварительно замоченного чернослива удалить косточки. Черносливом покрыть мясо, свернуть его в рулет и завязать ниткой. Запекать на противне при температуре 160 -170˚ С, время от времени поливая мясо водой или бульоном приблизительно 2 часа. Через час после начала запекания положить нарезанный кольцами лук и петрушку. Рулет подаётся на стол в холодном или горячем виде.

К горячему рулету приготовить соус из оставшейся на противне жидкости. Для этого добавить муки и сметаны и варить в течение 5-6 минут. На гарнир подходит жареный или печёный картофель и жареные или тушёные овощи.

Свинина с капустой и яблоками

1 кг свинины одним куском, 400 г квашеной капусты, 5 яблок, 2 луко-вицы, 100 г сливочного масла, руб-леная зелень кинзы, черный мо-лотый перец и соль по вкусу.

Мясо промойте и обсушите салфет-кой. Острым ножом сделайте надрез, чтобы получился «кармашек». Натрите мясо снаружи и изнутри солью и пер-цем. Капусту немного отожмите, яблоки промойте, очистите от кожуры, удалите сердцевину и нарежьте мелкими куби-ками. Лук очистите, нашинкуйте и спассеруйте на масле (1 ст. ложку масла оставьте), затем потушите вместе с капустой 20-30 минут. Добавьте яблоки, перемешайте и снимите с огня. Приго-товленной начинкой нафаршируйте мя-со и зашейте «кармашек» нитками. По-лейте кусок мяса оставшимся растоп-ленным маслом. Выложите на проти-вень и запекайте в духовке до готовно-сти, поливая время от времени водой. К столу подавайте, удалив нитки, нарезав ломтями и посыпав зеленью кинзы.

Жульен из ветчины и грибов

120 г постной ветчины, 100 г грибов, 2 небольшие луковицы, 30 г сливочного масла, 100 г сметаны, 50 г острого кетчупа, соль, перец, зелень.

Рубленный лук пассеруют в масле, добавляют соль, перец, грибы, нарезанные тонкими ломтиками, и жарят до готовности. Ветчину нарезают соломкой, смешивают с грибами, подливают сметану и кетчуп. Затем выкладывают в кокотницы, посыпают рубленной зеленью и запекают в духовке.

Запеканка из ливерной колбасы и белого хлеба

На 500 г ливерной колбасы: 200 г чёрствого белого хлеба, 1 ст. молока, 2 луковицы, 2 яйца, 50 г сливочного масла, жир, 1 ст. л. зелени петрушки, мускатный орех, соль.

С белого хлеба снимите короч-ку, нарежьте его кусочками и замочите в молоке. Лук мелко нарежьте, обжарь-те в жире, добавьте прокручен-ную ливерную колбасу, мускатный
орех и соль. Всё прогрейте. В смазанную жиром форму положите слой размоченного белого хлеба, слой ливерной кол-басы, а сверху снова слой белого хлеба. Запейте взбитыми с молоком яйцами. Сверху положите кусоч-ки сливочного масла и запеките в духовке. При подаче к столу посыпьте зеленью.

Рулька из Баварии

2 свиные рульки, 300 мл тёмного пива, чеснок, соль, перец и пряности по вкусу.

Рульки нашпиговать чесноком, посолить, поперчить, посыпать пряностями. Положить в ёмкость для запекания, залить пивом, накрыть фольгой. Запекать при 200°С 2-2,5 часа, периодически поливая пивом. За 10 мин до конца готовки снять фольгу, чтобы подрумянить.

Ленивая лазанья

Упаковка тонких армян-ских лавашей, 300-400 г мясного фарша, 1-2 луковицы, 1 помидор, 0,5 ст. молока, 1 ст. л. муки, соль, тертый твердый сыр по вкусу

Лук и помидор мелко нарезать. Мясной фарш жарить на сковороде в течение 3-4 мин, посолить, затем переложить в тарелку. На этой же сковороде обжарить лук с помидором. Для соуса муку переме-шать с молоком, добавить соль и довести до кипения, снять с огня. В форму выложить слоями: лаваш - фарш - лаваш - овощная смесь - лаваш. Все залить соусом и посыпать тертым сыром. Запекать 35-40 мин в духовке при 180 °С.