

баюга
уз нттуы

Library
<http://laretz-kulinarniy.narod.ru>



library

<http://laretz-kulinarniy.narod.ru>

<http://laretz-kulinarniy.narod.ru/>



library
<http://larec.songkino.ru>
<http://laretz-kulinarniy.narod.ru/>

<http://laretz-kulinarniy.narod.ru/>



блюда из птицы

Зачески горячие и холодные

Соусы к блюдам из птицы

Гарниры для блюд из домашней птицы и дичи

Первые блюда

Домашняя птица и дичь к повседневному и
праздничному столу

Кухня народов мира

АЛМА-АТА
«КАЙНАР»
1988

УДК 641.5

36.99

Б. 71

Б 71 **Блюда из птицы /сост. Б. Х. Суюншалиева.—**
Алма-Ата: Кайнар, 1988.—288 с.

В книге приведены сведения о питательной ценности, вкусовых особенностях мяса домашней птицы и дичи, способы приготовления из него различных блюд к повседневному и праздничному столу. Даны рецепты национальной кухни народов нашей страны и мира.

Для массового читателя.

Б 3504000000—148 098—88
403(05)—88

36.99

ISBN 5—620—00099—0

© Издательство «Кайнар», 1988 г



*о чём
эта книга*

Предлагаемая самому широкому кругу читателей — опытным хозяйкам, поварам, мужчинам, любящим повозиться у кухонной плиты,— книга содержит самые различные рецепты приготовления блюд из домашней птицы и дичи. Мясо птицы отличается значительным содержанием ценного белка, легкоплавкостью жира и рекомендуется к употреблению в пищу людям всех возрастов.

Помочь приготовить из дикой и домашней птицы достаточно разнообразные вкусные и высокопитательные блюда призван этот сборник кулинарных рецептов. Им удобно пользоваться: рецептуры блюд сгруппированы в отдельные разделы по принципу подачи к столу. В книге также даны рецепты приготовления гарниров и соусов, которые рекомендуется подавать к блюдам из птицы. Отдельную главу составляет раздел «Кухня народов мира», в

которую вошли самобытные национальные рецепты приготовления блюд из дикой и домашней птицы. Для облегчения пользования книгой она снабжена постраничным указателем рецептов. Кроме того, в предлагаемом читателю сборнике кулинарных рецептов дан сопутствующий материал, призванный помочь хозяйкам правильно и вкусно готовить. Дана краткая характеристика употребляемых пряностей и специй, питательных свойств мяса птицы, способы его обработки. Мы убеждены, что нужно уметь не только вкусно готовить пищу, но и правильно составить меню, чтобы пищевой рацион был разнообразным и сбалансированным по калорийности, соотношению продуктов, количеству витаминов, поэтому в книгу включен материал по рациональному питанию, который поможет точно, с учетом возраста, характера труда составить пищевой рацион.

Количество продуктов дано в двух измерениях — в весе и объеме. Это связано с особенностью приготовления блюд: если требуется точное весовое соотношение всех компонентов, то количество необходимых для приготовления блюда продуктов определено в весе. Для удобства хозяйкам в конце книги приведена сравнительная таблица объемного веса некоторых продуктов, снабженная пояснительным текстом.

Овощи, как правило, даны в штуках, при этом имеется в виду, что они средних размеров. Норма соли, перца, пряностей указана минимальная либо не указана вовсе, из чего, однако, не следует, что при кулинарной обработке продуктов можно обойтись без соли вовсе. При приготовлении блюд каждая хозяйка проявляет свой вкус, мастерство, а не просто механически выполняет указания той или иной рецептуры, поэтому в зависимости от особенностей вкуса человека, сложившихся в семье традиций соль и пряности можно добавлять по своему усмотрению. Хозяйке лишь следует помнить, что мясо лучше всего солить после того, как оно сварено или изжарено наполовину. Да и блюда, в которых состав продуктов не требует строго определенного времени внесения соли, все же лучше всего подсаливать в конце приготовления, так как это придает блюду особый аромат и подстраховывает хозяйку от чрезмерного пересаливания или недосаливания.

В рецептурах также не всегда оговорен вид масла,— это значит, что хозяйка по своему усмотрению может применять масло животное (сливочное, топленое) или

растительное (оливковое, подсолнечное, соевое и др.), Точно так же можно заменять некоторые продукты, не всегда имеющиеся в наличии, другими, или вовсе отказаться от них.

Несколько слов о посуде. Блюда, в состав которых входят кислые среды (кислая капуста, помидоры, лимонная кислота и т. п.) и супы нужно готовить в эмалированной, фаянсовой, глиняной, фарфоровой посуде, которая не окисляется в процессе нагрева. Обжаривать пищу в маслах и жирах следует в металлической посуде, имеющей форму котла, с толстыми стенками и дном или использовать для этой цели сковороду. Запекать тоже следует в эмалированных сковородах.

В книге, как уже отмечалось, приведены рецепты приготовления блюд из кухни народов нашей страны и мира. Нужно сказать, что национальный колорит, своеобразие тому или иному блюду придает вид очага, сложившийся в соответствии с жизненным укладом, традициями, вкусами каждого народа. Русская печь, среднеазиатский тандыр, азербайджанский мангал дают возможность приготовить из одних и тех же продуктов различные по консистенции и вкусовым качествам блюда (это связано с различной температуры и давления в очаге, влияющим на биохимические и физические процессы в продуктах). В настоящее время мало кто из хозяек может пользоваться подобными типами очагов, обычно в каждом доме (городском или сельском) сейчас имеется газовая или электрическая плита, обладающая двумя видами теплового режима (наплитный огонь и духовой шкаф). В связи с этим мы рекомендуем те блюда, которые согласно рецепту следует готовить в очагах других типов, готовить в духовом шкафу. Хозяйка должна знать, что духовой шкаф (духовку) можно использовать как открытый огонь (типа мангала или тандыра) или как тепловую атмосферу типа русской печи. Делается это просто. В первом случае необходимо незащищенное ничем мясо поместить непосредственно на решетку духового шкафа как можно выше над огнем, сделав на короткое время очень высокую температуру. Чтобы создать эффект русской печи, продукты следует закладывать в плотно закрытую глиняную или чугунную посуду с толстыми стенками и помещать ее на нижней ступени духовки ближе к огню, делая его умеренным, и выдерживать блюдо при этой температуре длительное время. Более того, в городских

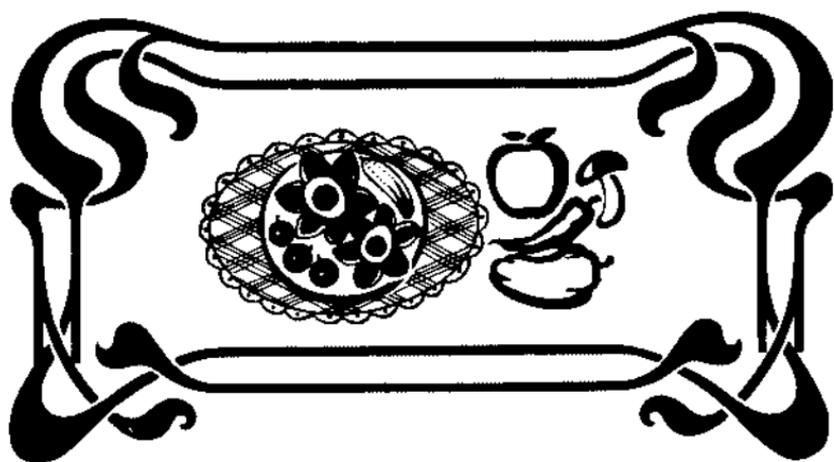
условиях можно даже имитировать запекание в золе, заворачивая продукты в пищевую фольгу.

В книге используются сокращения, понятные каждой хозяйке: г — грамм, кг — килограмм, ст. л. — столовая ложка, ч. л. — чайная ложка, мин — минута, шт. — штука.

Мы надеемся, что блюда из птицы, рецепты приготовления которых приведены в книге, позволят значительно разнообразить ваш стол.

Еще раз хотим напомнить, что приготовление пищи — процесс творческий, и каждая хозяйка может внести в него что-то новое, оригинальное, в соответствии со своими знаниями и вкусом.

И последний совет: пища должна быть не только вкусной и калорийной, но и красиво оформленной и поданной на стол.



закуски холодные и горячие

Закусками принято называть небольшие порции более или менее острых или соленых кушаний, с которых обычно начинают обед или ужин (реже завтрак). Немаловажна роль закусок в нашем питании: они рассчитаны на возбуждение аппетита перед основным блюдом,— именно этим и объясняется традиционный порядок их подачи.

Из домашней птицы и дичи можно приготовить немало самых различных горячих и холодных закусок — бутерброды, салаты, паштеты, заливные блюда, маринады и прочие кулинарные изделия, рецепты приготовления которых даны ниже.

Горячие закуски из мяса птицы в отличие от обычных горячих блюд подаются без гарнира и готовятся непосредственно перед едой. Горячую закуску подают на блюдах или в огнеупорной посуде и ставят на салфетку.

САЛАТ ИЗ ДИЧИ. На 1 рябчика или 1 куропатку —4—5 картофелин, 2 свежих или соленых огурца, 100 г салата, 2 яйца, 1 яблоко, $\frac{1}{2}$ стакана соуса майонез, $\frac{1}{2}$ ст. л. соуса «Южный», 1 ст. л. уксуса (или лимонного сока), $\frac{1}{2}$ ч. л. сахарной пудры.

Филе вареного (или жареного) рябчика или куропатки, картофель, огурцы (или корнишоны), сваренные вкрутую яйца и очищенное яблоко нарезать тонкими ломтиками, листья салата разрезать на 2—3 части каждый, сложить все это в миску, посолить и смешать с соусом майонез, добавив соль, уксус (или лимонный сок) и $\frac{1}{2}$ чайной ложки сахарной пудры.

Заправленный салат уложить горкой в салатник, украсить листиками зеленого салата и дольками сваренных вкрутую яиц, а также ломтиками помидоров и свежих огурцов.

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНИ С ДИЧЬЮ. На 1 рябчика (жареного или вареного) —2—3 вареных картофелины, 1 свежий огурец, 100 г спаржи или цветной капусты, 1 вареная морковь, 100 г стручков фасоли или зеленого горошка, 1 помидор, 10 г салата, $\frac{1}{3}$ стакана заправки из растительного масла и уксуса.

На середину салатника горкой поместить нарезанный зеленый салат, вокруг которого расположить все овощи «букетами». Филе рябчика нарезать тонкими широкими ломтиками и уложить на зеленый салат в виде пирамидки, а в середину ее поместить красивую ветку сельдерея или листики салата. При подаче на стол салат сверху слегка посолить и полить заправкой из масла и уксуса. Салат можно приготовить с мясом домашней птицы, а свежие овощи заменить консервированными (спаржей, цветной капустой, горошком, стручками фасоли, помидорами и др.).

САЛАТ ИЗ ЦЫПЛЕНКА (БАГРАСИОН). 200 г сельдерея, 200 г мяса цыпленка, 200 г макарон, 150 г грибов, 150 г свежих помидоров, 3 яйца, 250 г майонеза, 2 г черного перца, 1—2 пучка петрушки

Сельдерей и вареное филе цыпленка, нарезанные ленточкой, вареные макароны, нарезанные кусочками длиной 5 см, маринованные грибы, нарезанные ломтиками, мелко нарубленные сырые свежие помидоры, мелко нарубленную зелень петрушки и яйца, сваренные вкрутую и мелко нарезанные, смешать и заправить черным перцем, майонезом и солью по вкусу. Сверху украсить кружочками свежих помидоров и сваренных вкрутую яиц.

САЛАТ «КАПРИЗ». 200 г языка, 200 г ветчины, 200 г цыпленка, 300 г грибов, 2 ч. л. готовой столовой горчицы, 1 ст. л. уксуса, 3 ст. л. растительного масла.

Вареный язык, вареную ветчину, вареное филе цыпленка и вареные грибы нарезать лапшой, заправить черным перцем и уксусом, смешанным с растительным маслом, горчицей и солью по вкусу.

САЛАТ «КАРМЕН». 200 г красного сладкого стручкового перца, 150 г мяса цыпленка, 150 г молодого зеленого горошка, 200 г риса, 1 ст. л. уксуса, 1 ст. л. оливкового масла, 2 ч. л. готовой столовой горчицы, 10 г зелени петрушки, 10 г эстрагона.

Стручки красного сладкого перца запечь, очистить и нарезать лапшой. Так же нарезать и мясо цыпленка. Отварить молодой зеленый горошек и рис. Рис варить на воде в течение 15 мин или припустить его с оливковым маслом и овощным отваром. Подготовленные овощи смешать с рисом, полить салатной заправкой из уксуса и оливкового масла, горчицей и солью по вкусу. Посыпать сверху мелко нарубленной зеленью петрушки и листиками эстрагона.

МЕКСИКАНСКИЙ САЛАТ. 200 г сельдерея, 100 г филе цыпленка, 100 г красного сладкого стручкового перца, 2 яйца, 3—4 луковицы, 200 г салата эскариоль, 2 ч. л. уксуса, 2 ст. л. оливкового масла.

Измельченный на терке сельдерей, нарезанное лапшой филе цыпленка, нарезанные тонкими колечками сырые стручки красного сладкого перца, мелко нарубленные яйца, сырой репчатый лук, нарезанный кольцами, и нарезанный кусочками салат эскариоль посолить, перемешать и полить салатной заправкой из уксуса и оливкового масла.

САЛАТ «ТОСКА». 150 г филе цыпленка, 150 г сельдерея, 150 г грибов, 20 г каперсов, 50 г пармезана или кашкавала, 150 г майонеза, 1—2 свежих помидора.

Нарезанные лапшой вареное филе цыпленка, сельдерей и свежие вареные грибы, каперсы целиком и тертый пармезан перемешать, заправить майонезом и солью по вкусу. Готовый салат украсить свежими помидорами.

2 ВАРИАНТ. 150 г филе цыпленка, 200 г языка, 200 г свеклы, 200 г артишоков, 3 яйца, 200 г майонеза, $\frac{1}{2}$ стакана виноградного сока.

Вареное филе цыпленка, вареный телячий язык, нарезанные лапшой, вареная сахарная свекла, тоже нарезанная лапшой, ломтики артишоков и сваренные вкрутую яйца, нарезанные в виде полумесяцев, хорошо размешать, заправить майонезом, разбавленным свежим виноградным соком и солью по вкусу. Готовый салат по желанию можно гарнировать зеленым салатом и свеклой.

САЛАТ «ЧИКАГО». 200 г спаржи, 150 г молодой зеленой фасоли, 100 г гусиной печени, 200 г маринованных грибов, 800 г свежих помидоров, 100 г моркови, 200 г майонеза, зелень петрушки.

Головки вареной спаржи, вареные и нарезанные стручки молодой зеленой фасоли, вареную гусиную печеньку, нарезанную ломтиками, маринованные грибы, нарезанные лапшой, и морковь, тоже нарезанную лапшой, хорошо перемешать и заправить майонезом и солью по вкусу. Готовым салатом заполнить свежие помидоры, разрезанные пополам, из которых предварительно удалена мякоть. Готовые помидоры подать, посыпав предварительно мелко нарубленной зеленью петрушки.

БУТЕРБРОДЫ С МЯСОМ ПТИЦЫ. 350 г белого хлеба, 80 г масла, 200 г мяса птицы, 10 г каперсов.

Нарезать хлеб ломтиками любой формы, смазать маслом, сверху положить предварительно сваренное и нарезанное ломтиками той же формы мясо птицы. Гарнировать сверху каперсом.

БУТЕРБРОДЫ С МЯСОМ ПТИЦЫ ПО-ИСПАНСКИ. 350 г белого хлеба, 200 г мяса цыпленка, 60 г соуса майонез, 10 зеленых маслин, зелень петрушки.

Сварить цыпленка, отделить кости и кожу, а мясо мелко нарезать и смешать с соусом майонез. Нарезать хлеб ломтиками любой формы и нанести на них не очень толстый слой приготовленной смеси. Каждый ломтик гарнировать половинкой маслины, а вокруг нее сделать венчик из мелко нарезанной петрушки.

КАНАПЕ С МЯСОМ ЦЫПЛЕНКА (ЛЮСИЛЬ). 350 г хлеба, 80 г масла, 20 г горчицы, 100 г языка, 50 г мяса цыпленка, 50 г желе или соуса майонез.

Круглые гренки смазать маслом, растертым с горчицей. Вокруг сделать ободок из мелко нарубленного вареного языка, а посередине положить мелко нарубленное мясо цыпленка или пюре из него, слегка залитое соусом майонез или желе.

КАНАПЕ С ЦЫПЛЕНКОМ. Для 1 канапе: 1 ломтик белого хлеба, филейки 1 цыпленка (сырое белое мясо), лимонный сок, черный перец, растительное масло, жир для жарения, 1 ст. л. сока жареного мяса.

Мясо цыпленка отбить и выдержать в течение 2 часов в маринаде, приготовленном из лимонного сока, растительного масла и черного перца, после чего быстро обжарить в обильном количестве жира (во фритюре). Обжаренное мясо положить на подогретую тарелку. В том

же жире поджарить ломтик хлеба. На подготовленное канапе уложить обжаренное мясо и залить горячим соком жареного мяса.

Подавать со свежим зеленым салатом.

КАНАПЕ С ОТВАРНОЙ КУРИЦЕЙ. Для 2 канапе: 2 ножки отварной курицы, 2 ломтика белого хлеба, жир для жарения, 1 сваренное вкрутую яйцо, 4 маринованных гриба, 1 соленый огурец (корнишон), горчица, ром, черный перец, $\frac{1}{2}$ стакана бульона, 2 ст. л. соуса майонез.

Отварное мясо очистить от сухожилий и мелко нарезать. Прибавить нарезанные соломкой грибы и соленый огурец и нарезанное кубиками яйцо. Смесь посолить, заправить по вкусу черным перцем, горчицей и 2 каплями рома, затем равномерно нанести на подготовленные канапе. Непосредственно перед подачей на стол канапе залить разбавленным бульоном соусом майонез.

ЯЙЦА С ПЮРЕ ИЗ ДИЧИ. 10 яиц, 200 г корзиночек, 250 г пюре куропатки или фазана, 130 г соуса с уксусом для дичи.

Из пресного слоеного теста выпечь корзиночки и наполнить их пюре. Мясо для пюре сварить с необходимыми приправами (как для тушеной дичи), пропустить через мясорубку и протереть через сито. Сверху положить яйца и полить соусом с уксусом для дичи.

ЯЙЦА С ЦЫПЛЕНКОМ. 10 яиц, 125 г белого соуса шофруа, 150 г мяса цыпленка, 75 г трюфелей, 120 г желе, 200 г гренков, 100 г соуса майонез, 30 г зеленого салата.

Полить белым соусом шофруа выпускные или сваренные в мешочек охлажденные яйца, сверху положить кусочек трюфеля и полить желе. Приготовить очень хорошо подрумяненные на решетке (хрустящие) гренки из белого хлеба овальной формы и нанести на них следующую смесь: сваренное с солью и черным перцем мясо цыпленка, мелко нарезанное и перемешанное с соусом майонез. Загарнировать зеленым салатом.

ЯЙЦА ПО-ОХОТНИЧЬИ С ГРЕНКАМИ. 10 яиц, 200 г гренков, 150 г куриной печени, 150 г свежих грибов, 125 г масла, 120 г лука, 150 г охотничьего соуса.

Сваренные в мешочек яйца положить на поджаренные гренки и полить охотничьим соусом. Гарнировать куриной печенькой, грибами, припущенными с маслом и луком. Полить охотничьим соусом.

ЯЙЦА С МЯСОМ ЦЫПЛЕНКА И ГРИБАМИ (БУАЛЬДЬЕ)

10 яиц, 200 г корзиночек, 150 г мяса цыпленка, 75 г трюфелей, 125 г масла, 120 г гусиной печени, 120 г белого мясного соуса, мясной сок.

Приготовить корзиночки из песочного теста и наполнить смесью из вареного, мелко нарезанного мяса цыпленка и трюфелей, политой белым мясным (из цыпленка) соусом. В каждую корзиночку сверху положить медальон из гусиной печени, а на него — выпускное яйцо. Яйца полить мясным соком, желательно сгущенным крахмалом.

ЯЙЦА В КОРЗИНОЧКАХ С ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ (ГАМБЕТТА)

10 яиц, 200 г корзиночек, 75 г пюре из гусиной печени, 75 г пюре из цыпленка, 20 г трюфелей, 75 г соуса со сливками и лимоном, 75 г томатного соуса, зелень петрушки.

На порцию подать по два яйца, одно — выпускное, а другое поджаренное на сковороде как «глазунья». Корзиночки, выпеченные из песочного теста, наполнить двумя видами начинки: для выпускного яйца — пюре из гусиной печени, для жареного (глазуньи) — пюре из мяса цыпленка. Поместить яйца в соответствующие корзиночки и полить выпускное яйцо белым соусом со сливками и лимоном, а жареное — томатным соусом. На соус выпускного яйца положить кружок трюфеля, соус жареного яйца посыпать мелко нарезанной петрушкой. В качестве гарнира на тарелку вокруг яиц положить зеленый горошек.

ЯЙЦА С ПЮРЕ ЦЫПЛЕНКА. 10 яиц, 200 г гренков, 200 г пюре из мяса цыпленка, 120 г масла, 125 г соуса со сливками и лимоном.

Поджарить гренки, удалить серединку и наполнить их пюре из цыпленка (мясо цыпленка нужно отварить, пропустить через мясорубку, протереть через сито и смешать с маслом, молоком, солью и черным перцем). Сверху положить яйца и полить соусом со сливками и лимоном. Загарнировать тем же пюре.

ЯЙЦА С ДИЧЬЮ И ШАМПИНЬОНАМИ. На 1 кокотницу: 1 яйцо, 10 г филе дичи, 5 г шампиньонов, 10 г лапши домашней готовой, 1/2 ст. л. масла сливочного.

Вареную дичь и шампиньоны нарезать соломкой, обжарить на масле, добавить вареную домашнюю лапшу. Все это размешать, положить в металлические чашечки (кокотницы); в каждую такую кокотницу выпустить по одному яйцу, посыпать солью и перцем. Запекать яйца в жарочном шкафу.

ЯЙЦА ПО-ОХОТНИЧЬИ. 10 яиц, 120 г масла, 125 г куриной печенки, 125 г грибов, 120 г соуса с белым вином, 4 анчоуса

Нарезанные ломтиками печенку и грибы припустить с маслом, полить соусом и положить на смазанную маслом сковороду. На приготовленную смесь вылить яйца и запечь в жарочном шкафу. На каждое яйцо положить по два кусочка анчоусов. Готовые яйца немедленно подать на стол.

ЯЙЦА С ПЮРЕ ИЗ КУР. На 1 кокотницу: 1 яйцо, 30 г пюре из кур, 5 г масла сливочного, 1 ст. л. вина, 1 мускатный орех, 2 ч. л. томатного соуса, перец, зелень.

Обработанных кур сварить в небольшом количестве воды для бульона, отделить мясо от костей и пропустить его через мясорубку с частой решеткой два-три раза. Провернутую массу положить в сотейник, добавить сливочное масло, вино (мадеру), соль, перец молотый, мускатный орех и все тщательно перемешать. В металлическую чашечку (кокошницу) положить пюре из кур, а на него выложить яйцо, посыпать солью и перцем, после чего припустить в жарочном шкафу.

При подаче полить томатным соусом и посыпать зеленью.

ЯЙЦА С КУРИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ. На 1 кокотницу: 1 яйцо, 30 г печенки куриной, 1 ч. л. жира говяжьего, 1 ст. л. соуса с мадерой, зелень.

Яйца подготовить так же, как описано выше. Обработанную куриную печенку ошпарить, нарезать ломтиками, поджарить, добавить соус с мадерой, положить на припущенное в кокотнице яйцо и посыпать мелко нарезанной зеленью.

ЯЙЦА С ПОЧКАМИ. 10 яиц, 120 г масла, 120 г соуса из гусиной печенки, 250 г почек.

Почки молодого барашка поджарить на решетке или, нарезав ломтиками, припустить с маслом, полить соусом из гусиной печенки и положить в сковороду с маслом. На приготовленные почки вылить яйца и запечь в сильно нагретом жарочном шкафу. На готовых яйцах сделать ободок из почек в соусе.

ЯЙЦА В ЧАШЕЧКЕ С МЯСОМ ЦЫПЛЕНКА. 75 г мяса цыпленка, 10 яиц, 75 г соуса со сливками и лимоном.

В каждую чашечку положить вареное мелко нарубленное мясо цыпленка, на него вылить по яйцу. Перед

подачей полить соусом со сливками и лимоном. Можно полить сливками (еще сырые яйца) и затем сварить на водяной бане.

ОМЛЕТ ПО-ОХОТНИЧЬИ. 10 яиц, 120 г масла, 120 г куриной печени, 150 г свежих грибов, 200 г соуса с белым вином, 2 помидора, мясной сок.

Припущенную с маслом куриную печенку смешать с нарезанными кубиками и поджаренными в масле свежими грибами, политыми мясным соком с помидорами и соусом с белым вином. Из того же соуса сделать ободок вокруг омлета.

КНЕЛИ ИЗ КУР. 400 г куриного мяса, 100 г заварного теста, 1 яйцо, 50 г вина, 1 г черного перца, мускатный орех, 100 г сливок, 500 г грибов, 250 г белого соуса, 20 г трюфелей, 80 г масла, 50 г муки.

Кнельную массу приготовить из куриного мяса, как котлетную массу для биточков (будена). Две столовые ложки погрузить в горячую воду. Одной ложкой набрать массу, оформить ножом, а другой ложкой вынуть и переложить на смазанный маслом противень. На кнели положить ломтики трюфелей и залить небольшим количеством вина или бульона, плотно накрыть крышкой и поставить в жарочный шкаф на 15—20 мин. Гарнировать свежими грибами, сваренными и спассерованными на масле. Кнели подать как закуску с белым соусом и грибами. Кнели уложить в виде бордюра, а в середину положить грибы.

Примечание: из 500 г мяса можно приготовить 20 кнелей по 25 г.

КНЕЛИ ИЗ КУР С ШАМПИньОНАМИ. 150 г мяса куриного, 10 г хлеба пшеничного, 3 ст. л. молока, $\frac{1}{2}$ яйца (белка), 1 ч. л. масла сливочного, 25 г шампиньонов, 3 ст. л. белого соуса с яичными желтками.

В порционные, смазанные маслом металлические овальные формочки положить слой кнельной массы, а на нее — ломтики шампиньонов, можно положить также тонкие ломтики вареной курицы или дичи. Наполненные на $\frac{3}{4}$ формочки установить в сотейник с водой (вода должна доходить не больше чем на половину высоты формы), накрыть посуду крышкой и варить в течение 20—25 мин, не допуская бурного кипения воды.

При подаче кнели вынуть из форм, положить на подогретое блюдо. Гарнировать кнели из кур оставшимися

шампиньонами и залить белым соусом с яичными желтками.

Так же можно приготовить кнели из индейки, рябчика и некоторой другой дичи.

КНЕЛИ ИЗ УТКИ. 400 г утиного мяса, 50 г муки, 80 г масла, 400 г картофельного пюре, 200 г соуса с мадерой.

Из котлетной массы, приготовленной так же, как из курицы, сформовать двумя ложками кнели, придав им яйцевидную форму, и тушить в жарочном шкафу. Выложить на постамент из картофельного пюре и полить соусом с мадерой (200 г). Гарнировать телячьими железами, очищенными от пленки и припущенными в белом вине и масле, вареными пассерованными грибами, вареным говяжьим языком, нарезанными кусочками и припущенным в масле. Постамент из картофельного пюре сделать в виде кольца — запечь в жарочном шкафу и выложить на блюдо. Кнели уложить на постамент, а в середину поместить гарнир. Подать с любым зеленым салатом.

КРОМЕСКИ ИЗ КУРИЦЫ. 500 г вареного мяса цыпленка, 150 г грибов, 100 г вареного говяжьего языка, 100 г муки, 7 яиц, 100 г масла, 600 г молока.

Приготавливается так же, как котлеты и крокеты до момента охлаждения. 4—5 обыкновенных блинчиков из яиц, муки и молока поджарить и разрезать на четыре части такой величины, чтобы можно было завернуть в них мясо. Из мяса сделать маленькие крокеты, длиной в 4—5 см и толщиной до 1 см. Крокеты, не обсыпая мукой, завернуть в блинчики, обмакнуть в жидкое тесто кляр и жарить во фритюре. Подать как горячую закуску, без другого гарнира, можно с томатным соусом.

КРОКЕТЫ ИЗ КУР. 600 г куриного мяса, 50 г муки, 1 яйцо, 150 г крошек белого пшеничного хлеба, петрушка, 200 г томатного соуса.

Приготовить котлетную массу и разделить крокеты. Запанировать в муке, смочить в яйце, снова запанировать в крошках белого хлеба и жарить во фритюре. Гарнировать каким-либо пюре и обжаренной петрушкой. К крокетам подать томатный соус. Подать горячими в качестве закуски.

КРОКЕТЫ ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ. 100 г курицы, 1 яйцо, 1 ч. л. сухарей, 1 ч. л. жира для фритюра, 1 ч. л. вина, 1 ст. л. густого молочного соуса, 1 ч. л. масла, мускатный орех, перец, зелень (расход продуктов на 1 порцию)

Обработанную домашнюю птицу сварить в небольшом количестве воды или бульона, отделить мясо от костей и пропустить его через мясорубку с частой решеткой два-три раза. Провернутую массу положить в сотейник, добавить сырые яйца, масло сливочное, вино (мадеру), соль, перец молотый, мускатный орех, густой молочный соус и все тщательно перемешать.

Полученную массу выложить на стол, раскатать в толщину сосисок, нарезать кусочками длиной 4 см или разделить ее шариками величиной с грецкий орех, смочить в яйце, запанировать в молотых сухарях и жарить во фритюре, затем поставить на 4—5 мин в жарочный шкаф.

При подаче крокеты положить на пирожковую тарелку, покрытую бумажной салфеткой, и украсить веточкой зелени петрушки.

КРОКЕТЫ ИЗ МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ. 15 г языка, 15 г филе куриного, 15 г телятины, 10 г шампиньонов, 1 ст. л. молочного соуса, 1 ч. л. муки, 1 яйцо, 1 ч. л. молотых сухарей, 1 ч. л. жира для фритюра, перец (расход продуктов на 1 порцию).

Вареный язык, мясо курицы, жареную телятину и шампиньоны нарезать мелкой соломкой, прожарить, добавить соль, перец и густой молочный соус, размешать, разделить в виде шариков. Запанировать крокеты в муке, смочить в яйце и снова запанировать в сухарях. Жарить крокеты во фритюре. Подать на пирожковой тарелке, покрытой бумажной салфеткой.

БИТОЧКИ ИЗ КУРИНОГО МЯСА (БУДЕН ИЗ КУРИЦЫ). 500 г котлетной массы из куриного мяса, 100 г заварного теста, 1 яйцо, 100 г сливок или молока, 1 г черного перца, 1 г мускатного ореха, 50 г филе цыпленка, 50 г вареного говяжьего языка, 250 г грибов, 250 г белого соуса, 250 г масла, 300 г пшеничного хлеба.

Взять приготовленную курицу. С филе и мякоти ножек снять кожу и отделить мясо от костей. Пропустить через мясорубку с частой решеткой 3—4 раза, пока не получится нежная масса. Прибавить заварное тесто с сырым яйцом, положить в деревянную ступку и хорошо растереть. Переложить в глубокую тарелку и веселкой размешать со сливками, посолить по вкусу, заправить черным перцем и мускатным орехом. Нарезать полосками

вареное филе цыпленка, вареный говяжий язык и грибы, припустить в сливочном масле, добавляя белый соус. Чистую белую бумагу, смазанную маслом, нарезать на квадраты размером 12×12 см и на каждый квадратик положить столовой ложкой котлетную массу, а сверху, посередине — по несколько полосок приготовленного отдельно фарша из мяса цыпленка, языка и грибов и завернуть его со всех сторон котлетной массой. Биточки завернуть в бумагу и слегка прижать, придавая им плоскую форму, толщиной до 1,5 см. Приготовленные биточки уложить в сотейник, залить небольшим количеством бульона, чтобы биточки не подгорели, и припускать, закрыв сотейник крышкой, 10—15 мин. С готовых биточков снять бумагу и уложить их на поджаренные в масле гренки. Каждый биток украсить сверху вареным грибом и полить белым соусом. Гарнировать рисом или лапшой. Подать как горячую закуску.

БИФСТЕКС С КУРИНЫМИ КРОКЕТАМИ (ВИКТОРИЯ). 1 кг мяса, 100 г сливочного масла, 200 г мясного сока, 100 г красного вина, 300 г куриных крокетов, 100 г соуса беарнез, 800 г фаршированных помидоров с грибами.

Бифштексы готовятся следующим способом. Вырезать внутреннее филе, зачистить его, нарезать поперек волокон ножом и отбить тяпкой или деревянным молотком до толщины не менее 1 см.

Посоливать по вкусу, посыпать черным перцем и жарить с маслом на разогретой сковороде не больше 5—6 мин. Перед тем, как снять со сковороды, их обыкновенно поливают мясным соком, белым или красным вином или каким-нибудь другим соусом.

Затем разложить поджаренные и залитые бифштексы на куриные крокеты, приготовленные в форме бифштексов. Загарнировать помидорами, фаршированными пюре из грибов и запеченными в сильно нагретом жарочном шкафу. Подать с соусом беарнез.

БИФСТЕКС С КУРИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ И ГРИБАМИ (ДИПЛОМАТ). 1 кг мяса, 150 г сливочного масла, 100 г вина, 150 г хлеба, 100 г куриной печенки, 250 г грибов, 100 г петушинных яичек (тестикулов), 100 г петушинных гребешков, 5 кочешков салата эскарпиль, 250 г соуса с красным вином, 1 г черного перца.

Залить поджаренные бифштексы вином, положить на хлебные крутоны и загарнировать куриной печенкой, политулами маслом грибами, припущенными в масле тестикулами, гребешками и салатом. Залить соусом с красным вином.

БИФСТЕКС С МЕДАЛЬОНОМ ИЗ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКИ (РОССИНИ). 1 кг мяса, 150 г сливочного масла, 100 г красного вина, 150 г хлеба, 300 г гусиной печени, 100 г грибов, 400 г гарнира из жареного картофеля, 200 г соуса с трюфелями, 1 г черного перца.

Поджаренные бифштексы полить мясным соком и вином с бульоном из трюфелей и разложить их на хлебные крутоны. На бифштексы положить поджаренный в масле медальон из гусиной печени, а на них ломтик трюфелей. Загарнировать жареным картофелем. Залить соусом с трюфелями.

ГУСИНАЯ ПЕЧЕНКА. Печень гусиная, 30 г трюфелей, 500 г свинины, 2 г черного перца, 1 г мускатного ореха, 200 г гусиного жира, 1 стакан вина.

Свежую гусиную печеньку нужно готовить следующим образом. Прежде всего удалить жилу, непосредственно связанную с желчным пузырем, и осторожно срезать те участки ткани, где она находилась. Погрузить печеньку на 3—4 часа в холодную воду, после чего вынуть, подсушить, посолить и посыпать для аромата мускатным орехом; прибавить рюмку коньяка или стакан вина. Выдержать 1—2 часа и затем нашлиговать в нескольких местах ломтиками трюфелей. Приготовить отдельно фарш из поросенка и обрезков печени, пропустив несколько раз через мясорубку с частой решеткой, вымесить, посолить по вкусу и посыпать черным перцем, пряностями и мускатным орехом. Смешать с топленным гусиным жиром и положить в глубокую огнеупорную, фарфоровую или стеклянную посудину, или же эмалированную кастрюлю, но предварительно смазанную изнутри тонким слоем соленого шпика. Сперва положить слой фарша, потом печеньку, потом опять слой фарша, а сверху покрыть жиром. Хорошо придавить крышкой так, чтобы она не могла приподниматься от тепла во время варки. Поместить на водяную баню (сосуд с водой, большего, чем вышеуказанный сосуд, размера) и тушить в жарочном шкафу 3—4 часа. Тушить на слабом огне, чтобы жар проникал постепенно всюду, пока не сварится печенька. Попробовать иглой и проволочкой: приподнять крышку, ввести проволочку в центр так, чтобы она проникла в печеньку и продержать ее там полминуты. Если вынутая проволочка окажется горячей, то это показывает, что жар проник всюду и печенька готова. Затем вынуть из жарочного шкафа, придавить сильно крышкой (чтобы она влипла

в массу) и поставить в холодное место на 10 часов. Хорошо охлажденную смесь открыть, удалить сверху жир и взять суповой ложкой нужное количество.

Приготовленную таким образом печенку можно положить в консервные коробки, запечатать их и варить 2,5 часа в кипящей воде. В таком случае печенку можно сохранять долгое время как консервы.

ГУСИНАЯ ПЕЧЕНКА ПО-АВСТРИЙСКИ. Гусиную печенку и фарш приготовить вышеописанным способом. Обмазать изнутри кастрюлю или специальную форму для паштета из гусиной печенки тестом, приготовленным из 1,5 кг муки, 300 г масла, 5 яиц, соли и воды. Тесто не должно быть слишком мягким, чтобы его можно было раскатать скалкой толщиной до 0,5 см. Положить в кастрюлю или форму так, чтобы оно покрыло дно и стенки доверху, а можно и выше. Тесто класть осторожно, чтобы не порвалось при укладывании. Поверх теста положить тонким слоем шпик. После этого сначала положить слой фарша, потом гусиную печенку и опять слой фарша, заполнив все пустые места. Придавить и покрыть куском шпика, а сверху — крышкой из теста так, чтобы тесто крышки соединилось с тестом, уложенным на стенках посуды. Края теста заложить внутрь и смазать яйцом, чтобы не было притока воздуха. Крышку из теста украсить остатками теста, вырезанными при помощи маленькой круглой формочки, а не ножом. Эти фигуры из теста приклеить, смазав яйцом. В верхней части крышки из теста сделать маленькое отверстие. Печь в жарочном шкафу 4 часа при слабом нагреве.

Когда паштет готов, через отверстие начинают выходить испарения. Тогда посуду нужно вынуть из жарочного шкафа и поставить на 6 часов в холодное место. Распустить немного желе (не делая его горячим) и через отверстие в верхней части заполнить все образовавшееся от испарения промежуток. Дать постоять еще 1—2 часа, чтобы все хорошо охладилось. После этого печенку можно открыть, вынув предварительно из кастрюли или формы, и ножом вырезать крышку вдоль борта, где она прилипла к боковому тесту. Подавать прямо на блюде, а можно, по желанию, вынуть из теста суповой ложкой и загарнировать желе. Перед подачей удалить сверху жир. По желанию подать салат.

ГУСИНАЯ ПЕЧЕНКА С ЖЕЛЕ. 200 г желе, 250 г гусиной печенки.

Консервированную или готовую гусиную печенку обработать специальной выемкой, уложить на тарелку и загарнировать желе.

ПЕЧЕНКА КУРИНАЯ В СОУСЕ С МАДЕРОЙ. 50 г печенки куриной обработанной, 10 г шампиньонов консервированных, 1 ст. л. соуса красного с мадерой, 1 ч. л. масла топленого, зелень.

Обработанную куриную печенку ошпарить кипятком, промыть, разрезать на 2 кусочка и обжарить. К поджаренной печенке добавить шампиньоны консервированные, нарезанные ломтиками, и жарение продолжать еще 3—5 мин. Затем влить красный соус с мадерой, переложить на порционную сковородку и довести до кипения. При подаче посыпать измельченной зеленью.

ПЕЧЕНКА КУРИНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ. 50 г печенки куриной, 1 ч. л. масла сливочного, 5 г сыра, 1 ст. л. соуса сметанного.

Подготовленную куриную печенку обжарить так же, как описано выше.

Залить печенку сметанным соусом и тушить на слабом огне 3—5 мин, затем переложить на порционную сковородку, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь в жарочном шкафу.

РОАЯЛЬ ИЗ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКИ. 200 г пюре из гусиной печенки, 150 г сливок, 30 г вина столового, 20 г трюфелей, 5 яиц, 15 г сливочного масла для смазывания формы.

Пюре развести молоком или сливками, добавить вино и мелко нарубленные трюфеля, после чего смешать со взбитыми яйцами. Варить на слабом огне при постоянном помешивании, пока смесь не начнет густеть. Затем вылить в смазанную маслом форму и варить на водяной бане (температура воды должна быть одинаковой с температурой пюре) в жарочном шкафу в течение 30—35 минут.

П р и м е ч а н и е: смесь размешивать на слабом огне, чтобы трюфеля не осели на дно.

РОАЯЛЬ ИЗ КУРИНОЙ ПЕЧЕНКИ. 150 г пюре из вареной куриной печенки, 150 г сливок, 150 г грибного бульона, 50 г грибов, 4 яйца, сливочное масло для смазывания формы.

Пюре развести сливками и грибным бульоном. Сваренные грибы мелко нарубить и добавить в разведенное пюре. Яйца хорошо взбить и тоже смешать с пюре. Полученную смесь поставить на тихий огонь и мешать до

тех пор, пока смесь не начнет густеть. Затем вылить в смазанную маслом форму и варить на водяной бане (температура воды должна быть одинаковой с температурой пюре) в средненагретом жарочном шкафу. Готовый роаяль охладить, выложить и нарезать.

РОАЯЛЬ ИЗ ЦЫПЛЕНКА. 300 г пюре из мяса цыпленка, 100 г сливок, 100 г куриного бульона, 4 яйца, 15 г сливочного масла для смазывания формы.

Пюре развести сливками и бульоном, смешать со взбитыми яйцами, посолить по вкусу и, хорошо размешав, вылить в форму. Варить на водяной бане 45—50 мин в средненагретом жарочном шкафу.

РОАЯЛЬ ИЗ ДИЧИ (УТКИ, КУРОПАТКИ). 250 г пюре из вареного мяса дикой утки, 200 г бульона, полученного при варке утки, 30 г столового вина, 100 г сливок, 4 яйца.

Способ приготовления описан в предыдущем рецепте.

ПАШТЕТ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ. 150 г отделенного от костей отварного, тушеного или жареного мяса птицы, 2 сваренных вкрутую яйца, мякиш 1 ломтика немного черствого белого хлеба, 2—3 ст. л. жидкости (молока, бульона или подсоленной воды), $\frac{1}{2}$ ч. л. горчицы, 1 щепотка черного перца, сок репчатого лука, лимонный сок, $\frac{1}{2}$ ст. л. майонеза.

Хлеб замочить в жидкости. Желтки сваренных вкрутую яиц протереть через сито, а белки мелко нарубить. Мясо птицы пропустить через мясорубку, затем все смешать и заправить приправами. К полученной однородной массе прибавить сливочное масло или майонез по выбору.

ПАШТЕТ ИЗ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКИ (ОБЫКНОВЕННЫЙ) ДЛЯ БЫСТРОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ. 1 гусиная печенка, 3—4 ст. л. гусиного жира, 2 сваренных вкрутую яйца, 3 ломтика немного черствого хлеба, 1 ч. л. горчицы, $\frac{1}{2}$ рюмки ароматного вина или коньяка, по 1 щепотке черного перца, тмина и душистого перца.

Нарезанную ломтиками печенку уложить на смазанный гусиным жиром противень, выдержать минут десять, затем запечь с обеих сторон в духовом шкафу, охладить и дважды пропустить через мясорубку вместе с мякишем хлеба. Прибавить растертые желтки, мелко нарубленные белки, остаток гусиного жира и влить вино.

Смесь посолить, заправить остальными приправами и выдержать в прохладном месте или в холодильнике приблизительно 1 час, затем подавать.

ТУРНЕДО С ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ И ГРИБАМИ (ФАВОРИТ).

1 кг мяса, 100 г сливочного масла, 150 г хлеба, 200 г гусиной печенки, 200 г грибов, 500 г картофеля, 200 г соуса с белым вином, 1 г черного перца.

Обжаренные турнедо положить на хлебные крутоны, а на них поджаренные на масле медальоны из гусиной печенки. На каждый кусок мяса положить по одному припущенному с маслом грибу, сверху полить соусом с белым вином. Вокруг мяса разложить картофель, жаренный кружками.

ТУРНЕДО С ГРИБАМИ ПОД СОУСОМ С ГРИБАМИ И ЭСТРАГОНОМ.

1 кг мяса, 100 г оливкового масла, 50 г лука, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 200 г куриного мяса, 500 г мелких помидоров, 100 г грибов, 200 г хлеба, 50 г кашкавала, 1 г черного перца, 200 г соуса с грибами и эстрагоном, 500 г картофеля.

Подготовленные и отбитые тупкой крупные куски внутреннего филе выдержать 1—2 часа в мелко нарезанной моркови, сельдерее и луке, после чего посолить по вкусу, посыпать черным перцем, сбрызнуть оливковым маслом и жарить на решетке. Готовое турнедо загарнировать мелкими помидорами, фаршированными куриным мясом, сваренными и мелко нарезанными грибами или трюфелями, хлебными крошками и тертым кашкавалом. Фаршированные помидоры подрумянить в течение 5—10 мин в сильно нагретом жарочном шкафу. В качестве гарнира подать жареный картофель. Готовые куски мяса нарезать по диагонали более тонкими кусками и положить на основу из картофеля. Сверху полить соусом с грибами и эстрагоном.

ТУРНЕДО С КУРИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ (ШАТОБРИАН ОПЕРА).

1 кг мяса, 100 г оливкового масла, 150 г хлеба, 100 г куриной печенки, 100 г грибов, 100 г вина, 500 г картофеля, 50 г салата, 1 г черного перца.

Толстый кусок говяжьего филе нарезать длинными ломтиками (6—8 см), отбить их до толщины 2—3 см. Посолить, посыпать черным перцем, сбрызнуть оливковым маслом и обжарить на решетке (10—15 мин). Готовое мясо разрезать по диагонали на 2—3 ломтика и положить на поджаренные в масле хлебные крутоны. На мясо положить куриную печенку, поджаренную с маслом и смешанную с нарезанными соломкой грибами; все полить вином или можно мясным соком. Вокруг разложить картофель, нарезанный соломкой, и немного салата.

КОПЧЕНОЕ ФИЛЕ ГУСЯ. 250 г копченого филе.

Филе нарезать очень тонкими ломтиками и уложить на тарелку. Подавать как закуску.

ХОЛОДНОЕ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ. 1 индейка, 150 г масла, 30 г муки, 1 г черного перца, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 50 г томата-пюре или 250 г свежих помидоров, 50 г лука, пучок петрушки, 300 г соуса шофруа, 300 г говяжьего языка, 500 г желе, 400 г русского салата, 1 корешок зеленого салата, 250 г соуса майонез.

Обработанную и заправленную тушку индейки положить в глубокую кастрюлю, залить водой и поставить кипятить. Когда вода закипит, снять пену с поверхности, положить лук, морковь, сельдерей, а также соли по вкусу. Варить, пока мясо индейки не станет мягким, но не переваривать, а затем охладить в бульоне. Вырезать филе и удалить кожу. Если филе окажется толстым, то разрезать его в длину пополам и придавить гладкой тяжелой доской, чтобы придать правильную форму. Хорошо охлажденное филе залить окрашенным в желтый цвет соусом шофруа. Предварительно сварить соленый говяжий язык, охладить его, очистить от кожи и нарезать в длину тонкими ломтиками толщиной в $1/2$ сантиметра, придавая им форму индейчих филейчиков. С одной стороны подрезать ножиком ломтики — зубчиками, как пилу. Залить окрашенным в розовый цвет желе. На середину блюда положить русский салат или картофельный салат с майонезом в виде цилиндра, высота которого равна длине филейчиков. Уложить филейчики, прикрепляя их к цилиндру из русского салата, широким концом книзу. Чередовать последовательно кусок филе с куском языка, пока вся форма не будет покрыта. Поверх цилиндра воткнуть букетик салата. Внизу, вокруг филейчиков, положить кубики из филе. Подавать с соусом майонез.

ГАЛАНТИН ИЗ КУРИЦЫ. 1 курица, 350 г свинины (нежирной), 120 г шпика свиного, 3 яйца, 200 г языка вареного очищенного, 1 стакан соуса майонез с корнионами, 10 г кореньев, 1 луковича, 1 лавровый лист, 20 г зелени петрушки, 1 морковь.

Непотрошенную курицу опалить над некопящим пламенем, вымыть, отрезать голову с шеей по середине ее длины, лапки в коленном суставе и крылышки в первом суставе.

Тушку выпотрошить через продольный разрез кожи на спине от шеи до конца туловища. Для этого разрезать

кожицу вместе с мякотью вдоль позвоночника и мясо зачистить острым ножом от реберных костей с внутренностями, шейных позвонков, лапок, оставив в тушке только кости крылышек.

В потрошенной курице кожу с мясом можно отделить со стороны разреза грудки и зоба, оставив кожу спинки целой. После этого зачистить мясо от костей, разложить тонким слоем мясной фарш, на него в длину тушки положить вареные яйца, а сбоку их длинные брусочки вареного языка. Эти продукты закрыть слоем мясного фарша и кожу по месту разреза зашить суровой ниткой, придав форму целой курицы. Мясной фарш должен быть слегка жидким и неплотно заполнять тушку курицы.

Наполненную тушку курицы завернуть во влажную салфетку и перевязать шпагатом. В посуду положить кости птицы, подготовленную тушку, продукты полностью залить холодной водой, посолить, довести до кипения, снять пену и варить при температуре 90°C (не давая кипеть) в течение 1 часа 45 мин.

Во время варки кладут коренья, репчатый лук, лавровый лист, периодически переворачивают фаршированную курицу для равномерности варки. Отваренную курицу вынуть, положить на лист спинкой вниз и под мягким прессом охладить. Затем тушку развернуть, кожу смочить соусом майонез, украсить ее звездочками моркови, зеленью петрушки и бордюром из теста на желтках яиц. Гарнир и соус подавать отдельно.

2 ВАРИАНТ. 1 курица (весом около 1,2 кг), 30 г коньяка, 1 г черного перца, 4 г мускатного ореха, 200 г телятины, 400 г свинины, 50 г трюфелей, 50 г белого вина, 100 г шпика, 150 г ветчины или говяжьего языка.

Из хорошо обработанной молодой курицы вынуть кости, разрезав тушку тонким ножом вдоль (со стороны спинки) от шеи до конца туловища; отделить от костей мясо вместе с кожей. Кости удалить, а мясо вместе с кожей посыпать солью, черным перцем и залить коньяком. Приготовить начинку из рубленой телятины и рубленой молодой свинины, соединить их и пропустить 3—4 раза через мясорубку с частой решеткой. Рубленое мясо посолить и заправить по вкусу черным перцем, вином, мускатным орехом, трюфелями и куриной печенькой, нарезанной кусочками. По желанию можно прибавить и соленого шпика, ветчины или говяжьего языка, сваренного и нарезанного кубиками. Все это хорошо перемешать, после чего подготовленную тушку наполнить

фаршем, закрыть ее, подвернув мясо с кожей, и зашить ниткой. Таким образом тушка примет свою обыкновенную форму. Обработанную тушку завернуть в салфетку, концы которой нужно связать, чтобы стянуть фаршированную курицу. Положить курицу в кастрюлю, залить равными частями воды и бульона и варить 1—1,5 часа, после чего снять с огня и охладить в бульоне, в котором она варилась. Прежде чем бульон совсем остынет, вынуть сваренную курицу, развернуть салфетку, выжать ее и снова завернуть в нее курицу, хорошо стянув и перевязав тушку шпагатом. Опустить опять в бульон и охладить в нем курицу окончательно. Вынуть остывшую в бульоне курицу и положить под легкий пресс. Развернуть салфетку, снять нитки, которыми была защита тушка, и готовую фаршированную курицу нарезать ломтиками толщиной до полсантиметра. Перед подачей положить на блюдо поверх какой-нибудь основы, заглазировав сверху желе, а вокруг загарнировать мелко нарубленным желе. Подавать как холодное мясо.

ГАЛАНТИН ИЗ УТКИ. 1 утка, 400 г рубленой свинины, 400 г рубленой телятины, 50 г трюфелей, 150 г соленого шпика, 50 г грибов, 50 г коньяка, 100 г белого вина.

Приготовить так же, как галантин из курицы.

Положить в фарш четыре ленты белого шпика длиной с тушку утки, шириной и толщиной в 1 см, отделив их одну от другой фаршем.

ГАЛАНТИН ИЗ УТКИ С СОУСОМ ШОФРУА. 1 утка, 400 г свинины, 400 г телятины, 1 яйцо, 150 г соленого шпика, 50 г трюфелей, 150 г грибов, 50 г коньяка, 100 г соуса шифруа, 200 г говяжьего языка.

Приготовить галантин, как описано выше; когда он хорошо охладится, нарезать ломтиками и залить сверху окрашенным в розовый цвет соусом шифруа. Украсить трюфелями и белком из сваренных яиц. Положить на основу из желе. Между ломтиками галантина положить медальоны из сваренного говяжьего языка.

Подается обычно холодным в качестве закуски, но можно подать и как горячую закуску.

РУЛЕТ ИЗ УТКИ. 1 утка, 200 г шпика, 350 г свинины, 4—5 долек чеснока, специи по вкусу, 1 ст. л. соуса.

Вдоль спины утки сделать разрез и удалить кости каркаса и часть мякоти. В подготовленную кожу утки уложить отбитые куски свинины, мякоть утки и шпик,

посыпать рубленным чесноком и специями, завернуть, придав форму рулета, перевязать шпагатом, обжарить в духовом шкафу до готовности. Затем охладить под прессом. Нарезать на порции по 2—3 куса и подать вместе с гарниром. Соус (по вкусу) подают отдельно.

АРТИШОКИ С ГРИБАМИ И КУРИНЫМ ФИЛЕ (КОЛЬБЕР).

10 артишоков, 100 г грибов, 100 г куриного филе, 50 г крошек белого хлеба, 100 г кашкавала, 100 г масла, 250 г соуса беарнез.

Приготовить фарш из мелко нарубленных грибов, вареного куриного филе, также мелко нарубленного, крошек белого хлеба и тертого кашкавала. Тщательно перемешать и нафаршировать доньшки вареных артишоков. Артишоки уложить на противень с маслом и тушить в жарочном шкафу. При подаче полить соусом беарнез. Подать горячим в качестве самостоятельной закуски или гарнира.

МАРИНОВАНИЕ ДИЧИ. Выдержанное в маринаде мясо становится более мягким и отчасти теряет свой специфический аромат, приобретая аромат маринада.

Количество маринада зависит от количества мяса, которое будут мариновать, причем маринад всегда должен полностью покрывать мясо; в маринаде мясо нужно выдерживать под небольшим прессом, чтобы оно не выступало над поверхностью маринада. При приготовлении маринада соблюдается следующая пропорция:

Продукты: 1 л красного вина, 1 л воды, 250 г уксуса, 50 г соли, 1 морковь, $\frac{1}{4}$ пучка сельдерея, 2 головки лука, несколько головок чеснока, 2 лавровых листа, 10—15 горошин черного перца и 10—15 горошин душистого перца.

Очищенные мелко нарезанные овощи залить вином, водой и уксусом, прибавить соли и приправ для запаха и варить на огне 10—15 мин, после чего хорошо охладить. Мясо, которое будут класть в маринад, следует расчлениить (окорок, вырезка, филе, плечевая часть передней ноги и т. д.), чтобы легче было поместить его в посуду, приготовленную для этой цели: посуда ни в коем случае не должна быть медной. Залить мясо сваренным и хорошо охлажденным маринадом. Ощипанную и выпотрошенную птицу (дичь) кладут в маринад целыми тушками, не разрезая их на куски. Мясо выдерживают в маринаде на холоде не менее 24 часов, а по желанию его можно выдерживать и до 10 дней, после чего готовить.

МУСС ИЗ ФАЗАНА. 1 фазан, 30 г лука, 30 г сельдерея, 30 г моркови, 50 г сухого вина, 150 г желе, 500 г сливок.

Тушку фазана нужно сварить или обжарить как обычно. После этого мясо отделить от костей, удалить кожу и пропустить 2—3 раза через мясорубку с частой решеткой, чтобы получилось более густое пюре, которое нужно протереть через сито. Полученную смесь развести мясным соком или бульоном, в котором варился фазан, прибавить вина или только соли по вкусу, красного перца при желаниии, немного мускатного ореха для запаха и полустывшего желе; все перемешать венчиком. Взбить отдельно сливки и прибавить в пюре, слегка помешивая. Готовую смесь положить в подходящую форму, облитую изнутри слоем желе, и поставить на холод, чтобы мусс застыл. Перед подачей форму с муссом опустить на несколько секунд в теплую воду, слегка встряхнуть, чтобы желе отделилось от стенок, и выложить мусс на блюдо. Загарнировать мелко нарубленным желе. По желанию мусс можно положить не прямо на блюдо, а на какую-нибудь основу для того, чтобы его приподнять и придать ему более эффектный вид.

МУСС ИЗ БЕКАСОВ. 5 бекасов, 50 г масла, 500 г желе, 50 г сухого вина, 30 г коньяка, 20 г желатина, 350 г сливок, 20 г трюфелей, 1 г черного перца, 1 г мускатного ореха.

Приготовить так же, как и мусс из фазана, с той только разницей, что бекаса нужно тушить, а не варить. Оставить головки и при подаче положить их как украшение поверх мусса.

Бекаса не следует сразу же готовить, а выдержать в пере от 3 до 5 дней, подвесив его в прохладном и проветриваемом месте или в холодильнике. Прежде чем начать готовить — ощипать перья, причем не следует погружать тушку в кипяток, а ощипывать перья сухими. При обработке голову и лапки не отрезать. Для формовки тушки бекаса ножки подогнуть внутрь и зацепить лапками за голени так, чтобы грудка была выпуклой. Продеть головку с длинным клювом через ножки, таким образом ножки остаются как бы связанными. Выпотрошенную тушку обтереть салфеткой. Мясо бекаса очень вкусное и считается деликатесом.

Во время жарки (на решетке, на вертеле или в жарочном шкафу) или тушения рекомендуется филейную часть тушки покрыть тонким ломтиком шпика (свиного), который привязывается к тушке ниткой. Ломтик шпика

предохраняет мясо от пересушки при жарке и сохраняет его сочность. То же самое относится к перепелам, куропаткам, горлицам, фазанам и пр.

МУСС ИЗ КУРОПАТКИ, ГЛУХАРЯ.

Готовить так же, как и мусс из фазана.

Расход продуктов тот же.

СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ. 150 г мяса куриного, 2 яйца, $\frac{1}{2}$ ст. л. соуса молочного, 2 ч. л. масла сливочного, 3 ст. л. соуса с мадерой, 15 г сыра.

Подготовленную курицу сварить, отделить мясо от костей, пропустить через мясорубку и протереть, добавить молочный соус средней густоты, сырые яичные желтки, соль и перемешать. За 15 мин до подачи в массу ввести взбитые белки, положить массу на порционную сковороду, смазанную маслом. Поверхность выровнять, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в жарочном шкафу. Суфле подать на сковороде, а соус с мадерой подать отдельно.

Суфле из курицы можно приготовить и паровое в маленьких формочках или раковинах.

СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ ПО-РУССКИ. 600 г куриного мяса, 150 г грибов, 100 г сливочного масла, 150 г белого мясного соуса, 10 шт блинчиков, 7 яиц, 1 кг соуса бешамель, 100 г кашкавала.

Сваренное куриное мясо нарезать кубиками, добавить к нему нарезанные кубиками сваренные грибы и тушить в масле, прибавив немного белого мясного соуса. Отдельно приготовить блинчики из яиц, муки и молока и поджарить их. На каждый блинчик положить определенное количество фарша (тушеного мяса с грибами) и свернуть каждый блинчик в виде небольшого рулета, толщиной в 1 см и длиной в 3—4 см (фарш обворачивается блинчиком только один раз). Отдельно приготовить не очень жидкий соус бешамель, дать ему остыть и добавить яичные желтки. Взбить белки и добавить их к соусу бешамель. В смазанную маслом и посыпанную мукой подходящую огнеупорную тарелку налить тонкий слой соуса бешамель. На него уложить свернутые блинчики, отделяя один от другого соусом бешамель. Посыпать сверху тертым кашкавалом и запекать в жарочном шкафу 25—30 мин. Подать как горячую закуску.

ЗАЛИВНЫЕ БЕКАСЫ. 5 бекасов, 150 г масла, 400 г желе, 200 г паштета из гусиной печенки, 400 г хлебных крутонов.

При обработке бекасов отрезать крылья, хвосты и головки близко к тушке и оставить их в холодном месте, не ошипывая. Готовые тушки посолить по вкусу и жарить в жарочном шкафу (как обычно), пока не подрумянятся со всех сторон. Поджаренных бекасов охладить. Приготовить желе и паштет из гусиной печенки. У охлажденных бекасов вырезать филе, не ломая их, удалить грудную кость и оставить только кости ножек и реберные кости; тушку наполнить гусиной печенкой и полужидким желе. Гусиную печенку можно также нарезать ломтиками, а желе — мелко нарубить. Поверх фарша снова уложить филе, нарезанное в длину мелкими ломтиками, придав им вид целой тушки; полить их желе и положить на крутоны, смазанные по краям сливочным маслом. На блюдо поместить крутон, а на него — фаршированную тушку бекаса, к которой приделать снова расправленные крылья и хвост, прикрепляя их тонкой проволочкой к основанию крутона. Таким же способом прикрепить на свое место и головку. Вокруг загарнировать крутонами из хлеба в виде сердец, смазанные паштетом из потрохов, приготовленных отдельно. Приготовленных таким способом бекасов подавать холодными.

ЗАЛИВНЫЕ ПЕРЕПЕЛА. 10 перепелов, 150 г масла, 500 г айвы, 500 г яблок, 150 г сахара, 200 г консервированной черешни, 300 г винограда, 1 кг желе.

Перепелов приготовить так же, как и бекасов. Из мяса ножек сделать пюре для мусса, которое послужит в качестве гарнира. Очистить айву и яблоки (сорта «шафран»), выемкой вынуть небольшие шарики и сварить их с сахаром так, чтобы не полопались. Черешни и свежий виноград не варить, а только удалить косточки, охладить и соединить без воды и сока. Из бульона и костей перепелов приготовить желе, осветлить его, процедить через салфетку и охладить, не давая ему окончательно застыть. Небольшое количество приготовленного желе налить в подходящую форму и прибавить фруктов, на которые положить ряд филе, на него — снова фрукты, сверху желе, потом опять филе и т. д., пока форма не наполнится; сверху залить желе. Филе класть так, чтобы отдельные кусочки были хорошо видны сквозь желе. Форму поставить на холод, чтобы желе хорошо застыло. Перед подачей форму с заливным опустить в теплую воду, слегка встрях-

нуть, и, перевернув, выложить заливное на блюдо. Загарнировать кремом из мусса, сделанным из мяса, с прибавлением небольшого количества мяса цыпленка или гусиной печени. Крем уложить при помощи кондитерского мешка вокруг заливного. Подавать холодным.

ХОЛОДНЫЙ МЕДАЛЬОН ИЗ ФАЗАНА. 1 фазан, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 50 г сухого вина, 250 г желе, 500 г сливок, 50 г коньяка, 250 г соуса шофруа, 20 г желатина.

Фазана и пюре из мяса фазана приготовить так же, как для мусса, но положить не в форму, а в неглубокий противень на бумагу. Смесь разровнять по листу слоем толщиной в 1 сантиметр и хорошо охладить. Вырезать при помощи круглой формочки диаметром в 4—5 см круглые медальоны и полить их соусом шофруа, окрашенным в желаемый цвет. В зависимости от цвета соуса украсить медальоны трюфелями или другим подходящим гарниром. Подавать холодным.

ПЕРЕПЕЛА С СОУСОМ ШОФРУА. 10 перепелов, 150 г масла, 200 г соуса шофруа, 150 г гусиной печени, 50 г трюфелей, 300 г желе.

Жарить перепелов в жарочном шкафу, как обычно, не пересушивая; по окончании жарки охладить. С охлажденных перепелов срезать филе и полить их приготовленным отдельно с бульоном из костей соусом шофруа. Из мяса ножек сделать пюре, как для мусса, и соединить его с гусиной печенькой. На приготовленное пюре можно поместить филе. Полить филе соусом шофруа, украсить кусочками трюфелей и сверху нанести при помощи специальной щетки тонкий слой полужидкого желе. Готовое филе поместить на постамент из мусса. Постамент может быть плоским или в форме «бомбы», в последнем случае филе следует укладывать в вертикальном положении вокруг формы и загарнировать при помощи кондитерского мешка вокруг заливного.

ФАЗАН С СОУСОМ ШОФРУА. 1 фазан, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 200 г соуса шофруа, 50 г трюфелей.

Обработанную и заправленную тушку фазана положить в подходящую кастрюлю, залить холодной водой так, чтобы вся тушка была покрыта, и варить, снимая появляющуюся на поверхности пену. Прибавить соли по вкусу, моркови и сельдерея. Варить, пока мясо не станет совсем мягким, затем снять с огня, охладить, не вынимая из бульона. Отделить филе и мясо ножек. Если филе большие, разрезать их на ломтики желанной величины

и слегка распластать тыжкой или деревянным молотком. Приготовленные ломтики филе полить белым соусом шофруа и украсить кусочками трюфелей в форме звездочек. Перед подачей положить филе на картофельный салат и загарнировать желе или другим подходящим гарниром.

КУРИЦА С СОУСОМ ШОФРУА. 1 курица, 400 г соуса шофруа, 50 г трюфелей, 30 г каперсов, 50 г лука, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 600 г картофельного салата.

Обработанную курицу сварить, как обычно с зеленью, а затем в бульоне охладить. Отделить филе от костей и кожи. С ножек удалить кожу. Отдельные куски залить приготовленным соусом шофруа и затем опять соединить их так, чтобы получилась целая тушка. Сверху украсить черными трюфелями и каперсами. По желанию отдельные куски можно покрыть желе, которое кладется при помощи кондитерского мешка. Курицу положить поверх картофельного салата с майонезом. Загарнировать зеленым салатом и кубиками желе. Подавать холодной.

ИНДЕЙКА С СОУСОМ ШОФРУА. 1 индейка (весом около 2,5 кг), 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 50 г масла, 100 г муки, 100 г белого вина, 100 г молока, 100 г бульона, 4—5 пластин желатина, 2 яйца.

Обработанную и заправленную тушку индейки сварить, как для приготовления холодного филе. По окончании варки охладить в бульоне. Приготовить соус шофруа следующим способом: муку спассеровать на масле, не давая ей подрумяниться, и залить вином, молоком и бульоном из-под индейки. Полученную смесь хорошо взбить венчиком, чтобы не было комков, и варить 10—15 мин. Добавить размоченный в воде желатин, с которым проварить еще 10 мин. Снять с огня, соединить с яичными желтками, процедить через салфетку или густое сито и затем охладить. Мясо вареной индейки положить целыми кусками, а филе и ножки нарезать на более мелкие куски и залить хорошо охлажденным соусом. Сверху можно украсить фигурками из трюфелей и каперсов. Для того чтобы индейка выделялась, в качестве основы положить на блюдо картофельный салат с майонезом. Загарнировать окрашенным филе.

ИНДЕЙКА С ФАРШЕМ ИЗ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКИ. 1 индейка (весом около 2,5 кг), 250 г масла, 1 кг гусиной печени, 500 г желе, 50 г трюфелей.

Обработанную индейку припустить, как для заливного, и затем охладить. Нарезать охлажденную индейку, вынув только филе и удалив грудную кость. Приготовить отдельно и охладить гусиную печенку, нарезать ломтиками и наполнить ими пустую внутренность индейки, прибавив одновременно и желе. Уложить филе индейки, нарезанное тонкими ломтиками, поверх фарша из печенки; тушка индейки будет выглядеть опять целой. Украсить сверху ломтиками трюфелей и полить желе. Загарнировать мелко нарубленным, окрашенным в зеленый цвет желе.

БЛИНЧИКИ С НАЧИНКОЙ ИЗ КУРИНОГО МЯСА, ГРИБОВ И ЯЗЫКА. 15 шт. готовых блинчиков, 100 г куриного мяса, 200 г свежих грибов (консервированных — 150 г), 100 г вареного говяжьего языка, 700 г молока, 150—200 г сливочного масла, 100 г муки, черный перец, мускатный орех по желанию.

Вареное куриное мясо, грибы и язык нарезать мелкими кубиками и слегка спассеровать, не подрумянивая, в нагретом сливочном масле. Из молока, муки и масла приготовить соус бешамель средней густоты. Прибавить $\frac{1}{2}$ соуса в смесь из мяса, грибов и языка и хорошо перемешать. Смазать блинчики приготовленной начинкой и свернуть в виде рулета. Развести оставшееся количество соуса, влить его в огнеупорную сковороду или противень, смазанный маслом, и уложить блинчики. Запекать 10—15 мин в средненагретом жарочном шкафу и подать горячими.

ФАРШ ИЗ ДИЧИ В СЛОЕНОМ ТЕСТЕ. 30 г теста слоеного; для фарша: 20 г готового мяса дичи, 1 ч. л. соуса молочного, 1 яйцо, 1 ч. л. масла сливочного, 5 г сыра, мускатный орех или перец молотый (расход продуктов на 1 порцию).

Слоеное тесто раскатать так же, как и для запекания сосисок. Подготовленную мякоть дичи провернуть через мясорубку и заправить молочным соусом с яйцом и мускатным орехом или молотым перцем, выпустить из корнетика в виде круглых полосок с интервалом в 1,5—2 см, посыпать сыром, сбрызнуть сливочным маслом, затем на первую полоску слойки наложить второй такой же пласт теста, слегка прижать, нарезать на порции, положить на кондитерский лист, смоченный водой; тесто смазать яйцом и испечь в жарочном шкафу.

КОРЗИНОЧКИ, ВОЛОВАНЫ. На 6—7 корзиночек: 5 ст. л. муки пшеничной, $\frac{1}{2}$ ч. л. сахара, 2 ч. л. масла сливочного, 1,5 ч. л. сметаны, $\frac{1}{2}$ яйца; вес теста на 6—7 корзиночек — 100—105 г

Корзиночки служат как бы судками для подачи горячих закусок небольшими порциями. Их готовят из сдоб-

ного пресного теста (без сахара) или из обрезков слоеного теста.

Корзиночки выпекают заранее, а затем приготавливают начинку (фарш) или же выпекают одновременно с приготовлением фарша.

При подаче тарелку покрывают красиво вырезанной бумажной салфеткой, кладут на нее корзиночки, украшают веточкой зелени петрушки или сельдерея.

Волованы, выпеченные из слоеного теста, имеют то же назначение, что и корзиночки.

Во всех нижеприведенных рецептах расход продуктов дан на 1 порцию (1 корзиночку, 1 волован).

КОРЗИНОЧКИ С ДОМАШНЕЙ ПТИЦЕЙ. 1 корзиночка, 20 г куриного мяса, 1 ч. л. молочного соуса, $\frac{1}{2}$ яйца, 5 г сыра, 1 ч. л. масла сливочного, 1 ч. л. вина мадеры, мускатный орех, перец, зелень

Обработанную домашнюю птицу сварить, удалить кости, мякоть пропустить через мясорубку с частой решеткой, добавить молочный соус средней густоты, яичный желток, перец молотый, мускатный орех, мадеру и тщательно размешать. В эту массу положить хорошо взбитый яичный белок и снова аккуратно перемешать.

В металлические формочки, выложенные сдобным тестом, уложить приготовленный фарш, сровнять, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным сливочным маслом. Запекать корзиночки в жарочном шкафу.

КОРЗИНОЧКИ С КУРИНЫМ ПАШТЕТОМ. 1 корзиночка, 25—30 г паштета из печенки готовой, 2 г сыра, 1 ч. л. масла сливочного, морковь, петрушка, сельдерей, лук, перец, лавровый лист (все по вкусу.), 50 г мясного бульона.

Морковь, петрушку или сельдерей и репчатый лук нарезать дольками и обжарить до полуготовности. Печенку нарезать кубиками, положить на противень с поджаренными овощами, посолить, добавить перец душистый горошком, перец молотый и печенку, обжарить до полной готовности. Готовую печенку вместе с овощами, удалив лавровый лист, пропустить два-три раза через мясорубку с частой решеткой, добавить размятое сливочное масло, тертый мускатный орех, крепкий мясной бульон и хорошо взбить веселкой (мускатный орех придает паштету особый вкус и аромат).

Формочки выложить тонким слоем сдобного или слоеного теста, заполнить подготовленным паштетом из печенки, выровнять, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным сливочным маслом. Запекать корзиночки с

паштетом в жарочном шкафу непосредственно перед их подачей.

Готовые корзиночки вынуть из формочек и уложить на десертную тарелку, покрытую бумажной салфеткой.

КОРЗИНОЧКИ С ДОМАШНЕЙ ПТИЦЕЙ И ШАМПИньОНАМИ.

1 корзиночка, 30 г филе домашней птицы, 10 г шампиньонов консервированных, 1 ст. л. соуса с мадерой, зелень.

Филе жареного гуся или утки нарезать крупной соломкой, добавить шампиньоны консервированные, нарезанные ломтиками, или белые грибы, влить красный соус с мадерой, проварить и наполнить корзиночки. На корзиночку положить шляпку шампиньона и посыпать зеленью.

ВОЛОВАНЫ С КУРИЦЕЙ. 1 волован, 15—20 г курицы, 10 г шампиньонов, 1 ст. л. парового соуса.

Из слоеного теста испечь волованы. Курицу сварить в небольшом количестве воды, удалить кости, мясо нарезать ломтиками, добавить также нарезанные припущенные шампиньоны, паровой соус, приготовленный на курином бульоне, проварить и уложить волованы. Сверху на продукты положить кружочек (крышку), выпеченный из слоеного теста. Подать на тарелке с бумажной салфеткой.

ВОЛОВАНЫ С ПЕТУШИНЫМИ ГРЕБЕШКАМИ. 1 волован, 15—20 г петушиных гребешков, $\frac{1}{2}$ ч. л. масла сливочного, 5 г шампиньонов, 1 ст. л. германского соуса, лимонная кислота, зелень.

Обработанные петушинные гребешки отварить в крепком курином бульоне с добавлением сливочного масла, лимонной кислоты, соли и после охлаждения нарезать кубиками.

Припущенные шампиньоны нарезать тонкими ломтиками, прогреть вместе с петушинными гребешками, добавить яично-масляный (германский) соус и размешать.

В готовые волованы положить приготовленный фарш, сверху — шляпку шампиньона, полить яично-масляным соусом и посыпать мелко нарезанной зеленью.

БУЛОЧКИ С КУРНОЙ ПЕЧЕНКОЙ. 1 булочка, 20 г печени куриной, 2 ч. л. лукового соуса, 1 ч. л. масла топленого, перец, зелень.

Обработанную печенку домашней курицы ошпарить, промыть, нарезать мелкими кусочками, посыпать зеленью и перцем, обжарить. В поджаренную печенку влить луковый соус с корнизоном и проварить.

С булочек срезать верхнюю часть (на $\frac{1}{3}$), готовый фарш ложечкой уложить в булочки из заварного теста и посыпать измельченной зеленью петрушки.

БУЛОЧКИ С КУРИЦЕЙ И ШАМПИНЬОНАМИ. 1 булочка, 40 г куриного мяса, 10 г шампиньонов, 1 ч. л. бульона, $\frac{1}{2}$ ч. л. масла сливочного, 1 ч. л. германского соуса.

Сварить курицу, охладить, удалить кости. Мякоть курицы и шампиньоны нарезать соломкой. Все прогреть в бульоне с маслом, добавить яично-масляный соус (германский) и наполнить булочки. Сверху положить шляпки шампиньонов и подать на тарелке, покрытой бумажной салфеткой.

БУЛОЧКИ С ДИЧЬЮ. 1 булочка, 15 г готового мяса дичи, 5 г шампиньонов, $\frac{1}{2}$ ч. л. масла сливочного, 1 ч. л. соуса с мадерой, зелень.

Для фарша мясо жареной или вареной боровой дичи и припущенные шампиньоны нарезать мелкими кубиками, слегка обжарить (3—5) мин со сливочным маслом, заправить красным соусом с мадерой и проварить. В булочках круглой формы, выпеченных из заварного теста, сделать прорезы, через которые наполнить подготовленным фаршем непосредственно перед подачей на стол.

Булочки подать на тарелке с бумажной салфеткой и украсить веточками зелени.

МАЙОНЕЗ ИЗ ДИЧИ. 1 ст. л. желатина, 1 стакан соуса майонез, 300 г зеленого салата, 400 г салата из овощей, заправленного соусом майонез, дичь (рябчик или куропатка), 1 ст. л. уксуса.

Майонез из дичи следует готовить из филе рябчиков и куропаток. Рекомендуем два варианта.

С дичи снять кожу, выпотрошить и промыть в холодной воде. Затем уложить филейные части, ножки и спинку птицы в кастрюлю, посолить, залить водой так, чтобы она покрывала птицу на две трети, накрыть кастрюлю крышкой, поставить на огонь, и, когда вода закипит, варить еще 20—25 мин. После варки дичь выложить в миску и накрыть влажной салфеткой. Из бульона, полученного при варке дичи, приготовить желе. После охлаждения снять ножом с костей филе (мякоть), обрывать, уложить на блюдо или тарелку с промежутками между кусочками мяса в 2—3 см и покрыть соусом (1—2 столовые ложки).

Соус приготовить следующим способом: смешать $\frac{2}{3}$ стакана соуса майонез и $\frac{1}{3}$ стакана желе, приготовленного на бульоне от варки дичи (желе добавляется к соусу

в охлажденном, но еще жидком состоянии), добавить крепкий уксус и соль по вкусу, хорошо размешать и охладить до такой степени, чтобы соус сгустился и при обливании филе удерживался на нем, быстро застывая. Для того чтобы соус не застыл во время приготовления, нужно быстро помешивать его ложкой или лопаточкой. Можно подогреть соус, поставив дно кастрюли на несколько секунд в горячую воду и размешивая соус до нужной густоты. Готовое филе можно украсить узорами из листиков зелени, свежего огурца, моркови, горошка, яйца. Украшения надо прикрепить, а для этого полить филе вместе с украшениями тонким слоем полужастывшего желе. При подаче на стол в центр круглого блюда положить горкой салат из овощей, нарезанных кубиками или соломкой и заправленных соусом майонез. Вокруг горки положить ровным слоем мелко нарезанный зеленый салат и на него уложить майонез из дичи. В промежутках между кусочками филе поместить мелко нарубленное желе. Отдельно к майонезу из дичи можно подать соус зеленый и соус майонез.

Второй вариант приготовления майонеза из дичи отличается от первого тем, что уложенное на салат филе из дичи покрывается натуральным соусом майонез. В этом случае филе, покрытое соусом, украшают ломтиками свежего огурца, листиками зелени (соус отдельно не подают).



ОСНОВЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Правильно построенное питание способствует сохранению здоровья человека и повышению его трудоспособности. Рациональная организация питания имеет особенно большое значение в нашем социалистическом обществе, где человек является самым ценным капиталом.

Всякий живой организм в процессе деятельности расходует энергию и непрерывно тратит вещества, из которых построено его тело. Для нормальной жизнедеятельности необходимо, чтобы все эти траты восполнялись за счет питания. Пища человека должна содержать все необходимые пищевые вещества — белки, жиры, углеводы, минеральные соли и витамины.

Основные пищевые вещества

Белки. К наиболее важным пищевым веществам относятся белки. Они составляют основу всякой живой клетки, всякого живого организма. Научкой доказано, что недостаток белков вредно отражается на состоянии здоровья и трудоспособности не только детей, но и взрослых.

Белки представляют собой сложные химические вещества, которые под действием пищеварительных соков распадаются в кишечнике на свои составные части — химические соединения, растворимые в воде или в соках пищеварительного канала. Эти продукты расщепления белка, так называемые аминокислоты, всасываются через стенки кишечника в кровь; из них и создаются белки в организме человека.

В зависимости от аминокислотного состава белки могут быть полноценными и неполноценными. Если в белках содержатся необходимые для организма аминокислоты в нужных соотношениях, то они относятся к полноценным.

К наиболее ценным относятся белки молока, мяса, рыбы, яиц, т. е. белки, содержащиеся в продуктах животного происхождения. Белки, содержащиеся в продуктах растительного происхождения, по своей ценности в общем уступают животным белкам. Однако белки картофеля, капусты и некоторых других овощей можно отнести к полноценным.

Белки, содержащиеся в зерновых продуктах, ниже по качеству, но если их сочетают с другими белками, в особенности с животными, то ценность их повышается. Например, гречневая крупа содержит белок, в котором мало некоторых важных для организма аминокислот, но при употреблении гречневой каши с молоком этот недостаток восполняется. Еще меньше необходимых аминокислот в белках пшена. Но когда вместе с изделиями из пшена употребляют такие продукты, как мясо, картофель и др., то получается набор аминокислот, которые удовлетворяют потребностям организма.

Отсюда вывод: чем разнообразнее состав продуктов, входящих в пищевую рацион, тем больше возможность получить с пищей белки высокого качества. Обязательным условием при этом является наличие в пище достаточного количества животных белков.

В организме человека и животных происходит непрерывное окисление веществ, или, как принято говорить, горение. Оно необходимо для поддержания жизни и работоспособности, для работы сердца, печени, желудка и других внутренних органов.

Количество тепла, которое выделяется в организме при сгорании пищевых веществ, выражается в калориях. При сгорании 1 г белков, а также и 1 г углеводов выделяется 4,1 большой калории.

Жиры. Из всех пищевых веществ жиры являются наиболее концентрированным источником энергии. При сгорании каждого грамма жира выделяется 9,3 большой калории, т. е. в два с лишним раза больше, чем при сгорании белков и углеводов. Поэтому они дают большее чувство насыщения. Являясь необходимой составной частью пищи, жиры улучшают ее вкус, повышают усвояемость, а благодаря своей высокой калорийности дают возможность уменьшить объем пищи. Однако в большом количестве жиры тяжело перевариваются и плохо усваиваются организмом человека.

Жиры подразделяются на животные и растительные. Наиболее ценен жир, содержащийся в молоке, сметане, твороге и животном

масле. Жир этих продуктов легко усваивается и содержит ряд необходимых витаминов (А и D). Из других животных жиров наилучшей усвояемостью и вкусом отличаются свиное сало и жир домашней птицы. Говяжье и баранье усваивается хуже других жиров.

Растительные жиры и маргарин, хотя и уступают по своим вкусовым качествам и отсутствию витаминов молочному жиру, но имеют большое значение в питании и хорошо усваиваются. Витаминизация этих жиров витаминами А и D еще больше повышает их пищевую ценность.

Углеводы. Источником углеводов в питании — растительные продукты, т. е. хлеб, крупа, картофель, овощи, плоды и ягоды. Из животных продуктов углеводы в виде молочного сахара содержатся в молоке. Так как растительные продукты в большинстве случаев дешевле животных, то углеводы являются самым дешевым источником энергии.

В различных продуктах углеводы представлены в виде крахмала, сахаров и клетчатки. Сахара и крахмал хорошо усваиваются. При этом сахара благодаря хорошей растворимости быстро поступают в кровь, крахмал же, подвергаясь действию пищеварительных соков, предварительно распадается до более простых веществ — сахаров, которые затем постепенно всасываются и переходят в кровь. Это способствует поддержанию определенного уровня сахара в крови и постепенной доставке его тканям. Поэтому целесообразно, чтобы большая часть углеводов поступала в организм в виде крахмала.

Клетчатка мало изменяется в пищеварительном канале человека и плохо усваивается. Она содержится в значительных количествах в ржаном хлебе, в некоторых крупах — овсяной, пшенице, ячневой, в ряде овощей. Однако неправильно было бы сделать вывод, что клетчатка не нужна. Некоторое количество ее необходимо для правильной работы желудочно-кишечного тракта.

Белки, жиры и углеводы часто называют основными пищевыми веществами, которые обеспечивают организму необходимое количество энергии и возмещают ему трату веществ в процессе жизнедеятельности. Однако наукой доказано, что для здоровья человека совершенно необходимо, чтобы в состав его пищи входили, кроме того, минеральные соли и витамины.

Минеральные соли. Из этих солей наиболее изучено влияние на организм кальция, фосфора, железа, магния, хлористого натрия.

Кальций и фосфор — основная составная часть костей. Поэтому содержание их в пище особенно важно для организма. Кальций, кроме того, необходим для нормальной деятельности сердца; фосфор входит в состав нервной ткани организма человека.

Железо необходимо для образования гемоглобина крови.

Магний влияет на работу сердца, а также на состояние костной системы.

Хлористый натрий, т. е. обычная поваренная соль, имеет большое значение для организма. Как недостаток, так и избыток ее вредно отражается на здоровье человека. В обычных температурных условиях для взрослых достаточно 12—15 г этой соли в сутки.

Далеко не все источники минеральных веществ равноценны. Лучше всего усваивается кальций молока в молочных продуктах, а кальций, содержащийся в хлебных продуктах, особенно в грубом ржаном и пшеничном хлебе, усваивается гораздо хуже.

Фосфор содержится в значительных количествах в хлебных продуктах, картофеле, молоке, мясе, яйцах. Он хорошо усваивается, но необходимо отметить, что фосфор, содержащийся в животных про-

дуктах, более благоприятно действует на нервную систему, чем фосфор, входящий в состав растительных продуктов.

Железо содержится в хлебопродуктах, свежей зелени, мясе. Молоко и продукты его переработки бедны железом.

Витамины. Эти вещества имеют чрезвычайно важное значение для здоровья человека. Отсутствие и даже недостаток их приводит к ряду заболеваний и отрицательно отражается на здоровье.

Все известные витамины делятся на две группы: витамины, растворимые в воде, и витамины, растворимые в жирах. Из наиболее важных витаминов к первой группе относятся витамины С и группы В, ко второй — витамины А и D.

Витамин С имеет большое значение для организма, так как предохраняет от появления цинги, улучшает самочувствие человека и способствует повышению сопротивляемости организма к инфекционным заболеваниям.

Этот витамин содержится почти исключительно (если не считать свежего молока) в растительных продуктах, главным образом в овощах и фруктах. Основными источниками его в питании являются свежие картофель, капуста, помидоры, зеленый лук, салат и другая зелень. Большое количество этого витамина содержится в черной смородине, лимонах, мандаринах, некоторых сортах яблок (антоновке, анисе и др.). Сушеные овощи, плоды и ягоды, за исключением шиповника, почти не содержат витамина С. Не содержат витамина С и зерновые продукты.

Витамины В₁, В₂, и РР, относящиеся к витаминам группы В, наиболее изучены.

Витамин В₁ имеет большое значение для нервной системы. При недостатке этого витамина у человека появляется быстрая утомляемость, раздражительность, боли в суставах и мышцах. Полное отсутствие витамина В₁ в пище приводит к тяжелым заболеваниям.

В больших количествах витамин В₁ содержится в оболочке зерна, особенно пшеницы. Поэтому важнейшим источником его в питании является пшеничный хлеб из низких сортов муки. Наоборот, пшеничный хлеб из 1-го и высшего сортов муки, манная крупа и рис бедны этими витаминами. Значительное количество его содержится в бобовых, овсяной крупе и др.

Витамин В₂ способствует лучшей усвояемости пищи. Он необходим для нормального роста и развития организма.

В значительных количествах витамин В₂ содержится в молоке, в некоторых субпродуктах — печени, сердце; овощах — капусте, помидорах и т. д., а также в бобовых.

Витамин РР, иначе называемый никотиновой кислотой, предохраняет организм человека от заболевания центральной нервной системы, желудочно-кишечного тракта.

Значительное количество этого витамина содержится в мясе, в молоке, в пшеничном хлебе из обойной муки и из муки 2-го сорта, в бобовых. Наиболее богаты им дрожжи и некоторые другие продукты.

Витамин А играет наибольшую роль среди жирорастворимых витаминов. Он имеет большое значение для нормальной работы органов зрения, повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям.

Этот витамин содержится в некоторых животных продуктах — молоке, сливочном и топленом масле, сыре, жирном твороге, сметане, яйцах, печени. Кроме того, важнейшим источником этого витамина

в питании является каротин — вещество, из которого в организме (в печени) образуется витамин А.

Богаты каротином морковь, зеленый лук, помидоры, салат и другая зелень, а из плодов — абрикосы. Каротин лучше всего усваивается организмом в том случае, когда он растворен в жире. Поэтому морковь, например, рекомендуется использовать в питании в обжаренном виде.

Для всех витаминов, но в различной степени, характерно наличие значительных потерь при хранении и особенно при кулинарной обработке продуктов. Более всего нестойк витамин С. Он растворяется при длительном хранении продуктов в воде и быстро разрушается при нагревании в присутствии кислорода воздуха. Поэтому не рекомендуется очищенные картофель и овощи долго держать в воде, их следует закладывать только в кипящую воду, варить при слабом кипении в закрытой посуде, чтобы они меньше соприкасались с воздухом.

Следует помнить, что всякий подогрев значительно снижает содержание в продукте витамина С.

Нормы питания

Рациональное питание должно удовлетворять потребности организма, покрывать его энергетические затраты, т. е. обеспечивать необходимое количество калорий, а также доставлять все необходимые пищевые вещества.

Потребность взрослого человека в калориях зависит от его веса, частично от возраста и особенно от характера труда. В пожилом возрасте потребность в пище несколько понижается. Наименьшее количество энергии тратится человеком во время сна — 60—80 калорий в час. Спокойно сидящий человек в среднем тратит 100 калорий в час. При легкой физической работе — 150 калорий в час. В еще большей степени увеличивается затрат энергии при тяжелой физической работе и занятиях спортом.

Для работников умственного труда потребность в калориях составляет примерно 3000 калорий в день, для рабочих, занятых механизированным трудом, — 3500 калорий. При тяжелом физическом труде, в угольной промышленности, на лесоразработках, строительстве, при немеханизированных или частично механизированных процессах рабочие тратят в сутки 4000 и более калорий.

Советскими учеными установлена потребность людей в важнейших пищевых веществах в зависимости от их профессии и характера выполняемой работы.

Норма белка для работников умственного труда составляет не менее 75 г и не более 100—120 г. Как уже отмечалось выше, как недостаток, так и избыток жиров понижает усвояемость пищи.

Потребность в минеральных солях характеризуется следующими данными: кальция 0,8 г, фосфора вдвое больше, или 1,6 г, магния 50% от нормы кальция, или 0,44 г, и железа 15 мг.

Потребность в поваренной соли (хлористом натрии) в умеренном климате вполне покрывается 12—15 г, а в жарком климате 20—25 г. Потребность в витаминах характеризуется следующими цифрами: С — 50 мг, В₁ — 2 мг, В₂, РР — 15 мг, А — 1 мг или каротина — 2 мг. При тяжелой физической работе потребность в витамине В₁ возрастает до 2,5 мг, а в витамине С до 75—100 мг.

Необходимо также указать на большое значение воды для человека. Недостаток воды вреден для организма, но и избыток жид-

кости увеличивает нагрузку на сердце, почки и кожу. Общее количество жидкости за сутки, считая влагу, содержащуюся в продуктах, и все виды напитков, должно составлять для взрослого человека 2—2,5 л в день.

Усвояемость пищевых веществ и краткая характеристика пищевых продуктов

Пищевые вещества, введенные в организм с пищей, в пищеварительном тракте человека расщепляются на более простые вещества и всасываются через стенки кишечника в кровь. Усвояемость различных веществ неодинакова.

Углеводы, за исключением клетчатки, и жиры усваиваются хорошо при любом составе пищи.

Белки мяса, молока и яиц усваиваются на 95%, белки пшеничного хлеба и некоторых круп (манной, риса) — на 85%, а белки ржаного хлеба, пшена и некоторых других круп — на 70%.

Жиры усваиваются в зависимости от температуры их плавления. Жиры, температура плавления которых близка к температуре тела, или ниже ее, как, например, сливочное масло, свиное сало, растительное масло и маргарин, усваиваются на 95%, а жиры с более высокой температурой плавления, как, например, говяжье и баранье сало, усваиваются хуже.

Для усвоения пищи большое значение имеет ее разнообразие. Разнообразная пища обеспечивает организмы необходимыми пищевыми веществами, возбуждает аппетит.

Большую роль в усвоении пищи играют овощи. Как показали опыты, включение овощей в рацион повышает усвояемость белка, жира и минеральных веществ.

Усвояемость пищи находится в зависимости от ее вкусовых качеств. Вкусная, красиво оформленная пища вызывает аппетит и способствует лучшему ее перевариванию.

Для правильного составления рациона необходимо знать пищевую ценность различных продуктов.

Молоко и продукты его переработки являются одними из наиболее ценных продуктов питания.

Сухое вещество молока богато высокоценными белками и жирами. Оно является также наилучшим источником кальция. Молоко содержит в значительном количестве витамин А, а в летнее время, когда скот питается травой, и некоторое количество витамина С.

Мясо и мясопродукты ценны в первую очередь как источник полноценного белка. В зависимости от вида и упитанности мясо может содержать значительные количества жира.

Из субпродуктов большой пищевой ценностью отличается печень, она богата витамином А, витаминами группы В, железом и другими веществами.

Рыба по своему химическому составу близка к мясу, но в большинстве случаев беднее жиром, хотя между отдельными породами рыб имеются огромные колебания в содержании жира.

Яйца содержат высококачественный белок и жир примерно в равных количествах.

В целом следует отметить, что животные продукты являются источником полноценного белка и жира, а некоторые из них, кроме того, важны как источники минеральных веществ и витаминов. Все они хорошо усваиваются. Калорийность их в зависимости от различного содержания жира и воды колеблется в широких размерах.

Хлеб, мука, крупа, макаронные изделия и бобовые среди растительных продуктов имеют наибольшее значение. Вся эта группа продуктов характеризуется сравнительно высокой калорийностью. В первую очередь эти продукты важны как источник углеводов. Но их роль этим не ограничивается. Они являются поставщиками белков, хотя и менее ценных, чем животные, а также содержат значительные количества витаминов группы В и особенно В₁. Бобовые, которые по содержанию белков приближаются к мясу, по богатству витаминами значительно его превосходят.

Овощи, плоды, ягоды в отличие от хлеба, муки, крупы и других аналогичных продуктов характеризуются в среднем небольшой калорийностью и незначительным содержанием белка. Ценность их определяется наличием минеральных веществ и, в частности, наиболее важного из них — кальция. После молока некоторые овощи, в том числе такие распространенные, как капуста, наиболее богаты кальцием.

Еще большее значение в питании овощи и плоды имеют как основной источник витамина С и частично витамина А (каротина). Кроме того, овощи, как уже было указано ранее, благоприятно влияют на пищеварение и повышают усвояемость пищи.

Особое место занимает картофель, который благодаря высокому содержанию крахмала (16—20%) отличается от других овощей сравнительно высокой калорийностью.

Сахар является чистым углеводом, он содержит очень мало влаги (не более 1%) и поэтому относится к высококалорийным продуктам; 1 кг сахара выделяет при сгорании 4000 калорий.

Жиры отличаются наибольшей калорийностью. По этому показателю их можно разделить на две группы.

К 1-й группе относятся жиры с содержанием влаги до 1% (топленое масло и сало, кухонный маргарин и растительное масло). При сгорании каждого килограмма жира выделяется свыше 9000 калорий.

Во 2-ю группу входят жиры, содержащие 15—20% влаги (сливочное масло, столовый и сливочный маргарин, шпик и сало-сырец); 1 кг жиров этой группы дает 7—8 тыс. калорий.

Режим питания

Для повышения усвояемости пищи и лучшего ее использования большое значение имеет правильный режим питания.

Пищу следует принимать в твердо установленные часы. При этом условия работа пищеварительных желез начинается еще до принятия пищи, а это способствует лучшей усвояемости. Нерегулярное питание ослабляет аппетит.

Большую роль играет количество приемов пищи и правильное распределение суточного рациона между ними. Установлено, что наиболее целесообразно принимать пищу три или четыре раза в день.

Пищу следует распределять следующим образом: на завтрак 30% от калорийности суточного рациона, на обед 45% и на ужин 25%.

Завтракают обычно перед началом рабочего дня, и, следовательно, организм должен получить такое питание, которое покрывало бы все его траты в первую половину рабочего дня. Обед является основным прие-

мом пищи, поэтому на него и должно падать немногим менее половины суточного рациона. Последний прием пищи — ужин — не должен перегружать пищеварительный тракт, и поэтому на его долю следует относить примерно четверть суточного рациона.

При распределении рациона между отдельными приемами пищи следует учитывать не только количественный, но и качественный состав пищи. Пища, богатая белком (мясо, рыба, бобовые), которая дольше остается в желудке и требует более длительного времени на переваривание, должна даваться к завтраку и обеду, в период наиболее активной деятельности организма. На ужин следует давать более легкие, быстро переваривающиеся блюда.

Следует учитывать также, что каждый прием пищи должен создавать чувство насыщения на определенный промежуток времени. Чувство насыщения зависит как от состава пищи, калорийности, так и от ее объема. Пища, достаточная по калорийности, но малая по объему, будет казаться несытной.

Длительность чувства насыщения зависит также от продолжительности пребывания пищи в желудке, что в известной мере обуславливается и способом приготовления пищи. Блюда протертые, пюреобразные быстрее перевариваются желудком, молочные и отчасти рыбные блюда быстрее перевариваются, чем мясные.

Соблюдение правильного режима питания — необходимое условие для сохранения здоровья, для предохранения от заболеваний органов пищеварения и для повышения трудоспособности.

Пищевая ценность блюд

Отдельные виды блюд и кулинарных изделий характеризуются различной пищевой ценностью.

Холодные блюда из овощей обогащают рацион ценными минеральными веществами, витаминами, возбуждают аппетит, способствуют лучшему усвоению пищи. Ввиду того, что холодные блюда подаются небольшими порциями — по 100—150 г — и состоят в основном из овощей и картофеля, калорийность их значительно ниже большинства других блюд.

Супы готовят из разнообразных продуктов: картофеля, овощей, круп, бобовых и т. п. Овощи и картофель обогащают супы витамином С и важнейшими минеральными солями. Картофель, крупы и макаронные изделия, кроме того, обеспечивают наличие углеводов. Использование бобовых (гороха, фасоли, нута и чечевицы) значительно повышает содержание белков в супах.

Пищевая ценность первых блюд определяется в основном составом плотной части супов.

Пищевая ценность бульона невелика. Она определяется содержанием экстрактивных веществ (из овощей, грибов и других продуктов), которые обуславливают вкусовые качества супов и способствуют лучшему усвоению пищи.

Мясные и рыбные блюда чаще всего состоят из трех частей: основного изделия, гарнира и соуса.

Основное изделие ценно как источник белка животного происхождения. Калорийность этих изделий колеблется в пределах от 50 до 200 калорий. Наименьшей калорийностью характеризуются изделия из некоторых субпродуктов (рубцы, головы), мелкой отварной и припущенной рыбы, а наибольшей — жареное мясо и рыба.

Гарниры повышают калорийность мясных и рыбных блюд и допол-

няют их недостающими пищевыми веществами — углеводами, важнейшими минеральными солями и витаминами. Гарниры разнообразят вкус блюда и способствуют созданию чувства насыщения.

Соусы повышают пищевую ценность блюд и улучшают усвояемость пищи.

Калорийность соусов невелика и колеблется от 25 до 50 ккалорий.

Пищевая ценность мясного или рыбного блюда зависит, таким образом, как от вида основного изделия, так и от количества и вида применяемого гарнира и частично соуса.

Блюда из круп, бобовых и макаронных изделий являются основным источником углеводов в питании. Кроме того, блюда из бобовых имеют большое значение как источники белков растительного происхождения. Они характеризуются высокой калорийностью и не уступают в этом отношении мясным и рыбным блюдам.

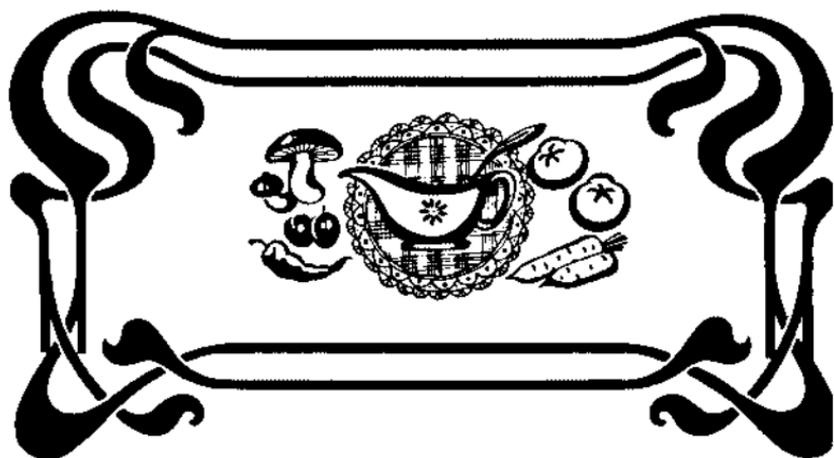
Овощные блюда, в том числе и картофельные, имеют большое значение для рационального питания. Значение их в питании определяется в основном значительным содержанием важнейших минеральных веществ и особенно витаминов А и С.

Блюда из творога и яиц имеют большую пищевую ценность. Они богаты полноценным белком и высококачественным жиром, витаминами и солями кальция (особенно творог). Усваиваются эти блюда очень хорошо.

Сладкие блюда и горячие напитки имеют не только вкусовое значение, но обладают значительной пищевой ценностью, так как в состав их почти всегда входит сахар.

В ряде случаев третье блюдо содержит некоторое количество минеральных солей и витаминов С и А.

Мучные изделия содержат значительное количество углеводов. Приготовление этих изделий с добавлением мяса, яиц, творога, жиров и других продуктов повышает их пищевую ценность.



соусы к блюдам из птицы

Соусы, рецепты приготовления которых даются в этой книге, придадут блюдам сочность и лучший вкус. Многие соусы высококалорийны, почти все они содержат большое количество органических кислот и экстрактивных веществ, возбуждающих аппетит, и вкусовых и ароматических пряностей, улучшающих вкус блюд из домашней птицы и дичи. Применяя различные соусы и специи, хозяйка может придать основному продукту блюда (домашней птице или дичи) тот или иной вкус и аромат, сохранить или ослабить природные вкусовые свойства продуктов, сочетая их то с острыми, то с пресными или жирными соусами.

Каждая хозяйка может, используя свою фантазию и вкус, несколько видоизменить количественный и качественный состав продуктов, указанных в рецептуре, и даже сочинить свой «фирменный» соус.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПОЛУФАБРИКАТОВ ДЛЯ СОУСОВ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ

Для соусов варят мясной бульон (обычный — белый и коричневый), рыбный и грибной. Обычный бульон используют для приготовления соусов, которые вследствие их цвета называют белыми, а коричневый бульон употребляют для так называемых красных соусов, которые имеют различные оттенки — от красного до коричневого.

Нормы вложения продуктов даны из расчета на 1 л бульона или на 1 кг готового соуса. Соль в рецептах не указана; при расходе следует исходить из расчета 10—15 г соли на 1 кг соуса.

КОРИЧНЕВЫЙ МЯСНОЙ БУЛЬОН

Сырые говяжьи, телячьи, свиные, бараньи кости, а также кости кроликов, домашней птицы и дичи (рябчиков, куропаток, глухарей, тетеревов) промыть, мелко нарубить, длиной примерно 5—7 см, положить на противень вместе с крупно нарезанными кореньями и обжарить, периодически помешивая в жарочном шкафу при температуре 160—170°C до появления коричневого цвета.

Обжаренные кости положить в котел или кастрюлю (в зависимости от количества костей), налить горячую воду (2,5—3 л на 1 кг костей) и варить при слабом кипении в открытой посуде в течение 10—12 часов. Во время варки удалять жир и пену по мере скопления на поверхности бульона, причем первый раз жир и пену снять немедленно после закипания. За 1—1,5 часа до окончания варки положить тонкие корешки сельдерея, петрушки, а также зелень от них.

Коричневый бульон солить во время варки не надо, так как соль разрушает клейдающие вещества, ухудшая качество соуса.

Чтобы улучшить вкус и запах бульона, рекомендуется добавлять мясной сок.

По окончании варки с поверхности бульона удалить жир, затем бульон процедить. Сваренный бульон должен иметь темно-коричневый цвет, вкус крепкого мясного бульона и запах кореньев.

На 0,5 кг мясных костей — 1 луковица, 1 морковь, сельдерей или петрушка.

КОНЦЕНТРИРОВАННЫЙ БУЛЬОН (ФЮМЕ)

Для приготовления сильно концентрированного мясного бульона (фюме) свежеприготовленный коричневый бу-

льон следует уварить до $1/3 - 1/10$ г фюме. В начале уваривания бульон процедить через салфетку и обезжирить. Уваривать бульон лучше всего в широком открытом котле или сотейнике; в такой посуде бульон быстрее выпаривается. Уваренный бульон при охлаждении застывает в крепкий студень, хорошо сохраняющийся при температуре 4—6°C в течение 5—6 суток. При разведении одной весовой части сильно концентрированного бульона девятью частями горячей кипяченой воды получается обычный коричневый бульон.

БЕЛЫЙ МЯСНОЙ БУЛЬОН

Кости говяжьей, телячьей, домашней птицы, дичи мелко нарубить, промыть, положить в котел с холодной водой (1,5 л на 1 кг костей), накрыть котел крышкой и варить.

Время варки белого бульона зависит от основного продукта; говяжьей кости варятся 6—8 часов, кости телят, кроликов, кур, индеек — 2—3 часа.

По окончании варки бульон следует процедить. Если бульон необходимо хранить, то после процеживания его надо снова довести до кипения и, закрыв посуду крышкой, охладить.

Готовый бульон обычно бывает слегка мутноватым.

В результате варки мясных продуктов (говядина, телятина, птица, дичь и т. п.) с небольшим количеством воды или бульона (припускание) получают белый концентрированный бульон. При припускании посуду закрывают крышкой.

Из этого бульона готовят соус или добавляют его в готовый соус, приготовленный на бульоне, полученном при варке мясных костей, мяса птицы или дичи в большом количестве воды.

На 0,5 кг костей — 1 луковица, 1 морковь, 25 г петрушки.

МЯСНОЙ СОК

Приготовление мясного сока очень несложно, но требует от кулинара большого внимания. Для того чтобы получить сок высокого качества, процесс жарки мясных продуктов следует вести с таким расчетом, чтобы все время, пока крупные куски мясных продуктов жарятся, на дне посуды было лишь небольшое количество жидкости, достаточное для того, чтобы выделившийся из них сок не пригорел. Если мясной сок начинает пригорать, надо подлить на противень или сковороду немного воды.

После окончания жарки сковороду или противень с оставшимся на нем жиром и соком поставить на плиту и выпарить жидкость. Затем слить жир и, для того чтобы развести приставший ко дну посуды экстракт (сгущенный сок), налить нужное количество воды или мясного бульона и кипятить 2—3 мин.

Мясной сок получается более вкусным, если мясные продукты жарились вместе с ароматическими кореньями (морковь, петрушка, сельдерей) и луком; последние также придают мясному соку приятный вкус, аромат и окрашивают его в коричневый цвет. Сок можно подкрашивать также жженым сахаром, но от этого он не получается таким вкусным, как от поджаренных вместе с мясом корней и лука.

При жарке 1 кг мясных продуктов (говядина, телятина, птица и др.) получается 100—150 г мясного сока хорошего вкуса.

Мясной сок используют вместо соуса к жареному мясу, птице и изделиям из котлетной массы; его также иногда добавляют к овощам и зелени при тушении и в соусы, приготовляемые на мясных бульонах, особенно в тех случаях, когда бульоны эти мало экстрактированы.

ПАССЕРОВАНИЕ ПРОДУКТОВ

Пассерование муки. Пшеничная мука, предназначенная для пассерования, должна быть мягкого помола не ниже 1-го сорта.

Муку пассеруют без жира или с жиром; в последнем случае на 1 кг пшеничной муки берут 800 г жира.

При пассеровании мука приобретает вкус и запах жареного ореха. Пассеровать муку для красной пассеровки рекомендуется в посуде, не требующей лужения.

Красная пассеровка используется при изготовлении соусов красного цвета на мясном бульоне. Эту пассеровку готовят двумя способами: с жиром и без него. При изготовлении пассеровки без жира муку посыпают на сухой, чистый противень или сковороду, слоем не более 5 см, и, помешивая веселкой, обжаривают на плите или в жарочном шкафу при температуре 150—160°C до образования желтоватого или коричневого цвета.

Если пассеровку готовят на жире, то его нагревают до полного испарения влаги, после чего насыпают муку и ведут процесс, как описано выше.

Белая пассеровка используется при изготовлении соу-

сов белого цвета на мясном и рыбном бульонах, а также молочных и сметанных. Эту пассеровку готовят так же, как и красную пассеровку, без жира и с жиром (масло сливочное), но нагревают муку при температуре 110—120°C, не допуская изменения ее окраски.

Пассерование корней и лука. Морковь, пастернак, петрушку, сельдерей и репчатый лук для соусов нарезают кубиками (5—6 мм), соломкой, ломтиками толщиной в 1—2 мм. Если по окончании варки овощи вместе с соусом требуется протереть через сито или протирачную машину, форма нарезанных кусочков не имеет большого значения, но все же лучше, если они будут нарезаны тонкими ломтиками или соломкой; в этом случае их легче растереть.

Нарезанные овощи и лук для большинства соусов пассеруют с жиром. Для этого в посуде (сотейник, коробин) нагревают жир примерно до 105—110°C, кладут лук и, когда он слегка поджарится, добавляют морковь, перемешивают, а через несколько минут петрушку или сельдерей и, периодически перемешивая, продолжают нагревание до тех пор, пока все овощи не станут почти мягкими. При этом не следует допускать продумьянивания овощей. Слой овощей в сотейнике или коробине при пассеровании должен быть не более 5—6 см.

Для пассерования овощей используют различные животные и растительные жиры, в зависимости от того, из каких основных продуктов готовят соус, а также какие блюда будут сопровождать этот соус. Так, например, при изготовлении молочного и сметанного соусов пассеровать лук рекомендуется на сливочном масле. На пассерование того же лука и корней для красных мясных соусов нет надобности расходовать сливочное масло. При приготовлении этих соусов можно использовать сливочный маргарин.

На пассерование 1 кг сырых овощей требуется 120—150 г жира.

Пассерование томата-пюре. Томат-пюре, предназначенный для приготовления соуса, пассеруют с добавлением 5—10% жира к весу томата. В сотейнике или коробине растапливают масло сливочное или маргарин сливочный или топленое масло, добавляют протертый через частое сито томат-пюре и пассеруют в течение 20—30 мин, в зависимости от количества томата-пюре. Во время пассерования массу помешивают веселкой.

КРАСНЫЕ СОУСЫ

КРАСНЫЙ СОУС ОСНОВНОЙ. 1000 г бульона коричневого, 2 ст. л. маргарина сливочного, 1 морковь, 20 г петрушки (корень), 1 луковица, 50 г муки пшеничной, 1 стакан томата-пюре, 1 ст. л. сахара.

Сварить коричневый бульон из обжаренных костей и процедить. Часть этого бульона ($\frac{1}{5}$) слить в отдельную посуду, охладить (примерно до 50°C,) всыпать просеянную пассерованную без жира муку (красная пассеровка) и размешать проволочным венчиком так, чтобы получилась однородная масса без комков. В остальной бульон положить пассерованный томат-пюре, пассерованные коренья и лук, довести до кипения, затем влить бульон, смешанный с мукой, тотчас размешать и, периодически помешивая, варить при слабом кипении в течение одного часа.

По окончании варки добавить сахар, соус подкрасить жженым сахаром и процедить; оставшиеся на сите овощи протереть и соединить с соусом.

Для приготовления жженки сахарный песок положить на сковороду, смочить водой и, помешивая деревянной лопаточкой, нагреть до образования темно-коричневой (почти черной) окраски, затем влить холодную воду. Когда сахар растворится, снять с огня и процедить.

На 1 л соуса для жженки расходуется 5 г сахарного песка.

Используется соус как основа для приготовления различных производственных красных соусов — с луком, грибами, вином, уксусом, горчицей и другими продуктами, приправами и специями.

КРАСНЫЙ СОУС. 1000 г красного основного соуса, 70 г масла сливочного, 0,5 г перца 2 дольки чеснока.

Горячий красный соус посолить, добавить молотый черный или красный перец, растертый с солью чеснок, нагреть до кипения, после чего процедить через сито.

Посуду с соусом поставить на мармит, положить в соус сливочное масло и хорошо перемешать. Для улучшения вкуса в соус можно добавить мясной сок — 100 г на 1 л соуса или 20—25 г сильно концентрированного коричневого бульона-фюме, убавив при этом соответствующее количество основного красного соуса.

Подается соус к блюдам из котлетной массы, ветчине, сосискам, сарделькам, а также используется для приготовления рагу, азу, мяса тушеного и запеченного и блюд из птицы.

КРАСНЫЙ СОУС ПИКАНТНЫЙ. 1000 г красного соуса, 100 г виноградного вина.

В готовый красный соус, приготовленный как описано в предыдущей рецептуре, но без чеснока, добавить виноградное вино — мадеру, портвейн или херес. В соус можно добавить соевые соусы — «Южный» или «Московский» (30—50 г на 1 кг).

Подается соус к филе, лангету, котлетам из кур по-киевски, жареным телячьим почкам, ветчине, языку и некоторым другим мясным блюдам.

ЛУКОВЫЙ СОУС. 800 г красного основного соуса, 45 г маргарина сливочного, 30 г масла сливочного, 4 луковицы, $\frac{1}{2}$ ч. л. уксуса 9%-ного, 0,5 г перца горошком, лавровый лист, $\frac{1}{2}$ ч. л. сахара.

Лук мелко нашинковать и слегка спассеровать на сливочном маргарине так, чтобы цвет лука не изменился. В пассерованный лук влить уксус, положить перец горошком, лавровый лист и кипятить 8—10 мин. После этого влить красный соус, добавить сахар, соль и варить 10—15 мин. Заправить соус сливочным маслом. Этот соус можно также готовить с добавлением отвара шампиньонов.

Используется соус при тушении и запекании мяса птицы, подается к мясным биточкам и котлетам.

СОУС ПИКАНТНЫЙ. 800 г красного основного соуса, 3 ст. л. маргарина сливочного, 2 ст. л. масла сливочного, 4 луковицы, $\frac{1}{2}$ ч. л. сахара, уксус 9%-ный, 100 г корнишонов, 50 г соуса «Южный» 0,5 г перца горошком, лавровый лист.

Мелко нарубленный репчатый лук спассеровать на сливочном маргарине до полуготовности, добавить уксус, перец горошком, лавровый лист, кипятить соус в течение 8—10 мин.

Полученную смесь соединить с красным соусом, положить соль, варить 10—15 мин при слабом кипении, после чего заправить соусом «Южный», сахаром, сливочным маслом и добавить рубленые корнишоны.

Корнишоны, предварительно нарубленные, можно положить на блюдо непосредственно перед подачей.

Подается соус к филе, лангетам, биточкам и котлетам из рубленого мяса и мяса птицы.

ЛУКОВЫЙ СОУС С ГОРЧИЦЕЙ. 800 г красного основного соуса, 3 ст. л. маргарина сливочного, 2 ст. л. масла сливочного, 4 луковицы, 1 ст. л. горчицы столовой, 50 г соуса «Южный», 0,5 г перца горошком, лавровый лист.

В мелко нарубленный пассерованный лук добавить перец горошком, лавровый лист, красный соус, посолить и варить 10—15 мин. После этого заправить соус столовой горчицей, соусом «Южный» и сливочным маслом. Готовый соус кипятить не следует, так как горчица свернется.

Подается соус к мясным биточкам и котлетам, тушеному мясу, жареной колбасе, сосискам и сарделькам, жареной дичи.

ЛУКОВЫЙ СОУС С ГРИБАМИ. 800 г красного основного соуса, 3 ст. л. маргарина сливочного, 2 ст. л. масла сливочного, 4 луковицы, 50 г грибов белых сушеных или 150 г шампиньонов, 100 г вина белого виноградного, лавровый лист, 0,5 г перца горошком.

В мелко нарубленный пассерованный лук добавить вареные рубленые белые грибы или шампиньоны, перец горошком, лавровый лист и все вместе пассеровать 5—6 мин. Затем влить белое виноградное вино и уварить его на $\frac{1}{3}$, после чего соединить с красным соусом, посолить и варить 10—15 мин при слабом кипении. Заправить луковый соус сливочным маслом.

Используется соус при запекании овощей, рыбы, мяса птицы.

ОХОТНИЧИЙ СОУС. 750 г красного основного соуса, 3 ст. л. маргарина сливочного, 2 ст. л. масла сливочного, 3 луковицы, 6 ст. л. томата-пюре, 100 г белого виноградного вина, 150 г шампиньонов, $\frac{1}{2}$ ч. л. сахара, зелень петрушки или укропа, 10 г эстрагона.

В мелко нарубленный лук, пассерованный на сливочном маргарине, добавить измельченные шампиньоны или белые грибы и пассеровать в течение 5—7 мин. Затем влить белое виноградное вино, уварить его на $\frac{1}{3}$ первоначального объема, добавить красный соус, пассерованный томат-пюре, сахар, соль и варить 10—15 мин. После окончания варки положить измельченную зелень петрушки или укроп или листики эстрагона, заправить охотничий соус сливочным маслом.

Подается соус к жареной дичи, натуральным котлетам из телятины, баранины, котлетам и биточкам из дичи.

ПЕРЕЧНЫЙ СОУС С УКСУСОМ. 850 г красного основного соуса, 100 г бульона, 100 г сильно концентрированного бульона, 5 ст. л. уксуса виноградного 9%-ного, 70 г масла сливочного, 1 луковица, $\frac{1}{2}$ моркови, 40 г петрушки или сельдерея, 1 ч. л. сахара, тмин, гвоздика, мускатный орех в порошке, 0,1 г перца красного, зелень.

Мелко нарезанные корни и лук залить виноградным уксусом и бульоном, положить пряности — тмин, гвоздику,

мускатный орех в порошке, зелень петрушки — и тушить при слабом кипении в посуде, закрытой крышкой, 20—25 мин. Когда жидкость уварится на $\frac{2}{3}$, влить красный соус и варить 15—20 мин. В конце варки добавить фюме, соль, сахар. Готовый уксус процедить и заправить сливочным маслом и молотым красным перцем.

Подается соус к жареному мясу, курам, цыплятам, шашлыкам.

СОУС С КОРЕНЬЯМИ. 800 г красного основного соуса, 3 ст. л. маргарина сливочного, 50 г лука-порея, 1 луковица, 1 морковь, 30 г петрушки и сельдерея, 40 г репы, 100 г вина, 2 ст. л. горошка зеленого консервированного, 2 ст. л. стручков фасоли консервированных, лавровый лист, перец горошком.

Лук, морковь, репу, петрушку и сельдерей нарезать дольками или кубиками и спассеровать на сливочном масле, добавить горячий красный соус, вино, перец горошком, лавровый лист, соль и варить при слабом кипении 15—20 мин. В конце варки положить зеленый горошек и стручки фасоли, нарезанные на кусочки. Соус можно готовить без вина.

Используется соус при тушении мяса птицы.

СОУС С ЭСТРАГОНОМ. 850 г красного основного соуса, 3 ст. л. масла сливочного, 100 г виноградного вина белого, 100 г концентрированного бульона, 1 луковица, 1 морковь, 25 г петрушки и сельдерея, 40 г эстрагона, перец молотый.

Репчатый лук, морковь, петрушку, сельдерей мелко нашинковать и спассеровать на сливочном масле, затем влить белое виноградное вино, положить стебли эстрагона и уварить вино на $\frac{1}{2}$ первоначального объема. Эту смесь соединить с красным соусом и сильно концентрированным бульоном и варить 25—30 мин. Заправить соус солью, молотым перцем, процедить, добавить листики эстрагона и довести до кипения.

Подается соус к жареному мясу, натуральным котлетам из телятины, свинины, филе, лангету, курам и к блюдам из яиц.

СОУС С КОСТНЫМ МОЗГОМ. 800 г красного основного соуса, 1 луковица, 40 г петрушки и сельдерея, 100 г виноградного красного вина, 100 г сильно концентрированного бульона, 0,3 г перца черного горошком, 0,01 г мускатного ореха.

Мелко нашинкованный лук, петрушку, сельдерей, измельченный черный перец и гвоздику положить в глубокий сотейник, залить красным вином, накрыть посуду

крышкой и уварить вино на $\frac{2}{3}$ первоначального объема. В подготовленную смесь влить красный соус, прибавить фюме, мускатный орех (в порошке) и варить 15—20 мин при слабом кипении. По окончании варки соус заправить солью, острым перцем и процедить.

При подаче кусочки вареного костного мозга положить на филе, антрекот или бифштекс и залить их соусом, кусочки костного мозга допускается положить непосредственно в соус.

Подается соус с красным вином и костным мозгом к лангету, филе, антрекотам, бифштексам, некоторым блюдам из овощей и мяса птицы.

СОУС С ЧЕСНОКОМ. 800 г красного основного соуса, 150 г ветчинных костей, 100 г красного вина, 1 стакан уксуса виноградного, 50 г лука зеленого, 60 г сельдерея и петрушки, 2 дольки чеснока, перец красный, перец горошком.

В кастрюлю влить виноградный уксус, добавить дробленые ветчинные кости, измельченные петрушку, сельдерей, зеленый лук, чеснок, перец горошком и варить на слабом огне 15—20 мин. Затем влить горячий красный соус и варить до получения консистенции обыкновенных сливок. После этого соус процедить, влить красное вино, положить красный перец, соль и вскипятить еще раз.

Подается соус к блюдам из дичи и домашней птицы.

КИСЛО-СЛАДКИЙ СОУС С ОРЕХАМИ. 750 г красного основного соуса, 3 ст. л. масла сливочного, 120 г чернослива, 50 г изюма, 50 г орехов грецких (ядра), 50 г красного вина или 30 г уксуса 9%-ного, 2 ч. л. сахара, 50 г хрена, перец горошком, лавровый лист.

Чернослив сварить в воде, слить отвар, в который добавить красный соус, вино или уксус, перец горошком, лавровый лист, и варить в течение 10—15 мин. После этого соус процедить, заправить сахаром, солью, сливочным маслом, добавить вареный чернослив без косточек, изюм, ошпаренное, очищенное от пленки и тонко нарезанное ядро грецкого ореха. После этого соус нужно прокипятить.

При подаче блюда посыпать тертым хреном.

Подается кисло-сладкий соус с орехами к блюдам из отварного мяса и курицы.

СОУС С АПЕЛЬСИНАМИ. 800 г красного основного соуса, 100 г красного вина, 200 г апельсинов, 2 ч. л. сахара, 3 ст. л. масла сливочного.

Красное вино уварить до $\frac{1}{2}$ первоначального объема, а затем в него положить нарезанную в виде мелкой соломки цедру от апельсинов (цедру срезать тонким слоем, нашинковать тонкой соломкой и ошпарить кипятком для удаления горечи). В красный соус добавить вино с цедрой и варить 10—15 мин. Затем в соус налить апельсиновый сок, положить сахар, соль и заправить сливочным маслом.

Перед подачей в этот соус добавить кусочки апельсина.

Этот соус можно готовить с мандаринами.

Подается соус к жареным уткам, тетеревам, глухарям, куропаткам и т. п.

СОУС С ШАМПИНЬОНАМИ И ПОМИДОРАМИ. 650 г красного основного соуса, 2 ст. л. масла сливочного, 4 ст. л. маргарина сливочного, 1 помидор свежий, 4—5 луковиц, 10 г шампиньонов, 100 г белого виноградного вина, 10 г эстрагона, зелень петрушки.

Мелко нашинкованный лук пассеровать на сливочном маргарине. Свежие очищенные шампиньоны промыть в холодной воде, нашинковать, обжарить на сливочном маргарине, после чего добавить в пассерованный лук. Затем в смесь положить нарезанные дольками помидоры, влить белое виноградное вино и тушить в посуде, закрытой крышкой, в течение 15 мин. Подготовленные продукты соединить с красным соусом и кипятить 5—10 мин. В готовый соус добавить соль, рубленую зелень петрушки, листики эстрагона, перемешать и заправить сливочным маслом.

Подается соус к антрекоту, филе, тушеному мясу, биточкам из мяса, а также к блюдам из баранины, телятины и домашней птицы.

ЧЕРНОСМОРОДИНОВЫЙ СОУС. 750 г красного основного соуса, 100 г красного вина, 200 г бульона, 1 ст. л. масла сливочного, 3 ст. л. варенья черносмородинового, 200 г костей ветчины, зелень петрушки, эстрагон, перец горошком, лавровый лист.

Кости свиных копченостей измельчить, слегка обжарить, залить красным вином и бульоном. В смесь добавить крупно дробленный перец, лавровый лист, зелень петрушки, листики эстрагона, черносмородиновое варенье и варить 20—25 мин, чтобы жидкость уварилась на $\frac{2}{3}$. Приготовленную смесь соединить с красным соусом и кипятить 8—10 мин. Перед окончанием варки соус посолить, процедить и заправить сливочным маслом.

Подается соус к мясу и жареной дичи.

СОУС С СИЛЬНО КОНЦЕНТРИРОВАННЫМ БУЛЬОНОМ И ВИНОМ. 750 г красного основного соуса, 250 г бульона (фюме), 100 г виноградного белого вина.

В горячий красный соус добавить фюме и хорошо перемешать. После этого влить виноградное белое вино и довести до кипения. Соус процедить через частое сито или марлю.

Подается соус к жареному мясу, лангету, филе, жареной дичи.

СОУС С ТРЮФЕЛЯМИ. 750 г красного основного соуса, 100 г вина, 100 г трюфелей, 100 г отвара от трюфелей, 100 г бульона (фюме).

В красный соус добавить сильно концентрированный бульон, влить отвар из трюфелей и, помешивая, кипятить на слабом огне в течение 10—12 мин. В эту смесь влить вскипяченное вино, положить мелко нарубленные трюфеля и тщательно размешать соус.

Подается соус к фаршированным котлетам из домашней птицы и дичи, котлетам по-киевски, филе и т. п.

ИТАЛЬЯНСКИЙ СОУС. 650 г красного основного соуса, 6 ст. л. томата-пюре, 100 г шампиньонов, 60 г ветчины, 1 луковица, 150 г сала внутреннего свиного или масла топленого, 100 г виноградного белого вина, петрушка, эстрагон, перец.

В красный соус добавить томат-пюре, положить пассерованный мелко нарубленный лук, поджаренные мелко нарезанные ветчину и шампиньоны. В соус влить белое виноградное вино и варить 5—8 мин, добавить мелко нарезанную зелень петрушки, эстрагон, соль, перец, после чего вскипятить.

Подается к жареному мясу, домашней птице и дичи.

БЕЛЫЕ И ТОМАТНЫЕ СОУСЫ

БЕЛЫЙ СОУС. 1100 г мясного бульона, 1,5 ст. л. муки, 3 ст. л. масла сливочного.

Горячую белую пассеровку постепенно развести процеженным белым бульоном, непрерывно помешивая, чтобы не образовалось комков. Варить соус 45—50 мин при слабом кипении, часто помешивая лопаткой во избежание пригорания. Пену и жир в процессе варки периодически удалять. Готовый соус процедить.

Используется соус для приготовления производных соусов.

ПАРОВОЙ СОУС. 900 г белого соуса, $\frac{1}{2}$ стакана масла сливочного, 1 луковица, петрушка (корень), сельдерей, лимонная кислота, перец.

В белый соус добавить мелко нарезанную петрушку, сельдерей, лук, спассерованный на масле, и варить 10—20 мин. После этого добавить лимонный сок или лимонную кислоту, соль, каенский, белый или египетский или дробленый черный перец (молотый черный перец изменяет цвет соуса), затем соус процедить и заправить сливочным маслом.

Для улучшения вкуса в соус во время его варки можно добавить виноградное белое вино (100 г), свежие шампиньоны (50 г) или отвар от них.

Подается соус к вареным и припущенным мясным блюдам — курам, цыплятам, телятине, котлетам из телятины, кур, дичи и т. п.

БЕЛЫЙ СОУС С ЖЕЛТКАМИ. 800 г белого соуса, 4 яйца (желтки), 100 г сливок или бульона, 150 г масла сливочного, лимонная кислота, 1 мускатный орех, перец.

Сырые яичные желтки и кусочки сливочного масла положить в глубокий сотейник, налить сливки или бульон и нагревать, непрерывно помешивая веселкой. Когда смесь нагреется до 60—70°C, снять посуду с плиты и, не переставая помешивать, влить горячий белый соус.

В приготовленный соус добавить соль, перец, лимонный сок или лимонную кислоту, мускатный орех в порошке, размешать, а затем процедить.

Подается соус к мясным вареным и припущенным блюдам — баранине, телятине, курам, цыплятам, дичи.

СОУС ОСТРЫЙ С ЭСТРАГОНОМ. 800 г белого соуса, $\frac{1}{2}$ стакана уксуса 9%-ного, 4 яйца (желтки), 140 г масла сливочного, 1 луковица, петрушка, перец горошком.

Мелко нашинкованные лук и петрушку, крупно раздробленный перец горошком, листья эстрагона залить уксусом и варить в посуде, закрытой крышкой, 8—10 мин. После этого влить белый соус и продолжать варку еще 5—10 мин. Затем соус охладить до 70°C, добавить яичные желтки, предварительно проваренные с маслом, так же как и для яично-масляного соуса с лимонным соком, размешать, посолить и процедить.

Подается соус к мясным жареным блюдам.

ТОМАТНЫЙ СОУС. 500 г мясного бульона, 50 г масла сливочного, 1 ст. л. муки, $\frac{1}{2}$ моркови, $\frac{1}{2}$ луковицы, 30 г петрушки (корень), 2 стакана томата-пюре, 1 ч. л. сахара, 0,5 г лимонной кислоты, перец горошком, лавровый лист.

Горячую белую пассеровку, приготовленную на сливочном масле, развести белым или коричневым бульоном,

добавить пассерованный с кореньями и луком томат-пюре, сахар, лимонную кислоту, перец горошком, лавровый лист, соль и варить 25—30 мин.

Соус процедить, нагреть до кипения и заправить маслом.

Подается соус к некоторым мясным блюдам; соус, не заправленный сливочным маслом, служит основой для приготовления томатных соусов с различными продуктами, приправами, вином и без вина.

СОУС ОСТРЫЙ С ТОМАТОМ. 350 г томатного соуса, 750 г соуса острого с эстрагоном, красный острый перец.

Томатный соус выпарить на $\frac{1}{3}$ первоначального объема и смешать с соусом острым с эстрагоном; можно добавить красный перец.

Подается соус к жареным мясным блюдам.

ТОМАТНЫЙ СОУС ПИКАНТНЫЙ. 900 г томатного соуса, 100 г вина виноградного сухого белого, 4 ст. л. масла сливочного.

Томатный соус нагреть до кипения, влить в него виноградное сухое белое вино и заправить сливочным маслом.

Подается к мясным и куриным котлетам, к жареному мясу — филе, лангету и другим блюдам.

ТОМАТНЫЙ СОУС С ГРИБАМИ. 700 г томатного соуса, 5 ст. л. масла сливочного, 150 г белых грибов или шампиньонов, 100 г виноградного вина белого, 3 луковицы, 3 дольки чеснока, перец горошком.

Мелко нашинкованный репчатый лук спассеровать, а свежие грибы (белые или шампиньоны) нарезать тонкими ломтиками и поджарить на сливочном масле или маргарине, положить их в горячий томатный соус, влить виноградное белое вино, добавить перец горошком и варить 10—15 мин. В готовый соус добавить мелко нарубленный чеснок и заправить маслом.

Подается соус к блюдам из домашней птицы, блюдам из телятины, вареному мясу, антрекоту, биточкам, мясным котлетам.

ТОМАТНЫЙ СОУС С ГРИБАМИ И ОВОЩАМИ. 700 г томатного соуса, 50 г бульона (фюме), 90 г масла сливочного, 150 г грибов белых свежих, 4—5 луковиц, 3—4 перца стручкового сладкого, 1 морковь, 20 г петрушки, эстрагон, шпинат, 3 дольки чеснока.

Морковь, петрушку, стручковый сладкий перец и репчатый лук нашинковать соломкой; грибы нарезать тонкими ломтиками. Подготовленные овощи спассеровать, а грибы обжарить на подсолнечном масле отдельно. После этого

грибы и овощи соединить, залить томатным соусом, добавить фюме и варить при слабом кипении 15—20 мин. За 2—3 мин до окончания варки в соус положить мелко нарезанные листья эстрагона и шпината, а по окончании варки соль, мелко нарубленный чеснок и сливочное масло.

Подается соус к мясным блюдам и вареным овощам, жареной дичи.

ТОМАТНЫЙ СОУС НАТУРАЛЬНЫЙ. 3,5 стакана томата-пюре, 200 г бульона (фюме), 150 г сливочного масла, 1 ч. л. сахара, перец молотый.

Томат-пюре и сильно концентрированный бульон проварить. Когда смесь приобретет консистенцию густых сливок, заправить сливочным маслом, сахаром, солью и молотым перцем. Заправленный соус кипятить нельзя во избежание отделения масла от томата.

Подается соус к жареным мясным блюдам, мясным котлетам и биточкам, жареной дичи.

МЯСНОЙ СОК С ТОМАТНЫМ СОУСОМ. 700 г мясного сока, 300 г томатного соуса.

К натуральному мясному соку прибавить томатный соус, непрерывно помешивая на огне. Соус подавать горячим к мясу птицы и яйцам.

СОУС ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ. 1500 г помидоров, 300 г масла сливочного, перец.

Помидоры свежие перебрать, удалить плодоножки, вымыть в холодной воде, нарезать на дольки и припустить в собственном соку, протереть через сито, уварить до консистенции густых сливок, заправить сливочным маслом, солью и молотым перцем. После заправки соус кипятить нельзя.

Подается соус к мясным жареным блюдам, жареной дичи и используется для заправки макарон и рассычатого риса.

СОУС САЦИВИ. 50 г масла, 150 г грецких орехов, 3 луковицы, 1 ст. л. муки, 1 желток, $\frac{1}{2}$ головки чеснока, 3 ст. л. винного уксуса, корица (в порошке на кончике ножа), такое же количество молотой гвоздики, $\frac{1}{4}$ ч. л. красного молотого перца, 1 маленький лавровый листик, $\frac{1}{4}$ л куриного бульона, шафран (можно и без него), 1 пучок зелени петрушки или какой-либо другой зелени, по желанию можно прибавить и сушеную зелень (различные приправы), $\frac{1}{2}$ —1 ч. л. соли.

Лук и чеснок очень мелко нарубить и слегка обжарить в сливочном масле. Затем добавить муку и, постоянно

помешивая, медленно влить крепкий куриный бульон. Дать вскипеть и снять с огня. Молотые орехи смешать с тертой сухой зеленью и мелко нарубленной свежей, добавить красный перец, желток, прокипяченный винный уксус, прочие компоненты и все перемешать. Непрерывно помешивая, поставить в миску с холодной водой и мешать до тех пор, пока соус не остынет и не загустеет.

ГЕРМАНСКИЙ СОУС. 850 г белого мясного соуса, 5 яичных желтков, 50 г сливочного масла.

К готовому белому мясному соусу прибавить желтки и заправить сливочным маслом. Подавать горячим.

ДЬЯВОЛЬСКИЙ СОУС. 600 г основного белого соуса, 250 г мясного сока, 200 г белого вина, 100 г уксуса, 50 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, зелень петрушки.

Белое вино, уксус и мелко нашинкованный лук заложить в небольшую кастрюлю, смешать и кипятить до тех пор, пока жидкость уварится до $\frac{1}{2}$ первоначального объема. Для того чтобы развести соус и придать ему коричневый цвет, влить белый мясной соус и мясной сок. Протереть через сито и заправить сливочным маслом. При подаче соус посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подавать горячим к отварному или жареному мясу птицы.

СОУС «КАПЕРСЫ». 900 г белого мясного соуса, 50 г сливочного масла, 100 г каперсов.

Белый мясной соус заправить сливочным маслом, затем положить мелко рубленные каперсы. Подавать горячим к отварному мясу птицы.

СОУС С ИНДИЙСКИМ ПЕРЦЕМ И ЯБЛОКАМИ. 400 г бульона, 400 г сливок, 150 г репчатого лука, 150 г масла, 80 г муки, 25 г индийского перца Кюри, 150 г сладких яблок.

Лук нарезать ломтиками, заложить в холодную воду и довести до кипения, после чего отвар слить. Припущенный лук спассеровать на масле, прибавить муку, перец Кюри и яблоки, нарезанные кусочками. В полученную смесь влить бульон и сливки или молоко. Кипятить в течение 25—30 мин, затем протереть через сито и смешать со сливочным маслом. Подавать горячим к мясу птицы или яйцам.

ГРИБНОЙ СОУС С ЯИЧНЫМИ ЖЕЛТКАМИ. 900 г белого мясного соуса, 150 г грибного бульона, 3 яичных желтка, зелень петрушки.

Белый мясной соус развести грибным бульоном и прибавить желтки. При подаче соус посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подавать горячим к птице и мясным блюдам.

СОУС СО СЛАДКИМ СТРУЧКОВЫМ ПЕРЦЕМ, МОРКОВЬЮ И СЕЛЬДЕРЕЕМ (СЮШЕ). 600 г белого мясного соуса, 200 г белого вина, 200 г сладкого стручкового перца, 100 г моркови, 100 г сельдерея.

Белый мясной соус развести вином. Гарнировать печеным и очищенным стручковым перцем, нарезанным крупной лапшой, а также вареными и нарезанными крупной лапшой морковью и сельдереем. Подавать горячим к мясным блюдам из птицы.

СОУС С ЯИЧНЫМИ ЖЕЛТКАМИ И СЛИВКАМИ (ШОФРУА БЕЛЫЙ). 600 г белого мясного соуса на бульоне из телятины, 2 яичных желтка, 150 г сливок, 150 г молока, 15 г желатина.

В белый мясной соус добавить желтки, сливки и молоко. Ввести желатин, размоченный в холодной воде. Использовать при изготовлении заливного из дичи, мяса и пр.

СОУС С ЛУКОМ (СЮБИЗ). 800 г белого мясного бульона, 80 г риса, 70 г сливочного масла, 100 г сливок, 120 г репчатого лука, 1 яичный желток.

Нарезанный небольшими дольками лук залить холодной водой, довести до кипения и затем слить воду. Припущенный лук смешать с рисом и сливочным маслом, влить бульон, накрыть кастрюлю крышкой и кипятить до полной готовности риса. Затем протереть через сито. Заправить сливочным маслом, сливками и яичным желтком. Подавать горячим к блюдам из дичи.

СОУС СО СЛИВКАМИ И ЛИМОНОМ (СЮПРЕМ). 150 г сливочного масла, 80 г муки, 200 г белого вина, 400 г сливок, 200 г белого мясного бульона, 3 яичных желтка, 1 лимон.

Муку пассеровать на масле. Влить вино, сливки и бульон. Кипятить в течение 10—15 мин, отставить на борт плиты и заправить сливочным маслом, желтками и лимонным соком. Соус подавать горячим к вареным цыплятам и мясным блюдам.

СОУС СМОРОДИНОВЫЙ (ГРОЗЕЯ) С ЛИМОНОМ (ВЕНЕЗОН). 100 г сливочного масла, 50 г репчатого лука, 50 г сельдерея, 50 г моркови, 80 г муки, 600 г белого мясного бульона, 200 г красного

вина, 1 лавровый лист, 50 г смородинового джема, 1 лимон, 100 г грибов или трюфелей.

Репчатый лук, сельдерей и морковь, мелко нашинкованные, спассеровать на масле вместе с мукой до подрумянивания. В полученную смесь влить бульон и вино, положить лавровый лист и дать прокипеть 10—16 мин. Затем для сладости прибавить смородиновый джем и влить лимонный сок. Смесь процедить. При подаче прибавить грибы или трюфеля, нарезанные ломтиками и ошпаренные горячей водой для мягкости. Соус подавать горячим к дичи или маринованной баранине.

СОУС СО СЛИВКАМИ (АЛЬБУФРА). 130 г сливочного масла, 50 г репчатого лука, 60 г моркови, 60 г сельдерея, 60 г муки, 500 г бульона, 100 г белого вина, 30 г коньяка, 200 г сливок, 100 г грибного бульона, 100 г мясного сока.

Спассеровать мелко нашинкованный лук, морковь и сельдерей. Прибавить муку, слегка обжарить и влить мясной бульон. Прибавить вино, коньяк, сливки, грибной бульон и сок, полученный при жарке телятины или цыпленка. Смесь кипятить в течение 20—25 мин, после чего протереть через сито. Соус подавать горячим к тушеному мясу и птице.

СОУС С ГРИБАМИ И ВЕТЧИНОЙ (ГОТАРД). 600 г мясного сока, 150 г грибного бульона, 50 г ветчины, 50 г репчатого лука, 50 г моркови, 200 г белого вина, 1 лавровый листик.

В мелко нарубленные лук, морковь и сельдерей влить вино и кипятить в течение 10 мин. Положить лавровый лист, влить мясной сок, грибной бульон (можно добавить шляпки и пеньки грибов) и прибавить ветчину (мелко нарезанную). Соус варить при слабом кипении до тех пор, пока ветчина не станет мягкой, затем протереть его через сито. Подавать горячим к любому виду мяса, жаренному на решетке или запеченному в жарочном шкафу.

СОУС СМОРОДИНОВЫЙ С ЛИМОНОМ (ГРАНД-ВЕНЬЕР). 150 г сливочного масла, 50 г репчатого лука, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 1 лавровый листик, 80 г муки, 700 г мясного бульона, 200 г красного вина, 50 г смородинового джема, 1 лимон, 100 г изюма.

Мелко нашинкованные морковь, сельдерей, репчатый лук и лавровый лист слегка спассеровать на сливочном масле. Прибавить муку и продолжать пассеровать до образования золотистого цвета. Влить мясной бульон и вино. Полученную смесь кипятить в течение 10—15 мин, затем прибавить смородиновый джем и лимонный сок. Процедить

и заправить сливочным маслом. При подаче добавить очищенный от семян и слегка ошпаренный для мягкости изюм. Соус подавать к различной дичи и маринованной баранине, которые можно гарнировать черешнями (без косточек), слегка припущенными и тушенными в масле.

СОУС С УКСУСОМ ДЛЯ ДИЧИ (ПУАВРАД). 200 г сливочного масла, 500 г мяса дичи, 30 г репчатого лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 1 лавровый листик, 1 г черного перца, 2 г горького кайенского перца, 30 г муки, 200 г красного вина, 50 г уксуса, 700 г бульона.

Мясо дичи, нарезанное кусочками, обжарить с маслом. Прибавить мелко нарезанные лук, морковь и сельдерей. Положить лавровый лист, черный перец, красный перец и муку. Когда мука подрумянится, влить вино, уксус и бульон и кипятить в течение 1 ч, периодически удаляя всплывшую на поверхность пену. Соус процедить через сито, пропустить через протирающую машину и заправить сливочным маслом. Подавать горячим к дичи.

СОУС СО СЛИВКАМИ И ГРИБАМИ (ДИАНА). 600 г соуса с уксусом для дичи, 300 г сливок, 50 г сливочного масла.

В соус с уксусом для дичи прибавить сливки, которые придают соусу золотистый цвет и более приятный вкус. Заправить сливочным маслом. Подавать горячим к буше, крокетам, дичи.

ИСПАНСКИЙ СОУС. 150 г сливочного масла, 30 г репчатого лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г стручкового перца, 30 г муки, 600 г томатного сока, 200 г мясного сока, 100 г бульона, 50 г грибов, 100 г сладкого стручкового красного перца.

Мелко нарезанные морковь, сельдерей, лук и перец пассеровать на масле. Прибавить муку. После того как мука подрумянится, влить сок из свежих помидоров, мясной сок и мясной бульон. Протереть через сито и заправить сливочным маслом. Гарнировать нашинкованными лапшой вареными грибами, печеным и очищенным стручковым перцем. При подаче соус посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подавать горячим к различным видам мяса птицы.

МОСКОВСКИЙ СОУС. 150 г сливочного масла, 30 г репчатого лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г стручкового перца, 1 лавровый листик, 1 г черного перца, 80 г муки, 150 г белого вина, 600 г мясного сока, полученного при жарке дичи, 100 г изюма.

Мелко нашинкованные морковь, сельдерей, репчатый лук и стручковый перец с добавлением лаврового листа,

черного перца и муки спассеровать на масле. Затем влить вино и мясной сок и кипятить в течение 25—30 мин. Протереть через сито и заправить сливочным маслом. При подаче прибавить изюм, предварительно ошпаренный для мягкости. Соус подавать горячим к мясу и дичи.

ПОРТУГАЛЬСКИЙ СОУС. 100 г репчатого лука, 200 г сливочного масла, 1 кг свежих помидоров, 200 г мясного сока, зелень петрушки.

Мелко нашинкованный лук спассеровать на масле, затем прибавить свежие помидоры, очищенные от кожицы и семян и мелко нарезанные. После пассерования помидоров прибавить мясной сок и зелень мелко нарезанной петрушки. Соус подавать горячим к мясным блюдам из птицы.

СОУС С ТОМАТОМ И ГОРЧИЦЕЙ (РОБЕРТ). 100 г репчатого лука, 200 г сливочного масла, 400 г белого вина, 200 г красного вина, 400 г мясного сока, 50 г томатного сока, 25 г горчицы.

Мелко нарезанный репчатый лук спассеровать на сливочном масле, затем влить белое вино и красное и уварить на $\frac{1}{2}$ первоначального объема. В подготовленную смесь прибавить мясной сок, томатный сок, горчицу и размешать. Соус заправить сливочным маслом и пропустить через сито. Подавать горячим к различным мясным блюдам из птицы.

СОУС С ТОМАТОМ, ГОРЧИЦЕЙ И СОЛЕНЫМИ ОГУРЧИКАМИ (ШАРКУТЬЕР). 850 г соуса с томатом и горчицей, 150 г соленых огурчиков.

В готовый соус с томатом и горчицей при подаче добавить соленые огурчики, нарезанные лапшой. Подавать горячим к блюдам из птицы.

СОУС СМОРОДИНОВЫЙ С ЖЕЛАТИНОМ (ШОФРУА КОРИЧНЕВЫЙ). 100 г сливочного масла, 30 г репчатого лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 80 г муки, 200 г красного вина, 600 г мясного сока, полученного при жарке дичи, 50 г смородинового джема, 15 г желатина.

Мелко нашинкованные репчатый лук, морковь и сельдерей спассеровать на масле, прибавив муку. Влить вино и мясной сок, полученный при жарке дичи. Кипятить 10—15 мин и добавить смородиновый джем. Во время варки удалять пену по мере скопления ее на поверхности. Ввести желатин и полученную массу протереть через сито. Соус можно использовать для глянца при приготовлении заливного из дичи.

СОУС С ЛИМОНОМ (ФИН-ЗЕРЬ). 800 г мясного сока, полученного при жарке телятины, 150 г белого вина, 50 г масла, 1 лимон, зелень петрушки.

Мясной сок заправить вином, маслом, лимонным соком и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Соус подавать горячим ко всем видам мяса.

СОУС С ГРИБАМИ, ЯЗЫКОМ И ВЕТЧИНОЙ (ЗИНГАРА). 600 г мясного сока, 200 г томатного сока, 20 г трюфелей, 50 г грибов, 50 г языка, 50 г ветчины, 50 г масла, 150 г соуса с мадерой, 200 г томатного сока.

Мясной сок соединить с томатным соком; прибавить пассерованные на масле трюфеля и грибы, нарезанные крупной лапшой, язык и ветчину. Влить соус с мадерой. Готовый соус подавать теплым к мясу и блюдам из птицы.

КУРИНЫЙ СОУС С ЭСТРАГОНОМ (КОЛЬБЕР). 900 г мясного сока, полученного при жарке цыплят, 20 г крахмала, 50 г сливочного масла, 5 г эстрагона.

Мясной сок, сгущенный крахмалом, заправить сливочным маслом. Прибавить мелко нарезанные листики эстрагона, соус подавать горячим к различным видам мяса.

СОУС С ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ (ПЕРИГОЮРДИН). 700 г мясного сока, 20 г крахмала, 100 г сухого вина, 150 г пюре из гусиной печенки, 50 г трюфелей.

Мясной сок, сгущенный крахмалом, смешать с вином и протертым пюре из гусиной печенки. Гарнировать трюфелями, нарезанными крупной лапшой. Соус подавать горячим к мясу или дичи.

Соус с гусиной печенкой и лимоном (РУАНСКИЙ). 800 г соуса с красным вином, 150 г утиной печенки, 50 г сливочного масла, молотый черный перец, 1 лимон.

Приготовить соус с красным вином, хорошо смешать с пюре из сырой утиной печенки и пропустить через сито. Нагреть на тихом огне, не доводя до кипения. Заправить сливочным маслом и лимонным соком. Прибавить черный перец. Подавать горячим к мясу, яйцам и пр.

СОУС С ДИЧЬЮ (САЛЬМИ). 200 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г репчатого лука, 200 г мяса дичи, 80 г муки, 200 г красного вина, 700 г бульона.

Мелко нашинкованные морковь, сельдерей и лук пассеровать на масле. Отдельно обжарить мясо дичи, нарезанное кусочками, затем соединить с пассерованными

кореньями и мукой и снова спассеровать. Влить вино и бульон и кипятить в течение одного часа. Протереть через сито, заправить сливочным маслом, предварительно окрасив масло в темно-коричневый цвет. Соус подавать горячим к дичи и мясу.

ХОЛОДНЫЕ СОУСЫ

СОУС МАЙОНЕЗ. 6 яичных желтков, 25 г готовой столовой горчицы, 1 лимон, 20 г уксуса, 800 г подсолнечного масла (оливкового масла), черный перец.

Сырые яичные желтки выпустить в чугунок (глубокий сосуд с овальным дном для взбивания яиц), добавить горчицу, соли по вкусу и лимонный сок, полученный из $1/2$ лимона. Массу хорошо размешать венчиком. Затем при непрерывном взбивании влить масло до получения густого соуса. В приготовленный соус влить уксус и лимонный сок второй половины лимона и снова размешать. Заправить черным перцем. Соус должен быть не очень густым, но и не очень жидким. Подавать холодным к рыбе, овощам, холодному мясу и пр. Его можно использовать и в качестве основы при приготовлении других холодных соусов. Готовому соусу можно придать зеленый цвет, прибавив шпината, зелени петрушки и эстрагона при соотношении: на 1 кг соуса майонеза — 50 г шпината, 30 г зелени петрушки и 30 г эстрагона. Зелень растереть в ступке и полученное пюре процедить. Процеженная жидкость придает соусу зеленый цвет.

СОУС С КАПЕРСАМИ (БРИСТОЛЬ). 900 г соуса майонез, 30 г каперсов, 30 г соленых огурчиков, 20 г репчатого лука, 5 г зелени петрушки, 100 г томатного соуса, 100 г ракового масла.

В готовый соус майонез добавить каперсы, мелко нарубленные соленые огурчики, репчатый лук, зелень петрушки, томатный соус и раковое масло. Полученную смесь хорошо размешать. Подавать холодным к ракам и птице.

СОУС С БЕЛЫМ ВИНОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (МУШКЕТЕР). 50 г репчатого лука, 100 г белого вина, 20 г зелени петрушки, 1 кг соуса майонез.

Мелко нарубленный репчатый лук припустить в вине до мягкости, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и добавить готовый соус майонез, хорошо смешав венчиком. Подавать холодным к вареной рыбе и птице.

СОУС СМОРОДИНОВЫЙ С АПЕЛЬСИНАМИ (НОРКШИР). 650 г смородинового джема, 200 г красного вина, 150 г апельсинового сока.

Смородиновый джем развести вином и апельсинным соком. Снять цедру с апельсинов, нарезать соломкой, сварить и добавить в соус. Готовый соус подавать холодным к рыбе и дичи.

СОУС ИЗ ШИПОВНИКА (КУМБЕРЛЯНД). 500 г повидла из шиповника, 300 г красного вина, 200 г коньяка, 1 лимон, 1 апельсин.

Повидло развести вином, размешивая венчиком, затем влить коньяк, апельсиновый и лимонный сок и протереть через сито. Цедру с апельсина и лимона снять, нарезать соломкой, прокипятить в течение 20—25 мин, доведя до мягкости, затем воду слить, измельченную цедру соединить с повидлом и хорошо размешать. Готовый соус подавать в холодном виде к дичи, причем мясо может быть горячим и залитым мясным соком. Соус из шиповника подать в отдельном соуснике.

ЯБЛОЧНЫЙ СОУС (ШВЕДСКИЙ). 150 г яблок, 200 г белого вина, 150 г сахара, 600 г соуса майонез, 60 г хрена.

Яблоки промыть в холодной воде, очистить, мелко нарезать и сварить в вине с сахаром, затем протереть через сито, охладить и полученное яблочное пюре соединить с соусом майонез. Добавить измельченный хрен и снова размешать. Подавать холодным к ветчине, языку и различным холодным мясным блюдам из птицы.



ПРЯНОСТИ

Пряности — разнообразные растения, которые в свежем или сухом виде употребляются в очень малых дозах как добавки к пище для придания ей определенного аромата, привкуса, жгучести, а также для исправления неприятного или специфического запаха продуктов, для усиления внешней привлекательности блюда и для повышения его сохранности.

Пряности делятся на классические (заморские), употребляемые наиболее часто, и на местные, к которым относятся пряные овощи и пряные травы — огородные и дикорастущие.

В кулинарии пряности применяются либо в целом виде (горошинами, бутонами, листочками, веточками и т. п.), либо в молотом,

порошкообразном. В целых пряностях содержится больше аромата. Их применяют в жидких средах — супах, компотах, киселях, соусах. Молотые пряности вводят в мясные, рыбные, яичные, мучные вторые блюда с плотной консистенцией (муссы, пудинги, суфле, шарлотки и т. п.). Молотые пряности быстро выдыхаются, поэтому лучше всего размалывать пряности перед употреблением.

Наиболее употребляемыми классическими пряностями являются черный, красный и ямайский (душистый) перец, гвоздика, корица, лавровый лист, ваниль, бадьян, шафран, имбирь, кардамон, розмарин, цедра — лимонная и апельсиновая.

Самые распространенные местные пряности — лук, чеснок, укроп, петрушка, сельдерей, хрен, горчица. Реже применяют у нас анис, тмин, мяту, лук-порей, майоран, эстрагон, кориандр, чабер, чабрец, тимьян, базилик, пастернак.

Все пряности вносят в пищу, как правило, в конце приготовления — за 2—10 мин до готовности, а некоторые даже в момент готовности. Целые пряности вносят раньше, молотые как можно позже.

Пряности надо хранить в стеклянной или фарфоровой посуде, герметически закрытой, но не в металлической или пластмассовой.

Черный перец. Это самая универсальная пряность, употребляемая во все виды блюд — салаты, супы, вторые мясные, рыбные, овощные, грибные блюда, в соленья, а также в кондитерские изделия (главным образом в пряники, сдобное печенье). Черный перец поступает в продажу в виде горошка и молотым. Наибольший аромат дают раздавленные горошинки перца. Молотый перец не рекомендуется хранить в перчатках с дырочками длительное время: он выдыхается и перерождается.

Черный перец отличается умеренной жгучестью, приятным ароматом.

Красный перец. Красный, или турецкий (астраханский), перец имеет много разновидностей. Почти все они гораздо более жгучи, чем черный перец; аромат красного перца также отличается от аромата черного. Этим объясняется более узкая сфера его применения по сравнению с черным.

Красный перец хорошо подходит к яичным, куриным, кисломолочным, овощным и рисовым блюдам. Его используют в соусах для придания им жгучести.

Форма употребления красного перца различна. Его можно применять свежим, в стручках, причем чаще всего в зеленых, а также в желтых, черных, но не обязательно в красных. В таком виде он идет главным образом в овощные блюда и в соленья. В сухом виде красный перец можно использовать как в стручках, так и в молотом виде. Молотый чаще всего идет в соусы, в заправку для салатов, в кефиры, простокваши, мацони, им посыпают яичные и рисовые блюда.

По степени жгучести красные перцы делятся на три категории: сильножгучие — к ним относится кайенский перец (в разломе светлокаштанового, рыжего цвета); умеренно жгучие — это большинство красных перцев, в том числе «чили», имеющий в разломе темно-бордовый цвет; слабожгучие, называемые в кулинарии паприкой (в разломе красно-кирпичного цвета). Паприка используется часто для подкрашивания блюда, придавая ему красивый внешний вид. Ее можно употреблять в довольно больших количествах, так как жгучесть ее ничтожна. Остальные виды красных перцев требуют очень осторожного дозирования.

Душистый перец. Душистым называется ямайский перец — шероховатые бурые горошины размером вдвое-втрое больше, чем у черного перца. В душистом перце сочетаются аромат гвоздики, черного перца, мускатного ореха и корицы. Его добавляют в целом виде в мясные супы, маринады, соусы к мясу (реже в рыбные блюда) и извлекают из блюда перед употреблением. Он растворяется в воде. В супы и соус его закладывают за 15—20 мин до готовности. В молотом виде используют только в кондитерское тесто (пряники, печенье, кексы) как одну из составных частей пряных смесей.

Гвоздика. Бутоны гвоздики обладают сильно выраженным ароматом. Наиболее частое применение находят в разнообразных маринадах (грибных, фруктовых, мясных, реже — в рыбных и овощных). Используют гвоздику и в сладких блюдах — компотах, пудингах, кондитерских изделиях, сладких соусах и подливках, где она сочетается с корицей. Реже гвоздику употребляют в мясные блюда — к баранине, свинине и домашней птице (куры, индейки) и преимущественно не непосредственно, а в соусах, и к жирному мясу, особенно рубленому — рулетам, котлетам, паштетам.

Корица. Корица — пряность, преимущественно используемая для сладких блюд (компоты, фруктовые супы и пюре, кисели, варенья, пудинги, творожные пасты) и кондитерских изделий (печенье, сладкие пироги с фруктовой начинкой). Есть продукты, к которым корица особенно хорошо подходит, — яблоки, рис. В фруктовых маринадах корица всегда сопутствует гвоздике. Как и гвоздика, корица облагораживает вкус жирного мяса, ею посыпают жирную баранину, свинину, птицу, причем в этом случае она хорошо сочетается с красным перцем и бадьяном.

Бадьян. Бадьян — пряность с анисоподобным запахом. Поступает в продажу только в молотом виде. По сфере своего применения бадьян близок к корице — он также используется в сладких кондитерских изделиях, особенно в вареньях и пряниках, вместе с тем и с жирным мясом (баранина, свинина) и с домашней птицей (куры, индейки) при жарении ее. Аромат бадьяна, развиваемый при нагревании, отличается от анисового, поэтому бадьян и анис взаимозаменяемы. В частности, бадьян неприменим к рыбным блюдам, он портит их, в то время как анис облагораживает рыбный бульон, отварную и паровую рыбу.

Лавровый лист. Лавровый лист — одна из универсальных «суповых» пряностей, идущая в мясные, рыбные, овощные, грибные супы. Особенно хорошо подходит лавровый лист к картофельным супам и другим картофельным блюдам. Лавровый лист хорошо сочетается также со всеми видами тушеного мяса, тушеной и отварной рыбы, является неизменным компонентом грибных маринадов. Используется в целом виде.

Розмарин. Розмарин — лист розмаринового кустарника — употребляется в блюда, содержащие сыр, особенно тертый, в яичные блюда, к жареной дичи.

Розмарин придает дичи, а также говядине, крольчатине своеобразный «лесной», хвойный аромат. Его нельзя употреблять с рыбой и в маринады, которые могут испортиться от его «камфорного» запаха. Из овощей розмарин особенно хорошо сочетается с белокочанной, цветной и брюссельской капустой и кольраби в отварном

и тушеном виде, с кабачками, горохом и шпинатом, но не терпит соседства свеклы, помидоров и других красных овощей.

Если в блюде используется розмарин, то лавровый лист исключается, и наоборот.

Мускатный орех. Мускатный орех поступает в продажу всегда в виде орехов величиной с воробьиное яйцо, но применяется всегда только в молотом виде. Для этого надо без особого нажима провести несколько раз на терке — получится тонкая пудра.

Мускатный орех обладает утонченным, но сильным и проникающим ароматом. Его надо употреблять крайне осторожно, так как он способен забивать своим запахом и вкусом естественный запах продукта и другие пряности, а также сильно горчит при нагревании. Его традиционное применение — в сладких блюдах и кондитерских изделиях (в тесте в сочетании с другими пряностями). Мускатный орех идет к телятине и молодой свинине, особенно в соусах, к рыбным фаршам-запеканкам, в мясные и рыбные начинки, когда они сочетаются с овощами, грибами, тестом. Его добавляют в пюре из брюквы, репы, картофеля, к отварным и тушеным грибам и грибным супам.

Имбирь. Поступает в продажу и применяется в молотом виде. Часто засорен. Поэтому перед употреблением имбирь следует просеять через металлическое сито, чтобы удалить волокна. Обладает жгучестью, особенно усиливающейся при нагревании и похожей на перечную. Запах душиовато-пряный. Употребляется в основном в кондитерских изделиях (куличи, кексы, сладкие пироги с вареньем, печенье), а также в квасах, в мясных вторых блюдах, особенно в тушеном мясе и в фаршах, котлетах, рулетах.

Кардамон. Пряность, поступающая в продажу в целом виде (в капсулах), но употребляемая в основном в молотом виде. Применяются зерна, заключенные в тонких беловатых капсулах, сама капсула выбрасывается. Основная область применения кардамона — сладкие блюда и кондитерские изделия. В компоты, соусы и другие жидкие среды кардамон используют в зернах, которые удаляют после готовности блюда. В кондитерское тесто для кексов, сдобного печенья, пряников кардамон закладывают в молотом виде непосредственно перед посадкой в печь.

Кардамон применяют в молотом виде в рыбных фаршах и запеканках, а в зернах его можно добавлять в рыбные супы, соусы к рыбе и в отвары для паровой и отварной рыбы, а также к картофелю и рыбным пельменям.

Шафран. Шафран придает блюду тонкий аромат и одновременно подкрашивает его в красивый желто-золотистый цвет. Применяется в кондитерском тесте (кексы, куличи, баба), в шербетах, пловах (для подкраски риса), в ухе, фаршированной и отварной рыбе.

Вносится в очень малых дозах перед готовностью блюда в виде спиртового раствора, предварительно приготовленного настоем рылец шафрана. На 1 л жидкости или 1 кг продуктов достаточно 6—7 капель шафранной спиртовой настойки, разведенной перед внесением в чайной ложке воды.

Шафран плохо переносит сильное нагревание, отчего придает пище горечь.

Цедра лимонная и апельсиновая. Цедра — тончайший верхний слой кожуры цитрусовых. Ее можно предварительно снять, высушить и внести в блюдо в молотом виде, либо непосредственно натереть на блюдо в свежем виде, для чего лимон или апельсин осторожно обтирают на терке так, чтобы не задеть белый слой его кожуры. Свежая цедра всех цитрусовых используется во фруктовые и овощные салаты, сухая — в компоты, кисели, варенья, муссы, кондитерское тесто, творожные пасты, пудинги. Лимонную цедру добавляют в соусы к рыбе и мясу, в рыбные супы, к нежным видам жареного мяса, к жареной рыбе (их посыпают цедрой перед подачей на стол).

Ваниль и ванилин. Ваниль употребляется только в сладкие блюда, преимущественно в кондитерские изделия. Ее предварительно растирают с сахаром и полученной пудрой, несущей на себе запах ванили, посыпают уже готовые кондитерские изделия, вводят в мороженое, во фруктовые салаты и горячие сладкие фруктовые блюда.

Ванилин — распространенный заменитель ванили. Его вводят в изготовленное изделие перед подачей на стол растворенным в спирту, а варенье, как и ваниль в порошке, сразу после снятия с огня, когда варенье еще горячее.

Ванилин нельзя нагревать — он придает блюду горечь. Ванилин при нагревании не горит, но значительная часть его улетучивается.

Пряные овощи и зелень. Пряные овощи применяются в значительном количестве в расчете на блюдо по сравнению со всеми другими видами пряностей, поскольку пряные свойства этих овощей выражаются мягче.

В отличие от других видов пряных растений у пряных овощей употребляются в пищу различные части растения (луковицы, корнеплоды, стебли, листья, перо), а также семена.

Пряные овощи можно использовать как в свежем, так и в сушеном виде, отваривать, пассеровать, мариновать.

Чеснок. Чеснок употребляется в мясные, овощные, грибные, яичные блюда и блюда из домашней птицы — в супы, салаты, и во вторые. Чеснок неприменим к рыбным блюдам, вкус которых он искажает.

Вносится в горячее блюдо в измельченном виде сразу после приготовления. Чтобы запах чеснока не был таким резким, чеснок сочетают с пряными травами, укропом, чабером, базиликом, майораном.

Петрушка, сельдерей и пастернак. Эти пряности сходны по применению, но имеют и различия. Употребляют корневые и листовые разновидности их. В пищу используются и в свежем и в сухом виде. Листья идут в салаты, супы, ко вторым мясным и овощным, яичным и грибным блюдам. Корни идут в супы, для приготовления соусов. Петрушка хорошо сочетается с рыбой, рыбными блюдами, присутствует во всех рыбных смесях пряностей. Сельдерей больше подходит к мясу, овощам. Его мясистые корни употребляют также в свежем виде в салаты, особенно из помидоров. Сельдерей идет также в соленья, особенно при засолке баклажанов, кабачков, огурцов. Петрушка в соленья не употребляется.

Пастернак применяется в те же блюда и так же, как и петрушка с сельдереем, в основном в свежем виде, преимущественно корень. Он плохо поддается сушке. Его аромат слабее, нежнее и нейтральнее, чем у петрушки и сельдерея.

Хрен и горчица. Хрен и горчица — две традиционные русские пряности. У хрена используется корень, у горчицы — семена. Но в отличие от других пряностей они требуют особого предварительного приготовления и употребляются не в процессе приготовления пищи, а подаются к готовым блюдам как приправы, в основном к закускам: хрен — к рыбным и отварным мясным, горчица — в основном к мясным блюдам.

Хрен и горчицу нетрудно приготовить в домашних условиях.

Хрен готовят так: натирают на мелкой терке, заливают холодной кипяченой водой (воды должно быть вдвое больше, чем хрена) так, чтобы тертая масса приобрела консистенцию густой сметаны, добавляют соль, сахар и лимонную кислоту по вкусу и дают настояться несколько минут. Вместо воды можно использовать сметану или лимонный сок. Это делает хрен нежнее, ароматнее. Заменять воду и лимонный сок уксусом нельзя — он огрубляет хрен, а иногда и ликвидирует его естественную жгучесть.

Горчицу можно приготовить из горчичного порошка: заварить его крутым кипятком, тщательно растереть до кашеобразной консистенции, добавив соль, сахар по вкусу (соли всегда вдвое меньше сахара), а затем развести до консистенции жидкой сметаны раствором горячего слабого уксуса (лучше всего виноградного или ягодного), предварительно вскипяченного с пряностями — гвоздикой, мускатным орехом, бадьяном, корицей, кардамоном (раствор этот после кипячения процеживается). Затем горчица должна настояться (созреть) в герметически закрытой посуде в течение 2—3 дней.

Перед приготовлением следует тщательно проверить качество горчичного порошка; он должен быть сухим, светлым, без лежалого запаха, иначе горчица не получится.

Для придания готовой горчице красивого и яркого желтого цвета в ее состав вводят шафран или куркуму.

Для удаления горечи и небольшого запаха порошка горчицы его ошпаривают кипятком, дают отстояться, лишнюю воду осторожно сливают и продолжают готовить по указанному выше рецепту.

Укроп. Зелень укропа, свежая (летом) и сушеная (зимой), используется во все виды мясных, рыбных, овощных, грибных, яичных блюд, особенно в супы и салаты, соленья и маринады. В последние идут старые растения с семенами. Наряду с натуральным укропом в кулинарии употребляют укропное масло и спиртовой настой укропного масла, которые требуют большой осторожности в обращении, очень малые дозы их вносятся только в уже готовое блюдо (1—2 капли на 1 л жидкости).

Тмин. Обычно применяют семена тмина, в которых и сконцентрирован аромат. Но возможно применение и зелени тмина, особенно молодой, в салаты.

Семена тмина добавляют в супы (капустные, луковые, картофельные), соусы, квашеную капусту, при засолке помидоров и огурцов, а также в хлеб, булочки, оладьи, сыры и творог, в пиво и квасы. Вводят тмин в горячие блюда за 10—12 мин до готовности их.

Анис. Анис обладает приторно-пряным ароматом, способным доминировать над другими запахами. Поэтому эта пряность применяется чаще всего для отдушки морской рыбы с запахом йода. С этой целью анис (семена) вносят в блюдо временно (в марлевых мешочках), а затем изымают или же выливают воду, в которой отварились продукт и семе-

на аниса. Анис употребляют в некоторые сладкие блюда, преимущественно яблочные (муссы, компоты, кисели, варенье), во фруктовые соленья и мочения, а также хлебобулочные изделия.

Майоран. Листочки садового и дикого майорана применяются обычно в сушеном виде. Они легко превращаются в порошок от сжатия. Майоран идет к первым и вторым мясным блюдам, особенно из говядины, употребляется как основная пряность в колбасы, обязательно должен сочетаться с чесноком. В супы, соусы и тушеные блюда майоран закладывают в процессе приготовления, к натуральным бифштексам и другим видам жареного мяса подают с чесноком и сливочным маслом.

Эстрагон. Эстрагон, или тархун, — единственный вид полыни, лишенный горечи. Применяется в свежем и сушеном виде. В свежем — в рыбные, мясные и овощные супы, к тушеной и фаршированной рыбе и мясу. Эстрагон обладает нежным ароматом. Трудно поддается сушке, при которой часто портится (преет). Листья эстрагона необходимо резать мелко и сушить отдельно от стеблей.

Чабер и базилик. Пряная огородная зелень с сильным ароматом. Применяется в свежем виде как закуска к мясным блюдам восточной кухни (закавказской и среднеазиатской), а также в салаты, супы и соленья. Чабер более резок, базилик — нежнее и «слаще». В сушеном виде используется в бульоны, соусы, тушеные мясные и овощные блюда. Особенно хорошо сочетается чабер с куриными, яичными, гороховыми блюдами, грибами, фасолью, баклажанами.

Чабер, или тимьян. Пряная дикорастущая зелень с выраженным ароматом тимьяна. Применяется в сушеном виде. В небольших дозах идет в овощные и мясные супы, в овощные салаты, в больших дозах — в жареную рыбу (подмешивается к панирровке) и рыбные фарши. Используется также при засолке грибов и отчасти овощей всегда в сочетании с эстрагоном.

Кориандр, или кинза. Кориандр — огородная пряная трава. В свежем виде известна под названием кинза. Применяется в качестве столовой закусочной зелени к рассольным сырам и мясным блюдам восточной кухни, а также идет в супы и салаты как ароматическая заправка. Аромат выражен слабее, чем у чабера и базилика, поэтому кинзу можно употреблять в довольно больших количествах подобно укропу. В сухом виде кинза почти теряет свой аромат, поэтому зелень сушат редко.

Кориандром называют обычно семена растения. Они входят во многие пряные смеси как основной компонент. Особенно часто кориандр сочетается с красным перцем, сопутствует ему. Семена кориандра перед применением в пищу растирают. Используют их в хлебное тесто, особенно в различные лепешки, для приправы молочных изделий (молочные супы, творожники), в соусы, к тушеным овощам и мясным блюдам, при квашении калусты.

Мята. В кулинарии применяют несколько видов мяты. Как правило, стараются использовать те, которые дают наименьшую горечь при нагревании. Поэтому из кулинарного употребления исключают наиболее горькую — перечную мяту. Ее масло используют только в кондитерском производстве для добавки к пряничному тесту. Во всех остальных

случаях используется кудрявая мята, меласса (лимонная мята), пряная мята (эльсгольция) и яблочная мята, совершенно не дающая горечи.

Мяту вносят в блюда только в сушеном и молотом виде (порошок). Ею слегка ароматизируют сладкие блюда и подливки к кондитерским изделиям (баба, бисквиты), в значительных дозах ее применяют для сдабривания мясных фаршей и изготовления котлет, рулетов, паштетов, в мясные соусы, в соусы грузинской кухни (например, ткемали) и в супы азербайджанской и армянской кухни (например, довага), а также ко всем бобовым блюдам (горох, чечевица, фасоль, бобы).

«Букет гарни». Термин «букет» в кулинарии употребляется в двух значениях: 1) совокупность вкусовых и ароматических свойств, например, букет вина, букет чая, букет пряностей и др.; 2) связанные вместе в виде букетика пряности и пряные травы (лавровый лист, тимьян, петрушка и др.), используемые для ароматизации кушаний (такой букетик кладут, например, в суп при его варке, а затем удаляют, после чего суп приобретает очень приятный аромат).

Букетик зелени и пряностей составляется по разной рецептуре в зависимости от вкуса и от блюда, к которому он предназначен. Распространенный набор пряностей в виде букета — укроп, эстрагон, лук-порей — носит название «букет гарни».

ПРИПРАВЫ

Соль. Количество соли, содержащейся в рыбе, овощах, в питьевой воде и в других продуктах и напитках, недостаточно для удовлетворения потребности в ней нашего организма. Поэтому мы должны добавлять в пищу поваренную соль.

Соль также нужна для консервирования пищевых продуктов, для выработки многих химикатов и для других технических целей.

По способу добычи различают соль каменную, самосадочную, выварочную и морскую. По характеру обработки соль бывает мелкокристаллическая, дробленая, крупная и молотая, мелкая, порошкообразная.

На стол подают соль самого мелкого размола в виде чистого, белоснежного порошка. Для приготовления пищи, а также для засолки и маринадов можно использовать соль покрупнее, дробленую и более крупного размола.

Хозяйке очень важно знать, когда именно солить блюдо или закуску в процессе их приготовления.

Мясной бульон солят перед окончанием варки мяса, минут за 25—30, рыбный бульон, картофель — в начале варки, бобовые — только после их размягчения. Мясо, овощи, рыбу солят перед обжариванием, панированные полуфабрикаты — до панирования или в процессе панирования. Из овощей только картофель следует солить перед окончанием обжаривания. В соусы соль добавляют по вкусу перед окончанием их приготовления.

При этом надо помнить, что несоленые блюда невкусны, но излишек соли и вреден, и превращает в несъедобные любые блюда.

Уксус. В продажу поступает несколько разновидностей уксуса: уксусная эссенция, которую перед употреблением разбавляют водой, лозный, обычный спиртовой уксус (бесцветный), виноградный уксус (крас-

новатого или желтоватого цвета) и уксус столовый, ароматический, настоящий на косточковых плодах, травах, пряностях (базилик, алыча, слива, чабер, лимонная мята, эстрагон, сельдерей и др.).

Для домашнего стола наилучшим считают столовый винный уксус и ароматизированный эстрагонный. Последний настаивается на эстрагоне и отличается приятным запахом.

Многие хозяйки считают наиболее экономичным применение уксусной эссенции.

Пользоваться неразбавленной эссенцией нельзя, так как в этом случае трудно правильно дозировать ее, а излишнее количество уксуса не только портит вкус пищи, но и вредно для организма. Уксусную эссенцию необходимо предварительно разбавлять кипяченой водой (3—5 г эссенции на 100 г воды).

Врачи-диетологи обычно рекомендуют избегать использования уксуса в диетическом и детском питании.

Уксус обладает специфическим, довольно сильно выраженным запахом. Поэтому его добавляют только в те блюда, кушанья и закуски, вкусу которых этот запах соответствует. Во всех остальных случаях (для приготовления сладких кушаний, соусов, кремов, желе, компотов, киселей и т. п.) применяют не уксус, а лимонную кислоту, которая вообще лишена запаха.

Для замены уксуса в диетическом и детском питании используют превосходный по своим пищевым качествам лимонный сок; его добавляют в салаты, кисели, компоты и во все кушанья, которые должны иметь кислый привкус.

Ароматный уксус. Его можно приготовить дома по такому рецепту: в обычный столовый уксус положить эстрагон, сельдерей или укроп (100 г на 1 л уксуса); можно добавить антоновское яблоко, нарезанное дольками, листья черной смородины или липовый цвет, либо лавровый лист. Плотнo закрыть посуду с уксусом и дать ему постоять дней 15. После этого процедить его через марлю. Готовым уксусом заправлять винегреты, салаты, сельдь, форшмак.

Лимонная кислота. Лимонная кислота почти так же необходима в кулинарии и в пищевом производстве, как соль, уксус, перец.

Она особенно нужна при изготовлении кондитерских изделий, компотов, безалкогольных напитков.

Натуральная лимонная кислота содержится, конечно, в лимоне, а также в клюкве и других ягодах, в плодах и многих других растениях.

По сравнению с уксусом лимонная кислота имеет менее резкий и острый вкус, поэтому ее предпочитают класть взамен уксуса в тесто, в некоторые супы и соусы.

Адджика. Адджика представляет собой смесь многих пряностей с солью. Это красновато-коричневая паста или влажный порошок, в котором содержатся сухие молодые пряности — красный стручковый перец, лавровый лист, черный перец и др. Таким образом, в адджике собраны вместе ароматы сразу многих пряностей и специй, поэтому у нее особенно пикантный вкус и аромат.

Адджика идет для улучшения вкуса почти всех блюд — и мясных, и рыбных, и овощных как первых, так и вторых, ее хорошо добавлять в острые маринады. Вырабатывают аджику главным образом на консервных заводах Грузии, в стеклянных баночках (по 200 или 500 г), укуренных жестяными крышками. Во вскрытой баночке адджика не портится, ее можно долго употреблять.

ГОТОВЫЕ СОУСЫ

Множество высококалорийных продуктов входит в состав изготавливаемых промышленностью разнообразных готовых соусов, которые используются в кулинарии к мясным, горячим и холодным блюдам и закускам.

Масло, сливки, молоко, сметана, яйца и другие высокопитательные продукты, используемые для соусов, обогащают пищу. Вкусовое разнообразие соусам придают и такие продукты, как томат-пюре и томат-паста, свежие помидоры, грибы, лук, уксус, виноградные вина, лимонный сок.

Для ароматизации в соусы добавляют черный и душистый перец, лавровый лист, гвоздику, корицу, корнандр.

Приготовление соуса в домашних условиях — трудоемкая работа, которая требует и познаний в кулинарии, и специальных приспособлений, и широкого ассортимента продуктов, пряностей и приправ, не говоря уже о том, что многими из продуктов (фрукты, свежие помидоры, ягоды, свежие грибы и т. п.) нельзя пользоваться в течение всего года.

Целесообразно поэтому в тех случаях, когда это возможно, использовать купленный в магазине готовый соус.

Ассортимент готовых соусов расширяется, и среди них можно подобрать отличные по вкусовым, ароматическим и питательным качествам. Выбор этого или иного готового соуса зависит от наиболее гармоничного вкусового сочетания его с блюдами или закуской.

Соус томатный острый. Этот соус, приготовленный из томатов, уваренных с сахаром, уксусом, солью, пряностями (гвоздика, корица, душистый черный, красный кайенский перец, мускатный орех, чеснок), отличается приятным кисло-сладким вкусом и ароматом пряностей. Применяют его как готовую приправу к блюдам из мяса, рыбы, овощей; добавляют в красные соусы.

Соус «Кубанский». Из свежих зрелых помидоров, очищенных от кожицы, готовят отличный по вкусу и аромату соус «Кубанский». При варке в него добавляют соль, сахар, уксус и разнообразные пряности и приправы.

Приятный кисло-сладкий вкус этого соуса хорошо сочетается со вкусом мясных супов, вторых блюд и закусок из мяса, рыбы, овощей.

Соус «Любительский» острый. Широкий ассортимент продуктов и приправ входит в состав этого деликатесного соуса. Его готовят из алычи, пюре яблок, сока граната, томата-пасты, сахара, соли, пряностей (перец, корица, гвоздика, имбирь, мускатный орех). Этот соус используют к блюдам и закускам из жареного холодного и горячего мяса и рыбы и добавляют в другие соусы.

Соус «Южный». Этот соус готовят из ферментативного соевого соуса, протертой печени, яблочного пюре, томата-пасты, растительного масла. Он отличается своеобразным пикантным вкусом и ароматом пряностей. Соус заправлен солью, сахаром, чесноком, репчатым луком, перцем, имбирем, гвоздикой, корицей, вином и др.

Соус «Южный» — хорошая приправа к холодным и горячим блюдам из жареного мяса и рыбы. Его добавляют в майонезы и другие соусы для улучшения вкуса.

Соус «Восток». Этот соус приготовлен также на ферментативном соевом соусе с добавлением пюре яблок, томата-пасты, растертой печени, чернослива, сушеной груши, чеснока, репчатого лука, растительного масла, соли, сахара и пряностей (перец, мускатный орех, кардамон, гвоздика, корица, имбирь).

Его подают к мясным и рыбным блюдам, добавляя для придания более острого вкуса во многие соусы.

Соус «Московский». Основой соуса «Московский» служит ферментативный соевый соус. В него добавлены томат-паста, чеснок, лук, соль, сахар, растительное масло. Приятный аромат этому соусу придают перец и кориандр. Соус «Московский» применяют для тех же блюд и соусов, что и «Южный».

Соус «шашлычный». Кроме общеизвестного острого томатного соуса в последнее время в продаже появились новые соусы из томатного пюре с другими оригинальными наборами пряностей, делающими их особенно пикантными.

Так, в болгарский соус «шашлычный» входят кроме свежей томатной мякоти сахар, соль, чабер, тмин, горчица, черный перец, красный жгучий перец и др. Этот соус расфасован в красивые, слегка конические бутылочки (340 г), укупориваемые пластмассовыми навинченными крышечками, что позволяет многократно открывать и закрывать бутылочки, отливая требуемое количество соуса.

Соус «Молдова». Этот пикантный соус выпускают в алюминиевых тубах (тубах) весом нетто 180 г, закрываемых пластмассовыми крышечками. Соус пригоден для самых разнообразных блюд, мясных, рыбных и овощных.

Соус «Ткемали». Основой соуса служит дикорастущая слива, которую отваривают, протирают, заправляют базиликом, кинзой, чесноком, красным перцем. Широко применяется соус «Ткемали» в кавказской кухне. Его вкус хорошо сочетается с кушаньями из отварного и жареного мяса. Обычно «Ткемали» подают к этим кушаньям отдельно, выложив в соусники.

Соус «Нашараби». Своеобразный, очень приятный кисло-сладкий вкус отличает этот соус, приготовленный из уваренного сока граната «Нашараби» применяют для мясных и рыбных блюд кавказской кухни. Из «Нашараби» можно также быстро приготовить вкусный кисель, можно добавлять его в компоты, особенно сваренные из сушеных плодов и ягод.

Отсутствие острых приправ и специй делает этот соус пригодным для диетического и детского питания.



**гарниры
для блюд
из домашней
птицы
и дичи**

Для обогащения блюд из домашней птицы и дичи дополнительным количеством пищевых веществ, улучшения вкуса и украшения подаются гарниры, способы приготовления которых вы найдете в этом разделе книги. Хорошо подобранный гарнир смягчает или увеличивает остроту основного продукта, его жирность, соленость, кислоту или сладковатость. К холодным блюдам из птицы подаются обычно гарниры острого или соленого вкуса, для горячих блюд готовят гарниры из овощей, круп, бобовых и макаронных изделий, жареная птица хорошо сочетается с печеными яблоками, отварные блюда из домашней птицы — с припущенным рисом.

Ниже приводятся варианты приготовления гарниров к блюдам из домашней птицы и дичи, которые будут уместны как за повседневным, так и за праздничным столом.

АФРИКАНСКИЙ ГАРНИР. 150 г грибов, 150 г свежих огурцов, 150 г баклажанов, 150 г свежих помидоров, 150 г картофеля.

Грибы-соте на масле, огурцы, припущенные в масле, жареные баклажаны, нарезанные кружочками, мелкие целые свежие помидоры, очищенные и обжаренные в подсолнечном масле на сильном огне, и картофель, вынутый выемкой в виде яиц, жаренный в масле, расположить букетами вокруг жареного мяса. Гарнир подавать горячим к птице.

АНГЛИЙСКИЙ ГАРНИР. 100 г моркови, 100 г репы, 200 г цветной капусты, 300 г картофеля, 100 г зеленой фасоли.

Вареные морковь, репу, цветную капусту, зеленую фасоль и картофель, обточенный в виде бочонков, залить слегка растопленным сливочным маслом. Подавать к мясным блюдам и птице.

ГАРНИР «АНСЬЕН». 300 г лука-саженца, 150 г грибов, 350 г картофеля, 100 г соуса со сливками и лимоном.

Лук-саженец, припущенный в масле, шляпки маленьких грибов, картофель, обработанный выемкой в виде орешков, и соус со сливками и лимоном подавать к птице.

АРЛЕЗИАНСКИЙ ГАРНИР. 500 г баклажанов, 130 г свежих помидоров, 120 г репчатого лука, 300 г лука-саженца.

Баклажаны нарезать более толстыми кружками и обжарить во фритюре. Лук-саженец нарезать колечками и также обжарить во фритюре. Гарнир подавать к бифштексам и куриным котлетам, которые нужно положить на кружочки баклажанов и украсить мелко нарубленными свежими помидорами и колечками лука.

ГАРНИР «БЕРИШОН». 250 г капусты, 200 г свиной грудинки, 150 г каштанов, 150 г лука-саженца, 100 г соуса с красным вином.

Обработать кочан капусты, вырезать кочерыжку и сварить его целиком в подсоленной воде с прибавлением лимонной кислоты. Затем отделить листья, из которых при помощи салфетки свернуть кочешки, величиной с яйцо, нафаршировать их мелко нарезанной свиной грудинкой и затушить. Тушеные каштаны и припущенные для глянца в масле головки лука-саженца при подаче смешать, расположив их кучками с одной стороны блюда. С другой стороны уложить кочешки, украсив каждый из них маленьким кусочком свиной колченой грудинки. Все залить соусом с красным вином. Подавать к дичи.

БОГЕМСКИЙ ГАРНИР. 600 г риса-плова, 100 г свежих помидоров, 50 г репчатого лука, 200 г соуса бешамель.

Рис-плов, мелко нарезанные помидоры и лук, нарезанный кольцами и обжаренный во фритюре, залить соусом бешамель. Гарнир подавать к медальонам из фазана.

БРИСТОЛЬСКИЙ ГАРНИР. 250 г крокетов из риса, 250 г цветной фасоли, 250 г картофеля, 100 г белого мясного соуса, 100 г соуса, приготовленного на мясном соке.

Крокеты из риса приготовить в виде абрикосов. Фасоль отварить, пассеровать на масле и заправить белым мясным соусом. Картофельные орешки полить соусом, приготовленным на мясном соке. Подавать к дичи.

ГАРНИР «БРАГАНС». 400 г картофеля, 200 г брюссельской капусты, 150 г мелких свежих помидоров, 100 г соуса бешамель.

Жареный картофель соломкой, свежие целые помидоры, отжатые от сока и зерен и наполненные соусом бешамель, и мелко нарубленную припущенную брюссельскую капусту расположить букетами. Залить соусом бешамель. Подавать к турнедо, телячьим отбивным и медальонам из фазана.

ВАШИНГТОНСКИЙ ГАРНИР. 600 г кукурузы, 150 г белого соуса.

Свежие зернышки кукурузы молочной зрелости сварить, припустить в масле и заправить белым соусом. Подавать отдельно к птице.

ГАРНИР «ГАСТРОНОМ». 300 г каштанов, 100 г трюфелей, 100 г яичек (тестикул) петуха, 150 г грибов, 100 г хлебных крутонов, 100 г мясного сока, 100 г мясного белого соуса.

Гарнир состоит из вареных каштанов, политых мясным соком, припущенных трюфелей, нарезанных кубиками, яичек петуха и крупных грибов, нарезанных кубиками и припущенных в масле. Полить белым мясным соусом. Подавать к цыплятам и филе. При подаче цыпленка гарнир расположить вокруг тушки, а при подаче филе положить на середину блюда, расположив вокруг кусочки филе, уложенные на хлебные крутоны.

ОГОРОДНИЧИЙ ГАРНИР. 150 г моркови, 150 г картофеля, 150 г зеленой фасоли, 150 г цветной капусты, 150 г зеленого горошка, 100 г голландского соуса.

Морковь, картофель и зеленую фасоль, припущенные отдельно в масле, цветную капусту, залитую голландским соусом, и зеленый горошек, сваренный и припущенный

в масле, расположить букетами вокруг мяса. Гарнир подавать горячим к мясу и птице. Можно подать и в виде закуски.

2 ВАРИАНТ. 150 г свежих помидоров, 150 г зеленой фасоли, 150 г кабачков, 100 г репы, 100 г моркови, 150 г картофеля, 100 г соуса беарнез.

Мелкие целые помидоры, без кожицы и посоленные, обжаренные в сильно нагретом оливковом масле в течение 1—2 мин для сохранения их целости, вареные и нарезанные кабачки, зеленую фасоль, репу и морковь расположить отдельными букетами вокруг мяса. Поместить и картофель в виде яиц. Полить соусом беарнез.

ДОМАШНИЙ ГАРНИР. 150 г крокетов из спаржи, 150 г артишоков, 150 г свежих помидоров, 150 г кабачков, 100 г соуса с красным вином, 150 г зеленой фасоли, 50 г хлеба, 50 г кашкавала, 50 г кельбера.

Гарнир состоит из спаржи, артишоков, кельбера, помидоров, фаршированных хлебом и кашкавалом, кабачков и вареной зеленой фасоли. Полить соусом с красным вином. Подавать к различным видам мяса.

ГАРНИР «ИСМАИЛ-БАЯЛДЫ». 200 г баклажанов, 450 г риса-плова, 100 г свежих помидоров.

Гарнир состоит из кружков баклажанов, обжаренных во фритюре, мелко нарезанных свежих помидоров и риса-плова. Рис положить на тарелку-подставку, уложить сверху кружки баклажанов, а на каждый кружок — кусочек мяса (птицы или цыпленка). Каждый кусочек мяса украсить сверху ложечкой мелко нарубленных свежих помидоров.

ГАРНИР «КЛЕРМОН». 500 г каштанов, 2 яйца, 100 г репчатого лука, 100 г соуса бешамель с луком, 100 г соуса с эстрагоном, приготовленного на курином бульоне.

Вареные каштаны мелко нарубить, смешать с соусом бешамель с луком и прибавить яичные желтки для получения вязкой массы. Маленькие формочки смазать маслом, наполнить приготовленной массой и поставить на водяной бане в жарочный шкаф до образования плотной консистенции. Затем расположить вокруг мяса. Мясо украсить колечками лука, жаренного во фритюре. Залить соусом с эстрагоном, приготовленным на курином бульоне. Гарнир подавать теплым к птице и отбивным.

ГАРНИР «КЮСИ». 200 г грибов, 100 г пюре из каштанов, 100 г яичек (тестикул) и петушиных гребешков, 50 г трюфелей, 100 г соуса бешамель с яичными желтками.

Шляпки более крупных грибов, жаренных на решетке, сбрызнуть с внутренней стороны сливочным маслом. Пюре из каштанов, яички, петушиные гребешки (консервы) и ломтики трюфелей смешать, припустить в масле и залить соусом бешамель с яичными желтками. Расположить букетами вокруг мяса цыплят.

ГАРНИР «ЛОРЕН». 300 г краснокочанной капусты, 150 г копченой свиной грудинки, 400 г картофеля.

Гарнир состоит из краснокочанной капусты, тушенной с нарезанной лапшой свиной грудинкой, и вареного картофеля, политого слегка растопленным сливочным маслом. Подавать к мясу и птице.

МАКЕДОНСКИЙ ГАРНИР. 150 г моркови, 150 г репы, 150 г зеленого горошка, 150 г зеленой фасоли 150 г картофеля, 15 шт. артишоков.

Смесью из вареных и припущенных в масле моркови, репы, картофеля, вынутого специальной маленькой выемкой, горошка и зерен зеленой фасоли нафаршировать донышки артишоков и уложить их вокруг мяса птицы.

«МОДНЫЙ» ГАРНИР. 300 г цветной капусты, 150 г свежих помидоров, 200 г картофеля, 100 г соуса бешамель с яичными желтками, 50 г хлеба, 50 г кашкавала.

Маленькие кочешки, приготовленные из вареной цветной капусты, политые соусом бешамель с яичными желтками и запеченные в жарочном шкафу, свежие помидоры, фаршированные хлебом и кашкавалом, и картофель расположить букетами вокруг мяса птицы.

ПОРТУГАЛЬСКИЙ ГАРНИР. 300 г свежих помидоров, 350 г картофеля, 100 г репчатого лука, 100 г соуса бешамель.

Гарнир состоит из маленьких свежих помидоров, наполненных соусом бешамель, жареного картофеля, обработанного в виде яиц, и репчатого лука, нарезанного кольцами и варенного во фритюре. Подавать к турнедо и медальонам из фазана.

ВЕСЕННИЙ ГАРНИР. 150 г моркови, 150 г картофеля, 150 г спаржи, 150 г зеленого горошка, 150 г зеленой фасоли, 5 г зеленого салата эскарполь.

Молодую морковь, молодой картофель, спаржу, зеленый горошек, зеленую фасоль и маленький кочешок салата

эскарпюль, припущенные и политые маслом, расположить букетами вокруг мяса (молодого барашка, телятины и цыпленка).

ГАРНИР «ТРИКУЛЕР». 250 г картофельного пюре, 250 г пюре из шпината, 250 г пюре из моркови, 100 г острого соуса с солеными огурчиками.

Приготовить пюре трех видов: картофельное (белое), шпинатное (зеленое) и морковное (красное). Расположить по желанию, залить острым соусом с солеными огурчиками. Подавать к птице.

ГАРНИР «ФРОКАТИ». 200 г гусиной печени, 150 г грибов, 50 г трюфелей, 150 г спаржи, 100 г хлебных крутонов, 100 г крокетов из картофельного пюре с яйцами, 100 г соуса с красным вином.

Гарнир состоит из медальонов из гусиной печени, обжаренных в масле, шляпок вареных грибов, кружочков трюфелей, головок спаржи, крокетов из картофельного пюре с яйцами, крутонов из хлеба и соуса с вином. Гарнировать следующим способом: положить крутон, на него — медальон, затем кружочек трюфеля и, наконец, шляпку гриба. Крутоны расположить вокруг мяса, а между ними — крокеты и спаржу. Гарнир подавать к цыплятам, телятине и мясу молодого барашка.

ХЛЕБНЫЙ ГАРНИР. 550 г картофеля, 200 г лука-саженца, 1 стакан бульона.

К вареному картофелю, нарезанному кружочками, прибавить головки лука-саженца, припущенные в масле. Жарить все вместе в течение 5 мин, затем выложить в противень, залить бульоном и запечь в жарочном шкафу. Гарнир можно подавать к птице горячим.

ФЕРМЕРСКИЙ ГАРНИР. 200 г моркови, 150 г репы, 200 г сельдерея, 200 г лука-саженца, петрушка.

Морковь, репу, сельдерей и головки лука-саженца припустить в масле и смешать. Гарнир посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подавать к птице и различным видам мяса.

ГАРНИР «ШАТЛЕН». 200 г артишоков, 200 г свежих помидоров, 150 г сельдерея, 200 г картофеля, 50 г хлеба, 50 г кашкавала, 50 г мясного сока, петрушка.

Гарнир состоит из артишоков, разрезанных на четыре части, сваренных и припущенных в масле, маленьких помидоров, фаршированных хлебом и кашкавалом, белого

сельдерея, припущенного и политого мясным соком, жареного картофеля, вынутого выемкой в виде яиц, и мелко нарубленной зелени петрушки. Подавать к различным видам мяса.

ГАРНИР «ШИПОЛАТА». 300 г лука-саженца, 450 г каштанов, 2 ст. л. соуса с красным вином, 100 г мясного сока.

Головки лука-саженца, политые маслом, и вареные каштаны, политые мясным соком, смешать и залить соусом.

Гарнир подавать к дичи.

ГАРНИР — ПЮРЕ ИЗ СПАРЖИ ПО-АРГЕНТИНСКИ. 1,2 кг спаржи, 100 г сливочного масла, 50 г сливок, 50 г крахмала.

Спаржу сварить в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг, затем протереть на протирочной машине или через сито для пюре, смешать в горячем виде со сливочным маслом, сливками и прибавить соли по вкусу. Очень часто пюре из спаржи получается жидким, так как спаржа содержит много воды. В таком случае его надо немного сгустить крахмалом, который нужно сначала смешать с холодной водой, влить в пюре, размешать и нагреть до кипения. Подавать горячим с маслом и яйцами к птице.



ПИЩЕВЫЕ ЖИРЫ

По происхождению все жиры и масла делятся на две основные группы — животные и растительные. В продаже они разделяются на следующие товарные группы: 1) масло животное — сливочное и топленое (русское); 2) масла растительные; 3) маргариновая продукция; 4) майонез; 5) жиры животные топленые; 6) сало свиное — шпиг.

Выбор того или иного жира зависит главным образом от того, как его используют для приготовления пищи. Для бутербродов используют сливочное масло или специальные виды маргарина. Для приготовления соусов и подливок, для заправки салатов и винегретов используют жидкие растительные масла и майонез. Растительные масла применяют также для обжарки овощей, рыбы, пончиков, пирожков и т. д.

Для тепловой обработки продуктов (обжарка, тушение) применяют кулинарные или животные маргарины или русское масло. В состав

сдобного теста можно вводить все виды жиров, но предпочтительнее использовать различные маргарины.

Для более полного усвоения организмом пищевого жира температура его плавления не должна превышать 36—37° С. В этом случае пищевой жир усваивается на 93—95%. Высокоплавкий говяжий топленый жир усваивается на 85—86%, а бараний с температурой плавления 50°С усваивается примерно на 80%. Кроме того, пища, приготовленная на высокоплавком жире, оставляет во рту неприятный «сальный» привкус.

Хорошо усваиваются жиры, эмульгированные с водой, например, сливочное масло, маргарин, майонез.

Стойкость жиров зависит от их вида и состава. Растительные масла, топленые животные жиры и кулинарные маргарины более стойки, чем сливочное масло и маргарин.

Жиры весьма чувствительны к действию влаги, свега, воздуха, тепла. Под влиянием этих факторов жиры портятся. Сначала повышается их кислотность, затем происходят более глубокие химические изменения, в результате чего жиры, как говорят, прогоркают. Появляется неприятный вкус и запах, часто изменяется цвет, и, наконец, они становятся непригодными в пищу.

Длительное и многократное нагревание жиров вызывает в них глубокие химические изменения, которые весьма снижают пищевые качества жиров.

Сливочное масло. Это масло — один из лучших видов пищевых жиров, применяемых для непосредственного употребления в пищу, для приготовления бутербродов, для заправки первых и вторых блюд, для приготовления кремов, мороженого и др. В основных видах сливочного масла содержится 81,5—82,5% молочного жира и не более 16% водной фазы (пахты), в которой растворено небольшое количество молочных белков, молочного сахара и минеральных солей.

Низкая температура плавления (28—36° С), благоприятная структура этого масла (оно представляет собой жироводную эмульсию) обеспечивает ему хорошую усвояемость (до 98,5%). Высокая калорийность (при сгорании 1 г масла выделяется 7,7—7,8 калорий), содержание витаминов А и D, а также высокие органолептические свойства обуславливают ценность животного масла как пищевого продукта. Однако в нем недостает полиненасыщенных жирных кислот, поэтому при рациональном питании необходимо сочетать его с жидкими растительными маслами.

Промышленность вырабатывает несколько видов и типов сливочного масла: сладкосливочное и кислосливочное, любительское и крестьянское. Масло этих видов выпускается соленным и несоленным. Особый вид представляет топленое (русское) масло.

Сладкосливочное масло готовят из пастеризованных (подвергнутых кратковременному нагреванию при 85—90° С) несквашенных сливок. Одной из разновидностей этого масла является хорошо известное у нас и за рубежом вологодское масло; его готовят из несквашенных сливок, пастеризованных при 95—98° С, благодаря чему масло приобретает приятный ореховый привкус.

Любительское масло готовят из несквашенных пастеризованных сливок. В нем содержится несколько меньше жиров (78%) и до 20% водно-молочной фазы — пахты, которая придает любительскому маслу ярко выраженный молочный вкус и аромат.

Кислосливочное масло получают из пастеризованных сливок, предварительно сквашенных чистыми молочнокислыми культурами, которые

придают ему характерный нежный, только ему присущий, природный вкус и аромат.

Крестьянское масло вырабатывают как из сквашенных, так и из несквашенных пастеризованных сливок. Его отличием является пониженное (до 72,5%) содержание жиров и повышенное (до 25%) содержание пахты. Это масло предназначено для бутербродов.

В качестве специального бутербродного продукта выпускается также сливочное масло с добавками, например шоколадное масло, в котором содержится 62—62,5% молочного жира, 18% сахара, 2,5% порошка какао.

Топленое (русское масло) — особый вид животного масла. Оно получается вытопкой из обычного масла. В нем содержится до 98% молочного жира, оно является высококачественным кулинарным жиром. При использовании для жарения топленое масло не шипит и не разбрызгивается.

Все животные (сливочные) масла являются относительно скоропортящимися продуктами, которые следует хранить в темном месте при 10—12°C, желательно в холодильнике. Вологодское масло можно хранить до 30 дней, шоколадное — до 10 дней.

При хранении в неблагоприятных условиях животное (сливочное) масло портится, приобретая различные неприятные привкусы — горечь, салитость и т. д.; при этом обычно изменяется цвет масла. Иногда, если масло хранилось не очень долго, достаточно снять его наружный слой, который в первую очередь подвергается порче.

Испорченное масло непригодно для непосредственного употребления в пищу, его следует перетопить (превратив в топленое масло) и использовать для тепловой обработки продуктов.

РАСТИТЕЛЬНЫЕ МАСЛА

Это наиболее распространенный в природе вид жиров, широко используемый в питании.

Растительные масла извлекают из нагретых тонко измельченных семян и плодов растений прессованием (выжиманием) или экстракцией летучими растворителями.

Растительные масла носят название семян или плодов, из которых они получены: подсолнечное, хлопковое, оливковое, соевое и т. д.

По своему составу и строению растительные масла являются физиологически весьма активными и полезными пищевыми жирами, они обязательно должны входить в рацион питания.

Некоторые растительные масла, например подсолнечное, оливковое, используются в пищу как в сыром, нерафинированном виде, так и в очищенном, рафинированном виде. Другие масла, например хлопковое, соевое, кукурузное, используются исключительно в рафинированном виде.

В сырых маслах содержатся разнообразные сопутствующие вещества и примеси, которые накапливаются в них во время созревания растений или в процессе извлечения масла. Некоторые из сопутствующих веществ являются физиологически полезными (например, фосфатиды улучшают холестеринный обмен). Наряду с этим в сырых маслах находятся некоторые бесполезные и даже небезвредные примеси. Например, в сыром хлопковом масле содержится токсическое вещество госсипол. Кроме того, примеси ухудшают товарный вид масла. Сырые масла обычно бывают мутными, при стоянии в них образуется более или

менее объемистый осадок. У большинства сырых масел темная окраска и сильно выраженный специфический запах. Поэтому в пищу рекомендуется использовать рафинированные масла, освобожденные от большинства примесей и части сопутствующих веществ. В ряде случаев пищевые рафинированные растительные масла подвергаются дополнительной обработке водяным паром. При этом из масла отгоняют ароматические вещества и оно, сохраняя маслянистый вкус, теряет специфический запах. Такое масло называется дезодорированным. В рафинированных маслах сохраняются почти все полезные свойства сырых масел.

В закупоренной таре, без доступа света, воздуха и влаги, растительные масла сохраняют свое качество довольно длительное время — до 1 года и более. Рафинированное дезодорированное масло рекомендуется хранить не более 4—6 месяцев. Масло из начатой бутылки желательно использовать в течение месяца.

Для розничной продажи все в больших количествах растительные масла выпускаются фасованными в тару вместимостью 0,5—1 кг. Масло хорошо сохраняется в стеклянных бутылках, в жестяных банках, и в бутылках из пищевых полимерных материалов (поливинилхлорида).

Подсолнечное масло — самое распространенное в нашей стране жидкое пищевое растительное масло, извлекаемое из семян подсолнечника. В подсолнечном масле содержится 60—70% полиненасыщенной линолевой кислоты.

Подсолнечное масло — один из лучших видов растительного жира. Оно широко применяется для непосредственного употребления в пищу — для заправки салатов, винегретов, для приготовления соусов и подливок, обжаривания рыбы, овощей и некоторых изделий из теста.

Подсолнечное масло широко используют также в качестве основного сырья при производстве маргарина и майонеза, а также при выработке овощных и рыбных консервов.

В продажу выпускается подсолнечное масло нескольких видов и сортов, в том числе: рафинированное — дезодорированное и недезодорированное, гидратированное; нерафинированное.

Рафинированное подсолнечное масло прозрачное, золотистого, светло-желтого цвета, при стоянии не выделяет осадка. Содержание свободных жирных кислот в нем не превышает 0,2%. Дезодорированное масло полностью лишено специфического запаха.

Из гидратированного масла удалены вещества, выпадающие в осадок, поэтому при хранении оно остается прозрачным.

Нерафинированное масло при стоянии образует легкий осадок; его отличает специфический запах. Содержание свободных жирных кислот в нем не превышает 0,75—1,3%.

Хлопковое масло получают из семян хлопчатника. Рафинированное масло имеет золотисто-желтый цвет, специфические не ярко выраженные запах и вкус. Дезодорированное масло не имеет запаха. Масло состоит из смеси жидких (70—75%) и твердых (30—35%) при комнатной температуре жиров. При хранении твердые жиры образуют обильный хлопьевидный осадок. При охлаждении примерно до 0°C хлопковое масло полностью застывает, при последующем нагревании масло плавится и становится прозрачным.

Выпускается также так называемое салатное масло, из которого вымораживанием удалены твердые составные части.

В кулинарии хлопковое масло применяют обычно так же, как и подсолнечное.

Соевое масло получают из бобов сои преимущественно экстракцион-

ным методом. В пищу оно применяется только в рафинированном виде. Цвет его соломенно-желтый, запах и вкус специфические.

По составу и свойствам соевое масло приближается к подсолнечному и используется в кулинарии для тех же целей. Соевое масло — одно из наиболее распространенных масел во многих странах.

Горчичное масло получают прессованием из семян горчицы. Цвет его желтый, иногда с зеленоватым оттенком, вкус и запах специфические, приятные. По жирнокислотному составу горчичное масло уступает другим растительным маслам.

В кулинарии используется так же, как подсолнечное или хлопковое. Особенно ценится при изготовлении некоторых специальных видов хлебобулочных и бараночных изделий (горчичный хлеб).

Кукурузное масло получают из зародышей зерен кукурузы. В нем содержится 60% полиненасыщенных кислот и повышенное по сравнению с другими растительными маслами количество полезных сопутствующих продуктов (токоферолы и др.). Благодаря этому оно пользуется популярностью, хотя особых преимуществ перед подсолнечным не имеет. Кукурузное масло при комнатной температуре жидкое, светло-желтого цвета, со специфическим вкусом и запахом кукурузы. В продажу оно выпускается только в рафинированном виде (золотисто-желтого цвета, прозрачное, без запаха).

Употребляется для заправки салатов, винегретов, для обжаривания рыбы и овощей.

Льняное масло — прозрачное жидкое масло желтого цвета, получаемое из семян льна. В нем содержится 60—80% полиненасыщенных жирных кислот. Масло приобретает острый запах, привкус горечи, поэтому для кулинарного использования не рекомендуется.

Арахисовое масло получают из семян земляного ореха, произрастающего главным образом в странах Азии и Африки. В нем содержится сравнительно много жирных кислот с большой молекулярной массой и мало полиненасыщенных жирных кислот, поэтому как пищевое масло оно ценится меньше, чем подсолнечное, соевое, кукурузное и др. Оно имеет светло-желтый с зеленоватым оттенком цвет и характерные запах и вкус.

За рубежом арахисовое масло широко используется для выработки маргариновой продукции, консервов, а также как салатное масло.

Оливковое (прованское) масло получают прессованием мякоти маслин. Оно относится к числу высококачественных (деликатесных) пищевых масел. Цвет масла светло-желтый с зеленоватым оттенком, вкус и запах приятные. При температуре около 0°C масло застывает, при нагревании расплавляется и становится прозрачным. Оливковое масло весьма устойчиво к нагреванию. Широко применяется в кулинарии для приготовления горячих и холодных блюд, а также для приготовления рыбных консервов в масле.

Другие пищевые масла: рапсовое масло ограничено используется в пищу в рафинированном виде; маковое масло, содержащее большое количество полиненасыщенных жирных кислот и обладающее специфическим приятным вкусом и запахом; кунжутное (сезамовое) и сафлоровое масла; к пищевым относятся также масла, извлекаемые из плодов специальных видов пальм (кокосовое, пальмовое, пальмоядровое), из буквых и кедровых орехов, из плодовых и овощных косточек (абрикоса, сливы, персика, томатов, тыквы, винограда и др.). Эти масла в основном используются в пищевой и медицинской промышленности для выработки специальных видов продукции.

К пищевым, особенно ценным растительным маслам, относится масло какао, извлекаемое методом прессования из бобов какао. Оно применяется для изготовления шоколада, кондитерских изделий, мороженого и других продуктов.

МАРГАРИНОВАЯ ПРОДУКЦИЯ

Это группа твердых пищевых жиров, вырабатывается из растительных масел или смеси растительных масел и животных топленых жиров.

Растительные масла имеют жидкую консистенцию, поэтому перед вводом в состав маргариновой продукции часть их подвергается обработке водородом (гидрогенизации), в результате которой они приобретают твердую, пластичную, мажущуюся консистенцию. Такие отвержденные (гидрированные) жиры носят товарное название саломас (сало из масла). Их, как и жидкие масла, подвергают тщательной очистке, освобождая при этом от свободных жирных кислот, красящих и ароматических веществ и других нежелательных примесей.

В рецептуре маргариновой продукции кроме отвержденных жиров содержится от 15 до 40% жидких растительных масел (подсолнечного, хлопкового, соевого и др.), богатых полиненасыщенными жирными кислотами. Маргариновая продукция считается физиологически более полноценным пищевым жиром, чем животные жиры.

Область применения маргариновой продукции обширна. Она во многих случаях полноценно заменяет в кулинарии животное масло и топленые жиры. По рекомендациям института питания АМН СССР, в среднем 40—50% суточной нормы растительных масел может составлять в пище маргариновая продукция.

Различают два основных вида маргариновой продукции: собственно маргарин и кулинарные жиры (кулинарные маргарины).

Маргарин — твердый, пластичный пищевой жир, который по составу, структуре, калорийности, внешнему виду, вкусу и запаху сходен с животным (сливочным) маслом. Как и животное масло, маргарин представляет собой стойкую, легкоплавкую (температура плавления 27—34°C) жироводную эмульсию, содержащую 82% жиров, 16—17% водной фазы, преимущественно в виде сквашенного молока, которое придает маргарину характерный молочнокислый аромат. В качестве вкусовых добавок в маргарин вводят 0,2—1,2% поваренной соли и 0,3—0,7% сахара.

Некоторые виды бутербродных маргаринов обогащают витаминами А и D.

Промышленность выпускает различные виды марочных бутербродных и столовых маргаринов («Экстра», «Особый», «Сливочный», «Российский», «Любительский»), в рецептуру которых наряду с жидкими и гидрированными, рафинированными растительными маслами вводят специальные жировые компоненты.

Маргарины «Экстра» и «Особый» отличаются чистым молочным вкусом и выраженным молочнокислым ароматом. Пластичным и легкоплавким делает эти маргарины кокосовое масло, которое добавляют в состав их (18—25%).

В маргарин «Сливочный» и «Сливочный новый» для усиления молочного вкуса добавляют небольшое количество животного (сливочного) масла, в «Любительский» — сливочное или топленое (русское) масло, а в «Российский» — топленое животное масло. В маргарин «Славянский» специальным методом вводят модифицированный топленый пищевой жир (5—8%). Маргарин «Солнышко» отличается высоким содержанием (до

40%) жидкого подсолнечного масла, благодаря чему он особенно богат полиненасыщенными жирными кислотами. В шоколадный маргарин (молочный, сливочный, новый), предназначенный для намазывания на хлеб, добавляют 18% сахара и 2,5% порошка какао, при этом содержание жира в нем уменьшается до 62%.

Маргарин, как и животное (сливочное) масло, можно использовать как бутербродный жир (он особенно полезен тем, кому по каким-либо причинам противопоказано потребление большого количества животного масла), а также для заправки первых и вторых блюд, для легкого обжаривания мясных и овощных блюд, для добавления в тесто.

Кулинарные жиры (кулинарные маргарины) — это твердые, пластичные, не содержащие воды жиры, предназначенные для приготовления пищи с тепловой обработкой — для фритюра, для жарения и тушения разнообразных мясных, рыбных и овощных блюд, для добавления в тесто и для изготовления пирожков, пончиков, блинов, оладий и т. д.

Некоторые виды кулинарных жиров (растительное сало, фритюрный жир) вырабатывают из одних растительных жиров; другие наряду с растительными маслами содержат от 12 до 35% топленых животных жиров, которые придают кулинарным жирам специфические свойства. Например, в состав жира «Белорусский» введено 35% говяжьего топленого жира, в состав «Украинского» — столько же свиного, а в «Восточном» — до 15% бараньего. В маргагуселине содержится 30% свиного жира и масляная вытяжка жареного лука. Маргагуселин используется для приготовления горячих блюд, сочетающихся со специфическим «луковым» запахом и вкусом.

Для розничной продажи маргариновую продукцию фасуют в пакеты весом 200—250 г. Маргарин лучших марочных сортов заворачивают в двухслойные этикетки из алюминиевой литографированной фольги, склеенной с подпергаментом. В такой упаковке маргариновая продукция дольше сохраняет свое качество.

Маргарин и кулинарные жиры следует хранить в прохладном темном месте при 4—10°C. При этой температуре маргарин сохраняет качество 15—20 дней, кулинарные жиры — 1,5—2 месяца. Более продолжительные сроки хранения существуют для продукции, завернутой в алюминиевую фольгу или фасованной в баночки из пластических масс.

Маргарин легко впитывает посторонние запахи, поэтому его следует хранить отдельно от продуктов с сильно специфическим запахом (например, сельди).

Майонез. Майонез — это соус, вырабатываемый из жидких рафинированных и дезодорированных растительных масел, яичного желтка, сухого молока и некоторых добавок (горчица, соль, сахар, уксус, различные специи и пряности), придающие продукту специфические вкус и запах.

Майонез представляет собой концентрированную, типа густой сметаны, эмульсию масла в воде, благодаря чему он сравнительно легко и полно усваивается организмом. Благодаря наличию в майонезе значительного количества жидких растительных масел (подсолнечного, соевого, хлопкового), содержащих полиненасыщенные жирные кислоты, его хорошему вкусу и аромату соус этот широко используется в питании. Майонез повышает вкусовые свойства приготовленной пищи, способствует лучшему ее усвоению.

Основное назначение майонеза — приправа к различным холодным блюдам: овощным (салаты, винегреты), рыбным и мясным. Кроме того, майонез часто применяют для заправки первых горячих блюд, для поджаривания специальных бифштексов и даже для выпечки кондитерских изделий домашнего приготовления.

Разработаны рецептуры майонеза с фруктовыми добавками, который позволяет использовать его для приготовления бутербродов.

Майонез хорошо смешивается с водой и с молочными продуктами, поэтому при желании его можно разбавить по своему вкусу, тщательно смешав с водой и со сметаной.

Ассортимент вырабатываемых промышленностью майонезов довольно широк, он насчитывает до 20 наименований. Основным видом продукции является майонез столовый провансаль. В его рецептуру входят следующие компоненты: масло растительное рафинированное и дезодорированное (65—66%), яичный порошок (5%), сухое молоко (1,6%), сахарный песок и соль поваренная (2,8%), горчичный порошок, уксусная кислота и питьевая сода (1,5—1,55%), вода (24,1—23%).

На основе майонеза провансаль, добавляя в него различные компоненты, получают многие другие виды майонеза. Например, майонез молочный обогащают сухим молоком, майонез с томатом готовят смешиванием 70% майонеза провансаль с 30% томатной пасты.

Широкий ассортимент майонезов выпускают с различными специями и пряностями. В майонез «Весна» для придания свежего запаха зеленого укропа добавляют укропное эфирное масло. Богатый букет запаха свежей зелени отличает майонез «Ароматный», в который добавляют экстракты петрушки, укропа и сельдерея. В майонез с перцем вводят черный перец, который придает ему острый жгучий вкус. Пряный запах тмина у майонеза с тмином. Пикантный вкус и аромат у майонеза «Праздничный»: в него добавляют перец черный и красный, чеснок, корнандр, орехи и др. Красный горький и сладкий перец, а также томат-паста придают острый вкус майонезу «Огонек».

Фасуют майонез для розничной продажи в стеклянные банки по 200 и 500 г или пакеты из специальных непроницаемых прозрачных полимерных материалов по 50 г, а также в алюминиевые тубы — для употребления его в пути.

Майонез следует хранить в прохладном, защищенном от действия солнечных лучей помещении, желательнее в холодильнике, при 3—14°C. Гарантийный срок хранения майонеза в торговой сети при этих условиях — 20—30 дней со дня выпуска с предприятия.

ЖИРЫ ЖИВОТНЫЕ

К этой группе относятся продукты, получаемые вытопкой из свежей, чистой, измельченной жировой ткани и костей домашних животных и птицы. В продажу обычно поступают следующие основные виды животных топленых жиров.

Свиной топленый жир (его иногда называют лядром) получается вытопкой из внутреннего или хребтового сала-сырца. При комнатной температуре это плотный или мазеобразный продукт белого цвета, с характерным вкусом и запахом. Свиной жир застывает при 22—32°C, а плавится при 28—48°C. В нем содержится до 10% полиненасыщенных жирных кислот. По своему составу и физико-химическим показателям свиной топленый жир является лучшим пищевым продуктом в группе животных жиров. Он сравнительно легко и полно усваивается организмом и потому довольно широко используется в кулинарии, а также для приготовления многих видов мясных консервов.

Говяжий топленый жир получают вытопкой из жировой ткани крупного рогатого скота. При комнатной температуре это твердый кристаллический продукт от бледно-желтого до желтого цвета, с характерным запахом и вкусом. Он имеет довольно высокую температуру застывания

(до 38°C) и по этой причине оставляет во рту приятное ощущение салостости. В кулинарии используется главным образом для приготовления блюд, употребляемых в горячем виде.

Бараний топленый жир получают из жировой ткани овец. Он отличается еще более высокой температурой застывания, чем говяжий жир (до 45°C). Цвет его в застывшем состоянии — от белого до бледно-желтого. Ему присущ ярко выраженный запах баранины.

Бараний жир сравнительно мало применяется в европейской кухне. Но он является основным видом жира для приготовления некоторых блюд национальной кухни, например плова.

Разновидностью бараньего жира является курдючный жир, вытапливаемый из курдюка. Этот жир мазеобразной консистенции и нежного вкуса, его высоко ценят в Средней Азии.

Костный топленый жир получают вываркой из свежих, измельченных костей домашних животных. Получаемый при этом пищевой жир имеет в зависимости от вида животных или типа перерабатываемых костей жидкую, мазеобразную или плотную консистенцию. Цвет костного жира от белого до желтого, вкус и запах характерные, без посторонних привкусов. Иногда в нем чувствуется приятный «поджаристый» привкус.

Костный жир используется в кулинарии так же, как говяжий и свиной.

Жиры морских животных и рыб вытапливаются из жироносной ткани разных видов китов и рыб. Из-за специфического «рыбного» запаха в сыром виде они в домашней кухне не применяются.

Эти жиры, как правило, богаты полиненасыщенными жирными кислотами. Народности Крайнего Севера используют их в питании.

Специально приготовленные рыбы жиры, обогащенные витамином А, применяются в медицинской практике.

Жир домашней птицы (гусей, уток, индеек, кур) промышленного значения не имеет; его получают обычно в домашних условиях. Для этого жира характерны нежный вкус и приятный аромат. Его можно использовать для жарения мясных блюд и для заправки паштетов.

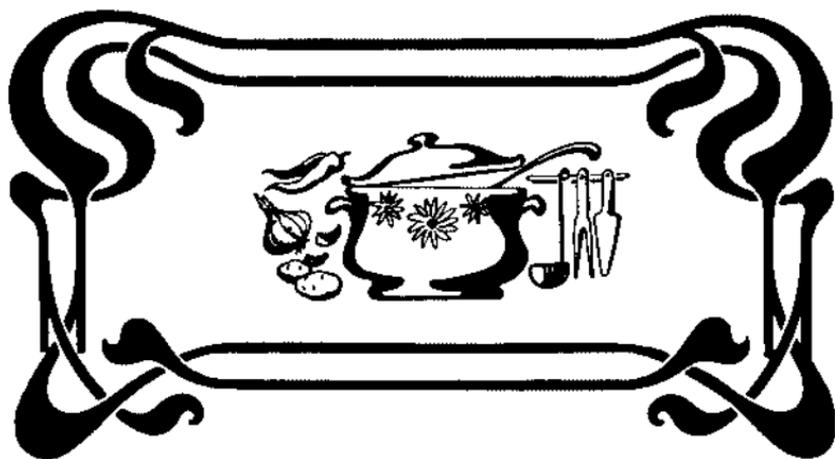
Свиной шпик — одна из разновидностей пищевых животных жиров. Это подкожное свиное сало в кусках, равномерно подсоленное, в шкурке и без шкурки. Разновидностями шпика являются: шпик копченый — равномерно прокопченное свиное сало, содержащее несколько меньше соли и натертое слегка чесноком; шпик венгерский — сдобрен красным молотым перцем; шпик по-домашнему — сало свиное, соленое, сдобренное чесноком, черным молотым перцем; сало белорусское — слабо подсоленное свиное сало, слегка сдобренное чесноком, перцем черным молотым, кориандром, лавровым листом, тмином или укропом.

По внешнему виду товарный свиной шпик представляет собой куски прямоугольной формы весом от 1 до 3 кг с ровными краями и чистой поверхностью, толщиной не менее 3 см.

На разрезе шпик белого цвета, иногда с розоватым оттенком, поверхность шпика венгерского оранжевая.

Шпик употребляется в пищу, особенно в деревенской кухне, в сыром виде для бутербродов, а также для жарения, тушения мясных и овощных блюд, для заправки первых блюд, например шей, борщей и т. д.

Сало-шпик относится к трудноусвояемым животным жирам, поэтому детям и людям пожилого возраста потребление его рекомендуется ограничивать.



первые горячие блюда

По давней традиции к первым горячим блюдам относятся супы, бульоны, возбуждающие аппетит, улучшающие пищеварение, благотворно воздействующие на усвоение остальных блюд обеда.

В этом разделе даны различные рецепты приготовления первых горячих блюд, хозяйке только обязательно надо помнить, что продукты закладывают в бульон с таким расчетом, чтобы все они были готовы одновременно к моменту готовности супа. Для улучшения вкуса и аромата в горячие первые блюда кладут специи и пряности, о которых подробно рассказано в этой книге. Нужно только знать, что специи не должны заглушать естественного запаха мясного бульона.

И последнее: все подаваемые на стол супы должны иметь хороший внешний вид.

ПРОЗРАЧНЫЕ СУПЫ (КОНСОМЕ)

Прозрачные супы состоят из различных видов бульона и соответствующих прибавок. Наименование прозрачных супов образуется из названия бульона и названия прибавки.

Консоме, или кристально прозрачный бульон, получается только из говядины или телятины и костей, или из домашней птицы и их крылышек и лапок. Консоме, приготовленное из других видов мяса и костей, как, например, из молодой баранины, свинины и др., ни в коем случае не может быть ни таким вкусным, ни таким прозрачным. Самое хорошее консоме получается на бульоне из говядины.

Чтобы получить консоме на 5 человек, необходимы 2 л концентрированного бульона, 500 г мяса без костей (из подбедерка и голяшки, обрезки домашней птицы или из лапок и крылышек птицы), 1 корешок моркови, $\frac{1}{2}$ корня сельдерея, 1 стебель лука-порея, 4 белка сырых яиц и 500 г воды.

Мясо нарезать на очень мелкие кусочки или пропустить через мясорубку (лапки и крылышки птицы не рубить) и положить в подходящую кастрюлю. Добавить очищенные, обмытые и нарезанные мелкими кусочками овощи и белки, хорошо размешать смесь ложкой, залить холодной водой и выдерживать в течение 15—20 мин, чтобы удалить кровь из мяса. Затем залить бульоном, который должен быть холодным или чуть теплым. Когда бульон горячий, яичные белки свертываются, что препятствует получению прозрачного консоме. Поставить на плиту и до момента закипания помешивать, чтобы белки не пристали ко дну. Когда смесь закипит, нагрев уменьшить и поддерживать слабое кипение 1,5—2 часа, до готовности мяса и овощей. Затем выдержать 10—15 мин и после этого процедить через салфетку. Сваренные овощи и мясо можно использовать для других целей, а к полученному прозрачному бульону прибавить указанные ниже гарниры, от которых он получает свое название.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ (БЕАТРИЧЕ). 1,5 кг обыкновенного прозрачного бульона, 125 г манной крупы, 50 г кнелей из курицы, 120 г помидоров.

Бульон заправить манной крупой и в качестве гарнира прибавить кнели из куриного мяса и помидоры.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ (НИНОН). 1,5 кг куриного бульона, 120 г овощей, 50 г грибов, 150 г корзиночек, 50 г куриного мяса, 1 яйцо.

В качестве гарнира в бульон положить вынутые выемкой шарики, величиной с гороховое зерно, из моркови, белой репы и сельдерея и нарезанные кубиками грибы. На отдельной тарелке подать небольшие корзиночки, наполненные куриным мясом, нарезанным мелкими кубиками и залитым белым мясным соусом. Сверху корзиночки посыпать протертым через сито желтком сваренного вкрутую яйца. Украсить по желанию.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ И ГОРОШКОМ (БЕЛЫЙ ДЕНЬ) 1,5 кг куриного бульона, 200 г горошка, 10 г кельбера, 300 г мелких макарон, 50 г белого мясного соуса, 100 г куриного мяса.

В качестве гарнира в бульон положить мелкие зерна свежего зеленого горошка и зелень кельбера. Корзиночки наполнить мелко нарезанным куриным мясом и белым мясным соусом; подавать их к консоме в отдельной тарелке.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ И МАКАРОНАМИ (ГАРИБАЛЬДИ) 1,5 кг куриного бульона, 100 г шариков из овощей, 100 г макарон, 100 помидоров, 20 г зеленого салата.

В качестве гарнира в бульон положить сваренные и нарезанные мелкими кусочками макароны, нарезанные соломкой помидоры и шарики из овощей. При подаче на стол прибавить и нарезанный кольцами зеленый салат.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ И ГРИБАМИ (ДЕМИДОВ). 1,5 кг куриного бульона, 150 г вареных овощей, 150 г куриных кнелей.

В бульон положить нарезанные кубиками отварные овощи (морковь, сельдерей, лук-порей и капусту), куриные кнели, трюфеля и петрушку.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ И ГРИБАМИ (ДИПЛОМАТ). 1,5 кг куриного бульона, 150 г грибов, 100 г куриного мяса.

В качестве гарнира в бульон положить мелко нарезанные трюфеля и грибы и куриное мясо, нарезанное соломкой.

КОНСОМЕ С ДИЧЬЮ (ИАНА). 1,5 кг обыкновенного прозрачного бульона, 250 г кнелей из дичи.

К супу, ароматизированному бульоном из дичи, прибавить в качестве гарнира кнели из дичи, приготовленные в форме полумесяцев.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ И БЕЛЫМ ПШЕНИЧНЫМ ХЛЕБОМ. 1,5 кг куриного бульона, 200 г хлебной корки, 150 г кашкавала, 20 г масла.

К бульону в отдельной тарелке подать корку белого хлеба, которую приготовить так: нарезать ломтиками (длиной в 2—3 см и толщиной в 4—5 мм), посыпать тертым кашкавалом и небольшим количеством красного и черного перца, положить на смазанный маслом противень и подрумянить в жарочном шкафу. Консоме подать на стол горячим.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ И БЛИНЧИКАМИ. 1,750 г куриного бульона, 150 г блинчиков, 100 г пюре из куриного мяса, 20 г трюфелей или грибов.

Для гарнира в бульон положить блинчики. На приготовленные блинчики положить слой куриного пюре, смешанного с нарезанными мелкими кусочками трюфелями, разровнять, свернуть в виде рулетов, нарезать на кружки и положить в тарелку при подаче на стол. На отдельной тарелке подать корочки белого хлеба, запеченные с сыром.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ И ПОМИДОРАМИ. 1,5 кг куриного бульона, 150 г помидоров, 100 г сваренной вермишели, 1 яйцо.

В качестве гарнира в бульон положить помидоры и протертый желток сваренного вкрутую яйца. При подаче на стол в консоме положить отдельно сваренную вермишель.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ И САЛАТОМ. 1,5 кг куриного бульона, 100 г кнелей из куриного мяса, 150 г помидоров, 150 г желез (телячьих), 50 г зеленого салата.

В качестве гарнира в бульон положить кнели из куриного мяса, нарезанные соломкой, очищенные от кожицы помидоры, зеленый салат, нарезанный кольцами, и нарезанные кубиками телячьи железы.

КОНСОМЕ С ЦЫПЛЕНКОМ И СПАРЖЕЙ (РЕНЕССАНС). 1,5 кг куриного бульона, 150 г спаржи, 50 г зеленого салата.

При подаче на стол в качестве гарнира в бульон положить головки спаржи и кружки сваренного зеленого салата.

КОНСОМЕ С КРЫЛЫШКАМИ ЦЫПЛЕНКА. 1,5 кг куриного бульона, 200 г крылышек цыпленка, 100 г риса.

Консоме подать с крылышками цыпленка. Предварительно из крылышек вынуть среднюю кость, пустое место

заполнить смесью из куриного мяса и риса (рис варить в воде в течение 15 мин) и припустить с бульоном.

КОНСОМЕ С РИСОМ (КАРОЛИНА). 1,5 кг куриного бульона, 100 г риса.

В качестве гарнира в бульон положить рис, отваренный в воде (15 мин).

КОНСОМЕ С КАШТАНАМИ. 1,5 кг обыкновенного прозрачного бульона, 250 г пюре.

В консоме, сваренное на бульоне из перепелов или куропаток, прибавить в качестве гарнира каштановое пюре и пюре из перепелов или куропаток.

КОНСОМЕ С ШАРИКАМИ ИЗ ОВОЩЕЙ (МОНАКО). 1,5 кг куриного бульона, 300 г овощей, 20 г петрушки или кельбера.

В качестве гарнира в бульон положить шарики, величиной с гороховое зерно, вынутые выемкой из моркови, репы, сельдерея и зерна зеленого горошка. Овощи варить отдельно и положить в бульон при подаче. Консоме посыпать зеленью кельбера или петрушки. На отдельной тарелке подать соленую соломку.

КОНСОМЕ С МОРКОВЬЮ КРУЖКАМИ (МОНТЕ КАРЛО). 1,5 кг куриного бульона, 200 г овощей, 50 г блинчиков, 50 г грибов, 5 г петрушки.

В качестве гарнира в бульон положить кружки (величиной с монетку) моркови, сельдерея, репы, капусты, зеленого салата и блинчики (также нарезанные кружками); прибавить нарезанные соломкой грибы и зелень петрушки.

КОНСОМЕ С ПОМИДОРАМИ. 1,5 кг куриного бульона, 150 г помидоров, 150 г овощей.

В бульон с соком помидоров положить в качестве гарнира нарезанные соломкой и очищенные от кожицы и семян помидоры, а также морковь, сельдерей и нарезанную полумесяцами репу.

КОНСОМЕ С КНЕЛЯМИ ИЗ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКИ. 1,5 кг обыкновенного прозрачного бульона, 200 г кнелей из гусиной печени, 150 г спаржи.

В качестве гарнира в бульон положить кнели из гусиной печени и мелкие головки спаржи.

КОНСОМЕ С КНЕЛЯМИ ИЗ КУРИНОГО МЯСА. 1,5 кг куриного бульона, 100 г кнелей из куриного мяса, 200 г спаржи, 50 г зеленого салата.

В качестве гарнира в бульон положить сформованные в виде улиток кнели из белого куриного мяса, нарезанный соломкой салат и белые головки спаржи.

2 ВАРИАНТ. 1,5 кг обыкновенного прозрачного бульона, 200 г кнелей из куриного мяса, 100 г шариков из овощей, петрушка или кельбер.

Консоме подать с кнелями из куриного мяса. Прибавить сваренные шарики из репы (сделанные при помощи специальной ложечки-выемки для овощей) и мелко нарезанную петрушку или зелень кельбера.

3 ВАРИАНТ. 1,5 кг обыкновенного прозрачного бульона, 150 г кнелей из куриного мяса, 100 г пюре из зеленого горошка, 100 г овощей.

В качестве гарнира в бульон положить мелкие кнели из куриного мяса, пюре из зеленого горошка, нарезанные кубиками овощи (морковь, сельдерей, капуста и лук-порей) и зелень кельбера.

КОНСОМЕ С КНЕЛЯМИ ИЗ КУРИНОГО МЯСА (СУВЕРЕН). 1,5 кг куриного бульона, 250 г комбинированных больших кнелей, 150 г овощей, 20 г кельбера.

В качестве гарнира в бульон положить кнели из куриного мяса и отварных овощей (моркови, сельдерея и зеленой фасоли), нарезанных мелкими кубиками. Кнели разделить при помощи столовой ложки и варить в бульоне. При подаче на стол консоме посыпать зеленью кельбера.

КОНСОМЕ С КНЕЛЯМИ ИЗ КУРИНОГО МЯСА С ГРИБАМИ (СЮРПРИЗ). 1,5 кг куриного бульона, 250 г комбинированных кнелей, 50 г грибов, 150 г овощей.

Бульон гарнировать, как описано в предыдущем рецепте, но прибавить нарезанные соломкой грибы.

КОНСОМЕ «ЗОЛОТИСТЫЕ ВОЛОСЫ». 1,5 кг куриного бульона, 150 г вермишели или лапши.

Консоме подать с очень тонкой вермишелью (специальной) или с очень тонко нарезанной, как вермишель, домашней лапшой.

КОНСОМЕ В ГЛИНЯНОМ ГОРШКЕ. 1,5 кг обыкновенного прозрачного бульона, 300 г овощей, 100 г подсушенного и подрумяненного в жарочном шкафу хлеба.

Бульон из говядины и куриный бульон варить в глиняном горшке с морковью, репой, луком-пореем и капустой. Отдельно подать тонкие ломтики подрумяненного хлеба.

КОНСОМЕ «МИМОЗА». 1,5 кг куриного бульона, 50 г пюре из моркови, 50 г пюре из желтка, 50 г пюре из зеленого горошка.

В качестве гарнира в бульон положить 3 вида пюре: из моркови — розовый, из желтка, сваренного вкрутую, — желтый, из зеленого горошка — зеленый.

КОНСОМЕ «ЦВЕТОЧНИЦА». 1,5 кг куриного бульона, 50 г тапиоки, 200 г овощей.

В суп, заправленный сваренной тапиокой, прибавить в качестве гарнира вынутые выемкой шарики из моркови, сельдерея и репы, зерна мелкого зеленого горошка и нарезанную кубиками зеленую фасоль.

КОНСОМЕ ПО-МИЛАНСКИ. 1,5 кг обыкновенного прозрачного бульона, 250 г овощей, 150 г макарон, 50 г огурцов, 50 г помидоров, 100 г профитролей.

В качестве гарнира в бульон положить нарезанные кубиками свежие овощи (морковь, сельдерей, лук-порей и зеленый салат, нарезанный кольцами), макароны, нарезанные на кусочки длиной в 1 см, вынутые выемкой шарики из огурцов, нарезанные соломкой помидоры и профитроли с куриным фаршем.

СУПЫ ИЗ ПТИЦЫ

КУРИНЫЙ СУП. 1 курица, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 50 г репчатого лука, 50 г лука-порея, 50 г пастернака, 1 лавровый листик, 50 г риса, 200 г молока, 2 яйца, 15 г петрушки, 1 лимон.

Выпотрошенную курицу хорошо промыть, залить холодной водой так, чтобы вода покрыла птицу, и поставить варить. В процессе варки шумовать пену. Посолить по вкусу и добавить морковь, сельдерей, лук-порей, репчатый лук, пастернак и лавровый лист. Варить до готовности курицы. Затем ее вынуть, а бульон процедить. В качестве гарнира в готовый бульон можно положить рис, вермишель или другие макаронные изделия, а также сваренные и нарезанные соломкой или кубиками овощи. Как гарнир

в этот бульон можно прибавить грибы, блинчики, кнели из манной крупы и пр. Заправить свежим или кислым молоком и яйцами. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, черным перцем и другими приправами по вкусу.

П р и м е ч а н и е: таким же способом приготавливают бульон из всех других видов птиц. Когда бульон подают без заправки, гарниры варят отдельно и прибавляют при подаче, предварительно откинув их на сито, чтобы стек отвар, в котором они варились.

СУП ИЗ ЦЫПЛЕНКА. 750 г цыпленка, 50 г лука, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 100 г гарниров, 200 г молока, 2 яйца, 15 г петрушки, 1 лимон, 1 г черного перца.

Тушки цыплят погрузить в кипяток, ошпарить, опалить на некоптящем пламени и затем выпотрошить. Варить цыплят тушками или порционными кусками, залив холодной водой в таком количестве, чтобы она покрыла птицу. Варить так же, как курицу, с морковью, луком и сельдереем. По окончании варки цыплят вынуть из бульона, а бульон процедить. Мясо отделить от костей и положить в процеженный бульон. Прибавить гарниры и варить, как обычно. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, черным перцем и прибавить по вкусу других приправ. К приготовленному бульону из цыпленка в качестве гарнира можно прибавить рис, манную крупу, вермишель, звездочки, тапиоку, ячневую крупу, помидоры, свежий горох и всевозможные другие виды овощей, нарезанные соломкой или кубиками, свежие или сушеные грибы, цветную капусту, ревеня, блинчики и др. В тех случаях, когда бульон не заправляют, гарниры следует варить отдельно и прибавлять при подаче на стол.

СУП ИЗ КУРИНЫХ ПОТРОХОВ. 750 г куриных потрохов, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 20 г петрушки (корешка), 1 лавровый листик, 15 г зелени петрушки, 70 г риса, 200 г кислого молока, 2 яйца, 1 г черного перца.

Обработанные куриные потроха — крылышки, лапки, шейку, печень, желудок — хорошо промыть, разрубить на части, залить холодной водой и поставить варить, посолив по вкусу. Как только вода начнет закипать, удалить пену. Прибавить морковь, пастернак, сельдерей, лук-порей и репчатый лук, не нарезая их, и лавровый лист. Варить до готовности, после чего овощи вынуть, по желанию нарезать на мелкие кусочки и снова положить в бульон. В качестве гарнира прибавить рис, который должен ва-

риться в бульоне еще 15 мин. Заправить кислым молоком и яйцами, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и черным перцем, по вкусу добавить остальные приправы. В качестве гарнира в суп можно прибавлять не только рис, но и все виды гарниров, указанных в рецепте приготовления супа из цыпленка.

П р и м е ч а н и е: если количество потрохов недостаточное, чтобы получить большее количество вкусного и крепкого бульона, в него можно ввести 2 столовые ложки сливочного масла, которое следует положить в суп непосредственно перед подачей на стол или спассерованные на масле лук, муку, красный перец и томат-пюре, которые нужно добавить в суп до заправки.

СУП ИЗ УТКИ ПО-МЕЛЬНИЧЬИ. 500 г утки, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 50 г лука-порей, 100 г квашеной капусты, 150 г картофеля, 100 г шлика, 200 г кислого молока, 1 яйцо, 15 г петрушки, 1 г черного перца.

Обработанную тушку утки (ошипанную и выпотрошенную) нарезать на куски, прибавить мелко нарезанную морковь, сельдерей, лук-порей, картофель, квашеную капусту и поставить варить. Положить нарезанный мелкими кусочками шпик и варить еще 15—20 мин. Суп заправить кислым молоком и яйцами. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и черным перцем; по вкусу добавить другие приправы.

СУП ИЗ ПОТРОХОВ ИНДЕЙКИ ПО-ОГОРОДНИЧЬИ. 500 г потрохов индейки, 120 г масла, 30 г лука, 30 г муки, 1 г красного перца, 50 г моркови, 50 г лука-порей, 100 г цветной капусты, 50 г капусты, 50 г картофеля, 50 г зеленой фасоли, 100 г помидоров, 200 г кислого молока, 15 г петрушки, черный перец, 1 яйцо.

Обработанные потроха индейки сварить, как куриные потроха. Посолить по вкусу, прибавить мелко нарезанную цветную капусту, лук-порей, капусту, картофель, зеленую фасоль и варить до готовности. Спассеровать на масле лук, красный перец, муку и очищенные от кожицы свежие помидоры и прибавить в суп. Варить еще 10-15 мин, после чего заправить кислым молоком и яйцом. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и черным перцем; по вкусу и желанию прибавить другие приправы.

П р и м е ч а н и е: перечисленные в этом разделе супы можно приготовить из всех видов птицы указанными способами.

СУП ИЗ ДИЧИ

Супы из дичи (фазана, дикой утки, бекаса, куропатки) готовят и гарнируют так же, как супы из кур и цыплят, с той разницей, что некоторые виды дичи, как, например, утку, дрофу, глухаря и более старых птиц, необходимо выдержать в маринаде.

СУПЫ-ПЮРЕ

Суп-пюре может быть приготовлен из овощей, круп, бобовых, домашней птицы и дичи, телятины, печени, а также из рыбы и раков. Супы-пюре весьма питательны и легко усваиваются организмом, поэтому они находят широкое применение как в общем, так в диетическом и детском питании.

Супы-пюре готовят на белом мясном соусе, прибавляя мясной бульон или овощной отвар, которые входят в состав супа-пюре. Их заправляют молоком и смесью яичных желтков и молока или сливок.

Продукты, предназначенные для приготовления супа-пюре, варят в воде, паром или припускают. Варят эти продукты в бульоне, воде или в молоке. Припускают овощи в закрытой посуде с небольшим количеством бульона или воды (прибавляют столько жидкости, чтобы овощи не пригорели). При варке паром овощи не следует класть прямо в жидкость, а на специальный вкладыш (решетку) в постоянно закрытой посуде.

После тепловой обработки продукты протирают через сито, а более твердые растирают в ступке, чтобы получить пюре, которое смешивают с соусом. Чтобы получить гладкий суп-пюре необходимой густоты и чтобы протертые продукты не осели в жидкости, все супы-пюре, за исключением тех, которые готовят из риса, овсянки и других продуктов, содержащих большое количество крахмала, готовят на белом соусе.

Белый соус получают следующим способом: муку пассеруют на жире или подвергают сухой пассеровке и разводят бульоном из мяса или костей — для мясных супов-пюре, и отваром из овощей — для вегетарианских. Сухая пассеровка дает возможность ввести в суп сливочное масло, не подвергая его воздействию высокой температуры, что позволяет сохранить его качества. Если готовят супы-пюре из овощей, содержа-

щих значительное количество кислоты, например помидоров, пассерованную муку заливают горячим молоком, хорошо размешивают, кипятят 10-15 мин и затем уже смешивают с бульоном и с продуктом, который содержит значительное количество кислоты. Этот способ предохраняет молоко от свертывания.

Для улучшения вкуса и повышения питательности в суп-пюре добавляют кусочки сливочного масла, горячее молоко, сливки или яичную заправку. Заправку приготавливают следующим образом: желтки разбивают венчиком и, непрерывно помешивая, вливают в них горячее молоко; смесь ставят на огонь и размешивают, чтобы не дать ей закипеть или сгуститься; затем ее процеживают и добавляют в суп.

Суп-пюре должен представлять собой однородную массу (без комков) белого цвета или цвета продукта, из которого он приготовлен.

Ко всем супам-пюре подают гренки из белого пшеничного хлеба.

Супы-пюре, приготовленные из овощей, можно заправлять пассерованным луком-пореем. Супы-пюре, приготовленные из муки для лечебного питания, луком-пореем не заправляют.

Для приготовления соуса для основы супа на 5 человек необходимы следующие продукты: 50 г масла, 150 г муки, 1 стебель (средней величины) лука-порея и 1,5 л бульона.

Пассеровать лук, после чего прибавить муку. Когда мука слегка поджарится, влить бульон, размешать и дать закипеть. Сваренные овощи протереть на протирачной машине или вручную через сито, смешать с соусом и заправить смесью из яичных желтков и сливок или молока.

Приготовленный таким образом суп-пюре можно подать с разнообразными гарнирами.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРИНОГО МЯСА. 1,2 кг бульона, 450 г пюре из куриного мяса, 250 г пюре из зеленого салата, 50 г зеленого салата, 150 г кнелей, 50 г сливочного масла, 100 г сливок.

Соединить пюре из куриного мяса с пюре из зеленого салата. Перед подачей в суп вложить нарезанный соломкой зеленый салат, сваренный отдельно в воде, и мелкие кнели из куриного мяса, сваренные в бульоне. Суп заправить горячими сливками и сливочным маслом.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРИНОГО МЯСА И ЖЕЛТКА (БЕЛАЯ ДАМА).

1,2 кг белого соуса с бульоном, 300 г пюре из куриного мяса, 120 г куриного мяса, 150 г кнелей из куриного мяса, 50 г шариков из овощей, 2 яйца, 50 г сливок.

В приготовленный белый соус на курином бульоне положить пюре из куриного мяса и протереть через сито. Суп подать с куриным филе, нарезанным соломкой, кнелями из куриного мяса и отварными овощными шариками. Заправить сливками и яичными желтками.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРИНОГО МЯСА И ЖЕЛТКА (ОРЛЕАН).

1,2 кг белого соуса, 400 г пюре из куриного мяса, 150 г кнелей, 100 г сливок, 2 яйца, 50 г сливочного масла.

Суп приготовить на белом соусе с пюре из куриного мяса, разведенном куриным бульоном. В качестве гарнира в суп положить мелкие куриные кнели из куриного мяса трех цветов: белого, зеленого и красного. Заправить сливками, яичными желтками и маслом.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРИНОГО МЯСА С РИСОМ (РЕЙН).

1,2 кг белого соуса, 100 г пюре из куриного мяса, 100 г пюре из риса, 200 г бульона, 150 г куриного мяса, 100 г сливок, 50 г сливочного масла.

Приготовить белый соус, ввести в него пюре из куриного мяса и пюре из риса, разведенные куриным бульоном. В полученный суп положить кусочки куриного мяса. Суп заправить горячими сливками и маслом.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРИНОГО МЯСА И ГРИБОВ (РОССИНИ).

1,2 кг белого куриного соуса, 250 г пюре из куриного мяса, 150 г кнелей, 20 г трюфелей, 100 г сливок, 2 яйца, 50 г сливочного масла.

Приготовить белый соус, ввести в него пюре из куриного мяса, разведенного куриным бульоном. Суп подать с кнелями из гусиной печени и трюфелями, нарезанными соломкой; заправить сливками, яичными желтками и маслом.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРИНОГО МЯСА И ГОРОХА (МАРТА).

1,3 кг белого куриного соуса, 200 г пюре из лука и риса, 100 г кнелей, 200 г овощей, 100 г сливок, 50 г сливочного масла, петрушка.

Приготовить белый соус из куриного бульона, в него прибавить пюре из лука и риса, смесь развести куриным бульоном. В качестве гарнира в суп положить мелкие кнели из куриного мяса с мелко нарезанной петрушкой,

морковь, сельдерей и репой, припущенные в бульоне оставшиеся овощи, сваренные отдельно и мелко нарезанные, и зерна горошка. Заправить горячими сливками и маслом. При подаче суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОЛУБЕЙ. 1,5 кг ароматизированного белого соуса, 100 г сливок, 150 г голубиного мяса, 150 г кнелей из голубиного мяса.

Суп приготовить на белом соусе с бульоном из голубей. Заправить сливками и подать с филе голубя, нарезанным соломкой, и кнелями из голубиного мяса.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРОПАТКИ И ГРИБОВ (ДИАНА). 1,4 кг белого соуса, 200 г кнелей, 50 г грибов, 50 г трюфелей, 100 г сливок, 2 яйца, 50 г сливочного масла.

Приготовить белый соус с бульоном из куропатки. В качестве гарнира в суп положить мелкие кнели из мяса куропатки, нарезанные соломкой грибы и трюфеля. Заправить сливками и яичными желтками, положить кусочек масла.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ЦЫПЛЕНКА И СПАРЖИ (ФАВОРИТ). 1 кг белого соуса, 100 г пюре из мяса цыпленка, 100 г пюре из спаржи, 100 г пюре из салата эскариоль, 300 г бульона, 100 г спаржи, 50 г шавеля, 100 г сливок, 50 г масла.

Соединить белый соус с пюре из мяса цыпленка, с пюре из спаржи и с пюре из салата, смесь развести бульоном и протереть через сито. В качестве гарнира в суп положить головки спаржи и шавель, нарезанный соломкой. Суп заправить сливками и маслом.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ДИКОЙ УТКИ СО СЛИВКАМИ ПО-МАРСЕЛЬСКИ. 200 г пюре из дикой утки, 100 г пюре из каштанов, 100 г пюре из сельдерея, 1,2 кг бульона, 100 г сливок, 50 г сливочного масла.

Соединить пюре из дикой утки с пюре из каштанов и сельдерея, смесь развести бульоном. В качестве гарнира в суп положить филе утки, нарезанное соломкой. Суп заправить кипячеными сливками и маслом.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКИ. 1,2 кг белого соуса с бульоном, 250 г пюре из гусиной печени, 100 г сливок, 50 г масла, 200 г куриного мяса, 100 г грибов, 2 яйца.

Суп приготовить на белом соусе из куриного бульона с пюре из гусиной печени, заправить сливочным маслом и горячими сливками. В качестве гарнира в суп положить нарезанные соломкой куриное мясо и грибы.

БУЛЬОНЫ

БУЛЬОН ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ. 600 г костей домашней птицы или 750 г мяса птицы, 1/2 моркови, 50 г петрушки (корешок), 50 г сельдерея, 1/3 луковицы.

Птицу или разрубленные на мелкие части кости залить холодной водой и, медленно нагревая до закипания воды, варить 30-40 мин. Снимать появляющуюся на поверхности пену и варить на умеренном огне. Кур варить до готовности, а кости — 2—3 часа. Если бульон получился недостаточно прозрачным, то его нужно осветлить яичным белком. Обычно бульон из домашней птицы белый, а оттяжка занижает его специфический аромат и вкус и поэтому осветление бульона не рекомендуется. Варить с добавлением овощей.

БУЛЬОН ИЗ ДИЧИ

Обычно натурального бульона из дичи не готовят. Мясной бульон из говядины или бульон из домашней птицы осветляют при помощи оттяжки из зачинок крылышек и ножек дичи, пропущенных через мясорубку. Это придает бульону характерный запах дичи. Позвоночник удаляют, так как он придает горький привкус. Полученный бульон должен иметь светло-коричневый оттенок, вкус и запах, свойственные данному виду дичи.

БУЛЬОН ИЗ КУРИЦЫ (ПЕТУХА). 1 курица (петух), 1 ст. л. растительного масла, 1 кусок (величиной с грецкий орех) сливочного масла, черный перец, 1 лимон.

Очищенную и хорошо промытую тушку разрезать на крупные куски и слегка посолить. В подходящей кастрюле разогреть растительное масло, сливочное масло и немного жира самой птицы. Прибавить мясо и тушить несколько минут, затем влить холодную воду (на 1 кг мяса — 2 л воды) и варить до мягкости.

Мясо вынуть и использовать по усмотрению, бульон процедить, снять жир, посолить, заправить лимонным соком, черным перцем и подать в чашках или использовать для приготовления супов, соусов, фрикасе.

БУЛЬОН ИЗ ЦЫПЛЕНКА. 1 цыпленок, 1/4 лимона.

Очищенную и промытую тушку поместить в кастрюлю с холодной водой (на 1 кг мяса — 2 л воды) и медленно довести до кипения, а затем варить до мягкости мяса.

Посолить бульон после варки и процедить, добавив несколько капель лимонного сока. Большим бульон подают с добавлением овощного отвара. Бульон можно использовать для приготовления соусов и супов.

Отварное мясо пропустить через мясорубку и использовать для приготовления запеканок, крокетов, котлет и других блюд.

КОНЦЕНТРИРОВАННЫЙ БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ. 1 откормленная курица, 1 цыпленок (бройлер), 1—2 ст. л. растительного масла, 1 кусок (величиной с грецкий орех) сливочного масла, 1 пучок корней для супа, 1 луковица, черный перец, натертая лимонная цедра, лимонный сок.

Обе тушки очистить и хорошо промыть. Курицу нарезать более крупными кусками, отделив немного подкожного жира. Этот жир растопить в подходящем сосуде и смешать с растительным и сливочным маслом. Смесь разогреть и припустить в ней до мягкости мелко нарезанные лук и корни для супа, залить холодной водой (2 л воды на 1 кг мяса). Затем прибавить мясо курицы и потроха цыпленка (сердце, печень, желудок, шейку, крылья) и варить 2—3 часа. Когда мясо курицы станет мягким, бульон процедить и в него положить тушку цыпленка. Варить при кипении, а перед окончанием варки прибавить черный перец, лимонную цедру и соль по вкусу. Бульон процедить, снять жир, затем использовать по назначению. При подаче добавить лимонный сок.

Вареное мясо курицы и цыпленка использовать для приготовления блюд (из темного мяса — яхний, а из белого мяса — фрикасе) или запанировать и обжарить в виде шницелей, к которым подать разные гарниры, салат и ломтики лимона.

БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ.

Сварить бульон (куриный или из дичи) и подать в бульонных чашках или тарелках. Отдельно на тарелке подать гренки.

Для приготовления гренков белый хлеб нарезать ломтиками толщиной 1/2 см и подрумянить в духовом шкафу. Гренки можно приготовить также с сыром. Для этого ломтики хлеба посыпать натертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и подрумянить в духовом шкафу.

Вместо гренков можно подать пирожки, сухое печенье, кукурузные хлопья.

БУЛЬОН «БОРЩОК». На 2—2,5 л бульона — 250 г свеклы, 2—3 ст. л. уксуса, 1 ст. л. сахара.

В прозрачный бульон (куриный или из дичи) за 10—15 мин до окончания варки добавить тонкие ломтики очищенной красной свеклы, 2 столовые ложки виноградного вина или уксуса и немного сахара.

Готовый борщок процедить и разлить в бульонные чашечки. Отдельно подать гренки с сыром.

БУЛЬОН КУРИНЫЙ ШАФРАНЫЙ. 1 курица, 1 гвоздика, перец горький и душистый, шафран, зелень.

Курицу обрабатывают, заливают горячей водой, добавляют соль и варят. После закипания нагрев уменьшают и доводят курицу до готовности почти без кипения бульона, периодически снимая пену и жир. За 15—20 мин до конца варки кладут шафран, гвоздику, корицу и перец горошком. Курицу вынимают, нарубают на куски и хранят в горячем бульоне, бульон процеживают, кипятят и разливают в тарелки или суповые миски.

БУЛЬОН КУРИНЫЙ ЧЕРНЫЙ. 1 курица, 3 гвоздики, корица, перец горький и душистый, зелень.

Варят так же, как и шафранный. За 1 час до конца варки добавляют в бульон целые головки репчатого лука.

БУЛЬОН КУРИНЫЙ С РИСОМ. 400 г бульона куриного шафранного черного или белого, $\frac{1}{2}$ стакана риса.

Готовят куриный бульон с шафраном, черный или белый. Перед подачей в него кладут отдельно сваренный рис.

ЛАПША

ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ. 1 курица, 1 морковь, петрушка, 1 луковица, специи.

для лапши: 2 ст. л. муки, $\frac{1}{2}$ яйца, 1 ст. л. воды (выход лапши — 60 г).

Для лапши готовят крутое тесто, как для пельменей. Его раскатывают и слегка подсушивают, нарезают соломкой, ромбиками, квадратиками. Готовую лапшу подсушивают. Курицу обрабатывают и варят бульон, как обычно. Вареную курицу нарубают по 2—3 куска на порцию. В бульон добавляют нарезанные соломкой и пассерованные коренья и лук, дают ему вновь закипеть, всыпают лапшу и варят до готовности (15—20 мин). Куски курицы кладут в тарелки и заливают лапшой.

КУРИНАЯ ЛАПША С ШАФРАНОМ. 0,01 г шафрана, остальные продукты, как для лапши домашней с курицей.

Варят так же, как обычную куриную лапшу, но добавляют шафран, который кладут в бульон вместе со специями (за 5—10 мин до готовности).

ЛАПША С ПОТРОХАМИ. 100 г потрохов, 60 г лапши домашней или готовой, остальные продукты, как для лапши домашней с курицей.

Потроха кур и индеек (кроме голов и печени) обрабатывают и промывают, заливают холодной водой и варят. Печень варят отдельно. Сваренные желудок и печень нарезают ломтиками, а крылышки, ножки и шейку нарубают. В бульоне варят лапшу. Потроха кладут в тарелку или суповую миску, заливают лапшой и подают с зеленью.

РАССОЛЬНИКИ

РАССОЛЬНИК С ПОТРОХАМИ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ. 90 г потрохов, 350 г мясного бульона, 40 г петрушки, 20 г пастернака, 20 г сельдерея, 2 луковицы, лук-порей, $\frac{1}{2}$ огурца соленого, 1 ст. л. масла топленого, 10 г сметаны, 10 г зелени.

Головы, шейки и крылышки домашней птицы опаливают и промывают. Из голов вынимают глаза, желудки разрезают пополам, удаляют кровь и промывают; лапки ошпаривают, очищают чешуйки и промывают. Все потроха заливают бульоном или водой, варят 1,5—2 часа, снимая жир, печень варят отдельно.

Бульон процеживают и варят на нем рассольник, добавляя нарезанный соленый огурец, специи и пряности, перед подачей на стол кладут нарубленные на куски потроха.

РАССОЛЬНИК С ГУСИННЫМИ ПОТРОХАМИ. Гусиные потроха, 1 кусок говядины, $\frac{1}{2}$ стакана перловой крупы, 3—4 картофелины, 1 морковь, петрушка, сельдерей, $\frac{2}{3}$ луковицы, 2—3 соленых огурца, масло, жир, сметана, специи, зелень.

Гуся используют для приготовления вторых блюд, а потроха — для приготовления рассольника. Желудок нарезают, хорошо промывают и снимают толстую внутреннюю пленку. Сердце разрезают и промывают, печенку зачищают, удаляют желчный пузырь и промывают. Из шеи удаляют пищевод. Очищенные и промытые потроха кладут в кастрюлю вместе с куском говядины, заливают водой и варят бульон, снимая пену.

Печенку лучше варить отдельно. Можно варить бульон и из одних потрохов, но он получится очень слабым. Когда бульон сварится и потроха станут мягкими, его процеживают, а желудок, сердце, печень и говядину нарезают на ломтики.

Перловую крупу перебирают, промывают, заливают кипятком, посуду закрывают крышкой и распаривают крупу около часа. Картофель, коренья и лук нарезают дольками или брусочками. Перловую крупу можно подсушивать и варить в бульоне.

Огурцы перед закладкой очищают, нарезают на 4 части, удаляют семена, а мякоть нарезают ромбиками и кипятят 5 мин с небольшим количеством бульона; отваром от огурцов разводят мучную пассеровку.

В кипящий бульон закладывают распаренную крупу и варят около 15 мин, затем кладут картофель, пассерованные коренья и лук и варят еще 15—20 мин. Добавляют припущенные огурцы, специи и кипятят. Кожицу огурцов заливают водой, кипятят и полученным рассолом заправляют рассольник по вкусу. В тарелку кладут ломтики сваренных потрохов, мяса и заливают рассольником.



ДОМАШНЯЯ ПТИЦА И ДИЧЬ — ХРАНЕНИЕ И ОБРАБОТКА

Мясо птицы в сыром виде

Птица. Мясо домашней птицы богато содержанием воды, оно содержит также ценные белки, соли и витамины. Качество мяса зависит от вида птицы, ее породы, возраста и в особенности от части тушки. Мясо филейной части (грудки) птицы отличается светлым цветом, а других частей — более темным. Мясо курицы, индейки и фазана — белое, а утки и гуся — темное. Вкус мяса зависит от корма птицы, например, мясо гусей и уток, которые питались рыбой, обладает неприятным вкусом. У молодок, в возрасте до 1 года, мясо вкуснее, мягче и нежнее, а у более старых кур — более грубое и жесткое, с синеватым оттенком. Мясо самцов острее на вкус, с более грубой мускульной тканью, чем у самок.

Дичь. Мясо дичи отличается от мяса домашней птицы содержанием большого количества белков и солей и более темным коричнево-красным цветом, а также своеобразным ароматом, вкусом и известной жесткостью.

Хранение продуктов животного происхождения

Выпотрошенные и промытые тушки птиц сохраняются в холодильнике или на льду не дольше 1—2 дней. Дичь выдерживают неошипанной и невыпотрошенной в холодных камерах в течение 5—6 дней и затем уже приступают к приготовлению.

Первичная обработка животных продуктов

Для кулинарной обработки птица поступает мороженой или охлажденной. Она может быть непотрошенная (только ошипанная), полупотрошенная (без кишечника, но с потрохами) и потрошенная (без кишечника и потрохов). Дичь (фазаны, перепела, куропатки, глухари, голуби и т. п.) поступает неошипанной.

Оттаивают мороженую домашнюю птицу, укладывая тушку спинкой вниз в один ряд на стол в помещении с комнатной температурой, и выдерживают ее в течение нескольких часов.

Ошипывают домашнюю птицу, предварительно погрузив ее на одну минуту в горячую воду. Чтобы при ошипывании не повредить кожу, ее следует растягивать пальцами левой руки в том месте, где выдерживают перья по нескольку сразу в направлении, обратном их естественному росту. Мелкие волоски, оставшиеся на тушке птицы после ошипывания, опаливают на некоптящем пламени спиртовой или газовой горелки. Кожу ошипанной тушки предварительно обсушивают полотенцем, а затем тушку натирают отрубями или мукой, вследствие чего мелкие волоски легко отделяются от кожи и быстро сгорают. Тушки дичи не погружают в горячую воду перед ошипыванием.

Крылышки у цыплят не отрубают, а у взрослой птицы отрубают по второй сустав; ножки отрубают по коленный сустав.

Потрошение производят следующим образом. Кожу на шейке прорезают со стороны спинки, затем отрубают шейку до основания, оставляя часть покрывающей ее кожи с грудной стороны, чтобы при заправке тушки можно было закрыть ее зобную часть и место отреза шейки. Через разрез на шее удаляют гортань и зоб. Брюшко разрезают от грудной кости до хвоста и через разрез удаляют внутренности — желудок, кишечник, сердце и печень, стараясь при этом не раздавить желчный пузырь. Выпотрошенные тушки тщательно промывают в холодной воде, меняя ее два-три раза.

Для обеспечения более равномерного воздействия тепла при кулинарной обработке, а также для удобства нарезки готовых тушек на порции их формируют (заправляют) тремя способами: в две нитки, в одну нитку (крестом) и в «кармашек». При прошивке в две нитки иглу пропускают сначала через одно крыло, а затем через второе, прижимая их к тушке; при прошивке в одну нитку (крестом) поварскую иглу с ниткой пропускают через центр окорочка, затем иглу с ниткой переносят под тушкой в первоначальное положение, вторично пропускают под конец выступа филейной части, прижимая ножки к тушке, и завязывают на спинке узел; при формовке «в кармашек» кожу на брюшке надрезают и вправляют в эти разрезы ножки.

Разделка на порционные куски, формовка филе и отделение окорочков.

Обычно тушки среднего размера *разделяют* на пять порционных кусков: два окорочка, заднюю часть до грудинки, а переднюю

часть делят на две части — вдоль грудной кости до позвоночника. Более крупные тушки разрезают на большее количество порционных кусков, а более маленькие — на меньшее количество кусков.

Для отделения *белого мяса* (филе) промытую тушку кладут на спинку. Затем делают разрезы в пашинках и окорочках, лапки отводят в сторону. Кожу с филейной части тушки удаляют. Очень осторожно, чтобы не порвать, отделяют белое мясо от грудной кости. Разрезают и сухожилие, находящееся возле сустава крылышка, отрезая таким образом вместе с филе крыльную косточку. Каждое филе состоит из двух частей: большого филе (наружного) и малого (внутреннего). Крыльную косточку зачищают от мяса и сухожилий и одновременно отрубают утолщенную часть. Белое мясо зачищают от пленок и сухожилий, а затем слегка отбивают мокрой тряпкой до толщины 2—3 мм.

Отделение мяса от костей. Окорочка отделяют от тушки, перерезывая сухожилия в их суставах. Кожу удаляют.

Мясо с внутренней их части разрезают по длине и отрезают около кости. Таким же образом подготавливают и нижнюю часть окорочка. Мясо зачищают от сухожилий и пленок и слегка отбивают.

Пищевые отходы птицы. К пищевым отходам относятся: желудок, печень, сердце, шейка, головка, лапки и крылышки. Для приготовления пищи не используют кишечник, зоб и желчный пузырь. Желудок разрезают и с внутренней части сдирают оболочку. С печени осторожно срезают желчный пузырь. Лапки и голову ошпаривают и очищают. С головки удаляют пеньки, снимают клюв, язык, вынимают глаза. С лапок удаляют пеньки, снимают кожу и отрубают коготки. Все обработанные пищевые отходы тщательно промывают в холодной воде несколько раз.

Тепловая обработка пищевых продуктов

Варка. Варить продукты можно в воде или в атмосфере насыщенного водяного пара. Существует два способа варки в воде — в кипящей воде и при умеренном огне.

При варке в кипящей воде продукт полностью покрыт ею до момента готовности. Так как в холодной воде растворяются самые разнообразные вещества продукта, а при медленном подогреве это ее свойство увеличивается еще больше, в случае необходимого сохранения этих веществ в продукте его закладывают непосредственно в кипящую воду. Это занижает извлечение из него разных веществ.

При обычной варке температура не превышает 110°C. Поэтому невозможно сократить срок варки за счет усиления огня.

Варка на умеренном огне представляет собой нагревание продукта в воде, температура которой ниже температуры кипения. Варка на умеренном огне может быть применена самостоятельно или после варки в кипящей воде. После этого способа варки может последовать другой, при котором теплота передается не непосредственно, а через водяную баню. В таком случае пищевой продукт отделен от водяной бани другим сосудом. Такой способ тепловой обработки применяется в случае опасности перегрева продукта.

Закладывание продукта на короткий срок в кипяток называется ошпариванием. В некоторых случаях для удаления неприятных ароматических и вкусовых веществ (например из шпината), а в других случаях для уменьшения объема продукта (например, при приготовлении рыбы) и пр., продукт на короткий срок погружают в кипяток. Такая обработка называется *бланшированием*.

Варить продукты можно и паром. При варке продукт помещают в сетчатые металлические корзины или на вкладыше (решетке) в кастрюлю или котел с водой так, чтобы вода не соприкасалась с продуктом. Затем закрывают крышкой и кипятят находящуюся в нем воду; образующийся пар проваривает продукт.

Другой способ варки — это в герметически закрывающихся сосудах при повышенном давлении. При подобной тепловой обработке температура кипения повышается благодаря образовавшемуся в герметически закрытом сосуде давлению испаряющейся воды. В таком случае процесс варки протекает быстрее всего, но этот способ почти не возможен в домашних условиях.

Тушение. Под действием повышенной температуры, которая передается продуктам посредством небольшого количества воды или пара, вода из продукта начинает испаряться. В зависимости от того, необходимо ли сохранение соков в самом продукте или их извлечение в большем количестве, существуют два способа тушения: тушение после предварительного обжаривания продукта и тушение без предварительного обжаривания.

Тушение после предварительного обжаривания продукта применяют при обработке крупных кусков мяса. При предварительном обжаривании продукта со всех сторон образуется корочка розово-коричневого цвета с приятным ароматом и вкусом. Затем добавляют немного воды или бульона и продукт тушат, причем жидкость извлекает содержащиеся в нем ароматические и вкусовые вещества. Когда жидкость испарится, куски мяса снова поливают небольшим количеством жидкости. Таким образом извлекаются новые ароматические и вкусовые вещества, которые придают характерный вкус и аромат мясу.

При тушении без предварительного обжаривания продукт не темнеет, ввиду чего и образовавшийся при тушении сок светлей и мягче на вкус.

Жарка. Под действием высокой температуры, которая передается через жир, влага с поверхности продукта быстро испаряется, в результате чего на нем появляется сухая коричнево-красная корочка с приятным ароматом и вкусом. Дальнейшее повышение температуры приводит к сторанию корочки, что придает ей горький вкус. В зависимости от того, необходимо ли значительное сохранение соков в продукте или извлечение их большей части жиром, для использования последнего при приготовлении соуса применяют два способа жарки: жарка в большом количестве жира (фритюре) и жарка в небольшом количестве жира.

При жарке в большом количестве жира продукт полностью погружают в жир, нагретый до 180°C. Горячий жир, обволакивая продукт, создает хорошие условия теплопередачи и обеспечивает равномерное образование корочки на всей поверхности продукта. Соотношение между весовыми количествами жира и погружаемым в него продуктом должно быть не менее 4:1, иначе жир охлаждается, что значительно ухудшает условия обжаривания. При температуре ниже максимальной обжариваемый продукт впитывает значительное количество жира, что оказывает влияние на его вкусовые качества, и продукт трудно переваривается.

Для жарки во фритюре используют глубокую наплитную посуду, не луженую, а стальную или чугунную, так как под влиянием высокой температуры посуда портится и окисляется. Наполнять посуду жиром следует не больше чем на половину ее емкости, учитывая, что при жарке жир сильно вспенивается.

После нескольких обжарок жир фильтруют, в противном случае он приобретает темный цвет, неприятный аромат и горьковатый привкус.

Жарка с небольшим количеством жира происходит в открытой неглубокой посуде — сковороде или противне. На дно посуды кладут жир (5—10% веса продукта), а после того как он нагреется до температуры 160°C, помешают обжариваемый продукт. Жир образует тонкую прослойку между дном посуды и продуктом и вследствие плохой теплопроводности замедляет повышение температуры продукта. Поэтому, прежде чем продукт начнет пригорать, на нем образуется нормальная корочка на той стороне, которая непосредственно соприкасается с дном посуды. Для образования корочки по всей поверхности продукт необходимо переворачивать. Так как для образования корочки на поверхности продукта в самом начале жарки необходимо предварительно сильно нагреть жир, сливочное масло является неподходящим для жарки — оно чувствительно к высокой температуре и выделяет неприятные вкусовые вещества. После образования корочки на поверхности продукта его можно дожарить при умеренной температуре жира. Если первоначальная температура жира была недостаточной для образования корочки, продукт теряет большую часть своего сока и значительно уменьшается в объеме. Плоские кусочки мяса необходимо часто переворачивать, так как в противном случае сок их быстро испаряется. Нарушение поверхностной корочки прокалыванием мяса вилкой приводит к вытеканию пищевых соков, вследствие чего продукт становится сухим и жестким.

Запекание. Под действием высокой температуры, которая передается посредством окружающего воздуха, влага с поверхности продукта быстро испаряется, в результате чего на нем появляется сухая коричнево-красная корочка с приятным вкусом и запахом.

В зависимости от того, необходимо ли сохранение соков в самом продукте или их извлечение в значительном количестве из продукта для приготовления жидкой части блюда, существуют два способа запекания: на решетке и в жарочном шкафу.

При жарке на решетке продукт находится в непосредственной близости с источником тепла (горящими древесными углями или электроспиралью), ввиду чего температура окружающего воздуха достигает 300-350°C. Такая температура развивается только при этом виде тепловой обработки. Продукт не пригорает при соприкосновении его с решеткой, если она хорошо вычищена от пригоревших частиц и смазана шпиком, который в сравнении со всеми другими жирами является наиболее тугоплавким.

При запекании в жарочном шкафу температура воздуха также очень высокая, но все же ниже, чем при жарке на решетке (до 240°C). Если после образования корочки температура не будет понижена, корочка пригорит, вследствие чего продукт приобретет неприятный запах и горький вкус. Наоборот, если температура недостаточно высокая, запекание длится долго и продукт высыхает, становится твердым, так как корочка образуется медленно и содержащаяся в продукте жидкость испаряется.

Во время запекания продукт поливают жиром, в котором он запекается, что ускоряет тепловой процесс и предохраняет продукт от чрезмерного высыхания. Добавление воды при запекании смягчает образовавшуюся поверхность корочку (воду добавит после предварительного повышения температуры).

Жирные продукты (свинина, гуси, индейки и т. д.) запекают, поливая небольшим количеством горячей жидкости, вследствие чего они первоначально тушатся. При этом предварительном тушении часть их

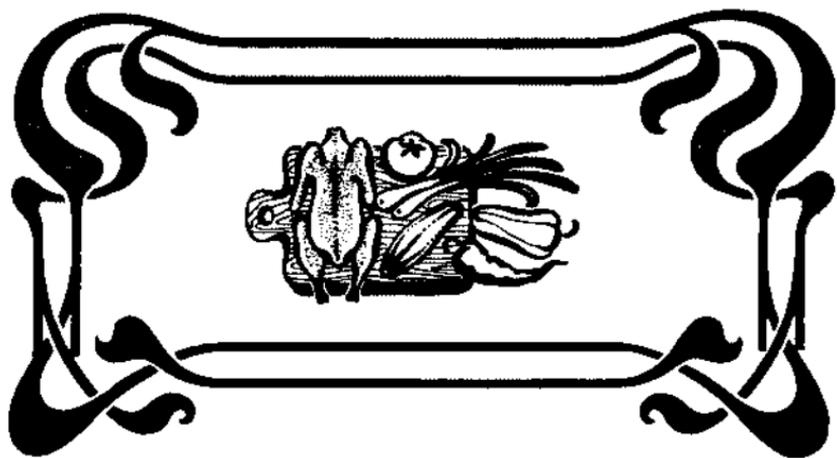
собственного жира выделяется и после испарения жидкости продукт запекается в собственном жире, что придает ему исключительно тонкий естественный аромат и вкус.

Птицу варят, тушат и запекают. *Варят* цыплят, кур и взрослую птицу других видов целыми тушками или разрубленными на части. Тушки птиц закладывают в холодную воду (2,5 л на 1 кг веса тушки), которую быстро нагревают до кипения. После закипания с бульона снимают пену, добавляют соль, ароматические корни и варят при очень слабом кипении. Цыплята варятся приблизительно 1/2 часа, куры в зависимости от возраста — от 1—3 часов.

При припускивании тушки укладывают в посуду и заливают бульоном на 1/3 высоты птицы. После этого птицу солят, посуду накрывают крышкой и припускают на слабом огне до готовности.

Запекают цыплят или тушки крупных домашних птиц (гусей, индеек), укладывая на противни спинками вниз. Во время запекания необходимо тушки периодически переворачивать и поливать жиром и выделяющимся из них соком. Продолжительность запекания цыплят приблизительно 1/2 часа, кур и уток — около 1 часа, а гусей и индеек — 1/2—2 часа.

Птицу можно сварить, припустить, обжарить, а затем запечь. Запекание преследует цель быстрого образования поджаристой корочки; для этого требуется более высокая температура жарочного шкафа, а затем процесс запекания протекает при более низкой температуре.



*домашняя
птица
и дичь
к
повседневному
и
праздничному
столу*

В этом разделе даются различные рецепты приготовления основных (иногда говорят вторых) блюд из домашней птицы и дичи, которые можно подавать к обеду, ужину, праздничному столу.

Для удобства пользования глава имеет подразделы не по принципу обработки продуктов (жарка, тушение, варка, запекание и т. д.), а по видам птицы: кури, утки, цыплята, гуси, дичь.

Нужно заметить, что хозяйка в зависимости от времени года, сложившихся семейных традиций, имеющихся возможностей может несколько видоизменить состав продуктов, данных в рецептурах, по своему вкусу добавить или, напротив, убрать пряности и специи.

Итак, домашняя птица и дичь — жареная, тушеная, запеченная, фаршированная, отварная, припущенная — к вашему столу!

КУРЫ

КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ. $\frac{1}{2}$ курицы, 10 г хлеба пшеничного, 50 г молока или сливок, 50 г масла сливочного, 1 яйцо, 75 г соуса, перец, мускатный орех.

На кожу, снятую с мяса молодой курицы и разложенную на влажном пергаменте (или салфетке), положить приготовленный фарш, разровнять его, завернуть в форме рулета или сформовать в виде тушки, перевязать концы пергаamenta или салфетки и положить в посуду.

Варить курицу в небольшом количестве бульона в закрытой посуде на слабом огне. Время варки — 35—40 мин на 1 кг фарша.

Порцию курицы (2—3 куса) положить на блюдо, гарнировать припущенным рисом, стручками фасоли, горошком или одним из сложных гарниров и полить курицу белым соусом с яичным желтком.

Фаршированную курицу можно после припускания полить маслом и обжарить в жарочном шкафу. При подаче полить соком или красным соусом с мадерой. На гарнир можно подать один из сложных гарниров.

Для фарша мякоть курицы нарезать на куски, пропустить через мясорубку, добавить мякиш пшеничного хлеба, размоченного в молоке, и пропустить еще раз через мясорубку с частой решеткой или через специальную протирающую машину. В измельченную массу добавить размягченное масло, сырое яйцо, молоко, соль, перец, мускатный орех и перемешать. В фарш можно также положить фисташки и шампиньоны, нарезанные кубиками, или трюфеля (10—12 г).

КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ. 1 курица, 2 ст. л. жира куриного или маргарина столового, 2 ст. л. масла сливочного; для фарша: 7 ст. л. риса припущенного, 100 г печенки куриной готовой, 100 г шампиньонов или белых грибов, перец, зелень.

Для приготовления этого блюда используется только молодая птица (курочка, петушок или цыпленок).

У тушки птицы после ее опаливания удалить ножки по коленчатый сустав, затем шейку между крылышек, предварительно разрезав частично кожу вдоль шейки и таким образом оставив большую часть кожицы при тушке. Вдоль спины от шейки сделать небольшой разрез, через это отверстие удалить внутренности, срезать кишочку анального отверстия и промыть тушку в холодной воде.

Приготовленную тушку отсушить, слегка посолить внутри. В области грудки осторожно, не прорывая, кожу

отделить от мяса, нафаршировать, распределяя фарш равномерным слоем (примерно половину фарша). Оставшийся фарш положить внутрь тушки. После этого закрыть разрез на спинке кожицей и тушку зашить в две нитки.

Тушку птицы посолить, поместить в сотейник, полить жиром и жарить в жарочном шкафу, время от времени поворачивая тушку и поливая ее жиром и соком.

С готовой жареной тушки удалить нитки, приготовить сок, зальезонить его крахмалом и процедить.

При подаче тушку полить маслом и соком или подать отдельно. Тушку курочки или цыпленка можно разрезать на две — четыре части.

Для приготовления фарша в припущенный рис можно добавить обжаренные куриные печенки, нарезанные кубиками, и столько же и так же нарезанные кубиками вареные шампиньоны или белые грибы; фарш по вкусу заправить солью и перцем.

Рис можно заменить домашней лапшой, нарезанной в форме ромба или шашек, сваренной и заправленной маслом.

КУРИЦА ОТВАРНАЯ В БЕЛОМ СОУСЕ. 1 курица, 75 г соуса, зелень.

Отварить курицу. Отдельно на крепком бульоне приготовить белый соус. При подаче порцию горячей курицы положить в глубокое блюдо или на тарелку, а рядом с птицей — гарнир, заправленный маслом: кашу рисовую рассыпчатую, сваренную на бульоне (рис припущенный), вареные стручки фасоли или лапшу кулинарного приготовления, нарезанную в форме ромбиков. Полить курицу белым соусом с яичным желтком. Украсить листиком салата или веточкой зелени петрушки.

Так же можно приготовить блюдо из цыпленка и индейки.

КУРИЦА ОТВАРНАЯ С РИСОВОЙ КАШЕЙ. 1 курица, каша рисовая рассыпчатая, 2 стакана соуса белого с яйцом (супрем), специи по вкусу, 1 луковича.

Обработанную и заправленную в «кармашек» тушку курицы положить в кастрюлю, залить водой, быстро довести до кипения, снять пену и варить 1 час до готовности при слабом кипении бульона.

За 30 мин до окончания варки тушки курицы положить соль, перец горошком, лавровый лист, лук репчатый, коренья и другие пряности и приправы (сырые).

Отваренную курицу разрубить на две половинки и от них нарубить порции из расчета 1—2 куски, положить их в сотейник для хранения в горячем бульоне до подачи к столу.

При подаче к столу в тарелку кладут рисовую кашу с маслом, сверху куски вареной горячей курицы и заливают соусом белым с яйцом, доведенным до вкуса лимонной кислотой и щепоткой сахара.

КУРИЦА ОТВАРНАЯ С КИЗИЛОВОЙ ПОДЛИВКОЙ. На $\frac{1}{2}$ курицы весом 500—600 г, 100 г свежего кизила, 50 г изюма 1 ст. л. сахара.

Подготовленную и промытую курицу отварить до готовности, бульон слить (процедить), а курицу нарезать на порции.

После этого промытый изюм и кизил (без косточек) положить в кастрюлю и залить процеженным горячим бульоном настолько, чтобы только покрыть бульоном ягоды, добавить сахар и, накрыв кастрюлю крышкой, варить 5—10 мин.

При подаче на стол сваренную курицу уложить на середину блюда и полить кизиловой подливкой.

КУРИЦА, ПРИПУЩЕННАЯ С БЕЛЫМ ВИНОМ. 1 курица, петрушка и сельдерей, пастернак, 1 луковица, 25 г шампиньонов, 1 ст. л. белого виноградного вина, $\frac{1}{2}$ стакана соуса, 200 г бульона.

На дно посуды положить нарезанные петрушку, сельдерей, пастернак и лук, на них — сырую курицу, добавить бульон, сваренный из костей кур, кролика или телятины, отвар из шампиньонов, белое виноградное вино и соль. Жидкость должна покрывать птицу на $\frac{1}{3}$ или $\frac{1}{4}$ высоты, в зависимости от возраста птицы. Припускать птицу в закрытой посуде.

На бульоне, в котором припускалась птица, приготовить соус паровой.

Курицу нарезать на порции, положить на тарелку и полить паровым соусом.

На гарнир можно подать рассыпчатую кашу рисовую, пшеничную или ячневую или стручки фасоли.

КУРИЦА, ЗАПЕЧЕННАЯ В РАКОВИНЕ. 1 курица вареная без костей и кожи, 200 г шампиньонов или трюфелей, 2 ч. л. масла сливочного, $\frac{1}{2}$ стакана соуса молочного, $\frac{1}{2}$ стакана соуса белого с яичными желтками, 100 г сыра.

В раковину налить немного молочного соуса. Вареное куриное мясо нарезать ломтиками, так же нарезать шам-

пиньоны. Все это посолить, прогреть и заправить белым соусом с яичными желтками, уложить горкой на раковину, покрыть (замаскировать) молочным соусом средней густоты, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в жарочном шкафу.

При подаче украсить ломтиками шампиньонов или трюфелей. Полить маслом.

Так же можно приготовить курицу с охотничьим соусом.

КУРИЦА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ. Курица весом 1,1 кг, 70 г сливочного масла, 250 г моркови, 50 г лука, 50 г сельдерея, 1 лавровый листик, 1 г черного перца, 100 г белого вина, 500 г картофеля, 400 г зеленой фасоли.

Очищенную и сформованную тушку курицы посолить внутри и снаружи, положить в кастрюлю с маслом, поставить в жарочный шкаф и подрумянить со всех сторон. Прибавить мелко нарезанные морковь, лук, сельдерей и добавить лавровый лист и черный перец. Подрумянив овощи, залить белым вином и бульоном и накрыть крышкой. Периодически поливая соком, в котором тушилась курица, довести до мягкости. На гарнир приготовить поджаренный в масле картофель, вынутый выемкой в виде миндала, припущенную с маслом и сахаром морковь такой же формы и заправленную маслом вареную зеленую фасоль. Готовую курицу нарезать кусками, положить на блюдо, а вокруг нее разложить букетами гарниры. Сверху полить процеженным через сито соком, в котором тушилась курица. Подать с салатом.

КУРИЦА ЖАРЕНАЯ С СОУСОМ ЭСТРАГОН. 1 курица, 100 г жира куриного, 75 г соуса, стебли эстрагона.

Подготовленную курицу обжарить в жарочном шкафу со стеблями эстрагона.

В сок, оставшийся после жарения птицы, добавить соус с эстрагоном и вскипятить.

При подаче на стол птицу положить на блюдо и полить соусом. На гарнир подать припущенный рис или овощи, кабачки и помидоры жареные и молодой картофель отварной с маслом.

Так же можно приготовить блюдо из цыпленка.

КУРЫ ИЛИ ЦЫПЛЯТА ПАРОВЫЕ. 1 курица (цыпленок), 1,5 ст. л. муки, 1 морковь, петрушка, 1 луковица, 2 ст. л. масла, 1 ч. л. лимонного сока.

Подготовленную сырую курицу или цыпленка положить в кастрюлю, добавить очищенные, промытые и разрезан-

ные корни и лук, залить мясным бульоном или водой на $\frac{3}{4}$ высоты тушки, посолить и, закрыв крышкой кастрюлю, поставить варить. Варка курицы продолжается 1—1,5 часа, цыпленка — 30—40 мин.

По окончании варки курицы или цыпленка приготовить соус. Для этого 1,5 столовой ложки муки слегка прожарить с таким же количеством масла, развести 1,5—2 стаканами бульона, полученного при варке птицы, размешать и проварить в течение 5—10 мин. Если цыпленок небольшой, то количество муки и масла уменьшают. Полученный соус процедить, прибавить чайную ложку лимонного сока (или лимонной кислоты), по вкусу — соль, кусочек сливочного масла и тщательно размешать до полного соединения масла с соусом. Еще вкуснее получается соус, если в него при варке добавить $\frac{1}{2}$ стакана белого виноградного вина.

При подаче на стол курицу или цыпленка разрубить на части, уложить на подогретое блюдо и залить соусом. На гарнир можно подать стручки фасоли, заправленные маслом, отварной рис или отварной картофель.

КУРИЦА В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ГРИБАМИ. 1 курица, 1 ч. л. жира куриного, 200 г соуса, 50 г чеснока, зелень.

Жареную курицу разрубить на порции, положить в сотейник, залить томатным соусом с грибами, накрыть посуду крышкой и тушить 10—15 мин.

При подаче на блюдо положить порцию птицы вместе с соусом, загарнировать жареным картофелем. На птицу положить кучку растертого с солью и зеленью чеснока и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

Так же можно приготовить блюдо из цыпленка.

КУРИЦА ПО-ШВЕДСКИ. Курица весом 1,1 кг, 100 г сливочного масла, 50 г муки, 2 ст. л. сметаны, 1 ч. л. сока лимона.

Сформованную курицу посолить внутри и снаружи, положить в кастрюлю и поставить в жарочный шкаф. Подрумянить курицу со всех сторон, прибавить нарезанный ломтиками, прокипяченный в воде и отцеженный лук. Вынуть курицу, припустить в том же масле лук, прибавить муку и спассеровать ее, прибавив сметану или кислое молоко. Влить чашку бульона и хорошо размешать. Положить курицу, тушить до мягкости и вынуть. Пропустить соус через сито и заправить куском сливочного масла и соком лимона. На гарнир приготовить

плов из риса и домашнюю лапшу или пюре из каштанов. Подать с салатом по выбору.

КУРИЦЫ С ГРИБАМИ В СОУСЕ. 1 курица (или дичь), 250 г белых грибов или шампиньонов, 1 ст. л. масла сливочного, $\frac{1}{2}$ стакана соуса сметанного, $\frac{1}{2}$ стакана соуса томатного, 100 г сыра.

Для приготовления блюда используется как один вид домашней птицы или дичи, так и несколько их видов, при этом сохраняется указанная в рецептуре норма.

Мякоть вареной или жареной домашней птицы и дичи без кожи, а также вареные белые грибы или шампиньоны нарезать короткой соломкой. На горячую сковороду с растопленным маслом положить грибы, мясо птицы, слегка обжарить и заправить сметанным соусом с добавлением томатного соуса. Подготовленные продукты перемешать, выложить на сковороду, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в горячем жарочном шкафу так, чтобы быстро образовалась на поверхности румяная корочка.

Готовят блюдо непосредственно перед подачей.

КУРИЦА С ОВОЩАМИ В БЕЛОМ СОУСЕ. 1 курица, 1 морковь, 1 репа, сельдерей, 400 г цветной капусты, 250 г фасоли (стручки), 50 г маргарина сливочного или сливочного масла, 50 г муки, 100 г бульона, 100 г соуса.

Подготовленную курицу припустить в бульоне с морковью, репой и сельдереем, нарезанными дольками. Отдельно в подсоленной воде сварить цветную капусту и стручки фасоли, нарезанные ромбиками.

При подаче порцию птицы положить на блюдо или тарелку, загарнировать морковью и репой, цветной капустой, стручками фасоли и полить белым соусом, приготовленным на бульоне, в котором припускалась курица.

При приготовлении этого блюда в большом количестве можно несколько изменить самый способ приготовления, а именно: овощи — морковь, репу и сельдерей — припустить в сотейнике отдельно. Отвар от овощей присоединить к припускаемой курице или, в крайнем случае, к приготовляемому соусу. Овощи же хранить в закрытой посуде.

Так же можно приготовить блюдо из цыпленка.

КУРИЦА С ОВОЩАМИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ. 1 курица, 1 морковь, 1 репа, сельдерей (зелень), 200 г горошка свежего, салатный сельдерей (стебли), 1 стакан молока, 100 г маргарина сливочного, 50 г муки, зелень, 1 стакан бульона.

Припустить подготовленную птицу в бульоне с морковью и репой, нарезанными кубиками, дольками или в

виде орешков, а также с веточкой сельдерея. Отдельно сварить в подсоленной воде свежий горошек и черешки салатного сельдерея, нарезанного в форме кубиков.

При подаче положить на блюдо или тарелку порцию птицы, гарнировать ее овощами и все полить соусом, приготовленным из молока с добавлением 50% бульона, в котором припущалась птица. Посыпать зеленью.

Так же можно приготовить блюдо из цыпленка.

КУРИЦА С ШАМПИНЬОНАМИ В КРАСНОМ СОУСЕ. 1 курица, 25 г шампиньонов, 1 ч. л. жира куриного, 2 ч. л. масла сливочного, 60 г соуса.

Подготовленную птицу обжарить в сотейнике в жарочном шкафу до готовности. Из сотейника слить жир, оставив сок, в который добавить коричневый бульон (15—20 г), красный соус и проварить соус в течение 1—2 мин. Соус процедить и заправить маслом.

Отдельно подогреть с маслом припущенные мелкие головки свежих грибов или шампиньонов.

При подаче порцию птицы положить на блюдо или тарелку, загарнировать целыми головками или ломтиками припущенных грибов и полить соусом. На гарнир можно подать жареный картофель.

Так же можно приготовить блюдо из цыпленка.

КУРИЦА С ГОРОШКОМ. 100 г лука, 200 г помидоров, 600 г зерен горошка, 15 г укропа, 2 г молотого красного перца, 1 г молотого черного перца, петрушка.

Подготовленную тушку курицы нарезать на порционные куски и поджарить на масле до образования румяной корочки. На том же масле спассеровать мелко нарезанный лук, прибавить муки, немного красного перца (по желанию) и очищенные от кожицы, мелко нарезанные помидоры; залить горячей водой, положить куски курицы, посолить по вкусу и варить до мягкости мяса. Прибавить зерна зеленого горошка и варить в течение 15—20 мин. Снять с огня и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и укропом. Подать горячей.

КУРИЦА С ПОМИДОРАМИ. 1,1 кг мяса куриного, 125 г масла, 30 г муки, 1,2 кг помидоров, 20 г сахара, петрушка.

Готовить так же, как курицу с горошком, в конце вместо горошка прибавить спелые свежие помидоры, разрезанные пополам или на 4 части (если помидоры крупные). Курицу с помидорами варить еще 10—15 мин, после чего снять с огня и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подать горячей.

Примечание: если помидоры мелкие, то их можно положить целиком. По желанию можно прибавить 25 г сахара.

КУРИЦА С ЧЕРНОСЛИВОМ. Курица весом 1,1 кг, 130 г масла, 200 г лука, 30 г муки, 500 г чернослива, 30 г томата-пюре, 30 г сахара, 5 г корицы, петрушка.

Готовить так же, как курицу с горошком или курицу с помидорами. Вместо горошка или помидоров прибавить промытый и ошпаренный чернослив; прибавить и сахар, чтобы вкус соуса был сладковатый. Сняв с огня, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подать горячей.

КУРИЦА С НАЧИНКОЙ ИЗ РИСА. Курица весом 1,25 кг, 100 г сливочного масла, 50 г лука, 150 г риса, 1 г молотого черного перца, 50 г изюма, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 150 г белого вина.

Очищенную курицу посолить внутри и снаружи и поперчить черным перцем. Приготовить начинку: сварить (за исключением печени) потроха курицы (желудок и сердце), нарезать мелкими кусочками и припустить с маслом и мелко нарезанным луком, затем прибавить рис и залить чашкой бульона, в котором варились потроха. Посолить по вкусу, посыпать черным перцем, по желанию прибавить изюм и варить до уменьшения количества воды. Нафаршировать курицу приготовленной начинкой и зашить. Если курица старая, положить ее в кастрюлю, прибавить масло, морковь, сельдерей и лук и тушить. Подрумянив овощи, подлить белого вина и продолжать тушить до мягкости. На гарнир подать жареный картофель.

ФИЛЕ КУРИЦЫ ПАРОВОЕ. 80 г филе куриного, 15 г шампиньонов, 30 г хлеба пшеничного, 2 ч. л. масла сливочного, 3 ст. л. соуса.

Подготовленное куриное филе положить в смазанный маслом сотейник, налить немного бульона (10—15 г), можно полить филе несколькими каплями лимонного сока, посолить, добавить шампиньоны, нарезанные ломтиками, накрыть посуду крышкой и припускать.

На ломтик поджаренного хлеба, уложенного на блюдо или тарелку, положить филе, а на него шампиньоны и все залить паровым соусом, приготовленным на бульоне, в котором припускалась птица.

На гарнир подать рассыпчатый рис, стручки фасоли или лапшу домашнюю, заправленную маслом.

Так же можно приготовить филе из дичи.

ФИЛЕ КУРИЦЫ С ПЕТУШИНЫМИ ГРЕБЕШКАМИ. 80 г филе куриного, 20 г шампиньонов, гребешки петушинные, 30 г хлеба пшеничного (или гренки), 40 г кнельной массы, 2 ч. л. масла сливочного, 3 ст. л. соуса.

Подготовленное филе курицы припускать с бульоном в сотейнике.

При подаче положить филе на блюдо или тарелку на поджаренные ломтики пшеничного хлеба или гренки, выпеченные из слоеного теста, а на филе и с боков положить вареные петушинные гребешки, кнели, припущенные шампиньоны и полить белым соусом с яичными желтками. На гарнир можно подать спаржу, стручки фасоли или кукурузы, заправленные маслом.

На филе поверх соуса можно положить тонкий ломтик трюфеля.

ФИЛЕ КУРИЦЫ СО СПАРЖЕЙ. 80 г филе куриного, 3 ч. л. масла сливочного, 30 г спаржи, 1 помидор, 30 г хлеба пшеничного, 3 ст. л. соуса, перец, зелень.

Припущенное филе уложить на поджаренный ломтик белого хлеба, поместить на блюдо или тарелку и гарнировать спаржей, помидорами. Филе полить белым соусом с яичными желтками.

Для гарнира сварить спаржу и заправить ее маслом: кусочки помидоров (без кожицы и семян) посыпать солью и перцем и обжарить с маслом.

КУРИНОЕ ФИЛЕ ПРИПУЩЕННОЕ. 85 г филе куриного, 25 г шампиньонов, 30 г хлеба пшеничного, 2 ч. л. масла сливочного, 75 г соуса, 10—15 г бульона.

Подготовленное куриное филе положить в смазанный маслом сотейник (можно полить филе несколькими каплями лимонного сока), налить немного бульона (10—15 г), посолить, добавить шампиньоны, порезанные ломтиками, накрыть посуду крышкой и припускать 15—20 мин на слабом огне.

На ломтик поджаренного хлеба, уложенного на блюдо или тарелку, положить филе, а на него шампиньоны и все залить паровым соусом, приготовленным с бульоном, в котором припускалось филе. На гарнир подать рассыпчатый рис, стручки фасоли или лапшу домашнюю, заправленную маслом.

КОТЛЕТА КУРИНАЯ НАТУРАЛЬНАЯ. 85 г филе куриного, 30 г хлеба пшеничного, 2 ст. л. сливочного масла.

Для отделения филе от тушки птицы нужно разрезать кожу в пашинах, удалить кожу с филейной части тушки,

отогнуть окорочка, разрезать мякоть по выступу грудной кости и разрубить косточку-вилку, отрезать филе вместе с крыльной костью, снять филе с реберных костей.

Снятое большое филе нужно зачистить. Для этого следует отделить маленькое филе, вынуть косточку-вилку, срезать с крыльной косточки мясо и жилы, отрубить утолщенную часть и затем срезать наружную пленку тонким острым и влажным ножом. После этого большое филе слегка развернуть при помощи небольшого долевого надреза с внутренней стороны, в двух-трех местах перерезать сухожилия и вложить в надрез маленькое филе, у которого предварительно вынуты сухожилия, затем покрыть его развернутой частью большого филе.

Подготовленное куриное филе с косточкой жарить на масле так, чтобы филе только слегка зарумянилось. При подаче котлету положить на блюдо, на гренек из пшеничного хлеба, поджаренный на масле.

Гарнировать котлету сложным гарниром, состоящим из трех-четырех видов овощей (морковь, зеленый горошек, стручки фасоли, спаржа, картофель в молоке, картофель в форме орешка или соломки жареный). Гарнир можно расположить букетами или поместить в корзиночки из теста. Полить котлету маслом. Отдельно можно подать салат зеленый.

Так же можно приготовить котлеты из индейки, но без косточки, или из дичи — рябчика, куропатки или фазана.

КОТЛЕТА ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ В СУХАРЯХ. 70 г филе куриного, 1 яйцо, 15 г хлеба пшеничного, 1 ст. л. масла сливочного.

Подготовленное куриное филе с косточкой запанировать в льезоне и сухарях или в свежепротертом хлебе и жарить на масле.

Гарнировать и подать котлету так же, как описано выше.

КОТЛЕТА ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ НАТУРАЛЬНАЯ. 80 г филе куриного, 30 г хлеба пшеничного, 1 ст. л. масла сливочного.

Подготовленное куриное филе с косточкой жарить на масле так, чтобы оно только слегка зарумянилось.

При подаче котлету положить на гренек из белого хлеба, поджаренный на масле. Гарнировать котлеты сложным гарниром, состоящим из трех-четырех видов овощей (морковь, зеленый горошек, стручки фасоли, спаржа, картофель в молоке, картофель в форме орешков или солом-

ки жареный). Гарнир расположить букетами. Полить котлету маслом. Отдельно можно подать салат зеленый.

Так же можно приготовить котлеты из рябчика, куропатки, фазана.

КОТЛЕТА ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ, ФАРШИРОВАННАЯ ПЕЧЕНКОЙ. 80 г филе куриного, 1 ст. л. масла сливочного, 1 яйцо, 1 ст. л. соуса молочного, 20 г фарша из печенки, 10 г шампиньонов, 20 г хлеба пшеничного, 3 ст. л. соуса с мадерой.

Эти котлеты готовить так же, как описанно выше. Фарш приготовить из смеси густого молочного соуса пополам с печенкой, приготовленной как для паштета. В фарш добавить сырой яичный желток, отваренные рубленные шампиньоны, соль и перец. Разделить фарш на куски весом около 40 г, придав им сплюсненную грушеобразную форму.

Сформованные котлеты посолить, смочить в яйце и запанировать в белой панировке, придав котлетам овальную форму. Жарить котлеты в неглубоком сотейнике или на чугунной сковороде с маслом и дожарить в жарочном шкафу. При подаче котлету положить на блюдо, полить маслом и гарнировать картофелем (соломкой) и корзиночками из слоеного теста, наполненными горошком с морковью.

Отдельно подать соус с мадерой.

Так же можно приготовить котлеты из другой домашней птицы, а также из фазана и другой дичи.

КОТЛЕТА ИЗ КУР ПАРОВАЯ. 100 г мяса куриного, 20 г хлеба пшеничного, 3 ст. л. сливок или молока, 1 ст. л. масла сливочного, 3 ст. л. соуса.

Из котлетной массы разделить котлеты или биточки и, не панируя их, уложить в смазанный маслом сотейник, добавить немного бульона, накрыть посуду крышкой и припустить на плите в течение 12—15 мин.

При подаче на подогретое блюдо или тарелку положить котлеты, гарнировать рассыпчатым рисом и полить котлеты паровым соусом. На котлеты можно положить прогретые с маслом свежие шампиньоны, нарезанные ломтиками.

Так же можно приготовить котлеты и биточки из другой домашней птицы и дичи.

КОТЛЕТА ИЗ КУР ЖАРЕНАЯ. 100 г мяса куриного, 20 г хлеба пшеничного, 1 ст. л. молока, 1 ч. л. масла сливочного, 1/2 яйца, 1 ст. л. белой панировки, 1 ст. л. масла топленого.

Из котлетной массы сделать котлеты (по 2—3 на порцию), запанировать в белой панировке и жарить с топленным маслом на сковороде.

При подаче котлеты полить растопленным сливочным маслом и гарнировать сложным гарниром из моркови, зеленого горошка и жареным картофелем.

КОТЛЕТА ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ ПО-КИЕВСКИ. 80 г филе куриного, 2 ст. л. масла сливочного, 3 ч. л. масла топленого, 20 г хлеба.

Куриное филе с косточкой отбить тыльной стороной так, чтобы получился ровный по толщине пласт. Места прорыва и прорезей закрыть таким же слоем мяса, взятого от маленького филе (миньона). На середину пласта положить кусок холодного масла, сформованного в виде еловой шишки, и закрыть маслом со всех сторон мясом при помощи ножа. Котлету слегка посолить и запанировать в льезоне и свежемолотом хлебе или сухарях 2 раза (чтобы получилась прочная оболочка); жарить в горячем фритюре при 150—160°C 3—4 мин. Вынув из жира, котлету можно поставить на 1—2 мин в жарочный шкаф. Жарить котлету по-киевски нужно непосредственно перед подачей.

Сливочное масло для начинки можно смешать с желтком вареного яйца, протертым через сито, с солью, мелко нарезанным укропом или зеленью петрушки. При подаче котлету положить на блюдо; гарнир — жареный соломкой картофель и зеленый горошек, заправленный маслом. Котлету полить растопленным маслом, а на косточку надеть папильотку.

Так же можно приготовить котлеты из филе индейки.

КОТЛЕТА КУРИНАЯ, ФАРШИРОВАННАЯ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ. 80 г филе куриного или из дичи, 2 ст. л. соуса молочного, 10 г шампиньонов вареных, 2 яйца, 20 г хлеба пшеничного, 3 ч. л. масла топленого или сала растительного, 2 ч. л. масла сливочного, 50 г соуса с мадерой.

В молочный густой соус добавить мелко нарубленные вареные свежие грибы или шампиньоны, или трюфеля, заправить солью и перцем, хорошо перемешать. Охлажденный фарш сформовать в виде груш весом по 40 г.

Куриное филе без косточки подготовить так же, как для киевской котлеты, на острый конец подготовленного филе положить тонкую косточку, на середину филе — разделанный фарш, закрыть сверху мясом маленького филе и все вместе завернуть в большое филе. Котлеты дважды запанировать, жарить во фритюре и подавать так же, как котлету по-киевски. Отдельно в соуснике подать соус с мадерой. Так же можно приготовить котлеты из индейки и дичи — рябчика, куропатки или фазана.

ОТБИВНЫЕ КОТЛЕТЫ ИЗ МОЛОДОГО БАРАШКА С КУРИНЫМ МЯСОМ (ВИЛЕРОВА). 1 кг мяса, 150 г сливочного масла, 500 г куриного мяса, 300 г грибов, 200 г соуса бешамель, 50 г муки, 5 яиц, 100 г хлеба, 300 г соуса, 1 г молотого черного перца.

Корейку молодого барашка нарезать на котлеты с реберной косточкой (через ребро и позвонок). Если корейка маленького молодого барашка, то нарезать котлеты через два ребра и два позвонка, при обработке этих котлет реберную косточку следует удалить, чтобы получить обыкновенную котлету с одной косточкой. Подготовленные котлеты отбить деревянным молотком или тяпкой желаемой толщины. Если котлеты будут панировать, их следует сделать более тонкими, если же их будут жарить на решетке или сковороде — более толстыми. Готовые котлеты подать с различными гарнирами и соусом.

Котлеты приготовить для жарки, посолить, посыпать черным перцем, запанировать в муке, слегка обжарить на масле и вынуть. Положить на доску под легкий пресс, пока они не остынут. Отдельно приготовить смесь из вареного белого куриного мяса и вареных свежих грибов (мясо и грибы должны быть нарезаны кубиками). Приготовить белый соус из грибного бульона, прибавить яичный желток и мешать на огне до сгущения, затем прибавить смесь из грибов и куриного мяса и размешать, как смесь для крокетов. Полученной таким образом смесью намазать котлеты с обеих сторон, придавая им форму груш, обвалить в муке, смочить в яйце и загарнировать в хлебных крошках; жарить во фритюре. Загарнировать овощами по выбору. Подать с соусом с каперсами.

КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ КУРИНЫЕ (ПАРОВЫЕ). 100 г мяса куриного или дичи, 20 г хлеба пшеничного, 2 ст. л. сливок или молока, 1 ч. л. масла сливочного, 3 ст. л. соуса парового, соль, перец.

Из котлетной массы разделить котлеты или биточки (по 2 штуки на порцию) и, не панируя их, уложить в смазанный маслом сотейник, добавить немного бульона, накрыть посуду крышкой и припустить на плите в течение 12—15 мин.

При подаче на подогретое блюдо или тарелку положить котлеты, гарнировать рассыпчатым рисом или зеленым горошком с маслом и полить котлеты паровым соусом. На котлеты можно положить подогретые с маслом свежие грибы или шампиньоны, нарезанные ломтиками (20 г).

КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ ПО-ПАРИЖСКИ. Курица весом 1 кг, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 250 г грибов, 25 г трюфелей, 50 г говяжьего языка, 400 г соуса бешамель, 30 г сливочного масла, 500 г молока, 100 г муки, 5 яиц, 150 г хлебной крошки, 250 г соуса, 1 кг картофеля.

Подготовленную курицу сварить с необходимыми приправами и солью по вкусу. Сваренную курицу охладить, затем отделить мясо от костей и кожи, нарезать его кубиками и смешать с вареными грибами, кусочками трюфелей и вареным языком. Отдельно приготовить бешамель, добавить в него мясо, 3 желтка и другие приправы, размешать на огне и дать остыть. Охлажденную массу разделить на шарики одинаковой величины (как для котлет) и оформить котлеты толщиной в $1/2$ см. Оформленные котлеты запанировать в муке, смочить в яйце и запанировать в хлебных крошках (толченых сухарях), как шницели, и жарить непосредственно перед подачей на стол во фритюре. Готовые котлеты можно загарнировать грибами, пюре из картофеля, чечевицы и др.; на оба края каждой котлеты положить по одному соленому грибу. Подать с соусом и каперсами.

БИТОЧКИ ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫЕ. 100 г мяса куриного, 20 г шампиньонов, 1 ст. л. соуса молочного, 2 ч. л. молотых сухарей, 1 ст. л. масла сливочного или маргарина сливочного, 3 ст. л. соуса с мадерой.

Приготовить котлетную массу как обычно. Для начинки биточков мелко нарубленные вареные белые грибы или шампиньоны смешать с густым молочным соусом, заправив по вкусу солью и перцем.

При разделке в середину биточка положить кусочек фарша, запанировать в сухарях и жарить с маслом или маргарином на сковороде.

При подаче биточки можно гарнировать зеленым горошком и жареным картофелем, полить соусом с мадерой; соус можно подать отдельно в соуснике, а биточки полить маслом.

БРИЗОЛЬ ИЗ КУРИЦЫ ПО-ОДЕССКИ. 80 г филе куриного, 1 яйцо, 1 ст. л. масла сливочного.

Зачищенное и посыпанное солью куриное филе смочить в сыром яйце, быстро положить на сковороду с разогретым жиром и сейчас же, не давая стечь яйцу, филе перевернуть и дожарить на слабом огне до готовности.

При подаче бризоль полить маслом и подать с сложным овощным гарниром.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ (ПО-МИНИСТЕРСКИ). 80 г филе куриного, 1 яйцо, 30 г хлеба пшеничного, 1 ст. л. масла сливочного.

Зачищенное от пленок и сухожилий большое куриное филе без косточки распластать в продольном направлении, положить на него маленькое филе, слегка отбить тупкой, смочить в яйце и запанировать в пшеничном белом хлебе, нарезанном в виде лапши.

Шницель жарить с маслом на сковороде непосредственно перед подачей.

Гарнировать шницель свежим или консервированным зеленым горошком, жареным картофелем (соломкой) и фруктами. Гарнир можно уложить в корзиночки, выпеченные из слоеного теста.

Так же можно приготовить шницель из филе молодой индейки или фазана.

ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ. 70 г филе куриного, 1/2 яйца, 15 г хлеба пшеничного, 3 ч. л. масла сливочного.

Зачищенное от пленок и сухожилий большое куриное филе без косточек распластать в продольном направлении, положить на него маленькое филе, слегка отбить тупкой, посыпать солью и перцем и запанировать в льезоне и свежепротертом или нарезанном кубиками хлебе или в сухарях.

Шницель жарить с маслом на сковороде непосредственно перед подачей. Подать шницель на блюде или на тарелке. Гарнировать зеленым горошком и жареным картофелем (соломкой), полить маслом и украсить веточкой зелени. Так же можно приготовить котлету из филе индейки.

КАША С КУРИЦЕЙ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ. Курица весом 1 кг, 150 г масла, 120 г муки, 30 г моркови, 30 г лука, 50 г сельдерея, 1 г черного перца, 1 лавровый листик, 150 г молока, 15 г петрушки.

После первичной обработки курицу нарезать по суставам, поместить в подходящую кастрюлю, залить холодной водой и варить на огне, шумуя пену, которая появляется на поверхности при варке. По желанию можно прибавить морковь и сельдерей. Овощи положить целиком и посолить по вкусу. Муку спассеровать на масле. После того как мука подрумянится, по желанию можно прибавить немного красного перца и влить бульон, в котором варилась курица. Мясо отделить от костей, положить в кашу и продолжать варить на слабом огне 15—20 мин. Из оставшегося мяса, из потрохов, крылышек

и костей приготовить суп. В полученный бульон положить немного риса или вермишели; суп заправить кислым или свежим молоком и яйцом, прибавить черный перец и мелко нарезанную зелень петрушки.

РАГУ ИЗ КУРИЦЫ. 1 курица, картофель, репа, морковь, петрушка, луковичка, 3 ст. л. томата-пюре, 2 ст. л. жира птицы, 2 ст. л. маргарина столового, 1 ст. л. муки, 125 г соуса, пучок зелени с пряностями, зелень рубленая, 2 стакана бульона.

Тушку разрубить на куски (по 2—3 на порцию), посыпать солью, обжарить в сотейнике с жиром со всех сторон, залить коричневым бульоном, прибавить томат-пюре и тушить в закрытой посуде 40—60 мин в зависимости от возраста птицы. Картофель нарезать дольками или кубиками и обжарить. Морковь, репу, петрушку и лук также нарезать дольками и также слегка обжарить с маслом.

Куски птицы после тушения переложить в другой сотейник, бульон процедить, туда прибавить мучную пассеровку и проварить несколько минут.

В сотейник с кусками кур положить обжаренные овощи, букет с пряностями, потом поверх картофель и все залить процеженным соусом, накрыть посуду крышкой, довести до кипения на плите, затем поставить в жарочный шкаф на 25—30 мин. Когда рагу будет готово, удалить бульон с пряностями.

Это же рагу можно приготовить иначе: тушки птицы обжарить и припустить до готовности с коричневым бульоном. Готовые тушки разрубить на порции, сложить в сотейник. В полученный от припускания бульон добавить томат-пюре, пассерованную муку и приготовить соус. В остальном поступить так же, как описано выше.

Так же можно приготовить рагу из гуся или утки.

При подаче в глубокое блюдо или на тарелку положить порцию тушеной птицы, покрыть ее гарниром вместе с соусом и посыпать зеленью.

ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ. 1 курица, 3 ст. л. маргарина столового, 1 луковица, 3—4 моркови, 3 ст. л. томата-пюре, 1 стакан риса, 500 г бульона, перец.

Обработанную сырую курицу разрубить на порции (по 1, 2, 3 куска), посыпать солью и перцем и обжарить в сотейнике с жиром, после чего залить горячим бульоном или водой так, чтобы жидкость доходила до уровня кусков. Тушить в закрытой посуде от 20 до 40 мин, после чего переложить в другой сотейник. Оставшийся

после тушения бульон процедить для удаления мелких костей и их осколков.

В сотейник положить морковь, нарезанную кубиками, и мелко нарезанный лук, предварительно пассерованный вместе с томатом-пюре, налить бульон (количество бульона должно соответствовать взятому количеству риса, примерно бульона должно быть в два с половиной раза больше, чем риса), дать вскипеть и по вкусу заправить солью, после чего засыпать промытый рис, накрыть посуду крышкой и варить на слабом огне, пока рис полностью не набухнет. Поставить плов в жарочный шкаф, нагретый до 160—180°С на 25—40 мин. Мешать плов во время варки не рекомендуется.

Желательно набирать плов равномерно порциями, не размешивая всей массы, и класть на тарелку.

Так же можно приготовить плов из индейки, утки.

2 ВАРИАНТ. 1 курица, 200 г риса 3 ст. л. маргарина сливочного, 1 луковица, 3 ст. л. томата-пюре, 1 ст. л. муки, перец, букет со специями.

Подготовить и обжарить птицу с жиром в сотейнике так же, как описано в предыдущей рецептуре, залить горячим бульоном или водой, тушить в закрытой посуде на слабом огне до готовности. За 25—30 мин до окончания тушения куски птицы переложить в другой сотейник. Приготовить соус на процеженном бульоне с мелко нарубленным пассерованным луком, томатом-пюре и пассерованной мукой и этим соусом залить куски птицы, положить букет со специями и тушить 15—20 мин. По окончании тушения удалить букет, довести соус до вкуса. Отдельно приготовить рассыпчатую рисовую кашу.

На тарелку положить порцию птицы, закрыть ее кашей или кашу уложить сбоку птицы и полить все соусом.

Так же можно приготовить плов из индейки, утки, гуся.

ЯХНИЯ ИЗ КУРИЦЫ. Курица весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 30 г муки, 2 г молотого перца, 50 г томата-пюре или 250 г свежих помидоров, 400 г лука, 15 г петрушки.

Подготовить курицу, нарезать на порционные куски и поджарить на масле до образования румяной корочки. Пассеровать на том же масле лук, нарезанный ломтиками, затем прибавить муку и по желанию красный перец и томат-пюре. Залить горячей водой, посолить по вкусу, прибавить мясо и тушить на огне до мягкости. Сняв с огня, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки; подать горячей.

ПЕТУХИ

ПЕТУХ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ (АВРОРА). 1 петух (весом около 2 кг), 250 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 250 г помидоров, 200 г белого вина, 500 г соуса с помидорами.

Тушить петуха с луком, морковью и сельдереем, подрумянить, прибавить мелко нарезанные помидоры и влить белое вино, а затем тушить до мягкости. Загарнировать пловом из риса и залить соусом с помидорами. Подать с салатом по выбору.

ПЕТУХ ПО-ОГОРОДНИЧЬИ. 1 петух (весом около 2 кг), 200 г сливочного масла, 250 г помидоров, 300 г моркови, 500 г картофеля, 300 г зеленой фасоли, 300 г репы, 300 г зеленого горошка, 150 г белого вина.

Готовить, как указано выше, и загарнировать сваренными и припущенными с маслом овощами: картофелем, зеленой фасолью, морковью, репой, горошком и другими. Залить соком, в котором тушился петух. Подать с салатом по выбору.

ПЕТУХ С ГРИБАМИ. 1 петух (весом около 2 кг), 250 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 250 г помидоров, 200 г белого вина, 1 кг соуса со сливками и лимоном, 600 г сваренных грибов.

Очистить петуха, посолить и тушить с луком, морковью и сельдереем. Отдельно приготовить соус со сливками и лимоном и размешать его с соком, в котором тушился петух. Прибавить нарезанные ломтиками свежие грибы и тушить в течение 15—20 мин. Нарезанного кусками петуха положить на блюдо и полить соусом с грибами. Загарнировать пловом из риса. Грибы можно не нарезать, а оставить их целыми и положить на мясо, залив тем же соусом. Подать с салатом по выбору.

ПЕТУХ СО СПАРЖЕЙ (ДИПЛОМАТ). 1 петух (весом около 2 кг), 100 г шпика, 50 г трюфелей, 250 г сухого вина, 300 г куриной печенки, 160 г гусиной печенки, 1 г молотого черного перца, 200 г сливочного масла, 400 г соуса с вином.

Очистить от костей выпотрошенного петуха, как для галантина. Снаружи филе нашлиговать чередующимися рядами шпика и трюфелей. Посолить внутри тушку петуха, посыпать черным перцем и мускатным орехом и сбрызнуть сухим вином. Отдельно приготовить куриную печенку, как для кнелей, и смешать ее с пюре из гусиной печенки с нарезанными мелкими кусочками трюфелями, солью,

черным перцем; добавить немного мускатного ореха. Хорошо размешать и намазать этой начинкой внутри филе и мясо ножек. Склеить их снова, сшить и получить таким образом форму галантина. Перевязать петуха шпагатом, чтобы он не распался, намазать маслом, положить в подходящую кастрюлю и запечь в жарочном шкафу. Когда петух подрумянится, прибавить вино, накрыть крышкой и тушить около двух часов до готовности. Загарнировать тушеным белым сельдереем, картофелем, вынутым выемкой в виде лещиных орехов, тушенными в масле, крупными кусками салата эскарпюль и залитой маслом, сваренной спаржей. Перед подачей удалить шпагат, нарезать тушку круглыми ломтиками, толщиной до 0,5 см, положить на середину блюда, а вокруг разложить букетиками гарниры. Сверху залить соком, в котором тушился петух, с добавлением вина. Подать с салатом по выбору.

ПЕТУХ С РАКОВЫМИ ШЕЙКАМИ. 1 петух (весом около 2 кг), 200 г сливочного масла, 100 г белого вина, 300 г пресного слоеного теста, 10 раковых шеек, 100 г грибов, 500 г соуса со сливками и лимоном.

Очищенного петуха посолить внутри и снаружи, сформировать, намазать маслом, подрумянить в жарочном шкафу, влить белое вино и накрыть крышкой. Периодически переворачивать тушку петуха и поливать соусом до полной готовности. Готового петуха нарезать; положить на блюдо и загарнировать маленькими буше из пресного теста с начинкой из раковых шеек, нарезанных ломтиками грибов и соуса со сливками и лимоном. Отдельно, в качестве гарнира, приготовить нарезанную кружками и тушенную в масле морковь. Залить мясо соусом со сливками и лимоном, в который прибавить небольшое количество мелко нарезанных, поджаренных помидоров. Подавать с салатом по выбору.

ПЕТУХ С САЛАТНЫМ СЕЛЬДЕРЕЕМ. 1 петух (весом около 2 кг), 200 г сливочного масла, 100 г белого вина, 100 г бульона, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 1 кг салатного сельдерея.

Подготовленного петуха тушить до мягкости, как описано выше, с луком, морковью, сельдереем и бульоном. Загарнировать салатным сельдереем, тушенным в масле и мясным соке. Подать с салатом по выбору.

ПЕТУХ С ПЮРЕ ИЗ КАШТАНОВ. 1 петух (весом около 2 кг), 200 г сливочного масла, 100 г белого вина, 100 г мясного сока, 500 г салатного сельдерея, 500 г каштанов, 150 г корзиночек.

Подготовленную тушку петуха тушить, как описано выше, с вином и мясным соком. Готового петуха положить на блюдо и загарнировать тушеным в масле и мясном соке салатным сельдереем, корзиночками, наполненными пюре из каштанов, и поджаренным в масле картофелем, вынутым выемкой в виде яиц. Залить соком, в котором тушился петух. Подать с салатом по выбору.

Примечание: откормленных петухов можно жарить на решетке, как молодую индейку.

ПЕТУХ С ГРИБАМИ (АЛЬБУФРА). 1 петух (весом около 2 кг), 200 г сливочного масла, 200 г риса, 600 г бульона, 120 г свежих грибов, 20 г трюфелей, 100 г гусиной печенки, 50 г муки, 20 г коньяка, 100 г белого вина, 50 г сливок.

Очищенного петуха нафаршировать начинкой, приготовленной следующим образом: припустить в масле очищенный рис, посолить по вкусу, залить бульоном и тушить в течение 15 мин. Прибавить нарезанные ломтиками свежие грибы и трюфеля, нарезанную кусочками и припущенную с маслом и солью по вкусу печенку. Хорошо перемешать и полученной смесью нафаршировать петуха, зашить сформовать, посолить снаружи, смазать маслом и запечь в кастрюле. Подрумянив со всех сторон, влить чашку бульона, накрыть крышкой и тушить петуха, переворачивая периодически и поливая соком до готовности. После этого вынуть его из масла и на том же масле спассеровать муку. Подрумянив муку, залить коньяком, белым вином, сливками или молоком и чашкой бульона. Хорошо все это размешать, тушить в течение 10—15 мин и пропустить через пресс. Полученный крем заправить кусочками масла. Перед подачей вырезать филе петуха и вынуть грудную кость, чтобы открыть начинку. Филе и ножки уложить около петуха, загарнировать его начинкой и залить приготовленным соусом. Подать на стол с салатом по выбору.

ЦЫПЛЯТА

ЦЫПЛЯТА ЖАРЕННЫЕ. Цыплята, 2 ст. л. масла.

Подготовить тушки цыплят, посолить и обжарить со всех сторон на разогретой сковороде или в неглубокой кастрюле с маслом. После обжаривания цыплят поставить в духовой шкаф.

При отсутствии духового шкафа подлить на сковороду 1—2 столовые ложки воды, накрыть крышкой и дожарить цыплят на слабом огне в течение 20—30 мин.

Готовых цыплят разрубить на части, уложить на блюдо, полить прокипяченным соком, полученным при жарении, и украсить веточками зелени петрушки или салата. Отдельно можно подать салат — зеленый или из овощей и фруктов, салат картофельный или из салатного сельдерея.

ЦЫПЛЕНОК ЖАРЕННЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ. 1 цыпленок, 1 ч. л. жира кулинарного или маргарина животного, 1 ч. л. масла сливочного, 40 г сока мясного, соль, перец.

Подготовленные тушки посолить снаружи и внутри и обжарить на плите, а затем дожарить цыплят в жарочном шкафу. Можно жарить цыплят в жарочном шкафу, сразу полив их жиром, если температура шкафа не менее 300°C. В этом случае цыплят время от времени следует поливать соком и жиром и поворачивать, чтобы тушки поджарились со всех сторон равномерно.

При подаче на стол порцию цыпленка положить на блюдо или тарелку, полить соком и маслом и гарнировать жареным картофелем. Отдельно можно подать зеленый салат, маринованную красную или белокочанную капусту, маринованные фрукты и т. п.

Так же можно приготовить блюдо из молодой курицы.

В сок, полученный от жарки цыплят или другой птицы, добавляют картофельный крахмал (10—12 г картофельного крахмала на 1 л сока). Преимущество такого сока состоит в том, что политая этим соком птица имеет красивый, блестящий вид, вследствие того, что сок птицы удерживается некоторое время на поверхности птицы. В сок можно положить масло и, смешав, поливать птицу.

ЦЫПЛЕНОК ТАБАКА ЖАРЕННЫЙ. 1 цыпленок, 1 ч. л. сметаны, 1 ст. л. масла топленого, 2 ст. л. соуса ткемали, зелень.

У обработанной тушки упитанного цыпленка подвернуть крылышки, вдоль разрезать грудную кость, тушку

по линии надреза развернуть, слегка отбить так, чтобы она приняла плоскую форму.

Цыпленка посолить со всех сторон, смазать кожу сметаной и уложить разрезом вниз на разогретую сковороду с маслом, сверху положить пресс весом до 3 кг, чтобы тушка плотно прилегла ко дну сковороды, накрыть крышкой и жарить. С появлением румяной корочки тушку перевернуть для поджаривания ее с другой стороны.

Готового цыпленка с румяной хрустящей корочкой уложить в мелкую тарелку, украсить веточками петрушки, отдельно подать соус ткемали (смесь томата-пюре или пасты, вареной алычи, чернослива, рубленого чеснока, уксуса и молотого перца, соли и сахара по вкусу).

На гарнир подают свежие овощи: помидоры, огурцы, салат из белокачанной капусты с петрушкой, лук зеленый палочками в виде пучка, дольки лимона и зелень.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ. 1 цыпленок, 1 ч. л. муки, 100 г жира куриного или сала свиного, зелень.

Тушку цыпленка (весом до 1 кг) разрезать на четыре части, надрезать суставы в ножках и крылышках, надрубить позвоночник и кость грудки в одном-двух местах, куски цыпленка слегка сплющить тыжкой. Так же можно подготовить молодку или петушка весом свыше 1 кг, но разрезать тушку на шесть — восемь порций.

Каждый кусок посыпать солью и перцем с обеих сторон и запанировать в муке.

Обжарить куски цыпленка в сотейнике с жиром до образования румяной корочки. Для дожаривания можно поставить цыпленка в открытом сотейнике в жарочный шкаф или, закрыв сотейник крышкой, оставить на слабом огне на плите. Поливать время от времени жиром и соком, выделившимися при жарении. По готовности слить из сотейника жир, оставив сок; в этот сок влить коричневый бульон, прокипятить и процедить.

При подаче положить на тарелку порцию цыпленка, гарнировать жареным картофелем, полить соком (можно льезонным) и маслом, украсить веточкой зелени.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ, С ГРИБАМИ. 1 цыпленок, 1 ч. л. муки, 100 г масла сливочного, 75 г грибов белых, 3 ст. л. соуса, соль, зелень.

Поджарить подготовленные куски цыпленка в сотейнике до образования румяной корочки, добавить нарезанные ломтиками вареные белые грибы или мелкие шляпки

грибов и, закрыв сотейник крышкой, довести цыпленка почти до готовности. За 5—10 мин до готовности добавить в сотейник сметанный соус, прокипятить.

При подаче положить цыпленка на тарелку, гарнировать картофелем молодым отварным или жареным или рассыпчатой пшеничной, рисовой или манной кашей, полить соусом с грибами и посыпать зеленью.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ, С ПОМИДОРАМИ.

1 цыпленок, 1 ст. л. муки, 100 г масла сливочного, 1 луковица, 0,5 г чеснока, 1 помидор свежий, 30 г грибов свежих или шампиньонов, соль, зелень, 50 г бульона.

Подготовленные куски цыпленка посолить, запанировать в муке и обжарить с маслом. Когда куски цыпленка зарумянятся, добавить в сотейник мелко рубленный лук и поджарить его до золотистого цвета, после чего добавить растертый с солью чеснок, рубленые помидоры без кожицы и семян, шампиньоны или свежие белые грибы, нарезанные ломтиками, соль, перец, коричневый бульон (40—50 г) и тушить в течение 20—25 мин.

При подаче на стол куски цыпленка положить на блюдо или тарелку и полить соусом; на гарнир можно подать жареный или отварной картофель.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ, В СОУСЕ. 1 цыпленок, 1 ст. л. муки, 100 г масла сливочного, 1 луковица, 2 ст. л. соуса, паприка, соль, зелень.

Подготовленные куски цыпленка посыпать солью и паприкой, запанировать в муке и обжарить в сотейнике с маслом. Незадолго до окончания жарки добавить рубленый лук. Закрывать посуду крышкой и довести цыпленка до готовности. В сотейник влить коричневый бульон (20—25 г), сметанный соус, прокипятить.

При подаче цыпленка положить на блюдо, полить соусом.

На гарнир можно подать домашнюю лапшу, нарезанную в форме ромбиков и заправленную маслом, или макаронную засыпку.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ, ПО-ВЕНГЕРСКИ.

1 цыпленок, 100 г масла сливочного, 20 г бульона, 1 луковица, 1 помидор, 60 г соуса, соль, перец, зелень.

Куски подготовленного цыпленка обжарить в сотейнике с маслом и рубленным луком. Когда лук поджарится до золотистого цвета, влить коричневый бульон, добавить рубленые помидоры без кожицы и семян, закрыть

посуду крышкой и довести все до готовности. После этого влить сметанный соус и прокипятить. Куски цыпленка положить на блюдо или тарелку и полить соусом. На гарнир можно подать припущенный рис или жареный картофель.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ, С БАКЛАЖАНАМИ.

1 цыпленок, 1 ст. л. муки, 100 г жира куриного или сала свиного, 3 ч. л. масла сливочного, 25 г бульона, 2 ст. л. соуса, соль, перец, зелень.

Куски цыпленка, запанированные в муке, обжарить в сотейнике с жиром до готовности. Из сотейника слить жир, в оставшийся сок добавить коричневый бульон (20—25 г), вскипятить, прибавить томатный соус, проварить 1—2 мин и процедить.

Куски цыпленка при подаче на стол положить на блюдо или тарелку и расположить вокруг букетиками гарнир из поджаренных помидоров, нарезанных половинками; полить соусом.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ, С ЯБЛОКАМИ. 1 цыпленок, 30 г бульона, 1 ст. л. муки, 100 г масла сливочного, 400 г яблок.

Запанированные в муке куски цыпленка жарить в сотейнике с маслом до полуготовности, залить коричневым бульоном (25—30 г) и прокипятить. Затем куски цыпленка вместе с соком переложить на противень, добавить яблоки, очищенные от кожицы (если последняя очень толстая) и семян, разрезанные на две — четыре части. Посуду закрыть крышкой и, поставив в жарочный шкаф, довести блюдо до полной готовности. При подаче на стол порцию цыпленка положить на тарелку, гарнировать яблоками и полить соком; украсить веточкой зелени.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ, С ШАМПИНЬОНАМИ.

1 цыпленок, 100 г масла сливочного, 1 ст. л. муки, 40 г шампиньонов, 1 ст. л. красного вина, 3 ст. л. соуса.

Подготовленного цыпленка разрубить на порционные куски, посолить, запанировать в муке и жарить в сотейнике с маслом до образования румяной корочки. Затем добавить нарезанные шампиньоны, закрыть сотейник крышкой и довести птицу и грибы до готовности, переложить в другую посуду и хранить блюдо горячим.

Из сотейника слить жир, а в оставшийся сок влить вино, добавить красный соус, вскипятить и процедить.

При подаче положить цыпленка на блюдо или тарелку,

на него — шампиньоны и полить все соусом. На гарнир к цыпленку можно подать картофель жареный, молодой отваренный картофель или картофельные крокеты.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ, ПО-ОХОТНИЧЬИ.

1 цыпленок, 100 г масла сливочного, 250 г шампиньонов, 1 луковица, 2 стакана бульона, 1 ст. л. белого вина виноградного, и прокипятить под крышкой 2—3 мин, процедить, затем положить рубленую зелень петрушки и эстрагона. Для улучшения вкуса в соус 3 ст. л. соуса, зелень петрушки и эстрагон.

Цыпленка, разрубленного на куски, обжарить с маслом. В конце жарки добавить нарезанные сырые шампиньоны и рубленый лук и, перемешивая, довести до готовности. После этого добавить белое виноградное вино, коричневый бульон, томатный соус и прокипятить под крышкой 2—3 мин, процедить, затем положить рубленую зелень петрушки и эстрагона. Для улучшения вкуса в соус можно добавить коньяк. (1/2 ч. л.).

При подаче куски цыпленка положить на блюдо или тарелку и полить соусом. На гарнир можно подать жареный картофель или рассыпчатую кашу из полтавской крупы.

ЦЫПЛЕНОК ЖАРЕННЫЙ С ПОМИДОРАМИ И КАБАЧКАМИ.

1 цыпленок, 2 ст. л. сметаны, 2—3 помидора, 2—3 кабачка, зелень.

Подготовленного цыпленка разрезать на 4 части, надрезать сухожилия суставов ножек и крылышек, расправить их и слегка отбить тыжкой. После этого посолить, посыпать перцем, положить кожей вниз в разогретую с маслом неглубокую кастрюлю и обжарить. Затем перевернуть, обжарить другую сторону, прибавить две столовые ложки сметаны, накрыть кастрюлю крышкой и цыплят дожарить на слабом огне в течение 10-15 мин. Отдельно поджарить помидоры, разрезанные пополам, и кабачки, очищенные и нарезанные кружочками. При подаче на стол готовых цыплят уложить на подогретое блюдо и загарнировать кружочками обжаренного кабачка и помидора, полить процеженным соком, полученным при жарении, и посыпать зеленью петрушки или укропом.

ЦЫПЛЯТА, ЖАРЕННЫЕ В СУХАРЯХ. Цыплята, 5 ст. л. жира (жира берется столько, чтобы можно было погрузить в него тушку, но фактически расход жира не превышает указанного), 1/2 стакана сухарей, 2 ст. л. муки, 1 яйцо.

Подготовленных цыплят опустить в кипящую подсоленную воду и сварить до готовности; затем вынуть, дать стечь воде, цыплят разрубить на 2—4 части, посолить мелкой солью, обвалить сначала в муке, а затем, смочив

яйцом, в сухарях. После этого цыплят обжарить до образования на них румяной корочки, погружая в разогретый жир на 8—10 мин.

Обжаренных цыплят вынуть из жира, переложить на блюдо с бумажной салфеткой и украсить листиками зелени петрушки.

Отдельно можно подать зеленый салат, огурцы, красную капусту или салат из свежих или замороженных овощей и фруктов.

ЦЫПЛЕНОК ПРИПУЩЕННЫЙ (ПАРОВОЙ). 1 цыпленок, 1 ч. л. масла сливочного, 75 г соуса.

Подготовленных цыплят припустить. На полученном от припускания цыплят бульоне приготовить паровой соус, заправить его по вкусу.

Отдельно на гарнир приготовить рассыпчатую рисовую кашу. Нарезанных на порции цыплят хранить в закрытой посуде.

При подаче на блюдо или тарелку положить порцию цыпленка и гарнировать рисовой кашей, полить цыпленка соусом.

ЦЫПЛЕНОК, ТУШЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 150 г белого вина, 500 г картофеля, 200 г бульона, 15 г петрушки, ароматическая зелень.

Филе и ножки цыпленка подрумянить, как описано выше, залить вином и стаканом бульона, прибавить ароматическую зелень, накрыть крышкой и тушить на слабом огне до мягкости. В качестве гарнира приготовить картофель и разложить его на тарелке вокруг мяса. Полить мясо соусом, в котором оно тушилось, и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С ПОМИДОРАМИ. 1 цыпленок (800 г), 30 г сливочного масла, 1—2 ч. л. сахара, $\frac{1}{2}$ ч. л. корицы, 1 щепотка тертого мускатного ореха, черный перец и соль, 1 кг помидоров.

Очищенного и нарезанного на куски цыпленка уложить в неглубокую посуду, влить немного горячей воды и поместить в умеренно нагретый духовой шкаф. Выбрать 2 помидора покрупнее, разрезать пополам, удалить сердцевину с семенами и начинить взбитым со специями маслом. Остальные помидоры измельчить, посолить и довести до кипения. Протереть сквозь сито и добавить в готовое мясо, снятое с костей и зачищенное от сухожилий. В центр массы поместить начиненные маслом помидоры.

Выдержать еще несколько минут, вынуть из духового шкафа и распределить на порции таким образом, чтобы в каждой было по куску мяса и по половинке помидора.

ЦЫПЛЕНОК ОТВАРНОЙ СО СПАРЖЕЙ.

Подготовленную и сформованную тушку цыпленка сварить в воде, как для бульона, с луком, морковью и сельдереем. Отдельно от бульона приготовить соус со сливками и лимоном. В качестве гарнира приготовить спаржу, сваренную в подсоленной воде. Перед подачей нарезать цыпленка на порционные куски, по возможности удалить кости, положить на блюдо, залить соусом, а вокруг разложить спаржу.

ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ КУСКАМИ, С МОРКОВЬЮ И РЕПОЙ. 1 цыпленок, 1—2 ст. л. муки, 100 г масла сливочного, 1—2 моркови, 1 репа, 1 луковица, сельдерей, 3 ст. л. соуса.

Нарезать соломкой морковь, репу, лук и стебли сельдерея.

Разрубленного на куски и запанированного в муке цыпленка жарить с маслом до образования корочки, затем добавить овощи, закрыть сотейник крышкой и довести до готовности, после чего влить соус с вином и прокипятить.

На куски цыпленка, уложенные на блюдо, положить овощи и залить соусом. Дополнительно к этому блюду можно подать крокеты картофельные.

ОТВАРНОЙ ЦЫПЛЕНОК НА ШПИНАТЕ. Цыпленок весом 1,2 кг, 200 г масла, 1,2 кг шпината.

Подготовленную тушку цыпленка сварить, вырезать филе и ножки, отделить от костей, положить на основу из шпината (шпинат ошпарить подсоленной водой и припустить с маслом) и залить соусом бешамель с кашкавалом.

ЦЫПЛЕНОК, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ, С ОГУРЦАМИ (ДОРНА). Цыпленок весом 1,1 кг, 180 г сливочного масла, 1 кг огурцов, 1 лимон, 30 г хлебной крошки, 1 г молотого черного перца.

Обработанную тушку цыпленка посолить по вкусу, посыпать черным перцем, заправить в одну нитку, положить в кастрюлю с маслом, накрыть крышкой, поставить в жарочный шкаф и запекать до готовности, поливая время от времени соком. Перед подачей разложить на тарелке, вырезав предварительно филе. Сначала на тарелку положить спинку цыпленка, затем ножки, а сверху филе.

В ложку разогретого сливочного масла добавить хлебные крошки, подрумянить их и залить лимонным соком. Полученной смесью залить разложенное на тарелке мясо цыпленка. В качестве гарнира прибавить огурцы и салат по выбору.

ЦЫПЛЕНОК, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ, С ЯЗЫКОМ (СЮПРЕМ ЭКАРЛЕТ). Цыпленок весом 1,2 кг, 150 г сливочного масла, 150 г соленого шпика, 250 г говяжьего языка, 150 г вина, 1 кг каштанов, 250 г молока, 1 г молотого черного перца.

Обработанную и заправленную тушку цыпленка посолить, посыпать черным перцем и запечь в жарочном шкафу, предварительно покрыв филейную часть тонкими ломтиками шпика. Поливать время от времени маслом и переворачивать, пока цыпленок не будет готов. В качестве гарнира прибавить нарезанный ломтиками вареный говяжий язык, припущенный в масле и вине. Ломтики языка разложить вокруг цыпленка, а на отдельной тарелке подать пюре из каштанов. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЯТА, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ, С ГРИБАМИ. Цыплята весом 1,6 кг, 250 г сливочного масла, 150 г сухого вина, 250 г риса, 150 г грибов, 150 г гусиной печени, 150 г телячьих желез, 200 г трюфелей, 100 г белого вина, 20 г крахмала, 1 г молотого черного перца.

Подготовленные тушки цыплят со связанными ножками посолить, поперчить, смазать маслом и запекать в жарочном шкафу, поливая соком и переворачивая, до образования румяной корочки. Затем влить вино и тушить до готовности. В качестве гарнира приготовить рис, в который при подаче добавить поджаренные на масле ломтики грибов и кусочки гусиной печени, сваренные и припущенные в масле с белым вином телячьих желез и нарезанные ломтиками трюфеля; все хорошо перемешать с рисом. Рис положить на середину тарелки, а вокруг него разложить тушки цыплят, залив их полученным при запекании соком, сгущенным небольшим количеством крахмала. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЯТА, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ, С КАРТОФЕЛЕМ ПО-ОРИЕНТАЛЬСКИ. Цыплята весом 1,6 кг, 125 г сливочного масла, 50 г лука, 30 г муки, 30 г томата-пюре, 2 г молотого красного перца.

Подготовленные тушки цыплят разрубить на порции и обжарить в масле. В обжаренные до румяной корочки порционные куски добавить муку и красный перец по

желанию. Положить томат-пюре, посолить по вкусу, залить теплой водой в таком количестве, чтобы все куски были покрыты ею, и варить на слабом огне до мягкости. В качестве гарнира по выбору подать плов, жареный картофель или картофельное пюре. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подать с салатом по выбору

ЦЫПЛЯТА, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ, СО СПАРЖЕЙ (СЮПРЕМ РОЗМАРИ). Цыплята весом 1,6 кг, 200 г сливочного масла, 200 г муки, 150 г спаржи, 500 г помидоров, 1 г молотого черного перца, 300 г молока, 150 г сливок, ароматическая зелень.

Подготовленные тушки цыплят посолить, посыпать черным перцем, смазать маслом и тушить до мягкости в жарочном шкафу, не подрумянивая, не переворачивая и не поливая маслом. Приготовить белый мясной соус, положить в него головки сваренной в подсоленной воде спаржи и протереть через сито (большая часть спаржи должна пройти через сито). При подаче взбить сливки и ввести их в соус. Отдельно приготовить мелко нарезанные помидоры, ароматическую зелень и 1—2 шт. гвоздики; все это смешать с одной ложкой густого соуса бешамель и протереть через сито. Перед подачей вырезать филе, снять кожу и намазать помидорами. Сперва разложить ножки, а на них положить филе. В качестве гарнира прибавить сваренную в подсоленной воде спаржу. Залить предварительно приготовленным и процеженным белым мясным соусом. На стол подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЯТА, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ, С КАБАЧКАМИ И ГРИБАМИ (СЮПРЕМ ФАВОРИТ).

Подготовленные тушки цыплят заправить в одну нитку, посолить и посыпать черным перцем; покрыть филейную часть тонким слоем шпика, смазать маслом и запечь в жарочном шкафу. Время от времени тушки переворачивать и поливать маслом. Запекать до мягкости, не прибавляя воды или бульона. В качестве гарнира приготовить картофель, кабачки, фаршированные мелко нарубленными грибами, хлебными крошками и вынутой из них сердцевиной, головки спаржи, уложенные на донышки артишоков и залитые голландским соусом, и поджаренную на масле зеленую фасоль. Перед подачей тушки цыплят разрезать и положить на середину тарелки, вокруг разложить гарниры. Отдельно в соуснике подать соус.

ЦЫПЛЕНОК С ОГУРЦАМИ (ДОРИА). Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 1 кг огурчиков, 1 лимон, 150 г хлебных крутонов, 1 г черного перца, ароматическая зелень.

Подготовленные куски филе и ножки посыпать солью и черным перцем, подрумянить со всех сторон в кастрюле с маслом, залить стаканом бульона и лимонным соком, прибавить ароматическую зелень, накрыть крышкой и варить на слабом огне до мягкости. В качестве гарнира подать молодые огурчики; огурчики очистить от кожицы, вынуть выемкой в виде миндалин, ошпарить в воде, отсушить и припустить с маслом до мягкости. Готовые куски филе и ножки положить на поджаренные в масле хлебные крутоны, полить соком, в котором они тушились, а вокруг разложить гарниры. По желанию можно подать и с салатом.

ЦЫПЛЕНОК С КАБАЧКАМИ. 1 цыпленок, 1 ч. л. жира кулинарного или маргарина столового, 1 ч. л. масла сливочного, гарнир: 1 картофелина, 1 кабачок, соль, перец, зелень.

При приготовлении блюда обжарить цыплят, как описано выше. Отдельно приготовить гарнир, обжарить целыми клубнями картофель и кабачки, нарезанные ломтиками, и заправить солью и перцем.

При подаче на тарелку положить порцию цыпленка, на него ломтики жареных кабачков, а вокруг — картофель. Все это полить соком и посыпать зеленью.

ЦЫПЛЕНОК С ОВОЩАМИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 50 г лука, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 150 г белого вина, 500 г картофеля, 300 г моркови, 500 г спаржи, 300 г горошка.

Подготовленного и сформованного цыпленка положить в кастрюлю с маслом, посолить по вкусу и подрумянить в жарочном шкафу. Прибавить мелко нарезанные лук, морковь и сельдерей, подрумянить их, влить вино, накрыть крышкой и тушить до мягкости, периодически переворачивая и поливая тушку соком. Готового цыпленка вынуть, разрезать на порционные куски, положить на блюдо и загарнировать различными овощами в виде букетиков: сваренными и тушенными в масле картофелем, спаржей, горошком и морковью. Сверху полить предварительно процеженным соусом. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С ОВОЩАМИ В КРАСНОМ ВИНЕ. 1 цыпленок 1 ст. муки, 100 г жира куриного, 100 г масла сливочного, 1 ст. л. вина красного, 3 ст. л. соуса, 0,5 кг картофеля (кабачков или тыквы), 1 луковица, 25 г бульона.

Куски запанированного в муке цыпленка жарить в сотейнике с жиром до готовности.

Слить жир из сотейника, в оставшийся сок добавить красное вино, 25 г бульона фюме, вскипятить, прибавить красный соус, проварить 1—2 мин и процедить.

Отдельно приготовить гарнир: картофель (кабачки или тыкву) нарезать кубиками и обжарить; лук репчатый, нарезанный кольцами, жарить в жире (фритюре).

При подаче цыпленка положить на блюдо или тарелку, гарнировать подготовленными овощами и полить соусом. На куски цыпленка положить кольца жареного лука.

ЦЫПЛЕНОК СО ШПИНАТОМ И СЛИВКАМИ (ПО-КАТОЛИЧЕСКИ). Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 25 г муки, 200 г молока, 150 г сливок, 1 лимон, 1 кг шпината, 150 г хлебных крутонов, ароматическая зелень.

Филе и ножки цыпленка подрумянить, как описано выше. В том же масле спассеровать, не подрумянивая, муку, залить молоком и сливками, хорошо размешать венчиком, затем прибавить мясо, лимонный сок и ароматическую зелень; варить до мягкости мяса. Гарнировать сваренным (15—20 мин) со сливками шпинатом. Шпинат разложить вокруг кусков цыпленка, а вокруг него — поджаренные в масле хлебные крутоны в виде сердечек. Мясо полить соусом, в котором оно тушилось.

ЦЫПЛЕНОК СО СЛИВКАМИ И МЕЛКО НАРЕЗАННЫМИ ОВОЩАМИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 250 г бульона, 100 г вина, 50 г виски, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 100 г зеленой фасоли, 50 г грибов, 30 г трюфелей, 250 г сливок.

Вырезанные куски филе положить в кастрюлю и подрумянить со всех сторон, залить бульоном, вином и тушить на слабом огне до мягкости мяса, затем прибавить сваренные, нарезанные кубиками овощи (морковь, сельдерей, зеленую фасоль, свежие грибы и трюфеля) и сметану; размешать и кипятить 10—15 мин. Подать без гарнира, украсив гренками в виде сердечек, с салатом по выбору.

Примечание: вырезав филе и ножки молодых цыплят, из костей можно приготовить куриный бульон.

ЦЫПЛЕНОК С ЛУКОМ-САЖЕНЦЕМ (ВЕНДИЯ). Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 600 г лука-саженца, 100 г белого вина.

Цыпленка приготовить так же, как описано выше. Загарнировать луком-саженцем, ошпаренным и тушеным с маслом (не подрумянивая). Готовый лук-саженец за-

лить белым вином и соусом из сливок и лимона. При подаче головки лука-саженца разложить на кусках филе и ножках. Куски цыпленка можно загарнировать и пюре из фасоли или картофеля. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С ЛУКОМ-САЖЕНЦЕМ И КОПЧЕНОЙ ГРУДИНКОЙ (БОН ФАМ). Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 30 г томата-пюре, 100 г белого вина, 400 г картофеля, 300 г лука-саженца, 150 г копченой свиной грудинки, 20 г петрушки.

Подготовленного цыпленка сформовать, посолить, положить в кастрюлю с маслом, поставить в жарочный шкаф и подрумянить со всех сторон, периодически поливая бульоном. Готовую тушку цыпленка вынуть, а в то же масло прибавить томат-пюре и вино; проварить 10—15 мин, после чего процедить. В качестве гарнира приготовить обжаренный в масле картофель, вынутый выемкой в виде лещиных орехов, сваренный и политый маслом лук-саженец и нарезанную крупными кубиками, ошпаренную и обжаренную в масле свиную грудинку или бекон. Смешать гарниры и положить вокруг порционных кусков цыпленка. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С ГРИБАМИ, ЛУКОМ-САЖЕНЦЕМ И КОПЧЕНОЙ ГРУДИНКОЙ (в специальной глубокой посуде с крышкой — корбине). Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 30 г томата-пюре, 150 г белого вина, 400 г картофеля, 300 г лука-саженца, 150 г копченой свиной грудинки, 150 г грибов, 15 г петрушки.

Готовить так же, как цыпленка с луком-саженцем, с теми же гарнирами, прибавляя к ним и сваренные в воде и тушенные в масле свежие грибы. Подать в корбине. Перед подачей готовую тушку цыпленка предварительно нарезать на куски, вырезав филе и ножки, и смешать их с гарнирами. Сверху положить филе и залить соком, в котором тушился цыпленок. Подать на стол в корбине с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С ГРИБАМИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 250 г сливочного масла, 1 г черного перца, 150 г соленого сала, 50 г лука, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 150 г белого вина, 250 г бульона, 500 г грибов, 20 г крахмала, ароматическая зелень.

Вырезанные филе и ножки цыпленка нашпиговать с наружной стороны тоненькими кусочками сала, посолить по вкусу, положить в кастрюлю с маслом и нарезанными ломтиками лука, моркови и сельдерея, накрыть крышкой и тушить на слабом огне. Подрумянив мясо, залить белым вином, стаканом бульона или мясным соком,

добавить ароматическую зелень, тушить до мягкости, а затем переложить в другую кастрюлю. Грибы нарезать ломтиками, посолить и затушить с маслом. Соки, в котором тушился цыпленок, пропустить через сито, заправить сливочным маслом и сгустить крахмалом. Готовые куски филе и ножки положить на блюдо и загарнировать рисом или лапшой. Грибы разложить вокруг кусков цыпленка и залить их заправленным соусом. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С ГРИБАМИ И КАРТОФЕЛЕМ. 800 г мяса цыплят, 150 г грибов, 100 г масла, 80 г муки, 100 г белого вина, 150 г сливок, 700 г картофеля, 50 г кашкавала.

Сваренное мясо цыпленка нарезать кубиками, прибавить к нему нарезанные кубиками сваренные грибы. Из бульона приготовить соус со сливками и лимоном. Испечь картофель (желательно, чтобы клубни были одинаковой величины), срезать верхушки и вынуть из каждой картофелины середину так, чтобы остались стенки толщиной 0,5 см. Мясо смешать с грибами, соединить с соусом и полученной массой нафаршировать клубни картофеля, посыпать тертым кашкавалом и перед подачей на стол поставить в жарочный шкаф, чтобы кашкавал подрумянился. Подать горячим.

ЦЫПЛЕНОК С БЕЛЫМИ ГРИБАМИ. 1 цыпленок, 1 ст. л. муки, 100 г масла сливочного, 100 г белых грибов, 3 ст. л. соуса, зелень.

Поджарить запанированные в муке куски цыпленка до образования румяной корочки, добавить нарезанные ломтиками или мелкие цельные шляпки вареных белых грибов и, закрыв сотейник крышкой, довести цыпленка до готовности. За 5—10 мин до готовности добавить в сотейник сметанный соус, прокипятить.

При подаче положить цыпленка на блюдо, полить соусом с грибами и посыпать зеленью.

ЦЫПЛЕНОК С ГРИБАМИ И ЛУКОМ-САЖЕНЦЕМ (ОРЛЕАН). Цыпленок весом 1,3 кг, 200 г сливочного масла, 150 г красного вина, 250 г мясного сока, 150 г кнелей, 25 г трюфелей, 250 г грибов, 350 г крокетов, 400 г лука-саженца.

Вырезанные филе и ножки цыпленка подрумянить в масле, залить вином и мясным соком или куриным бульоном и тушить на слабом огне. В качестве гарнира приготовить украшенные трюфелями кнели из куриного мяса, шляпки грибов, крокеты из картофеля и сваренный и поли-

тый маслом лук-саженец. Гарниры разложить букетиками вокруг кусков цыпленка, на которые положить грибы. Полить соком, в котором тушился цыпленок. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С КАРТОФЕЛЕМ И С СОУСОМ. 1 цыпленок, 1 ч. л. жира куриного или маргарина столового, 1 ч. л. масла сливочного, 2 ст. л. соуса;
гарнир: 2 картофелины, 1 луковичка (саженец), соль, перец.

Обжарить цыпленка, в оставшийся после жарения сок добавить коричневый бульон (15—20 г) и красный соус, затем, проварив около 1 мин, соус процедить.

На тарелку положить порцию цыпленка, вокруг него расположить обточенный в виде орешков или дольками жареный картофель и жареные мелкие головки лука-саженца, залить красным соусом и украсить веточкой зелени петрушки.

ЦЫПЛЕНОК С КАРТОФЕЛЕМ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 50 г лука, 30 г томата-пюре, 1,2 кг картофеля, 15 г петрушки.

Подготовленную тушку цыпленка разрезать на порционные куски, подрумянить на масле, прибавить мелко нарезанный лук и томат-пюре, спассеровать их, залить горячей водой, посолить по вкусу и варить на слабом огне до мягкости мяса. Очистить картофель, оформить его в виде миндалин, прибавить к мясу и варить вместе с ним до мягкости. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

ЦЫПЛЕНОК С МОЛОДЫМ КАРТОФЕЛЕМ И КАБАЧКАМИ. 1 цыпленок, 1 ст. л. масла сливочного, 2—3 картофелины, 1 морковь, 1/2 кабачка, 1 ст. л. горошка зеленого, зелень, 25 г бульона.

Цыпленка обжарить в сотейнике с маслом, добавить сырой молодой картофель, морковь кружочками, зеленый горошек, кабачки, нарезанные кусочками, и 20—25 г бульона фюме, закрыть посуду крышкой и припустить до готовности на слабом огне. По окончании припускания цыпленка нарубить на порционные куски, положить их обратно на гарнир в сотейник, накрыть крышкой и хранить на водяной бане до подачи.

При подаче на блюдо или тарелку положить цыпленка и овощи вместе с соком, полить маслом и посыпать зеленью.

ЦЫПЛЕНОК С КАРТОФЕЛЕМ, ГОРОШКОМ И ЗЕЛеной ФАСОЛЬЮ (АРМЕНОНВИЛЬ). Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 50 г моркови, 50 г лука, 50 г сельдерея, 25 г

муки, 100 г помидоров, 300 г бульона, 500 г картофеля, 400 г зеленой фасоли, 400 г горошка, 500 г кабачков, ароматическая зелень.

Вырезать филе и ножки и подрумянить их в масле, в том же масле спассеровать нарезанные крупными кусками лук, морковь и сельдерей, прибавить муку и спассеровать ее, не подрумянивая; прибавить очищенные и мелко нарезанные помидоры, залить все бульоном, размешать, прибавить обжаренные куски филе и ножки, ароматическую зелень и соль по вкусу; варить на слабом огне до мягкости мяса. Готовые куски цыпленка переложить в другую кастрюлю и полить процеженным соусом. Соус должен быть ровным и не очень густым. Загарнировать тушеным, вынутым выемкой в виде лещиных орехов картофелем, заправленным маслом зеленой фасолью, свежим горошком и кружками свежих кабачков, обжаренных в масле. Гарниры разложить букетиками вокруг мяса. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С БАКЛАЖАНАМИ (НИЦЦА). Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г оливкового масла, 150 г белого вина, 250 г мясного сока, 30 г томата-пюре, 1 кг баклажанов, 50 г муки, 50 г сливочного масла, 100 г помидоров, 20 г чеснока, 500 г картофеля, ароматическая зелень.

Вырезанные филе и ножки цыпленка обжарить на оливковом масле, залить белым вином и мясным соком, прибавить томат-пюре, чтобы получить соус розового цвета, посолить по вкусу, добавить ароматическую зелень и тушить до мягкости мяса. Готовые куски цыпленка залить соусом. На гарнир подать очищенные и нарезанные кружками, посоленные, панированные в муке и поджаренные в смеси из равных частей сливочного и оливкового масла баклажаны, мелко нарезанные и поджаренные помидоры, чеснок для аромата и поджаренный в масле картофель, вынутый выемкой в виде лещиных орехов. Баклажаны разложить вокруг мяса, на них положить поджаренные помидоры; с обеих сторон разложить букетиками картофель. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С БАКЛАЖАНАМИ (АРЛЕЗИАН). Цыпленок весом 1,1 кг, 120 г оливкового масла, 100 г лука, 500 г баклажанов, 150 г белого вина, 300 г помидоров, 400 г растительного масла, 50 г муки, 20 г чеснока, ароматическая зелень.

Вырезанные куски филе и ножки поджарить в оливковом масле до образования румяной корочки, после чего вынуть из масла, а на нем спассеровать мелко нарезан-

ные лук, чеснок и помидоры; посолить по вкусу, прибавить поджаренные куски цыпленка и ароматическую зелень, залить бульоном или водой и варить на слабом огне. На гарнир приготовить баклажаны: нарезать их ломтиками, посолить по вкусу, запанировать в муке и обжарить во фритюре; лук нарезать тонкими кольцами и припустить во фритюре до золотистого цвета. При подаче куски филе и ножки положить на блюдо, а вокруг разложить баклажаны. Мясо залить соусом, в котором оно тушилось, а сверху посыпать обжаренным кольцами луком.

ЦЫПЛЯТА С БАКЛАЖАНАМИ И ЛУКОМ (СЮПРЕМ АРЛЕЗИЕН). Цыплята весом 1,2 кг, 160 г сливочного масла, 100 г муки, 800 г баклажанов, 150 г лука, 500 г помидоров, 50 г моркови, 50 г сельдерея.

Сварить цыплят, как для бульона или супа; вырезать филе и ножки, отделить от костей, запанировать в муке и жарить на масле. Готовые куски филе и ножки загарнировать поджаренными во фритюре кружками баклажанов, кольцами лука и мелко нарезанными помидорами.

ЦЫПЛЕНОК С БАКЛАЖАНАМИ И ПОМИДОРАМИ. 1 цыпленок, 1 ст. л. муки, 100 г жира кулинарного, 50 г масла сливочного, 0,5 кг баклажанов, 2—3 помидора, 1 ст. л. вина белого виноградного, 2 ст. л. соуса.

Куски цыпленка, запанированные в муке, обжарить в сотейнике с жиром до готовности. Из сотейника слить жир, оставшийся сок развести белым вином, добавить коричневый бульон, вскипятить, прибавить томатный соус, проварить 1—2 мин и процедить.

Куски цыпленка при подаче положить на блюдо или тарелку и расположить вокруг букетиками гарнир из поджаренных на масле баклажанов, нарезанных кружочками, и поджаренных помидоров, нарезанных половинками; полить соусом.

Это блюдо можно приготовить и без вина.

ЦЫПЛЕНОК С МОРКОВЬЮ (ВИШИ). Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 50 г лука, 1 кг моркови, 30 г сахарного песка, 15 г петрушки, ароматическая зелень.

Подготовленные куски филе и ножки цыпленка посолить по вкусу, обжарить на масле, прибавить и пассеровать мелко нарезанный лук и залить куриным бульоном так, чтобы все куски были покрыты. Положить ароматическую зелень, накрыть крышкой и тушить на слабом

огне до мягкости. В качестве гарнира приготовить нарезанную кружками сваренную и тушенную с сахаром и маслом морковь. Готовые куски филе и ножки положить на блюдо, вокруг разложить гарнир и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки; подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С МОРКОВЬЮ И СЕЛЬДЕРЕЕМ (СТАНЛЕЙ).

Цыпленок весом 1,1 кг, 250 г сливочного масла, 50 г лука, 50 г муки, 250 г сметаны, 250 г молока, 100 г моркови, 100 г сельдерея, ароматическая зелень.

Филе и ножки цыпленка обжарить в масле, слегка подрумянив. В том же масле спассеровать мелко нарезанный лук, а затем муку. Залить сметаной и молоком, чтобы получить необходимое количество сока, посолить по вкусу, прибавить ароматическую зелень и тушить до мягкости мяса. Готовые филе и ножки положить на тарелку и загарнировать отдельно сваренными в воде, отсушенными и нарезанными мелкими кубиками морковь и сельдереем. Сок, в котором тушился цыпленок, процедить и залить им мясо. В качестве гарнира отдельно подать рис или лапшу и салат по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С МОРКОВЬЮ И РЕПОЙ (ДЕМИДОВ).

Цыпленок весом 1,1 кг, 180 г сливочного масла, 100 г соленого сала, 50 г трюфелей, 50 г лука, 450 г моркови, 50 г сельдерея, 500 г репы, 150 г крутонов, 150 г белого вина, черный перец, ароматическая зелень.

Куски филе и ножки отделить от костей, нашпиговать кусочками сала и трюфелями, посолить, посыпать черным перцем, положить в кастрюлю с маслом и подрумянить со всех сторон. Прибавить мелко нарезанный лук, морковь, сельдерей и ароматическую зелень; когда овощи подрумянятся, залить вином и стаканом куриного бульона; варить до мягкости мяса. Готовые куски цыпленка переложить в другую кастрюлю и залить процеженным соусом, смешанным с протертыми овощами. Соус должен быть ровным и не очень густым. В качестве гарнира приготовить морковь и репу, нарезанные в форме петушиных гребешков и припущенные в бульоне до мягкости. При подаче готовые куски цыпленка положить на поджаренные в масле хлебные крутоны, а вокруг разложить гарниры. На мясо положить колечки трюфелей и залить процеженным соусом. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С РИСОМ.

1 цыпленок (600—800 г), 1 стакан риса, 30 г сливочного масла, 2,5 стакана куриного или овощного бульона, черный перец, петрушка, соль.

Очищенного и промытого цыпленка залить горячей водой и сварить. Удалить кости и сухожилия и нарезать на куски. Рис спассеровать в жире до прозрачности. Половину выложить на дно посуды, сверху поместить мясо и накрыть оставшимся рисом. Влить бульон и выдержать на слабом огне до набухания риса и выпаривания жидкости. Сбрызнуть растопленным маслом и сервировать пикантным соусом по выбору и салатом из соленых огурцов или свежих помидоров.

ЦЫПЛЕНОК С РИСОМ (ВЕРДИ). Цыпленок весом 1,1 кг, 200 г сливочного масла, 100 г белого вина, 200 г мясного сока, 250 г риса, 50 г трюфелей, 150 г гусиной печени, 150 г хлебных крутонов.

Подготовленные куски филе и ножки слегка обжарить, не подрумянивая, затем влить белое вино и мясной сок и тушить на слабом огне до мягкости. В качестве гарнира приготовить рис. При подаче рис положить на середину блюда и украсить сверху ломтиками трюфелей и маленькими медальонами из поджаренной на масле куриной печени. Вокруг риса положить поджаренные в масле хлебные крутоны, а на них — куски филе и ножки; полить соусом, в котором цыпленок тушился. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С РИСОМ И ЯЙЦАМИ. 1 цыпленок (800 г), 1 стакан риса, 30 г сливочного масла, 1—2 яйца, 2 стакана молока, 1 ст. л. молотых сухарей, 2 ст. л. растительного масла, черный перец, тертый сыр, соль.

Очищенного и промытого цыпленка залить горячей водой и сварить. В конце варки посолить, удалить кости и нарезать на мелкие куски. Рис спассеровать до прозрачности с жиром, добавить 2,5 стакана бульона и выдержать на медленном огне до выпаривания жидкости и набухания. Смешать с мясом, выложить в неглубокую посуду, предварительно смазанную растительным маслом и посыпанную молотыми сухарями, сбрызнуть топленным маслом, влить взбитые с молоком яйца и запекать в духовом шкафу. Перед подачей каждую порцию посыпать тертым сыром и молотым перцем. Отдельно сервировать соус по выбору и сезонный салат.

ЦЫПЛЕНОК С РИСОМ (ПО-ИТАЛЬЯНСКИ). Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 150 г бекона, 50 г лука, 100 г томатного сока, 150 г белого вина, 200 г риса, 400 г бульона, 1 г черного перца, 100 г кашкавала.

Подготовленные порционные куски цыпленка вместе с нарезанным тонкими ломтиками беконом положить в кастрюлю с маслом и подрумянить. Прибавить мелко нарезанный лук и томатный сок или томат-пюре, размешать, залить белым вином и бульоном, посолить по вкусу, посыпать черным перцем и тушить на слабом огне. К готовым кускам цыпленка прибавить перебренный рис, посыпать черным перцем, положить на противень и запекать в течение 18—20 мин в жарочном шкафу до готовности риса (рис должен впитать всю жидкость). Отдельно подать тертый кашкавал. По желанию готовое мясо можно отделить от костей, прибавить к нему рис и запечь в жарочном шкафу.

ЦЫПЛЕНОК С КНЕЛЯМИ ИЗ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКИ (ТУЛУЗА). Цыпята весом 1,4 кг, 250 г сливочного масла, 40 г моркови, 30 г лука, 50 г сельдерея, 150 г куриных кнелей, 30 г трюфелей, 200 г телячьих желез, 150 г белого вина, 150 г грибов, 200 г говяжьих мозгов, 300 г белого соуса.

Очищенные и сформованные тушки цыплят посолить и обжарить, не подрумянивая, на масле с луком, морковью и сельдереем, поливая небольшим количеством бульона, до готовности. Загарнировать кнелями из гусиной печени, украшенными трюфелями, тушенными в масле, вареными телячьими железами, тушенными с маслом и белым вином, тушенными с маслом шляпками грибов и кусочками вареных и тушеных в масле говяжьих мозгов. При подаче куски цыпленка положить на поджаренные в масле хлебные крутоны, а гарниры уложить на середину блюда. Залить белым мясным соусом из куриного бульона, заправленным соком, в котором тушились цыплята.

ЦЫПЛЕНОК С ВЕТЧИНОЙ И ЛАПШОЙ (СЮПРЕМ ПОВЕСТФАЛЬСКИ).

Тушку цыпленка сформовать, тушить, не подрумянивая, в масле, прибавить немного бульона и довести до готовности. Загарнировать заправленной маслом домашней лапшой и ветчиной, нарезанной соломкой. При подаче лапшу с ветчиной положить на середину тарелки, а вокруг разложить нарезанные куски цыпленка. Залить соусом со сливками и лимоном, заправленным соком, в котором тушился цыпленок. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК СО СВИНОЙ ГРУДИНКОЙ. 1 цыпленок, 1 ч. л. жира куриного или маргарина столового, 20 г грудинки копченой свиной, 1 ст. л. масла сливочного, 75 г соуса; гарнир: 2 картофелины, 1 луковичка (саженец) соль, перец, зелень.

Обжаренного цыпленка разрубить на порционные куски, уложить куски птицы в сотейник, добавить обжаренные мелкие головки лука-саженца и свиную копченую грудинку, нарезанную кубиками, ошпаренную в кипятке (3—5 сек) и обжаренную с маслом на сковороде, залить красным соусом и тушить примерно 10 мин.

Отдельно поджарить картофель, нарезанный кубиками или дольками.

При подаче на тарелку положить порцию цыпленка, вокруг расположить картофель и лук с грудинкой. Все полить соусом и посыпать зеленью.

ЦЫПЛЕНОК С ПЮРЕ ИЗ КАШТАНОВ (СЮПРЕМ РОССИНИ).

Цыпленок весом 1,2 кг, 200 г сливочного масла, 1 г молотого черного перца, 150 г вина, 150 г гусиной печенки, 150 г хлебных крутонов, 250 г грибов, 30 г трюфелей, 1,3 кг каштанов, 200 г молока.

Вырезанные филе и ножки цыпленка посолить по вкусу, посыпать черным перцем и обжарить на масле, не подрумянивая. Прибавить вино, накрыть крышкой и тушить. При необходимости можно добавить немного бульона, чтобы мясо лучше дошло. При подаче куски филе и ножки положить на медальоны из гусиной печенки, а сверху положить шляпки сваренных грибов; посыпать мелко нарезанными трюфелями. Залить соусом с вином, приготовленным из сока, в котором тушились цыплята. Загарнировать пюре из каштанов и подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С ГРЕБЕШКАМИ И ЯИЧКАМИ (ТЕСТИКУЛАМИ)

ПЕТУХОВ. Цыпленок весом 1,1 кг, 250 г сливочного масла, 200 г сметаны, 20 г муки, 100 г белого вина, 150 г петушиных гребешков и яиц, 150 г грибов, 300 г телячьих желез, 150 г хлебных крутонов.

Вырезанные филе и ножки цыпленка подрумянить в масле, посолить по вкусу, прибавить сметану и мясной сок или бульон и тушить на слабом огне до мягкости мяса. Загарнировать сваренными и тушенными в белом вине и масле петушиными гребешками и яичками, сваренными и тушенными в масле шляпками грибов и очищенными от пленки и тушенными в белом вине телячьими железами. Гарниры разложить вокруг кусков цыпленка, а вокруг них — поджаренные в масле хлебные крутоны в виде сердечек. Мясо и гарниры (за исключением

крутонов) залить соком, в котором тушился цыпленок. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК С МАСЛИНАМИ (ПРОВАНСАЛЬ). Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г оливкового масла, 1 г черного перца, 20 г чабреца, 20 г чеснока, 150 г белого вина, 200 г бульона, 30 г томата-пюре, 300 г маслин, 15 г петрушки, 300 г домашней лапши.

Вырезать филе и ножки цыпленка, посолить по вкусу, посыпать черным перцем, чабрецом и мелко толченым чесноком, положить в кастрюлю с оливковым маслом и подрумянить. Залить белым вином и стаканом бульона так, чтобы куски были покрыты жидкостью, прибавить томат-пюре для цвета и тушить до мягкости, положив и сваренные в воде, обессоленные черные маслины без косточек. Готовое блюдо посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Отдельно подать свежесваренную лапшу, заправленную маслом.

ЦЫПЛЕНОК С ЭСТРАГОНОМ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 100 г белого вина, 50 г лука, 30 г эстрагона, 150 г хлебных крутонов.

Филе и ножки цыпленка приготовить так же, как описано выше, прибавив для аромата эстрагон. При подаче готовые куски цыпленка положить на поджаренные в масле хлебные крутоны, а на них листья ошпаренного в воде эстрагона; залить соусом, в котором тушилось мясо. На гарнир можно приготовить по выбору рис, домашнюю лапшу, пюре из фасоли, из чечевицы и проч.

ЦЫПЛЕНОК В СУХАРЯХ (ФРИ). 1 цыпленок, 1 ч. л. муки, $\frac{1}{2}$ яйца, 20 г хлеба пшеничного или 13 г сухарей, 1 ст. л. гидрожира, 1 ч. л. масла сливочного, зелень.

Сваренных цыплят разрубить на порционные куски, запанировать в муке, в яйце и сухарях и жарить во фритюре, нагретом до температуры 170—180°C.

При подаче цыпленка полить маслом, положить на блюдо или тарелку с бумажной салфеткой и украсить веточками зелени петрушки.

На гарнир можно подать жареный картофель. Дополнительно отдельно можно подать зеленый салат, свежие или малосольные огурцы, маринованную капусту или фрукты.

Так же можно приготовить курицу.

Цыплят, панированных в сухарях, можно обжарить в жарочном шкафу, если температура его достигает 280—300°C. Перед обжаркой куски цыплят, панированных

в сухарях, нужно сбрызнуть жиром или окунуть в расплавленный жир и отряхнуть, после этого положить цыплят на противень и обжарить в жарочном шкафу со всех сторон. Жареные куски цыплят переложить на сухой противень.

ЦЫПЛЕНОК ПОД СЛИВОЧНЫМ СОУСОМ. Цыпленок весом 1,2 кг, 250 г сливочного масла, 50 г моркови, 30 г лука, 50 г сельдерея, 30 г корешка петрушки, 300 г белого вина, 50 г муки, 50 г коньяка, 200 г сливок, 300 г бульона, 150 г гусиной печенки, 250 г риса.

Подготовленную тушку цыпленка промыть в воде, отсушить на салфетке, сформовать, посолить внутри и снаружи, смазать маслом, положить в подходящую кастрюлю и подрумянить в жарочном шкафу. Прибавить нарезанные крупными кубиками морковь, сельдерей, лук и бульон и немного потушить, переворачивая тушку. Готового цыпленка вынуть, а на том же масле вместе с овощами спассеровать муку, залить коньяком, проварить 10—15 мин, после чего пропустить вместе с овощами через пресс. Полученный соус заправить кусочком сливочного масла. В качестве гарнира приготовить плов с кусочком посоленной по вкусу и поджаренной на масле гусиной или куриной печенки. При подаче плов положить на середину блюда, а цыпленка нарезать и положить куски вокруг плова. Сверху залить частью приготовленного соуса; оставшуюся часть соуса подать в соуснике. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК В СМЕТАННОМ СОУСЕ С ПАПРИКОЙ. 1 цыпленок, 1 ст. л. муки, 100 г масла сливочного, 1 луковица, 3 ст. л. соуса, 0,75 г паприки, 25 г бульона.

Подготовленные куски цыпленка посыпать солью и паприкой, запанировать в муке и обжарить в сотейнике с маслом.

Незадолго до окончания жарки добавить рубленый лук. Закрывать посуду крышкой и довести цыпленка до готовности.

В сотейник влить 25 г бульона фюме, сметанный соус, все это прокипятить и процедить.

При подаче цыпленка положить на блюдо, полить соусом.

На гарнир можно подать домашнюю лапшу, нарезанную в форме ромбиков и заправленную сливочным маслом.

ЦЫПЛЕНОК НА РЕШЕТКЕ. Цыпленок весом 1,2 кг, 100 г оливкового масла, 1 г молотого черного перца.

Подготовленного молодого цыпленка промыть в холодной воде, обсушить на салфетке и разрезать вдоль хребта; раскрыть тушку, слегка придавить и распластать. Отбитую тушку посолить по вкусу, сбрызнуть растопленным или оливковым маслом, положить в противень с небольшим количеством масла и поставить в горячий жарочный шкаф на 10—15 мин, после чего вынуть и дать остыть. Осторожно устранить мелкие кости, следя за тем, чтобы не разорвать мясо; снова посолить с обеих сторон, посыпать черным перцем, сбрызнуть растопленным маслом и обжарить с обеих сторон на решетке. Готового цыпленка можно загарнировать разнообразными гарнирами.

ЦЫПЛЕНОК НА РЕШЕТКЕ ПО-АМЕРИКАНСКИ. Цыпленок весом 1,2 кг, 50 г оливкового масла, 150 г сливочного масла, 200 г хлебной крошки, 50 г кашкавала, 20 г чеснока, 10 г петрушки, 150 г сосисок, 100 г бекона, 500 г картофеля, 500 г кабачков, 250 г свежего горошка, 250 г соуса, 250 г помидоров.

Готовить, как описано выше, но загарнировать жареными на решетке сосисками, нарезанными кусочками, мелкими помидорами, фаршированными хлебной крошкой и тертым кашкавалом, поджаренным на масле картофелем, вынутым выемкой в виде лещиных орехов, свежим горошком и тонкими ломтиками бекона, поджаренными на решетке. Готового цыпленка нарезать на куски и разложить на блюде между гарнирами. Отдельно подать дьявольский соус или соус с каперсами.

ЦЫПЛЕНОК В СУХАРЯХ НА РЕШЕТКЕ (КРЕПОДИН). Цыпленок весом 1,2 кг, 150 г сливочного масла, 50 г оливкового масла, 150 г хлебной крошки, 1 кг картофеля, 250 г мясного сока (печеного цыпленка).

Подготовленную тушку цыпленка без костей смочить в растопленном масле, запанировать в хлебных крошках и жарить на решетке. Загарнировать картофелем и залить соусом, приготовленным из костей цыпленка. По желанию этот соус можно заменить очень жидким томатным соусом. Подать горячим с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК НА РЕШЕТКЕ ПО-РУССКИ. Цыпленок весом 1,2 кг, 100 г оливкового масла, 100 г сливочного масла, 160 г шпика, 1 г молотого черного перца, 750 г картофеля, 150 г хлебных крутонов, 100 г гусиной печенки, 250 г соуса.

Тушку цыпленка приготовить, как для жарки на решетке. Очищенное от костей мясо нашпиговать с внутрен-

ней стороны тонкими ломтиками шпика, посолить, посыпать черным перцем, сбрызнуть растопленным маслом и жарить на решетке, смазывая растопленным маслом. Готового цыпленка нарезать на порции, разложить на блюде и загарнировать жареным картофелем, нарезанным кружками и поджаренными в масле хлебными крутонами в виде сердечек, намазанными пюре из гусиной печени. Подать горячим с соусом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК НА ВЕРТЕЛЕ. 1 цыпленок, зелень, перец.

Подготовленную выпотрошенную среднего размера тушку цыпленка промыть, посолить, посыпать перцем, надеть на металлический вертел, продев его наискось тушки (от ножки к крылышку), и жарить над раскаленными углями (без пламени) в течение 20-30 мин. Во время жарения тушки цыпленка надо смазывать сливочным маслом, а вертел поворачивать, чтобы цыпленок равномерно прожарился.

При подаче на стол цыпленка снять с вертела, уложить на подогретое блюдо и загарнировать листиками салата, свежими или малосольными огурцами и свежими или консервированными помидорами.

Таким же способом можно приготовить рябчика, куропатку и другую мелкую дичь. Куропатку перед жарением надо разрезать вдоль по грудке, не прорезая спинки.

ЦЫПЛЕНОК СОТЕ СО СПАРЖЕЙ. Цыпленок весом 1,2 кг, 200 г масла, 1,2 кг шината, 150 г грибов, 1,5 кг спаржи, 150 г хлебных корок, 50 г тертого хлеба.

Подготовленную тушку цыпленка сварить, вырезать филе и ножки, удалить кости и обжарить на масле. При подаче положить мясо на поджаренные в масле хлебные крутоны. В качестве гарнира подать вареную спаржу и грибы, нарезанные кружочками. Грибы положить на мясо, а спаржу разложить вокруг. При подаче мясо и спаржу залить растопленным маслом с сухарями. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК БЕНЬЕ СО СПАРЖЕЙ (АЛЕКСАНДРА). Цыпленок весом 1,5 кг, 150 г сливочного масла, 150 г белого вина, 150 г бульона, 50 г лука, 50 г моркови, 150 г сельдерея, 30 г муки, 150 г сливок, 200 г хлеба, 1 кг спаржи, 500 г жидкого теста кляра.

Филе и ножки цыплят вырезать, положить в кастрюлю с маслом и подрумянить на огне со всех сторон. Посолить

по вкусу, залить белым вином и бульоном, прибавить лук, морковь и сельдерей, накрыть крышкой и тушить на слабом огне до мягкости мяса, причем вино и бульон должны выпариться. Готовые куски филе и ножки вынуть, а в том же масле спассеровать, не подрумянивая, муку; залить сливками и стаканом куриного бульона, проварить 10—15 мин. Готовый соус процедить, вылить на филе и ножки. Соус не должен быть слишком густым. При подаче мясо положить на поджаренные в масле хлебные крутоны. В качестве гарнира подать спаржу: соединить по 3—4 сваренные головки спаржи, обмакнуть их в жидкое тесто кляр и поджарить во фритюре. По желанию можно прибавить и другие гарниры из овощей, как например, сваренные и заправленные маслом горошек и зеленую фасоль. Подать с салатом по желанию.

ЦЫПЛЕНОК БЕНЬЕ СО СПАРЖЕЙ (СЮПРЕМ ДИПЛОМАТ).

Цыпленок весом 1,2 кг, 200 г сливочного масла, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 50 г лука, 150 г желез молодого барашка, 30 г трюфелей, 150 г белого вина, 800 г спаржи, 200 г соуса со сливками и лимоном.

Подготовить цыпленка и тушить до мягкости в масле с луком, морковью и сельдереем. Загарнировать железами молодого барашка, нашпигованными кусочками трюфелей, тушенными с маслом и белым вином и поджаренным во фритюре. При подаче положить мясо на тарелку вместе с железами, а спаржу разложить вокруг. Залить соусом со сливками и лимоном. Подать с салатом по выбору.

СЮПРЕМ ИЗ ЦЫПЛЕНКА ПО-ПОЛЬСКИ.

Цыпленок весом 1,2 кг, 150 г сливочного масла, 50 г муки, 250 г сливок, 300 г бульона, 100 г грибов, 30 г трюфелей, 150 г муки, черный перец, ароматическая зелень.

Вырезанные филе и ножки цыпленка обжарить на масле, не подрумянивая, посолить по вкусу и посыпать черным перцем, после чего вынуть из масла. На том же масле спассеровать, не подрумянивая, муку, прибавить сливки и бульон, хорошо размешать, положить куски цыпленка и ароматическую зелень и варить до мягкости. При подаче мясо положить на тарелку, посыпать сваренными и нарезанными соломкой грибами и трюфелями, а сверху залить приготовленным соусом. Соус процедить через сито, чтобы не было комков. Загарнировать домашней лапшой; подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК ПО-АЛЖИРСКИ. Цыпленок весом 1,5 кг, 150 г сливочного масла, 50 г лука, 15 г чеснока, 25 г муки, 500 г помидоров, 300 г бульона, 300 г крокетов, 50 г хлебной крошки, 50 г

кашкавала, 15 г петрушки, 150 г артишоков, 250 г зерен зеленого горошка.

Филе и ножки цыплят приготовить так же, как описано выше. На масле, в котором филе и ножки обжаривали, спассеровать мелко нарезанные лук и чеснок, а затем последовательно прибавить муку и очищенные от кожицы и семян мелко нарезанные помидоры, залить куриным бульоном, проварить 10—15 мин, после чего прибавить нарезанные куски филе и ножки и довести до кипения. Загарнировать крокетами из картофельного пюре и мелкими помидорами, нафаршированными хлебными крошками и тертым кашкавалом или только мелко нарезанными, поджаренными артишоками и сваренным и заправленным маслом свежим горошком.

ЦЫПЛЯТА ПО-МАРОККАНСКИ. Цыплята весом 1,6 кг, 1 белая тыква, 500 г сладких яблок, 200 г сливочного масла, 500 г картофеля, 100 г лука, 20 г перца кюри, 50 г муки, 150 г сливок, 15 г петрушки, 500 г бульона, 50 г сахара.

Подготовленных цыплят нарезать на порционные куски, посолить по вкусу и поджарить на масле до образования румяной корочки. В том же масле спассеровать нарезанный ломтиками лук, предварительно ошпаренный кипятком и отсушенный. Прибавить муку, перец кюри, посолить по вкусу и залить бульоном или теплой водой. Прибавить мясо, размешать и варить на тихом огне. Срезать $\frac{1}{3}$ от верхней части тыквы в виде крышки, удалить семена, посыпать сахарным песком и запечь в жарочном шкафу. Срезанную верхушку тыквы очистить от кожуры и вынуть выемкой маленькие шарики, величиной с лещиный орех. Такие же шарики вынуть из яблок и картофеля. Вынутые шарики припустить с маслом до мягкости и посолить по вкусу. Оставшуюся часть яблок прибавить к мясу и проварить вместе с ним. Когда мясо будет готово, прибавить сливки, варить еще 10—15 мин, после чего снять с огня. Куски готового мяса и припущенные шарики из тыквы, яблок и картофеля положить в запеченную тыкву, залить соусом и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Приготовленную тыкву подать на стол горячей.

П р и м е ч а н и е: запеченную тыкву положить на блюдо пустой, а потом наполнять ее мясом, чтобы она не деформировалась.

ЦЫПЛЯТА ПО-ВЕНГЕРСКИ. Цыплята весом 1,5 кг, 200 г сливочного масла, 50 г муки, 50 г лука, 2 г молотого перца (красного), 400 г сливок.

Вырезать филейную часть и ножки и поджарить их на масле до образования румяной корочки. В том же масле спассеровать лук и муку, а затем прибавить сладкий красный перец, сливки и бульон. Посолить по вкусу, размешать, прибавить мясо и варить на слабом огне до мягкости. Переложить мясо в другую посуду, а соус припустить до получения ровного розового цвета, в котором не видно лука. Подать с салатом по выбору. В качестве гарнира можно подать рис.

ЦЫПЛЯТА ПО-МЕКСИКАНСКИ. Цыплята весом 1,5 кг, 250 г оливкового масла, 150 г вина, 250 г мясного сока, 30 г томат-пюре, 300 г грибов, 150 г помидоров, 150 г сладкого стручкового перца, 50 г муки, 150 г муки, 150 г хлебных крутонов.

Вырезанные филе и ножки поджарить на масле до образования румяной корочки. Залить белым вином и мясным соком, прибавить томат-пюре и тушить до мягкости мяса. На гарнир приготовить жареные на решетке свежее грибы, поджаренные и нарезанные мелкими кусочками помидоры, очищенные от кожицы и семян, и сладкий перец, посоленный, запанированный в муке и поджаренный на оливковом масле. Мясо положить на поджаренные в масле крутоны, а гарнир разложить букетиками вокруг него; залить мясным соусом. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ИТАЛЬЯНСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 50 г муки, 2 яйца, 150 г хлебной крошки, 1,2 кг картофеля, 250 г соуса, 30 г петрушки, 1 г молотого черного перца.

Вырезать филе и ножки цыпленка, слегка отбить тылкой или деревянным молотком, посолить, посыпать черным перцем, запанировать в муке, яйцах и хлебных крошках; жарить во фритюре как крокеты. В качестве гарнира приготовить картофельное пюре.

Можно подать и итальянский соус или соус с калперсами, в зависимости от вкуса. Украсить жареной петрушкой. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЯТА ПО-АНГЛИЙСКИ. Цыплята весом 1,6 кг, 250 г сливочного масла, 200 г лука-саженца, 200 г вина, 1 лимон, 200 г грибов, 200 г маслин, 150 г соленых огурчиков, 30 г калперсов, 300 г картофеля, 200 г пресного слоеного теста, 1 яйцо.

Обработанные, заправленные в одну нитку тушки цыплят посолить, положить в кастрюлю с маслом и запекать

до образования поджаристой корочки со всех сторон, поливая время от времени соком. Готовые тушки охладить. Отдельно приготовить гарнир. Лук-саженец припустить до мягкости в вине с ложкой сливочного масла, соком $1/2$ лимона и солью; свежие мелкие грибы также припустить; зеленые маслины без косточек сварить в воде; соленые огурчики нарезать соломкой, а картофель, вынутый выемкой в виде лещиных орехов, поджарить и прибавить мелко нарезанные каперсы. Вырезать филе и ножки цыплят, кости нарубить и положить в кастрюлю, в которой тушились цыплята, залить стаканом красного вина и стаканом бульона, проварить 10—15 мин, после чего соус процедить. Мясо цыплят разложить в глубокой огнеупорной тарелке и залить полученным соусом. Вместо крышки тарелку закрыть слоем пресного теста, который в сыром виде не должен быть толще 3—4 см. Слой теста прижать к бортам тарелки, смазать яйцом и запечь в жарочном шкафу, причем цыплята, находящиеся в тарелке, доводятся до кипения. Подать на этой же тарелке, не удаляя запеченное тесто. К этому блюду можно подать и салат по выбору.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ВЕНСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 100 г сливочного масла, 50 г муки, 1 г молотого черного перца, 150 г хлебной крошки, 20 г петрушки, 1 кг шпината.

Вырезать филе и ножки (ножки очистить от костей), слегка отбить их тупкой, посолить, посыпать черным перцем, обвалить в муке, смочить в растопленном масле, запанировать в хлебных крошках и жарить на сковороде с маслом. Готовые куски филе и ножки разложить и полить растопленным маслом и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. В качестве гарнира приготовить пюре из картофеля или шпината, а по желанию и другие виды гарнира из овощей, как например, зеленую фасоль, горошек и прочее.

ЦЫПЛЕНОК ПО-АНВЕРСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 150 г муки, 150 г белого вина, 200 г бульона, 200 г сливок, 150 г грибов, 150 г телячьего языка, 50 г лука, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 150 г крутонов, 250 г плава.

Цыпленка приготовить как описано выше. Обжарить до образования золотистой корочки, после чего вынуть из масла, а на том же масле спассеровать муку, залить белым вином, бульоном и сливками, посолить по вкусу и хорошо перемешать. Когда соус закипит, прибавить обжаренные куски цыпленка, лук, морковь и сельдерей и

варить до мягкости мяса. Отдельно приготовить гарниры: нарезать соломкой и тушить в масле свежие грибы и вареный телячий язык. Готовые куски цыпленка положить на поджаренные в масле хлебные крутоны, на каждый кусок положить смесь из тушеных грибов и языка, загарнировать пловом. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК ПО-БОГЕМСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 50 г лука, 30 г томата-пюре, 150 г белого вина, 300 г бульона, 400 г лука-саженца, 150 г помидоров, 15 г чеснока, 5 г укропа, 150 г хлебных крутонов, 250 г плова, ароматическая зелень.

Вырезать филе и ножки, посолить по вкусу, обжарить на масле, затем прибавить мелко нарезанный лук и подрумянить его. Прибавить томат-пюре, залить белым вином и куриным бульоном, добавить ароматическую зелень, накрыть крышкой и тушить на слабом огне. Загарнировать сваренным луком-саженцем, заправленным маслом, мелко нарезанными помидорами, чесноком и сваренным и припущенным с маслом укропом. При подаче готовые куски филе и ножки положить на поджаренные в масле хлебные крутоны, а гарниры разложить вокруг букетиками. Отдельно подать плов.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ДАТСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 150 г белого вина, 500 г помидоров, 100 г хлебной крошки, 100 г кашкавала, 15 г петрушки, 400 г лука-саженца, 500 г картофеля.

Подготовленного цыпленка сформовать, посолить, положить в кастрюлю с маслом и подрумянить со всех сторон, периодически поливая белым вином, пока мясо не станет мягким. Готовую тушку положить на блюдо, предварительно удалив кости, и загарнировать мелкими помидорами с начинкой из хлебных крошек и тертого кашкавала, ошпаренным и припущенным в масле луком-саженцем и поджаренным на масле картофелем, вынутым выемкой в виде лещиных орехов.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ЕГИПЕТСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 100 г оливкового масла, 50 г лука, 50 г ветчины, 150 г грибов, 150 г помидоров, 250 г домашней лапши, 50 г сливочного масла.

Подготовленные куски филе и ножки цыпленка обжарить на оливковом масле; когда они подрумянятся, прибавить мелко нарезанный лук, вареную ветчину, свежие грибы и ароматическую зелень, залить стаканом бульона и проварить; затем прибавить мелко нарезанные по-

мидоры и тушить в течение 15—20 мин до мягкости. Готовые куски филе и ножки можно подать без других гарниров или, по желанию, загарнировать заправленной маслом домашней лапшой. Лапшу положить на отдельную тарелку. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ЭКВАДОРСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 150 г белого вина, 200 г мясного сока, 50 г ветчины, 30 г трюфелей, 150 г грибов, 300 г маслин, 100 г фарша из куриного мяса, 5 яиц, 250 г риса, ароматическая зелень.

Подготовленные филе и ножки цыпленка обжарить до образования румяной корочки, залить белым вином и мясным соком или куриным бульоном; прибавить ароматическую зелень и тушить до мягкости мяса. На гарнир приготовить нарезанные соломкой и тушенные в масле трюфеля, грибы и ветчину, крупные черные маслины без косточек с начинкой из куриного мяса, тушенные в масле и поджаренные во фритюре небольшие яйца. Отдельно приготовить рис; перед подачей рис положить в форму саварен, а затем выложить на блюдо. В середину положить мясо с гарниром — ветчиной, трюфелями и грибами, на рис уложить поджаренные яйца, а вокруг риса разложить маслины с начинкой. Мясо залить соусом, в котором оно тушилось. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ИСПАНСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 100 г оливкового масла, 30 г лука, 250 г риса, 150 г горошка, 200 г стручкового сладкого красного перца, 100 г сосисок, 100 г сливочного масла.

Мясо цыпленка отделить от костей, нарезать небольшими кусками и подрумянить на оливковом масле; прибавить мелко нарезанный лук, спассеровать его, залить стаканом куриного бульона, посолить по вкусу и тушить на слабом огне до мягкости. Приготовить рис и заправленный маслом свежий горошек, нарезанный соломкой, печеный и очищенный красный сладкий перец и тушенные в масле, очищенные от кожицы и нарезанные кусочками сосиски. Все хорошо перемешать и разложить на тарелку вокруг готовых кусков мяса цыпленка, уложенных на рис с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ИНДИЙСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 50 г лука, 50 г муки, 20 г перца Кюри, 100 г яблок.

Вырезать филе и ножки. Ножки разрезать пополам по суставам. Подготовленные куски посолить, положить в кастрюлю с маслом и подрумянить. Обжаренные куски

вынуть, а в то же масло добавить мелко нарезанный лук, предварительно ошпаренный в кипятке и обсушенный. Спассеровав лук, прибавить муку и перец Кюри, залить теплой водой или бульоном, посолить по вкусу, размешать венчиком; положить туда же куски цыпленка и очищенные, нарезанные ломтиками сладкие яблоки. Варить до мягкости мяса. Готовые филе и ножки переложить в другую кастрюлю и полить протертым вместе с яблоками и овощами соусом. Этот соус должен быть ровным и не очень густым.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ЯПОНСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 150 г сливочного масла, 150 г белого вина, 1 г черного перца, 1 кг картофеля, 150 г хлебных крутонов, петрушка, ароматическая зелень.

Подготовленные куски филе и ножки подрумянить в масле, посолить по вкусу, посыпать черным перцем, залить вином и небольшим количеством бульона, добавить ароматическую зелень, накрыть крышкой и тушить на слабом огне до мягкости. Загарнировать очищенным, ошпаренным в кипятке и припущенным с маслом картофелем. При подаче готовые куски филе и ножки положить на поджаренные в масле хлебные крутоны, вокруг разложить картофель и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Подать с салатом.

ЦЫПЛЕНОК ПО-МАРСЕЛЬСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 200 г сливочного масла, 150 г вина, 250 г мясного сока, 250 г телячьих желез, 100 г белого вина, 100 г ветчины, 150 г грибов, 30 г трюфелей, 500 г картофеля, 150 г хлебных крутонов.

Вырезанные филе и ножки цыпленка подрумянить, как описано выше, залить вином и мясным соком и тушить до мягкости. На гарнир приготовить зачищенные от пленки и тушенные с маслом и белым вином телячьи железы, сваренную и нарезанную соломкой ветчину, сваренные и тушенные с маслом грибы. Все гарниры смешать. Приготовить и положить поджаренный в масле картофель, вынутый выемкой в виде лещиных орехов. Готовые куски цыпленка положить на поджаренные в масле хлебные крутоны; вокруг разложить гарниры в виде букетиков. Залить соком, в котором тушился цыпленок.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ПЬЕМОМОНТСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 250 г сливочного масла, 150 г белого вина, 250 г мясного сока, 500 г бульона, 250 г риса, 250 г грибов, 150 г зеленого горошка, 150 г кабачков, 150 г хлебных крутонов, ароматическая зелень.

Вырезанные филе и ножки цыпленка подрумянить в масле, прибавить вино, стакан куриного бульона и

мясного сока, ароматическую зелень и тушить до мягкости мяса. В качестве гарнира приготовить рис следующим способом: рис обжарить в кастрюле с небольшим количеством сливочного масла, посолить по вкусу, залить бульоном (на один стакан риса — 2 стакана бульона), довести до кипения, затем накрыть крышкой и поставить в жарочный шкаф на 15—18 мин. К приготовленному рису прибавить нарезанные ломтиками пеньки нескольких сваренных грибов, немного отдельно сваренного зеленого горошка и нарезанный не очень мелкими кусками молодой кабачок; хорошо перемешать, положить в форму «бомба» и утрамбовать. Наполненную форму опрокинуть на блюдо и выложить рис. Вокруг разложить куски цыпленка на поджаренных в масле хлебных крутонах, на каждый кусок положить по одному сваренному грибу. Залить соком, в котором варились мясо цыпленка. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК ПО-ПОРТУГАЛЬСКИ. Цыпленок весом 1,15 кг, 100 г сливочного масла, 50 г лука, 150 г помидоров, 150 г белого вина, 250 г бульона, 20 г чеснока, 100 г грибов, 500 г баклажанов, 50 г муки, 100 г оливкового масла, 500 г помидоров, 50 г хлебной крошки, 50 г кашкавала, 15 г петрушки, ароматическая зелень.

Вырезанные филе и ножки цыпленка подрумянить, прибавить мелко нарезанный лук, спассеровать его, посолить по вкусу, прибавить мелко нарезанные помидоры, залить белым вином и бульоном, добавить мелко нарезанный чеснок для запаха, ароматическую зелень и нарезанные ломтиками свежие грибы и тушить на слабом огне до мягкости мяса. Загарнировать баклажанами, нарезанными кружками, панированными в муке и обжаренными в оливковом масле, мелкими помидорами с начинкой из хлебных крошек и тертого кашкавала, мелко нарезанной зеленью петрушки и чесноком. Гарниры разложить букетиками вокруг мяса. Подать с салатом по выбору.

ЦЫПЛЕНОК ПО-РОСТОВСКИ. Цыпленок весом 1,1 кг, 200 г сливочного масла, 15 г муки, 50 г томатного сока, 100 г белого вина, 250 г бульона, 250 г грибов, 100 г моркови, 100 г редиса, 500 г кабачков, ароматическая зелень.

Вырезанные филе и ножки цыпленка подрумянить, как описано выше, с маслом, прибавить муку и спассеровать ее, не подрумянивая. Прибавить томатный сок, залить белым вином для аромата и куриным бульоном, добавить ароматическую зелень и тушить до мягкости. Загарнировать нарезанными соломкой, сваренными и тушенными с

маслом грибами и морковью и нарезанным кольцами и сваренным редисом. Гарниры разложить вокруг мяса и полить соком, в котором тушился цыпленок. Отдельно подать поджаренные кабачки и салат по выбору.

ПЛОВ С ЦЫПЛЕНКОМ И СВИННОЙ (ВАЛАНСЬЕН). 250 г риса, 80 г сливочного масла, 100 г сосисок, 100 г ветчины, 100 г свиной корейки, 100 г мяса цыпленка, 100 г помидоров, 50 г лука, 1 г шафрана, 500 г жирного бульона.

Мясо цыпленка, корейку и ветчину нарезать мелкими кубиками. Сосиски очистить и нарезать кружочками толщиной в 1 см. Масло положить в кастрюлю, нагреть, прибавить свинину и мясо цыпленка в сыром виде; обжарить мясо, затем положить ветчину, сосиски и мелко нарезанный лук. Когда лук подрумянится, прибавить мелко нарезанные помидоры, очищенные от кожицы и семян. Положить шафран и залить одним стаканом горячей воды. Варить на слабом огне, пока мясо не станет мягким. Прибавить рис, залить бульоном, перемешать и снова довести до кипения. Накрывать кастрюлю крышкой, поставить в средненагретый жарочный шкаф и тушить в течение 16—18 мин при легком помешивании.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ РУБЛЕННОГО МЯСА ЦЫПЛЕНКА (ПО-ПОЖАРСКИ). 1,25 кг мяса цыпленка, 120 г сливочного масла, 150 г белого хлеба, 150 г молока, 50 г сливок, 50 г хлебной крошки, 1 г молотого черного перца, мускатный орех.

Вырезанные филе без кожи и костей пропустить через мясорубку, посолить, посыпать черным перцем и мускатным орехом. Разложить на доске и нарубить ножом на мелкие кусочки. Измельченное мясо положить в глубокую посуду, добавить белый хлеб, размоченный в молоке и отжатый, смешать со сливками или 1—2 столовыми ложками белого мясного соуса. Полученную массу разделить на лепешки овальной формы, которые запанировать в муке и хлебных крошках, придавить ножом, придавая им форму котлет. Перед жаркой выдержать шницели в холодном месте, чтобы они стянулись, а затем жарить на сковороде с маслом. Загарнировать пюре из картофеля, шпината, горошка и др. Можно приготовить соус из сока печеного куриного мяса или из помидоров.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ЦЫПЛЕНКА, ПОЛИТЫЙ МАСЛОМ. Цыпленок весом 1,2 кг, 200 г сливочного масла, 1 г молотого черного перца, 50 г муки, 100 г хлебной крошки.

Вырезанные филе и ножки отбить тупой, как шницели, посолить по вкусу, посыпать черным перцем, запанировать

в муке, смочить в топленном масле и запанировать в хлебных крошках; жарить на сковороде с маслом. Перед подачей на готовые шницели положить зеленое масло (со шпинатным соком). Загарнировать картофелем, зеленой фасолью и цветной капустой.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ ЦЫПЛЕНКА ПО-ВЕНСКИ. Цыпленок весом около 1,5 кг, 150 г сливочного масла, 1 г молотого черного перца, 50 г муки, 4 яйца, 150 г хлебной крошки, 1 лимон, 20 г анчоусов.

Вырезать филе, разрезать их в длину (немного наискось) и отбить тупой или деревянным молотком; посолить по вкусу, посыпать черным перцем, запанировать в муке, смочить в яйцах и запанировать в хлебных крошках; жарить на сковороде с маслом. Готовые шницели разложить на блюде и загарнировать ломтиками лимона, украшенными протертым крутым яйцом. На середину ломтика лимона положить филе анчоуса, свернутое в виде улитки, а на него можно по каперсу. Загарнировать различными овощами или пюре. Подать на стол с салатом по выбору.

ФРИКАСЕ ИЗ ЦЫПЛЕНКА. Цыпленок весом 1,5 кг, 150 г масла, 2 лимона, 1 лавровый листик, 50 г муки, 10—15 горошин черного перца, 3 яйца, 250 г молока, 1 морковь, 1/4 корня сельдерея, 1 луковица, 1 пучок петрушки.

* Подготовленные тушки цыплят разрезать по суставам на порционные куски или по желанию вырезать филе и отделить ножки. Положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить, шумуя появляющуюся при кипении пену. Прибавить очищенные и нарезанные ломтиками лук, морковь и сельдерей; посолить по вкусу, положить лавровый лист и варить до мягкости мяса. Отдельно спассеровать на масле, не подрумянивая, муку; залить бульоном, в котором варились цыплята, размешать и прибавить молоко; варить 10—15 мин, после чего снять с огня, прибавить один за другим яичные желтки, размешивая венчиком, чтобы они не свернулись, и добавить лимонный сок. Процедить соус на уложенное в другой кастрюле мясо. Посыпать черным перцем и мелко нарезанной зеленой петрушкой. Готовое фрикасе хранить на водяной бане. В качестве гарнира подать рис. Рис можно уложить на блюдо в виде бордюра, а в середину положить мясо.

КИЕВСКИЕ КОТЛЕТЫ. 1,25 кг филе цыпленка, 1 г молотого черного перца, 100 г сливочного масла, 50 г муки, 5 яиц, 150 г хлебной крошки, 200 г крутонов, 400 г растительного масла.

Отрезать филе с крыльной косточкой. Отделить малое (внутреннее) филе, а большое (наружное) хорошо отбить, посолить по вкусу, посыпать черным перцем и на середину положить сливочное масло. Мякоть малого филе положить на сливочное масло и завернуть в большое филе в виде рулета (масло и малое филе должны остаться внутри). Подготовленные рулеты запанировать в муке, смочить в яйце и запанировать в хлебных крошках (повторить это два раза последовательно) и жарить во фритюре. Готовые котлеты положить на поджаренные в масле хлебные крутоны и загарнировать жареным картофелем, нарезанным кружками или соломкой.

УТКИ, ГУСИ, ИНДЕЙКИ

УТКА С МАСЛИНАМИ. 1 утка (весом около 1 кг), 200 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 1 г молотого черного перца, 100 г красного вина, 100 г бульона, 500 г черных маслин, 300 г лука-саженца, 300 г картофеля.

Подготовленную утку посолить, поперчить, смазать маслом и подрумянить в жарочном шкафу. Прибавить мелко нарезанную морковь, лук и сельдерей; слегка обжарить, а затем влить вино и бульон, накрыть крышкой и тушить в жарочном шкафу, переворачивая и поливая соком. На гарнир приготовить ошпаренные в кипятке (для удаления соли) и тушеные в масле черные маслины без косточек, ошпаренный в кипятке (для устранения запаха) и тушенный в масле лук-саженец и вынутый выемкой в виде лещинных орехов и поджаренный в масле картофель. Готовую утку нарезать на порционные куски и положить на блюдо, вокруг разложить букетики гарниров. Залить процеженным соком, в котором тушилась утка. Если масла слишком много, часть его слить. Подать с салатом по выбору.

УТКА С ЧЕРЕШНЯМИ. 1 утка (весом около 1,2 кг), 150 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 200 г красного вина, 200 г бульона, 50 г муки, 50 г желе из смородины или мармелада из плодов шиповника, 500 г черешен, 500 г лука-саженца.

Запечь утку, как обычно, с мелко нарезанным сельдереем, морковью и луком; прибавить красное вино и бульон. Запеченную утку вынуть; часть жира отлить, так как при запекании из утки выделяется большое количество

жира. На оставшемся жире спассеровать муку, залить стаканом красного вина и стаканом бульона и размешать венчиком, чтобы не было комков. Прибавить желе из смородины или мармелад из плодов шиповника. Варить при сильном кипении 10—15 мин и затем процедить. Полученный таким образом ровный, сладкий соус заправить сливочным маслом. В качестве гарнира приготовить черешни, вынув из них косточки. Припустить черешни с маслом и залить небольшим количеством соуса. Так же припустить лук-саженец и залить маслом. Смешать черешни и лук; при подаче разложить их на тарелке вокруг мяса. По краям тарелки разложить поджаренные в масле крутоны в форме сердец. Подавать с салатом по выбору.

УТКА С БАКЛАЖАНАМИ. Утка весом 1 кг, 100 г масла, 50 г лука, 50 г муки, 200 г помидоров, 1 кг баклажанов, $\frac{1}{2}$ пучка петрушки, молотый красный перец.

Подготовленные куски утки поджарить на масле до образования румяной корочки. На том же масле спассеровать мелко нарезанный лук, прибавить муку и слегка поджарить, по желанию можно прибавить немного красного перца. Затем прибавить томат-пюре или нарезанные ломтиками помидоры, очищенные от кожицы и семян, и куски утки; залить горячей водой так, чтобы она покрыла мясо, посолить по вкусу и варить на слабом огне. Очистить баклажаны, разрезать вдоль на 4 части, которые затем разрезать на 2—3 куса. Куски баклажанов посолить и положить на 12—15 мин в холодную воду, чтобы выделилась жидкость, а затем прибавить к сваренному мясу и варить еще 15—20 мин; снять с огня и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

УТКА С ОВОЩАМИ. 1 утка, 500 г моркови, $\frac{1}{2}$ корня сельдерея, $\frac{1}{2}$ кочана калусты, 3—4 луковицы, 500 г картофеля, 90 г сливочного масла, 1 щепотка тмина, 10—15 горошин черного перца, 2—3 стакана бульона (или подсоленной воды), 1 ч. л. соли, петрушка.

Выпотрошенную утку ошпарить подсоленной водой и выдержать 1—2 мин. Мясо снять с костей и нарезать на мелкие куски. Лук, ароматические корни и остальные овощи измельчить и смешать. Черный перец перемолоть с тмином и смешать с солью. Бульон довести до кипения, масло растопить. На дно посуды выложить $\frac{1}{2}$ овощной массы, накрыть половиной количества мяса и посыпать смешанными приправами. Поместить пластом еще $\frac{1}{2}$ овощей, сверху выложить оставшееся мясо и посыпать смешанными приправами и накрыть оставшейся массой

овошей. Сбрызнуть растопленным маслом и залить 2 стаканами бульона. Выдержать под крышкой на слабом огне или в духовом шкафу при умеренной температуре в продолжение 1,5 часа. Посыпать рубленой зеленью и сервировать.

УТКА ПО-ЛИОНСКИ. Утка весом 1 кг, 250 г сливочного масла, 300 г лука, 100 г красного вина, 100 г лука-саженца, 500 г каштанов.

Подготовленную утку тушить, залив красным вином. Готовую утку положить на блюдо и загарнировать заправленным маслом луком-саженцем и очищенными каштанами, залитыми мясным соком. Полить процеженным соком, в котором тушилась утка. Подать с салатом по выбору.

УТКА ПО-АНГЛИЙСКИ. 3 молодые утки (весом около 1,2 кг), 200 г хлебных крошек, 1 г молотого перца, 100 г лука, 300 г сливочного масла, 150 г бекона, 1 пучок петрушки.

Тушки очищенных, промытых и обсушенных молодых уток посолить и посыпать черным перцем. Фарш приготовить следующим образом: спассеровать на масле мелко нарезанный лук и подрумянить вместе с ним предварительно ошпаренный в кипятке для устранения соли и нарезанный соломкой бекон; прибавить хлебные крошки, размешать их с луком и беконом и посыпать мелко нарезанной петрушкой. Приготовленной начинкой наполнить уток и зашить. Фаршированных уток смазать маслом, положить в кастрюлю и запекать, поливая время от времени маслом. При подаче на стол разрезать вдоль пополам и залить соусом, в котором они запекались. Подать с салатом по выбору, без других гарниров.

УТКА С СОУСОМ ИЗ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКИ, ЗАПЕЧЕННАЯ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ. 3 молодые утки (весом около 1,2 кг), 350 г гусиной печени, 300 г грибов, 50 г трюфелей, 300 г масла, 25 г муки, 250 г бульона.

Уток приготовить и фаршировать так же, как описано выше. Начинка состоит из нарезанной кубиками и залитой небольшим количеством масла гусиной печени, нарезанных соломкой сваренных грибов и трюфелей, соли по вкусу и черного перца. Начинку хорошо перемешать, наполнить ею тушки уток и зашить. Положить уток в кастрюлю с маслом и запекать в средненагретом жарочном шкафу, переворачивая и время от времени поливая маслом. Запеченных уток вынуть из масла, а в том же масле (если его очень много, часть слить), спассеровать муку, залить бульоном и проварить 5—10 мин. Процедить

соус, пока он еще горячий, прибавить 2 столовые ложки пюре из гусиной печенки и протереть через сито. При подаче на стол срезать филе и ножки, а тушку раскрыть, вынув грудную кость, причем открывается фарш. Тушки уток положить на середину тарелки, а по бокам разложить ножки и нарезанное филе. Залить соусом; оставшийся соус подать в соуснике. По желанию можно подать с припущенной с маслом лапшой или пловом. Эти гарниры можно подать и на отдельной тарелке. Подать салат по выбору.

УТКА ПО-ОГОРОДНИЧЬИ. Утка весом 1 кг, 100 г сливочного масла, 50 г лука, 50 г муки, 20 г томата-пюре, 300 г горошка, 300 г картофеля, 300 г зеленой фасоли, 300 г помидоров.

Подготовленную утку нарезать на порционные куски, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить, снимая появляющуюся на поверхности пену. Посолить по вкусу и продолжать варить до мягкости мяса.

На отдельной сковороде растопить масло, спассеровать на нем мелко нарезанный лук, прибавить последовательно муку, красный перец по желанию и томат-пюре, залить бульоном, в котором варилась утка; размешать соус, чтобы не было комков, влить в кастрюлю, где находится утка, и проварить. Прибавить горошек, картофель, зеленую фасоль и помидоры.

УТКА С ГРИБАМИ. Утка весом 1 кг, 100 г масла, 50 г лука, 50 г муки, 20 г томата-пюре, 1 кг свежих грибов, петрушка.

Утку варить так же, как описано. К готовой утке вместо овощей прибавить свежие очищенные грибы. Варить с грибами еще 25—30 мин. Перед подачей посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

УТКА С ГРИБАМИ ПОД БЕЛЫМ СОУСОМ. Утка весом 1 кг, 100 г масла, 50 г муки, 400 г молока, 400 г бульона, 1,2 кг свежих грибов, 1/2 пучка петрушки.

Подготовленные куски утки поджарить на масле до образования румяной корочки и посолить по вкусу. На том же масле спассеровать муку, залить ее молоком и бульоном или теплой водой и хорошо размешать, чтобы не было комков. В полученный соус положить поджаренные куски утки и варить на слабом огне до мягкости мяса, после чего прибавить грибы, по желанию фигурно нарезанные, и варить еще в течение 25—30 мин. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

УТКА ПО-ЛЕСНОМУ. 1 утка, 750 г смешанной котлетной массы, 50 г трюфелей, 50 г грибов, 100 г ветчины, 150 г сливочного масла, 25 г муки, 100 г томатного соуса, 100 г вина, 100 г мясного сока, 500 г картофельного пюре, 300 г горошка, 300 г зеленой фасоли, 300 г моркови, 300 г спаржи, 1 яйцо, 1 пучок зелени петрушки.

Утку и соус приготовить как галантин из утки, припустить с овощами и маслом и нарезать ломтиками. Отдельно приготовить картофельное пюре и теплым выпустить его из кондитерского мешка на мясо, уложенное на блюде. Отверстие металлического наконечника должно быть волнообразным, чтобы пюре имело вид коры дерева, покрывающей мясо. Поставить в жарочный шкаф на 5—10 мин. Гарнировать горошком, зеленой фасолью, морковью и головками спаржи. Процедить соус и подать в соуснике. Салат подать по выбору.

УТКА ПО-МОНАСТЫРСКИ. 1 утка (весом около 1,5 кг), 2 кг квашеной капусты, 200 г масла, 1 г молотого красного перца, 1 г молотого черного перца.

Подготовленную утку нарезать на порционные куски, посолить, посыпать черным и красным перцем. Не очень мелкую нашинкованную квашеную капусту положить в кастрюлю и смешать с мясом. Залить водой так, чтобы и мясо и капуста были покрыты жидкостью, накрыть крышкой и поставить на огонь. По желанию можно добавить красный перец, спассерованный на сливочном масле (1 столовая ложка). Варить до готовности мяса и уваривания воды. Подать горячей.

УТКА ПО-КРЕСТЬЯНСКИ. Утка весом 1 кг, 300 г риса, 600 г бульона, 1 г молотого красного перца.

Подготовленные куски утки залить водой, довести до кипения, снять пену, посолить по вкусу и варить до мягкости мяса. Рис положить на противень или в неглубокую глиняную посуду, прибавить черный перец по вкусу или толченый чабрец. Готовые куски утки положить на рис, залить 4 стаканами бульона и запекать в жарочном шкафу в течение 20—25 мин.

УТКА ПО-МЕЛЬНИЧЬИ. Утка весом 1 кг, 100 г масла, 30 г лука, 30 г томата-пюре, 500 г бульона, 200 г свиной сырой колбасы, 500 г фасоли, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 1 пучок петрушки.

Подготовленные куски утки поджарить до образования румяной корочки и прибавить мелко нарезанный лук, по желанию красный перец и томат-пюре или соус из помидоров. Залить теплой водой или бульоном, посолить по

вкусу, прибавить сырую свиную колбасу, нарезанную на кусочки, и варить до мягкости. Отдельно сварить фасоль с морковью, луком и сельдереем (овощи положить целиком). За 15—20 мин до готовности утки прибавить сваренную фасоль (овощи не класть). Снять с огня, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и подать на стол.

УТКА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ (МЕКЛЕНБУРГ).

3 молодые утки (весом около 1,2 кг), 250 г сливочного масла, 1 кг яблок, 50 г толченых сухарей, 20 г изюма.

Очищенные, посоленные и заправленные тушки молодых уток смазать маслом и запечь в жарочном шкафу до образования поджаристой корочки. Яблоки (сорта «шафран») очистить от кожицы, разрезать пополам, удалить сердцевину и семена, нарезать тонкими ломтиками, немного посолить, положить на смазанный маслом противень, посыпать сверху сухарями или бисквитной крошкой. Прибавить изюм и 2 столовые ложки сливочного масла; накрыть крышкой и запекать в средненагретом жарочном шкафу до мягкости яблок. Приготовленные яблоки разложить на блюде и сверху положить нарезанную утку. В качестве дополнительного гарнира подать плов. Залить мясо соком, полученным при запекании утки. Можно подать салат по выбору.

УТКА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ (БОРДО). 3 молодые утки (весом около 1,2 кг), 300 г черствого хлеба, 50 г молока, 250 г маслин, 1 яйцо, 150 г свежих грибов, 1 г молотого черного перца, мускатный орех, 200 г масла, 15 г чеснока, 1 пучок петрушки, 100 г белого вина.

Тушку утки подготовить для фарширования, как описано выше. Фарш приготовить так: черствый хлеб без корки предварительно намочить в воде, отжать, нарезать мелкими кусочками маслины без косточек, спассерованные на масле грибы и чеснок так же нарезать мелкими кусочками; все это тщательно смешать. Посолить по вкусу, прибавить черный перец, мелко нарезанную зелень петрушки, мускатный орех и сырое яйцо. Приготовленной смесью нафаршировать утку, зашить ниткой, положить в кастрюлю с маслом и запечь в жарочном шкафу. Если готовят старую утку, прибавить ароматических овощей, стакан белого вина, накрыть крышкой и припустить. При подаче на стол отрезать ножки и филе и залить соусом, в котором запекалась утка, вынув предварительно овощи. В качестве гарнира можно прибавить картофель, нарезанный маленькими кружками. Подать с салатом по выбору.

УТКА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ. 1 утка (весом около 1 кг), 250 г сливочного масла, 300 г лука-саженца, 300 г грибов, 300 г маслин, 300 г картофеля, 1 г молотого черного перца.

Подготовленную тушку утки посолить, посыпать черным перцем и запечь с маслом в жарочном шкафу. Если мясо жесткое, припустить утку в бульоне с небольшим количеством овощей, накрыв крышкой, переворачивая время от времени и поливая соком. Для гарнира приготовить лук-саженец, сваренный и спассерованный на масле, сваренные и спассерованные на масле свежие грибы, очищенные от косточек и ошпаренные кипятком для устранения соли маслины и картофель, вынутый выемкой в виде лещиных орехов и обжаренный в масле. Готовую утку нарезать, разложить на блюде, гарниры разложить между кусками мяса, а нарезанное филе положить сверху. Залить соком, в котором запекалась утка. Подать с салатом по выбору.

УТКА, ТУШЕННАЯ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ. Утка (весом около 1 кг), 150 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 100 г бульона, 200 г картофеля, 200 г моркови, 200 г зеленой фасоли, 200 г горошка.

Подготовленную, посоленную, сформованную и смазанную маслом утку запечь в жарочном шкафу, прибавив нарезанные не очень мелкими кусочками морковь, сельдерей и лук. Подрумянив овощи, влить бульон или теплую воду, накрыть крышкой и печь, периодически переворачивая и поливая тушку соком; вливать понемногу бульон, чтобы все время поддерживать первоначальное количество сока. На гарнир приготовить овощи: фигурно нарезанные жареный картофель и морковь, сваренные в подсоленной воде и заправленные маслом фасоль, горошек и др. по выбору. Гарниры разложить вокруг утки букетиками. Сок, в котором тушилась утка, процедить и подать отдельно в соуснике.

П р и м е ч а н и е: мясо утки обыкновенно твердое и поэтому при запекании его всегда следует тушить с овощами; чтобы соус был более вкусным, вместо воды надо влить белое вино.

УТКА, ЖАРЕННАЯ С РЕПОЙ. 1 утка, 1 ч. л. жира птицы или маргарина животного, 2 ст. л. масла сливочного, 1 репа, 1 луковица, букет сельдерея со специями.

Жареную тушку утки нарезать на порции, куски положить в сотейник, окружить репой, нарезанной дольками, и головками лука-саженца, обжаренными в жире. Залить

соком, полученным после жарения утки (40—50 г), добавить букет из зелени сельдерея со специями (на 10 порций — гвоздики и перца по 3—4 зерна, корицы 1 г, лаврового листа 1 штуку), закрыть посуду крышкой и поставить на маленький огонь, припустить до готовности (10—12 мин).

Перед подачей удалить букет со специями. Утку с овощами и соком положить на блюдо или тарелку, полить маслом и посыпать зеленью.

УТКА ДИКАЯ ЖАРЕНАЯ. 1 утка, 3 ч. л. желе или варенья.

Подготовить дикую утку так же, как и любую крупную домашнюю птицу. Хорошо упитанная утка должна жариться в собственном жире. Жарение продолжается 30—35 мин. Подать с соком, оставшимся от жарки; отдельно подать черносмородиновое желе или варенье брусничное или клюквенное с яблоками.

УТКА — ГОРЯЧИЙ ГАЛАНТИН. 1 утка (весом около 1,2 кг), 750 г котлетной массы, 1—2 трюфеля, 50 г грибов, 100 г ветчины, 100 г сливочного масла, 25 г муки, 100 г томатного сока, 1 г черного молотого перца, 1 г еписа, 100 г вина, 100 г мясного сока.

Утку приготовить, удалив кости, как для галантина. Из котлетной массы (из телятины и свинины) приготовить фарш, смешать его с мелко нарезанными трюфелями, сваренными и нарезанными, так же с грибами и ветчиной, посолить по вкусу и прибавить черный перец и епис. Готовый фарш хорошо перемешать, наполнить им подготовленную тушку утки, натянуть кожу и зашить ниткой. Нафаршированную тушку завернуть как рулет в салфетку и варить в нем вместе с вынутыми костями в течение 1,5 часа, после чего вынуть из бульона, развернуть салфетку, положить в другую кастрюлю с 1—2 столовыми ложками сливочного масла и подрумянить со всех сторон. На том же масле слегка спассеровать муку, прибавить томатный соус, залить соком с вином и мясным соком или бульоном и проварить еще 15—20 мин. Готовую утку вынуть, а соус процедить и заправить сливочным маслом. Перед подачей снять нитку, нафаршированную тушку нарезать и загарнировать по вкусу и выбору различными овощами, пюре, рисом, домашней лапшой и пр., полить соусом. Подать с салатом по вкусу и сезону.

ПАПРИКАШ ИЗ УТКИ. 500 г утиного мяса, 4 ст. л. смальца, 2—3 луковицы, 4—5 ст. л. шашлычного соуса, 2 дольки чеснока, 1 ст. л. муки, черный перец.

Нарезанное на мелкие куски мясо хорошо обжарить в жире, добавить мелко нарубленный лук и чеснок, черный перец, соль и немного кипятка. Довести мясо до готовности и ввести шашлычный соус и муку. Выдержать в течение нескольких минут на слабом огне, снять с огня и сервировать с вареным рисом, картофельным пюре, посыпанным мелкими пластинками сливочного масла, и сезонным салатом.

ПАПРИКАШ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ. 1 индейка (весом около 1 кг), 1,5 кг стручкового перца, 600—700 г помидоров, 3—4 луковицы, 2 ч. л. красного перца, 3 ст. л. муки, $\frac{1}{2}$ стакана растительного масла, 1 кусок сливочного масла величиной с грецкий орех, петрушка, укроп.

Мякоть отделить от костей, посолить и выдержать некоторое время. Кости положить в холодную воду, медленно нагреть до кипения и проварить в течение 1 часа с небольшим количеством соли, после чего бульон процедить. Мясо обжарить в половине растительного масла и вынуть. В том же жире спассеровать мелко нарезанный лук и посыпать молотым красным перцем. Прибавить нарезанные помидоры и тушить до частичного выпаривания жидкости. Перец очистить от стеблей и семенной части и спассеровать с 2 столовыми ложками растительного масла. Прибавить к помидорам, сверху выложить обжаренное мясо и выдерживать на медленном огне при слабом кипении. Муку спассеровать с оставшимся растительным маслом до светло-желтого цвета, разбавить бульоном и прибавить к мясу. Посолить (при желании прибавить 1 стручок острого перца), дать закипеть и снять с огня. Посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки и заправить сливочным маслом. Как только масло растопится, можно сервировать.

ПАПРИКАШ С ФИЛЕЙЧИКАМИ ИНДЕЙКИ. 500—600 г филейчиков индейки, 4—5 ст. л. шашлычного соуса, 2—3 луковицы, 10 стручков перца, 200 г сала, 2 ст. л. муки, 2 яйца, сваренные вкрутую, петрушка, укроп.

Мясо нарезать на порционные куски и посолить. Перец испечь, очистить от кожицы, удалить семенную часть и стебли и тоже посолить. Сало нарезать кубиками и перетопить. В образовавшийся жир поместить мясо и обжарить быстро с обеих сторон. Вынуть и в том же жире тушить мелко нарезанный лук вместе с шашлычным соусом в продолжение 2—3 мин. Добавить мясо и потушить, добавляя понемногу горячей воды. Довести до полуготовности, прибавить разведенную в небольшом количе-

стве холодной воды муку и соль по вкусу. Выдержать еще 5—6 мин, обильно посыпать рубленой зеленью петрушки и укропа и снять с огня. При желании можно добавить 1 стручок острого перца и чеснок. При сервировании в каждую тарелку положить немного измельченных яиц и нарезанного стручкового перца, сверху поместить по 1 куску мяса и залить соусом. Отдельно подать жареный картофель.

ИНДЕЙКА ПОД БЕЛЫМ СОУСОМ. 1 индейка, 1 стакан риса, несколько грибов, потроха индейки, 100—150 г телячьего фарша, 1 тонкий ломтик сала, 1 луковица, 1 морковь, 1 ст. л. изюма, 1 яблоко, 2 ломтика черствого белого хлеба без корки, 2—3 ст. л. растительного масла, 2—4 ст. л. муки, 2 яйца, 1 стакан молока, тертая цедра, сок 1 лимона, черный перец, петрушка.

Потроха отварить в небольшом количестве подсоленной воды и мелко нарезать. Тушить в растительном масле вместе с измельченным луком и морковью, прибавить рис и довести до прозрачности. Ввести нарезанное лапшой сало, мясной фарш, изюм, натертое яблоко и 3—4 столовые ложки бульона из потрохов. Снять с огня и посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки, молотый черный перцем и солью по вкусу. Полученной массой начинить брюшко индейки и зашить. Опустить в кипящую подсоленную воду с добавлением оставшегося растительного масла. Через 2—2,5 часа индейку вынуть, удалить нитки и осторожно выбрать начинку. Кожу снять, пропустить через мясорубку и добавить к начинке. Мясо нарезать кубиками и распределить на порции. В каждой должны быть и кусочки белого мяса. Муку спассеровать с маслом до светло-желтого цвета и разбавить охлажденным и обезжиренным бульоном. Дать закипеть, снять с огня, заправить взбитым в молоке желтком, посолить по вкусу и добавить цедру и лимонный сок. Перед подачей каждую порцию полить горячим соусом. Сбоку от мяса выложить немного начинки, посыпанной рубленой зеленью петрушки и сбрызнутой растопленным маслом.

На гарнир можно подать зеленый салат, заправленный как обычно, с добавлением нескольких капель белого вина, рома или коньяка, или же свекольный салат и тушеный сельдерей.

ТУШЕНАЯ ИНДЕЙКА ПО-ГРУЗИНСКИ. 1 кг подготовленного мяса индейки, 7—8 луковиц, 4—5 помидоров или 1 ст. л. томата-пюре, 200 г вина, 2 ст. л. мелко нарезанной зелени петрушки, укропа и листьев сельдерея, молотый черный и красный сладкий перец, $\frac{1}{2}$ лимона, 80 г сливочного масла.

Мясо нарезать на порционные куски, слегка отбить посыпать черным и красным перцем и обжарить с обеих сторон в посуде с разогретым жиром до образования розовой корочки, после чего тушить вместе с мелко нарезанным луком и помидорами. Влить вино, лимонный сок и посолить по вкусу. Продолжать тушение до полной готовности мяса.

ТУШЕНАЯ ИНДЕЙКА. 1 индейка (весом около 2,5 кг), 200 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 100 г белого вина, 100 г бульона.

Подготовленную индейку посолить внутри и снаружи, сформовать, положить в кастрюлю с маслом и тушить. Подрумянить со всех сторон в жарочном шкафу, прибавить мелко нарезанные морковь, лук и сельдерей, подрумянить их с мясом, залить белым вином и бульоном, накрыть крышкой и тушить до мягкости, периодически переворачивая тушку. Готовую индейку можно загарнировать по желанию рисом, каштанами, разными видами жареного картофеля, овощами. Подать с салатом.

ИНДЕЙКА С СОУСОМ СО СЛИВКАМИ (АЛЬБУФРА). Индейка (весом около 2,5 кг), 250 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 150 г белого вина, 50 г муки, 50 г коньяка, 300 г сливок (молока), 200 г бульона, 100 г риса.

Тушить индейку, как описано выше, довести до мягкости и вынуть. Из сока, в котором она тушилась, приготовить соус со сливками и коньяком; к спассерованным овощам прибавить муку, спассеровать ее, залить вином, коньяком, сливками и бульоном, кипятить 10—15 мин и пропустить через густое сито. В качестве гарнира приготовить рис, к которому во время варки прибавить нарезанную кусочками, посыпанную мукой, посоленную по вкусу и обжаренную на масле гусиную печенку и печенку индейки. Рис подать вместе с индейкой, полив ее предварительно приготовленным соусом. Оставшуюся часть соуса подать отдельно в соуснике. Подать с салатом по выбору.

ИНДЕЙКА НА РЕШЕТКЕ. 1 молодая индейка (весом около 2 кг), 150 г сливочного масла, 150 г хлебной крошки, 1 г молотого черного перца.

Для жарки на решетке следует выбрать молодую индейку. Выпотрошить ее, разрезать вдоль хребта, раскрыть, слегка придавить и распластать; посолить по вкусу, сбрызнуть маслом, положить на противень и подрумянить в сильно нагретом жарочном шкафу (10—15 мин),

после чего дать остыть. Осторожно, не разрывая мяса, удалить хребет и ребра, посолить, посыпать черным перцем, смочить в растопленном масле, запанировать в хлебных крошках и сухарях и поджарить со всех сторон на решетке. Готовую индейку загарнировать различными гарнирами, как например, свежим горошком с маслом, жареным картофелем и пр. Подать соус, приготовленный из костей, соус с каперсами и пр. Отдельно подать салат по выбору.

ИНДЕЙКА НА РЕШЕТКЕ ПО-АМЕРИКАНСКИ. 1 молодая индейка (весом около 2 кг), 200 г сливочного масла, 500 г хлебной крошки, 300 г картофеля, 150 г бекона, 200 г сосисок, 300 г зеленой фасоли, 400 г помидоров, 100 г кашкавала.

Подготовить и жарить, как описано выше; загарнировать картофелем, нарезанным соломкой, тонкими ломтиками копченого бекона или свиной грудинки, поджаренными на решетке, нарезанными кусочками длиной в 2—3 см сосисками, поджаренными на решетке, зеленой фасолью с маслом и помидорами, фаршированными хлебной крошкой и кашкавалом. Залить мясным соком, заправленным томатным соусом. Подать с салатом по выбору.

ИНДЕЙКА НА ВЕРТЕЛЕ. 1 молодая индейка (весом около 2 кг), 100 г шпика, 100 г сливочного масла, 1 г молотого черного перца.

Тушку молодой индейки подготовить к жарке: филейную часть покрыть тонкими ломтиками шпика, прикрепленными к тушке шпагатом, посолить изнутри и снаружи, посыпать черным перцем и одеть на вертел, жарить индейку надо над горячими углями, медленно переворачивая вертел и периодически поливая тушку растопленным маслом. Готовую индейку нарезать на куски и разложить на блюде; загарнировать тушеными каштанами, рисом с потрохами индейки и изюмом, жареным картофелем, нарезанным кружками и пр. Подать с салатом по выбору.

ИНДЕЙКА ПО-РУССКИ. 1 индейка (весом около 2,5 кг), 200 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 100 г белого вина, 100 г бульона, 300 г куриного мяса, 400 г молодой телятины, 100 г заварного теста, 100 г сливок, мускатный орех, 1 г молотого черного перца, 50 г трюфелей.

Индейку тушить, как описано выше. В качестве гарнира приготовить кнели из куриного мяса без костей и кожи и молодой телятины. Мясо перемешать и пропустить 2—3 раза через мясорубку с частой решеткой. Полуценную котлетную массу смешать с заварным тестом,

посолить по вкусу, посыпать черным перцем, прибавить мускатный орех и свежие сливки илимолоко и хорошо размешать деревянной ложкой. Из готовой массы при помощи двух деревянных ложек, предварительно погруженных в горячую воду, разделить кнели. Полученные кнели яйцевидной формы положить на противень, смазанный маслом, украсить трюфелями, влить немного бульона, накрыть крышкой и поставить в жарочной шкаф на 10—15 мин. Приготовить свежие грибы и телячьи железы, сваренные и тушеные в масле, и картофель.

Готовую индейку нарезать на куски, положить на середину блюда и залить соком, в котором тушилась индейка, сгущенным небольшим количеством крахмала и заправленного вином для аромата; вокруг разложить букетиками гарниры. Подать с салатом по выбору.

ИНДЕЙКА ПО-ТУЛУЗСКИ. 1 индейка, 150 г пшеничного хлеба, 100 г молока, 50 г сливок, 150 г сливочного масла.

Готовить и гарнировать так же, как индейку по-русски; залить соусом со сливками и лимоном.

ИНДЕЙКА, ФАРШИРОВАННАЯ КАШТАНАМИ. 1 молодая индейка (весом около 2 кг), 1 кг каштанов, 1 г молотого черного перца, 200 г молока, 20 г сахара, 200 г сливочного масла, 150 г бульона.

Подготовленную тушку молодой индейки посолить и посыпать черным перцем. Начинку приготовить так: каштаны очистить от кожуры и кожицы, положить в кастрюлю, залить свежим молоком, посыпать сахаром, посолить по вкусу и варить до мягкости; готовые каштаны нарезать ножом или пропустить через мясорубку и смешать с небольшим количеством сливочного масла. Этой начинкой наполнить тушку индейки и зашить ниткой. Положить в кастрюлю и запекать в жарочном шкафу с небольшим количеством масла до образования румяной корочки, затем влить бульон и накрыть кастрюлю крышкой. Во время жарки тушку периодически переворачивать и поливать соком, выделяющимся из индейки. В качестве дополнительного гарнира можно подать жареный картофель или рис. Соус приготовить из сока, в котором запекалась индейка. Подать с салатом по выбору.

ИНДЕЙКА, ФАРШИРОВАННАЯ РИСОМ. 1 индейка (весом около 2,5 кг), 30 г лука, 150 г сливочного масла, 1 г молотого черного перца, 250 г риса, 50 г изюма, 200 г бульона.

Подготовленную тушку индейки посолить и посыпать черным перцем. Начинку приготовить следующим спо-

собом: спассеровать на масле мелко нарезанный лук и, когда он подрумянится, добавить предварительно сваренные печенку и желудок, нарезанные кусочками, рис и изюм; спассеровать все вместе, затем влить стакан бульона, в котором варились печенка и желудок, и варить до тех пор, пока рис не впитает всего бульона, прибавить немного перца и снять с огня. Приготовленной начинкой наполнить индейку, влить еще $\frac{1}{2}$ стакана бульона и зашить. Положить на противень, смазанный маслом, и запечь в жарочном шкафу. Когда образуется поджаристая корочка, влить стакан бульона и, периодически переворачивая, поливать соком, чтобы получить красивый золотистый цвет. В качестве дополнительного гарнира подать какой-нибудь вид жареного картофеля. Подавать на стол с салатом по выбору. Соус приготовить из сока, в котором запекалась индейка.

ФАРШИРОВАННАЯ ИНДЕЙКА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ (ЕКАРЛАД). 1 молодая индейка (весом около 2 кг), 500 г пшеничного хлеба, 200 г бекона, 600 г лука, 150 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 100 г белого вина, 600 г говяжьего языка.

Обработанную, хорошо промытую тушку молодой индейки посолить и наполнить начинкой, приготовленной следующим образом: черствый пшеничный хлеб без корок измельчить на терке, как толченые сухари, бекон нарезать крупной соломкой и варить в течение 15—20 мин, спассеровать в двух столовых ложках масла мелко нарезанный лук и добавить в него хлеб; если масла не хватит, чтобы хорошо увлажнить хлеб, прибавить немного молока и все хорошо перемешать. Готовым фаршем наполнить тушку индейки, зашить ниткой и связать ножки шпагатом. Фаршированную тушку положить в кастрюлю с маслом, поставить в жарочный шкаф и подрумянить слегка со всех сторон. Прибавить мелко нарезанные морковь, лук и сельдерей и накрыть кастрюлю крышкой. Когда овощи подрумянятся, прибавить белое вино и бульон и продолжать запекать, переворачивая тушку и поливая ее время от времени соком. Готовую индейку разрезать, положить на тарелку и загарнировать говяжьим языком, сваренным и нарезанным ломтиками. На куски филе положить ошпаренные кипятком листья эстрагона. Залить соусом, приготовленным из сока, в котором запекалась индейка. Подать с салатом по выбору.

КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (ПО-ПОЖАРСКИ). 1 индейка, 150 г белого хлеба, 100 г молока, 50 г сливок, 150 г сливочного масла, 150 г хлебной крошки, 1 г молотого черного перца, мускатный орех.

Подготовить немолодую индейку, удалить кости и снять кожу. Из костей и кожи можно приготовить бульон для супа. Мясо пропустить через мясорубку, как для обыкновенной котлетной массы. Хлеб (без корки) размочить в молоке, отжать и добавить в измельченное мясо; прибавить перец, мускатный орех, посолить по вкусу, хорошо перемешать, разложить на доске и нарубить. Полученную массу положить в глубокую посуду, хорошо вымесить деревянной лопаткой и добавить сливки или белый соус для сочности мяса при жарке. Из готовой котлетной массы оформить маленькие шарики, как для биточков, обвалить их в хлебных крошках или толченых сухарях, придать им форму кебабчет, оставляя один край более тонким, затем слегка придавить ножом, чтобы придать форму котлеты; тонкий край котлеты перегнуть в виде полукруга. Приготовленные таким способом котлеты жарить на сковороде с маслом. Поджаренные котлеты можно загарнировать различными пюре с овощами, по выбору; подать с соусом с каперсами, томатным соусом, мясным соком, заправленным крахмалом, и пр. Подать с салатом по выбору.

КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (ПО-МАРШАЛЬСКИ). 700 г мяса индейки, 600 г соуса шофруа 6 яиц, 50 г муки, 200 г хлебной крошки, 150 г сливочного масла.

Вареное или запеченное мясо индейки нарезать кубиками и смешать с соусом шофруа. Прибавить яичные желтки, размешивая на огне, чтобы масса не загустела, а затем дать остыть. Остывшую массу разделить на шарики, обвалить их в муке, чтобы они не слипались при обработке, и оформить из них котлеты по описанному выше способу; смочить в яйце, запанировать в хлебных крошках и жарить на сковороде. Подать с гарнирами и салатом по выбору.

ИНДЕЙКА ЖАРЕНАЯ. 1 индейка, 1 стакан бульона, 80 г масла.

Подготовленную индейку посолить со всех сторон, положить на сковороду спинкой вверх, полить растопленным маслом, прибавить $\frac{1}{2}$ стакана воды и поставить жарить в не слишком жаркий духовой шкаф. Во время жарения индейку необходимо поливать с ложки образовавшимся на противне соком и поворачивать, чтобы она

зарумянилась со всех сторон (жарится индейка от 1 до 2,5 часа в зависимости от величины).

По окончании жарения индейку снять, слить жир, добавить стакан мясного бульона или воды, прокипятить и процедить.

В тех случаях, когда индейку готовят не целой тушкой, а половинками, после обработки и подготовки ее жарят на сковороде. При подаче на стол индейку надо разрубить сначала на две половины, затем каждую половину на 4—8 кусков и уложить на подогретое блюдо, полив соком и украсив ветками зелени петрушки или листиками салата. На гарнир можно подать печеные яблоки или жареный картофель.

ФИЛЕ ИНДЕЙКИ, ЖАРЕННОЕ ВО ФРИТЮРЕ. 1 молодая индейка (весом около 2 кг), 100 г муки, 3 яйца, 1 г молотого черного перца, 200 г хлебной крошки, 500 г растительного масла, 2 пучка петрушки, 250 г соуса.

Из тушки молодой индейки вырезать филе (без костей) и ножки. Отбить их слегка тупой или деревянным молотком, посыпать черным перцем, посолить, запанировать в муке, яйцах и хлебных крошках. Жарить во фритюре, как крокеты. Подать с соусом и салатом.

ИНДЕЙКА С ОВОЩАМИ. 1 индейка (весом около 2,5 кг), 150 г сливочного масла, 300 г моркови, 30 г сельдерея, 30 г лука, 100 г белого вина, 100 г бульона.

Тушить индейку, как указано выше. В качестве гарнира приготовить крокеты из картофеля, спаржу, горошек и морковь, вынутую выемкой в виде лещиных орехов. Овощи припустить с маслом и разложить букетиками вокруг нарезанной индейки. Сок, в котором тушилась индейка, пропустить через сито и полить им индейку; оставшуюся часть соуса подать отдельно в соуснике. Подать с салатом по выбору.

ИНДЕЙКА С КАШТАНАМИ. 1 индейка (весом около 2,5 кг), 350 г сливочного масла, 1,5 кг каштанов, 250 г мясного сока или бульона.

Заправленную тушку индейки запекать до готовности в масле, без добавления воды, переворачивая ее время от времени и поливая маслом. В качестве гарнира приготовить каштаны: каштаны очистить, положить на противень с маслом, посыпать небольшим количеством сахарного песка и посолить, залить соком, выделяющимся при запекании индейки (если индейка уже готова), а если

сок еще не готов — бульоном или водой, накрыть крышкой, поставить на слабый огонь или в жарочный шкаф и тушить до мягкости, стараясь по возможности сохранить их целыми. Готовую тушку индейки разрезать, положить на блюдо и загарнировать каштанами. По желанию в качестве гарнира можно прибавить отдельно приготовленный рис. Подать с салатом по выбору.

Примечание: индейка должна быть молодой и хорошо откормленной. Для предохранения мяса от пригорания и чрезмерного подсыхания во время жарки филейную часть тушки следует покрыть тонкими ломтиками шпика, который привязывают к тушке ниткой.

ИНДЕЙКА С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ. 1 индейка (весом около 2,5 кг), 250 г сливочного масла, 1 г молотого черного перца, 50 г лука, 2,5 кг капусты, 100 г бульона.

Обработанную тушку индейки сформовать, посолить, посыпать черным перцем и жарить на противне с маслом до образования поджаристой корочки. Зажаренную индейку вынуть, а на том же масле спассеровать мелко нарезанный лук, по желанию можно добавить немного красного перца. Нашинковать крупной соломкой капусту, положить в лук и хорошо перемешать. На капусту положить индейку и залить стаканом бульона или воды. Запекать в жарочном шкафу до мягкости мяса, периодически переворачивая индейку и размешивая капусту, чтобы она сверху не пригорела.

ИНДЕЙКА С РИСОМ. 1 индейка (весом около 1,5 кг), 200 г масла, 50 г лука, 600 г риса, 30 г томата-пюре.

Готовить так же, как курицу с помидорами или зеленым горошком, но без муки. В конце прибавить рис, смешать его с мясом, поставить в жарочный шкаф и держать в нем, пока рис не впитает в себя всю воду и не сделается мягким. Подать с салатом по выбору.

ИНДЕЙКА С ЧЕРНОСЛИВОМ. 1 индейка (весом около 1,1 кг), 200 г лука, 150 г масла, 30 г муки, 800 г чернослива, 30 г томата-пюре, 30 г сахара, 1 пучок петрушки.

Готовить так же, как курицу с черносливом. Количество чернослива в этом случае следует увеличить.

ГУСЬ, УТКА ЖАРЕНЫЕ. 1 гусь (1 утка), 1 ч. л. жира птицы или маргарина животного, 1 ст. л. масла сливочного, зелень.

Крупную домашнюю птицу (гусей, уток), подготовленную для жарки, посолить внутри и снаружи, положить

на противень спинкой вниз, полить жиром, а жирных гусей и уток — горячей водой и поставить в жарочный шкаф.

Во время жарения птицу периодически переворачивать и поливать жиром и выделившимся из нее соком. Готовую птицу переложить в другую посуду, а с противня слить жир, оставив сок. Противень поставить на плиту, долить мясной бульон и прокипятить. Полученный таким образом сок процедить и зальезонить крахмалом.

Птицу разрубить на порции и хранить в закрытой посуде в подогретом виде в жарочном шкафу.

При подаче на стол подогретую жареную птицу положить на блюдо, гарнировать жареным картофелем и полить соком. Украсить зеленым салатом или веточкой зелени петрушки.

Так же можно готовить блюдо из индейки.

ГУСЬ, УТКА С ТУШЕНОЙ КАПУСТОЙ. 1 гусь (1 утка), 1 ч. л. жира птицы или маргарина животного, 1 ст. л. масла сливочного, зелень.

Птицу жарить, как описано выше. При подаче на стол гуся или утку положить на блюдо с тушеной капустой и полить соком и маслом.

ГУСЬ, УТКА С ЯБЛОКАМИ. 1 гусь (1 утка), 1 ч. л. жира птицы, 1 ст. л. масла сливочного, 250 г яблок, $\frac{1}{2}$ ст. л. сахара.

Яблоки, лучше антоновские, очистить от кожицы, разрезать на две или четыре части и удалить семенную коробочку. Яблоки уложить на смазанный маслом противень или сотейник, посыпать сахаром и запечь в жарочном шкафу.

При подаче на блюдо или тарелку положить жареную птицу, гарнировать печеными яблоками и полить мясным соком и маслом и украсить веточкой зелени.

ГУСЬ, УТКА В СОУСЕ С МАНДАРИНАМИ. 1 утка (1 гусь), 1 ч. л. жира птицы или маргарина животного, 1 мандарин или апельсин, 2 ст. л. красного соуса, 1 ч. л. сахара.

Жареную тушку гуся или утки разрубить на куски (по 2 куска на порцию), залить соусом с мандариновой цедрой и тушить 10—12 мин.

При подаче порцию утки или гуся положить на блюдо, полить соусом, поверх соуса положить кружочки мандарина (без кожуры). Гарнировать жареным картофелем.

Для соуса снять цедру с мандарина или апельсина, нарезать ее тонкой соломкой, прокипятить в воде (1—2 мин), откинуть и цедру добавить в красный соус.

ГУСЬ, УТКА КОПЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ. 1 кг гуся или утки копченой, 1,5 кг капусты тушеной, 100 г масла сливочного, 200 г сока мясного, зелень.

Готовую тушеную капусту положить в сотейник, поверх нее уложить нарубленную на порции копченую птицу, закрыть посуду крышкой и тушить в жарочном шкафу, пока птица не станет мягкой.

При подаче капусту поместить на блюдо или тарелку, поверх нее — птицу, полить мясным соком с маслом и украсить зеленью.

ГУСЬ, УТКА, ИНДЕЙКА ЖАРЕННЫЕ, С КАРТОФЕЛЕМ. 1 гусь, (1 утка, 1 индейка), 1 ст. л. жира птицы, зелень.

Домашнюю птицу, подготовленную для жарки, посолить внутри и снаружи, положить на противень спинкой вниз, полить жиром, а жирных гусей и уток — горячей водой и поставить в жарочный шкаф.

Во время жарки птицу периодически переворачивать и поливать жиром и выделившимся из нее соком. Готовую птицу переложить в другую посуду, а с противня слить жир, оставив сок. Противень поставить на плиту, добавить мясной бульон и прокипятить. Полученный сок процедить.

При подаче подогретую птицу положить на блюдо и полить соком. Гарнир — жареный картофель. Украсить зеленым салатом или веточкой петрушки. Можно подать отдельно краснокочанную капусту, салат зеленый, маринованные плоды или маринованные ягоды.

ГУСЬ, УТКА ЖАРЕННЫЕ, С КАПУСТОЙ ИЛИ ЯБЛОКАМИ. 1 гусь (1 утка), 1 ч. л. масла сливочного, 150 г тушеной капусты или 180 г яблок, $\frac{1}{2}$ ч. л. сахара.

Птицу жарить так же, как описано в предыдущем рецепте. При подаче гуся или утку положить на блюдо с тушеной капустой и полить мясным соком и маслом. При подаче птицы с яблоками нужно яблоки (лучше антоновские) очистить от кожицы, разрезать на две или четыре части и удалить семенную коробочку. Яблоки уложить в смазанный сотейник или на противень, посыпать сахаром и запечь в жарочном шкафу. При подаче на блюдо или тарелку положить жареную птицу, гарнировать печеными яблоками и полить мясным соком и маслом.

ТУШЕННЫЙ ГУСЬ. 1 гусь (весом 3,5—4 кг), 250 г шпика, набор ароматических корней, 2 луковицы, 300—400 г обрезков телятины, 100—150 г грибов, 8—10 горошин черного перца, 1 ч. л. муки, 1 стакан вина, 1 рюмка коньяка.

Тушку гуся обработать и хорошо промыть. Отрубить ножки и крылышки, посолить снаружи и изнутри и выдержать в течение 24 часов при температуре около 10°C. В брюшко гуся положить нарезанные грибы и зашить ниткой. В большую кастрюлю (такую, чтобы гусь в ней поместился целиком) заложить последовательно нарезанный соломкой шпик, нарезанный кольцами лук, обрезки телятины и нарезанные корни. Сверху поместить гуся, гусиные ножки и крылышки. Кастрюлю плотно закрыть крышкой и поставить на умеренный огонь. Когда шпик начнет жариться, влить (по ложке) около 1 л теплой воды. Затем добавить черный перец и вино. Через 1 час гуся перевернуть и продолжать тушение еще 1 час. Слить часть жира и долить немного теплой воды. Гуся вынуть, освободить от нитки и разрезать на порции. Сох протереть, заправить небольшим количеством муки, приправить коньяком и поставить на слабый огонь еще минут на 10. При подаче к столу каждую порцию мяса гарнировать вареной цветной капустой, заправленной маслом, жареной квашеной капустой и солеными огурцами.

Соус подать отдельно в соуснице.

ГУСЬ ФАРШИРОВАННЫЙ. 1 гусь, 3—4 яблока, 70 г хлеба пшеничного, 1 ч. л. масла, $\frac{1}{2}$ ч. л. сахара, 1 ч. л. молока, 0,01 г корицы, $\frac{1}{2}$ яйца, 1 ч. л. уксуса 3%-ного.

Гуся выпотрошить, тщательно промыть и замочить (не менее 2 часов) в смеси уксуса и соли. Пшеничный хлеб и яблоки нарезать на маленькие квадратiki, хлеб замочить в смеси яйца и молока, а затем залить растопленным маслом, яблоки посыпать сахаром и корицей, смешать с подготовленным хлебом. Этой массой нафаршировать гуся и запечь. Когда гусь зарумянится, залить его небольшим количеством бульона или воды. В процессе запекания поливать соком.

ГУСЬ ПО-ГОЛЛАНДСКИ. 1 гусь (весом около 1,5 кг), 250 г сливочного масла, 100 г белого вина, 100 г бульона, 1 г молотого черного перца, 500 г картофеля, 300 г моркови, 300 г зеленой фасоли, 250 г капусты, фаршированной мясом и беконом, 150 г бекона.

Подготовить тушку гуся, посолить внутри и снаружи, посыпать черным перцем, сформовать, смазать маслом и печь. Когда гусь подрумянится, влить белое вино и буль-

он, накрыть крышкой и запекать, периодически переворачивая и поливая тушку соком. На гарнир приготовить поджаренный и политый маслом картофель, оформленный в виде миндалин и заправленную маслом морковь, той же формы, политую маслом зеленую капусту и фаршированные маленькие кочаны капусты с начинкой из мяса и бекона. Маленькие кочаны капусты фаршировать следующим образом: кочан свежей капусты зачистить, вырезать кочерыжку, посолить по вкусу, положить в кипящую подкисленную (лимонной кислотой) воду и варить 10—15 мин. Дать остыть в холодной воде и разобрать на листья. Более крупные и целые листья положить снизу, а сверху разложить более мелкие. Из подготовленных таким способом листьев сделать маленькие кочаны. На каждый лист положить немного нарезанного соломкой бекона. Свернуть концы листа, хорошо прижать их и сформовать шарик, величиной с яйцо. Каждый из полученных маленьких кочанов связать салфеткой для сохранения формы и хорошо стянуть. Уложить плотно в один ряд в кастрюлю или на противень, прибавить кусок бекона и залить бульоном. Варить до готовности капусты и бекона. Готовые маленькие фаршированные кочаны капусты вынуть из кастрюли и разложить вокруг гуся. На каждый кочан положить по кусочку сваренного бекона. В качестве гарнира приготовить сваренную и заправленную маслом репу, вынутую выемкой в виде миндалин.

ГОЛУБЦЫ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ ГУСЯ. 1 гусь, 50 г риса, 50 г лука, 100 г сливочного масла, 30 г томата-пюре, 1 кочан квашеной капусты, 1 г молотого черного перца, 1 г молотого красного перца.

Мясо гуся отделить от костей, нарезать кусочками. Если гусь недостаточно жирный и если количество мяса окажется недостаточным, можно прибавить нарезанную кусочками свинину и смешать ее с гусиным мясом. Посолить по вкусу, посыпать черным перцем, прибавить рис и перемешать. Отдельно спассеровать в 2 столовых ложках масла мелко нарезанный лук. В готовый лук добавить красный перец, а по желанию и немного томата-пюре, и хорошо перемешать. Кочан квашеной капусты разобрать на листья, если капуста слишком кислая, ее можно предварительно обмыть холодной водой. На листья капусты положить фарш и завернуть их в виде рулетиков. Голубцы уложить в кастрюлю, на дно которой положить несколько листьев капусты, прижать голубцы плотно один к другому и сверху накрыть листом капусты.

По желанию на голубцы можно положить кости гуся. Залить теплой водой; если капуста не очень кислая, можно влить небольшое количество рассола. Когда вливают рассол, количество соли в фарше следует уменьшить. Варить голубцы до мягкости мяса и капусты.

ПОТРОХА ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

РИЗОТТО С ПОТРОХАМИ. 300—400 г потрохов цыпленка, 100—150 г жареного или отварного мяса цыпленка, 1 стакан риса, 3 стакана бульона, 50 г грибов, 15—20 изюминок, 60 г сливочного масла, тертый сыр, черный перец.

Хорошо промытые потроха отварить до мягкости в 1 стакане бульона (или подсоленной воде). Прибавить грибы и мясо, довести до готовности и вынуть шумовкой. Бульон процедить и долить горячей водой до получения 2,5 стакана жидкости. Рис спассеровать до прозрачности с частью масла, залить бульоном и выдержать на слабом огне до набухания. Прибавить потроха и грибы, нарезанные на мелкие кусочки, а также изюм. Хорошо перемешать и распределить в отдельной мисочке или же выложить в смазанную маслом и посыпанную молотыми сухарями форму. Перед подачей каждую порцию сбрызнуть растопленным сливочным маслом и посыпать тертым сыром.

Когда масса помещена в форму, ее надо перевернуть на большое блюдо. Посыпать тертым сыром, а вокруг ризотто влить томатный соус по выбору и разложить яйца, сваренные вкрутую и разрезанные на четыре части.

Отдельно подать салат из огурцов.

ПЕТУШИНЫЕ ГРЕБЕШКИ ПРИПУЩЕННЫЕ. 1 кг гребешков петушинных, 40 г петрушки и сельдерея, 3 ст. л. вина белого, 2 ч. л. сока лимонного, 1 луковица.

Петушные гребешки погрузить в горячую воду и снять пенку при помощи соли (соль препятствует скольжению пальцев при очистке), обрезать перо у основания, промыть гребешки в холодной воде. В сотейник положить гребешки, петрушку и сельдерей, нарезанные ломтиками, лук, залить куриным бульоном или водой так, чтобы полностью покрыть продукты жидкостью, добавить белое виноградное вино, лимонный сок, посолить и припускать в течение 30 мин. Готовые гребешки вместе с бульоном переложить в фарфоровую или керамическую посуду и хранить в холодном помещении.

Используют гребешки в качестве гарнира в соусы для припущенных блюд из кур, цыплят, индеек и телятины.

КРЫЛЫШКИ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ В БЕЛОМ СОУСЕ С РИСОМ. 200 г крылышек, 10 г корней и лука, 3 ст. л. соуса.

Обработанные крылышки кур или индеек сварить в бульоне с кореньями и луком. Готовые крылышки хранить горячими на мармите. На бульоне, оставшемся после варки крылышек, приготовить белый соус с яичными желтками. При подаче крылышки положить на тарелку, на гарнир подать припущенный рис, полить соусом.

РАГУ ИЗ ПОТРОХОВ. На 500 г потрохов — 600 г картофеля, 2 моркови, петрушка, 1 луковица, $\frac{1}{2}$ стакана томата-пюре, 1 ст. л. муки, 2 ст. л. масла.

Хорошо очищенные и промытые потроха домашней птицы посыпать мукой и жарить еще несколько минут. Затем обжаренные потроха сложить в неглубокую кастрюлю, залить 2 стаканами бульона или воды, добавить томат-пюре, накрыть посуду крышкой и тушить на слабом огне.

Через 0,5 часа после начала тушения добавить очищенные, нарезанные дольками и обжаренные картофель и овощи (морковь, петрушку, лук, перец и лавровый лист). Все это осторожно перемешать и снова поставить тушить на 0,5 часа.

Рагу подать с гарниром.

КЕБАБ ИЗ ЦЫПЛЯЧЬИХ НОЖЕК. Ножки 2 цыплят, 60 г сливочного масла, 2 ст. л. растительного масла, 1 стакан сухого белого вина, 1 ст. л. муки, костный мозг из говяжьих или телячьих костей, черный перец, 1 лимон, петрушка.

Ножки слегка отбить, натереть солью и молотым черным перцем, обильно сбрызнуть лимонным соком и выдержать 0,5 часа. Обжарить со всех сторон в смеси сливочного и растительного масла. Вынуть и в том же жире спассеровать муку до светло-желтого цвета, влить вино в холодную воду (при необходимости). Посолить по вкусу, дать закипеть и через 5—6 мин снять с огня. На каждую ножку поместить по 1 куску мозга и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, а перед подачей полить каждую порцию горячим соусом. Гарниром может служить сезонный салат.

ДИЧЬ

ПЕРЕПЕЛА, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ. 10 перепелов, 200 г сливочного масла, 150 г шпика, 2 г черного перца, 250 г риса.

Перепелов ощипать, выпотрошить, сохранив головы, которые следует очистить от перьев, и удалить глаза. Ножки поджарить к бедрам. Филейную часть покрыть тонкими ломтиками шпика, прикрепив его зубочистками или привязав ниткой. Посолить по вкусу. Подготовленные тушки перепелов положить в один ряд в кастрюлю или на противень, прибавить сливочное масло и подрумянить со всех сторон в сильно нагретом жарочном шкафу в течение 10—15 мин, но не более 20 мин. Их можно запекать и на плите, под крышкой. Загарнировать рисом, отдельно можно подать картофель, нарезанный кружками или соломкой, жареный картофель и пр. К приготовленному рису для аромата можно прибавить немного масла, в котором пеклись перепела. Сверху полить соусом, приготовленным из сока, образовавшегося при запекании перепелов. Подать с салатом по выбору или в зависимости от сезона.

ПЕРЕПЕЛА С ВИНОГРАДНЫМИ ЛИСТЬЯМИ. 10 перепелов, 10 виноградных листьев, 50 г шпика, 150 г хлебных крутонов, 500 г винограда, 250 г риса.

Тушки перепелов приготовить, как описано выше. Выбрать молодые виноградные листья, обрезать их так, чтобы размер был не больше размера тушек перепелов, и положить по одному листику на филейную часть каждого перепела, а сверху на него положить по тонкому ломтику шпика, прикрепив его зубочисткой или ниткой. Поставить в жарочный шкаф, как описано выше. В качестве гарнира приготовить мелкие, поджаренные в масле хлебные крутоны и припущенные в масле зерна винограда. Перепелов подать целыми, удалив только зубочистки или нитки, а ломтики шпика и виноградные листья должны остаться. Вокруг перепелов разложить гарниры. Отдельно можно подать рис. Сверху полить соком, в котором перепела запекались. Подать горячими с салатом по выбору и в зависимости от сезона.

ПЕРЕПЕЛА С ВИНОГРАДОМ. 10 г перепелов, 150 г сливочного масла, 500 г винограда, 150 г хлебных крутонов, 150 г шпика.

Подготовленные тушки перепелов запечь в жарочном шкафу. Загарнировать виноградом, припущенным с маслом, в котором запекались перепела, и поджаренными в масле мелкими хлебными крутонами (кубки размером 0,5 см). Перед подачей тушки перепелов можно разрезать в длину пополам и уложить рядами в специальную огнеупорную посуду с крышкой: ряд винограда и крутонов и ряд перепелов. Отдельно в соуснике подать сок, в котором перепела запекались. Подать салат по вкусу. Отдельно в качестве гарнира можно подать рис.

ПЕРЕПЕЛА С ЧЕРЕШНЯМИ. 10 перепелов, 150 г сливочного масла, 1 кг черешен, 150 г хлебных крутонов.

Подготовленные тушки перепелов запечь в жарочном шкафу. В качестве гарнира приготовить черешни, очищенные от косточек и слегка припущенные в масле (следить, чтобы черешни остались целыми). При подаче перепелов можно разрезать пополам в длину, положить в огнеупорную посуду с крышкой и загарнировать черешнями. Сверху полить соусом, приготовленным из масла, в котором пеклись перепела. По желанию в качестве гарнира можно прибавить и поджаренные в масле маленькие хлебные крутоны.

ПЕРЕПЕЛА С ФРУКТАМИ. 10 перепелов, 50—60 г шпика, 250 г айвы, 250 г яблок, 250 г черешен (можно и консервированных), 250 г винограда, 150 г сливочного масла, 150 г белого вина, 60—80 г желе или джема из черешен.

Подготовленные тушки перепелов запечь в жарочном шкафу. Из айвы и яблок вынуть выемкой шарики, величиной с лещиный орех; черешни очистить от косточек, а зерна винограда от веточек. Шарики из айвы и яблок припустить с маслом до мягкости, а черешни и зерна винограда слегка подогреть в небольшом количестве масла, в котором пеклись перепела, влить белого вина, немного бульона и разведенного в воде крахмала, чтобы сгустить соус. Если жира слишком много, часть его можно слить, прибавить джем, проварить 10—15 мин, после чего процедить через ситечко. В результате получается ровный коричневый жидкий соус. Положить перепелов в огнеупорную посуду с крышкой (по желанию можно разрезать пополам в длину). Смешать вместе все гарниры и положить их к перепелам, а сверху полить отдельно пригото-

ленным соусом. Отдельно можно подать рис и салат по вкусу и выбору. Подать горячими в огнеупорной посуде с крышкой.

П р и м е ч а н и е: таким же способом с фруктами (желтированными или горячими) можно готовить голубей, бекасов, куропаток и пр.

ПЕРЕПЕЛА С ГРИБАМИ И КНЕЛЯМИ ИЗ КУРИНОГО МЯСА.

10 перепелов, 250 г сливочного масла, 300 г куриных кнелей, 300 г гребешков и тестикулов петухов, 10 корешков зеленого салата, 150 г шпика, 30 г томатного соуса.

Подготовленные тушки перепелов запечь в жарочном шкафу. Из пресного слоеного или дрожжевого теста приготовить круглый постамент, подобный воловану, в пустую середину которого положить грибы и гарниры. Постамент запечь в жарочном шкафу. Для гарнира приготовить тушеные с маслом куриные кнели, сваренные в воде и припущенные с маслом грибы и нарезанные соломкой трюфеля. К готовым, не вынутым из жарочного шкафа перепелам прибавить вино, после чего их немедленно вынуть из жарочного шкафа, а в соус прибавить томат-пюре и процедить через салфетку. Разложить запеченных перепелов на предварительно испеченном постаменте, положив между ними куриные кнели и телячьи железы. Сверху положить грибы и сбрызнуть соусом, в котором пеклись перепела. В качестве отдельного гарнира можно приготовить заправленную маслом домашнюю лапшу. Подать горячими с салатом по выбору в зависимости от сезона.

ПЕРЕПЕЛА С ПЕТУШИНЫМИ ГРЕБЕШКАМИ И ЯИЧКАМИ (ТЕСТИКУЛАМИ) (АЛЕКСАНДРА). 10 перепелов, 150 г сливочного масла, 250 г гребешков и яиц (тестикулов) петуха, 50 г трюфелей, 400 г грибов, 10 артишоков, 100 г вина, 100 г бульона, 100 г шпика, 1 г молотого черного перца.

Перепелов можно готовить не выдерживая, сразу же после убоя, но по желанию их можно выдержать 7—8 дней непотрошенными, без ошипа. Потрошить их следует непосредственно перед кулинарной обработкой. Перья ошипывают, не ошпаривая кипятком, так как он может растопить нежный жир, находящийся под очень тонкой кожей перепелов. При обработке голову и ножки следует не отрезать, а только ошипать. Ножки пригнуть к груди, как при обработке бекасов, и приколоть зубочистками, а филейную часть тушки покрыть тонким слоем шпика.

Подготовленные тушки посолить по вкусу, посыпать

черным перцем, положить на противень с маслом и подрумянить со всех сторон в течение 15—20 мин в сильно нагретом жарочном шкафу. Отдельно приготовить гарниры: гребешки и яички петухов, трюфеля, грибы и молодые артишоки, сваренные и тушенные в масле. Запеченных перепелов вынуть из кастрюли и слить лишнего жира. Из оставшегося жира приготовить соус с вином и стаканом бульона, готовый соус процедить. При подаче на стол по желанию тушки перепелов можно разрезать вдоль пополам и положить на специальное блюдо с крышкой вместе с гарниром. Сверху залить соусом с вином. Подать с салатом по выбору.

ПЕРЕПЕЛА В АПЕЛЬСИНАХ. 10 перепелов, 250 г гусиной печенки, 5 апельсинов, 200 г соуса шофруа, 500 г желе, 300 г взбитых сливок, 50 г трюфелей, 2 яйца.

Подготовленные тушки перепелов запечь. Срезать филе и полить их маслом, а остальное мясо отделить от костей, смешать с равным количеством гусиной печенки и приготовить пюре для мусса. Выбрать мандарины или апельсины средней величины и приготовить из них гнезда. Для этого разрезать апельсины пополам, столовой ложкой вынуть мякоть, а сок прибавить к приготовленному отдельно соусу шофруа. Для аромата прибавить немного сока и в приготовленные желе или пюре для мусса. Смешать пюре для мусса с полужидким желе и взбитыми сливками; полученной смесью наполнить очищенные от мякоти апельсины или мандарины. Филе перепелов, залитое соусом шофруа (розовым, украшенным трюфелями), положить на наполненные муссом апельсины, причем на каждый апельсин следует положить по 2 кусочка филе. Спереди на филе положить головку перепела, запеченную и политую соусом. На место удаленных глаз вставить кусочки сваренного яйца и трюфеля. Уложить тушку так, чтобы она была похожа на лежащего перепела. Вокруг него при помощи кондитерского мешка сделать ободок из части мусса или разложить мелко нарезанное желе. Блюдо украсить зеленым салатом, петрушкой и пр. Сверху разложить фаршированные апельсины. Блюдо можно украсить и живыми цветами. Подать на стол холодными.

Примечание: приготовленных таким способом перепелов подают в специальных случаях: на званых обедах или ужинах.

ПЕРЕПЕЛА ПО-СИЦИЛИЙСКИ. 10 перепелов, 350 г гусиной печени, 250 г соуса шофруа, 50 г трюфелей, 600 г желе, 200 г взбитых сливок, 150 г сливочного масла.

Приготовить перепелов и филе, как описано выше в рецепте. Разложить филе на маленькие медальоны из готовой гусиной печени, которым следует придать форму филе. Куски филе и маленькие медальоны из гусиной печени полить соусом; украсить трюфелями и белками сваренных вкрутую яиц. Положить на постамент из желе и загарнировать вокруг пюре из оставшегося мяса перепелов, смешанного с гусиной печенью и взбитыми сливками, как для мусса. При помощи кондитерского мешка сделать ободок из пюре вокруг кусков филе. Подавать на стол холодными.

ПЕРЕПЕЛА ПО-КОРИНФСКИ. 10 перепелов, 150 г сливочного масла, 150 г риса, 200 г картофеля, 300 г винограда, 100 г хлебных крутонов.

Подготовленные тушки перепелов запечь в жарочном шкафу. В качестве гарнира приготовить рис, картофель, нарезанный соломкой, припущенный в масле виноград (следить, чтобы зерна винограда остались целыми) и поджаренные в масле хлебные крутоны. Перед подачей сделать из риса гнездо (легче всего это сделать при помощи специальной формы) и сверху посыпать картофельной соломкой. В готовое гнездо положить испеченных перепелов, причем головки должны быть повернуты наружу, припущенные зерна винограда и поджаренные в масле мелкие хлебные крутоны. Сверху перепелов полить небольшим количеством сока, в котором они запекались. Подать горячими с салатом по выбору.

П р и м е ч а н и е: тушки перепелов можно разрезать пополам в длину. Если рис приготовлен на оливковом масле, их можно подать холодными.

ПЕРЕПЕЛА ПО-ПЬЕМОНТСКИ. 10 перепелов, 150 г сливочного масла, 300 г риса, 150 г кашкавала, 150 г хлебных крутонов.

Подготовленные тушки перепелов запечь в жарочном шкафу. В качестве гарнира приготовить рис, положить его в смазанную маслом форму «бомба», посыпать мелко натертым кашкавалом и хорошо прижать так, чтобы рис склеился и при выкладывании на блюдо сохранил свою форму. Вокруг риса разложить поджаренные в масле хлебные крутоны, а на них положить готовых перепелов. Отдельно в соуснике подать соус, приготовленный на

масле, в котором пеклись перепела. Подать салат по выбору и в зависимости от сезона.

ПЕРЕПЕЛА НА ВЕРТЕЛЕ. 10 перепелов, 2 г молотого черного перца, 150 г шпика.

Перепелов ощипать и выпотрошить (сохранив головки и лапки), посолить по вкусу, посыпать черным перцем изнутри и снаружи, а филейную часть покрыть тонкими ломтиками шпика, приколов их зубочистками или привязав ниточками в двух местах. Подготовленные тушки надеть по длине на вертел и, медленно поворачивая, жарить до готовности над горящими углями. По желанию можно загарнировать жареным картофелем, нарезанным кружками и пр. Подать с салатом по выбору и в зависимости от сезона.

ПЕРЕПЕЛА НА РЕШЕТКЕ. 10 перепелов, 2 г молотого черного перца, 50 г масла.

Перепелов ощипать и выпотрошить, разрезать вдоль хребта, раскрыть и слегка отбить тушки, чтобы придать им желаемую форму. Посолить по вкусу, посыпать черным перцем, сбрызнуть растопленным сливочным или растительным маслом и жарить на решетке, равномерно подрумянивая со всех сторон и периодически сбрызгивая тушки растопленным маслом, чтобы они не подсыхали. Перед подачей загарнировать по желанию.

ПАНИРОВАННЫЕ ПЕРЕПЕЛА НА РЕШЕТКЕ. 10 перепелов, 2 г молотого черного перца, 50 г сливочного масла, 150 г хлеба.

Подготовленных перепелов разрезать со стороны хребта, раскрыть, слегка отбить, посолить по вкусу, посыпать черным перцем, смочить в растопленном масле и запанировать в хлебных крошках; жарить на решетке при умеренной температуре, периодически переворачивая и сбрызгивая тушки растопленным маслом. Перед подачей готовых перепелов можно нарезать на куски, которые следует уложить на блюдо в виде целых тушек. Загарнировать картофелем и другими гарнирами по желанию. Отдельно в соуснике можно подать соус с солеными огурцами или дьявольский соус. Приготовить салат по выбору и в зависимости от сезона.

ПЕРЕПЕЛА ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ. 10 перепелов, 150 г сливочного масла, 50 г лука, 30 г помидоров, 750 г картофеля, петрушка.

Подготовленных перепелов разрезать в длину пополам (или целиком), положить в кастрюлю с горячим маслом и подрумянить в жарочном шкафу. Обжаренных перепелов вынуть из масла, а на нем спассеровать мелко нарезанный лук, после чего прибавить очищенные от семян и мелко нарезанные помидоры. Подрумянив помидоры, посолить по вкусу и положить перепелов. Чтобы соус был умеренно густым, прибавить немного теплой воды. Варить в течение 10—15 мин, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и подать горячими. По желанию можно загарнировать жареным картофелем.

ПЕРЕПЕЛА ЖАРЕННЫЕ, С ГРИБАМИ. 5 перепелов, 1 ст. л. сала свиного топленого, 50 г бульона, 1 ст. л. масла сливочного, 150 г грибов белых жареных, перец, зелень, 40-50 г бульона.

Разрезать подготовленных перепелов вдоль со стороны спины. Тушки распластать и надеть на шпажку или деревянную шпильку, заправить солью и перцем и жарить в сотейнике.

Готовых перепелов положить на блюдо, гарнировать белыми грибами, жареными в масле. Из сотейника слить жир, влить коричневый бульон (40—50 г), прокипятить, процедить. Перепелов полить этим соком и маслом и посыпать укропом. Украсить зеленью.

ПЕРЕПЕЛА ЖАРЕННЫЕ, С РИСОМ. 5 перепелов, 1 ст. л. сала свиного, 1 ст. л. масла сливочного, 200 г риса, 1 ст. л. томата-пюре, зелень.

Подготовленных перепелов обжарить с жиром до готовности. Отдельно припустить рис с томатом.

При подаче на середину тарелки положить рассыпчатый рис, в центре риса сделать углубление, края риса подравнять ложкой, в середину поместить перепела, полить соком и маслом и украсить веточкой зелени.

ПЕРЕПЕЛА ТУШЕНЫЕ, С РИСОМ. 5 перепелов, 1 ст. л. свиного сала топленого, 2 ч. л. масла сливочного, 20 г грибов белых свежих, 100 г каши рисовой, 10 г сыра, 3 ст. л. соуса, зелень.

Жареных перепелов разрубить вдоль пополам, положить в сотейник, слив жир, в котором они жарились, залить соусом, добавить нарезанные дольками, обжаренные белые грибы, накрыть посуду крышкой и тушить при слабом кипении 5—7 мин.

При подаче рассыпчатую рисовую кашу, сваренную на мясном бульоне, и натертый на терке сыр перемешать, по-

ложить в смазанную маслом кольцеобразную металлическую форму, затем выложить кашу из формы на тарелку или блюдо. В середине полученного таким образом кольца уложить перепелов вместе с грибами и соусом, а сверху посыпать мелко нарезанной зеленью.

ЯХНИЯ ИЗ ПЕРЕПЕЛОВ. 10 перепелов, 100 г масла, 100 г лука, 1 г молотого красного перца, 50 г муки, 250 г помидоров, петрушка

Подготовленные тушки перепелов разрезать в длину пополам и сварить их как для супа. Отдельно спассеровать на масле мелко нарезанный лук и муку, а затем прибавить красный перец и помидоры, очищенные от кожицы и нарезанные мелкими кусочками. Залить бульоном, в котором варились перепела, прибавить полтушки перепелов и варить в течение 10—15 мин. Посолить по вкусу и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Соус должен быть достаточно густым, чтобы он стекал с вилки. Подать горячими.

ГЮВЕЧ ИЗ ПЕРЕПЕЛОВ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ. 10 перепелов, 150 г сливочного масла, 300 г лука.

Подготовленные тушки перепелов посолить по вкусу, положить в глиняную посуду, поставить в жарочный шкаф и запечь. По желанию посыпать черным перцем. Не вынимать из жарочного шкафа, пока рис не впитает всю воду — примерно 20—25 мин. Подать на стол с салатом по выбору.

БЕКАСЫ ПО-ЛИОНСКИ. 5 бекасов, 200 г сливочного масла, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 250 г красного вина, 1 кг каштанов, 500 г лука-саженца, 25 г крахмала, 150 г хлебных крутонов, ароматическая зелень.

Выдержанных бекасов очистить от перьев и выпотрошить, посолить, сформовать, как обычно (ножки подвязать к клюву), положить в кастрюлю с маслом и подрумянить со всех сторон в жарочном шкафу. Затем прибавить мелко нарезанный лук, морковь, сельдерей и ароматическую зелень. Подрумянив овощи, вливать несколько раз красное вино, пока бекасы не станут мягкими. Отдельно для гарнира приготовить очищенные, припущенные с маслом и мясным соком каштаны и очищенный, припущенный с маслом и бульоном лук-саженец. Смешать каштаны с луком. Вынуть из масла готовых бекасов, а в то же масло с овощами прибавить разведенный красным вином крахмал. Влить стакан бульона и прокипятить 10—15 мин до получения ровного соуса, ко-

торый нужно процедить. Добавить небольшую часть соуса в каштаны и лук. При подаче бекасов поместить на крутоны, намазанные паштетом из кишок и печенки бекасов. Вокруг бекасов на тарелке разложить каштаны и лук, все залить приготовленным соусом. По желанию можно украсить маленькими крутонами в форме ромбиков, тоже намазанными паштетом. Подать горячими с салатом по вкусу и по сезону.

БЕКАСЫ ПО-ШАТЛЕЙНСКИ. 5 бекасов, 200 г масла, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 250 г красного вина, 1 кг каштанов, 300 г хлебных крутонов.

Готовить так же, как бекасов по-лионски, с той разницей, что в качестве гарнира подать только пюре из каштанов. Мясо положить на хлебные крутоны, намазанные паштетом из кишок. Намазанные таким же паштетом мелкие крутоны можно разложить вокруг мяса в качестве гарнира. Подать салат по выбору и сезону.

П р и м е ч а н и е: бекасов можно готовить и другими способами, как и куропаток. Их можно готовить и как фазанов в томатном соусе и желе.

БЕКАСЫ ПОД СОУСОМ ИЗ ДИЧИ. 5 бекасов, 100 г сливочного масла, 30 г лука, 30 г моркови, 100 г куриной печенки, 30 г сельдерея, 1 г молотого черного перца, 1 лавровый листик, 50 г муки, 100 г красного вина, 50 г мясного сока, 500 г хлебных крутонов.

Выдержанных бекасов очистить от перьев и выпотрошить, заправить тушки, как обычно, подвязав головку к ножкам, посолить по вкусу, положить в кастрюлю и подрумянить со всех сторон в жарочном шкафу. Прибавить мелко нарезанный лук, морковь, сельдерей, черный перец и лавровый лист. Когда овощи подрумянятся, вынуть бекасов, и в том же масле с овощами спассеровать муку. Прибавить красное вино и мясной сок или бульон, хорошо взбить венчиком, чтобы не было комков, а затем положить туда бекасов. Варить на огне до мягкости мяса, после чего вынуть бекасов. В тот же соус положить мелко нарезанную печенку курицы или гуся, хорошо перемешать, не доводя до кипения, и процедить через сито. Полученный ровный темно-розового цвета соус заправить сливочным маслом. При подаче на стол разрезать бекасов по желанию на 2 или 4 части, поместить на хлебные крутоны, поджаренные в масле и намазанные паштетом из кишок. По желанию на мясо можно положить ломтики сваренных грибов и трюфеля. Мясо залить соусом, который можно подать и отдельно в соуснике. В качестве

гарнира прибавить плов или лапшу. Подать горячими с салатом по выбору.

Примечание: таким же способом с соусом из дичи можно приготовить куропаток, голубей, горлиц и др.

БЕКАСЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ. 5 бекасов, 150 г сливочного масла, 250 г риса, 300 г хлебных крутонов, 500 г жареного картофеля.

Выдержанных бекасов очистить от перьев и выпотрошить, а затем из кишок приготовить паштет. Головки тоже очистить от перьев, вынуть глаза и подвязать ножки, подогнутые к филе. Подготовленные тушки хорошо посолить. Филейную часть тушек бекасов покрыть тонким ломтиком шпика, который нужно укрепить на тушке, перевязав ниткой. Положить на противень или в кастрюлю с маслом и запекать в жарочном шкафу в течение 25—30 мин, поливая время от времени маслом, в котором они запекаются. При подаче разрезать бекасов вдоль пополам и поместить на намазанные паштетом крутоны. Сверху положить головки. Крутоны должны быть следующих размеров: толщина до 1 см, длина 10 см и ширина 5—6 см. В качестве гарнира прибавить плов, картофель, нарезанный маленькими кружочками и обжаренный во фритюре, и др., а вокруг разложить маленькие хлебные крутоны любой формы, намазанные паштетом. Подать с соком, в котором тушки запекались. Салат выбрать по желанию.

БЕКАСЫ С ЛУКОМ-САЖЕНЦЕМ И КАРТОФЕЛЕМ. 5 бекасов, 300 г сливочного масла, 250 г лука-саженца, 300 г картофеля, 250 г свежих грибов, 300 г винограда.

Очистить и приготовить бекасов, как для запекания, положить в подходящую посуду с маслом и запекать в жарочном шкафу в течение 25—30 мин. Отдельно приготовить гарнир: лук-саженец, очищенный и ошпаренный кипятком, отсушенный и припущенный до мягкости с небольшим количеством масла, обжаренный в масле картофель, вынутый выемкой в виде лещиных орехов, припущенные с маслом свежие грибы и припущенные с маслом ягоды свежего винограда, причем надо следить, чтобы они оставались целыми. Готовые гарниры смешать. Готовые, запеченные тушки бекасов разрезать вдоль пополам, положить на блюдо; рядом расположить гарниры: ряд птицы чередовать рядами гарнира. Для украшения воткнуть шпажки, на которые нужно надеть головки

бекасов. Залить соком, в котором запекались бекасы. Подать на стол горячими с салатом по выбору.

БЕКАС НА ВЕРТЕЛЕ. 3 бекасов, 100 г сливочного масла, 400 г хлебных крутонов.

Бекасов подготовить, как для запекания в жарочном шкафу, и смазать маслом. Жарить на вертеле, над горящими углями, медленно поворачивая. Перед жаркой филейную часть покрыть тонкими ломтиками шпика. Из кишок приготовить паштет; этим паштетом намазать поджаренные хлебные крутоны и подать их в качестве гарнира. На гарнир можно приготовить картофель, нарезанный соломкой и др. Подать с салатом по вкусу.

БЕКАС НА РЕШЕТКЕ. 5 бекасов, 150 г сливочного или растительного масла, 1 г молотого черного перца.

Забитого бекаса выдержать в пере, затем ошпатель, выпотрошить, разрезать вдоль от шеи к хвосту, раскрыть тушку и слегка придавить. Можно отбить тяпкой или деревянным молотком. Отрезать лапки, подвернуть их внутрь и сформовать тушку. Посолить по вкусу, посыпать черным перцем, смазать со всех сторон растопленным сливочным или растительным маслом и жарить на решетке, равномерно подрумянивая со всех сторон и периодически сбрызгивая тушки растопленным маслом. Подать с горячим гарниром по вкусу и салатом по выбору.

ТЕТЕРЕВ ПОД СОУСОМ С ДИЧЬЮ. 1 тетерев, 150 г сливочного масла, 30 г моркови, 30 г лука, 30 г сельдерея, 1 лавровый листик, 1 г молотого черного перца, 500 г красного вина, 200 г бульона, 50 г муки, 150 г шпика.

Маринованную тушку тетерева обмыть, сформовать и посолить по вкусу. Филейную часть тушки покрыть тонким слоем шпика, который нужно укрепить на тушке, перевязав ниткой. Подготовленную тушку положить в сотейник с 2 столовыми ложками масла и подрумянить со всех сторон в сильно нагретом жарочном шкафу. Прибавить мелко нарезанную морковь, лук, лавровый лист и черный перец; накрыть крышкой и тушить. Когда овощи подрумянятся, постепенно прибавлять красное вино и бульон и тушить до готовности мяса. Затем тушку тетерева вынуть, а в сотейник прибавить отдельно спассерованную муку, хорошо перемешать и проварить еще 10—15 мин. Если соус получится слишком густой, прибавить немного красного вина и бульона. Полученный соус пропустить через сито и заправить сливочным маслом. В качестве гарнира пригото-

вить рис. При подаче на стол нарезать тетерева, разложить на тарелке, а гарнир положить вокруг него или на другую тарелку. Мясо залить соусом, отдельно в соуснике можно подать холодный соус из брусники. Салат подать по выбору и по сезону.

ТЕТЕРЕВ ПОД СОУСОМ ИЗ ВИНОГРАДА И ЛИМОНА (ГРАН-ВЕНЕР). 1 тетерев, 200 г сливочного масла, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 1 лавровый листик, молотый черный перец, 300 г красного вина, 50 г изюма, 150 г шпика.

Готовить, как тетерева под соусом с дичью, но вместо этого соуса приготовить соус из винограда и лимона. Готовить его, как соус из дичи, прибавляя в конце изюм. Для этого овощи спассеровать на масле, затем соединить с обжаренным мясом. Влить вино, прокипятить, заправить сливочным маслом и добавить изюм. В качестве гарнира подавать лапшу, пюре из чечевицы или другие гарниры по выбору.

ТЕТЕРЕВ ПОД НЕМЕЦКИМ СОУСОМ СО СЛИВКАМИ.

1 тетерев, 200 г сливочного масла, 300 г лука, 150 г муки, 500 г сметаны, 200 г кислого молока, 500 г свежего молока, 500 г риса, 250 г соуса из шиповника (жумберланд).

После убой тетерева следует выдерживать в пере (без ошипа) в холодном и вентилируемом месте. Выдержанную тушку обработать и заложить в маринад. В маринаде тетерева можно выдерживать в холодном месте до 10 дней, а в холодильнике до 15 дней. После этого его можно готовить. Тетерева следует ошипывать, не ошпаривая кипятком.

Маринованную тушку тетерева вынуть из маринада, хорошо обмыть холодной водой, затем сформовать, посолить по вкусу, обмазать маслом, положить в кастрюлю и слегка подрумянить в сильно нагретом жарочном шкафу. Тушку вынуть из масла, а в него положить сваренные и отсушенные ломтики лука. Подрумянить лук, затем прибавить муку, и спассеровав ее, залить сметаной, кислым и свежим молоком, посолить по вкусу и хорошо перемешать. Положить тушку тетерева в соус и варить 1—2 часа до готовности. Если в это время соус сильно сгустится, прибавить немного бульона или свежего молока и продолжать варить до мягкости мяса, после чего тушку вынуть, а соус протереть через сито. Полученный соус заправить сливочным маслом; залить им нарезанного на куски и гарнированного рисом тетерева. В соуснике подать холодный соус из плодов шиповника.

ТУШЕНЫЙ ФАЗАН. 1 фазан, 200 г сливочного масла, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 1 лавровый листик, 150 г красного вина, 150 г бульона, 500 г лука-саженца, 500 г картофеля.

Подготовленного фазана посолить по вкусу, смазать маслом, положить в кастрюлю и подрумянить в жарочном шкафу. Прибавить очищенные и мелко нарезанные морковь, сельдерей, лук и лавровый лист. Подрумянив овощи, влить красное вино и бульон, накрыть крышкой и тушить до мягкости, периодически переворачивая и поливая фазана соком. Готового фазана вынуть, нарезать и загарнировать по выбору. Полить процеженным соком, в котором тушился фазан. Обычно в качестве гарнира подают тушеный в масле лук-саженец, картофель, морковь и другие подходящие овощи, вынутые выемкой в виде шариков. Подать с салатом по вкусу.

РУЛЕТ ИЗ ФАЗАНА (ПО-ШАТЛЕЙНСКИ). 1 фазан, 2 г молотого черного перца, мускатный орех, 150 г вина, 250 г куриной или телячьей котлетной массы, 50 г грибов, 15 г трюфелей, 50 г языка, 100 г сливочного масла, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 1 лавровый листик, 100 г бульона.

Выдержанного в течение 4—5 дней фазана ощипать, но не потрошить; разрезать кожу на спинке, отделить мясо вместе с кожей, как для галантина, причем на грудной клетке не должно оставаться мяса. Затем тушку выпотрошить. Мясо вместе с кожей посолить по вкусу, посыпать черным перцем или мускатным орехом и положить на 1—2 часа в вино. Одновременно с этим приготовить фарш из куриной или телячьей котлетной массы, сваренных свежих грибов, трюфелей и вареного телячьего или говяжьего языка (по желанию его можно заменить ветчиной). Все продукты нарезать крупными кубиками и смешать с куриной котлетной массой, а затем посолить по вкусу, посыпать черным перцем, мускатным орехом и хорошо перемешать. Срезанное с кожей мясо распластать на столе кожей вниз, часть филе отложить к задней части, чтобы по всей коже было равномерно распределено филейное мясо. Сверху положить котлетную массу и свернуть не очень толстый рулет такой длины, какой позволяет кожа фазана. Зашить, чтобы фарш не выпал при тушении и перевязать шпагатом в 8—10 местах, в зависимости от длины рулета. Положить в кастрюлю или противень, смазать рулет маслом и подрумянить со всех сторон в жарочном шкафу. Прибавить и кости фазана с мелко нарезанной морковью, сельдереем и луком, положить лавровый лист и черный перец. Когда мясо и

овощи подрумянятся, залить вином или бульоном, накрыть крышкой и тушить, поливая время от времени соком. При необходимости можно подлить еще бульона. В качестве гарнира подать пюре из каштанов, дополнительно можно подать рис или лапшу. При подаче на стол снять нитку и шпагат, нарезать мясо не очень тонкими ломтиками, положить на тарелку, а вокруг него разложить гарниры. Сок, в котором фазан тушился, процедить через сито и залить им мясо. Подать горячим с салатом по выбору.

ФАЗАН С ФРУКТАМИ. 1 фазан, 250 г сливочного масла, 50 г муки, 100 г красного вина, 50 г бульона, 500 г черешен (консервированных), 450 г айвы, 450 г яблок.

Тушку фазана запечь, как обычно, в жарочном шкафу, затем вынуть и в то же масло прибавить муку. Подрумянив муку, залить красным вином и бульоном. Полученный жидкий коричневый соус проварить в течение 10—15 мин. По желанию можно прибавить джем из черешен, затем процедить через сальфетку и заправить сливочным маслом. В качестве гарнира приготовить черешни (консервированные), очистив их от косточек и припустив с маслом, айву и яблоки, очищенные и вынутые выемкой в виде шариков, величиной с черешню, также поджаренные в масле. При подаче на стол мясо порезать, а гарниры разложить вокруг него букетами. Залить мясо приготовленным соусом. По желанию можно подать отдельно плов или лапшу, сваренную и обжаренную в масле. Подать на стол горячим с салатом по выбору.

ФАЗАН С ЛУКОМ-САЖЕНЦЕМ, ГРИБАМИ И МАСЛИНАМИ (АЛЕКСАНДРА). 1 фазан, 350 г сливочного масла, 150 г белого вина, 300 г лука-саженца, 200 г свежих грибов, 400 г зеленых маслин, 300 г картофеля.

Забитого фазана не следует помещать в маринад, а выдержать без ошипа и потрошения в холодном вентилируемом месте, в подвешенном состоянии. Ошипывать и потрошить фазана следует непосредственно перед кулинарной обработкой. Перья ошипать, не ошпаривая кипятком. Фазана следует выдерживать от 5—6 до 10 дней. В ряде случаев его можно готовить как курицу или цыплят и гарнировать различными видами гарниров и соусов.

Выдержанного 4—5 дней молодого фазана ошипать, выпотрошить, сформовать, посолить по вкусу, смазать маслом, положить в кастрюлю и подрумянить со всех сторон

в жарочном шкафу. Влить белое вино, накрыть крышкой и тушить до мягкости, поливая периодически соком, в котором он тушится. Отдельно приготовить гарниры: очищенные, сваренные в бульоне и тушеные в масле лук-саженец и свежие грибы, очищенные от косточек и тушеные в масле зеленые маслины, поджаренный, но не очень подрумяненный в масле картофель, вынутый выемкой в виде лещинных орехов. Готового фазана разрезать и положить на блюдо, вокруг разложить букетиками гарниры. Сверху полить соком, в котором фазан тушился. Подать горячим с салатом по выбору.

ФАЗАН ПО-ЛИОНСКИ. 1 фазан, 200 г сливочного масла, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 1 лавровый листик, 150 г красного вина, 150 г бульона, 500 г каштанов, 300 г лука-саженца.

Приготовить фазана, как описано выше, и загарнировать очищенными и припущенными с мясным соком и маслом каштанами и тушенным в масле луком-саженцем. Готовые каштаны смешать с луком и полить соком, в котором тушился фазан. Гарниры разложить вокруг кусков фазана. Подать с салатом по выбору.

ФАЗАН С ЛУКОМ-САЖЕНЦЕМ И ГРИБАМИ. Готовить так же и с такими же гарнирами, как фазана с луком-саженцем, грибами и маслинами. Перед подачей гарниры смешать и положить с кусками фазана в специальную посуду с крышкой (коробин). Подать горячим. По желанию отдельно можно подать сваренную домашнюю лапшу, заправленную маслом. Выбрать салат по вкусу и сезону.

ФАЗАН ПО-ШВЕДСКИ. 1 фазан, 200 г сливочного масла, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 50 г муки, 400 г молока, 400 г бульона, 300 г риса.

Тушить фазана, как обычно, с луком, морковью и сельдереем. Подрумянив фазана и зелень, вынуть его, а к соку прибавить муку и спассеровать. Затем залить молоком и бульоном, посолить по вкусу, размешать, довести до кипения, положить фазана, накрыть крышкой и тушить на слабом огне до мягкости. Готового фазана вынуть, а соус процедить и заправить сливочным маслом. Загарнировать рисом и подать горячим с салатом по выбору.

П р и м е ч а н и е: из фазана можно приготовить разные виды биточков и крокетов, его можно готовить с грибами и пр.

ФАЗАН ПО-БОГЕМСКИ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ. 1 фазан, 250 г сливочного масла, 150 г квашеной капусты, 250 г копченой грудинки.

Подготовленного, как описано выше, фазана подрумянить в кастрюле с маслом. Нашинковать соломкой квашеную капусту (если она очень кислая — отжать рассол и промыть водой), положить в масло, в котором обжаривали фазана, и хорошо прожарить; прибавить жирную, нарезанную соломкой копченую свиную грудинку, смешать с капустой, положить и фазана, накрыть крышкой и тушить до готовности. Перед подачей нарезать фазана и загарнировать капустой. По желанию в качестве гарнира можно прибавить картофель, вынутый выемкой в виде яиц.

ФАЗАН, ПЕЧЕННЫЙ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ. 1 фазан, 50 г шпика, 200 г сливочного масла, 300 г риса.

Фазана ощипать, сформовать; посолить по вкусу, накрыть филейную часть тонким ломтиком шпика, смазать маслом, положить в кастрюлю и печь в жарочном шкафу, периодически переворачивая и поливая маслом, в котором он печется. Загарнировать рисом, картофелем, нарезанными кружками или соломкой, и пр. Полить соком, в котором фазан запекался. Подать на стол с салатом по выбору.

ФАЗАН НА РЕШЕТКЕ.

Готовить, как и другую птицу. Для жарки следует выбирать молодых фазанов. Гарнировать по желанию.

ФАЗАН ЖАРЕННЫЙ. 1 фазан, 45 г шпика, 15 г сала свиного, 1 ст л масла сливочного, зелень.

Подготовленного фазана жарить так же, как и курницу. Для большей сочности тушку следует нашпиговать свежим шпиком, посыпать солью и жарить в сотейнике в жарочном шкафу (курочку — 25—30 мин, петушка — 45 мин), подливая жир и сок, выделяющийся из птицы.

Порцию фазана положить на блюдо, полить соком или сливочным маслом и украсить веточкой зелени.

Отдельно можно подать салат или маринованные фрукты.

ФАЗАН НА ВЕРТЕЛЕ. 1 фазан, 50 г шпика, 200 г сливочного масла.

Выдержанного фазана подготовить, сформовать филе и ножки, нашпиговать салом, чтобы сохранить сочность

мяса, смазать маслом, посолить по вкусу и надеть на вертел по длине. Жарить над раскаленными углями, медленно поворачивая и периодически поливая тушку растопленным маслом. Перед подачей срезать филе и ножки, не ломая по возможности грудную клетку. Мясо нарезать ломтиками и снова положить на грудную клетку так, чтобы птица имела вид целой тушки. Загарнировать по вкусу и желанию.

ФАЗАН ЖАРЕННЫЙ, С КАШТАНАМИ. 1 фазан, 1 ч. л. сала свиного топленого, 1 ч. л. масла сливочного, 1 ч. л. вина, 125 г каштанов без кожицы, 1/2 ч. л. сахара, зелень.

Обжарить подготовленного фазана и разрезать на порционные куски, на гарнир приготовить пюре из каштанов.

При подаче куски фазана положить на блюдо или тарелку, гарнировать каштановым пюре и полить соком. Украсить зеленью.

Для сока из сотейника слить жир, добавить вино, крепкий коричневый бульон (40—50 г), прокипятить, заправить маслом и процедить.

ФАЗАН, ЖАРЕННЫЙ С ГРИБАМИ И ЛУКОМ. 1 фазан, 1 ч. л. свиного топленого сала, 2 ч. л. масла сливочного, 30 г шампиньонов, 1 луковица, 1 ч. л. вина, 50 г бульона.

Фазана жарить, так же как курицу, в сотейнике. После того как фазан зарумянится со всех сторон, слить жир, добавить масло и сырые мелкие головки белых грибов или шампиньонов и головки лука-саженца, предварительно поджаренные в масле, закрыть посуду крышкой и довести до готовности на слабом огне. Затем прибавить вино, коричневый крепкий бульон (50 г) и прокипятить. Блюдо можно готовить также и без вина.

При подаче порцию фазана положить в глубокое блюдо, вокруг положить шампиньоны, лук и полить соком, накрыть крышкой, нагреть до кипения и подать. На гарнир можно подать жареный картофель (орешками, маленькими кубиками и т. п.).

ФАЗАН ЖАРЕННЫЙ, С ЯБЛОКАМИ. 1 фазан, 1 ч. л. сала свиного топленого, 1 ч. л. масла сливочного, 3 ст. л. соуса, 150 г яблок.

Фазана жарить в сотейнике с жиром в жарочном шкафу, затем нарезать на куски, положить их в сотейник (слив жир), залить черносмородиновым соусом и припустить на слабом огне под крышкой в течение 5—10 мин.

При подаче фазана положить на блюдо и гарнировать печеными или припущенными яблоками, полить соком, полученным от припускания фазана, и маслом.

ФАЗАН, ЖАРЕННЫЙ В СМЕТАНЕ С ШАМПИНЬОНАМИ.

1 фазан, 2 ч. л. масла сливочного, 30 г шампиньонов или грибов свежих белых, 3 ст. л. соуса, зелень.

Фазана жарить с маслом в жарочном шкафу. По окончании жарки разрезать фазана на порционные куски, положить в сотейник, прибавить шампиньоны или белые грибы, нарезанные ломтиками, сок, полученный при жарке фазана (15—20 г), залить сметанным соусом, накрыть крышкой и довести до готовности при слабом кипении.

При подаче порцию фазана положить на блюдо, гарнировать шампиньонами, полить соусом и посыпать зеленью петрушки. К фазану можно подать картофель жареный.

ПЛОВ ИЗ ФАЗАНА ИЛИ ДРУГОЙ ДИЧИ. 1 фазан или 1 тетерев, или 1 глухарь, или 1 куропатка серая, или 1 рябчика, 1 ст. л. маргарина сливочного, 1 луковица, 3 ч. л. томата-пюре, 1 ч. л. муки, 200 г риса, перец.

Обработанную и заправленную дичь жарить целыми тушками. Полученный сок от жарения дичи использовать для приготовления красного соуса. Дичь разрубить на 1—2 куска на порцию, положить в сотейник, добавить мелко нарезанный пассерованный лук, букет зелени со специями, залить процеженным красным соусом и тушить 10—15 мин на слабом огне в закрытой посуде. По окончании тушения удалить букет и довести соус до вкуса. На гарнир отдельно приготовить рассыпчатую рисовую кашу.

Так же можно приготовить плов из другой дичи.

ФИЛЕ ФАЗАНА ЖАРЕНОЕ С ВАРЕНЬЕМ. 70 г филе фазана, 3 ч. л. масла сливочного, 20 г хлеба пшеничного, $\frac{1}{2}$ яйца, 1 ст. л. варенья, перец, зелень.

Снятое филе зачистить от сухожилий. Нарезать филе по 2 куска на порцию. Куски отбить тыжкой, посыпать солью и перцем, смочить в яйце и запанировать в мякише белого хлеба, нарезанном кубиками или короткой соломкой. Панированные ломтики обжарить на масле до готовности. Готовое филе, картофель, жаренный соломкой, положить на блюдо и украсить зеленью. Отдельно подать варенье из брусники или клюквы с яблоками.

КУРОПАТКА БЕЛАЯ ЖАРЕНАЯ. 1 куропатка, 1 ст. л. сала свиного топленого, 60 г салата или фруктов.

Дичь для большей сочности можно нашпиговать свежим свиным шпиком, нарезанным брусочками. Перед шпигованием положить ее в кипяток на одну минуту. Подготовленную птицу посолить и жарить со свиным жиром в соейнике, затем закрыть посуду крышкой и в жарочном шкафу довести дичь до готовности.

После этого слить жир в посуду, где жарилась птица, добавить немного коричневого бульона, приготовленного из дичи, и прокипятить. Подать с салатом или фруктами.

КУРОПАТКА В СМЕТАНЕ. 3 куропатки, 90 г шпика, 2 ст. л. масла топленого, 3 ч. л. соли, 2 стакана соуса сметанного.

Обработанные и нашпигованные куропатки жарить в жарочном шкафу до готовности, затем тушки дичи рубить вдоль, положить в кастрюлю, залить готовым жидким сметанным соусом и в закрытой посуде тушить 5 мин.

Дичь подают в блюде с жареным картофелем и поливают тем соусом, в котором она тушилась.

Таким же способом готовят изделие из глухарей, фазанов и тетеревов.

КУРОПАТКА НА РЕШЕТКЕ.

Готовить, как бекаса, перепела и других птиц.

КУРОПАТКА ПО-СЕЛЬСКИ. 1 куропатка, 1 ст. л. масла сливочного, 15 г свиной копченой грудинки, 2 картофелины, зелень. 20—30 г бульона.

Обработанную куропатку обжарить с маслом и, когда она будет почти готова, уложить вокруг нее свиную копченую грудинку, нарезанную кубиками, предварительно ошпаренную и обжаренную, и картофель (орешками или дольками), обжаренный в масле. Все это довести до готовности в закрытой посуде. Перед подачей влить немного крепкого коричневого бульона (20—30 г), прокипятить и подать в глубоком блюде или на тарелке, посыпав рубленой зеленью.

КУРОПАТКА, ПЕЧЕННАЯ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ. 1 куропатка, 150 г сливочного масла, 300 г риса, 200 г картофеля, нарезанного соломкой.

Выдержанную, подготовленную и отсушенную куропатку посолить по вкусу, сформовать, покрыть филейную

часть тонким ломтиком шпика, положить в кастрюлю с маслом и печь в жарочном шкафу, периодически переворачивая и поливая маслом, в котором она печется. Если по истечении 25—30 мин куропатка еще твердая, прибавить немного бульона (примерно $\frac{1}{2}$ стакана) или воды. Накрыть крышкой и тушить до мягкости. Загарнировать рисом, картофелем, нарезанным соломкой, жареным картофелем и пр. Перед подачей куропатку разрезать и разложить на блюде: вокруг разложить гарниры. Подать горячей с салатом.

КУРОПАТКА, ПЕЧЕННАЯ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ (КАРАПА-НЕТ). 1 куропатка, 100 г шпика, 150 г сливочного масла, 100 г вина, 50 г мясного сока, 300 г пюре, 250 г гребешков и яичек (тестиколов) петухов, 250 г маслин, 100 г паштета из гусиной печени, 30 г трюфелей.

Выдержанную, подготовленную и сформованную тушку куропатки посолить, положить в смазанную маслом кастрюлю, покрыть филейную часть тонким ломтиком шпика и запечь в жарочном шкафу. Когда мясо немного помягчает, удалить пласт шпика и влить вина и мясного сока. Подрумянить в жарочном шкафу, после чего выдержать, не вынимая, еще 10—15 мин, чтобы мясо впитало в себя аромат вина. В качестве гарнира приготовить пюре из риса и лука, поджаренные и припущенные с маслом гребешки и яички петухов и черные маслины, фаршированные паштетом из гусиной печени. При подаче куропаток разложить на поджаренные в масле хлебные крутоны. Приготовить мелкие корзиночки из картофельного пюре и положить в них пюре из лука и риса. По желанию это пюре можно прибавить к другим гарнирам без корзиночек, разложив его в виде букетиков вокруг мяса. Разрезанную куропатку следует уложить на крутон так, чтобы она имела вид целой тушки. Сверху посыпать нарезанными соломкой трюфелями и полить соусом, приготовленным из сока, в котором куропатка пеклась, сгущенным небольшим количеством крахмала. Этот же соус можно подавать и отдельно в соуснике. Подать на стол горячим с салатом по выбору.

КУРОПАТКА С ВИНОГРАДОМ. 3 куропатки, 150 г сливочного масла, 50 г белого вина, 1 кг винограда, 200 г хлебных крутонов.

Готовить, как описано выше, в посуде с крышкой (коробине) и загарнировать очищенным от веточек виноградом, слегка припущенным с небольшим количеством масла, в котором тушились куропатки. Отдельно приго-

товить маленькие, подрумяненные в масле хлебные крутоны. Перед подачей нарезать куропаток — полевых на 2 части, а лесных — на 4. Сначала в коробин положить виноград и крутоны, а затем куски куропаток. Сверху положить смешанные виноград и крутоны, а затем куски куропаток. Залить соком, в котором тушились куропатки. По желанию отдельно можно подать рис. Подать горячими с салатом по выбору.

КУРОПАТКА С АПЕЛЬСИНАМИ. 1 куропатка, 1 ч. л. сала свиного топленого, 3 ст. л. масла сливочного, 1 апельсин, 25 г винограда.

Жареную куропатку положить в глубокое блюдо. Срезать с апельсина цедру, нарезать ее соломкой и ошпарить, а апельсин нарезать дольками и удалить из нее семена.

Вокруг куропатки уложить дольки апельсина и виноград, залить соком, отставшимся после обжаривания куропатки, посыпать цедрой, закрыть посуду крышкой и довести до готовности в жарочном шкафу в течение 5—6 мин.

Подать в той же посуде или переложить на блюдо, полив соком и маслом.

КУРОПАТКА С ОВОЩАМИ. 1 куропатка, 2 ч. л. масла сливочного, 1 морковь, 1 репа, сельдерей, 1 луковичка, 1 картофелина, зелень, 40—50 г бульона.

Куропатку обжарить со сливочным маслом, расположить вокруг нее репу, морковь, нарезанные дольками, салатный сельдерей, картофель, нарезанные брусочками головки мелкого лука-саженца, предварительно обжаренные в масле. Добавив коричневый бульон из дичи (40—50 г) и, накрыв посуду крышкой, довести все до готовности в жарочном шкафу.

При подаче куропатку положить на блюдо или тарелку вместе с гарниром и соком и посыпать зеленью.

КУРОПАТКА С РИСОМ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ. 3 куропатки, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 300 г риса, 600 г бульона.

Выдержанные и подготовленные тушки куропаток разрезать на куски, положить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить по вкусу, поставить на огонь и варить, шумуя появляющуюся на поверхности пену. Прибавить лук, морковь, сельдерей, варить с овощами до мягкости мяса, снять с огня, выложить на противень, прибавить рис, залить бульоном, в котором варились куропатки, посолить по вкусу и запекать в жарочном шкафу в течение 25—30

мин до готовности риса. Подать горячими с салатом по выбору.

КУРОПАТКА, ФАРШИРОВАННАЯ ГУСИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ.

5 куропаток, 250 г гусиной печени, 50 г грибов, 1 г молотого черного перца, 1 г мускатного ореха, 150 г красного вина, 150 г шпика, 150 г сливочного масла, 200 г хлебных крутонов, 100 г риса, 300 г каштанов, 300 г грибов, 30 г трюфелей.

Куропаток приготовить для фарширования так, как описано в предыдущем рецепте. Сырую гусиную печенку зачистить от пленки, мелко нарубить и смешать с вареными трюфелями и грибами, нарезанными на мелкие кусочки; посолить по вкусу, прибавить черный перец, мускатный орех, вино и хорошо размешать. Приготовленной начинкой наполнить тушки куропаток и зашить их ниткой. По желанию филейную часть можно покрыть тонкими ломтиками шпика, которые следует привязать к тушке ниткой. Посоленную по вкусу и смазанную маслом тушку положить в кастрюлю и запекать в жарочном шкафу, переворачивая и поливая маслом, в котором она запекается. Когда масло запечется, удалить шпик, влить вино и проварить еще 10—15 мин. Готовую куропатку вынуть, снять нитки и положить на поджаренные в масле хлебные крутоны. В качестве гарнира подать рис, пюре из каштанов и сваренные и прилущенные с маслом шляпки грибов. Посыпать куропатку нарезанными соломкой трюфелями и полить соком, в котором она запекалась. Подать горячей с салатом по выбору.

КУРОПАТКА, ФАРШИРОВАННАЯ ПО-АНГЛИЙСКИ. 5 куропаток, 250 г черствого хлеба, 50 г телячьей печени, 50 г грибов, 50 г бекона, 30 г лука, 1 г молотого черного перца, 150 г шпика, петрушка.

Выдержанных куропаток обработать и внутри отсушить салфеткой. Для начинки одной куропатки приготовить: черствый пшеничный хлеб, натертый на терке или просеянный через сито, как сухари, куриную печенку, зачищенную от жилок и желчи и нарезанную мелкими кусочками, нарезанные мелкими кусочками свежие вареные грибы, сваренный и нарезанный соломкой копченый бекон и мелко нарезанный лук. Спассеровать лук на масле. Затем прибавить печенку, грибы, бекон и измельченный хлеб; все хорошо перемешать и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и черным перцем. Приготовленной начинкой наполнить тушки куропаток, зашить ниткой, связать, как обычно, ножки, смазать маслом, обернуть тонким ломтиком шпика и запечь

в жарочном шкафу, периодически переворачивая нафаршированные тушки и поливая маслом, в котором они запекаются. Запекать примерно 30—40 мин до мягкости. В качестве гарнира подать по выбору рис, жареный картофель, картофельную соломку и пр. Подать горячими и с салатом по выбору.

КАША С ГОЛУБЕМ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ. 5 голубей, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 100 г муки, 100 г масла.

Обработанных голубей или горлиц нарезать по суставам на порционные куски, положить в подходящую кастрюлю, залить холодной водой и варить, снимая пену, которая появляется на поверхности при варке. По желанию можно добавить лук, морковь и сельдерей; посолить по вкусу. Овощи положить не нарезанными. Муку спассеровать на масле, после того как она подрумянится, по желанию можно добавить немного красного перца и влить бульон, в котором варилось мясо. Мясо отделить от костей, оставляя только филе, а все остальное положить в кашу из муки и варить на слабом огне 15—20 мин.

Из оставшегося мяса и костей приготовить суп, который влить в бульон, и положить рис или вермишель. Суп заправить кислым или свежим молоком и яйцом, посолить по вкусу, добавить черный перец и посыпать небольшим количеством мелко нарезанной зелени петрушки. Суп подать горячим.

ГОЛУБЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ПО-ГРЕЧЕСКИ. 5 голубей, 100 г риса, 50 г изюма, 25 г растительного масла, 50 г лука, 1 г молотого черного перца, 100 г бульона, 1 лавровый листик, 4—5 шт гвоздики, 100 г сливочного масла, 15 г муки, 100 г белого вина, петрушка.

Ощипать голубей, выпотрошить и промыть холодной водой. Отдельно приготовить начинку из риса и изюма. Спассеровать, не подрумянивая сильно, на оливковом или растительном масле часть мелко нарезанного лука, затем прибавить рис, посолить по вкусу, поперчить, прибавить изюм и залить бульоном 1:1 (на один стакан риса один стакан бульона), тушить, пока рис не впитает воду, дать остыть и прибавить мелко нарезанную зелень петрушки. Приготовленной начинкой нафаршировать подготовленных голубей, не набивая их слишком начинкой, так как рис еще не вполне сварился и будет разбухать при варке. Если голубей начинить слишком плотно, рис не сможет хорошо свариться. Фаршированных голубей

защитить ниткой, чтобы не выпала начинка, посолить по вкусу, уложить в один ряд в кастрюлю и залить теплой водой так, чтобы голуби были ею покрыты. Поставить на плиту, довести до кипения, затем прибавить лавровый лист и одну головку очищенного и нашпигованного 3—4 гвоздичками лука. Кипятить до мягкости, после чего вынуть голубей из бульона. Положить на противень или сковородку 1—2 чайных ложки сливочного масла, разогреть его и подрумянить в нем голубей со всех сторон. Подать голубей горячими, разрезанными в длину со стороны спинки, предварительно удалив нитки. На том же масле, в котором жарились голуби, спассеровать муку, к которой можно добавить томат-пюре. Для аромата подлить белого вина и залить чашкой бульона, в котором варились голуби. Кипятить 10—15 мин, а затем процедить. Готовых голубей разложить на блюде начинкой кверху и полить приготовленным соусом. Оставшийся соус можно подать отдельно в соуснике. Подать с салатом по выбору.

ГОЛУБИ ПО-МОНАСТЫРСКИ. 5 голубей, 250 г сливочного масла, 500 г лука-саженца, 500 г свежих грибов, 100 г бульона.

Подготовленные и промытые в холодной воде тушки голубей посолить по вкусу, посыпать черным перцем и положить в подходящую посуду с маслом. Слегка подрумянить в жарочном шкафу, а затем прибавить очищенный и промытый лук-саженец; посуду накрыть крышкой. Когда лук подрумянится, прибавить свежие грибы и стакан теплой воды или бульона; продолжать тушить под крышкой до готовности. Подать горячими, по желанию можно разрезать пополам по длине. В качестве гарнира можно подать рис.

ГОЛУБЬ ПО-СИЦИЛИЙСКИ. 5 голубей, 150 г хлебной крошки, 150 г кашкавала, 1 пучок петрушки, 50 г лука, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 5 г чеснока, 150 г сливочного масла, 100 г белого вина, ароматическая зелень.

Подготовленных голубей или горлиц промыть в холодной воде, обсушить на салфетке, а затем отделить от костей (со стороны спинки), как это делается для приготовления галантина. При этом мясо должно остаться на коже, а кости следует устранить. Подготовленного голубя разделить на две половинки так, чтобы на одной половинке осталась половинка филе с одной ножкой, а на другой — вторая половинка филе с другой ножкой. Филе и мясо ножки, которые остались на коже, отбить

слегка тяпкой или деревянным молотком, как шницель, посолить по вкусу и посыпать черным перцем. Мелко натертый, как сухари, хлеб смешать с мелко натертым кашкавалом; прибавить мелко нарубленную зелень петрушки. По желанию для запаха можно прибавить 1—2 растертых зубчика чеснока. Для одной половинки голубя достаточно 2 столовых ложек хлебных крошек и 1 столовой ложки тертого кашкавала. Хлеб, кашкавал, петрушку и чеснок хорошо перемешать; пласт этой смеси, толщиной в 0,5 см, положить на спинку голубя с внутренней стороны (кожа находится снизу) и завернуть рулетом, причем филе должно остаться с внутренней стороны. Заворачивать вместе с начинкой. Полученный рулет можно перевязать в 2—3 местах ниткой или сколоть зубочистками, чтобы он не разворачивался и сохранил первоначальную форму. Приготовленные рулеты положить в кастрюлю один около другого. Прибавить сливочного масла и подрумянить со всех сторон, прибавив ароматическую зелень. Сварить вынутые кости с луком, морковью и сельдереем, залить этим бульоном мясо (рулеты), накрыть крышкой и тушить до мягкости. По желанию можно влить стакан белого вина и прибавить немного томата-пюре, что делает соус более вкусным и пикантным. Готовые рулеты вынуть из соуса и удалить нитки или зубочистки. Соус процедить и заправить сливочным маслом. По желанию можно загарнировать лапшой, рисом, пюре из чечевицы.

МЕЛКАЯ ДИЧЬ ЖАРЕНАЯ. 1 вальдшнеп или 1 дупель, или 2 перепела, или 1 бекас, 15 г шпика, 1 ст. л. масла сливочного, 30 г бульона, 25 г печенки, 25 г хлеба пшеничного, салат или 1 ст. л. варенья, зелень.

Филейную часть тушек мелкой дичи (вальдшнепов, дупелей, бекасов и др.) покрыть перед жарением тонким ломтиком шпика, который нужно укрепить на тушке, перевязав ниткой. Жарить дичь на плите в сотейнике или сковороде с маслом непосредственно перед подачей. Обжарив филейную часть, тушку перевернуть на спинку и дожаривать ее в жарочном шкафу в течение 5—7 мин. С готовой тушки снять шпик и слегка обжарить филейную часть. Из посуды, в которой жарилась дичь, слить жир, налить немного коричневого бульона (20—30 г), прокипятить и процедить.

Печенку домашней птицы слегка обжарить до готовности, после чего протереть через сито. Пшеничный хлеб

нарезать на прямоугольные ломтики размером 4×8 см, толщиной 1—1,5 см, сделать продольное углубление и обжарить на сковороде. В углубление крутона положить слой протертой печенки.

При подаче жареную дичь положить на блюдо на крутон, на тушку положить кусочки шпика, полить соком и маслом и украсить зеленью. Отдельно подать салат или варенье.

Печенка от данной дичи (свежей) может быть использована для крутона.

ВАЛЬДШНЕП, БЕКАС, ЧИРОК, ПЕРЕПЕЛ ЖАРЕННЫЕ. 1 вальдшнеп (бекас, чирок, перепел), 1—2 ст. л. масла сливочного, 50 г шпика.

Подготовленную дичь слегка посолить, положить в разогретую с маслом неглубокую кастрюлю или на сковородку и обжарить со всех сторон до образования румяной корочки; после этого кастрюлю поставить в духовой шкаф или же покрыть крышкой и дожарить на слабом огне, периодически поливая дичь маслом, на котором она жарится. Время жарения вальдшнепа, бекаса и чирка — 20—25 мин, перепела — 10—15 мин. Готовую дичь вынуть из кастрюли и положить на разогретое блюдо, уложив на ломтики хлеба, поджаренного в масле (ломтики хлеба нарезать в виде квадратиков толщиной 1—1,5 см, сделав в середине небольшое углубление). Сверху дичь покрыть ломтиками поджаренного шпика и полить процеженным соком, полученным при жарении, и растопленным маслом, с боков украсить ветками зелени петрушки. Отдельно подать зеленый салат, салат из фруктов или из сельдерея.

РЯБЧИК, КУРОПАТКА, ТЕТЕРЕВ ЖАРЕННЫЕ. 1 рябчик (куропатка, тетерев), 1—2 ст. л. масла.

Подготовленного рябчика, куропатку или тетерева посолить, положить в кастрюлю с разогретым маслом и обжарить со всех сторон до образования румяной корочки. Потом тушку перевернуть на спинку и поставить в духовой шкаф на 15—25 мин (тетерев жарится 35—45 мин). Во время жарения тушку надо поливать с ложки жиром. Когда птица будет готова, вынуть ее и разрубить на две части. Тетерева разрубают на 4—6 частей. На гарнир можно дать жареный картофель или набор овощей, зеленый салат, красную капусту, маринованные фрукты и ягоды.

РЯБЧИК ЖАРЕННЫЙ. 1 рябчик, 20 г сала свиного, 2 ч. л. масла сливочного, салат или фрукты.

Тушку рябчика заправить так, чтобы она имела форму целой, посыпать ее солью и обжарить на горячем сале со всех сторон.

Сало слить, а вместо него положить кусочек сливочного масла, поставить в жарочный шкаф и довести дичь до готовности.

Тушку рябчика положить в глубокое блюдо. В посуду, в которой жарилась дичь, влить немного бульона и дать ему прокипеть. Этим соком или сливочным маслом полить рябчика при подаче к столу.

Отдельно к рябчику подают зеленый салат или фрукты.

РЯБЧИК В СМЕТАНЕ. 1 рябчик, 1 ч. л. сала свиного топленого, 3 ч. л. соуса.

Дичь жарить 20 мин, жир слить, добавить сметанный соус, закрыть посуду крышкой и припустить 3—5 мин.

Подать в той же посуде, в которой готовилась дичь.

Можно готовую жареную дичь разрубить на порции, положить в сотейник и залить сметанным соусом, закрыть крышкой и тушить 3—5 мин.

При подаче дичь положить в глубокое блюдо или на тарелку и полить сметанным соусом. На гарнир подать жареный картофель.

Так же можно приготовить куропатку, тетерева, глухаря.

РЯБЧИК, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ, С ГАРНИРОМ И ГРЕНКАМИ.

1 рябчик или 1 куропатка, 1 ст. л. сала свиного топленого, 20 г шампиньонов, 20 г оливок, 30 г петушинных гребешков 3 ст. л. соуса, 40 г хлеба пшеничного, 2 ч. л. масла сливочного, 40 г печенки куриной.

Рябчика жарить почти до готовности, после чего разрубить на две части, положить в сотейник, из которого предварительно слить жир, добавить коричневый бульон из дичи (10—15 г), отвар шампиньонов (10—15 г), небольшие головки шампиньонов, оливки без косточек и припущенные петушинные гребешки. Затем залить рябчика соусом красным с вином, накрыть крышкой и тушить 8—10 мин на слабом огне.

При подаче рябчика положить в глубокое блюдо вместе с гарниром, полить процеженным соусом. Вокруг расположить гренки, нарезанные в форме сердца, поджаренные на сливочном масле и смазанные протертой поджаренной печенкой из домашней птицы.

КОТЛЕТЫ ИЗ ГОЛУБЕЙ ПО-АЛЖИРСКИ. 5 голубей, 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, 200 г грибов, 200 г телячьих желез, 300 г соуса бешамель, 5 яиц, 150 г хлебной крошки, 150 г муки, 300 г молока, 250 г острого соуса, 1 г мускатного ореха.

Подготовленные тушки голубей сварить, как для супа, и затем дать им остыть в бульоне. Из охлажденных голубей или горлиц вырезать филе без костей, придать им форму котлет и слегка отбить. Отделить от костей мясо ножек, нарезать его мелкими кубиками, прибавить к нему сваренные и нарезанные мелкими кубиками грибы и телячьи железы; все хорошо перемешать, посолить по вкусу и прибавить для аромата мускатный орех. Отдельно приготовить густой соус бешамель и добавить в него один желток. Смешать этот соус с нарезанными мелкими кубиками мясом, грибами и железами, хорошо размешать на теплой плите, а затем охладить. Следует иметь в виду, что из каждого голубя вырезают по два куска филе, из которого оформляют одну котлету; на каждую котлету должно приходиться по 40 г грибов и желез. Подготовленные куски филе намазать с плоской стороны остывшей начинкой, хорошо разровнять и придать им форму котлет. Намазанные таким способом филе запанировать в муке, смочить в яйце, а затем запанировать в хлебных крошках, как шницель. Слегка обжарить во фритюре, чтобы внутренность прогрелась, а снаружи получилась поджаристая корочка золотистого цвета (не допускать пригорания хлебных крошек). Готовые котлеты подать горячими с соусом с каперсами; можно их загарнировать различными пюре: из картофеля, горошка, чечевицы, каштанов и пр.

П р и м е ч а н и е : таким же способом можно готовить и котлеты из полевой или лесной куропатки и бекасов.

КОТЛЕТА ИЗ ФИЛЕ РЯБЧИКА ФАРШИРОВАННАЯ. $\frac{1}{2}$ рябчика, 3 ч. л. масла сливочного, 40 г кнельной массы, 20 г паштетной массы, 1 яйцо, 2 ст. л. белой панировки, 3 ст. л. соуса, зелень.

Зачищенное филе отбить в тонкий пласт, с острого конца пласта положить зачищенную косточку от ножки. На середину пласта уложить слой кнельной массы, затем слой паштетной массы и снова слой кнельной массы. Закрывать фарш малым филе и придать котлете плоскую форму, посолить, смочить в яйце и запанировать в белой панировке. Жарить филе в сотейнике с маслом до готовности.

При подаче филе положить на блюдо и гарнировать картофелем.

КОТЛЕТЫ, ШНИЦЕЛЬ ИЗ ДИЧИ.

В филе дичи после зачистки вставить косточку. Для этого под маленькое филе на тонкий конец большого филе положить ножку от этой же дичи. Ножку отрубить выше коленного сустава и счистить с нее мясо.

Котлеты натуральные в сухарях, котлеты, фаршированные молочным соусом, и шницель приготовить так же, как и из курицы. Нормы продуктов те же.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ ФИЛЕ ФАЗАНА. 100 г филе фазана, 1/2 яйца, 4 ч. л. масла сливочного, 30 г хлеба пшеничного, 100 г картофеля жареного, 1 ст. л. варенья, перец, зелень.

Филе очистить от сухожилий. Нарезать филе по 2 куска на порцию. Куски отбить тыжкой, посыпать солью и перцем, смочить в яйце, запанировать в мякише белого хлеба, нарезанном кубиками или короткой соломкой, и обжарить.

При подаче готовое филе положить на блюдо, уложить картофель, жаренный соломкой, и украсить зеленью.

Отдельно подать варенье из брусники или клюквы с яблоками.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУРОПАТКИ.

Готовить, как шницель из цыплят. Куропаток жарить в масле на сковороде. В качестве гарнира можно подать различные пюре и соусы, как например, соус с каперсами, томатный соус и пр. Подать с салатом по выбору.

П р и м е ч а н и е : из куропаток можно приготовить крокеты, кромески, маршальские и пожарские котлеты и медальоны. Их можно подавать с различными соусами, как например, с соусом из дичи, соусом шофруа и пр.

ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ФАЗАНА. 70 г фазана, 20 г хлеба пшеничного, 1 яйцо, 1 ст. л. масла сливочного.
для гарнира: 120 г картофеля жареного, 1 апельсин, перец, зелень.

Мясо фазана пропустить через мясорубку. Из массы сформовать изделия, заправить солью, перцем и запанировать так же, как сказано выше, придав овальную форму шницеля. Обжарить с маслом на сковороде.

При подаче на стол шницель положить на блюдо, полить маслом и гарнировать жареным картофелем в форме орешков или стружки. На шницель положить 1—2

кружочка апельсина без кожицы. Украсить веточкой зелени петрушки.

Норма расхода продуктов дана в расчете на приготовление 1 шницеля, ее следует увеличить в зависимости от количестваготавливаемых изделий.

БИТОЧКИ, КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ДИЧИ.

Биточки или котлеты рубленые и другие изделия приготовить так же, как и из курицы. Нормы продуктов те же.



Куры, цыплята. Мясо кур мягкое. Молодых кур обычно жарят, старых варят или используют для приготовления котлет. Цыплят лучше жарить. Для приготовления бульона хороши взрослые, но не жирные куры. Бульоны из цыплят и старых петухов не ароматичны. Мясо кур и петухов используют для приготовления кнельной и котлетной массы. Из филе кур готовят натуральные и фаршированные котлеты, холодные закуски, заливные блюда, паштеты, салаты. Гребешки можно использовать для гарниров к блюдам из домашней птицы.

Желудок, сердце, печенку и другие потроха домашней птицы применяют для рассольника и тушения.

Индейка. К деликатесным продуктам относят мясо индеек. Хорошо подрумяненная, покрытая золотистой корочкой жареная тушка упитанной индейки является украшением праздничного стола. И в горячем и в холодном виде мясо этой птицы отличается превосходным вкусом.

Из индеек готовят также вкусные супы и холодные бульоны. Для этих блюд используют обычно тушки недостаточно упитанной или старой птицы.

Хороший вкус салатам придают кусочки жареной или отварной индейки. Из потрохов, крылышек, горла, головки и ножек индейки можно приготовить вкусные заливные блюда.

Гуси и утки. Главным показателем качества гуся или утки является упитанность.

Следует учитывать, что при использовании плохо откормленной птицы жареное кушанье получается слишком сухим, грубым, а блюдо из слишком жирной птицы приобретает приторный вкус и трудно усваивается.

Для смягчения привкуса жареной птицы к блюдам из жареного гуся или утки подают гарниры, отличающиеся кислотным вкусом (тушеная квашеная капуста, кислые яблоки, маринованные плоды и ягоды) и в супы,готавливаемые из мяса или потрохов уток и гусей, преимущественно используют продукты с кислым вкусом. Поэтому из гусей и уток готовят рассольники, щи, борщи, солянки.

Из нежирных гусей и уток получаются неплохие заправочные супы с лапшой, вермишелью и макаронными изделиями.

Из упитанных тушек гусей или уток лучше всего готовить жареные блюда. Они вкусны и обладают очень приятным своеобразным ароматом.

Но специфический вкус и аромат воспринимается не всеми одинаково, многие находят его неприятным для бульона. Вот почему прозрачные бульоны из гусей и уток обычно не готовят, да такие бульоны и не отличаются прозрачностью, они имеют обычно «сальный привкус».

Жир домашней птицы. Жир домашней птицы заслуженно считается высококачественным продуктом как по вкусу и аромату, так и по питательности. Его широко применяют в кулинарии и используют не только для обжаривания недостаточно упитанных тушек, но и добавляют в другие кулинарные изделия, в особенности для обжаривания и тушения мясных блюд, для заправки паштетов из печени, для каш и т. п. Так, гречневая каша с гусиным и утиным жиром обладает своеобразным вкусом.

Перед тем, как приступить к варке или жарению жирной домашней птицы, из нее удаляют излишек жира. Обязательно надо снять жир с нижней части брюшка. Жир удаляют также с внутренностей птицы. В этом случае требуется осторожность, чтобы не разорвать кишки и не раздавить желчь, которая придает горечь готовому блюду.

Оставшегося подкожного жира бывает достаточно для приготовления блюда.

С супов и бульонов излишек жира неоднократно и тщательно удаляют в процессе варки, а обжариваемую птицу периодически, через каждые 10—15 мин, поливают вытапливающимся жиром для того, чтобы кушанье было сочнее и мягче.

Жир, снятый во время потрошения, следует вытопить и перелить в стеклянную посуду, в которой он хорошо хранится в прохладном и сухом месте.

Дичь. По химическому составу, структуре тканей, пищевым и вкусовым качествам пернатая дичь отличается от домашней птицы. Жира в ее мясе значительно меньше, чем в мясе домашней птицы, а вкус и аромат своеобразнее. Например, лесной (боровой) дичи свойствен незначительный горький и смолистый привкус. Чтобы устранить или смягчить этот привкус, тушку рябчика после первичной (но не тепловой) обработки рекомендуется выдержать в холодном молоке около 1 ч. Фазанов перед обработкой целесообразно выдержать необшипанными в течение нескольких дней.

В продажу пернатая дичь поступает в пере, замороженной и непотрошенной. Самцы больше самок, но вкус их хуже. Отличить тех и других можно по оперению; у самца оперение более яркое.

Хорошо и вовремя замороженную дичь можно долго хранить на холоде. При этом полностью сохраняются ее питательные и вкусовые качества. Несвоевременность и недостаточность замораживания можно определить, постукивая одну тушку о другую. Если отчетливо слышен резкий звук и если оперение на ножках цело и крепко, то значит птица заморожена хорошо и своевременно.

Несвежесть дичи можно определить по оперению. Если оно чистое, крепкое, с полным и крепким подрастком (оперением нижней части брюшка), если шейка тушки невысохшая, а глаза непровалившиеся, невысохшие, следовательно, птица свежая и из нее можно готовить любые блюда.

Пернатую дичь используют преимущественно для приготовления вторых блюд, реже — для прозрачного бульона и супов.

Наилучший способ приготовления дичи — обжаривание. Обжарива-

ют дичь обычно целыми тушками, а мелкую дичь (вальдшнепов, дупелей, бекасов, перепелов и др.) для придания ей наиболее приятного вкуса заворачивают в ломтики шпика. Глухарей, тетеревов, куропаток тушат.

Из филе крупной дичи (фазанов, куропаток, глухарей, тетеревов) для праздничного стола можно приготовить деликатесное блюдо тонкого вкуса — натуральные и фаршированные котлеты.

Крупную дичь также запекают под соусами.

Дичь редко отваривают, но при желании крупную дичь можно отварить.

Потроха дичи в пищу не используют.

Глухари. Глухари — крупная пернатая дичь. Самцы достигают весом — 4—5 кг, самки весят значительно меньше, но мясо их мягче и нежнее.

Тушки хорошо упитанных глухарей можно жарить, а меньше упитанную и старую птицу лучше тушить с соусами.

Деликатесное блюдо можно приготовить из мякоти грудки, снятой с крупной тушки. Нарезая эту мякоть нетолстыми ломтиками, ее отбивают, солят, обваливают в масле и обжаривают.

Отварное мясо глухаря можно использовать для добавления в салаты.

Куропатки. Хорошо приготовленная куропатка — деликатесное блюдо, которое может служить украшением праздничного стола.

Тонкий, своеобразный вкус мяса отличает все блюда и закуски, приготовленные из превосходной дичи.

В продажу поступают белая, серая, горная, красная куропатки.

Белая куропатка крупнее других. Вес ее достигает 700 г, а иногда она весит и больше. Ее можно подать жареной, но лучше приготовить тушеной с соусом.

Из белой куропатки получают вкусные прозрачные бульоны. В этом случае отварную тушку можно использовать для приготовления салата из дичи или подать как холодную закуску, нарезав грудку тонкими ломтиками.

Мясо горных красных и серых куропаток значительно нежнее и мягче, чем мясо белой куропатки.

Серая куропатка весит 300—500 г. У нее светло-голубое оперение с зеленоватым отливом, спинка коричневая, крылья темные.

Тушка горной куропатки весит примерно 300 г. Ее, как правило, готовят жареной, но можно и тушить, преимущественно в сметанном соусе.

Тушеную горную куропатку используют для добавления в салаты.

У красной куропатки характерная яркая окраска клюва и ножек. Вес тушки 350—700 г. Тушки красной и серой куропаток часто довольно жирные, используют их преимущественно для жарения.

Рябчики. Благодаря специфическому, тонкому вкусу с легким привкусом горчинки рябчик ценится в кулинарии как превосходный деликатес.

Кушанья и закуски из рябчиков — характерные блюда русской кухни.

Эту дичь отличает не только отменный вкус, но и высокая питательность: в мясе рябчика в среднем содержится 22,8% полноценных белков, 2,14% жира.

Рябчиков готовят жареными и тушеными в сметане. Из филе рябчиков можно приготовить особо деликатесные блюда — фаршированные котлеты

Холодного жареного рябчика можно подать на закуску или использовать в салат.

Тетерев. По нежности и мягкости мясо молодых тетеревов напоминает куриное. Обычно тушки жарят целиком, и в этом виде они особенно вкусны.

Мясо самцов жестче и суше, особенно у старой птицы. В этом случае, разделив тушку на порционные куски и слегка обжарив, тушат в соусе до полной готовности.

Самки и самцы различаются по внешнему виду: самцы имеют черное оперение, самки — рыжеватое.

Средний вес самки — 1,2—1,5 кг.

По содержанию белка (22%) и жира (4,9%) мясо тетеревов можно отнести к высокопитательным продуктам.

Перепел. Перепел — мелкая дичь с особенно нежным и мягким мясом. Блюдо из перепелов может служить украшением праздничного стола.

Средний вес тушки перепела приблизительно 100 г.

Перепелов жарят только целыми тушками. Жарение продолжается обычно не дольше 10 мин.

Деликатесное блюдо можно получить, если поджарить перепела на решетке.

Фазан. Фазаны — крупная пернатая дичь. Вес тушки самца достигает 1500 г, самки меньше, но мясо их нежнее, мягче, сочнее.

Самок легко отличить от самцов по внешнему виду: оперение самцов значительно ярче и красивее, кроме того, у них длинный хвост.

Приготовление фазанов характеризуется некоторым своеобразием: до тепловой обработки свежая тушка должна «созреть», для чего ее на несколько дней оставляют неошипанной при комнатной температуре. Мясо мороженого фазана достаточно хорошо и без такой длительной выдержки, так как оно дозревает в процессе размораживания и ошипки, а созревает в основном до замораживания.

Из фазана хороши холодные и горячие блюда. Его жарят целыми тушками (для этого наиболее пригодны тушки самок), тушат с различными соусами с добавлением каштанов, шампиньонов, яблок.

На гарнир подают также варенье из брусники или клюквы.

Отличная закуска — ломтики поджаренного холодного мяса фазана. Кусочки фазаньего мяса придают деликатесный вкус салатам.

Цесарка. Мясо цесарки напоминает куриное, у него приятный вкус. Тушка весит в среднем 1,6—2 кг, по внешнему виду и консистенции она также похожа на куриную. Готовят из нее бульоны и заправочные супы. Молодую индейку можно жарить.



кухня народов мира

Кухня народов мира

Каждый народ имеет свою, особенную кухню, соответствующую национальным вкусам, сложившимся традициям, образу жизни, климатическим условиям и т. д. В этом разделе приведены кулинарные рецепты кухонь многих народов нашей страны и мира, все они — истинно национальные и являются прекрасными образцами правильного сочетания продуктов по вкусу и содержанию питательных веществ.

Национальные кухни народов мира здесь представлены только блюдами из домашней птицы и дичи, но каждое из них имеет свой неповторимый аромат, особый вкус, что называется — национальный колорит. Выбор большой, кушайте на здоровье!

КУБИНСКИЙ САЛАТ ИЗ ДИЧИ (*кубинская кухня*). 300 г вареного мяса без костей, 1—2 апельсина, 1—2 яблока, 50 г майонеза, немного острого соуса, сок лимона.

Яблоки и апельсины очистить, удалить семена. Фрукты и дичь нарезать тонкими ломтиками или кубиками и смешать. К майонезу добавить острый соус и сок лимона. Этой смесью заправить фрукты и дичь.

НЕАПОЛИТАНСКИЙ САЛАТ (*итальянская кухня*). 200 г мяса дичи (порезать кубиками), 2 небольших маринованных огурца, 1 маленькая свекла, 1 корешок сельдерея, по стакану мелко нарубленных кубиков моркови и картофеля (вареные), 1 стакан майонеза, перец.

Кубики мяса, свеклу, сельдерей и маринованные огурцы нарубить мелкими кубиками и смешать с морковью и картофелем. Добавить майонез, соль и перец. Все хорошо перемешать.

САНДВИЧ КУРИНЫЙ (*американская кухня*). $\frac{1}{2}$ жареного цыпленка без костей, 2 больших ломтя белого хлеба, 3—4 салатных листа, 1 ст. л. майонеза, 2—3 помидора, 1 ломтик ветчины, 1 ст. л. сливочного масла или маргарина, 2 редиски, 3—4 ломтика огурца, 2 стебелька петрушки.

Ломтики белого хлеба намазать маслом, на один из них положить лист салата, слегка смазанный майонезом, на него несколько ломтиков помидора, а сверху — слегка зажаренный ломтик ветчины.

Половину цыпленка разрезать на ломтики, смазать их майонезом, положить на ломтик ветчины и покрыть листом салата. Сверху закрыть вторым ломтем хлеба. Все это сколоть специальной палочкой, а сверху украсить ломтиками редиски, огурца, стеблями петрушки и дольками помидора.

СУП ИЗ ПОТРОХОВ ДИЧИ (*румынская кухня*). 1 набор потрохов, 1 пучок зелени для супа, 1 ст. л. укропа и петрушки.

Потроха любой дичи отварить до мягкости в 1,5 л слегка подсоленной воды. В конце варки вложить очищенную, мелко нарубленную зелень. Укроп и петрушку мелко порубить и посыпать ими суп. Подать в горячем виде к столу.

АФРИКАНСКИЙ КУРИНЫЙ СУП (*африканская кухня*). 2 луковицы, 3 ст. л. сливочного масла, 1 небольшое яблоко, 1 ч. л. порошка кэрри, 1—2 ст. л. муки, 0,5 л крепкого куриного бульона, 150 г зеленого горошка, перец, 1—2 ст. л. сливок или 1—2 ст. л. взбитых сливок.

Горошек отварить до мягкости в курином бульоне, затем протереть вместе с бульоном через сито. Обсу-

шенный горох оставить на ночь. Мелко нарубленный лук обжарить на сливочном масле. Яблоко очистить, удалить сердцевину, мелко нарезать его, а затем потушить все вместе. Добавить кэрри, уменьшить огонь и дать покипеть 3—4 мин. Блюдо посыпать мукой, приготовить светлую подливу и залить мясным бульоном. Добавить пассерованный горошек. Поставить на 10 мин прокипеть, затем добавить соль и перец. В готовый суп добавить небольшое количество целых зеленых горошин или взбитые сливки. Рассчитано на 2 порции.

ГУСЬ ПО-ФЛАМАНДСКИ (*голландская кухня*). 1 молодой гусь, лучок зелени, 1 лавровый листик, 8 горошин черного перца, 1 луковица, 1—2 почки гвоздики, 2 головки чеснока, масло, мука, 3—4 желтка, 2—3 ст. л. сливок, 1/2 лимона, перец, 1 яйцо, панированные сухари, жир для жаренья.

Подготовленного гуся отварить в слегка подсоленной воде. Незадолго до готовности добавить чеснок, зелень, лавровый лист, горошины черного перца и луковицу, в середину которой вложить почки гвоздики. Готовую тушку хорошо обсушить, разделить на небольшие куски и до подачи на стол держать в разогретом жире. Из масла и муки приготовить светлую подливу, развести нежирным бульоном. Добавить 1 столовую ложку сливок, зелень и 1 столовую ложку растертого чеснока. Соус снять с огня, прибавить желток. Куски мяса запанировать в яйце и сухарях и обжарить до появления золотистой корочки в хорошо разогретом жире так, чтобы куски гуся плавали в нем. Соус подать отдельно в соуснике. К гуся подать рассыпчатый рис или белый хлеб. Рассчитано на 6—8 порций.

ПРАЗДНИЧНАЯ ИНДЕЙКА (*американская кухня*) 1 индейка, перец, маргарин, ломтики шпика, для начинки 100 г обжаренных панировочных сухарей, 100 г муки, кусочек дрожжей величиной с орех, 2 яйца, мелко нарубленные потроха индейки, 1 ч. л. майонеза, цедра лимона на кончике ножа 1 небольшая тертая луковица, порошок кэрри на кончике ножа 1 ст. л. мелко нарубленной зелени петрушки, 2—3 ст. л. сметаны или йогурта, перец.

Подготовленную тушку индейки натереть сверху солью а изнутри перцем и солью. Из ножек удалить сухожилия. Индейку начинить, зашить и положить на решетку грудкой вверх или запекать в духовке. Если индейка нежирная на грудку и на ножки можно приколоть дольки шпика (можно также эти части прикрыть алюминиевой фольгой, предохраняющей нежные части индейки от при-

горания). Продолжительность жарения индейки в зависимости от ее величины составляет 2,5—4,5 ч.

Во время жарения индейку надо часто поливать выделяющимся соком. Индейка считается готовой, когда мясо станет совсем мягким и ножки можно будет легко поворачивать в суставах.

Индейку следует жарить на небольшом огне. За 30 мин до окончания жаренья фольгу или шпик следует удалить.

Для начинки развести дрожжи в теплой воде, добавить молоко и яйца, сухари, специи и все хорошо перемешать. Если масса слишком сухая, добавить немного сметаны или йогурта. Рассчитано на 6—8 порций.

КУРИНАЯ ТИМБАЛЕ С ВЕТЧИНОЙ (бразильская кухня). 200 г вареного куриного мяса, 200 г вареной ветчины, 200 г соуса шофруа, 2—3 ст. л. тертого сыра, перец, $\frac{1}{3}$ ч. л. тертой цедры лимона.

Куриное мясо и ветчину пропустить через мясорубку, добавить соус шофруа и поперчить. Огнеупорную миску смазать жиром и выложить в нее массу. Сверху посыпать тертым сыром и поставить запекать на 30 мин на умеренный огонь. Блюдо можно считать готовым, если при протыкании его спичкой она остается сухой. Готовое тимбале осторожно, с помощью ножа, отделить от краев миски и выложить на блюдо. К этому подать картофельное пюре и томатный соус.

«КИРПИЧ» ИЗ КУРИНОГО МЯСА (южноамериканская кухня). 200 г вареного куриного мяса, 500 г сырой свинины, 1 луковица, 1 ст. л. томата-пюре, $\frac{1}{2}$ стакана воды, перец, майонез.

Куриное мясо и свинину пропустить через мясорубку, хорошо перемешать с прочими продуктами. Массу выложить в огнеупорную посуду (лучше использовать четырехугольную форму) и запекать в течение 30 мин при умеренной температуре. Готовое блюдо можно подать в холодном и в горячем виде. Перед подачей на стол «кирпич» переложить на плоское блюдо. К нему можно подать рис и томатный соус.

КУРИНАЯ ПЕЧЕНЬ ПО-ИНДОНЕЗИЙСКИ (индонезийская кухня). 200 г куриной печени, 2 луковицы средней величины, 1 маленький стручок перца, растительное масло, щепотка сахара, 3—4 ст. л. сливок.

Стручок перца нарубить и перемешать с мелко нарезанным луком. Эту смесь слегка потушить в растительном масле. Куриную печень мелко нарубить и зажарить

на сильном огне, непрерывно помешивая. Приправить солью и перцем, добавить сливки. Подать с рисом. Рассчитано на 1—2 порции.

КУРИНЫЙ ПИЛАВ (*турецкая кухня*). 1 курица (весом 1 кг), 1 пучок зелени для супа, 1—2 лавровых листа, 3 шт. гвоздики, 1 маленький острый перчик, 125 г растительного или сливочного масла, 2 стакана риса, 2 ст. л. изюма, 1—2 ст. л. зерен миндаля, перец, порошок кэрри.

Курицу отварить до мягкости с пучком крупно нарубленной зелени и пряностями. Рис вымыть, обсушить и обжарить в половине указанного количества сливочного или растительного масла. Затем добавить 4 стакана куриного бульона, приправить солью, перцем и порошком кэрри, добавить изюм и варить на слабом огне 10 мин. Затем горшок плотно закрыть крышкой, поставить в теплое место на 10 мин. Мясо отделить от костей, нарезать мелкими кусочками и обжарить в остатках сливочного или растительного масла. Миндаль также подрумянить и смешать с готовым рисом. Блюдо должно быть очень острым и одновременно сладким.

КОК'О ВЕН (*французская кухня*). 1—2 небольших цыпленка, 2 ст. л. куриного жира или сливочного масла, 60—100 г нарубленного кубиками шпика, 8 небольших луковиц, 125 г шампиньонов, 1 рюмка коньяка, 0,5 л красного вина, 3—4 стебелька тимьяна, 1 лавровый лист, 1 долька чеснока, 1 ст. л. муки, перец.

Подготовленные тушки разделить каждую на 4 части и обжарить в достаточном количестве жира. Обжаренные куски снять со сковороды, а в нее положить нарезанный кубиками шпик, 2 небольшие луковицы, мелко нарезанные шампиньоны и растолченный чеснок. Все это слегка потушить. Затем снова положить в сковороду куски курицы, влить рюмку коньяка, посыпать мукой, добавить лавровый лист, тимьян, оставшиеся луковицы. Все хорошо перемешать и добавить красного вина. Приправить солью и перцем. Затем мясо вынуть, а соусу дать наполовину выкипеть. Этим соусом полить горячее мясо и подать к столу. Рассчитано на 2—4 порции.

КУРИЦА В ГОРЧИЧНОМ СОУСЕ (*югославская кухня*). 1 курица, 1 ст. л. растительного масла, 2—3 ст. л. сливочного масла или маргарина;
для соуса: 1 ч. л. (с горкой) сливочного масла или маргарина, 1 ч. л. (с горкой) муки, 1 ч. л. (с горкой) горчицы, 1 стакан куриного бульона, $\frac{1}{2}$ стакана сметаны или простокваши, щепотка сахара, соль на кончике ножа, 1 ч. л. уксуса, 2 желтка.

Курицу выпотрошить, промыть и разделить на порции. Посолить и натереть растительным маслом. Поместить в духовку и зажарить, часто поливая выделившимся соком или небольшим количеством воды.

Пока курица жарится, приготовить из потрохов бульон и дать ему как следует выкипеть. Из масла и муки приготовить подливку для соуса, развести ее стаканом бульона, добавить туда горчицу и уксус, сметану и прокипятить. Желтки смешать с небольшим количеством соуса и добавить к остальному соусу. Проварить соус на очень слабом огне или на паровой бане до тех пор, пока он не загустеет. Приправить по вкусу солью и щепоткой сахара. Этим соусом облить готовое блюдо из курицы и прокипятить на очень слабом огне.

КУРИЦА В КАЙМАКЕ (югославская кухня). 1 жирная курица весом примерно 1 кг, 400 г каймака, 3—4 дольки чеснока, $\frac{1}{4}$ л молока.

Курицу очистить и выпотрошить, отварить в подсоленной воде до полуготовности, вынуть из бульона и остудить. Молоко, каймак и мелко нарубленный чеснок разогреть в горшке, курицу разделить на порции и вложить в приготовленный соус. Слегка потушить, чтобы мясо стало мягким.

КУРИЦА СОЛЕНАЯ С АНАНАСОМ (кухня Дании). 1 курица, 100 г соли, 1 ч. л. сахара, 1 стакан натертого на крупной терке ананаса, 3 ст. л. майонеза, 2 ст. л. 10%-ных сливок, листья зеленого салата.

В 1,5 л воды положить соль и сахар и прокипятить. Остудить. Курицу выпотрошить, вымыть, разделить на порции и залить рассолом. Выдерживать в рассоле в течение 2 дней. Время от времени мясо переворачивать. Затем вынуть курицу из рассола и отварить в небольшом количестве воды. Готовую курицу отделить от костей и снять с нее кожу. Майонез смешать со сливками и добавить немного ананасового сока. Блюдо выложить листьями салата, разложить на них куски курицы, посыпать их тертым ананасом, полить соусом. К курице подать запеченный картофель.

КУРИЦА С ПЕРЦЕМ (венгерская кухня) 750 г мяса курицы, 1 луковица, 2—3 ч. л. красного перца, 2—3 ст. л. сметаны, 1 стручок перца, 1 помидор, $\frac{1}{2}$ ч. л. муки.

Курицу очистить, вымыть, разделить на 8—10 частей. Мелко нарубленный или натертый лук обжарить в масле

до золотисто-желтого цвета. Горшок снять с огня, добавить перец, 1 столовую ложку воды и снова поставить на огонь тушить. Курицу разделить на части, натереть солью и вложить в кастрюлю. Куски курицы зажарить с обеих сторон, затем мясо потушить до готовности под крышкой. Время от времени нужно подливать воду, чтобы перец не пригорел. Незадолго до готовности мяса добавить мелко нарубленный перец и помидоры. Через 10 мин снять крышку и дать выкипеть лишней жидкости. Сметану взбить с мукой, добавить в соус и дать закипеть. Курицу подать с рассыпчатым рисом или отварным картофелем. Отдельно подать салат из свежих огурцов. Рассчитано на 3 порции.

КУРИЦА ПО-МАДРИДСКИ (*испанская кухня*). 1 курица, 150—200 г шампиньонов, 1 луковца, 3—4 ст. л. сливочного масла или маргарина, 3 картофелины, 2 стручка сладкого перца, $\frac{1}{2}$ стакана белого вина, перец.

Курицу выпотрошить и натереть солью и перцем. Масло растопить, слегка обжарить в нем мелко нарубленный лук, добавить очищенные, мелко нарубленные шампиньоны и небольшое количество воды. Тушить до полуготовности. Наполнить этой смесью курицу, зашить и обжарить со всех сторон на оставшемся масле. Через 15 мин добавить сырой картофель, нарезанный дольками, и нарезанный тонкими кольцами перец вместе с семенами. Затем добавить вино (если жидкости недостаточно, можно добавить небольшое количество воды) и тушить курицу до готовности, часто поливая образовавшейся подливкой. Соус приправить солью и перцем. Перед подачей на стол полить курицу соусом. Отдельно подать белый хлеб или зеленый салат.

КУРИЦА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ГЛИНЕ (*шведская кухня*).

Взять несколько килограммов обыкновенной глины, из которой делают горшки, несколько камней и сухих поленьев. Курицу выпотрошить и вымыть. Ощипывать ее не нужно. Курицу поверх перьев хорошенько обмазать глиной. В таком виде поместить ее между камнями, а под ними развести огонь из хвороста. Через час обжига глиняной формы ее нужно осторожно расколоть — и жаркое готово. Оно будет великолепным — сочным и очень вкусным. А перья останутся в глине.

КУРИЦА ПО-АРАБСКИ С МЕДОМ И ОРЕХАМИ. (*арабская кухня*). 1 курица весом 750 г, 2 ст. л. меда, 1,5 ст. л. сливочного масла, 1 ч. л. розовой воды, 1 ст. л. мелко нарубленных земляных орехов, $\frac{1}{2}$ ч. л. молотого имбиря или 1 ст. л. мелко нарубленного маринованного имбиря, жир для жаренья.

Масло растопить, смешать с медом. Начинить этой массой грудку и ножки курицы. Оставшуюся смесь масла и меда несколько разбавить розовой водой и этой жидкостью натереть всю курицу, после чего обжарить ее в жире до готовности. Разделить на две части и положить на подогретом блюде спинкой вверх. Сверху посыпать орехами и имбирем.

КУРИЦА С АНАНАСОМ ПО-КИТАЙСКИ (*китайская кухня*). 250 г отварного куриного мяса, 1 стакан бульона, $\frac{1}{4}$ нарезанного ломтиками ананаса, 100 г спаржи, $\frac{1}{2}$ ст. л. зелени (или соевого соуса), порошок имбиря на кончике ножа, 1 ст. л. растительного масла, куриный бульон, 2—3 ч. л. мансового крахмала, немного десертного вина, перец.

Приготовить маринад из смеси зелени с 1 чайной ложкой мансового крахмала, 1 столовой ложкой растительного масла, щепоткой соли и перца. Мясо курицы нарезать тонкими полосками и смешать с полученным маринадом. Когда мясо хорошо пропитается этой смесью, разогреть остатки масла в сковороде и обжарить в нем куриное мясо. Затем прибавить к мясу тушеную спаржу и ананас. Потушить все на слабом огне под крышкой. Для приготовления соуса взять оставшийся крахмал, сок ананаса, имбирь на кончике ножа, все смешать и влить в кипящий куриный бульон, добавить десертное вино и полученным соусом облить куриное мясо. Подать с рассыпчатым рисом. Рассчитано на 2—3 порции.

ПОЛЬО КОН АРРОС — КУРИЦА С РИСОМ (*кубинская кухня*). 1 курица (весом около 1—1,5 кг), $\frac{1}{2}$ лимона, 3—4 дольки чеснока, 2 ст. л. растительного масла, 1 большая луковица, 1 стручок сладкого перца, черный перец на кончике ножа, $\frac{1}{2}$ стакана риса, $\frac{1}{2}$ стакана белого вина, 1 консервная банка зеленого горошка, несколько маринованных стручков сладкого перца, 4 стакана куриного бульона или воды.

Курицу очистить, вымыть, натереть солью, соком $\frac{1}{2}$ лимона и раздавленными дольками чеснока и оставить на 0,5—1 ч. В это время разогреть растительное масло, и, добавив в него растертый чеснок, крупно нарубленный репчатый лук и стручковый перец, нарезанный мелкими тонкими кольцами, поставить тушить. Когда чеснок и лук станут мягкими, добавить томат-пюре и затем курицу,

разрезанную на порции (4—8 частей), тушить до готовности. Когда курица станет мягкой, переложить ее в отдельную посуду и поставить в теплое место. Хорошо промытый и обсушенный рис положить в кастрюлю, в которой тушилось мясо. Рис и соус хорошо перемешать, добавить белое вино, 4 стакана воды или куриного бульона и сок маринованного сладкого перца (можно также влить сок консервированного зеленого горошка; если добавлять сок горошка, то мясного бульона следует брать меньшее количество). Все продукты хорошо перемешать, причем куриное мясо положить сверху. Поставить на огонь. Когда рис впитает жидкость, добавить зеленый горошек. Блюдо следует оставить на слабом огне еще на 5 мин, после чего снять, украсить полосками стручков маринованного сладкого перца и сейчас же подать на стол. Рассчитано на 4—6 порций.

СЕНЕГАЛЬСКАЯ ЯССА — МАРИНОВАННАЯ КУРИЦА (*сене-галльская кухня*). 1 курица, 2 луковицы, 2 дольки чеснока, 2 лимона, 2 лавровых листа, тимьян, черный перец, жир для жаренья.

Курицу разделить на порции. Из сока лимона, нарезанного ломтиками репчатого лука, чеснока, лаврового листа, тимьяна, соли и черного перца приготовить маринад, залить им мясо и оставить на ночь. Затем вынуть мясо из маринада, обсушить и обжарить с обеих сторон вместе с ломтиками лука. Добавить небольшое количество теплой воды и тушить мясо до готовности. Затем вылить остатки маринада в мясо и прокипятить еще 5 мин. Подать с рассыпчатым рисом. Рассчитано на 5—6 порций.

ЗАТЕ — МЯСО, ЖАРЕННОЕ НА ВЕРТЕЛЕ (*индонезийская кухня*). 200 г куриного мяса, $\frac{1}{2}$ луковицы, 1 долька чеснока, 2 ст. л. тертых земляных орехов, $\frac{1}{2}$ ст. л. растительного масла.

Мясо нарезать небольшими кубиками и натереть смесью из мелко нарубленного лука, растертого чеснока, очищенных, слегка поджаренных орехов и растительного масла. Оставить так на полчаса. Затем поперчить и посолить. Замаринованные куски мяса насадить на вертел и, непрерывно поворачивая, обжарить со всех сторон. Подать с рассыпчатым рисом. Отдельно можно подать рыбный или томатный соус. Рассчитано на 1—2 порции.

МЯСО И ОВОЩИ К КУСКУСУ (*североафриканская кухня*) 500 г баранины, куриное мясо с грудки, 3 сосиски, 1 баранья почка, 4 ст. л. сливочного масла или маргарина, 2 луковицы, 250 г моркови,

2 помидора, 1 свежий огурец, 200 г белокочанной капусты, 150 г сухого зеленого горошка, 1 ч. л. соли, черный и красный молотый перец на кончике ножа; для кускуса: 2,5 стакана манной крупы, 1,5—2 стакана воды, 1 ч. л. соли, 2,5 ст. л. сливочного масла, 1 ч. л. муки.

Чтобы приготовить кускус (или мусс), манную крупу высыпать на доску и сбрызнуть подсоленной водой. Затем ладонью растереть крупу кругообразными движениями, прибавляя понемногу муки, до появления маленьких комочков величиной с зерно проса. Переложить все комочки на сито, укрепить это сито над горшком с кипящей водой или бульоном (крупа ни в коем случае не должна соприкасаться с жидкостью). На сито положить плотно прилегающую крышку и обвязать сито сверху салфеткой, сложенной в несколько раз, чтобы не проникал холодный воздух. Примерно через 1 ч блюдо готово — шарики станут совсем прозрачными. Добавить сливочное масло и очень осторожно перемешать.

Полить острым соусом и — кускус готов.

Горох замочить на ночь. Лук нарезать и обжарить в 3 столовых ложках масла или маргарина, добавить нарезанное кубиками мясо и куриную мякоть, обжарить на небольшом огне, добавить немного воды и тушить до готовности. Вымытые, мелко нарубленные овощи смешать с горохом и маслом. Посолить и приправить специями.

Овощи тушить вместе с мясом. Пока мясо и овощи тушатся, над этим же горшком можно укрепить сито с кускусом.

Перед подачей на стол нарезать тонкими ломтиками предварительно хорошо промытую и вымоченную почку и нарезанные ломтиками сосиски. Все это обжарить в течение 5 мин в оставшемся масле.

Овощи и мясо подать в миске, залив небольшим количеством бульона, а кускус подать в отдельной посуде.

Рассчитано на 5—6 порций.

ЧОП СВИ — ТУШЕНОЕ МЯСО (*китайская кухня*). 250 г куриного мяса, 1 головка китайской капусты, 3—4 стебелька зеленого лука, 2 дольки чеснока, 3 ст. л. зелени для супа, 1 стакан стручков фасоли или свежих грибов, $\frac{1}{2}$ стакана молодого зеленого горошка, 1 ст. л. мансового крахмала, $\frac{1}{2}$ стакана растительного масла, $\frac{1}{2}$ стакана мясного бульона.

Куриное мясо предварительно отварить. Затем нарезать очень тонкими и маленькими ломтиками или кубиками. Листья капусты нарезать поперек. Стручки фасоли

вымывать. Лук и чеснок мелко порубить. Грибы очистить, вымыть и нарезать тонкими полосками, зелень смешать с разведенным в воде крахмалом.

Растительное масло разогреть на большой сковороде, мясо зажарить и сдвинуть на край сковороды; постепенно, одно за другим, выложить на сковороду чеснок, грибы, горошек, капусту, зеленый лук и, помешивая, обжарить (продукты должны остаться довольно твердыми). Мясо смешать с овощами, добавить разведенный крахмал (можно добавить мясного бульона). Потушить 5—10 мин и подать с рассыпчатым рисом. Рассчитано на 3—4 порции.

ЖАРЕННЫЙ ПЕТУХ ПО-ВЕНСКИ (*австрийская кухня*). 1 петух, мука, 1 яйцо, панировочные сухари, жир для жаренья, ломтики лимона, несколько веточек петрушки.

Петуха разделить на 4 части, натереть солью, обвалить в муке, яйце и сухарях и зажарить в кипящем жире с двух сторон до образования золотистой корочки. Жарить примерно 15 мин. Затем хорошо обсушить и подать на листьях зеленого салата с картофелем. Рассчитано на 1—2 порции.

НЕАПОЛИТАНСКИЕ ПОТРОХА (*итальянская кухня*). 750 г потрохов, 500 г различных овощей (морковь, лук-порей, сельдерей, репчатый лук, картофель), 1 ст. л. томатной пасты, перец, 1 ст. л. масла, 1—2 ст. л. мелко нарубленной зелени петрушки, 2—3 ст. л. тертого сыра.

Потроха тщательно очистить, промыть в нескольких водах и варить до готовности в слегка подсоленной воде. Откинуть на дуршлаг, дать стечь воде и нарезать тонкими полосками. Овощи также нарезать полосками и отварить в бульоне до мягкости. затем добавить потроха. Приправить томатной пастой, солью и сильно поперчить. Смешать с маслом. Посыпать зеленью петрушки и тертым сыром.

ЯМБАЛАЯ — БЛЮДО С РИСОМ И КУРИНЫМ МЯСОМ (*бразильская кухня*). 150 г куриного мяса, 50 г ветчины, 300 г отваренного риса, 2 луковички, 2 стручка сладкого перца, 2—3 ст. л. растительного масла, 1 неполная ч. л. соли, 2 ч. л. красного молотого перца, $\frac{1}{2}$ л томатного сока.

Мелко нарубленный лук обжарить с нарезанными стручками сладкого перца (сердцевину удалить). Мясо нарезать полосками и добавить в него нарезанную кубиками ветчину. Все хорошо перемешать. Приправить солью и перцем и осторожно смешать с отварным рисом. Подать

на горячем блюде в виде омлета. Рис должен быть очень сухим. К этому подать крепкий томатный соус. Рассчитано на 2 порции.

УН-БЕ-ДЖО — ЖАРЕНАЯ УТКА ПО-БИРМАНСКИ (*бирманская кухня*). 1 крупная утка, горчица, растительное масло, зелень, 500 г рубленого мяса, 150 г телячьего почечного жира, различные корни для супа, 2 ст. л. панировочных сухарей, 1 ч. л. мелко нарубленной зелени петрушки, 2 яблока, щепотка сахара, растительное масло, 6 картофелин, $\frac{1}{4}$ л сметаны.

Утку выпотрошить и хорошо промыть. Если хотите приготовить утку точно так, как ее готовят в Бирме, то удалите из нее весь скелет перед тем как фаршировать. Для этого надо взять острый, не слишком короткий нож, разрезать утку вдоль спинки и осторожно отделить скелет от кожи (стараясь не повредить кожу). Последние суставы крылышек и ножек оставить. Кости скелета, внутренность и суповую зелень поставить варить для получения бульона. Внутренность утки натереть смесью горчицы, растительного масла, и зелени. Печень, почечный жир, рубленое мясо, панировочные сухари, петрушку, очищенные, мелко нарезанные яблоки хорошо перемешать и наполнить этим фаршем утку. Приправить солью и сахаром. Утку зашить, придать ей правильную форму. Противень смазать жиром или влить в него небольшое количество бульона, положить на него утку и вставить в духовку. Тушить до готовности, часто поливая соком. Когда утка зажарится, облить ее подготовленным бульоном. Незадолго до конца жарения добавить 6 очищенных, нарезанных на четвертушки картофелин, облить их сметаной и потушить на слабом огне до готовности. Если скелет утки был удален, то утку можно нарезать ломтями. Подавать с рассыпчатым рисом. Соус подать отдельно. Рассчитано на 6—8 порций.

ФАЗАН ПО-БОГЕМСКИ (*чехословацкая кухня*). 1 фазан, 50 г шпика, 50 г масла или жира, $\frac{1}{2}$ луковицы, 3 г черного перца, 1 лавровый листик, несколько штук гвоздики и ягод можжевельника, немного сметаны и белого вина.

Тушку молодого фазана обмыть, вымыть ножки щеткой, обрезать когти. Голову засунуть сзади между крылышками, ноги отогнуть назад и привязать к тушке. Тушку посолить и вдоль спинки и брюшка привязать длинные полоски шпика. Разогреть жир, обжарить фазана — сначала грудку, затем бока, добавить мелко нарезанный лук, специи и, часто поливая образовавшимся от жаренья

соусом, жарить в духовке в течение 1 ч при закрытой крышке. Когда фазан будет готов, вынуть его из духовки, образовавшийся от жаренья сок пассеровать, добавить сметану и приправить белым вином. К этому подать картофель, краснокочанную капусту или брусничный компот.

ВИРАДО ДЕ ФРАНГО — ЖАРЕННЫЙ ЦЫПЛЕНОК (*костариканская кухня*). 2 цыпленка, 2 луковицы, 1 лимон, 2 дольки чеснока, 300 г помидоров, 2 ст. л. мелко нарубленного зеленого лука, 2 ст. л. нарубленной зелени петрушки, 1 маленький острый перчик, 2 ст. л. масла или маргарина, 1/2 ст. л. соли, перец, мансовый крахмал или пшеничная мука.

Подготовить цыплят, разделить каждого на 8 частей и оставить в маринаде на 2 ч. Маринад приготовить из сока лимона, мелко нарубленного репчатого лука, черного молотого перца и растертого с солью чеснока. Затем обжарить цыплят в сильно разогретом жире до золотисто-желтого цвета, добавить очищенные от кожи, размятые или нарезанные кубиками помидоры, зеленый лук и петрушку и тушить до тех пор, пока куриное мясо не станет мягким, а сок не выкипит наполовину. Затем добавить немного сливочного масла и отваренные стручки сладкого перца. Слегка обжарить. Загустить соус с помощью мансового крахмала или пшеничной муки. К этому блюду подать зеленый салат или отваренный рассыпчатый рис.

Рассчитано на 4—6 порций.

МАРИНОВАННЫЙ ЦЫПЛЕНОК, ЖАРЕННЫЙ НА РЕШЕТКЕ (*африканская кухня*). 1 цыпленок весом 750 г, перец, 4 дольки чеснока, 1 луковица, 1/8 л 10%-ных сливок, 1,5 стакана воды, 1/2 ч. л. перца, 1 ч. л. красного перца, 1 ч. л. молотого кориандра, сок 1 лимона, 3 ст. л. растопленного масла.

Лук мелко нарубить, чеснок растолочь, добавить сливки, приправить черным перцем, красным перцем и кориандром. Полученный маринад развести водой и разогреть, но не кипятить, и оставить настояться в течение 20 мин.

Подготовленного цыпленка разрезать пополам, отбить тыжкой, натереть солью и черным перцем, залить охлажденным маринадом и оставить на ночь. Затем поместить его на решетку и зажарить, часто поливая растопленным сливочным маслом и маринадом. Когда мясо станет мягким, цыпленка можно подать к столу, полив его остатками маринада, лимонным соком и растопленным сливочным маслом, смешанными вместе. К цыпленку подать отварной рассыпчатый рис или белый хлеб. Рассчитано на 2—3 порции.

ЦЫПЛЯТА В ЯЙЦЕ (*японская кухня*). 1— $\frac{1}{2}$ цыпленка, 2 ст. л. растительного или сливочного масла, $\frac{1}{2}$ луковицы, горсть белых грибов или шампиньонов, $\frac{1}{3}$ стакана зеленого горошка, 1 ст. л. зелени (вместо соевого соуса), 1 неполная ч. л. сахара, 3—4 яйца, 3 ст. л. десертного вина.

Цыпленка очистить, удалить кожу и кости и сварить из них бульон, который должен выкипеть до $\frac{1}{4}$ л. Сырое куриное мясо нарезать тонкими полосками и зажарить в разогретом растительном масле до образования светло-коричневой корочки, добавить мелко нарезанный лук, грибы и горошек, приправить зеленью, солью и сахаром и тушить до готовности. Затем добавить вино. Бульон остудить. Яйца сильно взбить и добавить к бульону, добавить прочие продукты и распределить все на 4 порции в маленьких мисочках. Мисочки вставить в большой горшок, наполненный горячей водой, и поместить в духовой шкаф, чтобы яичная масса загустела. Сразу же подать на стол с гренками.

ЦЫПЛЯТА КЭРРИ ПО-МАДРАССКИ (*индийская кухня*). 1 цыпленок, 3 ст. л. жира, 2 полные ст. л. мелко нарубленного лука, 2 дольки чеснока, 1 ст. л. порошка кэрри, немного воды или мясного бульона, лимон, 1 ст. л. томата-пюре (по желанию).

Лук и растертый чеснок обжарить, через 2—3 мин добавить 1 столовую ложку порошка кэрри, уменьшить огонь и тушить в течение 3—4 мин. Подготовленного, нарезанного на порции цыпленка положить на сковороду, хорошо перемешать с пряностями и тушить под крышкой на слабом огне. Если жидкость сильно выкипела, добавить воду или мясной бульон, чтобы получился довольно густой соус. При желании во время тушения можно прибавить томатную пасту. Приправить солью и соком лимона.

ЧЕРНИНА — БЛЮДО ИЗ ПОТРОХОВ (*польская кухня*). Потроха 1 гуся или 2 уток, набор зелени, 125 г чернослива, 125 г сушеных яблок, 1—2 сухие груши, 30 г сахара, палочка корицы (2 см длиной), гвоздика, 10 г муки, $\frac{3}{8}$ л крови (гусь или утки), 1 ст. л. уксуса, 1,5 л воды, майоран.

Потроха залить водой, посолить и варить на слабом огне до мягкости. Сухофрукты залить $\frac{1}{2}$ л воды, добавить пряности и сахар и варить до мягкости. Затем соединить фрукты и потроха. Фруктовый отвар и бульон (поровну того и другого — всего жидкости должно быть $\frac{3}{4}$ л) смешать с мукой и кровью и залить этой смесью потроха. Приправить сахаром, солью, уксусом и майораном и осторожно прокипятить так, чтобы кровь не свернулась.

Подать с макаронными изделиями или клецками из муки или картофеля.

ЦЫПЛЕНОК С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (*голландская кухня*). 1 цыпленок (около 800 г), 1 стакан молока, набор ароматических корней, 2 картофелины, 1 ч. л. крахмала, 1 ст. л. муки, по 1 щепотке тертой лимонной цедры, тертого мускатного ореха и сахара (при желаниии), 3—4 горошины черного перца, лимонный сок, 3 стакана бульона из куриных потрохов (или горячей воды), 60 г сливочного масла.

Тушки зачищенного и промытого цыпленка нарезать на 4 части. Измельченные ароматические корни и картофель поместить на дно посуды, сверху положить мясо, залить горячим бульоном и отварить до мягкости. Вынуть из посуды, зачистить от сухожилий и дать отцедиться. Выложить в гусытницу, добавить 2—3 столовые ложки бульона, поместить сверху кусочки сливочного масла и запекать в духовом шкафу. Бульон процедить, а овощи протереть сквозь сито и снова положить в бульон. Добавить разведенный в молоке крахмал, муку и приправы — молотый черный перец, лимонную цедру и лимонный сок, мускатный орех, сахар и соль. Полученный соус проварить (лучше всего на водяной бане) до густоты. Запеченное мясо распределить на порции и полить соусом.

Подходящим добавлением является вареный рис, запавленный топленным сливочным маслом.

Вкусовые качества соуса значительно улучшаются, если вместо молока употребить сметану и к бульону прибавить 1—2 чайные ложки ароматного виноградного вина или несколько капель коньяка (рома).

ЦЫПЛЕНОК С КОНСЕРВИРОВАННОЙ СТРУЧКОВОЙ ФАСОЛЬЮ (*греческая кухня*). 1 цыпленок (около 800 г), 1,5 банки зеленой фасоли, 1—2 ч. л. томата-пюре, 2 ст. л. молотых сухарей, 90 г сливочного масла, петрушка.

Зачищенного и промытого цыпленка нарезать на 4 порционных куска. Залить небольшим количеством холодной воды и варить, периодически добавляя сок из банок. Удалить с отваренного мяса сухожилия и кости. Бульон процедить и добавить томат-пюре. Фасоли дать отцедиться и выложить на дно посуды, а сверху поместить мясо. В сильно разогретое масло всыпать молотые сухари и перемешать до получения однородной массы, которой нужно залить цыпленка. Постепенно сбоку ввести бульон. Дать закипеть, посыпать рубленой зеленью петрушки при желании тертым сыром и сервировать.

ШУЖУКТАГАН ТАУЫК — КУРИЦА, ФАРШИРОВАННАЯ ПО-КАЗАХСКИ (казахская кухня) 700 г курицы, 300 г баранины, 1,5 ст. л. риса, 1 яйцо, 1 ст. л. изюма (кишмиш), 1 луковица, 8 ст. л. молока, 40 г масла сливочного, 0,1 г корицы, перец по вкусу
д л я г а р н и р а: 90 г картофеля, 2 моркови, 1 ст. л. молока, $\frac{1}{2}$ луковицы, лук зеленый.

В обработанной курице делают надрез кожи вдоль и снимают с костей (каркаса) кожу с мякотью. Оставшееся мясо отделяют от костей и вместе с бараниной пропускают через мясорубку с мелкой решеткой. Рис хорошо промывают и варят до полуготовности, чтобы он был рассыпчатым. Репчатый лук шинкуют и пассеруют на масле до готовности. Изюм промывают, сырые яйца смешивают с молоком. Подготовленное мясо, рис, изюм, репчатый лук, яичный белок смешивают и заправляют молотым перцем и корицей. Этим фаршем наполняют снятую с костей курицу. Сшивают спинной надрез. Курицу заворачивают в чистую салфетку, перевязывают шпагатом, заливают подсоленной водой или бульоном, чтобы она полностью покрылась жидкостью, и варят до готовности при медленном кипении. После варки курицу охлаждают в этом же бульоне. Затем снимают салфетку и удаляют нитки. Подают по 2—3 куска на порцию со сложным овощным гарниром.

2 ВАРИАНТ. 500 г курицы, 200 г языка бараньего, 1 яйцо, $\frac{1}{2}$ луковицы, 2 ст. л. масла сливочного, 1 ст. л. риса, 10 г кинзы или петрушки, 0,1 г корицы, перец, жир для запекания, 80 г бульона.

Тушку курицы обрабатывают так же, как и в варианте 1. Фарш готовят следующим образом. Снятое с костей куриное мясо вместе с обработанным и нарезанным бараньим языком пропускают два раза через мясорубку с мелкой решеткой, добавляют яйца, мелко нашинкованный лук, перемешивают и обжаривают в сливочном масле.

Обжаренный фарш соединяют с припущенным рисом, заправляют солью, черным молотым перцем, корицей, нарезанной кинзой или зеленью петрушки и фаршируют курицу. Далее сшивают спинной надрез, курицу заворачивают в льняную салфетку, перевязывают шпагатом, придают форму целой курицы, кладут в гусятницу, заливают кулинарным жиром, бульоном и запекают в духовом шкафу до готовности. Время от времени курицу поливают сверху вытопленным соком и жиром. После остывания снимают салфетку, удаляют нитки. Подают нарезанными по 2—3 куска на одну порцию.

Картофель и морковь нарезают мелкими кубиками, по отдельности припускают до готовности и охлаждают. Морковь припускают в молоке. Лук репчатый нарезают кольцами или полукольцами. Зеленый лук шинкуют. В гарнир рекомендуется добавлять нашинкованный сладкий стручковый перец (5—7 г).

СОРПА ПО-ЦЕЛИНОГРАДСКИ (*казахская кухня*). 470 г потрохов домашней птицы, 3 луковицы, 3 моркови, 200 г помидоров, 75 г жира, 1 ст. л. риса или крупы ячневой, 3—4 соленых огурца.
для бульона: $\frac{1}{2}$ моркови, $\frac{1}{2}$ луковицы, зелень, соль по вкусу.

Подготовленные потроха домашней птицы заливают холодной водой и варят, удаляя в процессе варки пену, добавляют подпеченные корни (лук репчатый, морковь), грубые части стеблей зелени (укроп, петрушка), перец горошком, а в конце варки — лавровый лист. Отварные потроха нарезают на мелкие кусочки и хранят в горячем бульоне. В процеженный бульон кладут крупу, очищенные от кожицы и семян припущенные огурцы, томаты, пассерованный лук, морковь и варят до готовности. При подаче к столу в кесе или глубокую тарелку кладут мелко нарезанные потроха, наливают суп, засыпают рубленой зеленью.

КУРИЦА ТЕЛЬНАЯ (ФАРШИРОВАННАЯ) (*русская кухня*). 1 курица, 30 г свинины, 10 г шпика, 10 г языка, 1 яйцо, 3 ст. л. молока, 1 ст. л. сметаны, 2 ч. л. желе, молотый перец.

Тушку курицы зачищают от пеньков, натирают мукой, опаливают, промывают и обсушивают.

У подготовленной таким образом курицы разрезают мякоть со стороны спинки до костей и осторожно снимают ее вместе с кожей со всей тушки, стараясь не повредить кожу. Мякоть тушки отделяют от кожи и отбивают в тонкие пласты. Кожу кладут на мокрую салфетку, на нее укладывают в виде батона отбитую мякоть и фарш. Батон плотно заворачивают в кожу, затем в салфетку, края которой завязывают и перевязывают в 2—3 местах шпагатом (как колбасу). Фарш готовят следующим образом: свиной шпик, мякоть нежирной свинины и обрезки мякоти курицы промалывают в мясорубке; все хорошо вымешивают, добавляя яйца, молоко, соль, молотый перец и мускатный орех; в готовый фарш добавляют нарезанные кубиками вареный язык и шпик.

Готовые батоны кладут в кастрюлю, сотейник или котел, заливают холодным бульоном, сваренным из костей курицы, добавляют лук, корни, доводят до кипения и

варят, закрыв крышкой, почти без кипения около 1,5—2 ч. По достижении готовности салфетка отстает от курицы. После этого фаршированную курицу охлаждают до 30—40°С в этом же бульоне, вынимают и кладут под легкий пресс в холодильник до полного охлаждения. Остывшую фаршированную курицу разворачивают, нарезают кружочками и подают с гарниром из соленых или маринованных огурцов, маринованных слив.

Сверху изделия можно посыпать рубленым желе или залить еще не застывшим светлым желе и охладить.

Отдельно подают в соуснике хрен со сметаной или майонезом с рублеными корнионами.

УТКА ИЛИ КУРИЦА С ПЕЧЕНКОЙ (*русская кухня*). 1 утка или курица, 400 г печенки говяжьей, 300 г мяса, 200 г шпика, жир говяжий, свиной или утиный, куриный, 1 морковь, лук, петрушка, 8 яиц (желток), перец.

Тушки молодой потрошенной и не очень жирной птицы опаливают, разрезают со стороны спинки вдоль, зачищают от остатков внутренностей, промывают и удаляют кости. Для этого острым тонким ножом срезают мякоть вместе с кожей с каркаса, оставляя только кости крылышек и ножек, обрубленные у пяточного сустава. Мякоть осторожно счищают с кожи. Кожу укладывают на мокрое полотенце, отверстия в коже закрывают ломтиками отбитой мякоти, на них кладут начинку.

Затем начинку заворачивают в кожу с мякотью в виде тушки, обжимают при помощи полотенца, зашивают разрез ниткой и перевязывают тушку шпагатом в нескольких местах.

Для приготовления начинки мелко нарезают лук, морковь, обжаривают без изменения цвета до размягчения. К овощам добавляют мелко нарезанные шпик и печенку и все обжаривают еще несколько минут. Оставшуюся мякоть птицы и мякоть свинины мелко нарезают, добавляют к обжаренной печенке с овощами, пропускают через мясорубку 2—3 раза. К фаршу добавляют соль, перец, сырые желтки и хорошо перемешивают.

Фаршированную тушку кладут в неглубокую кастрюлю (сотейник), солят, поливают жиром и жарят в духовке, периодически поливая соком и жиром. Когда тушка хорошо зарумянится со всех сторон, ее охлаждают, кладут под легкий пресс между двумя разделочными досками. После этого снимают шпагат, нитки и режут на куски. При подаче гарнируют салатом из капусты, маринованными фруктами.

КУРНИК (*русская кухня*). Для теста пресного: 3 стакана муки, 5 ст. л. масла, 1 яйцо, 1,5 ч. л. сахара, $\frac{1}{2}$ ч. л. соли, $\frac{1}{4}$ ч. л. соды, 1 стакан молока или воды;

для блинчиков: 1,3 ст. л. муки, $\frac{1}{2}$ стакана молока, жир, сахар, $\frac{1}{4}$ яйца;

для первого фарша: 2 ст. л. риса, 1 яйцо, зелень, 1 ст. л. масла;

для второго фарша: 450 г мякоти курицы, 4 ч. л. масла $\frac{1}{2}$ ч. л. муки;

для третьего фарша: 150 г свежих грибов или 50 г сухих, 2 ч. л. масла для смазывания курника, $\frac{1}{2}$ яйца.

Из пресного сдобного теста раскатывают круглую лепешку диаметром примерно 25 см и толщиной около 0,5 см. На нее кладут выпеченный блинчик, на него — слой начинки из риса, закрывают блинчиком, кладут слой мякоти курицы, снова блинчик, слой обжаренных свежих грибов (зимой сваренных и нашинкованных сухих), закрывают блинчиком, наконец сверху кладут слой риса, все эти фарши укладывают горкой и обкладывают ее блинчиками. Затем раскатывают вторую лепешку пресного сдобного теста диаметром 35—40 см, делают 4 радиальных надреза и ею покрывают горку из фарша и блинчиков. Края верхней и нижней лепешки зашипывают вокруг основания курника «елочкой». На поверхности курника зашипывают грани по линиям радиальных надрезов. Курник смазывают яйцом, накладывают на него украшения, делают несколько проколов и выпекают при температуре 200—210°C.

Для приготовления первого фарша варят рассыпчатую рисовую кашу, добавляют рубленые вареные яйца, зелень петрушки, масло и перемешивают.

Для приготовления второго фарша варят курицу, снимают мякоть, нарезают ее кусочками, муку прогревают с маслом, разводят бульоном, кипятят и этим соусом заливают курицу.

Для приготовления третьего фарша белые свежие грибы обжаривают на масле и заправляют таким же соусом, как курицу. Если грибы сухие, то их варят, шинкуют, обжаривают и заправляют грибным соусом.

КУРИЦА ОТВАРНАЯ (*русская кухня*). 1 курица, петрушка, коренья, 1 луковица, соус.

Курицу обрабатывают, заливают горячей водой, после закипания снимают пену, добавляют нарезанные коренья, лук, соль и варят, закрыв крышкой, до готовности, сваренную птицу вынимают из бульона и доводят до кипения. На оставшемся бульоне варят лапшу домашнюю или припускают рис. При подаче куски курицы

поливают соусом, гарнируют лапшой или рисом с маслом.

Для приготовления соуса муку прогревают с маслом, разводят куриным бульоном и кипятят. На этой основе готовят разные соусы.

Соус шафранный (старинный русский соус) — в основу для соуса добавляют отвар шафрана.

Соус грибной — в основу добавляют мелко нарезанные свежие белые грибы и варят.

Соус паровой — в основу добавляют лимонную кислоту.

Соус с яйцом — в основу добавляют желтки яиц, растертых со сливочным маслом, и прогревают до загустения, но до кипения не доводят, чтобы желтки не свернулись; по вкусу заправляют лимонным соком, солью.

КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ (*русская кухня*). 1 курица (мякоть), хлеб, 2 ст. л. молока или сливок, 1 ст. л. масла, $\frac{1}{4}$ яйца, 10 г грибов, лук, петрушка.

для начинки: курица (мякоть), 2 ч. л. риса, 2 ч. л. масла, 1 яйцо, 5 г грибов сухих, 100 г соуса.

Курицу обрабатывают, срезают крылья и ножки, делают надрез по спинке и срезают кожу. Кладут ее на салфетку, отверстия закрывают кусочками кожи, снятой с ножек, в середину кладут фарш и, завернув его, придают изделию форму рулета. Рулет заворачивают в салфетку, концы ее плотно завязывают. После этого рулет кладут в низкую посуду, заливают бульоном, добавляют соль, лук, петрушку и варят до готовности. Сваренную фаршированную курицу немного охлаждают в этом бульоне, вынимают, разворачивают и нарезают на куски, которые прогревают в бульоне. На гарнир подают припущенный рис, пюре картофельное и т. д. Можно полить блюдо тем же соусом, что и курицу отварную.

Приготовление начинки.

1. Мякоть курицы пропускают через мясорубку, добавляют белый черствый хлеб, размоченный в молоке или сливках, еще раз все пропускают через мясорубку, добавляют масло, сырые яйца, заправляют солью, перцем, мускатным орехом, в эту массу кладут кусочки припущенных в масле белых грибов.

2. Припускают рис, добавляют к нему молотую мякоть курицы, сырые яйца, зелень петрушки, сваренные вкрутую и нашинкованные яйца, вареные и нашинкованные сухие грибы; в этом случае курицу подают без гарнира.

КОТЛЕТЫ ПОЖАРСКИЕ (*русская кухня*). 1 курица (мякоть), хлеб, 1,5 ст. л. молока, масло, 1,5 яйца, 1 ст. л. масла топленого, соль: для гарнира: 1 морковь, $\frac{1}{2}$ репы, зеленый горошек, $\frac{1}{2}$ стакана молока, $\frac{1}{2}$ ч. л. муки.

Для приготовления котлет мякоть курицы без кожи пропускают 2 раза через мясорубку, добавляют черствый белый хлеб, размоченный в молоке или сливках, солят и тщательно перемешивают. Рубку еще раз измельчают, добавляют размягченное сливочное масло и формируют котлеты. Перед обжариванием их смазывают яйцом с молоком, обваливают в черством белом хлебе, нарезанном мелкими кубиками.

Жареные котлеты подают с овощами в молочном соусе. Для этого морковь, брюкву и репу нарезают мелкими кубиками, припускают с бульоном, добавляют молоко и доводят до готовности. Жидкость сливают, разводят ею подогретую с маслом муку, сливают обратно и доводят до кипения.

Овощи по вкусу заправляют сахаром, солью. Можно в них добавить зеленый горошек.

ПТИЦА ДОМАШНЯЯ ЖАРЕНАЯ (*русская кухня*). 1 курица (утка, гусь, индейка) $\frac{1}{2}$ ч. л. сметаны, 1 ч. л. топленого масла или жира, 2 ч. л. масла сливочного.

Крупную домашнюю птицу (индеек, гусей, уток) солят изнутри и снаружи, кладут на сковороды и противни спинкой вниз, поливают растопленным жиром и жарят в жарочном шкафу. Если птица очень жирная, то ее поливают не жиром, а бульоном. Тушки кур и цыплят обжаривают с жиром на сковородах на плите до образования румяной корочки, затем ставят в жарочный шкаф и доводят до готовности.

Во время жаренья птицу периодически поливают жиром и соком. Можно поверхность птицы смазывать сметаной.

После обжаривания со сковороды или противня сливают жир, доливают немного бульона, кипятят и образовавшимся соком поливают птицу при отпуске.

Перед подачей на стол птицу рубят на куски, укладывают на блюдо и гарнируют жареным картофелем, отдельно подают салаты из огурцов, помидоров, капусты, свежие и соленые огурцы, моченую бруснику и т. п. К жареному гусю и утке вместо картофеля можно подавать тушеную квашеную капусту или печеные яблоки.

ГУСЬ, УТКА В ГОРШОЧКАХ С ОВОЩАМИ (*русская кухня*).

1 гусь, $\frac{1}{2}$ луковицы, 3—4 картофелины, 1 морковь, брюква, репа, перец.

Тушки птицы рубят на куски, обжаривают и кладут в глиняные горшочки, добавляют сырой картофель, морковь, брюкву, слегка обжаренный лук, соль, перец, заливают бульоном и тушат до готовности.

ГУСЬ С ЯБЛОКАМИ (*русская кухня*). 1 гусь, 1, 5 кг. яблок, мука, петрушка, 5 г сахара.

Тушку гуся натирают мукой и опаливают. Затем его потрошат и хорошо промывают. Шею, ножки до коленного сустава и крылышки по первый сустав отрубают.

Подготовленную тушку натирают солью снаружи и внутри, перевязывают шпагатом так, чтобы прижать крылышки и ножки, укладывают на противень спинкой вниз, ставят в жарочный шкаф и жарят, пока тушка не зарумянится. Затем подливают около $\frac{1}{2}$ стакана воды и жарят 1,5—2 ч, поливая вытапливающимся соком и жиром. Пока гусь жарится, подготавливаются яблоки: их нарезают на четвертинки, вырезая сердцевину.

Яблоки кладут на противень с гусем и запекают, поливая жиром. Можно яблоками фаршировать гуся.

С жареного гуся снимают шпагат и тушку нарубают на куски. Куски гуся кладут на блюдо, обкладывают печеными яблоками и украшают зеленью петрушки.

ГУСЬ, УТКА, ФАРШИРОВАННЫЕ КАРТОФЕЛЕМ (*русская кухня*). 1 гусь (утка), 2—3 картофелины, $\frac{1}{2}$ ч. л. сахара, жир, 2 ч. л. масла сливочного.

Тушки гуся или утки обрабатывают и обжаривают. Затем их фаршируют обжаренным картофелем. Для этого картофель очищают и обжаривают целиком или, нарезав на дольки, кладут внутрь тушки птицы и перевязывают ее или зашивают разрез.

Фаршированную птицу ставят в духовку и жарят до готовности, поливая жиром и соком. Перед подачей ее рубят на порции вместе с начинкой. Отдельно подают моченую бруснику.

ДИЧЬ ЖАРЕНАЯ (*русская кухня*). Мелкая дичь — 1—2 шт., 15 г шпика, 2 ч. л. масла, 2—3 ягоды можжевельника; для паштета: 25 г печени, лук, 1 морковь, 2 ч. л. масла, зелень.

Тушки дупелей, бекасов, перепелов, вальдшнепов очищают, потрошат, удаляют глаза, хорошо промывают и обсушивают. У ножек отрубают коготки, перерубают

кости в 2—3 местах. После этого ножки переплетают. У дичи с длинным клювом делают прокол тушки и вставляют в него клюв. Грудную часть тушки птицы обкладывают тонкими кусочками шпика и перевязывают ниткой. Дичь жарят на сковороде, переворачивают на спинку и доводят до готовности в жарочном шкафу. Перед подачей нитки снимают. В посуду, в которой жарилась дичь, кладут 2—3 можжевеловые ягоды, подливают бульон, кипятят и этим соком поливают дичь. Ломтики белого хлеба обжаривают на масле и на них кладут жареную дичь. Можно смазать хлеб паштетом. Для этого печень домашней птицы обжаривают с луком и морковью, промывают, охлаждают, соединяют с маслом.

Отдельно можно подать моченую бруснику или варенье из брусники, клюквы.

МЯСО, ПТИЦА ЗАЛИВНЫЕ (*русская кухня*). 250 г мяса, 250 г курицы, 250 г ветчины, 1 л желе (1 л бульона мясного, 40—50 г желатина), 3 яйца, 1/2 моркови, 2 огурца, 2 помидора, 100 г горошка консервированного, зелень для украшения, уксус, хрен.

В металлическую большую форму наливают до краев желе и ставят в кастрюлю с холодной водой и льдом так, чтобы вода не попадала в форму. Когда на стенках застынет слой желе 1—1,5 см, оставшееся желе сливают в другую посуду. На стенках формы к слою желе приклеивают кружочки вареного яйца, украшения из вареных овощей и зелени (цветочки, звездочки и т. д.), смачивая их в желе. Форму ставят в холодильник и, когда украшения хорошо закрепятся, кладут слой из кусочков отварной курицы, нарезанной кубиками (без кожи), и наливают желе. Затем кладут слой вареного мяса, также нарезанного кубиками, и опять наливают желе, слой отварного языка, ветчины и т. д., каждый раз заливая желе. Заполненную форму ставят в холодильник, и когда все желе хорошо застынет, ее на несколько секунд опускают в горячую воду, и заливное выкладывают на блюдо или вазу. Вокруг укладывают гарнир из соленых или маринованных огурцов, помидоров, зеленого горошка и т. д. Отдельно подают хрен с уксусом.

Рассчитано на 10 порций.

КУРИЦА ТУШЕНАЯ, С ГАЛУШКАМИ (*украинская кухня*). 1 курица, 1 стакан воды или бульона, 100 г сливочного масла, 0,25 стакана сока зеленого крыжовника или лимона, 2 стакана готовых галушек.

Курицу разрезать на 4 части, положить в кастрюлю, залить водой и соком крыжовника (который предваритель-

но выдержать на солнце в закрытой посуде 1—2 недели), добавить масло, посолить и тушить в течение 1 ч на небольшом огне.

Тем временем приготовить галушки из пшеничной муки, отварить их отдельно.

Когда курица будет готова, засыпать ее готовыми галушками, перемешать, добавить еще масла.

Поставить в духовку на 10—15 мин, закрыв крышкой.

ИНДЕЙКА ТУШЕНАЯ, С РИСОМ (*украинская кухня*). 1 индейка средней величины, 1 стакан риса, 0,5 стакана изюма без косточек (сабзы), 1—2 яйца, 3 ст. л. сливочного масла, 1—2 ч. л. молотого имбиря, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 1 сельдерей, 3—4 лавровых листика, 6 горошин черного перца.

Индейку опалить, отрезать первое звено у крылышек (использовать отдельно в суп), промыть птицу внутри и натереть изнутри имбирем, затем начинить подготовленным рисом (рис отварить до полуготовности, промыть холодной водой, обсушить, перемешать с яйцами и изюмом, предварительно промытым в горячей воде). Начиненную индейку зашить, положить в кастрюлю, обложить мелко нарезанными овощами и пряностями, налить немного кипятку (не более 0,5 стакана, если индейку тушат на плите на медленном огне 1,5 ч).

После этого снять крышку и поставить индейку на 15 мин в духовку открытой, чтобы она подрумянилась.

Если же индейку хотят тушить в духовке, надо подлить 4 столовые ложки масла, можно растительного, и тушить с закрытой крышкой примерно 1 ч (иногда больше, в зависимости от качества мяса индейки).

ГУСЬ СМАЖЕННЫЙ (*белорусская кухня*). 1 гусь крупный, 1 кг антоновских яблок, 1 ч. л. ягод можжевельника, 2 головки чеснока.

Гуся выпотрошить, опалить, обмыть, обсушить, натереть изнутри смесью из соли, чеснока и можжевеловых ягод, начинить туго антоновскими яблоками, лучше всего не совсем спелыми, разрезанными на четвертушки, зашить и поставить на противне или в латке в нагретую духовку.

Поливать стекающим жиром в течение 2—3 ч.

ГУСИНАЯ ШЕЙКА (*белорусская кухня*). 2 гусиные шейки, 30 г сала свиного, 1 луковица, 2 ст. л. гречневой каши, 1 г молотого черного перца, сельдерей.

Снять кожу с каждой шейки, на повредив ее, так, чтобы она представляла собой трубу, зашить каждую с одного конца и набить одну шейку свиными шкварками

с луком и гречневой кашей, а другую — рублеными гусиными потрохами с луком, черным перцем, сельдереем и тоже гречневой кашей, после чего зашить. Зашитые шейки положить в гусятницу или глубокую сковороду и тушить в духовке, добавив немного соли и воды.

ЗАМА С ЦЫПЛЕНКОМ (молдавская кухня). 1 цыпленок, 2 стакана зеленой фасоли, 4 луковицы (возможен зеленый лук), 2 моркови, 1 петрушка, 0,5 г сельдерея, 4 ст. л. сметаны, 1 яйцо, 1—1,5 лимона (сок и мякоть без косточек), по 1 ст. л. укропа и зелени петрушки, 0,5 ч. л. красного перца.

Приготовить бульон из цыплят, опустить в него овощи (фасоль, морковь, петрушку, лук, сельдерей), проварить 15—20 мин на среднем огне, добавить лимонный сок, посолить, довести до кипения, снять с огня. Тщательно взбить яйцо со сметаной в пену, влить порциями в еще не остывший суп и хорошо вымешать, не давая завариться белку. Заправить пряностями.

ЦЫПЛЕНОК НА ГРАТАРЕ (молдавская кухня). 1 цыпленок, 1 ст. л. сливочного масла, 1 ч. л. красного перца, 6 долек чеснока или 1 ст. л. муждея, 1 луковица, 1 ст. л. зелени петрушки, 100 г вина

Цыпленка очистить, опалить, разрубить пополам, промыть, положить в посуду разрубленной частью кверху. Посыпать мелко нарезанным луком, половиной перца, зеленью петрушки, посолить, облить вином и оставить на 1 ч. Затем положить каждую половину цыпленка на разогретый и смазанный маслом гартар и обжарить с обеих сторон попеременно, смазывая маслом. Готового цыпленка обсыпать оставшимся перцем и облить муждеем. Это блюдо можно приготовить не только на углях, но и на решетке в духовке газовой плиты.

ИНДЕЙКА С АБРИКОСАМИ (молдавская кухня). 500—750 г индейки, 1 стакан абрикосов без косточек, 2—3 луковицы, 2 ст. л. сливочного масла, $\frac{1}{2}$ ст. л. муки, 0,5 стакана томатного сока, $\frac{1}{2}$ стакана сухого белого вина, 1 ч. л. сахара, 0,25 ч. л. красного перца $\frac{1}{2}$ ч. л. корицы, $\frac{1}{2}$ головки чеснока, 3 лавровых листа, 1 ч. л. винного уксуса, 1 ст. л. зелени укропа и петрушки.

Индейку нарезать кусками 3×4 см, обжарить на масле, сложить в кастрюлю.

Лук нарезать, пассеровать, смешать с томатным соком, сахаром, перцем, корицей, вином.

Перемешать индейку с луком, тушить 30 мин.

Добавить свежие абрикосы, слегка пассерованную муку, разведенную в виноградном уксусе, лавровый лист, соль и тушить еще 10—15 мин на слабом огне.

За 1—2 мин до конца тушения добавить мелко нарезанный чеснок и зелень, снять с огня и дать постоять 5—6 мин. Так же можно приготовить и курицу по-молдавски, но не с абрикосами, а с айвой, кизилом или сливой.

РЕСОЛ (СТУДЕНЬ ИЗ ПЕТУХА) (*молдавская кухня*). 1 петух (весом около 1 кг), 1—1,5 ст. л. желатина, 1 морковь, 1 петрушка, 2 луковицы, $\frac{1}{2}$ головки чеснока, щепотка красного перца, 3—4 лавровых листика, 6 горошин черного перца.

Петуха разделать: опалить, вынуть потроха, отрубить шейку, крылышки и лапки, снять кожу, предварительно ошпарив их кипятком, а затем отбить деревянным молотком. Оставшуюся тушку разрубить на 4 части. Все продукты сложить в кастрюлю так, чтобы лапки и другие субпродукты были внизу, а крупные куски петуха сверху, добавить мелко нарезанные овощи, залить водой так, чтобы она покрывала мясо не менее чем на 5 см и варить на очень слабом огне 2,5 часа. Затем крупные куски петуха вынуть из бульона, а субпродукты продолжать варить еще 1 ч — 1 ч 20 мин, добавив за 10 мин до готовности лавровый лист и перец. После этого горячий бульон посолить, затем процедить, заправить мелко сеченым чесноком, желатином и залить им разложенные в тарелке куски петуха с субпродуктами. Поставить на несколько часов в холодильник.

БОЗАРТМА ИЗ КУРИЦЫ ИЛИ ИНДЕЙКИ (*грузинская кухня*). 1 курица или 1—1,5 кг мяса индейки, 1,25 л воды, 6 луковиц, 4 помидора, 1 стакан гранатового сока, 3 ст. л. сливочного или орехового масла, 1 ст. л. зелени кинзы, 1 ст. л. зелени петрушки, $\frac{1}{2}$ ст. л. зелени чабера, 1 ст. л. зелени укропа, 1 ч. л. мяты, 1 щепотка кардобенедикта (имеретинского шафрана), 4—5 долек чеснока, 1 ч. л. красного перца.

Курицу или часть индейки разрезать на 12 кусков, залить кипятком и дать прокипеть на умеренном огне 10—20 мин (в зависимости от жесткости мяса птицы), затем вынуть из бульона и обжарить в жире, снятом с поверхности бульона, вместе с мелко нарезанным луком и тушить в течение 10 мин.

Затем залить процеженным бульоном, проварить еще 10 мин, заправить тушеными или разваренными в пюре отдельно помидорами, гранатовым соком и пряностями и через 5 мин прекратить варку.

БОЗАРТМА ИЗ ЦЫПЛЯТ (*грузинская кухня*). 1—2 небольших цыпленка, 1,25 л воды, 4—5 луковиц, 6 помидоров, остальные продукты те же, что и в предыдущем рецепте.

Готовят так же, как и бозартму из кур, но цыплят, разрубив на небольшие куски, следует обжаривать и тушить сразу, сырыми, без предварительной варки, а затем уже заливать кипятком и варить всего 10—12 мин, заправив в конце варки приготовленными, как указывалось в предыдущем рецепте, помидорами и приностями.

САЦИВИ ИЗ ДИЧИ (*грузинская кухня*). 800 г дичи, 1 пучок зелени, 1 лавровый листик, 1 небольшая луковичка, 2 почки гвоздики, 2 дольки чеснока.

Подготовленную птицу опустить в холодную воду, положить зелень и варить мясо до мягкости (можно варить до полумягкости и поставить дойти в духовку). Затем остудить, разделить на порции и залить соусом сациви.

ТАРОНСКИЙ СУП (*армянская кухня*). 1 курица, 2 л воды, 4 луковички, 1 морковь, 1 корень сельдерея, $\frac{1}{2}$ стакана перловой крупы, 2 яичных желтка, 1 лимон, 4—5 горошин черного перца.

Отварить курицу с целой луковичкой и разрезанными вдоль морковь и сельдереем до готовности, вынуть ее, срезать мясо, нарезать кубиками по 1 см, отложить, затем освободить бульон от вареных овощей, процедить.

Перловую крупу засыпать в кипяток, отварить до мягкости, отвар слить.

Подготовленную перловую крупу, мелко нарезанный лук, перец засыпать в бульон, проварить, добавить куриное мясо, посолить, положить в суп отдельно цедру лимона и очищенную от кожи и семян нарезанную кубиками мякоть лимона, снять суп с огня.

Желтки (без покрывающей их тончайшей пленки) растереть в чашке и, постепенно добавляя по ложке, развести их $\frac{1}{2}$ стакана бульона, а затем влить в суп, размешать и подать блюдо на стол.

ТАРХАНА (*армянская кухня*). Для лапши: 450 г картофельной муки (крахмала), 450 г пшеничной муки, 1,1 л мацуна, 0,5 л молока, 2,5—3 яйца, 3 ч. л. соли.

для бульона: 1 курица, 1 стакан сухой тарханы, 2 л воды, 1 морковь, 3—4 луковички (желательно шалота), 25—30 г сливочного масла, 4—5 ст. л. мяты, 1 ст. л. зелени чабера.

Оба вида муки перемешать. Яйца взбить с мацуном и эту смесь постепенно ложками подливать к мучной смеси, размешивая. Полученное тесто должно выстаиваться сутки. Затем нащипать его мелкими кусочками, высушить их на полотенце и просеять через сито, слегка растирая рукой, чтобы отделить муку и крошки. Готовую тархану хранить в стеклянных банках.

Затем отварить курицу с морковью и луковицей до полной или частичной готовности (в зависимости от дальнейшего употребления курицы во второе блюдо), вынуть ее из бульона, засыпать туда сухую тархану и варить на слабом огне. За 5 мин до готовности добавить обжаренный мелко нарезанный лук, мяту, чабер.

КУРИЦА С БАМИЕЙ (*армянская кухня*). 1 курица (весом около 1—1,5 кг), 0,5—1 кг бамии, 1—2 кг помидоров, 2—4 луковицы, 50—75—100 г масла, 1 лимон (сок и цедра), 1 щепотка красного перца, $\frac{1}{2}$ стакана зелени кинзы или петрушки.

Продукты нарезать, засыпать ими отваренную курицу, нарезанную на куски, и тушить до готовности на слабом огне.

КУРИЦА С ЯБЛОКАМИ (*армянская кухня*) 1 курица (весом около 1—1,5 кг), 500 г яблок, 1 лимон, $\frac{1}{2}$ стакана риса, 1—1,5 ч. л. корицы, 1 ст. л. крахмала, 1—2 ч. л. сахарного песка.

Вареную курицу нарезать на кусочки, обжарить, облить лимонным соком. Приготовить подливку из яблок. Рис отварить и подать с курицей. Облить курицу подливкой.

Приготовление подливки: яблоки очистить от кожицы и сердцевин. Отходы залить 2 стаканами воды, сварить, процедить через сито. Процеженным отваром залить очищенные яблоки, разварить их до пюреобразного состояния, добавив сахар и корицу. Хорошо уварить.

Развести крахмал в 1 столовой ложке воды, влить в яблочное пюре за 2—3 мин до конца варки, размешать, довести до кипения.

АМИЧ (*армянская кухня*). 1 курица или индейка (весом около 1,5—2 кг), $\frac{1}{2}$ стакана риса, $\frac{1}{2}$ стакана очищенного миндаля или ядер косточек абрикосов, $\frac{1}{4}$ стакана кураги, $\frac{1}{4}$ стакана изюма, 5—6 фиников, 1 ст. л. базилика, 4 бутона гвоздики, 1 ч. л. корицы (полная), 75 г топленого масла.

Рис отварить до полуготовности, слегка обжарить на масле, добавить 1 столовую ложку масла кусочком, хорошо посолить. Сухофрукты и орехи обжарить на масле в течение 5 мин.

Перемешать рис и обжаренные сухофрукты, добавить молотые пряности и полученным фаршем наполнить курицу; зашить ее.

Обжарить курицу вначале слегка на сковороде до легкого подрумянивания, затем смазать маслом, поместить в духовку в глубокой сковороде и, долив $\frac{1}{2}$ стакана воды, жарить ее около 30—40 мин на умеренном или медленном огне, периодически поливая соком, до готовности.

КЕБАБ ИЗ ПЕРЕПЕЛОК ИЛИ КУРОПАТОК (*узбекская кухня*).
Перепела или куропатки, 50 г масла, 5 г молотого черного перца,
мука, ажгон.

Выпотрошенных перепелов или куропаток на 15 мин положить в подсоленную воду, затем снять кожу, обмакнуть их в растопленное сливочное или топленое масло, посыпать молотым ажгоном, черным перцем, обвалить в муке и жарить над углями на шпажках (вертелах) или на проволочной сетке, причем птичек время от времени надо посыпать мукой, особенно когда из них начнет выделяться сок.

Особенностью кебаба из перепелок является то, что его надо готовить на углях из можжевельника, в то время как другие кебабы и особенно кавказские шашлыки готовят исключительно на углях из деревьев листовых пород.

УТКА ПО-АЛМААТИНСКИ (*казахская кухня*). 1 утка (весом около 1 кг), 3 ст. л. масла топленого, 200 г пива жигулевского, 500 г яблок, 3 ст. л. масла сливочного, специи.

Обработанную утку разделяют на порции по $\frac{1}{2}$ куска, солят, посыпают молотым черным перцем, укладывают в кастрюлю, заливают пивом и маринуют в прохладном помещении в течение 8—12 ч. Затем кастрюлю с уткой в маринаде ставят на плиту, дают быстро вскипеть и проваривают при слабом кипении около часа, после чего утку вынимают из маринада и обжаривают с двух сторон до образования румяной корочки, а в духовом шкафу доводят до готовности. Яблоки промывают, разрезают вдоль на 4—6 частей, удаляют сердцевину и припускают на сливочном масле. Утку, приготовленную описанным способом, подают к столу с припущенными яблоками, поливая соком-маринадом, в котором припущалась утка.

2 ВАРИАНТ. 800 г утки, 100 г жира кулинарного, 100 г бульона, 2 ст. л. томата-пюре, 100 г вина красного, 1 луковица, 25 г кинзы или петрушки, 50 г орехов очищенных, перец.

Порционные куски утки слегка обжаривают с солью и перцем. Затем перекалывают в гусятницу, заливают бульоном, в который добавляют сок, оставшийся от жаренья, вливают прокипяченный томат-пюре, 75% вина и тушат в духовом шкафу. Очищенные и нашинкованные морковь и лук обжаривают, закладывают тоже в гусятницу и продолжают все вместе тушить. В конце тушения добавляют остатки вина, нарубленные ядра орехов, нарезанную кинзу или зелень петрушки и тушат до готовности.

Подают в холодном виде, а также как горячее блюдо с картофелем фри, соленьями и маринадами. Это блюдо можно готовить также из гуся или индейки.

КУЫРДАК ИЗ ПТИЦЫ (или кролика) (*казахская кухня*). 750 г курицы или цыпленка (или 680 г индейки или 660 г кролика), 4 луковицы, 150 г жира, 250 г бульона, 340 г риса, 3—4 ст. л. масла сливочного, 250 г помидоров, зелень.

Подготовленную птицу или кролика рубят на куски весом 25—30 г, обжаривают на жире с луком и перцем, затем добавляют бульон и тушат до готовности. В конце тушения заправляют солью и лавровым листом. Подают с рассыпчатой рисовой кашей со сливочным маслом, украшают зеленью и томатами.

КУЫРДАК ИЗ ГУСЯ ИЛИ УТКИ С КАПУСТОЙ (*казахская кухня*) 830 г гуся, (или 770 г утки), 4-5 луковиц, 35 г жира, 250 г бульона, 1300 г капусты свежей (или 1200 г капусты квашеной), 2 огурца, 4-5 помидоров, 25 г хинзы, специи.

Подготовленную утку или гуся рубят на куски весом 25—30 г, обжаривают с луком, затем добавляют бульон. За 25—30 мин до конца тушения кладут капусту и тушат до готовности, заправляют солью и лавровым листом. При подаче украшают зеленью, огурцами или томатами.

КОТЛЕТЫ ДЖЕТЫСУЙСКИЕ (*казахская кухня*). 375 г курицы, 125 г баранины, 5 ст. л. масла сливочного, 1 ст. л. муки, 1,5 яйца для льезона, 60 г сухарей панировочных, 50 г жира, специи; для гарнира: 1 кг картофеля, 3 ст. л. масла, 25 г зелень.

Мякоть курицы с кожей и баранину нарезают на куски и вместе пропускают два раза через мясорубку с мелкой решеткой, солят, тщательно перемешивают и выбивают. Подготовленную массу формируют лепешкой, фаршируют охлажденным сливочным маслом. Затем края лепешки соединяют и придают котлет овальную форму. Котлеты панируют в муке, смачивают в яичном льезоне, панируют в сухарях и обжаривают. Подают котлеты по 2 штуки на порцию с горячим отварным картофелем. Клубни картофеля отбирают средней величины, отваривают целиком в соленой воде. Перед подачей поливают сливочным маслом и посыпают рубленой зеленью.

ФАЗАН ЖАРЕНый С ЯБЛОКАМИ ПО-ЧИМКЕНТСКИ (*казахская кухня*), 3 фазана, 30 г сала курдючного или топленого, 2 ст. л. масла сливочного, 450 г кисло-сладкого соуса, 750 г яблок.

Фазана разделяют так же, как и куропатку, только после ощипывания натирают отрубями и опаливают.

Жарят его в сотейнике с салом курдючным в жарочном шкафу, затем нарезают на куски, заливают кисло-сладким соусом и припускают на слабом огне под крышкой 5—10 мин. Подают на блюде и гарнируют печеными или припущенными яблоками, поливают соусом, полученным от приготовления фазана, и маслом.

ПАЛАУ ИЗ КУРИЦЫ ИЛИ ИНДЕЙКИ (*казахская кухня*). 560 г курицы (или цыплят, или индейки), 200 г сала-сырца или индеек, 2—3 луковицы, 10 г петрушки (корень), 3-4 моркови, 430 г риса, специи.

Мясо кур, цыплят или индеек рубят с костями и обжаривают с луком до готовности. Отдельно в растопленном жире обжаривают шинкованную соломкой морковь, корень петрушки, оставшуюся часть лука, добавляют красный молотый перец, соль заливают бульоном (560 г). После его закипания засыпают промытый рис и варят до исчезновения влаги на медленном огне, затем прокалывают в нескольких местах веселкой и ставят на слабый огонь, плотно прикрыв крышкой. Готовый плов хорошо перемешивают. Подают горкой на блюде, сверху кладут куски жареной птицы.

ЦЫПЛЯТА «Медое» (*казахская кухня*). 1800 г цыплят полупотрошенных, 50 г вина сухого, 75 г масла топленого, 250 г соуса, специи; 130 г гарнира овощного, 50 г джусая; для соуса: 2 дольки чеснока, 90 г орехов, 2,5 ст. л. томата-пюре, 125 г яблок маринованных, перец красный.

У цыпленка отрубают голову, ножки и шею, удаляют желудок, легкое, сердце, зоб, почки, а также жир (крылья остаются при тушке), разрезают вдоль грудинки, отбивают, разделяют на порции, посыпают солью, сбрызгивают вином, жарят в масле топленом под прессом.

ЛАПША КАЗАХСКАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (*казахская кухня*). 560 г курицы (или 520 г индейки, или 575 г утки, или 625 г гуся), 3 луковицы, 2 соленых огурца, 350 г перца сладкого, 75 г сала растительного, 250 г бульона, зелень, специи, масло растительное для смазки.

Подготовленные тушки птицы рубят по 3—4 кусочка на порцию, обжаривают на растительном масле с луком, добавляют очищенные от кожицы и семян, нарезанные ромбиками соленые огурцы, сладкий перец, нашинкованный соломкой, красный молотый перец, подливают бульон и тушат до готовности. В конце тушения добавляют лавровый лист. Подают в глубокой тарелке: кладут лапшу, затем птицу, подливают овощную подливку и украшают зеленью.

Приготовление соуса: толкут чеснок и обжаренные ядра орехов. Маринованные яблоки нарезают мелкими кубиками, разводят прокипяченным томатом-пюре и заправляют перцем и солью.

Подают цыпленка в горячем виде, непосредственно с со сковороды. Оформляют овощами, фруктами или сложным овощным гарниром и посыпают рубленным джусаем или зеленью.

Соус подают отдельно.

2 ВАРИАНТ. 1800 г перепелов или фазанов, 500 г сала курдючного, 550 г картофеля фри, 75 г петрушки (корень), 2 луковицы, 500 г вина сухого, 250 г уксуса 3%-ного, 0,5 г корицы, специи, 1 лавровый листик.

Тщательно обработанные тушки перепелов или фазанов слоем укладывают в кастрюлю, затем слой нашинкованных овощей (морковь, петрушка, лук) и пряностей (корица, лавровый лист), затем опять слой птицы и опять слой оставшихся нашинкованных овощей и пряностей. Все заливают уксусом, вином и ставят в холодное место на 12 ч. Птицу часто перемешивают, чтобы она хорошо пропиталась маринадом. Затем птицу вынимают, укладывают на сито или дуршлаг для стекания маринада и обсушивают салфеткой, после чего натирают солью, молотым черным перцем, обкладывают тонкими ломтиками курдючного сала (400 г) и обвязывают крепкими нитками. Оставшееся курдючное сало распускают на сковороде или противне и обжаривают птицу. В этой же посуде ее тушат на умеренном огне (180°C) с небольшим количеством воды до мягкости. Нитки снимают, тушки рубят по длине на 2 части.

Перепелов или фазанов можно заменить цыплятами.



КУХНЯ И ПОСУДА

Современная кухня полностью соответствует своему назначению — это помещение для приготовления пищи, оснащенное необходимым оборудованием и специальной мебелью. Внешний вид кухни за последнее время претерпел значительные изменения. С улучшением планировки квартир улучшается и планировка кухни, увеличиваются ее размеры, создаются все более благо-

приятные условия для соблюдения в ней безупречной чистоты и порядка — основного требования гигиены питания.

Оснащение и оборудование кухни. Насыщенность кухни оборудованием (лучше всего комплексным) ускоряет и облегчает труд домашних хозяек, делает его комфортабельным.

Современная кухня должна быть оснащена как минимум плитой, мойкой или раковиной, рабочим столом-шкафом, холодильником, шкафами для хранения кухонного инвентаря, утвари и посуды, а также сухих продуктов.

Лучше, если мойка, рабочий стол, плита размещаются в непосредственной близости друг от друга, на равной высоте, составляя одну общую поверхность.

Рациональное размещение кухонного оборудования во многом обеспечивает гигиеничность приготовления пищи, значительно облегчает и ускоряет труд домашней хозяйки.

Мы не в состоянии по собственному желанию расширить площадь кухни в своей квартире, далеко не всегда можем перепланировать ее, но в наших возможностях сделать это помещение более удобным, так расставить мебель и разместить кухонное оборудование, чтобы проще было поддерживать чистоту и порядок.

Кухня в отдельной малогабаритной квартире иногда используется и по своему прямому назначению, и как столовая. Такое совмещение позволяет как бы расширить площадь жилых комнат, освободить их от некоторой мебели (обеденных столов, буфетов или сервантов). Жилые комнаты приобретают в этом случае более привлекательный облик. Существенна также и экономия времени и труда, которая достигается значительным сокращением хождений из кухни в столовую и обратно.

В современном жилом строительстве предпочтение отдается именно кухне-столовой, в которой, помимо указанного выше оборудования, можно разместить обеденный стол и стулья.

В маленьких кухнях целесообразнее всего использовать встроенные столы, а также столы откидные и складывающиеся.

Вместо стульев лучше использовать табуретки, которые можно поставить под стол, освободив пространство. В продажу поступают кухонные табуретки красивой формы и ярких расцветок.

Встроенная кухонная мебель, бесспорно, предпочтительнее всякой другой. Специалисты в этом случае заботятся о компактном и рациональном размещении ее, так как габариты всех предметов соответствуют площади кухни.

В продажу поступают мебельные кухонные гарнитуры и отдельные предметы кухонной мебели. Отечественные наборы кухонной мебели по составу и размерам соответствуют планировкам кухонь типовых квартир, что не всегда можно сказать об импортных гарнитурах. Поэтому перед покупкой нужно точно измерить простенки и, только убедившись, что мебель хорошо разместится, приобрести ее.

Во многих случаях целесообразнее, особенно для маленькой кухни, заказывать мебель в специальных мастерских, а тем, кто хоть в небольшой степени владеет столярным мастерством, изготавливать некоторые предметы самим. Задача состоит в том, чтобы наиболее удобно и экономно использовать не только каждый метр, но и каждый десяток сантиметров площади кухни, учитывая при этом и ее высоту.

Вообще при ограниченной площади кухни необходимо разумно использовать стены, на которых размещают навесные полки или шкафы (последние красивее, удобнее, гигиеничнее). Однако следует помнить, что ни в коем случае нельзя вешать шкаф или деревянную полку над плитой.

Над плитой можно повесить только металлическую полку, на которой хранят металлический кухонный инвентарь.

Очень хорошо установить над плитой воздухоочиститель, предназначенный для очистки воздуха от запахов приготовляемой пищи.

Этот современный прибор прекрасно вписывается в гарнитуры кухонной мебели.

Рациональность конструкции, гармоничность пропорций, ясность и простота формы — все это слагаемые внешней привлекательности кухонной мебели и оборудования. Утилитарность, наиболее полное соответствие своему назначению — решающее условие красоты их.

Гладкие поверхности без всяких украшений, без резьбы, вычурных ручек и т. п. не только приятны глазу, но и гигиеничны. Для покрытия кухонной мебели используется нитроэмаль и полнэфирный лак. Рабочие поверхности крышек шкафов облицовывают пластиком — легкомоющимся прочным материалом. Фурнитура мебели металлическая, хромированная.

В зависимости от площади кухни оборудование устанавливают либо по одной стене, либо вдоль двух смежных стен под углом друг к другу. Менее целесообразно размещение по двум противоположным стенам.

При совмещении кухни со столовой плиту, рабочий стол и мойку следует устанавливать по одной стенке, освобождая противоположную для столовой и для холодильника.

Раковины или чугунные эмалированные мойки с одной чашей устанавливают в маленьких кухнях. В большой кухне лучше иметь двойную мойку с перегородкой и двумя чашами: в одной посуду промывают, в другой споласкивают.

Мойку желательно дополнить навесным шкафом-сушилкой, в который ставят вымытую посуду, или в крайнем случае металлической сушилкой.

Удобным устройством является шкаф, оборудованный под мойкой. В одном отделении этого шкафа можно хранить ведро для пищевых отходов, во втором — приспособления и средства для уборки помещений.

В шкафу над рабочим столом рекомендуется хранить столовую посуду и сухие продукты; в шкафах рабочего стола — крупную кухонную утварь — мясорубку, картофелечистку, овощерезку, кастрюли; в ящике этого стола, разделенном четырьмя перегородками, — наборы ножей, вилок, ложек, нож для открывания консервов, штопор и т. п.

Для удобной работы на кухне необходимо рациональное расположение естественного и искусственного освещения.

Хорошо, если рабочий стол хозяйки освещен из окна с левой стороны или спереди. Так же рекомендуется освещать его и электрическими лампочками. Свет должен падать на поверхность стола, поэтому наиболее удобны лампочки, защищенные козырьком или абажуром. В последнее время для освещения кухонного стола, мойки, плиты все шире применяются лампы дневного света: они прочнее и расходуют энергии в четыре раза меньше, чем обычные лампы.

Второй источник света целесообразно помещать у обеденного стола. Однако его не следует освещать люминесцентными лампами — они придадут продуктам и готовым блюдам бледный, весьма неаппетитный вид. Здесь можно применить светильник с абажуром, спущенный с потолка, либо бра, если стол стоит вплотную к стене.

Современная кухня оснащена электрическими приборами и механизмами, поэтому в ней необходимы, по крайней мере, 2 розетки.

Уборка кухни. Помещение кухни нужно ежедневно тщательно убирать: мыть пол и плиту, кафель у плиты и мойки, чистить конфорки и устройства под конфорками, мыть горячей водой рабочий стол и мойку. Ежедневно выносить ведро с остатками пищи и мусора, в летние месяцы даже два раза в день. Ведро для мусора моют специальной щеткой горячей водой с мылом.

Генеральную уборку кухни желательно проводить два раза в месяц. При такой уборке обметают чистой тряпкой, намотанной на щетку с длинной ручкой, стены и потолок, теплой водой моют двери и окна, протирают специальным составом стекла, моют абажуры и лампочки и тщательно чистят и моют плиту внутри и снаружи.

Непроизводительные усилия затрачиваются, если те предметы, которыми приходится пользоваться многократно во время работы, расположены слишком высоко или низко.

Правильное размещение навесных шкафов по высоте стены — существенное условие удобного пользования ими.

Известно, что наиболее удобно, когда верхняя полка шкафа расположена не выше 1,80—1,85 м от пола. Определение высоты зависит от роста хозяйки. Если она может достать с верхней полки нужные ей предметы, не становясь на табурет, следовательно, шкаф висит правильно.

Для работы за столом удобно также, чтобы между поверхностью стола и нижней частью шкафа сохранялось расстояние 0,5 м. Тяжелую и громоздкую кухонную утварь следует разместить на нижних полках.

Все сказанное о рациональном устройстве кухни в отдельных квартирах можно отнести и к кухне коммунальной квартиры. При добрососедских взаимоотношениях многое можно сделать для благоустройства общей кухни. Все или почти все оборудование, пригодное для использования в кухнях отдельных квартир, вполне применимо и здесь.

Немаловажное значение имеет отделка стен и пола кухни.

У мест, где моют посуду, моют и чистят продукты, варят пищу, т. е. у мойки, плиты и рабочего стола, наилучшее покрытие стеноглазурованная плитка. Этот достаточно прочный материал легко мыть и чистить — значит содержать безупречно чистым.

Если мойка, рабочий стол и плита расположены по одной стене, желательно всю стену покрыть такой плиткой, а противоположную, где размещается уголок столовой, окрасить доверху (или высотой до 2 м) масляной или эмалевой краской светлых оттенков.

Наилучшее покрытие для пола кухни — линолеум или пластик светлых расцветок.

Всю утварь и посуду во время генеральной уборки нужно вынуть из шкафов, протереть внутреннюю часть шкафов влажной, а затем сухой тканью, разместить все вещи по местам, а затем промыть теплой водой наружную поверхность шкафов и тщательно вытереть. Глазурованную плитку во время генеральной уборки моют горячей водой с содой.

Стены, покрытые краской, моют не реже 1—2 раз в год теплой водой с мылом.

Помещение кухни должно хорошо проветриваться. В летние месяцы для защиты от пыли и мух можно применять металлические сетки или рамы с натянутой на них марлей. Сетки по мере загрязнения чистят щеткой, а марлю стирают.

Безукоризненная чистота в кухне — неременная гарантия от домашних насекомых и вредителей. Борьба с этими переносчиками многих заразных болезней, не допускать их проникновения в жилище — одно из первых требований санитарии.

В продаже имеются также химические препараты для борьбы с паразитами. На этикетках обычно есть указание о том, как их применять. Лучше всего обращаться к помощи специальных дезбюро, которые наиболее эффективно уничтожают тараканов, мух и грызунов.

Кухонные ручные и электромеханические приборы. Каждому понятно, насколько облегчает и ускоряет труд удобный, как говорят, подручный инструмент, насколько такой инструмент и приспособления улучшают качество работы.

Трудоемкими операциями в кулинарии являются очистка и измельчение овощей, проворачивание мяса или рыбы через мясорубку, выжимание соков, размол до порошкообразного состояния кофе, перца и других продуктов, измельчение сухарей, взбивание сливок, яиц, майонезов, замешивание теста. И для этих, и для других операций существует множество механизмов: мясорубки, картофелечистки, шинковки, взбивалки, миксеры, соковыжималки, мельницы, терки, ступки и др. Все эти приспособления на много облегчают и ускоряют приготовление пищи.

Без всяких преувеличений можно сказать, что многие операции потребуют 1—3 мин, а то и меньше, если их выполняют современные домашние машины, действующие от переносного электропривода. Например, обычный ручной замес дрожжевого теста займет около 30 мин, а замес 1 кг теста в механической тестомесилке, действующей от электропривода, длится всего 3—4 мин.

Пронзводительность механической мясорубки, присоединенной к электроприводу, 300—400 г мяса в 1 мин. Картофелечистка на этом же приводе очистит 1,5 кг картофеля за 3 мин.

Но даже и ручная картофелечистка К-1 за 3 мин очистит около 800 г картофеля.

Механический смеситель из универсальной кухонной машины (УКМ), предназначенный для взбивания яиц, муссов, для приготовления паштетной массы, кремов, майонезов, для перетирания овощей и других продуктов, проводит свои операции за время от 15 сек до 3 мин. Кофейная электромельница перемелет 30 г кофейных зерен за 1—1/2 мин.

Соковыжималка из УКМ за 1 или 1/2 мин выжмет стакан сока (200 г) из винограда, ягод, апельсинов, лимонов, слив. Но и ручная соковыжималка выжмет сок из 1 кг ягод, помидоров или лимонов за время от 2 до 10 мин, в зависимости от вида плодов или ягод.

Весьма существенно, что такого полного смешения продуктов, полного извлечения соков, такой тонкости размола нельзя достигнуть, если использовать обычные приспособления.

Для получения соков из овощей, фруктов и ягод, а также для резки овощей и фруктов в домашних условиях предназначены отечественные электровыжималки СВ-2 и «Журавинка» (тип СВ-2). Хорошо зарекомендовали себя электромиксер-кофемолка «Армавир» и электромиксер «Метеор» для приготовления коктейлей, фруктовых и овощных пюре, дробления орехов, печенья, сахара и т. д.

Интересной новинкой является электроприбор ЭФ-1 для жарения мясных и рыбных продуктов во фритюре. Он может быть использован как в домашних условиях, так и в походе для одномоментного обжаривания шести порционных кусков мяса или рыбы. Время приготовления порции колеблется в пределах 40 сек — 1,5 мин.

Трудно перечислить все домашние машины, ручные и электрические приборы, инструменты и приспособления, которые намного облегчают и ускоряют труд по приготовлению пищи, и, кроме того, повышают качество кулинарной обработки продуктов. Ассортимент этих машин растет с каждым годом. Можно только посоветовать нашим хозяйкам почаще заглядывать в магазины, торгующие этими товарами, чтобы по возможности полнее оснащать свой труд необходимыми машинами и инструментами.

Кухонная утварь. Ограниченные размеры кухни и шкафов не дают возможности хозяйке иметь в своем распоряжении «батарей» кастрюль и сковородок, да в этом, пожалуй, и нет нужды. Но сокращать количество кухонной посуды до такой степени, что еду приходится все время куда-то перекладывать для того, чтобы освободить кастрюлю, вовсе не разумно.

Ниже приводится примерный набор кухонной утвари (для приготовления пищи и обработки продуктов), без которого трудно обойтись.

Для приготовления пищи:

- Кастрюля эмалированная для варки супов емкостью до 0,5 л
- Кастрюля для приготовления вторых блюд емкостью до 3 л
- Сотейник емкостью 2—3 л (низкая кастрюля из толстого металла)
- Кастрюля эмалированная для варки сладких блюд емкостью 2—3 л
- Кастрюля для кипячения молока
- Кастрюля алюминиевая емкостью 1 л
- Сковорода чугунная большая
- Сковорода среднего размера
- Сковородки маленькие чугунные
- Котелок с решеткой для отваривания рыбы на пару
- Гусятница для обжаривания домашней птицы, дичи, крупных кусков мяса
- Чайник для кипячения воды
- Кофейник
- Противень без бортика для выпечки пирогов
- Противень с бортиком для выпечки пирожков, печенья и т. п.
- Газ для варки варенья

Для обработки продуктов:

- Мясорубка с различными насадками для приготовления теста, шинкования и т. д.
- Шумовка
- Дуршлаг
- Сито волосяное
- Решето

Ситечко анодированное для процеживания бульонов и соусов
Веничек для взбивания сливок, белков и т. п.

Ступка с пестиком

Молоток для отбивания порционных изделий из мяса

Набор терок

Доска большая для теста

Доски деревянные разделочные для мяса, рыбы, овощей

Деревянная толкушка для пюре

Формы для выпечки куличей и пудингов

Формочки-выемки для изделий из теста

Соковыжималка

Мельница для измельчения пряностей и специй

Банки металлические большие для хранения сухих продуктов

Банки металлические для хранения специй и пряностей

Формы для желе и кремов

Весы

Ножи кухонные разных размеров

Консервные ножи

Рыбобочка

Скалка для раскатывания теста

Говоря о кухонной посуде, нельзя не упомянуть о кастрюле-скороварке, заслужившей всеобщее одобрение. Она во много раз экономит время хозяйки и позволяет быстро готовить вкусную разнообразную пищу. В ней можно варить, тушить, готовить на пару пищу, и при этом сохранять витамины, вкус, цвет, аромат продуктов. Мясо, к примеру, в обычной кастрюле варится 60—180 мин, в скороварке 20—30 мин, картофель в обычной кастрюле варится 20—30 мин, в скороварке 5—6 мин. Эта быстрота приготовления объясняется тем, что в скороварке продукты варятся при температуре 117°C и при повышенном давлении. Пользоваться кастрюлей-скороваркой совсем несложно.

Уход за кухонной утварью и посудой. Безупречно чистая кухонная утварь и посуда — первейшее условие, обеспечивающее гигиеничность пищи.

Уход за ними — нелегкая и не очень приятная работа. Копоть, жир, горячая вода портят кожу рук, и поэтому, прежде всего, чтобы иметь возможность тщательно вычистить и вымыть все предметы кухонного инвентаря и посуды, нужно защитить руки от вредного воздействия загрязнений и средств, которые применяются для чистки. Для этого необходимы резиновые перчатки, полностью предохраняющие руки от вредных воздействий. Резиновые перчатки продаются в аптеках и хозяйственных магазинах, где их подбирают по соответствующим размерам.

После работы руки в перчатках тщательно моют водой с мылом, насухо вытирают, снимают перчатки и, чтобы они не склеивались, припудривают их внутреннюю сторону тальком.

Неплохо защищают руки специальные щетки на длинной ручке для чистки и мытья посуды.

Тот, кто откладывает уборку посуды, тратит затем значительно больше труда и времени.

Во всяком случае, если нет возможности вымыть посуду сразу, необходимо щеткой или куском чистой мягкой бумаги удалить все остатки пищи с тарелок, а затем сложить их стопкой и прикрыть полотенцем.

Для мытья кухонной утвари и посуды лучше всего подходит 72%-ное хозяйственное мыло. Выпускается специальное мыло для мытья посуды. Можно пользоваться и другим мылом при условии, что оно не имеет сильного запаха.

Эмалированную посуду моют горячей водой с мылом или пищевой содой. Скоблить ножом или проволочными тампонами эту посуду нельзя. Отскобленный кусочек эмали делает такую посуду непригодной для варки пищи. Поэтому, если пригоревшие остатки пищи не удаляются горячей водой с мылом, в кастрюлю добавляют горсть соли и оставляют на несколько часов.

Эмалированная посуда очень удобна благодаря устойчивости против солей и кислот, входящих в состав пищи. Недостаток ее заключается лишь в том, что при ударах и резких переменах температуры эмаль трескается.

Алюминиевые кастрюли не ржавеют, не боятся резких температурных колебаний, не портятся от соли, соды, кислот. Эти кастрюли можно использовать только для приготовления пищи, но не для хранения ее. В алюминиевой кастрюле не рекомендуется готовить кислые блюда, например щи, борщ, кисель из кислых ягод и фруктов.

Мыть алюминиевую посуду надо горячей водой с мылом или бурой, (1 столовая ложка на литр воды), или питьевой содой (1 чайная ложка на стакан воды). Черный налет, образующийся на внутренних стенках, легко снимается, если протереть их ватой, смоченной в столовом уксусе, а затем промыть горячей водой с мылом. Сильно загрязненные места протирают зубным порошком или пемзой с мылом.

Наждачную бумагу, металлические щетки, сильные щелочи и кислоты для чистки алюминиевых кастрюль применять не следует — они вызывают коррозию металла.

Блеск никелированной посуде придает мел. Внутреннюю сторону протирают смесью уксуса и соли (1 столовая ложка уксуса и 1 чайная ложка соли), а затем посуду моют горячей водой с мылом.

Из соображений экономии иная хозяйка предпочитает сохранить остатки жира на сковородах и моет их не каждый раз после использования. Этого делать нельзя, так как остатки пригоревшей пищи могут испортить другое блюдо во время его приготовления.

Чугунные сковороды перед мытьем нужно вытереть бумагой, а затем промыть горячей водой с мылом. Пригоревшие к сковородке остатки пищи можно оттереть сухой солью.

Керамическую посуду (горшки, миски и т. п.) лучше всего сполоснуть чистой водой. Неглазурованную посуду из глины необходимо просушить.

Очень тщательно следует мыть мясорубку. Все ее части в отдельности моют горячей водой с мылом и ошпаривают кипятком и тщательно сушат. Перед использованием и самую чистую мясорубку рекомендуются сполоснуть горячей водой.

Тарелки и всю столовую посуду освобождают от остатков пищи, промывают горячей водой. Если на посуде остается жир, ее моют с мылом, а затем тщательно споласкивают горячей водой.

Так же моют и чайную посуду. Налет настоя чая или кофе можно удалить, протерев внутреннюю сторону чашек или блюдца мягкой тряпочкой с мелкой солью и уксусом или содой.

Посуду, украшенную золотыми ободками или другими рисунками, не рекомендуется мыть ни мылом, ни содой. Лучше добавить в воду несколько капель нашатырного спирта, а затем тщательно прополоскать посуду в чистой воде.

На дно мойки или газика, в котором моют тонкую стеклянную или хрустальную посуду, нужно положить мягкую чистую ткань или тонкий кусок поролона для того, чтобы предохранить посуду от повреждений. Уксус хорошо очищает стеклянные и хрустальные графинны. Для этого его добавляют в холодную воду.

Хрустальную посуду не следует мыть горячей водой, от которой хрусталь темнеет.

Стаканы хорошо отмываются в теплой воде с солью.

Для мытья бутылок, банок с узким горлом применяют ершик, моют их горячей водой с мылом.

Посуду, в которой стояло тесто, молоко, сырые яйца, селедка, рыба, варенье, прежде всего нужно промыть холодной водой и только после этого горячей.

На помощь домашней хозяйке в ее нелегкой работе все чаще приходит современная химия. Множество моющих средств вырабатывает промышленность для облегчения ухода за кухонными принадлежностями. Однако, используя эти средства, всегда надо строго соблюдать инструкции, которые даются на упаковке.

На мытье посуды у домашней хозяйки уходит очень много времени. Значительно облегчает этот труд посудомоечная машина, в которой одновременно и быстро можно вымыть стаканы, чашки, тарелки, ножи, вилки, ложки.

В сборнике кулинарных рецептов «Блюда из птицы» использованы материалы из периодической печати и следующих книг:

Книга о вкусной и здоровой пище. М., Пищевая промышленность, 1976;

Ковалев Н. И. Русская кулинария. М., Экономика, 1982;

Кулинария. М., Госторгиздат, 1961;

Лемкуль Л. М. Праздничный стол. М., Пищевая промышленность, 1975;

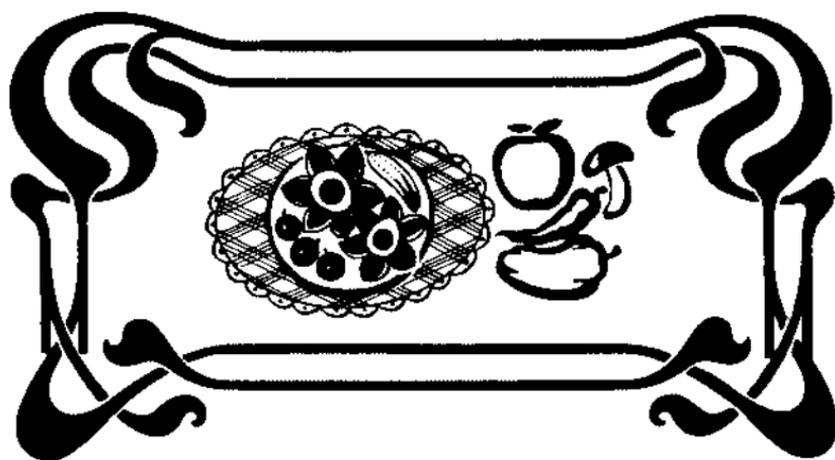
Похлебкин В. В. Национальные кухни наших народов. М., Пищевая промышленность, 1978;

Сарыев И. С., Пески Л. А., Сатинова Н. А., Вильданов Г. Х. Казахская кухня. Алма-Ата, Кайнар, 1981;

Сотиров Н. Современная кухня. М., Пищевая промышленность, 1974;

Приятного аппетита. М., Пищевая промышленность, 1974;

Частный П. М., Частный И. А. Мясо и мясные блюда. Алма-Ата, Кайнар, 1976.



содержание

О чем эта книга	5
Закуски горячие и холодные	9
Соусы к блюдам из птицы	47
Приготовление полуфабрикатов для соусов на мясном бульоне	48
Красные соусы	52
Белые и томатные соусы	58
Холодные соусы	68
Гарниры для блюда из домашней птицы и дичи	80
Первые горячие блюда	95
Прозрачные супы (консоме)	96
Супы из птицы	101
Супы-пюре	104
Бульоны	108
Лапша	110
Рассольники	111
Домашняя птица и дичь к повседневному и праздничному столу	118
Куры	119
Петухи	136
Цыплята	139
Утки, гуси, индейки	173
Потроха домашней птицы	194
Дичь	196
Кухня народов мира	229

**ЧТО ДОЛЖНА ЗНАТЬ
ХОЗЯЙКА**

Основы рационального питания	38
Основные пищевые вещества	39
Нормы питания	42
Усвояемость пищевых веществ и краткая характеристика пищевых продуктов	43
Режим питания	44
Пищевая ценность блюд	45
Пряности	69
Приправы	76
Готовые соусы	78
Пищевые жиры	86
Растительные масла	88
Маргариновая продукция	91
Жиры животные	93
Домашняя птица и дичь — хранение и переработка	112
Мясо птицы в сыром виде	112
Хранение продуктов животного происхождения	113
Первичная обработка животных продуктов	113
Тепловая обработка пищевых продуктов	114
Птица домашняя и дикая	225
Кухня и посуда	261

Составитель
Суюншалиева Бахытжан Хангалиевна

Блюда из птицы

Ответственная за выпуск
А. Б. Лекерова

Редактор
С. И. Новикова

Художник
А. В. Ефимцев

Художественный редактор
Б. Р. Жапаров

Технический редактор
Т. И. Мозалевская

Корректоры
Н. И. Сергеева, Б. Р. Токтарова

ИБ № 3193

Сдано в набор 27.01.86. Подписано в печать 17.02.88. УГ 18051. Формат 84×108¹/₃₂.
Бумага № 1. Гарнитура литературная. Печать высокая. Усл. печ. л. 14,3. Усл. кр.-отт. 14,91.
Уч.-изд. л. 16,51. Тираж 200 000 экз. (1 завод 60 000 экз.). Заказ 358. Цена 1 р. 60 к.
(с пр. пл.). 1 р. 50 к. (без пр. пл.).

Издательство «Кайнар» Государственного комитета Казахской ССР по делам издательства,
полиграфии и книжной торговли, 480124, г. Алма-Ата, пр. Абая, 143.

Фабрика книги производственного объединения полиграфических предприятий «Кител»
Государственного комитета Казахской ССР по делам издательства, полиграфии и книжной
торговли, 480124, г. Алма-Ата, пр. Гагарина, 93.

1 p. 50 к.



Scan: Gencik

library

<http://larec.songkino.ru>

<http://laretz-kulinarniy.narod.ru/>