ЭНЦИКЛОПЕДИЯ СУПОВ

Всё о секретах приготовления

РИПОЛ КЛАССИК

Энциклопедия супов. Всё о секретах приготовления

«РИПОЛ Классик»

2012

Энциклопедия супов. Всё о секретах приготовления / «РИПОЛ Классик», 2012

В каждой семье, у каждой хозяйки есть свой неповторимый рецепт борща. Не устали от такого однообразия? Вы знаете, например, что борщи могут быть не только мясные, но и рыбные, грибные, фасолевые, с кислой или свежей капустой, с яблоками, с геркулесом. Кроме того, их готовят из копченого мяса или сала, потрохов и т. д. Также разнообразны и рецепты щей, солянок, бульонов и супов-пюре. Рецепты супов на любой вкус вы найдете на страницах этой книги. Порадуйте себя и своих близких новыми блюдами и откройте для себя заново давно знакомые блюда!

, 2012
© РИПОЛ Классик, 2012

Содержание

Предисловие 5
Бульон-основа 7
Мясной бульон-основа 8
Мясной бульон-основа быстрого приготовления 9
Рыбный бульон-основа 10
Бульон рыбный с рыбными галушками (украинская кухня) 11
Грибной бульон-основа 12
Овощной бульон-основа 13
Куриный бульон-основа 14
Прозрачный мясной бульон с оттяжкой 15
Бульон красный (армянская кухня) 16
Бульон по-флорентийски (итальянская кухня) 17
Бульон с овощами по-парижски (французская кухня) 18
Бульон с рисовыми клецками (чешская кухня) 19
Бульон с яичными белками (итальянская кухня) 20
Бульон с творожным гарниром 21
Бульон желтый (азербайджанская кухня) 22
Бульон с гранатовым соком (азербайджанская кухня) 23
Бульон ассорти с имбирем (китайская кухня) 24
Бульон с колдунами и ушками (белорусская кухня) 25
Сорпа (бульон) (белорусская кухня) 26
Вареные сочни с мясом и бульоном (казахская кухня) 27
Кульчетай (мясо с бульоном) (киргизская кухня) 28
Щи с квашеной капустой и бобами (эстонская кухня) 29
Бульон с фрикадельками (эстонская кухня) 30
Бульон с салмой (домашней лапшой) (татарская кухня) 31
Салма (татарская кухня) 32
Бульон с манными клецками 33
Бульон с омлетом 34
Бульон с маленькими булочками 35
Бульон с кундюбками и куриным мясом 36
Бульон с овощами 37
Бульон с отварным рисом 38
Бульон с запеченным рисом 39
Бульон с рисом и овощами 40
Конец ознакомительного фрагмента. 41

Составитель Кашин Сергей Павлович Энциклопедия супов. Всё о секретах приготовления

Предисловие

В процессе приготовления первых блюд используются самые разные продукты: мясо, рыба, грибы, овощи, макаронные изделия, бобовые, крупы и т. д. Создавая своего рода пищевую композицию, продукты эти снабжают организм человека всем необходимым для жизнедеятельности – белками, углеводами, минеральными веществами, витаминами. Очень важно и то, что в процессе приготовления супов питательные вещества не теряются, а переходят в бульон. Иначе обстоит дело с приготовлением целого ряда вторых блюд, когда отвар, в котором варился, например, картофель, попросту выливается.

Готовят первые блюда на бульонах из мяса, рыбы, грибов или отварах овощей, фруктов и ягод. При приготовлении первых блюд используются также молоко, квас, рассол.

В зависимости от способа обработки и приготовления продуктов супы делятся на прозрачные, заправочные и супы-пюре. Также супы могут быть горячими или холодными.

Гарниры для прозрачных супов готовятся отдельно. Продукты тушатся или варятся в особой посуде, непосредственно перед подачей супа на стол их кладут в порционные тарелки и заливают прозрачным бульоном.

К заправочным супам относятся похлебки, рассольники, борщи, щи, уха, солянка и т. д. Готовят такие супы с крупами, овощами, бобовыми, макаронными и другими мучными изделиями. Добавочные продукты (морковь, лук, коренья, зелень и т. п.) опускают в бульон свежими, вареными, тушеными или обжаренными.

Продукты, из которых готовят супы-пюре, сначала отваривают, затем протирают и заливают заранее приготовленным бульоном или отваром, в котором они варились. Добавляют муку, масло, иногда вводят разнообразные заправки. После этого суп-пюре доводят до кипения или нагревают. Из всех трех видов первых блюд наибольшей популярностью пользуются заправочные супы, весьма разнообразные по ассортименту. Любой суп, от самого простого, с небольшим количеством ингредиентов, до самого сложного, с экзотическим набором продуктов, может быть очень вкусным и питательным, если при его приготовлении соблюдать все правила.

Большинство супов можно сварить заранее (исключение – рыбные супы). Вкус мясных супов, настоявшихся в течение некоторого времени, только улучшается. В большей мере это относится к борщам.

Перед подачей на стол любой суп нужно довести до сильного кипения.

Рецептура многих первых блюд требует так называемого загущивания. Это увеличивает объем блюда и его питательность. Чтобы загустить суп, можно добавить в него немного муки в начале приготовления, до того как будет влит бульон. Но можно загустить суп и в конце приготовления, если перед подачей на стол ввести в него смесь из муки и сливочного масла. Если суп получился слишком жидким, нетрудно исправить это, добавив в него небольшое количество картофельного пюре или молотого риса. Загустить первое блюдо можно и с помощью выпаривания лишней жидкости, в этом случае суп нужно варить с открытой крышкой.

Впрочем, иногда суп получается слишком густым, и тогда можно разбавить его, влив немного бульона, овощного отвара, томатного сока, сливок, молока в зависимости от рецептуры.

Соблюдения особых правил требует приготовление супов-пюре, которые должны быть однородными по консистенции. Чтобы добиться получения густой однородной массы, можно воспользоваться мясорубкой, овощерезкой или протереть вареные продукты через сито. С этой же целью применяются миксер, блендер, кухонный комбайн. В последнем случае суп, предназначенный для переработки в пюре, должен немного остыть: пар от горячего супа может сорвать крышку комбайна и обжечь руки.

Незатейливый суп с самым простым набором продуктов будет вкуснее, если добавить в него сметану, сливки, йогурт, свежую измельченную зелень, мелко нарезанные овощи и специи, особенно паприку. Улучшить вкус и повысить питательность супа помогут маленькие сухарики (кусочки хлеба, подсушенные на сухой сковороде, в духовке или микроволновой печи) или гренки (ломтики хлеба, обжаренные на сливочном или растительном масле). Гренки или сухарики кладутся на дно тарелки и заливаются супом. Такой способ улучшения вкуса первых блюд наши предки применяли еще во времена Средневековья.

Супы можно сделать более густыми и питательными с помощью клецек, которые готовятся из муки (пшеничной, кукурузной, овсяной), манной крупы или картофельного пюре со сливочным маслом с добавлением молока, яиц, зелени, специй. Клецки опускают в несильно кипящий суп и варят под крышкой до готовности. Приготовление вкусного супа своего рода искусство, и эта книга поможет овладеть им и развить его. В книге собраны рецепты первых блюд национальной кухни на любой, даже самый взыскательный, вкус. Вы узнаете, как правильно готовить бульоны, какие продукты выбирать для заправки и как их подготовить, какие кулинарные хитрости и секреты нужно применить, чтобы суп получился вкусным и ароматным. В каждой главе есть раздел, посвященный пока еще необычным для большинства из нас первым блюдам с экзотическими дарами моря. Сварив такой суп, вы приятно удивите и порадуете своих близких.

Рецепты, советы и рекомендации, представленные в этой книге, помогут вам сделать свой стол более разнообразным и полезным для здоровья.

Бульон-основа

Бульоны, без которых трудно себе представить традиционный украинский борщ или обычную куриную лапшу, пришли к нам из французской и немецкой кухни. Бульон – это навар, который образуется в результате варки мяса, птицы, рыбы, грибов или овощей. Бульоны имеют разную концентрацию, крепость, что зависит от соотношения воды и продукта, который в ней варится, а также от количества варок. Так, в готовом бульоне можно отварить еще рыбу или овощи, что повысит его концентрацию.

Бульоны употребляются как самостоятельные блюда (прозрачные супы), так и в качестве основ для приготовления других кушаний (заправочных и пюреобразных супов, вторых блюд, закусок, соусов и т. д.). Если бульон используется как самостоятельное блюдо, его процеживают или осветляют специальными оттяжками, а иногда подкрашивают естественными красителями. Существуют бульоны белые (светлые) и коричневые (красные); последние варятся из предварительно обжаренных ингредиентов.

Чтобы усилить сытность бульона, который используется в качестве самостоятельного блюда, к нему подают различные добавки: пирожки, сухарики, булочки и т. д.

Большинство заправочных супов готовится на различных бульонах (мясном, костном, грибном, рыбном, овощном). Вкус супа во многом зависит от вкуса и качества бульона, на котором он приготовлен, поэтому так важно уметь варить бульоны правильно.

Бульоны не слишком калорийны, зато обладают отличными вкусовыми свойствами. Содержащиеся в них экстрактивные вещества возбуждают аппетит и улучшают пищеварение, благодаря этому свойству бульоны издавна входили в рацион людей, восстанавливающих свои силы после болезней.

Аромат, качество и вкусовые свойства бульона зависят от количества входящих в него экстрактивных и ароматических веществ, а также белка, жира и минеральных веществ.

Бульон-основа едва ли не самый важный компонент первого блюда. На таких бульонах готовят заправочные, прозрачные и пюреобразные супы. Продукты, включаемые в состав заправочных супов, варят в бульоне, на котором готовится суп. Чаще всего для заправочных супов используют костные бульоны: содержащиеся в составе супа овощи и иные продукты хорошо насыщают бульон питательными и вкусовыми веществами.

Продукты для прозрачных супов готовятся отдельно, их кладут в тарелки перед подачей на стол, поэтому бульоны, составляющие основную часть прозрачных супов, делают более крепкими и насыщенными, чем бульоны для заправочных супов.

В кулинарной практике в основном готовят мясной бульон (костный – из мясных костей, мясной – из костей и мяса), рыбный (из голов, костей, кожи, плавников или обработанной рыбы) и грибной бульон (из сушеных грибов). Кроме того, супы можно готовить на овощных бульонах. Такие бульоны (отвары) очень питательны и легко усваиваются, поэтому их часто используют для диетического питания.

Бульон из костей делают в том случае, когда из мяса нужно приготовить второе блюдо, например котлеты или гуляш. Чтобы кости быстрее разваривались, их нужно разрубить. По своим питательным и вкусовым свойствам бульон из костей уступает мясному, так как в костях отсутствуют экстрактивные вещества и при варке в жидкость переходят в основном клеевые вещества и жир. Именно поэтому бульон из костей рекомендуют применять в основном для картофельных супов. Можно использовать говяжьи, телячьи, бараньи, свиные, куриные кости. Говяжьи и бараньи кости нужно варить 4,5–5 часов, телячьи, куриные и свиные – от 2 до 4 часов. Варится бульон из костей практически так же, как и мясной бульон.

Мясной бульон-основа

Ингредиенты

3,5 кг мозговых говяжьих костей, 2,5 кг говяжьей рульки, 4 морковки, 500 г репчатого лука, 6 черешков сельдерея, 2 стебля лука-порея, 1 головка чеснока, 1 веточка тимьяна, 2 лавровых листа, зелень петрушки, 20 шт. черного перца горошком, 6 шт. душистого перца горошком, 5 л воды

Способ приготовления

Кости нарубить, мясо нарезать кубиками. Морковь, сельдерей, лук-порей помыть, очистить и нарезать ломтиками, репчатый лук и чеснок помыть, не очищая.

Говяжьи кости и лук уложить на противень и поместить в разогретую до 220 °С духовку на 1,5 часа. Затем переложить лук и кости в кастрюлю с водой (4,5 л) и добавить мясо. Поставить кастрюлю на огонь, довести до кипения, влить еще 200 мл воды, убавить огонь и снять пену.

Снять жир с противня, добавить к нему 200 мл воды, поместить в небольшую емкость, поставить на огонь и довести до кипения, непрерывно помешивая. Дать покипеть 3 минуты и снять с огня, процедить и влить в кастрюлю с бульоном. Опустить туда же остальные ингредиенты, прикрыть неплотно крышкой и варить на небольшом огне 5 часов 30 минут, не забывая снимать с поверхности бульона пену.

Готовый бульон процедить в другую посуду через дуршлаг, накрытый влажной марлей. Накрыть емкость с бульоном чистой полотняной салфеткой и оставить на 2 часа, затем убрать в холодильник. Когда бульон охладится, снять с его поверхности жир.

Хранить мясной бульон-основу следует 3 суток, при более длительном хранении разлить по отдельным емкостям и поставить на заморозку.

Рецепт рассчитан на приготовление 3,5 л бульона.

Мясной бульон-основа быстрого приготовления

Ингредиенты

500 г говядины (мясо на кости), 1 морковка, 1 корень петрушки или сельдерея, 1 луковица, 2 л воды

Способ приготовления

Мясо промыть, мякоть срезать и измельчить с помощью мясорубки. Кости разрубить. Все опустить в кастрюлю, залить холодной водой и оставить на 30 минут. Затем поставить варить в этой же воде. Добавить очищенные и разрезанные коренья и лук, часть из них предварительно слегка обжарить на сухой сковороде (для придания бульону аромата и золотистого цвета). Через 20 минут после начала варки посолить бульон.

Варить на слабом огне 40 минут, затем процедить. Бульон использовать в качестве основы для супов, мясо – в качестве начинки для пирожков или приготовления запеканки.

Рыбный бульон-основа

Ингредиенты

1 кг белой рыбы (хребты, кости, плавники, кожа, головы с удаленными жабрами), 1 луковица, 1 стебель лука-порея (белая часть), 2 черешка сельдерея, зелень укропа, зелень петрушки, 12 шт. черного перца горошком, 1 лист лавровый, 200 мл вина сухого белого, 1,5 л воды, соль по вкусу

Способ приготовления

Рыбные обрезки тщательно промыть, сельдерей и репчатый лук нарезать ломтиками. Все ингредиенты, включая специи и вино, соединить в кастрюле, поставить на огонь и довести до кипения.

Затем убавить огонь, снять пену и варить на медленном огне в течение 30 минут под неплотно закрытой крышкой.

Совет

Самый вкусный бульон получается из судака, окуней, ершей, а также рыбы осетровых пород. Рыбный бульон можно варить не только из отходов, но и из мелкой рыбы или крупной, разрубленной на куски. В таком случае куски рыбы нужно вынуть из бульона через 25 минут, а отходы варить еще 15–20 минут.

Готовый бульон процедить и остудить. Хранить в холодильнике не более суток. Если бульон не удалось использовать сразу, разлить его по емкостям и заморозить.

Рецепт рассчитан на приготовление 1,5 л рыбного бульона.

Бульон рыбный с рыбными галушками (украинская кухня)

Ингредиенты

300 г рыбы, 4 яйца, 2 луковицы, по 1 столовой ложке муки и сливочного масла, 0,5 чайной ложки черного перца, чайная ложка 3 %-ного уксуса, сода на кончике ножа, соль по вкусу

Способ приготовления

Рыбу выпотрошить, промыть и сварить в 1–2 л подсоленной воды. Вынув ее из бульона, остудить, очистить от костей, а потом пропустить филе через мясорубку. Лук очистить, мелко нарезать и обжарить в сливочном масле. Добавить в рыбную массу лук, перец, яйца, муку и гашенную 3 %-ным уксусом соду. Тесто вымешивать, пока оно не приобретет консистенции очень густой сметаны. Набирать галушки мокрой чайной ложкой и по одной опускать в кипящий бульон. Когда они всплывут, накрыть кастрюлю крышкой, оставить на 5 минут покипеть и снять с огня. Это простое малокалорийное, хотя и сытное блюдо не требует ни специй, ни столь популярной в Украине сметаны.

Грибной бульон-основа

Ингредиенты

50 г белых сухих грибов, 1 луковица, 2–3 л воды, соль по вкусу

Способ приготовления

Грибы перебрать и хорошо промыть, затем поместить в холодную воду и оставить для замачивания на 3–4 часа.

Откинуть грибы на дуршлаг, еще раз промыть их. Воде, в которой грибы замачивались, дать отстояться, чтобы осел песок и мусор, затем процедить. В эту воду опустить грибы, разрезанную на две части луковицу, посолить и поставить на огонь. Варить 1,5–2 часа.

Готовый бульон процедить, а грибы промыть холодной водой и нашинковать. Можно положить их в суп, приготовленный на грибном бульоне, или использовать для приготовления вторых блюд или соусов.

Овощной бульон-основа

Ингредиенты

450 г брюквы, 450 г моркови, 450 г репчатого лука, 450 г лука-порея, 1 головка чеснока, 1 веточка любистка, 1 веточка тимьяна, зелень петрушки, 2 лавровых листа, 24 шт. черного перца горошком, 4 л воды, соль по вкусу

Способ приготовления

Брюкву, морковь и репчатый лук нарезать кружочками, лук-порей – ломтиками, головку чеснока тщательно помыть, не очищая. Все ингредиенты, включая специи и пряную зелень, поместить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь и довести до кипения. Убавить огонь и варить в течение 3,5–4 часов под неплотно закрытой крышкой.

Процедить и охладить. При необходимости овощной бульон можно хранить в холодильнике до 5 дней. При более длительном хранении его следует заморозить.

Рецепт рассчитан на приготовление 2,5 л бульона.

Куриный бульон-основа

Ингредиенты

3 кг курицы для варки (можно также взять куриные потроха, за исключением печени, крылышки и ножки), 350 г моркови, 350 г репчатого лука, 1 стебель лука-порея, 1 головка чеснока, 4 черешка сельдерея, 1 веточка любистка, 1 веточка тимьяна, 2 лавровых листа, 2 веточки майорана (или душицы), 3 гвоздички, 20 шт. черного перца горошком, 0,5 ч. л. ореха мускатного

Способ приготовления

Курицу промыть и нарезать, репчатый лук очистить и разрезать на четыре части, морковь, сельдерей, лук-порей нарезать ломтиками, чеснок помыть, не очищая. Поместить курицу в кастрюлю и залить ее водой (150 мл воды оставить). Поставить на огонь, довести до кипения, влить остаток воды, уменьшить огонь, снять пену. После этого опустить в кастрюлю остальные ингредиенты и варить на маленьком огне в течение 4 часов, не забывая снимать пену.

Готовый бульон процедить и охладить. Хранить в холодильнике 3 суток; при более длительном хранении заморозить.

Рецепт рассчитан на приготовление 3,5 л бульона.

Прозрачный мясной бульон с оттяжкой

Ингредиенты

500 г говядины 1-го сорта, 1 морковка, 1 корень петрушки или сельдерея, 1 луковица, 1,5–2 л воды, соль по вкусу

Для оттяжки

300 г мяса сырого без жира, 1 яйцо (белок)

Способ приготовления

Мясо промыть и поместить в кастрюлю, залить холодной водой, накрыть крышкой и поставить на огонь. Довести до кипения, убавить огонь и снять пену. Варить 1–1,5 часа, затем опустить в кастрюлю половину очищенных и крупно нарезанных лука и кореньев, вторую половину нашинковать и обжарить с одной стороны на сковороде без масла, после чего также опустить в бульон и посолить его. Обжаренные коренья придадут бульону красивый золотистый цвет.

Совет

Бульон следует процеживать через сырую полотняную салфетку, которую стирают без мыла. Чтобы салфетка была идеально чистой, ее нужно хорошенько прокипятить в воде с добавлением пищевой соды.

Общая продолжительность варки бульона – 2–2,5 часа. Готовое мясо нужно вынуть из бульона и использовать для вторых блюд. Бульону дать отстояться, снять с его поверхности жир и процедить через частое сито или салфетку.

Чтобы бульон стал более концентрированным и совершенно прозрачным, нужно провести оттягивание (осветление). Для оттяжки пропустить через мясорубку сырое мясо, поместить фарш в отдельную посуду, добавить яичный белок и 200 мл бульона и оставить на 20–30 минут, после чего влить эту смесь в кастрюлю с бульоном. Накрыть крышкой, поставить на маленький огонь и варить еще 30–40 минут. После того как оттяжка свернется и опустится на дно, бульон следует осторожно процедить.

Если бульон готовится из курицы, оттяжку делают из куриного мяса, для осветления бульона из дичи берется мясо дичи. Прозрачный мясной бульон подают с гренками, пирожками, кукурузными хлопьями и другими гарнирами.

Бульон красный (армянская кухня)

Ингредиенты

400 г говядины (лучше мякоть задней ноги), 1 луковица, 1 морковка, 1 стебель лука-порея, 2 зубчика чеснока, 1 корень петрушки, 1 ст. л. топленого масла, 2 л воды, соль по вкусу

Способ приготовления

Срезать мясо с костей, тщательно промыть и нарезать маленькими кусочками (весом примерно до 50 г). Кости разрубить на небольшие куски, положить на противень и поместить в духовку для запекания. Периодически помешивать, чтобы кости прожарились равномерно. Репчатый лук очистить, нарезать кружками и обжарить в разогретом топленом масле до золотистого цвета. Все остальные овощи очистить и мелко нарезать.

Когда кости в духовке приобретут коричневатый оттенок, поместить их в кастрюлю, добавить мясо и овощи, посолить. Поставить кастрюлю на огонь, довести воду до кипения, уменьшить огонь и снять пену. Варить на медленном огне до полной готовности мяса. Затем огонь отключить, мясо вынуть из кастрюли, бульон процедить.

Бульон по-флорентийски (итальянская кухня)

Ингредиенты

1000 мл крепкого прозрачного мясного бульона, 3 яйца, 1 пучок шпината, 30 г сливочного масла, 2 ст. л. тертого сыра, щепотка соли

Способ приготовления

Яйца посолить и взбить, добавить мелко нарезанный шпинат и тертый сыр. Эту смесь обжарить на сливочном масле. Получившийся омлет нарезать кусочками и положить в порционные тарелки, затем залить горячим бульоном.

Подавать на стол, посыпав тертым сыром.

Совет

Влажный шпинат очень быстро портится, поэтому мыть его нужно непосредственно перед приготовлением. Если шпината нет в наличии, а по рецепту он требуется, можно заменить его щавелем, сбрызнутым лимонным соком.

Бульон с овощами по-парижски (французская кухня)

Ингредиенты

1,6 л прозрачного бульона из курицы, 200 г цветной капусты, 80 г моркови, 90 г зеленой стручковой фасоли, 100 г стручков зеленого горошка, 4 яйца, 30 г корня сельдерея

Способ приготовления

Бульон разделить на две части. Морковь, сельдерей, стручки фасоли и стручки горошка нарезать маленькими кубиками, цветную капусту разделить на соцветия. Отварить овощи в одной части бульона. Яйца сварить в мешочек. Положить в порционные тарелки овощи, по одному очищенному от скорлупы яйцу и залить прозрачным бульоном.

Бульон с рисовыми клецками (чешская кухня)

Ингредиенты

1,6 л прозрачного бульона из курицы или говядины, 100 г риса, 150 г сметаны, 50 г сливочного масла, 3 яйца, 300 мл воды, соль по вкусу

Способ приготовления

Рис перебрать, тщательно промыть, сварить на воде рисовую кашу, положить в нее сметану и охладить. Отдельно растереть добела сливочное масло, соединить его с кашей, ввести в массу желтки (по одному), посолить, осторожно ввести в эту смесь хорошо взбитые белки и перемешать все. Эту массу брать чайной ложкой и опускать в кипящий бульон.

Совет

Любую крупу нужно мыть под струей холодной воды. Нельзя замачивать крупу заранее, иначе она утратит свой вкус и аромат.

Бульон с яичными белками (итальянская кухня)

Ингредиенты

1 л прозрачного мясного бульона, 3 яйца (белки), 1 ст. л. муки, 1 ст. л. тертого сыра, 1 ст. л. сливочного масла, 0,25 ч. л. мускатного ореха, соль по вкусу

Способ приготовления

Взбить сырые яичные белки, помешивая, осторожно ввести муку, соль, мускатный орех и тертый сыр. Смазать сливочным маслом сковороду, посыпать ее мукой и выложить на нее массу с яичными белками. Держать на небольшом огне до тех пор, пока масса не затвердеет. После этого снять с огня, охладить и нарезать кубиками. Выложить белковые кубики в порционные тарелки, залить горячим мясным бульоном и оставить на 5 минут, после чего подать на стол.

Бульон с творожным гарниром

Ингредиенты

1 л мясного бульона, 200 г творожной массы, 3 ст. л. тертого сыра, 2 яйца, 0,25 ч. л. мускатного ореха, 1 ст. л. сливочного масла, соль и молотый черный перец по вкусу

Способ приготовления

Отделить от яичных белков желтки. Творожную массу протереть через сито, добавить в нее половину тертого сыра, желтки, соль, перец и мускатный орех, хорошо перемешать, затем ввести в смесь взбитые белки. Выложить массу в квадратные формы, предварительно смазанные сливочным маслом, и поместить на водяную баню на 20–25 минут. Когда масса затвердеет, остудить ее, осторожно вынуть из форм, нарезать кубиками и разложить по тарелкам. Залить горячим бульоном и посыпать оставшимся тертым сыром.

Бульон желтый (азербайджанская кухня)

Ингредиенты

250 г говяжьих или бараньих костей, 1 луковица, 1 морковка, 1 корень петрушки, 1 веточка кинзы, 0,5 г шафрана, 1,5 л воды, соль по вкусу

Способ приготовления

Кости промыть и разрубить, поместить в кастрюлю, залить водой, поставить на огонь и довести до кипения. Затем огонь уменьшить и варить 4,5–5 часов, периодически снимая пену и жир.

Примерно за 1–1,5 часа до конца варки опустить в бульон морковь, репчатый лук, соль, а также корень петрушки.

По окончании варки влить в бульон настой шафрана, который заваривается как обычный чай (на 0,5 г шафрана – 60 мл кипятка).

Бульон подавать в чашках, посыпав мелко нарубленной зеленью кинзы.

Бульон с гранатовым соком (азербайджанская кухня)

Ингредиенты

250 г бараньих костей, 1 морковка, 1 луковица, 1 корень петрушки, 3 веточки кинзы, 50 мл сока гранатового, 1,5 л воды, соль по вкусу

Способ приготовления

Кости промыть и разрубить, поместить в кастрюлю и залить холодной водой. Довести до кипения, затем убавить огонь. Варить 4,5–5 часов, периодически снимая пену и жир. Примерно за 1–1,5 часа до конца приготовления опустить в бульон очищенный репчатый лук, корень петрушки, морковь, посолить. Когда бульон будет готов, влить в него гранатовый сок и процедить.

Разлить по бульонным чашкам и посыпать мелко нарезанной кинзой.

Совет

Прозрачный бульон получится более вкусным, если при варке в него положить кусочек сухого сыра.

Бульон ассорти с имбирем (китайская кухня)

Ингредиенты

1 килограммовая курица, 300 г свиных ребрышек, 450 г мозговых говяжьих костей, 4 луковицы, 50 г корня имбиря, 2,5 л воды, соль по вкусу

Способ приготовления

Со свиных ребрышек удалить жир, с курицы – кожу, говяжьи кости нарубить, костный мозг вынуть. Все тщательно промыть, опустить в кастрюлю и залить холодной водой, посолить. Поставить на сильный огонь, довести до кипения и варить на слабом огне 1,5 часа, периодически снимая пену и жир. В это время лук и корень имбиря очистить. Имбирь нарезать ломтиками и положить его вместе с луком в кастрюлю с бульоном за 30 минут до окончания варки.

Готовый бульон охладить, снять жир, процедить и еще раз прокипятить.

Совет

Куриный бульон получится более красивым на вид, если примерно за 10 минут до окончания варки опустить в него половину свеклы.

Бульон с колдунами и ушками (белорусская кухня)

Ингредиенты Для бульона

500 г мясных костей, 20 г моркови, 20 г корня петрушки, 20 г репчатого лука, перец и соль по вкусу

Для колдунов

250 г муки, 1 яйцо, 180 г говядины, 250 г свинины, 20 г репчатого лука, соль по вкусу

Для ушек

150 г пшеничной муки, 1 яйцо, 60 г кислого молока, 10 г сахара, 10 г жира

Способ приготовления

Из костей и 3 л воды сварить бульон, затем добавить очищенные, вымытые и нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, корень петрушки, посолить, приправить специями и варить до готовности. Бульон процедить. Приготовить колдуны, замесив из муки, соли, перца и яйца тесто, которое можно при необходимости разбавить небольшим количеством воды. Тесто раскатать и нарезать крупными квадратами. Из предварительно промытых говядины и свинины, а также подготовленного репчатого лука сделать фарш, пропустив продукты через мясорубку. Начинить квадраты из теста фаршем и защипнуть, как пельмени. На несколько секунд погрузить колдуны в кипящую воду, чтобы удалить излишек муки, затем переложить в кипящий процеженный бульон. Варить на слабом огне 5–8 минут.

Приготовить ушки, замесив крутое тесто из муки, яйца, кислого молока и сахара. Раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см, разрезать его на ромбики 3 × 4 см. Противоположные концы ромбиков соединить и защипнуть, выложить на противень, смазанный жиром, поставить в разогретый духовой шкаф и запекать до готовности.

Перед подачей к столу положить ушки на пирожковую тарелку, отдельно подать бульон с колдунами.

Сорпа (бульон) (белорусская кухня)

Ингредиенты

500 г говядины (грудинка), 50 г репчатого лука, 40 г моркови, 4–5 горошин черного перца, 2–3 лавровых листа, соль по вкусу

Для баурсака

150 г пшеничной муки, 1 яйцо, 15 г сливочного масла, 8 г сахара, соль по вкусу

Способ приготовления

Говядину промыть, разрубить на куски вместе с косточкой, положить в глиняный горшок, залить водой, посолить и варить на слабом огне до готовности. За 10 минут до окончания варки положить в бульон черный перец горошком, лавровый лист и очищенные, вымытые, мелко нарезанные репчатый лук и морковь.

Из муки, яйца, сахара, соли и небольшого количества воды замесить крутое тесто, раскатать его в пласт, нарезать лапшой, отдельно отварить в кипящей воде, откинуть на дуршлаг, дать воде стечь, затем заправить маслом. Сорпу разлить в пиалы, отдельно подать горячий баурсак.

Вареные сочни с мясом и бульоном (казахская кухня)

Ингредиенты

500 г баранины, говядины или конины (мякоть), 120 г репчатого лука, 200 г пшеничной муки, 1 яйцо, 2 г черного молотого перца, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу

Способ приготовления

Баранину промыть, залить 500 мл воды, отварить на слабом огне до готовности, добавив за 10 минут до окончания варки очищенный, вымытый и мелко нарезанный репчатый лук, перец и соль по вкусу. Затем мясо достать и нарезать тонкими широкими ломтями. Из муки и яйца с добавлением небольшого количества бульона сделать пресное тесто, раскатать его в тонкий пласт, нарезать ромбиками размером 8 × 8 см. Отварить сочни в бульоне. Перед подачей к столу положить на блюдо вареные сочни, на них мясо, посыпать вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки. Отдельно в пиале подать горячий бульон.

Кульчетай (мясо с бульоном) (киргизская кухня)

Ингредиенты

300 г баранины (мякоть), 200 г пшеничной муки, 50 г репчатого лука, 1 яйцо, 1 г черного молотого перца, соль и специи по вкусу

Способ приготовления

Баранину промыть, отварить в 1–1,5 л подсоленной воды, добавив специи по вкусу. Затем мясо достать, нарезать тонкими ломтиками весом по 10–12 г, бульон процедить. Из муки, яйца, соли и небольшого количества воды замесить пресное крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт, нарезать квадратиками и отварить их в бульоне. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать тонкими кольцами и отварить в небольшом количестве жирного бульона с перцем. Перед подачей к столу лапшу смешать с луком, сверху положить мясо, бульон подать отдельно в пиалах.

Щи с квашеной капустой и бобами (эстонская кухня)

Ингредиенты

200 г свинины, 100 г бобов, 100 г квашеной капусты, 70 г ячневой крупы, соль по вкусу

Способ приготовления

Свинину промыть, нарезать небольшими кусочками, выложить в кастрюлю. Добавить промытые бобы, залить 2 л воды, довести до кипения и варить на слабом огне по полуготовности. Добавить квашеную капусту и промытую ячневую крупу, посолить и варить до готовности.

Бульон с фрикадельками (эстонская кухня)

Ингредиенты

1,5–2 л мясного бульона, 500 г свинины, 200 г черствого пшеничного хлеба, 3 яйца, перец и соль по вкусу

Способ приготовления

Хлеб залить небольшим количеством холодной кипяченой воды и оставить на 10 минут. Мясо промыть, пропустить через мясорубку вместе с размоченным хлебом. Добавить яйца, поперчить, посолить и тща

тельно перемешать. Из полученного фарша сформовать небольшие фрикадельки, опустить их в кастрюлю с кипящим бульоном и варить на среднем огне 10 минут. Готовые фрикадельки вынуть шумовкой, разложить по тарелкам и залить бульоном, который предварительно процедить.

Бульон с салмой (домашней лапшой) (татарская кухня)

Ингредиенты

500 мл бульона, 100 г салмы, 40 г репчатого лука, 1 лавровый лист, перец и соль по вкусу

Способ приготовления

В кипящий бульон положить салму, соль, лавровый лист и перец. Когда салма всплывет на поверхность, варить суп еще 2–3 минуты, затем снять с огня. Перед по

дачей к столу посыпать суп вымытым, очищенным и мелко нарезанным репчатым луком.

Салма (татарская кухня)

Ингредиенты

350 г пшеничной (гречневой, чечевичной или гороховой) муки, 120 мл бульона, 2 яйца, соль и специи по вкусу

Способ приготовления

Из муки, яиц, теплого бульона и соли замесить тесто, оставить на несколько минут для расстойки. Затем разрезать тесто на несколько одинаковых кусочков, раскатать их в длину, скрутить из полученных ленточек жгутики толщиной 1–1,5 см. Эти жгутики разрезать на кусочки величиной с кедровый орешек. После этого в каждом кусочке нужно сделать небольшое углубление, выдавливая его пальцем и придавая изделию коническую форму. Готовую салму немного подсушить. Ее можно использовать как самостоятельное блюдо, заправив растопленным маслом или сметаной, или же добавлять в другие кушанья.

Бульон с манными клецками

Ингредиенты

1,4 л мясного бульона, 35 г манной крупы, 1 яйцо, зелень по вкусу, соль по вкусу

Способ приготовления

В манную крупу положить сырое яйцо, посолить и тщательно растереть. Чайной ложкой, смоченной в воде, сформовать из этой массы клецки и опустить в кипящую воду. Варить клецки до тех пор, пока они не всплывут на поверхность. Затем вынуть их из воды шумовкой и разложить по порционным тарелкам. Залить горячим мясным бульоном.

Бульон с клецками подавать посыпанным мелко нарубленной зеленью.

Бульон с омлетом

Ингредиенты

1,5 л прозрачного мясного или куриного бульона, 4 яйца, 200 мл молока, 1 ст. л. сливочного масла, соль по вкусу

Способ приготовления

Яйца взбить, добавить соль. Продолжая взбивать, постепенно влить холодное молоко. Выложить яичную массу в форму, смазанную сливочным маслом, и поставить на большую сковороду с горячей водой. Накрыть форму крышкой и держать на водяной бане до тех пор, пока омлет не станет густым.

Готовый омлет слегка охладить, нарезать, положить на тарелки и залить бульоном.

Бульон с маленькими булочками

Ингредиенты

2 л прозрачного мясного или куриного бульона, 100 г муки, 3 ст. л. сливочного масла, 2–3 яйца, 100 мл воды, соль по вкусу

Способ приготовления

Маленькие булочки (размером не больше лесного ореха) пекутся из заварного теста. Готовится оно так. Влить в кастрюлю холодную воду, добавить масло, соль и поставить на огонь. Когда эта смесь начнет кипеть, всыпать в кастрюлю муку, перемешать и прогревать 1–2 минуты. Снять с огня и ввести в смесь по одному яйца, хорошо вымешивая тесто, чтобы не осталось комочков.

Чайной ложкой выкладывать тесто в бумажный пакет с трубочкой диаметром 0,5 см и выдавливать его на холодный пирожковый лист, смазанный маслом. Выпекать в духовке 10–15 минут.

Готовые булочки положить в тарелки и залить горячим бульоном. Можно подать булочки отдельно, а бульон налить в чашки.

Бульон с кундюбками и куриным мясом

Ингредиенты

1 кг курицы, 200 г говядины (мякоть), 2 луковицы, 1 морковка, 200 г муки, 1 яйцо, 2 ст. л. топленого масла, 1 ч. л. сухого белого вина, 0,5 г шафрана, 1 лавровый лист, зелень петрушки, соль и перец по вкусу

Способ приготовления

Хорошо промытую курицу поместить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь и довести до кипения. Как только вода закипит, огонь убавить, снять пену, лук (1 шт.) и морковь очистить и помыть, нарезать крупными ломтиками и опустить в бульон. Варить на небольшом огне без крышки до полной готовности куриного мяса.

В вине развести шафран и добавить эту смесь в куриный бульон за 3–4 минуты до конца варки. По окончании варки курицу вынуть и нарезать кусочками, бульон процедить.

Для приготовления кундюбок замесить из пшеничной муки, яйца, воды и соли крутое пресное тесто, накрыть его салфеткой и оставить на 20 минут. В это время приготовить фарш. Пропустить через мясорубку говядину и оставшуюся головку репчатого лука, посолить, поперчить, влить в фарш немного воды, добавить 1 ст. л. топленого масла и взбить полученную массу. Когда тесто отстоится положенное время, раскатать его тонким пластом и нарезать квадратиками размером примерно 10 × 10 см. Уложить на них фарш, соединить углы и защипнуть края – получатся треугольники. Поставить на огонь кастрюлю с водой, посолить, поперчить, добавить лавровый лист. Как только вода закипит, опустить в нее треугольники. Когда кундюбки сварятся, вынуть их шумовкой, дать воде стечь, после чего обжарить их с обеих сторон на сильно разогретой сковороде с оставшимся топленым маслом.

Кусочки отварной курицы положить в порционные тарелки, залить горячим бульоном и посыпать измельченной зеленью петрушки. Кундюбки подать к бульону отдельно.

Бульон с овощами

Ингредиенты

400 мл мясного бульона, 1 помидор, 40 г савойской капусты, 1 морковка, 1 луковица, 1 стебель лука-порея, 1 корень сельдерея, 1 ст. л. сливочного масла, зелень петрушки, 1 лавровый лист, 2 шт. черного перца горошком, 2 гвоздички, соль по вкусу

Способ приготовления

Репчатый лук, лук-порей, морковь, корень сельдерея очистить, помыть и нарезать маленькими кубиками. Савойскую капусту окунуть на 2 минуты в кипяток, затем вынуть и нарезать дольками. Опустить все в сотейник (не перемешивая), добавить соль и влить горячий бульон. Поставить на огонь, накрыть крышкой и довести до кипения, затем положить перец, гвоздику, лавровый лист и на 30 минут поместить в духовку. Помидоры помыть, нарезать дольками и слегка обжарить на сковороде со сливочным маслом на небольшом огне. Готовые тушеные овощи разложить по тарелкам, добавить помидоры и залить все горячим бульоном.

При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Бульон с отварным рисом

Ингредиенты

300 мл мясного бульона, 100 г риса, зелень петрушки, 2 веточки зелени укропа, 200 мл воды, соль по вкусу

Способ приготовления

Рис перебрать, промыть, всыпать в кипящую подсоленную воду и варить до готовности. Выложить рис на тарелки, залить горячим мясным бульоном, посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа.

Бульон с запеченным рисом

Ингредиенты

2 л прозрачного мясного или куриного бульона, 100 г риса, 2 яйца, 2 ст. л. тертого сыра, 1 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. толченых сухарей, соль по вкусу

Способ приготовления

Рис отварить, откинуть на дуршлаг. Когда вода стечет, выложить рис в миску, добавить сырые яйца, масло, половину тертого сыра и посолить. Все тщательно перемешать и выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Выровнять ножом поверхность риса и посыпать оставшейся частью тертого сыра, полить растопленным маслом и поместить в разогретую духовку на 15–20 минут.

Слегка охладить запеченный рис и вынуть его, опрокинув форму на доску. Нарезать кусочками и положить в тарелки. Залить горячим бульоном.

Совет

Чтобы рис получился рассыпчатым, его нужно засыпать в кипящую воду, а потом откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой.

Бульон с рисом и овощами

Ингредиенты

400 мл мясного или куриного бульона, 30 г риса, 20 г зеленой стручковой фасоли, 20 г зеленого горошка, 5 г шпината или зеленого салата, 1 репка, 1 морковка, 1 луковица, зелень петрушки, зелень пастернака, 1 ст. л. сливочного масла, соль по вкусу

Способ приготовления

Стручки фасоли и шпинат нарезать. Морковь, лук, репу очистить, помыть, нарезать мелкими кубиками и обжаривать на сковороде со сливочным маслом в течение 6–7 минут.

Добавить к овощам петрушку и пастернак, залить бульоном и тушить на медленном огне еще 10 минут. Затем добавить фасоль, шпинат и зеленый горошек и оставить на огне еще на 6–7 минут.

В это время рис перебрать, промыть в холодной воде, опустить в кипящую подсоленную воду и отварить.

Готовые тушеные овощи и отварной рис положить в тарелки и залить горячим бульоном.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.