

Любовь Поливалина

**Готовьте мясо  
профессионально**



Любовь Поливалина

**Готовьте мясо профессионально**

«Научная книга»

2013

## **Поливалина Л. А.**

Готовьте мясо профессионально / Л. А. Поливалина — «Научная книга», 2013

Вашему совершенствованию в области кулинарного мастерства должны помогать кулинарные книги, но большинство из них рассчитаны на не слишком опытного кулинара. Что же делать, если вам требуется усовершенствовать ваши умения уже на профессиональной основе? Вам помогут советы лучших специалистов, помещенные в этой книге и посвященные приготовлению блюд из мяса. Множество рецептов блюд, маленькие профессиональные секреты, простое и доступное изложение станут дополнительным подспорьем для вас в постижении кулинарного искусства.

© Поливалина Л. А., 2013

© Научная книга, 2013

# Содержание

Введение	6
Раздел 1	9
Глава 1. Супы, жульены, окрошки	9
Суп «Мясной хаос»	9
Суп «Пикантный жульен»	9
Суп «Красный жульен»	10
Суп «Мужская солидарность»	10
Суп «Секрет бармена»	10
Суп со шпикачкой «Быстрый»	11
Суп «Губернский»	11
Суп «Сицилия»	11
Окрошка «Каникулы в Простоквашино»	11
Окрошка «В жаркий полдень»	12
Суп «Пионерское детство»	12
Суп «Холостяцкий обед»	12
Суп «Русская старина»	12
Жульен «Вкус лета»	12
Жульен «Павлиньи перья»	13
Жульен «Парад планет»	13
Жульен «Синенькие с красненькими»	13
Жульен «Свинина под шубкой»	14
Жульен «Лувр»	14
Жульен «Оранжевое солнце»	14
Глава 2. Антрекоты, шницели, эскалопы	15
Антрекот «Ореховый»	15
Антрекот в «зеленом масле»	15
Антрекот «Пряный»	15
Антрекот «Эх, яблочко!»	15
Антрекот «Толстяк» (с пивным соусом)	16
Антрекот «Печаль Тамерлана»	16
Антрекот «Чародейка» (с соусом из трав)	16
Антрекот «Пизанская башня»	17
Антрекот «В городе Сочи – темные ночи» (с пикантным соусом из слив)	17
Антрекот «Русский» с картофелем и хреном	17
Антрекот «Пикантный»	17
Антрекот «Дорожный»	17
Антрекот «Солнце Италии»	18
Антрекот по-гусарски	18
Антрекот «Боровик»	18
Антрекот «Пир Нептуна»	18
Шницель «Знойная Африка»	19
Шницель «Юная казачка»	19
Шницель «Укропчик»	19
Шницель «Зимняя вишня»	20

Шницель «Снежные вершины» (с гарниром из яиц, тушеных в сметане)	20
Шницель «Три богатыря»	20
Шницель «Дыхание Афин»	20
Шницель «Витамин»	21
Шницель «Пьяный»	21
Шницель для джентльмена	21
Шницель «Шапка Мономаха»	21
Шницель «Сон бюргера»	21
Шницель «Кукареку»	22
Шницель «Да с потрошками!»	22
Шницель «Воскресенье» (под чесночным соусом)	22
Шницель «Белые ночи»	22
Шницель «Сон в летнюю ночь»	23
Шницель «Мечтать не вредно» (с креветками и орехами)	23
Шницель «Огневушка-поскакушка»	23
Шницель «Классика»	24
Шницель под соусом «Карлсон»	24
Шницель для испытателей (с грибами в соусе из йогурта)	24
Шницель «Фэнтези»	24
Эскалоп с гарниром «Огородник»	25
Эскалоп «Ниф-ниф, Нуф-нуф и Наф-наф» (с ветчиной)	25
Эскалоп «Индеец Джо»	25
Эскалоп «Хозяйкина гордость» (с гарниром из спаржи и молодого картофеля под соусом)	26
Конец ознакомительного фрагмента.	27

# Любовь Александровна Поливалина

## Готовьте мясо профессионально

### Введение



Каждый человек является кулинаром, если можно так сказать, по необходимости – он в состоянии состряпать себе несложный ужин, а иногда поразить родных и знакомых собственноручно испеченным тортом, но на этом его познания в области кулинарии и исчерпываются. Кулинаров-профессионалов очень немного, и своими секретами они предпочитают не делиться с непосвященной публикой, дабы не лишать себя того ореола исключительности, который они приобретают в глазах своих менее искушенных в кулинарном деле сограждан. Перед вами – продукт счастливого исключения из этих суровых правил, книга, написанная настоящими профессионалами и посвященная такому сложному, но почетному делу, как приготовление самых разнообразных мясных блюд.

Мясо – говядина, свинина, баранина – один из важнейших продуктов питания, обладающий прекрасными кулинарными качествами. Оно легко комбинируется с различными продуктами – овощами, крупами, макаронными изделиями, приготовляемыми в виде гарниров. Наряду с полноценными белками оно содержит жир и так называемые экстрактивные вещества, которые почти не имеют питательной ценности, но служат сильными возбудителями отделения пищеварительных соков и благодаря этому способствуют лучшему усвоению пищи.

Вес мяса при варке уменьшается в среднем на 40 % преимущественно за счет выделяемой свертывающимися белками воды. Из 1 кг сырого мяса получается около 600 г вареного. Вместе с водой из мяса выделяются экстрактивные вещества, соли и желатин; последний выделяется также из костей и хрящей. Все эти вещества растворяются в воде, в которой варится мясо, и образуют бульон. Жир собирается на поверхности бульона. Питательная ценность мяса при варке практически не уменьшается, так как самая ценная составная часть его – белки – сохраняется в нем почти полностью. Лишь небольшое количество белков переходит в бульон и образует пену.

При жаренье мясо также теряет много воды, выделяющейся главным образом в виде пара; поэтому экстрактивные вещества в большей своей части остаются в мясе. Благодаря наличию в жареном мясе значительного количества экстрактивных веществ и образованию на его поверхности во время жаренья специфической корочки, оно имеет особенно приятный вкус и аромат. Ужаривается мясо на 35–38 %. Это значит, что из 1 кг сырого мяса получается 620–650 г жареного. Сок, образующийся на дне посуды при жаренье мяса, состоит из воды, жира и экстрактивных веществ. Однако только жареньем область пригодности мяса не исчерпывается, а вкусовые качества мяса в процессе варки не уменьшаются, поэтому следует помнить, что мясные продукты для вторых блюд следует варить так, чтобы максимально сохранить их вкусовые качества. Для этого куски мяса нужно залить кипящей водой настолько, чтобы вода только покрывала их.

Лучшее по вкусовым качествам и консистенции отварное мясо получается из оковалка и костреца. Эти части туши варят при пониженной температуре, для чего, как только вода с мясом закипит, уменьшают нагрев и продолжают варку без кипения. Мясо, сваренное таким

образом, получается более сочным и богатым экстрактивными и минеральными веществами. Бульон после варки мясных продуктов может быть использован для приготовления первых блюд и для соусов.

Мясо приготавливается разными способами: варка, жаренье, тушение, приготовление на пару.

При варке мяса белки денатурируются, т. е. теряют свойства растворяться и набухать. Если мясо сварено правильно, улучшается его усвояемость.

В мясе содержатся азотистые экстрактивные вещества, которые способствуют возбуждению секреции желудочного сока. В состав экстрактивных веществ входят и так называемые пуриновые основания. Они стимулируют работу пищеварительных желез, но действуют отягчающе на работу печени, почек, сердца, нервной системы. Чтобы удалить только пуриновые основания, надо нарезать мясо кусками по 100 г и поварить 5–7 мин. При варке таких кусков мяса (по 100 г) до готовности удаляется до 65 % экстрактивных веществ.

Мясо для вторых блюд варится следующим образом: в кипящую воду опустить кусок мяса, так чтобы он оказался покрытым водой, довести до кипения, поварить 15 мин, снять пену, добавить соль, а за 30 мин до готовности положить коренья, лук, морковь. При такой обработке мясо размягчается, что облегчает его пережевывание. Вообще, жесткость мяса зависит от количества соединительной ткани в нем (соединительная ткань состоит из эластина и коллагена). Мясо взрослого животного и птицы содержит больше соединительной ткани, чем мясо молодняка. Такое мясо непригодно для жаренья, его лучше варить или тушить.

Для приготовления таких блюд, как бифштекс, лангет, антрекот, ромштекс, мясо нарезают крупными кусками, а для шашлыков, гуляша, азу, бефстроганова – мелкими. Из мяса толстого и тонкого краев делают антрекоты, нарезаая мясо толщиной кусками 20 мм овальной формы. Бифштекс нарезают из вырезки толщиной 20–30 мм и слегка отбивают. Лангеты нарезают из вырезки толщиной 15–20 мм и слегка отбивают.

Бефстроганов нарезают из вырезки, мякоти толстого и тонкого краев, из мяса верхней и внутренней части задней ноги толщиной до 20 мм и длиной 3–4 см.

Для шашлыка готовят мясо по 30–40 г в куске одинаковой формы из вырезки, толстого и тонкого краев.

Гуляш готовят из мяса любой части туши, кроме голяшек; нарезают кубиками по 30–40 г каждый кусок.

Для азу берут мясо из любой части туши, кроме голяшек, нарезают брусочками по 15–20 г каждый.

Из мякоти шеи, покромки лопатки, обрезков других частей туши готовится мясной фарш. Кушанья, приготовленные из мясного фарша, должны быть проварены или прожарены так, чтобы на изломе не было красного цвета, а сок был бы прозрачным. Хранить фарш из сырого мяса не рекомендуется. Фарш можно приготовить и из вареного мяса.

Используется мясо и домашней птицы (куры, цыплята, утки, гуси, индейки), и кролика. Мясо кролика по своим кулинарным качествам близко к куриному. Цыплят и кроликов обычно варят, тушат, жарят. Домашнюю птицу – гусей, уток, индейку – жарят или тушат. Из мяса старой птицы лучше делать мясной фарш.

Телятина, нежирные баранина и свинина используются для приготовления отбивных котлет, эскалопов и шницелей, гуляша, рагу. С успехом можно использовать и потроха. Для этого желудок следует очистить от его содержимого вместе со слизистой оболочкой; лапки ошпарить и зачистить; голову разрубить, удалить глаза, отрезать гребешок; с сердца снять пленку и обрезать сосуды; с печени очень аккуратно удалить желчный пузырь, не повредив его. Из желудка, шеи, сердца, головы, гребешка и лап можно приготовить рагу, студень. Из печени – паштет. Внутренний жир добавляют в фарш, во вторые блюда.

Чтобы придать сырому мясу больше мягкости и аромата, его предварительно можно замариновать на 2–3 ч, используя уксус или лимонный сок.

Крупный кусок мяса надо жарить не менее 1–2 ч. Мясо, поджаренное мелкими кусками, подается на стол только горячим. Сваренное мясо вынимают из кастрюли и хранят до подачи к столу в небольшом количестве бульона.

Напоследок, перед тем как вы перейдете непосредственно к чтению книги, хочется дать вам еще несколько полезных советов, которые вам обязательно пригодятся, если вы собираетесь иметь дело с мясом (хотя бы в виде бифштекса).

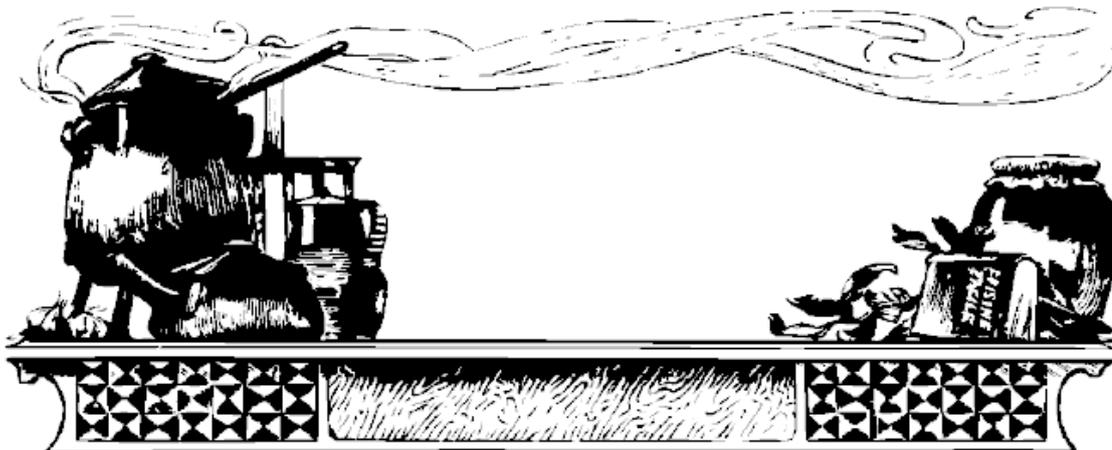
Готовность мяса определяется так: если мясо прокалывается вилкой свободно, а в месте прокола выделяется прозрачный и неокрашенный сок, то мясо готово. Чтобы печень стала вкуснее, надо до жаренья подержать ее в молоке около 3 ч.

После обработки сырого мяса нельзя прикасаться к другим продуктам, пока не вымоете руки. Доску и нож, используемые для разделки мяса, тщательно моют горячей водой.

Перед тем как пользоваться мясорубкой, ее следует обдать кипятком, даже если она совершенно чистая.

Ну, а теперь, когда все формальности соблюдены – в добрый путь. Приятного аппетита!!!

## Раздел 1 ГОВЯДИНА, СВИНИНА, БАРАНИНА



### Глава 1. Супы, жюльены, окрошки

#### Суп «Мясной хаос»

**Требуется:** 250 г говядины, 250 г свинины, 250 г мяса курицы, 2 стебля лука-порея, 6 клубней картофеля, 4 моркови, 250 г репы, 1 пучок зелени петрушки, 3 л воды, 1/3 стакана белого сухого вина, соль по вкусу.

**Способ приготовления.** Возьмите тщательно вымытое мясо, залейте холодной водой и варите его до готовности, снимая жир с поверхности бульона. Готовый бульон процедите через мелкое сито. Мясо, морковь нарежьте тонкой соломкой, лук – мелкими колечками, картофель – крупными кубиками. Подготовленные таким образом продукты уложите в кастрюлю, залейте их закипевшим бульоном и не забудьте посолить. Варите суп в течение 20 мин. Перед подачей на стол добавьте в жюльен белого сухого вина.

#### Суп «Пикантный жюльен»

**Требуется:** 500 г говядины, 500 г вермишели, 4 моркови, 10 клубней картофеля, 6 луковиц, 4 красных болгарских перца, 2 ст. л. муки, 5 ст. л. сливочного масла, 1/2 стакана сметаны, 3 л воды, 1/2 стакана уксуса, соль по вкусу.

**Способ приготовления.** Говядину сварите в подсоленной воде с добавлением уксуса (уксус сделает мясо нежнее и придаст ему неповторимый вкус). Готовое мясо выньте из бульона и нарежьте мелкими кубиками. Бульон процедите через мелкое сито, доведите до кипения и залейте им картофель, нарезанный кружочками, морковь и красный болгарский перец – соломкой, лук – колечками. После того как овощи закипят, посолите бульон и добавьте в него вермишель. Вермишель, чтобы она не склеилась, необходимо время от времени помешивать. За несколько минут до окончания варки добавьте в суп сметану, смешанную с поджаренной на

сливочном (растительном) масле мукой. Суп доварите, непрерывно помешивая, чтобы жюльен и сметанно-мучная смесь стали однородной массой.

Этот жюльен варите 25–30 мин.

### **Суп «Красный жюльен»**

**Требуется:** 1 кг помидоров, 250 г картофеля, 250 г моркови, 250 г репчатого лука, 250 г стеблей лука-порея, 300 г говядины, 2 л воды, 5 ст. л. сливочного (растительного) масла, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.

**Способ приготовления.** Прежде чем использовать для приготовления супа помидоры, их необходимо подготовить следующим образом: каждый вымытый помидор с помощью ложки поместите на 10–15 с в кипящую воду. После такой обработки вам будет легко очистить помидоры от кожицы.

Подготовленные таким образом помидоры мелко нарежьте и потушите на сливочном (растительном) масле в течение 10 мин. Тушеные помидоры протрите через мелкое сито, чтобы очистить их от семян. Из мяса сварите бульон. Мясо выньте и нарежьте тонкой соломкой. Бульон обязательно процедите. Вымытые овощи очистите и нарежьте: лук – колечками, картофель – кружочками, морковь – соломкой. Потушите помидоры и мясо, добавьте картофель, лук, морковь и залейте закипевшим бульоном, посолите и варите около 20 мин до готовности картофеля.

В готовый суп для особой красоты и превосходного вкуса добавьте рубленую зелень петрушки. Поверьте, что это будет выглядеть великолепно: дымящийся ярко-красный жюльен и сочно-зеленая петрушка.

### **Суп «Мужская солидарность»**

**Требуется:** 400–500 г говядины, 200–300 г курицы, 300 г копченой свинины, 10 клубней картофеля, 5 стеблей лука-порея, 3 моркови, 100 г сливочного масла, 1 стакан сметаны, 2 яйца, 2 л воды, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Из говядины и курицы сварите смешанный бульон. Вареное и копченое мясо, лук-порей нарежьте мелкими кусочками. Очищенные и вымытые картофель и морковь пропустите через мясорубку и, смешав с размягченным маслом, потушите около 10–15 мин.

Бульон посолите, поперчите и сварите в нем овощи, протрите полученный бульон через сито. Нарезанное мясо и лук-порей залейте закипевшим бульоном и сметаной, смешанной с яйцами. Суп кипятите около 5–7 мин, непрерывно помешивая. В готовый суп добавьте рубленую зелень петрушки.

### **Суп «Секрет бармена»**

**Требуется:** 1 кочан капусты (1–1,5 кг), 1 кг говядины, 4 моркови, 2 луковицы (лук-порей), 1/2 стакана белого сухого вина, 50 г сливочного масла, 1/3 стакана муки, 1/2 стакана сметаны, 1 яйцо, 2 корня сельдерея, 2 корня петрушки, 2–2,5 л воды, соль по вкусу.

**Способ приготовления.** Сварите бульон из корней и из говядины. Готовый бульон обязательно процедите. Мясо нарежьте маленькими кубиками. Вымытые и очищенные овощи подготовьте следующим образом: капусту нашинкуйте, морковь и лук нарежьте тонкими кру-

жочками. Мясо, морковь и лук потушите на сливочном масле около 10 мин. К потушенным овощам и мясу добавьте нашинкованную капусту, залейте эту массу закипевшим бульоном, посолите.

Варите жюльен 25–30 мин. По окончании варки заправьте суп сметаной, смешанной с мукой, яйцом и белым сухим вином. Суп доведите до кипения, непрерывно помешивая.

### **Суп со шпикачкой «Быстрый»**

**Требуется:** 2 л мясного или грибного бульона, 400 г шпикачки, 4 клубня картофеля, 2 средние луковицы, 1 большая морковь, 100 г вермишели, 50 г сливочного масла, соль, лавровый лист, коренья и зелень.

**Способ приготовления.** Коренья и лук нашинкуйте соломкой, морковь натрите на крупной терке. Все это обжарьте на масле и положите в кипящий бульон. Добавьте картофель и шпикачку, нарезанные кубиками. Через 15 мин засыпьте вермишель, добавьте соль, лавровый лист и варите еще 15 мин. Суп перед подачей посыпьте зеленью.

### **Суп «Губернский»**

**Требуется:** 500–600 г копченых свиных ребрышек, 500 г свежей капусты, 2 луковицы, 7–8 шт. картофеля, 2–3 моркови, 2–3 зубчика чеснока, 70–80 г сметаны или майонеза, соль, перец.

**Способ приготовления.** Залейте холодной водой рубленые свиные ребрышки и поставьте на огонь, доведите до кипения, посолите и положите нашинкованную свежую капусту и нарезанный кубиками картофель. За 15–20 мин до окончания варки обжарьте измельченный лук и тертую морковь, опустите в суп вместе с чесноком, поперчите.

При подаче на стол заправьте суп сметаной или майонезом.

### **Суп «Сицилия»**

**Требуется:** 450–500 г копченой грудинки, 400 г фасоли, 70 г масла, 4–5 клубней картофеля, 2–3 помидора, 2 небольшие луковицы, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Из грудинки сварите крепкий бульон. Фасоль предварительно замочите на 10–12 ч. Картофель и помидоры нарежьте ломтиками, лук мелко нарубите. Нарезанные овощи и фасоль обжарьте несколько минут и добавьте в бульон. Суп варите до размягчения фасоли. Перед подачей на стол его можно украсить зеленью, заправить майонезом или сметаной.

### **Окрошка «Каникулы в Простоквашино»**

**Требуется:** 1 л простокваши, 2 свежих огурца, 3 вареных яйца, 200 г копченой ветчины, 2–3 зубчика чеснока, соль, зелень укропа.

**Способ приготовления.** Взбейте простоквашу, добавьте мелко нарезанные ветчину, яйца, огурцы и толченый чеснок, посолите. При подаче к столу посыпьте рубленой зеленью.

## Окрошка «В жаркий полдень»

**Требуется:** 2 л хлебного кваса, 100 г ветчины, 100 г копченой корейки, 200 г вареной телятины, 3–4 клубня вареного картофеля, 4 свежих огурца, 4 крутых яйца, 150 г сметаны или майонеза, соль, зелень по вкусу.

**Способ приготовления.** Яйца, огурцы, картофель и мясо нарежьте кубиками, посолите, добавьте сметану или майонез и тщательно перемешайте. Полученную массу залейте хлебным квасом. При желании посыпьте окрошку зеленью.

## Суп «Пионерское детство»

**Требуется:** 700 г копченой свиной грудинки, 200 г гороха, 1–2 средних моркови, 2–3 клубня картофеля, 1 луковица, соль, перец.

**Способ приготовления.** Копченую грудинку и горох положите в кастрюлю, залейте холодной водой и поставьте на огонь. Через 20–30 мин добавьте в суп нарезанный кубиками картофель и морковь и проварите еще 15–20 мин, затем спассеруйте рубленый репчатый лук и опустите его в суп.

## Суп «Холостяцкий обед»

**Требуется:** 300 г копченой грудинки, 4–5 клубней картофеля, 2–3 моркови, 2 средние луковицы, 50–70 г растительного масла или жира, лавровый лист, соль, перец.

**Способ приготовления.** Залейте мясо холодной водой и доведите до кипения. Когда бульон закипит, положите в него нарезанный соломкой картофель, посолите, поперчите. Через 15–20 мин спассеруйте на сливочном масле тертую морковь и рубленый репчатый лук и добавьте в суп. За 3–5 мин до готовности положите лавровый лист.

## Суп «Русская старина»

**Требуется:** 400 г копченой свиной корейки, 6 клубней картофеля, 50 г макаронных изделий, 1 средняя луковица, 2 вареных яйца, соль, перец, 60–70 г сметаны или майонеза для заправки.

**Способ приготовления.** Сварите бульон из корейки, положите нарезанный кубиками картофель и варите на слабом огне 10 мин. Затем положите макаронные изделия и пассерованный лук. В конце варки добавьте соль, перец и лавровый лист.

При подаче на стол в суп положите измельченные яйца и заправьте сметаной или майонезом.

## Жюльен «Вкус лета»

**Требуется:** 4 клубня картофеля, 2 моркови, 2 стебля лука-порея, 2 луковицы (репчатый лук), 300 г репы, 300 г соцветий цветной капусты, 1 средний кабачок, 1 стакан консервированной фасоли, 200 г мяса, 2 л воды, лавровый лист, соль по вкусу.

**Способ приготовления.** Овощи тщательно помойте и почистите. Из мяса сварите бульон. Нарежьте мелкими кубиками репу, картофель, кабачок и вареное мясо, тонкими колечками – лук, соломкой – морковь, кружочками – лук-порей, разделите на более мелкие соцветия цветную капусту, все это залейте закипевшим бульоном и посолите. Варите суп 25 мин, накрыв кастрюлю крышкой. Из готового супа обязательно выньте лавровый лист, иначе он испортит вкус жюльена.

### **Жюльен «Павлиньи перья»**

**Требуется:** 1 кг молодого картофеля, 4 моркови, 3 болгарских перца, 6 луковиц, 3 зубчика чеснока, 300 г вареной колбасы или вареного мяса, 5 ст. л. растительного масла, 1 стакан сметаны или майонеза, 2 яйца, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Картофель отварите в мундире, очистите и нарежьте кружочками толщиной 0,5 см. Остальные овощи помойте и почистите. Морковь и перец нарежьте соломкой, а лук и чеснок – дольками. Картофель, морковь и лук пожарьте на растительном масле около 25 мин. За 5 мин до окончания жарки добавьте к овощам чеснок. Не забывайте постоянно помешивать овощи во время жарки.

Готовые овощи выложите в смазанную растительным маслом форму, предварительно добавив к ним вареную колбасу (мясо), нарезанную брусочками. Сверху залейте массу сметаной, смешанной с яйцами, и посыпьте нарубленной зеленью. Запекайте жюльен 35–40 мин в хорошо разогретой духовке.

### **Жюльен «Парад планет»**

**Требуется:** 500 г молодого картофеля, 4 моркови, 5 луковиц, 500 г помидоров, 150 г твердого сыра, 200 г копченой колбасы, 1 стакан овощного бульона, 1/2 стакана сметаны, 1 яйцо, 2 ст. л. растительного масла, молотый кориандр, молотые грецкие орехи, зелень петрушки.

**Способ приготовления.** Овощи почистите, помойте, отварите в соленой воде до полуготовности в течение 5–7 мин. Нарежьте их вместе с колбасой тонкими кружочками.

В смазанную растительным маслом форму уложите нарезанные овощи и колбасу слоями: нижний слой – картофель, следующие – колбаса, морковь, колбаса, лук, колбаса, помидоры.

Каждый слой пересыпьте молотыми грецкими орехами и молотым кориандром. Овощной бульон, сметану, яйцо и нарубленную зелень петрушки перемешайте до образования однородной массы.

Этим соусом залейте жюльен. Сверху посыпьте его тертым сыром. Запекайте жюльен в течение 30–35 мин в горячей духовке.

### **Жюльен «Синенькие с красненькими»**

**Требуется:** 500 г мясного фарша, 4 луковицы, 300 г молодого картофеля, 3 помидора, 1 баклажан среднего размера, 5 ст. л. растительного масла, 3 ст. л. сливочного масла, 1 стакан сметаны, 2 яйца, 3 зубчика чеснока, зелень укропа, молотый красный и черный перец, соль по вкусу.

**Способ приготовления.** Картофель отварите в мундире, очистите и нарежьте кружочками толщиной 0,5 см. Остальные овощи помойте и очистите.

Нарежьте кружочками помидоры, баклажан, чеснок, а лук – кубиками.

В смазанную сливочным маслом форму уложите мясной фарш, предварительно обжаренный с чесноком и луком, поперченный и посоленный.

По кругу уложите слоями нарезанные овощи: внешний круг – кружочки картофеля, следующий круг – кружочки помидора, внутренний круг – кружочки баклажана. Яйца смешайте со сметаной и нарубленной зеленью укропа. Этой смесью залейте овощи.

Жюльен запекайте в течение 35–40 мин в горячей духовке.

### **Жюльен «Свинина под шубкой»**

**Требуется:** 500 г копченой свинины, 3 луковицы, 3 моркови, 3 помидора, 3 ст. л. сливочного масла, 2 яйца, 1/2 стакана сметаны, 1 пучок зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Копченую свинину нарежьте мелкими кусочками. Овощи помойте, почистите и нарежьте тонкими кружочками. Мясо и овощи обжарьте в сливочном масле. Сметану смешайте со взбитыми яйцами, посолите. Этой смесью залейте овощи и мясо, красиво уложенные в смазанную сливочным маслом форму. Запекайте жюльен в хорошо разогретой духовке около 40 мин.

### **Жюльен «Лувр»**

**Требуется:** 500 г свинины, 5 клубней картофеля, 5 луковиц, 3 моркови, 200 г твердого сыра, 2 ст. л. сушеного базилика, 1 стакан майонеза, 3 ст. л. сливочного масла, соль и перец по вкусу, уксус.

**Способ приготовления.** Мясо вымочите в уксусе (маринад сделайте из 1,5 л воды и уксуса так, чтобы вода была на вкус средней кислоты), посолите и поперчите. После этого мясо мелко нарежьте или пропустите через мясорубку. Вымытые и очищенные овощи нарежьте кружочками. Сыр натрите на крупной терке. В смазанную сливочным маслом форму на дно сначала уложите мясо, а потом слоями нарезанные и посоленные овощи. Сверху запекаемую массу посыпьте измельченным сушеным базиликом и тертым сыром, полейте майонезом. После этого поставьте запеканку в духовку на 45–50 мин.

### **Жюльен «Оранжевое солнце»**

**Требуется:** 1 кг моркови, 300 г мяса свинины, 500 г риса, 300 г тыквы, 3 луковицы, 100 г сливочного (растительного) масла, 2 яйца, 1 стакан сметаны (майонеза), 1/2 стакана острого томатного соуса, соль по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо и рис отварите по отдельности в соленой воде. Готовое мясо пропустите через мясорубку, поперчите. Вымытые и очищенные лук, морковь и тыкву подготовьте следующим образом: лук нарежьте маленькими кубиками, тыкву и морковь натрите на крупной терке.

Потушите на сливочном масле подготовленные мясной фарш, лук, тыкву и морковь около 15 мин, не забывая помешивать.

Готовую массу смешайте с вареным рисом, выложите в смазанную сливочным маслом форму и обильно полейте смесью из сметаны, острого томатного соуса и яиц.

Запекайте жюльен в течение 35 мин.

## Глава 2. Антрекоты, шницели, эскалопы

### Антрекот «Ореховый»

**Требуется:** 400 г говяжьей вырезки, 50 г шпика, 50 г сметаны или майонеза, 3 отварных клубня картофеля, 1 яйцо, тертый мускатный орех.

**Для соуса:** 3 ст. л. сливочного масла, 1 головка репчатого лука, 100 г сметаны, немного муки, 1/2 стакана белого вина.

**Способ приготовления.** Говядину хорошо отбейте, посыпьте солью и перцем, дайте постоять 1 ч.

Пока приготовьте фарш. Картофель и шпик мелко нарежьте, смешайте с солью, перцем, мускатным орехом, сметаной. Фарш хорошо перемешайте. Начините фаршем антрекоты, скрепите их края заостренными спичками, с которых предварительно удалите серу. Лук, нарезанный кольцами, обжарьте в сливочном масле, сверху уложите антрекоты, залейте белым вином и тушите до готовности на среднем огне. Выложите мясо на тарелку, залейте соусом, в котором тушились антрекоты, добавив в него сметану и муку. Посыпьте зеленью.

### Антрекот в «зеленом масле»

**Требуется:** 400 г говядины, 20 г подсолнечного масла, 1 головка репчатого лука, 20 г сливочного масла, лимон, апельсин, зелень, соль, перец.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, посыпьте солью и перцем, полейте растительным маслом и выдержите 30 мин. Поджарьте на сливочном масле, так чтобы внутри мясо не было прожарено. Отдельно приготовьте «зеленое масло». Для этого сливочное масло, лук, зелень, перец смешайте. Выложите массу на глиняное блюдо, сверху положите антрекот, накройте крышкой и готовьте на водяной бане 10 мин. Подавая на стол, украсьте дольками лимона и апельсина.

### Антрекот «Пряный»

**Требуется:** 800 г говядины, 3 головки репчатого лука, 1 яйцо, 3 ст. л. сливочного масла, 1 стакан сметаны, 3 ст. л. муки, чеснок, соль, перец, пряности по вкусу, горчица.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, посолите, посыпьте пряностями, оставьте на 1 ч. Затем намажьте с обеих сторон горчицей и обжарьте в масле. Для соуса возьмите обжаренную на сковороде муку и смешайте с половиной стакана воды. Прокипятите, добавьте зелень и еще немного пряностей.

Антрекоты залейте приготовленным соусом и тушите до готовности. Подавайте с салатом из мидий или креветок (можно заменить их крабовыми палочками).

### Антрекот «Эх, яблочко!»

**Требуется:** 500 г говядины, жир для жаренья, 4 больших яблока, полстакана сметаны, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо хорошо отбейте, посыпьте солью и перцем, дайте постоять 30 мин. Хорошо обжарьте с двух сторон. Яблоки нарежьте тонкими кружочками, положите их на антрекоты, залейте сметаной и запекайте в духовке 40 мин. Перед подачей на стол посыпьте тертым хреном и зеленью.

### **Антрекот «Толстяк» (с пивным соусом)**

**Требуется:** 500 г говядины, жир для жаренья, соль, перец по вкусу.

**Для соуса:** 3 ст. л. сливочного масла, полстакана мясного бульона, 3 ст. л. муки, 1 стакан светлого пива, 4 ст. л. сливок, 2 яйца, 1 лимон, соль, сахар, корица по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, натрите солью и перцем, выдержите 30 мин, затем хорошо обжарьте с двух сторон.

Муку обжарьте в масле, добавьте пиво и бульон, дайте закипеть и тут же снимите с огня. Отделите желток от белка, желток взбейте со сливками, добавьте лимонный сок, корицу, сахар и соль. Взбитую массу выложите на сковороду и хорошо перемешайте.

Перед подачей на стол антрекоты залейте соусом, посыпьте зеленью, украсьте соленым арахисом и мелко нарезанными крабовыми палочками.

### **Антрекот «Печаль Тамерлана»**

**Требуется:** 500 г говядины, соль, перец, аджика, растительное масло.

**Для соуса:** 300 г растительного масла, 6 яиц, 100 г маринованных грибов, 150 г соленых огурцов, 250 г сметаны, сахар, хрен, 3 ст. л. 3 %-ного уксуса, перец.

**Способ приготовления.** Мясо как следует отбейте, посыпьте солью и перцем и поместите на полчаса в холодильник, после этого достаньте, натрите аджикой. Сковороду раскалите и на растительном масле обжарьте мясо с двух сторон до образования аппетитной корочки.

Чтобы приготовить соус, сварите вкрутую три яйца, после чего желтки разотрите с сырыми желтками до получения однородной массы.

Все время помешивая, влейте в образовавшуюся смесь растительное масло.

Мелко нарежьте грибы, сваренные белки яиц, соленые огурцы, натрите хрен и все это добавьте в желтковую массу. Посолите, поперчите, влейте уксус.

Затем все это залейте сметаной и тщательно перемешайте. Соус готов.

Мясо выложите на блюдо, полейте сверху соусом и украсьте зеленью.

### **Антрекот «Чародейка» (с соусом из трав)**

**Требуется:** 500 г говядины, соль, перец, растительное масло.

**Для соуса:** 2 яйца, 2 ст. л. растительного масла, по половине пучка петрушки, зеленого лука, огуречной травы, щавеля, кервеля, эстрагона, 1 стакан сметаны, 1 ст. л. горчицы, 1 ст. л. уксуса.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, натрите солью и перцем и поставьте в холодильник на 1 ч. Затем обжарьте в растительном масле с обеих сторон. Яйца отварите вкрутую. Желтки разотрите с горчицей, добавьте растительное масло и уксус. Травы измельчите, смешайте со сметаной и добавьте в соус. Охладите. Подавайте антрекоты с холодным соусом.

### **Антрекот «Пизанская башня»**

*Требуется:* 500 г говядины, соль, столовый уксус, жир для жаренья.

*Для соуса:* 3 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. муки, 1 стакан молока, соль, красный молотый перец, тертый мускатный орех по вкусу.

*Способ приготовления.* Мясо слегка отбейте, посолите, замочите в уксусе на 1 ч. Затем обжарьте с обеих сторон. Масло растопите, добавьте муку и молоко. Дайте соусу закипеть, держите на медленном огне 3 мин. Добавьте специи, варите еще 1 мин, затем снимите с огня. Перед подачей на стол антрекоты залейте соусом, украсьте дольками лимона и апельсина.

### **Антрекот «В городе Сочи – темные ночи» (с пикантным соусом из слив)**

*Требуется:* 1 кг говядины, соль, перец, растительное масло.

*Для соуса:* 300 г сушеных слив, 2 ст. л. красного винного уксуса, 1,5 стакана красного вина, толченый имбирь, соль по вкусу.

*Способ приготовления.* Мясо отбейте, натрите солью и перцем, поставьте на 1 ч в холодильник. Обжарьте с двух сторон до румяной корочки. Из сливы удалите косточки, замочите в вине на 12 ч. Варите 12 мин, затем остудите и протрите во фруктовое пюре, добавьте уксус, специи. Охладите.

Соус украсить половинками свежей сливы, дольками моченого яблока и лимона. Подавайте к холодным антрекотам.

### **Антрекот «Русский» с картофелем и хреном**

*Требуется:* 800 г говядины, 5 натертых на терке клубней картофеля, 100 г натертого хрена, соль, перец, зелень.

*Способ приготовления.* Мясо отбейте, посолите, поперчите, оставьте на 1 ч. Хрен смешайте с картофелем, добавьте по вкусу чеснок. Начините этим фаршем антрекоты. Тушите на слабом огне, добавив в сковороду немного бульона. Подавайте с пюре и овощным салатом.

### **Антрекот «Пикантный»**

*Требуется:* 800 г мяса, 300 г сыра, 3 помидора, 3 ст. л. сливочного масла, 4 зубчика чеснока, соль, перец.

*Способ приготовления.* Говядину отбейте, посолите, поперчите, выдержите 1 ч. Затем поджарьте с двух сторон на масле. Долейте немного воды и тушите до готовности. За 10 мин до готовности добавьте натертые сыр, помидоры, чеснок. Перед подачей на стол посыпьте зеленью, полейте лимонным соком.

### **Антрекот «Дорожный»**

*Требуется:* 800 г говядины, 200 г шпика, немного уксуса, 3 яйца, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, натрите солью и перцем и замочите на 2 ч в уксусе. Затем растопите на сковороде шпик и жарьте в нем антрекоты, предварительно обмакнув их во взбитые яйца.

Такие антрекоты хорошо брать с собой в дорогу.

### **Антрекот «Солнце Италии»**

**Требуется:** 400 г говядины, 2 головки репчатого лука, по 0,5 ч. л. базилика и тмина, 4 помидора, 3 ст. л. тертого сыра, 300 г шампиньонов, жир, соус по вкусу (можно томатный).

**Способ приготовления.** Мясо натрите солью, луком, перцем, базиликом, тмином и оставьте на 1 ч. Затем обжарьте на жире. В этом же жире обжарьте помидоры, посолите, добавьте сыр. Отдельно потушите грибы. На готовую подливку выложите антрекоты, сверху полейте соусом.

### **Антрекот по-гусарски**

**Требуется:** 800 г говядины, 1 небольшая сельдь, 1 яйцо, 1 луковица, 2 моркови, немного ржаного хлеба, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, посолите, поперчите, оставьте на 1 ч. Приготовьте фарш. Для этого селедку очистите от костей, мелко нарежьте. Смешайте с натертыми луком и морковью, ржаным хлебом, добавьте яйцо. Этим фаршем начините антрекоты и тушите на медленном огне до готовности. Подавайте с чесночно-сметанным соусом.

### **Антрекот «Боровик»**

**Требуется:** 800 г говядины, лимон, зелень, соль, перец, чеснок по вкусу.

**Для соуса:** 300 г маринованных белых грибов, 3 ст. л. масла.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, натрите солью, перцем, чесноком и выдержите 30 мин. Грибы потушите на сковороде в масле. Антрекоты хорошо подрумяньте с двух сторон. Сверху выложите грибной соус и тушите до готовности.

Подавая на стол, украсьте ломтиками лимона и зеленью.

### **Антрекот «Пир Нептуна»**

**Требуется:** 800 г говядины, 20 небольших сардин, 3 помидора, мята, соль, перец, чеснок по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, посолите, поперчите, натрите чесноком, оставьте на 30 мин. Для фарша сардины пропустите через мясорубку, добавьте мяту и соль по вкусу. Антрекоты начините фаршем, тушите на сливочном масле или жире, добавив мелко нарезанные помидоры.

Перед подачей на стол залейте нежирной сметаной, украсьте зеленью.

## Шницель «Знойная Африка»

**Требуется:** 400 г говядины, 100 г риса, 1 яйцо, 1 головка репчатого лука, 20 г острого соуса, жир или растительное масло, лимонная кислота на кончике ножа, зелень, помидор, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо пропустите через мясорубку, фарш смешайте с мелко нарезанным луком, вареным рисом, яйцом. Добавьте лимонную кислоту, соль, перец.

Слепите небольшие круглые шницели, обваляйте их в муке и обжарьте с двух сторон в масле или жире.

Перед подачей на стол залейте острым соусом, украсьте зеленью и свежим помидором.

## Шницель «Юная казачка»

**Требуется:** 200 г свинины, 200 г говядины, 100 г телятины, 2 яйца, мука, соль, перец, горчица по вкусу.

**Для соуса:** 2 кг помидоров, 1/2 стакана сахара, 2 небольшие головки репчатого лука, черный и душистый перец, корица, гвоздика, кардамон, соль, зелень петрушки.

**Способ приготовления.** Мелко нарежьте мясо, посолите его, поперчите, разбейте в него 2 яйца, перемешайте, сформируйте из полученной массы шницели. После этого обваляйте их в муке и хорошо обжарьте на растительном масле.

Для того чтобы приготовить соус, возьмите помидоры, вымойте их и мелко порежьте. После этого положите помидоры в эмалированную кастрюлю, поставьте на средний огонь и доведите до кипения.

Затем возьмите горячие помидоры и, пока они не остыли, протрите их через сито. После этого снова поставьте массу на огонь и варите до тех пор, пока ее объем не уменьшится вдвое. В самом конце варки добавьте в помидоры сахар, соль, пряности и мелко нарезанную зелень и кипятите еще 20 мин.

Шницели выложите в глубокое блюдо, залейте сверху соусом и украсьте зеленью и луком, нарезанным кольцами. Соус можно подавать как в горячем, так и в холодном виде.

## Шницель «Укропчик»

**Требуется:** 200 г свинины, 300 г говядины, 1 яйцо, мука, лимон, зеленый горошек, соль, перец по вкусу.

**Для соуса:** 1 стакан белого вина, 2 стакана молока, 1 ст. л. сливочного масла, 4 ч. л. крахмала, зелень укропа, соль по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо мелко нарежьте или пропустите через мясорубку, посолите, поперчите, добавьте яйцо. Сформируйте шницели, обваляйте их в муке, обжарьте на растительном масле.

Молоко вскипятите, растворите в нем крахмал, положите сливочное масло, посолите, укроп мелко нарежьте, добавьте в соус.

Обжаренные шницели потушите в вине. Выложите на большое блюдо, залейте соусом, украсьте дольками лимона и зеленым горошком.

## Шницель «Зимняя вишня»

**Требуется:** 1 кг телятины, 500 г вишни, 100 г сливочного масла, 1 стакан вишневого сока, 3 ст. л. муки, соль, корица по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, посолите, обжарьте с двух сторон на сливочном масле.

Удалите из вишни косточки, начините каждый шницель вишней, заверните и закрепите, выложите на глубокий противень, хорошо смазанный маслом.

Залейте вишневым соком, добавьте муку, корицу и соль, тушите 15 мин.

Перед подачей на стол украсьте вишней.

## Шницель «Снежные вершины» (с гарниром из яиц, тушенных в сметане)

**Требуется:** 500 г говядины, 100 г свиного сала, немного муки, растительное масло, 6 яиц, 1/2 стакана сметаны, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо и сало мелко нарежьте или пропустите через мясорубку, добавьте 1 яйцо. Из фарша сформируйте шницели, обваляйте в муке, обжарьте на растительном масле до готовности. Яйца сварите вкрутую, нарежьте кружочками, выложите на сковороду, залейте сметаной и тушите в духовке 15 мин.

Перед подачей на стол посыпьте блюдо мелко нарезанной зеленью и толченым чесноком.

## Шницель «Три богатыря»

**Требуется:** 1 кг свиной корейки, 30 г сливочного масла, 3 головки репчатого лука, 1/2 баночки майонеза, немного муки, соль, перец, горчица по вкусу.

**Способ приготовления.** Корейку разделите на куски, чтобы в каждом была косточка. Натерите солью и перцем. Намажьте горчицей, обваляйте в муке и обжарьте в масле. Уложите готовые шницели на сковороду, сверху покройте нарезанным кольцами луком, залейте майонезом и тушите в духовке до готовности. Перед подачей на стол посыпьте зеленью, украсьте ломтиками редиса и помидора.

## Шницель «Дыхание Афин»

**Требуется:** 300 г говядины, 300 г свинины, 5 сладких перцев, 5 ст. л. томатного соуса, жир или сливочное масло, оливки, лимон, чеснок, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо пропустите через мясорубку, добавьте по вкусу соль, перец, чеснок. Шницели обваляйте в муке и хорошо прожарьте. В этом же жире пассеруйте перец 5 мин, добавьте томатный соус. Готовые шницели выложите на большое блюдо, сверху залейте соусом из перца.

Украсьте оливками и лимоном, нарезанным кружочками.

## Шницель «Витамин»

**Требуется:** 400 г телятины, немного черного хлеба, 1 яйцо, соль, перец по вкусу.

**Для подливки:** 100 г растительного масла, 2 головки репчатого лука, 5 больших помидоров, 500 г зеленой фасоли, 1 пучок мяты, зелень.

**Способ приготовления.** Сделайте из мяса фарш, добавьте в него хлеб, яйцо, соль, перец. Шницели хорошо обжарьте на растительном масле. Фасоль отварите в течение 5 мин, затем обжарьте с нарезанным луком и помидорами. Добавьте мяту и зелень. Шницели полейте витаминной подливкой, украсьте свежей зеленью.

## Шницель «Пьяный»

**Требуется:** 800 г нежирной свинины, 3 стакана красного крепленого вина, жир для жаренья, 6 яиц, зелень, листья салата, 1 лимон, майонез.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, замочите на 1 ч в вине, затем обжарьте на сковороде. Не солите. Выложите готовые шницели на большое блюдо, в качестве гарнира используйте яйца, наполненные майонезом.

Украсьте листьями салата, зеленью, нарезанным кружочками лимоном.

## Шницель для джентльмена

**Требуется:** 200 г телятины, 400 г шпината, 200 г окорока, жир, чеснок, соль, перец, мускатный орех по вкусу, 200 г сыра, зелень, зеленый горошек.

**Способ приготовления.** Шпинат потушите, добавьте соль, перец, чеснок. Телятину отбейте, обжарьте на сковороде. Шпинат выложите на противень, сверху положите кусочки сливочного масла, ломтики окорока и сыра, посыпьте мускатным орехом. Запекайте в духовке, пока сыр не начнет плавиться.

Подавайте с картофелем фри, украсив зеленью и зеленым горошком.

## Шницель «Шапка Мономаха»

**Требуется:** 500 г окорока, 3 яйца, молоко или сливки, ананас (свежий или консервированный), жир, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Окорок нарежьте тонкими ломтиками, замочите в молоке или сливках на 6 ч. Затем мясо хорошо отбейте, обваляйте во взбитых яйцах, в которые добавьте соль и перец, посыпьте мукой. Жарьте в хорошо разогретом жире 5 мин. Перед подачей на стол украсьте ломтиками ананаса.

## Шницель «Сон бургера»

**Требуется:** 500 г коровьего вымени, 2 головки репчатого лука, 2 яйца, измельченные сухари, жир или растительное масло, гвоздика, черный перец, лавровый лист, соль по вкусу, молодая фасоль.

**Способ приготовления.** Вымя сварите в двух водах, во второй раз добавьте в бульон порезанный лук и специи. Варите приблизительно 5 ч. Готовое мясо нарежьте ломтиками толщиной 1 см, обваляйте в яйцах и сухарях, обжарьте до румяной корочки. Для гарнира отварите молодую фасоль, выложите ее на блюдо вместе со шницелями, полейте майонезом или соусом, украсьте зеленью.

### **Шницель «Кукареку»**

**Требуется:** 1 большая курица, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 300 г свежих грибов (лучше белых), 3 яйца, 3 ст. л. муки, 4 ст. л. сливочного масла, тертые сухари, черный перец, соль по вкусу.

**Способ приготовления.** Курицу отварите, в бульон положите лук и морковь. Отделите мясо от костей, мелко нарежьте (но не пропускать через мясорубку). Грибы отварите, нарежьте, добавьте в мясо. Слегка поджарьте муку на сливочном масле, добавьте взбитые яйца. Полученную массу смешайте с мясом и грибами.

Сформируйте из фарша шницели, обваляйте в сухарях, хорошо обжарьте с двух сторон в разогретом жире. Подавайте горячими, посыпав зеленью.

### **Шницель «Да с потрошками!»**

**Требуется:** 500 г свиного или говяжьего ливера (можно вперемешку), 2 головки репчатого лука, 2 яйца, немного свиного сала, 150 г хлеба, соль, перец по вкусу, тертые сухари, 2 баночки сладкой кукурузы, жир для жаренья.

**Способ приготовления.** Ливер отварите до полуготовности, пропустите через мясорубку вместе с луком, салом и хлебом. В полученный фарш добавьте яйца. Посолите, поперчите. Сформируйте шницели, обваляйте их в сухарях, жарьте до румяной корочки.

В качестве гарнира подайте сладкую кукурузу.

### **Шницель «Воскресенье» (под чесночным соусом)**

**Требуется:** 500 г свинины, 1 головка чеснока, полстакана подсолнечного масла, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, натрите солью и перцем и оставьте на 1 ч. Затем обжарьте в масле с двух сторон до готовности.

Приготовьте чесночный соус. Очищенный, очень мелко порезанный чеснок разотрите с солью, добавьте 2 ст. л. масла.

Шницели залейте соусом, посыпьте зеленью.

### **Шницель «Белые ночи»**

**Требуется:** 500 г нежирной телятины, 1/2 стакана столового уксуса, 500 г клубней картофеля, 2 головки репчатого лука, 2 ст. л. муки, 4 ст. л. сливочного масла, 1 стакан мясного бульона, жир, зелень, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, замочите на полчаса в уксусе, затем хорошо поджарьте с двух сторон в небольшом количестве жира.

Для соуса лук, нарезанный кольцами, обжарьте в сливочном масле до золотистого цвета, добавьте муку, разведите бульоном и вскипятите. Положите соль и перец по вкусу. Полученным соусом залейте шницели, потушите под крышкой 5 мин.

Перед подачей на стол украсьте ломтиками сливы.

### **Шницель «Сон в летнюю ночь»**

*Требуется:* 500 г говядины, соль, перец, чеснок, 2 яйца.

*Для соуса:* 200 г шампиньонов, 3 ст. л. сливочного масла, 1/2 стакана мясного или овощного бульона, 1/2 стакана сухого белого вина, 1 стакан томатного сока, 2 ст. л. муки.

*Способ приготовления.* Мясо отбейте, натрите солью, перцем, чесноком и оставьте на 30 мин.

Затем обваляйте кусочки во взбитых яйцах и муке, жарьте до готовности.

Грибы мелко нарежьте, смешайте с мукой, жарьте в масле 5 мин. Добавьте вино, бульон, сок и кипятите 20 мин.

К шницелям отдельно подайте соус.

### **Шницель «Мечтать не вредно» (с креветками и орехами)**

*Требуется:* 1 кг постной говядины, соль, перец по вкусу, 1/2 стакана растительного масла.

*Для «гарнира»:* 1 кг креветок, 1 ст. л. сливочного масла, 1 стакан сухого красного вина, 1 стакан измельченных грецких орехов, 2 больших помидора, зелень, соль, перец.

*Способ приготовления.* Мясо отбейте, натрите солью и перцем, оставьте на 30 мин, затем обжарьте на растительном масле.

Креветки отварите, очистите, мясо нарежьте кусочками. Помидоры нарежьте кусочками. Выложите креветок на сковороду, сверху положите слой помидоров, насыпьте орехи и залейте вином, посолите.

Запекайте в духовке, пока не покроется румяной корочкой. Подавайте мясо и креветки, посыпав зеленью, украсив мелко нарезанным вареным желтком.

### **Шницель «Огневушка-поскакушка»**

*Требуется:* 500 г свинины, 500 г говядины, 2 клубня картофеля, 200 г хлеба, жир или растительное масло, соль, перец.

*Для соуса:* 1 стакан растительного масла, 1 стакан 3 %-ного столового уксуса, 1 ст. л. горчицы, 1 головка чеснока, соль, перец по вкусу.

*Способ приготовления.* Мясо пропустите через мясорубку вместе с картофелем и хлебом, добавьте соль, перец по вкусу. Сформируйте шницели, обваляйте их в муке и жарьте до готовности.

Смешайте растительное масло, уксус и горчицу. Добавьте мелко нарезанный чеснок, соль, перец.

Перед подачей на стол шницели залейте приготовленным соусом, посыпьте зеленью.

## Шницель «Классика»

**Требуется:** 500 г свинины, 1 яйцо, пол-лимона, 3 баклажана, тертые сухари, 2 ст. л. масла, соль, перец.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, посолите, поперчите, обваляйте в сухарях, обжарьте на масле до хрустящей корочки. Выложите на блюдо.

В оставшемся в сковороде мясном соусе обжарьте цедру лимона и мелко нарезанные баклажаны. Залейте готовым соусом шницели, посыпьте зеленью.

## Шницель под соусом «Карлсон»

**Требуется:** 500 г свинины, соль, яйцо, тертые сухари.

**Для соуса:** 2 стакана сливок, 1 стакан рыбного бульона, по 2 ст. л. муки и сливочного масла, 1 лимон, 2 шт. красного острого перца, зелень, соль.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, посолите, обмакните в яйцо и тертые сухари, обжарьте в масле.

Отдельно приготовьте соус. Для этого муку смешайте с зеленью, слегка обжарьте в масле. В бульон добавьте лимонный сок, кипятите 15 мин.

Выложите в готовый бульон муку с зеленью, долейте сливками и доведите до кипения, но не кипятите, а то сливки свернутся.

Затем дайте немного остыть и варите на медленном огне до загустения.

Перед подачей на стол шницели залейте соусом.

## Шницель для испытателей (с грибами в соусе из йогурта)

**Требуется:** 500 г нежирной говядины, соль, немного муки, жир.

**Для соуса:** 200 г шампиньонов, 2 головки репчатого лука, 200 г йогурта сливочного (несладкого), 100 г сыра, 2 ст. л. сливочного масла, зелень, соль.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, посолите, обваляйте в муке и обжарьте до румяной корочки.

Лук обжарьте в масле вместе с грибами, выложите сверху на готовые шницели, посолите.

Добавьте йогурт, сверху посыпьте тертым сыром. Выпекайте в духовке 15 мин.

Перед подачей на стол украсьте зеленью.

## Шницель «Фэнтези»

**Требуется:** 500 г нежирной свинины, 200 г измельченного арахиса, 100 г муки, 500 г цветной капусты, 2 болгарских перца, 2 яйца, 500 г фасоли, 2 головки репчатого лука, 50 г растительного масла, 50 г сливочного масла, 1/2 стакана апельсинового сока, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, посолите. Яйца взбейте, добавьте в них мелко нарезанную зелень. Шницели обваляйте поочередно в муке, яйцах, орехах и обжарьте на растительном масле.

Для гарнира капусту и лук обжарьте в сливочном масле, добавьте оставшиеся орехи. Фасоль отварите, переложите в гарнир.

Долейте апельсиновым соком и кипятите на медленном огне 5 мин. Гарнир снимите с огня, заправьте по вкусу соевым соусом.

Перед подачей на стол выложите шницели на блюдо вместе с гарниром. Украсьте дольками апельсина.

## **Эскалоп с гарниром «Огородник»**

**Требуется:** 500 г свинины, 2 яйца, соль, растительное масло, мука.

**Для гарнира:** 2 больших помидора, 2 головки репчатого лука, 700 г цветной капусты, зеленый лук, укроп, петрушка, 3 ст. л. сливочного масла, 1 стакан сметаны, соль, перец.

**Способ приготовления.** Кусочки свинины отбейте, посолите, обмакните в яичную массу, обваляйте в муке и хорошо поджарьте с обеих сторон.

Лук нарежьте колечками, обжарьте в масле. Добавьте помидоры, зеленый лук, сметану, зелень. Кипятите 5 мин. Капусту отварите в соленой воде.

На большое блюдо выложите в середину эскалопы, по краям гарнир, залейте сметанным соусом, посыпьте свежей зеленью.

## **Эскалоп «Ниф-ниф, Нуф-нуф и Наф-наф» (с ветчиной)**

**Требуется:** 500 г нежирной говядины, 200 г ветчины, 10 листочков шалфея, 100 г сливочного масла, 1 стакан грибного бульона из кубиков, 1/2 стакана белого вина, соль, перец по вкусу.

**Способ приготовления.** Мясо отбейте, посолите, поперчите, обжарьте до хрустящей корочки. На каждый эскалоп прикрепите с помощью деревянной палочки листик шалфея, положите ломтик ветчины, снова обжарьте в течение 5 мин. Готовые эскалопы выложите на большое блюдо. В сковороду, где жарилось мясо, добавьте вино и бульон, прокипятите.

Добавьте мелко нарезанную зелень, кипятите на медленном огне 10 мин.

Перед подачей на стол эскалопы украсьте колечками лука, маринованными грибами, зеленью, соус подайте отдельно.

## **Эскалоп «Индеец Джо»**

**Требуется:** 500 г свинины, соль, перец, горчица, растительное масло или жир для жаренья.

**Для соуса:** 100 г очищенных грецких орехов, 5 зубчиков чеснока, острый красный перец, зелень кинзы, петрушки и укропа, 3 ст. л. винного уксуса.

**Способ приготовления.** Мясо сильно отбейте, посолите и поперчите, дайте постоять в холодильнике полчаса. После этого выньте оттуда и на растительном масле или жире обжарьте с двух сторон. На мясе должна образоваться хрустящая золотистая корочка.

Для того чтобы приготовить соус, грецкие орехи растолките с солью, чесноком и перцем. Мелко нарубите зелень кинзы и укропа, добавьте в смесь, перемешайте.

Влейте сначала винный уксус, а потом – кипяченую воду. Поставьте соус на средний огонь и варите 20 мин. Соус готов.

Мясо выложите в глубокое блюдо, залейте соусом и посыпьте мелко нарезанной зеленью петрушки, сверху снова положите слой мяса и опять залейте соусом и посыпьте зеленью. По желанию можете эту пирамиду сделать высокой, а верхушку посыпать острым красным перцем. Сбоку следует воткнуть веточку укропа, как перо индейца.

**Эскалоп «Хозяйкина гордость» (с гарниром из спаржи и молодого картофеля под соусом)**

## **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.