

ОРИГИНАЛЬНЫЕ

РУЛЕТЫ на любой вкус

ПРИЯТНОГО
АППЕТИТА!

с начинкой из:

- мяса • птицы
- рыбы • морепродуктов
- овощей • грибов
- ягод • фруктов
- творога



СЕКРЕТЫ ПРОФЕССИОНАЛОВ

Книга-подарок для каждой хозяйки!

Кулинарные секреты (Рипол)

Елена Доброва

**Оригинальные
рулеты на любой вкус**

«РИПОЛ Классик»

2017

Доброва Е. В.

Оригинальные рулеты на любой вкус / Е. В. Доброва — «РИПОЛ Классик», 2017 — (Кулинарные секреты (Рипол))

ISBN 978-5-38-611397-1

Рулет - универсальное блюдо, которым можно украсить любой стол. Для его приготовления можно использовать практически любые продукты и при этом импровизировать. Благодаря нашей книге вы научитесь приготовлению оригинальных рулетов с аппетитной начинкой. Вы найдёте замечательные рецепты блюд, включающих ингредиенты различных продуктов - мяса, птицы, рыбы, овощей, грибов, ягод, фруктов, творога и всегда сможете удивить своих гостей. Приятного аппетита!

ISBN 978-5-38-611397-1

© Доброва Е. В., 2017
© РИПОЛ Классик, 2017

Содержание

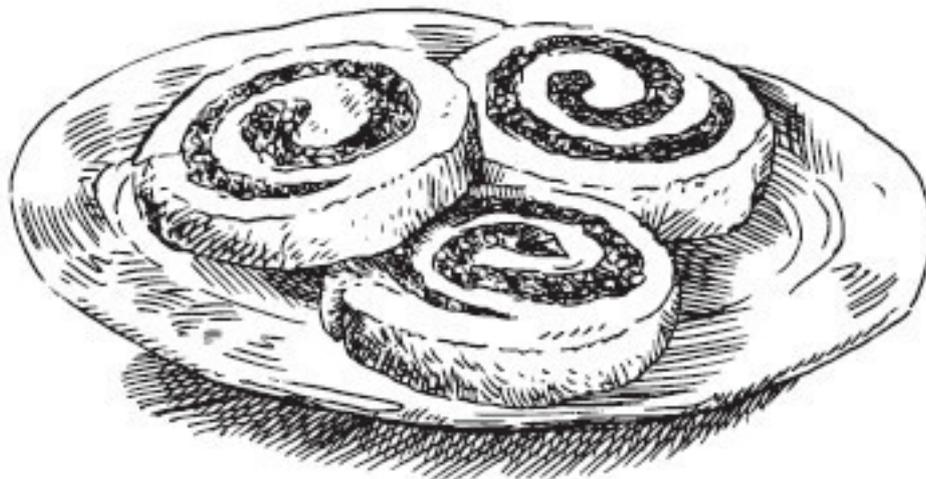
Введение	5
Рулеты из говядины, свинины, курицы и субпродуктов	8
Рулет из говядины с филе курицы	8
Рулет из говядины с ветчиной	9
Рулет из говядины с морковью	10
Рулет из говядины с фруктовым соусом	11
Рулеты из говядины с ананасами	12
Рулет из говядины с грушами и сыром	13
Рулет из говядины с луком-пореем	14
Рулет из говядины с беконом и шпинатом	15
Рулет из свинины с зеленью укропа	16
Рулет из свинины с ягодами можжевельника	17
Рулет из свинины с сыром и грибами	18
Рулет из свинины с овощами и шампиньонами	19
Рулет из свинины со шпиком и черносливом	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Елена Владимировна Доброва

Оригинальные рулеты.

Готовим, как профессионалы!

Введение



Кулинария – это особое искусство, которым должна владеть каждая современная женщина. Еще 10 лет назад считалось нормальным покупать полуфабрикаты и готовить на скорую руку. Сегодня этот вопрос пересмотрен. Не только женщины, но и мужчины с удовольствием берутся за приготовление различных блюд – от простого омлета до рождественской индейки.

Почетное место на праздничном и повседневном столе занимают рулеты. Для их приготовления можно использовать практически любые продукты и при этом импровизировать. Например, для торжества подойдет запеченный в духовке рулет из нескольких видов мяса. По желанию в него добавляются зелень, горчица, зира и другие специи.

Самые простые рулеты получаются из блинов и лаваша. Нужно только сделать начинку, и аппетитная закуска готова! В качестве дополнения к завтраку можно сделать рулеты из омлета, поместив внутрь плавленый сыр, мелко нарубленную зелень, тушеные грибы и др. Если вы готовите блюдо для детей, то в качестве начинки можно использовать нежирный творог, приготовленные на пару овощи, отварное мясо индейки и кролика, телятину или запеченные в духовке фрукты.

Современный ритм жизни практически не оставляет времени на встречи с друзьями. Организация званого ужина, где все могли бы собраться за одним столом, – дело непростое и хлопотное. А фуршет не требует много времени и больших материальных затрат. Помимо канапе и бутербродов, идеальной закуской на таких мероприятиях являются мини-рулеты. Способ их приготовления не отличается от обычных рулетов. Разница заключается только в размере изделий.

Чтобы рулет получился не только красивым, но и вкусным, необходимо придерживаться некоторых правил, о которых будет рассказано ниже.

Субпродукты, предназначенные для будущего кулинарного изделия, необходимо заранее подготовить. Почки следует тщательно промыть, после чего варить 1–1,5 часа. Готовый продукт можно измельчить или пропустить через мясорубку.

Говяжий язык нужно варить 2–2,5 часа, затем выложить в холодную воду и оставить на 5 минут. После этого его следует очистить и нарезать в соответствии с рецептом. Если язык приготовлен заранее, его лучше хранить в бульоне.

Мозги варятся в течение 25–30 минут. В кастрюлю можно добавить корень петрушки или сельдерея, а также лавровый лист и душистый перец. Сердце нужно варить целиком в течение 35–40 минут.

Печень нарезается небольшими кусочками и припускается 2–3 минуты. Более длительная кулинарная обработка сопровождается уплотнением тканей продукта, в результате чего он становится жестким. Затем печень нужно пропустить через мясорубку или натереть на крупной терке.

Мясо рекомендуется предварительно мариновать. Для рулета используется один или несколько кусков примерно одинаковой толщины. Для лучшего пропитывания их рекомендуется проколоть вилкой или ножом в нескольких местах. Самый простой вариант маринада – измельченный чеснок, молотый черный перец и соль. Ими следует тщательно натереть мясо, после чего свернуть его в рулет и оставить в холодильнике на 1–2 суток. Разумеется, со специями можно экспериментировать по собственному желанию.

Если мясо используется в качестве начинки с основой из теста, то его нужно пропустить через мясорубку (или мелко нарубить) и обжарить с луком (или потушить, приготовить на пару).

Яйца, предназначенные для рулета, предварительно отвариваются вкрутую. Обычно они добавляются в начинку в целом виде. Брокколи и цветную капусту рекомендуется обдать кипятком и разобрать на соцветия, белокочанную капусту – варить 10–12 минут.

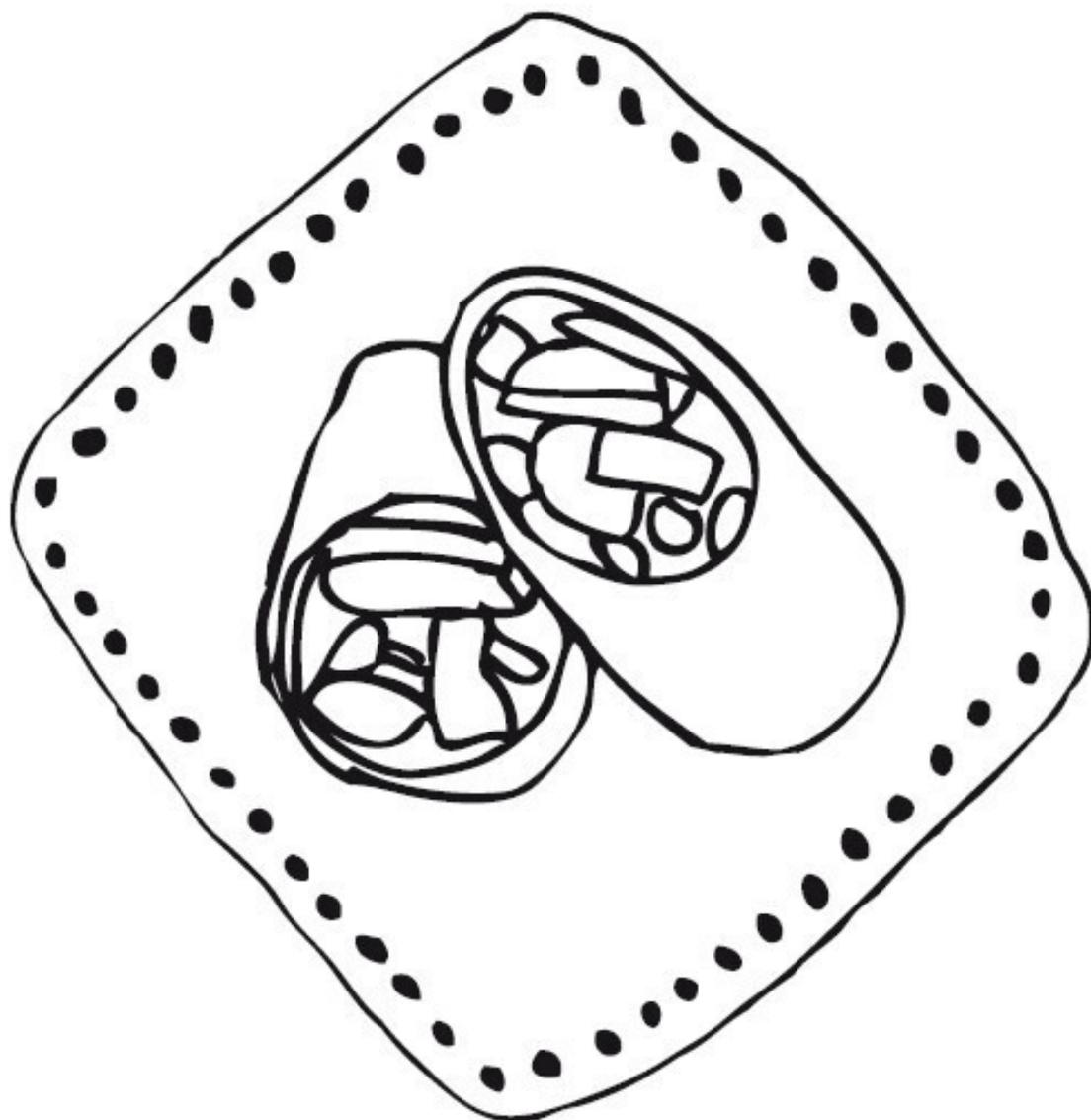
Рыба не должна иметь много мелких костей. Если она используется в качестве основы, то лучше отдать предпочтение филе форели или морского черта. Для начинки желательно брать нежирную рыбу (минтай, судак, треска, сазан и др.).

Морепродукты – удачная начинка для рулета из теста. Если изделие будет готовиться на пару или запекаться в духовке, то их можно не подвергать кулинарной обработке, а просто измельчить, предварительно удалив пленку, панцирь и т. д. Для придания морепродуктам пикантного вкуса рекомендуется маринование в белом вине или соке лайма в течение 20–30 минут. Дополнить такую начинку можно зеленью, луком-пореем, кедровыми орешками, рисом другими подходящими ингредиентами. В качестве специй для морепродуктов используются лавровый лист, укроп, белый перец, мускатный орех и др.

Если в рецепт рулета входит крупа, то ее нужно отварить до готовности (или полуготовности в зависимости от кулинарной обработки остальных ингредиентов).

Блюдо, предназначенное для праздничного стола, обязательно нужно украсить. Самый простой способ – выложить на тарелку кольца лука-порея и сладкого перца разных цветов, кружочки яиц, половинки маслин или оливок, фигурно нарезанные овощи, тертый сыр и т. п. Главное, чтобы украшение сочеталось с блюдом по вкусу. Например, мини-рулеты из форели и лаваша можно разложить по кругу, а в центр поместить ломтики авокадо.

Эта книга станет хорошим помощником на кухне. На ее страницах представлено множество вкусных рыбных, мясных, сырных, овощных, творожных и других рулетов на любой вкус.



Рулеты из говядины, свинины, курицы и субпродуктов

Рулет из говядины с филе курицы

Филе говядины – 1 кг
Филе курицы – 800 г
Крошки хлебные – 100 г
Яйцо – 1 шт.
Перец острый красный – 20 г
Зелень петрушки – 40 г
Масло растительное – 100 мл
Соль, перец черный молотый по вкусу

Мясо разложить на разделочной доске, сделать острым ножом глубокий надрез по центру вдоль волокон, оставив до края 1,5 см, и развернуть. Правую половину разрезать поперек волокон на 2 части, не дойдя до края 1 см, расширить надрез, после чего так же разделить левую половину.

По всей поверхности мяса нанести ножом неглубокие насечки вдоль волокон и, накрыв его пищевой пленкой, отбить в тонкий пласт. Выложить его на 2 слоя пищевой пленки, посолить и поперчить. Филе курицы нарезать тонкими пластинами, накрыв пленкой, отбить и разложить поверх пластов говядины.

Зелень петрушки промыть, обсушить и измельчить до пюреобразного состояния. Красный острый перец, удалив семена, мелко нарубить, смешать с пюре из петрушки, добавить хлебные крошки и яйцо.

Массу тщательно перемешать, выложить поверх куриного мяса и распределить ровным слоем. После чего свернуть все рулетом, перевязать ниткой, выложить на противень, смазанный 40 мл растительного масла, полить оставшимся маслом, поставить противень в разогретую до 200° С духовку и запекать изделие 20 минут. Затем уменьшить температуру до 180° С, накрыть рулет фольгой и держать в духовке еще 30 минут.

Готовый рулет вынуть из духовки, оставить на 15 минут, затем, сняв фольгу и нитки, выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из говядины с ветчиной

Филе говядины – 500 г
Ветчина вареная – 500 г
Шампиньоны – 100 г
Морковь – 100 г
Лук репчатый – 80 г
Чеснок – 30 г
Сметана – 80 г
Масло растительное – 50 мл
Сок лимонный – 100 мл
Молоко – 200 мл
Зелень сельдерея – 20 г
Соль по вкусу

Репчатый лук очистить и мелко нарубить. Зубчики чеснока пропустить через чеснокодавилку.

Говядину нарезать кусками средней величины и пропустить через мясорубку. В полученный фарш добавить сметану, лук и измельченный чеснок, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

Морковь очистить и нарезать кубиками, так же как и ветчину. Сельдерей промыть, обсушить и нарубить. Измельченную морковь и сельдерей обжаривать в разогретом растительном масле в течение 5 минут, затем остудить. Добавить морковь, зелень и ветчину в фарш и вымесить его. Шампиньоны очистить, нарезать крупными кусками, выложить в сотейник, влить молоко, поставить на сильный огонь, довести до кипения, уменьшить огонь и уваривать, периодически помешивая, до полного выпаривания жидкости. После чего ввести грибы в фарш и еще раз перемешать его.

Плотняное полотенце намочить, отжать и расстелить на столе, тщательно расправив. Выложить на ткань ровным слоем приготовленный фарш. Затем, приподнимая ближний край обеими руками, свернуть фарш рулетом, обернуть полотенцем и перевязать концы ниткой.

На сильном огне довести до кипения воду, влить в нее лимонный сок, опустить завернутый в полотенце рулет, убавить нагрев до минимального и варить изделие 2 часа. После чего вынуть его из кастрюли, остудить и снять полотенце. Готовый рулет выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из говядины с морковью

Филе говядины – 2 кг
Морковь – 500 г
Зелень петрушки – 30 г
Перец черный горошком – 10 шт.
Перец душистый горошком – 10 шт.
Лист лавровый – 2 шт.
Чеснок – 30 г
Тмин молотый – 20 г
Кориандр молотый – 20 г
Соль по вкусу

Мясо разложить на разделочной доске, сделать острым ножом глубокий надрез по центру вдоль волокон, оставив до края 1,5 см, и развернуть. Правую половину разрезать поперек волокон на 2 части, не дойдя до края 1 см, расширить надрез, после чего так же разделить левую половину. По всей поверхности мяса нанести ножом неглубокие насечки вдоль волокон и, накрыть пищевой пленкой, отбить в тонкий пласт.

Морковь очистить, опустить в кипящую подсоленную воду на 5 минут, после чего откинуть на дуршлаг и ополоснуть холодной водой. Зелень петрушки промыть, обсушить и измельчить.

Пласт мяса натереть солью и перцем, выложить сверху морковь, посыпать петрушкой, свернуть рулетом и перевязать ниткой. Чеснок очистить и нарезать пластинками. Черный и душистый перец горошком, кориандр, тмин и соль смешать и приправить ими начинку рулета. Под нитку ввести пластинки чеснока и лавровый лист.

Подготовленное изделие обернуть пищевой пленкой, положить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения, уменьшить огонь и варить на слабом огне 1,5 часа. После вынуть из кастрюли, остудить и удалить пищевую пленку и нитки.

Готовый рулет выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из говядины с фруктовым соусом

Филе лопатки говяжьей – 800 г
Персики – 150 г
Груши – 150 г
Сахар – 50 г
Листья базилика – 20 г
Зелень мяты перечной – 20 г
Масло растительное – 100 мл
Вино белое сухое – 300 мл
Вода – 500–600 мл
Соль, белый молотый перец по вкусу

Мясо разложить на разделочной доске, разрезать вдоль волокон, оставив до края 1 см, развернуть и отбить в пласт толщиной 0,5 см, после чего посолить и поперчить.

Зелень базилика и мяты промыть, срезать стебли. На поверхность пласта мяса выложить подготовленную зелень, свернуть его рулетом, положить швом вниз на решетку, установленную на противне, полить растительным маслом, посолить и влить воду.

Поставить противень в разогретую до 170° С духовку на 2 часа, периодически добавляя в течение данного времени жидкость.

Персики обдать сначала кипящей, затем холодной водой, снять кожицу, вынуть косточки и нарезать мякоть небольшими кубиками. Груши очистить, разрезать пополам или на 4 части и удалить сердцевину.

Фрукты соединить в сотейнике, залить вином, добавить сахар, белый молотый перец, поставить на слабый огонь и варить соус до загустения в течение 30 минут, периодически перемешивая фрукты щипцами.

Готовый рулет выложить на блюдо, нарезать порционными кусками и полить соусом.

Рулеты из говядины с ананасами

Вырезка говяжья – 800 г
Ананасы, нарезанные кружками, – 250 г
Орехи кедровые очищенные – 100 г
Крошки хлебные – 50 г
Сыр пармезан – 50 г
Сливки – 50 мл
Листья мяты перечной – 30 г
Листья базилика – 20 г
Масло растительное – 50 мл
Соль, перец черный молотый по вкусу

Сыр натереть на терке. Листья мяты и базилика промыть и обсушить. Орехи вместе с зеленью измельчить в блендере, добавить хлебные крошки и сыр, влить сливки. Массу тщательно перемешать.

Мясо разложить на разделочной доске, разрезать на 4 куса, накрыть каждый из них пищевой пленкой и отбить в тонкие пласты. На каждую заготовку выложить по кружочку ананаса и немного начинки.

Затем свернуть рулеты, закрепить края деревянными зубочистками, посолить и поперчить, после чего обжарить в растительном масле, накрыть крышкой и довести до готовности. Изделия остудить, выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из говядины с грушами и сыром

Филе говядины – 800 г
Груши – 150 г
Сыр твердых сортов – 150 г
Лук репчатый – 50 г
Масло растительное – 50 мл
Приправа для мясных блюд – 20 г
Зелень петрушки и укропа по вкусу

Мясо разложить на разделочной доске, сделать острым ножом глубокий надрез по центру вдоль волокон, оставив до края 1,5 см, и развернуть.

Правую половину разрезать поперек волокон на 2 части, не дойдя до края 1 см, расширить надрез, после чего так же разделить левую половину.

По всей поверхности мяса нанести ножом неглубокие насечки вдоль волокон и, накрыть пищевой пленкой, отбить в тонкий пласт.

Груши очистить, разрезать на 4 части, удалить сердцевину и нашинковать мякоть. Сыр натереть на крупной терке.

Зелень петрушки и укропа промыть, обсушить и измельчить. Репчатый лук очистить и мелко нарезать. Соединить груши, лук и зелень и перемешать.

На пласт мяса выложить полученную начинку, свернуть его рулетом, перевязать ниткой, полить смесью из приправы для мясных блюд с растительным маслом, обернуть пищевой фольгой, поставить в разогретую до 200° С духовку и запекать 1,3 часа. За 20 минут до готовности разрезать фольгу.

Готовый рулет вынуть из духовки, оставить на 10 минут, затем, сняв фольгу, выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из говядины с луком-пореем

Филе говядины – 1 кг
Лук-порей – 30 г
Зелень сельдерея – 20 г
Крошки хлебные – 50 г
Масло сливочное – 30 г
Масло растительное – 20 мл
Зелень петрушки – 30 г
Соль, перец черный молотый по вкусу

Лук-порей, сельдерей и петрушку промыть, обсушить и мелко нарезать. Лук-порей и сельдерей обжаривать на сковороде в смеси масел 5–7 минут, затем добавить хлебные крошки, петрушку, соль, перец и перемешать.

Мясо разложить на разделочной доске, сделать острым ножом глубокий надрез по центру вдоль волокон, оставив до края 1,5 см, и развернуть. Правую половину разрезать поперек волокон на 2 части, не дойдя до края 1 см, расширить надрез, после чего так же разделить левую половину.

По всей поверхности мяса нанести ножом неглубокие насечки вдоль волокон и, накрыть пищевой пленкой, отбить в тонкий пласт.

Выложить на мясо подготовленную начинку, свернуть его рулетом, перевязать ниткой, положить в рукав для запекания, поместить в жаропрочную форму и поставить в разогретую до 180° С духовку на 1 час.

Готовый рулет вынуть, оставить на 15 минут, затем, удалив нитки, выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из говядины с беконом и шпинатом

Филе говядины – 1 кг
Морковь – 100 г
Шпинат – 200 г
Бекон – 50 г
Лук репчатый – 50 г Яйца вареные – 4 шт.
Горошек зеленый замороженный – 100 г
Крошки хлебные – 200 г
Уксус винный красный – 60 мл
Молоко – 60 мл
Зелень петрушки – 20 г
Тимьян сушеный – 5 г
Соль, перец черный молотый по вкусу

Репчатый лук очистить и мелко нарубить. Зелень петрушки промыть, обсушить и измельчить. Мясо разложить на разделочной доске, натереть со всех сторон солью, перцем и тимьяном, поместить в глубокое блюдо, полить винным уксусом и оставить на 8–10 часов.

Бекон нарезать маленькими кусочками и обжарить на разогретой сухой сковороде до коричневого цвета.

Морковь очистить, нарезать тонкими кружочками, положить в кастрюлю, залить кипящей водой, поставить на слабый огонь и довести до кипения. Затем закрыть крышкой и варить в течение 10–15 минут, после чего откинуть на дуршлаг и охладить.

Горошек разморозить при комнатной температуре, обсушить, соединить с хлебными крошками, кусочками бекона, влить в смесь молоко, добавить соль и черный молотый перец, тщательно перемешать. Яйца нарезать кружочками.

Мясо обсушить бумажным полотенцем, разложить на разделочной доске, сделать острым ножом глубокий надрез по центру вдоль волокон, оставив до края 1,5 см, и развернуть. Правую половину разрезать поперек волокон на 2 части, не дойдя до края 1 см, расширить надрез, после чего так же разделить левую половину.

По всей поверхности мяса нанести ножом неглубокие насечки вдоль волокон, накрыть его пищевой пленкой и отбить в тонкий пласт.

Шпинат промыть, обсушить, нарезать широкими полосками. Выложить на мясо ровным слоем шпинат, лук, измельченную зелень, приготовленную начинку из горошка с беконом, морковь и яйца, затем свернуть все рулетом, обернуть фольгой, поместить в жаропрочную форму, залить водой, поставить в разогретую до 180° С духовку и запекать в течение 1,5 часов.

Готовый рулет вынуть, оставить на 10 минут, затем, удалив фольгу, выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из свинины с зеленью укропа

Филе свинины – 1 кг
Морковь – 200 г
Лук репчатый – 100 г
Лист лавровый – 1 шт.
Зелень укропа – 20 г
Перец черный горошком – 12 шт.
Соль, перец черный молотый по вкусу

Мясо разложить на разделочной доске пластом, посолить, поперчить, свернуть рулетом, перевязать нитками, положить в кастрюлю, залить водой и довести до кипения. Бульон посолить, добавить лавровый лист, перец горошком, овощи, закрыть крышкой и варить в течение 2 часов.

С готового остывшего рулета удалить нитки, нарезать его порционными кусками и посыпать измельченной зеленью укропа.

Рулет из свинины с ягодами можжевельника

Свиной окорок – 1 кг
Лук-порей – 40 г
Ягоды можжевельника – 20 г
Желток яичный – 1 шт.
Масло сливочное – 50 г
Вино белое сухое – 200 мл
Соль, перец черный молотый по вкусу

Для теста:

Мука пшеничная – 200 г
Яйцо – 1 шт.
Сахар – 10 г
Масло сливочное – 100 г
Сметана – 50 г
Соль – 5 г

Для приготовления теста муку (20 г оставить) просеять, добавить к ней соль, сахар и нарезанное кусочками сливочное масло и взбить в кухонном комбайне.

Затем влить сметану, ввести яйцо, включить комбайн еще на 2 минуты, после чего выложить тесто на посыпанный мукой стол, вымесить легкими движениями от краев к центру, скатать в шар, размять руками в толстую лепешку, обернуть пищевой пленкой и убрать в холодильник на 20 минут.

Лук-порей промыть, удалить верхние листья, оставить стебель диаметром 3 см. Оставшиеся листья нарезать большими кусками.

Свиной окорок разложить на разделочной доске, разрезать вдоль волокон, оставив до края 1 см, и ввести в разрез стебель лука-порея.

Ягоды можжевельника промыть, обсушить, размять, выложить на сковороду с разогретым сливочным маслом, добавить окорок, обжарить его со всех сторон, влить вино, положить листья лука-порея, накрыть сковороду крышкой и тушить 15 минут, после чего мясо переложить на бумажные салфетки и обсушить.

Тесто вынуть из холодильника, раскатать в тонкий прямоугольный пласт, развернуть укороченной стороной к себе, подровнять края, сделать в верхней и нижней части параллельные надрезы, оставив до центра 20 см.

Затем выложить в центр мясо и завернуть полоски теста справа налево и слева направо так, чтобы получилась плетенка.

Тесто смазать взбитым желтком и поместить изделие в разогретую до 200° С духовку на 30 минут.

Готовый рулет вынуть из духовки, оставить на 15 минут, затем выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из свинины с сыром и грибами

Филе свинины – 1 кг
Грибы белые сухие – 100 г
Сыр твердых сортов – 200 г
Перец сладкий – 60 г
Чеснок – 20 г
Горчица – 20 г
Масло растительное —60 мл
Майонез – 20 г
Вино белое сухое – 100 мл
Лук зеленый – 30 г
Перец черный горошком – 7 шт.
Соль, перец черный молотый по вкусу

Грибы перебрать, промыть, залить кипящей водой и оставить на 30 минут.

Мясо разложить на разделочной доске, сделать острым ножом глубокий надрез по центру вдоль волокон, оставив до края 1,5 см, и развернуть.

Правую половину разрезать поперек волокон на 2 части, не дойдя до края 1 см, раздвинуть надрез, после чего так же разделить левую половину.

По всей поверхности мяса нанести ножом неглубокие надрезы вдоль волокон, накрыть его пищевой пленкой, отбить в тонкий пласт, посолить, поперчить и обмазать горчицей.

Грибы откинуть на дуршлаг и нарезать соломкой. Зеленый лук промыть и измельчить. Сладкий перец, удалив семена, нашинковать. Чеснок очистить и измельчить. Сыр натереть на мелкой терке.

Соединить грибы, зеленый лук, чеснок, сладкий перец и сыр, перемешать, посолить и поперчить.

Полученную начинку выложить ровным слоем на мясо, свернуть его рулетом, перевязать ниткой, поместить в форму для запекания.

Для приготовления соуса соединить соль и майонез, влить растительное масло и белое вино, добавить черный перец горошком, тщательно перемешать.

Мясной рулет залить соусом, поставить в разогретую до 200° С духовку, запекать 1,5 часа, периодически поливая мясо выделяющимся соком.

Готовый рулет вынуть из духовки, оставить на 10 минут, затем снять нитки, выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из свинины с овощами и шампиньонами

Филе свинины – 800 г
Шампиньоны – 200 г
Помидоры – 100 г
Горошек зеленый консервированный – 100 г
Лук репчатый – 40 г
Перец сладкий – 100 г
Перец острый – 30 г
Масло растительное – 60 мл
Сок апельсиновый – 100 мл Листья тимьяна – 20 г
Соль, перец черный молотый по вкусу

Грибы перебрать, промыть и нарезать тонкими ломтиками. Репчатый лук очистить, нарезать полукольцами, обжарить на сковороде в 20 мл растительного масла, затем добавить грибы и держать, помешивая, на слабом огне 5–10 минут.

Сладкий и острый перец очистить от семян. Острый перец нарубить, сладкий – нарезать кубиками. Помидоры, предварительно сделав на них крестообразный надрез, опустить в кипящую воду на 1 минуту, затем – в холодную, освободить от кожицы и нарезать кусочками.

Листья тимьяна промыть и обсушить. Соединить грибы, лук, сладкий и острый перец, помидоры, тимьян, консервированный горошек, добавить соль и черный молотый перец и перемешать.

Мясо разложить на разделочной доске, сделать острым ножом глубокий надрез по центру вдоль волокон, оставив до края 0,7 см, и развернуть.

По всей поверхности пласта нанести ножом неглубокие надрезы вдоль волокон и, накрыв пищевой пленкой, отбить в тонкий пласт.

Убрать пленку, мясо посолить, поперчить, распределить по нему начинку, свернуть рулетом, перевязать ниткой и обжарить на сковороде в 30 мл растительного масла с обеих сторон до коричневой корочки.

Затем переложить на противень, смазанный маслом, полить апельсиновым соком, поставить в разогретую до 200° С духовку и запекать 40 минут.

Готовый рулет вынуть, оставить на 10 минут, затем снять нитки, выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из свинины со шпиком и черносливом

Филе свинины – 200 г
Шпик свиной – 50 г
Морковь – 100 г
Чернослив – 100 г
Чеснок – 10 г
Сахар – 10 г
Горчица – 10 г
Лист лавровый молотый – 10 г
Зелень петрушки – 20 г
Масло сливочное – 20 г
Масло растительное – 20 мл
Сок лимонный – 20 мл
Соль, перец черный молотый по вкусу

Мясо разложить на разделочной доске, накрыв пищевой пленкой, отбить в тонкий пласт, затем посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и обмазать горчицей. Зубчики чеснока мелко нарубить. Морковь очистить и нарезать маленькими кубиками, так же как и шпик.

Эти ингредиенты выложить на мясо, посыпать измельченной зеленью и лавровым листом, свернуть рулетом, перевязать ниткой и обжарить на сковороде на слабом огне в разогретом сливочном масле.

Затем переложить рулет на противень, смазанный растительным маслом (10 мл), поставить в разогретую до 170° С духовку и запекать 20 минут.

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.