

ваш домашний повар



ЧУДО- *рецепты* ЗАПЕКАНОК



Сергей Павлович Кашин
Чудо-рецепты запеканок
Серия «Ваш домашний повар»

Текст предоставлен издательством

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=5814850

Чудо-рецепты запеканок / [сост. С. П. Кашин].: РИПОЛ классик;

Москва; 2012

ISBN 978-5-386-05028-3

Аннотация

Запеканка – уникальное блюдо. Оно и вкусное, и сытное, подойдет и для повседневного стола, и для праздничного, и на завтрак, и на обед, и на ужин. В этой книге вы найдете лучшие рецепты самых разных запеканок – мясных, овощных, рыбных, крупяных, сладких и даже фруктовых.

Содержание

Чудо-рецепты запеканок	7
Творожные запеканки	9
Помидоры со сметаной, укропом и чесноком. «Для красных, белых и зеленых»	9
Кабачки с яйцами, брынзой и миндалем. «Прогрессивные»	11
Картофель с молоком и овсяными хлопьями. «Боярин»	12
Картофель с яйцом. «Люли-люли»	13
Брокколи со сметаной и мускатным орехом под соусом. «Дарлинг»	14
Картофель с цветной капустой, сыром и сметаной. «Бова-королевич»	16
Грибы с зеленым луком, петрушкой и шафраном. «Рок-н-рольные»	18
Грибы с луком и сыром. «Из парижского ресторанчика»	19
Цветная капуста с сыром. «Лямур»	20
Петрушка с сухарями и яйцами. «Румба»	21
Зеленый лук с яйцами. «Тужур»	22
Гречневый крупеник со сметаной и ванилином. «Тряхнем стариной»	23
Фенхель с яйцами и кориандром. «Меломан»	24

Морковь со шпинатом, яблоками, инжиром и изюмом. «Бонжур»	25
Творожник с топленым маслом, ванилином и апельсиновой цедрой. «Бабушкинский»	27
Творожник с изюмом, сахаром, маслом и сметаной. «Искренне ваш»	29
Гречневый крупеник с лимонной цедрой и корицей. «Импровизационный»	30
Рис с орехами, лимонной цедрой и красным перцем. «Попурри»	32
Рис с изюмом и яйцами. «Перемены к лучшему»	34
Рис с яблоками, изюмом и молоком. «Кабаре-люкс»	36
Кукурузный крупеник с изюмом и грецкими орехами. «Амброзия»	38
Пшеничный крупеник с изюмом и молоком. «Три богатыря»	40
Яблоки с мандаринами и курагой. «Много тройских унций»	41
Яблоки с изюмом и корицей. «Новосветские»	42
Малина с яйцами и маслом. «Миссис Ипи»	43
Брусника со сливками, хлебом и корицей. «Мисс Ури»	44
Фрукты с миндалем, изюмом и молоком. «Воскресное лакомство»	46

Хлеб с изюмом и яблоками. «Бубновый туз»	48
Медовый творожник. «Трефовый король»	50
Персики с медом, вином и миндалем. «Козырные»	51
Лимонный творожник с цукатами, изюмом и кремом. «Богатенький»	53
Творожный каравай. «Кого хочешь – выбирай!»	55
Домашний творог с сыром, яйцами и маслом. «Хозяйский»	56
Запеканки из овощей и грибов	58
Картофельная запеканка с мясным фаршем	58
Картофельная запеканка с бараниной	60
Картофельная запеканка с беконом	62
Картофельная запеканка с творогом	63
Картофельная запеканка с шампиньонами	64
Картофельная запеканка со шпинатом	65
Картофельная запеканка с кальмаром и анчоусами	67
Конец ознакомительного фрагмента.	68

С. П. Кашин

Чудо-рецепты запеканок

©ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик», 2012

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

Чудо-рецепты запеканок

Ставшая обиходной фраза «Все гениальное просто» свежа, как никогда, если речь идет о замечательном кулинарном достижении человечества – запеканке. История не сохранила имени человека, впервые додумавшегося смешать разные продукты и запечь их на углях или в печи. А жаль, потому что одним нобелевским лауреатом точно было бы больше.

Простое в приготовлении, сытное, выгодное, аппетитное запеченное кушанье привлекательно и для молодых кулинаров, и для титулованных шеф-поваров. Первые научатся придумывать необыкновенные сочетания продуктов, виртуозно шинковать, равномерно обжаривать и художественно оформлять, а вторые просто приготовят кулинарный шедевр на скорую, но мастерскую руку. Первые догадываются, а вторые точно знают: запеканка – беспроигрышное блюдо во всех отношениях.

И правда, ну в чем холодильнике не найдется немного сыра, двух-трех котлеток и яиц, открытой упаковки сметаны и не поместившейся в салат оливье вареной картофелины? А у каких ответственных владельцев шести соток не останется нескольких килограммов яблок, ревеня или крыжовника от сырья для могучих зимних заготовок?

Даже рукава засучивать не надо: быстро нарезали, натерли, взбили, залили нарезанное взбитым, посыпали натертым

и забыли в духовке на некоторое время – до образования румяной корочки. Вкус – волшебный, потраченное время – минимально, разнообразие сочетаний – ограничено только вашей фантазией. От соединения того, другого и третьего – тройное удовольствие.

Творожные запеканки

Помидоры со сметаной, укропом и чесноком. «Для красных, белых и зеленых»

Ингредиенты

250 г жирного творога,

6 помидоров,

150–170 г сметаны,

$\frac{1}{2}$ стакана мелко нарезанного укропа,

3 зубчика чеснока,

3 яйца,

2 ст. л. муки,

2 ст. л. кетчупа,

$\frac{1}{2}$ ч. л. сладкой или острой паприки,

1 ст. л. манной крупы,

маргарин, перец и соль.

Способ приготовления

Помидоры мелко нарежьте и слейте образовавшийся сок.

Подготовленные помидоры смешайте с творогом, смета-

ной, взбитыми яйцами, мукой, кетчупом, укропом, пропущенным через пресс чесноком, паприкой, солью и перцем. Полученную массу тщательно перемешайте и выложите в смазанную маргарином и посыпанную манной крупой форму.

Запекайте в духовке около 50 минут при средней температуре.

Кабачки с яйцами, брынзой и миндалем. «Прогрессивные»

Ингредиенты

250 г жирного творога,

1 кг кабачков,

4 яйца,

250 г брынзы,

$\frac{1}{2}$ стакана тонкомолотого миндаля,

сливочное масло,

белый перец

соль.

Способ приготовления

Кабачки натрите на мелкой терке и тщательно отожмите. Брынзу раскрошите и смешайте с кабачками и творогом. Добавьте взбитые яйца, масло и миндаль.

Полученную массу посолите, поперчите, тщательно перемешайте и выложите в смазанную маслом форму.

Запекайте в духовке 50 минут при средней температуре.

подавайте, охладив 20 минут.

Картофель с молоком и овсяными хлопьями. «Боярин»

Ингредиенты

200 г творога,

3 картофелины,

100 мл молока,

1/2 стакана овсяных хлопьев,

1 яйцо,

растительное масло, соль.

Способ приготовления

Картофель сварите в подсоленной воде до готовности и разомните в пюре. Молоко нагрейте и влейте его в пюре. Остывшее картофельное пюре смешайте с творогом, взбитым яйцом, тщательно перемешайте, посолите, всыпьте овсяные хлопья и еще раз тщательно перемешайте.

Полученную массу выложите в смазанную маслом форму.

Запекайте в духовке до образования золотисто-коричневой корочки при средней температуре.

Картофель с яйцом. «Люли-люли»

Ингредиенты

*1 кг жирного творога,
8 картофелин,
1 яйцо,
молоко,
растительное масло,
соль.*

Способ приготовления

Творог протрите через сито, добавьте соль, взбитое яйцо, слегка разбавьте молоком и тщательно перемешайте смесь. Картофель сварите (или нарежьте ломтиками и обжарьте в небольшом количестве масла) в подсоленной воде, обсушите и нарежьте ломтиками.

Картофель смешайте с подготовленным творогом.

Полученную массу выложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре.

Брокколи со сметаной и мускатным орехом под соусом. «Дарлинг»

Ингредиенты

200 г творога, 600 г брокколи,

150–170 г сметаны,

$\frac{1}{4}$ ч. л. молотого мускатного ореха,

4 яйца,

2–3 ст. л. муки,

1 ст. л. манной крупы,

растительное масло,

перец, соль.

Для соуса

$\frac{1}{2}$ стакана сливок,

1–2 ст. л. сливочного масла,

1 ст. л. муки,

молотый мускатный орех,

перец, соль.

Способ приготовления

Брокколи нарежьте и смешайте с растительным маслом, сметаной, растертым творогом, взбитыми яйцами, мукой и молотым мускатным орехом. Смесь тщательно перемешайте, посолите, поперчите и еще раз тщательно перемешайте.

Полученную массу выложите в смазанную растительным маслом и слегка посыпанную манной крупой форму.

Запекайте в духовке около 50 минут при средней температуре.

Горячую запеканку полейте соусом и дайте ей пропитаться 5 минут.

Для соуса растопите сливочное масло, добавьте муку и размешайте до получения однородной массы.

Затем влейте сливки, поварите смесь до загустения, посолите, поперчите, добавьте мускатный орех, снимите с огня и тщательно размешайте полученный соус.

Картофель с цветной капустой, сыром и сметаной. «Бова-королевич»

Ингредиенты

150 г жирного творога,

3 картофелины,

1 кочан цветной капусты,

100 г тертого сыра,

1 стакан молока,

4 яйца,

4–5 ст. л. сметаны,

манная крупа,

маргарин,

перец и соль.

Способ приготовления

Картофель сварите в подсоленной воде и разомните в пюре.

Цветную капусту разберите на соцветия, залейте водой, чтобы она только покрыла капусту, и сварите до полуготовности. Затем слейте воду и разомните капусту до получения однородного пюре.

Добавьте молоко, взбитые яйца, подготовленный картофель и все тщательно перемешайте.

В полученную смесь положите творог, сметану, соль, пе-

рец и взбейте до получения однородной массы.

Затем выложите массу в смазанную маргарином и посыпанную манной крупой форму и посыпьте тертым сыром.

Запекайте в духовке 55 минут при средней температуре.

Грибы с зеленым луком, петрушкой и шафраном. «Рок-н-рольные»

Ингредиенты

250 г полужирного творога,

250 г отжатого творога,

150 г любых грибов,

1/2 стакана нарезанного зеленого лука,

1 стакан нарезанной зелени петрушки,

1/4 ч. л. молотого шафрана,

5 яиц,

3 ст. л. муки,

маргарин,

перец, соль.

Способ приготовления

Яйца взбейте, грибы мелко нарежьте. Творог пропустите через мясорубку и смешайте с луком, петрушкой, яйцами, шафраном и все тщательно перемешайте.

Добавьте грибы, перемешайте, посолите, поперчите и еще раз все тщательно перемешайте. Полученную массу выложите в смазанную маргарином форму.

Запекайте в духовке 45 минут при средней температуре.

Грибы с луком и сыром. «Из парижского рестораника»

Ингредиенты

500 г творога,

500 г любых грибов,

1 луковица,

150 г тертого сыра,

2 ст. л. порошка грибного супа,

3 яйца,

сливочное масло,

перец и соль.

Способ приготовления

Творог, сыр, взбитые яйца и порошок грибного супа смешайте до получения однородной массы. Лук нашинкуйте и обжарьте на сливочном масле до полуготовности.

Добавьте нарезанные грибы и обжаривайте их вместе с луком 8–10 минут. Затем тщательно смешайте грибы с луком и творожную массу, посолите, поперчите и выложите в смазанную маслом форму.

Запекайте в духовке 40–50 минут при средней температуре.

Цветная капуста с сыром. «Лямур»

Ингредиенты

*200 г жирного творога,
400 г цветной капусты,
1 стакан тертого сыра,
4 яйца,
сливочное масло,
соль.*

Способ приготовления

Цветную капусту сварите в подсоленной воде и разберите на соцветия. Затем мелко нарубите, добавьте сыр, взбитые яйца, протертый творог, посолите и тщательно взбейте смесь до получения однородной массы. Полученную массу выложите ровным слоем в смазанную маслом форму.

Запекайте в духовке 20–25 минут при средней температуре.

Подавайте со сметаной.

Петрушка с сухарями и яйцами. «Румба»

Ингредиенты

*250 г полужирного творога,
2 стакана нарезанной зелени петрушки,
2 ст. л. панировочных сухарей,
4 яйца,
1 ст. л. манной крупы,
маргарин,
перец, соль.*

Способ приготовления

Яйца взбейте и тщательно смешайте с творогом. Затем добавьте сухари, петрушку, перемешайте, посолите, поперчите и еще раз все тщательно перемешайте. Полученную массу выложите в смазанную маргарином и посыпанную манной крупой форму.

Запекайте в духовке 50 минут при средней температуре.

Зеленый лук с яйцами. «Тужур»

Ингредиенты

*500 г жирного творога,
6 стеблей зеленого лука,
5 яиц,
2 ст. л. муки,
1 ст. л. манной крупы,
маргарин,
перец, соль.*

Способ приготовления

Зеленый лук мелко нарежьте. Отделите белки от желтков. Смешайте творог, муку, желтки и лук. Смесь посолите, поперчите и взбейте до получения однородной массы. Отдельно взбейте белки в крепкую пену и осторожно добавьте к творожной смеси. Полученную массу аккуратно выложите в смазанную маргарином и посыпанную манной крупой форму.

Запекайте в духовке около 35 минут при средней температуре, пока запеканка не поднимется и не зарумянится.

Гречневый крупеник со сметаной и ванилином. «Тряхнем стариной»

Ингредиенты

1¹/₂ стакана творога,

1¹/₂ стакана гречневой крупы,

1 стакан сметаны,

3 яйца,

4 ст. л. сахара,

4 ст. л. сливочного масла,

ванилин, соль.

Способ приготовления

Сварите рассыпчатую гречневую кашу, слегка охладите ее, смешайте с протертым творогом, взбитыми яйцами, сахаром, сметаной, ванилином и тщательно перемешайте.

Полученную массу выложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Подавайте со сметаной.

Фенхель с яйцами и кориандром. «Меломан»

Ингредиенты

*500 г нежирного творога,
2 стебля фенхеля,
3 яйца,
2 сваренных вкрутую яйца,
1/2 стакана нарезанного кориандра,
2 ст. л. картофельной муки,
2 ст. л. сливочного масла,
перец, соль.*

Способ приготовления

Стебли фенхеля разрежьте на 4 части, сварите до готовности и слейте воду. Фенхель разомните в пюре, вареные яйца мелко нарежьте и смешайте с творогом, картофельной мукой, размягченным маслом и кориандром.

После добавления каждого продукта смесь тщательно перемешивайте. Затем влейте взбитые яйца, посолите, поперчите и все тщательно перемешайте до получения однородной массы. Полученную массу выложите в смазанную маслом форму.

Запекайте в духовке 50 минут при средней температуре.

Морковь со шпинатом, яблоками, инжиром и изюмом. «Бонжур»

Ингредиенты

*200 г творога,
1 небольшая морковка,
3–4 ст. л. шпината,
2 яблока,
2–3 ст. л. рубленого инжира,
2–3 ст. л. изюма,
2 яйца,
1 ст. л. манной крупы,
сливочное масло,
сахар, соль.*

Способ приготовления

Морковь нашинкуйте и потушите в небольшом количестве масла и воды до готовности. Добавьте мелко нарезанный шпинат и потушите смесь еще 5 минут. Затем положите мелко нарубленные яблоки, инжир, 1 взбитое яйцо и перемешайте полученную массу.

Творог протрите через сито, смешайте с манной крупой, сахаром, оставшимся яйцом и изюмом.

В смазанную маслом форму (или в порционные формочки) выкладывайте, чередуя, слоями творог и овощи с фрук-

тами (всего 4 слоя). Верх разровняйте и сбрызните растопленным маслом.

Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Подавайте со сметаной.

Творожник с топленым маслом, ванилином и апельсиновой цедрой. «Бабушкинский»

Ингредиенты

*500 г творога,
2 ст. л. топленого масла,
2 ст. л. муки,
1 яйцо,
3 ст. л. сахара,
1 ст. л. панировочных сухарей,
ванилин,
апельсиновая цедра,
сливочное масло,
сметана
соль.*

Способ приготовления

Яйца взбейте с сахаром. Творог дважды пропустите через мясорубку, добавьте яйца с сахаром, подогретое топленое масло, соль, муку, ванилин, натертую на мелкой терке апельсиновую цедру и все тщательно перемешайте.

Полученную массу выложите в смазанную сливочным маслом и посыпанную сухарями форму, разровняйте, смажь-

те сметаной и сбрызните растопленным сливочным маслом.
Запекайте в духовке 25–30 минут при средней температуре.

Подавайте, полив сладким соусом из ягод или сметаной.

Творожник с изюмом, сахаром, маслом и сметаной. «Искренне ваш»

Ингредиенты

500 г творога,

100 г изюма,

2 ст. л. сахара,

3 ст. л. сливочного масла,

3 ст. л. сметаны,

2 ст. л. манной крупы,

1 яйцо,

1/2 стакана молотых сухарей,

1/2 ч. л. соли.

Способ приготовления

В пропущенный через мясорубку творог положите 2 ст. л. растопленного сливочного масла, взбитое с сахаром яйцо, манную крупу, соль. Смесь тщательно перемешайте, добавьте изюм и еще раз перемешайте.

Полученную массу выложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Поверхность смажьте сметаной и сбрызните оставшимся растопленным маслом. Запекайте в духовке 25–30 минут при средней температуре.

Гречневый крупеник с лимонной цедрой и корицей. «Импровизационный»

Ингредиенты

*400 г творога,
300 г гречневой крупы,
цедра 1 лимона,
2 стакана молока,
1 стакан воды,
100 г сливочного масла,
2 яйца,
4 ст. л. сахара,
корица,
молотые сухари,
соль.*

Способ приготовления

Гречневую крупу обжарьте на сухой сковороде, всыпьте в кипящую воду, добавьте соль, масло и поварите на слабом огне до разбухания крупы. Затем влейте молоко и поварите, пока каша не станет густой.

Творог смешайте с взбитыми яйцами, сахаром, корицей и лимонной цедрой.

Подготовленный творог тщательно смешайте с кашей.

Полученную массу выложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму и обложите кусочками масла.

Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Подавайте в холодном или горячем виде со сметаной или сладким соусом.

Рис с орехами, лимонной цедрой и красным перцем. «Попурри»

Ингредиенты

200 г творога,

1/2 стакана риса,

1/4 стакана любых орехов,

3 ст. л. сливок,

1 ч. л. лимонного сока,

1 яйцо,

2 ст. л. панировочных сухарей,

лимонная цедра,

растительное масло,

красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рис сварите в подсоленной воде, откиньте на сито и дайте воде стечь. Орехи измельчите и смешайте с творогом, рисом, сливками, лимонным соком, цедрой и перцем.

Полученную массу выложите в смазанную маслом и посыпанную панировочными сухарями форму. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре.

подавайте в горячем или холодном виде с томатным со-

ycom.

Рис с изюмом и яйцами.

«Перемены к лучшему»

Ингредиенты

250 г творога,

500 г готовой творожной массы с изюмом или курагой,

1¹/₂ стакана риса,

³/₄ стакана изюма,

2 ст. л. муки,

2 ст. л. сахара,

2 яйца,

растительное масло,

соль.

Способ приготовления

Изюм замочите в горячей воде на 10–15 минут, затем откиньте на сито и дайте воде стечь. Сварите рассыпчатый рис в подсоленной воде, слейте воду, промойте рис холодной водой и откиньте на сито. Отделите белки от желтков.

Смешайте творог и творожную массу, добавьте изюм, 2 белка и 1 желток, сахар, подготовленный рис и муку.

Полученную массу выложите в смазанную растительным маслом форму. Взбейте оставшийся желток и аккуратно смажьте им поверхность.

Запекайте в духовке 30–35 минут до образования золотистой корочки при температуре 180 °С.

Рис с яблоками, изюмом и молоком. «Кабаре-люкс»

Ингредиенты

200 г творога,

1 стакан риса,

3 яблока,

1/2 стакана изюма,

2 стакана молока,

3 яйца,

3 ст. л. сахара, 1 ст. л. сметаны,

1 щепотка ванильного сахара,

2 ст. л. панировочных сухарей,

сливочное масло для смазывания формы.

Способ приготовления

Сварите рассыпчатую рисовую кашу на разбавленном водой молоке.

В охлажденную до 60–70° С кашу добавьте протертый творог, взбитые с сахаром в пышную пену 2 яйца, ванилин, припущенный и обсушенный изюм, очищенные от кожицы и сердцевины нарезанные кубиками яблоки.

Полученную массу перемешайте и выложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Поверхность смажь-

те сметаной, смешанной с одним яйцом.

Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при температуре 220–230 °С. Подавайте с клубничным вареньем.

Кукурузный крупеник с изюмом и грецкими орехами. «Амброзия»

Ингредиенты

600 г творога,

100 г кукурузной крупы,

3–4 ст. л. изюма,

3–4 ст. л. толченых грецких орехов,

4 яйца,

3–4 ст. л. муки,

100 мл молока,

2–3 ст. л. сахара,

цедра 1 лимона,

сливочное масло,

панировочные сухари,

ванилин.

Способ приготовления

Отделите белки от желтков. Творог протрите через сито и вмешайте в него 4 желтка, растопленное сливочное масло, молоко, сахар, цедру лимона, ванилин, кукурузную крупу, муку, изюм и орехи.

Смесь тщательно перемешайте и осторожно введите в нее 4 взбитых белка.

Полученную массу выложите в смазанную маслом и по-

сыпанную сухарями форму. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте со сметаной.

Пшениный крупеник с изюмом и молоком. «Три богатыря»

Ингредиенты

300 г творога,

1 стакан пшена,

100 г изюма,

300 мл молока,

6 яиц,

сметана,

сахар,

молоко,

сливочное масло, соль.

Способ приготовления

Пшено промойте несколько раз и сварите на молоке с добавлением масла и соли.

Остывшую кашу смешайте с протертым творогом, добавьте изюм, 5 взбитых яиц и сахар.

Полученную массу тщательно перемешайте и выложите в смазанную маслом форму. Поверхность смажьте оставшимся одним яйцом, взбитым со сметаной.

Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Подавайте со сметаной.

Яблоки с мандаринами и курагой. «Много тройских унций»

Ингредиенты

500 г творога,

3–4 кислых яблока,

1–2 мандарина,

$\frac{1}{2}$ стакана кураги,

1 белок,

1 ст. л. муки,

$\frac{3}{4}$ ч. л. соды,

растительное масло и манная крупа.

Способ приготовления

Смешайте творог с белком, мукой, содой, очищенными и нарезанными яблоками. Затем добавьте отваренную в течение 5 минут курагу и разобранные на дольки мандарины. Полученную массу тщательно перемешайте и выложите в смазанную растительным маслом и посыпанную манной крупой форму.

Запекайте в духовке 25–30 минут при средней температуре.

Яблоки с изюмом и корицей. «Новосветские»

Ингредиенты

500 г творога,

4 яблока,

3–4 ст. л. изюма,

$\frac{1}{2}$ ч. л. корицы,

120–130 г сливочного масла,

4 яйца,

2 ст. л. манной крупы,

$\frac{1}{2}$ стакана сахара,

1 ч. л. ванильного сахара,

$\frac{1}{2}$ ч. л. соли.

Способ приготовления

Яблоки очистите от кожуры, разрежьте пополам, удалите сердцевину и уложите в смазанную маслом форму.

Взбейте размягченное масло с сахаром, затем добавьте в смесь ванильный сахар, соль, взбитые яйца, потом творог, манную крупу, изюм и корицу.

Полученную массу тщательно перемешайте и выложите поверх яблок. Запекайте в духовке около 45 минут при температуре 200 °С.

Малина с яйцами и маслом. «Миссис Ипи»

Ингредиенты

400 г творога,

400 г малины,

2 яйца,

2 ст. л. манной крупы,

сливочное масло и сахар.

Способ приготовления

Творог протрите через сито, добавьте размягченное сливочное масло, взбитые яйца, манную крупу, сахар и все тщательно перемешайте.

Половину полученной массы выложите ровным слоем в смазанную маслом форму, поверх массы разложите малину, накройте ее оставшейся творожной массой и посыпьте сахарным песком.

Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, полив сметаной или любым ягодным сиропом.

Брусника со сливками, хлебом и корицей. «Мисс Ури»

Ингредиенты

*500 г творога,
300 г брусники,
100 мл сливок,
6 ломтиков белого хлеба,
2 ч. л. корицы,
3 яйца,
1 стакан и 1 ст. л. сахара,
1 ч. л. ванильного сахара,
сливочное масло.*

Способ приготовления

Хлеб смажьте маслом и нарежьте небольшими кубиками.

Уложите половину кубиков в смазанную маслом форму.

Поверх них выложите половину брусники и посыпьте ее частью смеси из 1 ст. л. сахара и корицы.

Смешайте творог, взбитые яйца, сливки, сахар и ванильный сахар.

Выложите половину полученной смеси в форму, затем – оставшийся хлеб, поверх него – оставшуюся бруснику, посыпав ее сахаром с корицей, и последним слоем выложите оставшуюся творожную смесь.

Запекайте в духовке около 25 минут при температуре 200 °С. Подавайте в горячем или холодном виде.

Фрукты с миндалем, изюмом и молоком. «Воскресное лакомство»

Ингредиенты

750 г творога,

200–300 г любых нарезанных фруктов,

$\frac{1}{2}$ стакана нарезанного миндаля,

$\frac{1}{2}$ стакана изюма,

400 мл молока,

3 яйца,

$\frac{3}{4}$ стакана сахара,

2 ст. л. крахмала,

сливочное масло,

лимонная цедра,

соль.

Способ приготовления

Отделите белки от желтков. Творог и молоко смешайте в миксере.

Затем добавьте желтки, крахмал, сахар и лимонную цедру.

В конце взбивания подмешайте взбитые со щепоткой соли белки.

В полученную массу положите изюм, фрукты, орехи, тща-

тельно перемешайте, выложите в смазанную маслом форму и обложите кусочками масла.

Запекайте в духовке около 45 минут до золотистого цвета при средней температуре.

Хлеб с изюмом и яблоками. «Бубновый туз»

Ингредиенты

*500 г творога,
8 ломтиков белого хлеба,
3 ст. л. изюма,
2 яблока,
4 яйца,
2 ст. л. манной крупы,
3 ст. л. сахара,
 $\frac{2}{3}$ стакана молока,
сливочное масло,
соль.*

Способ приготовления

Белки отделите от желтков (желтки используйте для приготовления других блюд).

Белки взбейте и смешайте с творогом, 2 ст. л. сахара, манной крупой, изюмом и мелко нарезанными яблоками.

Хлеб замочите в молоке, смешанном с 1 ст. л. сахара.

В смазанную маслом форму уложите 4 ломтика хлеба, на каждый из них положите творожную массу, накройте ее ломтиком хлеба и сбрызните растопленным маслом. Запекайте

в духовке до готовности при средней температуре.

Подавайте со сметаной.

Медовый творожник. «Трефовый король»

Ингредиенты

500 г творога,

2–3 ст. л. жидкого меда,

$\frac{1}{2}$ стакана сахара,

2 яйца,

3–4 ст. л. манной крупы,

1 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления

Творог протрите через сито, добавьте мед, сахар, взбитые яйца, манную крупу и все тщательно перемешайте.

Полученную массу выложите в смазанную сливочным маслом форму.

Запекайте в духовке 35–40 минут при средней температуре.

Персики с медом, вином и миндалем. «Козырные»

Ингредиенты

*400 г диетического творога,
3 персика,
2 ст. л. меда,
120–130 мл сухого белого вина,
4–5 ст. л. измельченного миндаля,
2–3 ст. л. изюма,
сок и тертая цедра $1/2$ лимона,
2 яйца,
2 ст. л. сахара,
1–2 ст. л. сахарной пудры,
1–2 ст. л. манной крупы,
сливочное масло.*

Способ приготовления

Персики опустите в кипяток, очистите от кожицы, разрежьте пополам и удалите косточки. Один персик нарежьте дольками и отложите.

Персики вместе с вином, медом, цедрой и соком лимона потушите 3 минуты под крышкой на сильном огне.

Подготовленные персики уложите в форму.

Отделите белки от желтков. Желтки разотрите с сахаром до получения однородной массы.

Смешайте творог, образовавшуюся при тушении персиков жидкость, манную крупу, изюм, две трети нормы миндаля и растертые желтки.

Затем добавьте белок, взбитый в крепкую пену.

Полученную массу выложите поверх половинок персиков, затем разложите дольки персика, посыпьте смесью из оставшегося миндаля и сахарной пудры и обложите кусочками масла.

Запекайте в духовке около 20 минут при средней температуре.

Лимонный творожник с цукатами, изюмом и кремом. «Богатенький»

Ингредиенты

1 кг творога,

2–3 ст. л. цукатов,

100 г изюма,

250 г сахара,

8 яиц,

4 ст. л. манной крупы,

цедра 1 лимона,

150 г сливочного масла,

2–3 ст. л. панировочных сухарей.

Для крема:

200 г сахара,

1/2 стакана сметаны,

сок 1 лимона,

1 ст. л. сливочного масла,

ванилин – по вкусу,

кусочки лимона или мармелад «Лимонные дольки» – для украшения.

Способ приготовления

Творог пропустите через мясорубку, белки отделите от

желтков.

Желтки разотрите с сахаром, маслом и смешайте с творогом. Затем добавьте взбитые белки, манную крупу, изюм, цукаты и тертую лимонную цедру.

Полученную массу выложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму.

Запекайте в духовке 1 час при средней температуре.

Подавайте, полив кремом и украсив мармеладом «Лимонные дольки» или кусочками лимона.

Для крема смешайте сахар, сметану и поварите 10–15 минут. Затем полученную массу разотрите с маслом, ванилином и лимонным соком.

Творожный каравай.

«Кого хочешь – выбирай!»

Ингредиенты

*150 г творога,
250 г черствого белого хлеба,
 $\frac{3}{4}$ стакана молока,
1 яйцо,
1 ст. л. молотых сухарей,
1–2 ч. л. сахарной пудры,
2–3 ст. л. маргарина.*

Способ приготовления

Кусочки хлеба залейте на 30–40 минут горячим молоком, отожмите, пропустите через мясорубку, добавьте маргарин, творог, сахар, яйцо и все тщательно перемешайте.

Полученную массу выложите в смазанную маргарином и посыпанную молотыми сухарями форму.

Запекайте в духовке 30–40 минут при средней температуре.

подавайте, посыпав сахарной пудрой.

Домашний творог с сыром, яйцами и маслом. «Хозяйский»

Ингредиенты

400 г домашнего творога,

150 г тертого сыра,

2 яйца,

100 г сливочного масла,

1 ч. л. соли.

Для домашнего творога

2 л молока,

1 л кефира.

Способ приготовления

Смешайте домашний творог, взбитые яйца, растопленное масло, тертый сыр, соль.

Смесь тщательно перемешайте и выложите в смазанную маслом форму.

Запекайте в духовке около 20 минут при температуре 200 °С.

Подавайте в теплом виде с салатом из свежих овощей.

Для домашнего творога в кастрюле тщательно смешайте кефир и молоко. Поставьте кастрюлю без крышки на водяную баню и держите на слабом огне до полного створаживания молочно-кефирной массы.

Творог должен уплотниться и отходить от стенок кастрюли, сыворотка должна стать прозрачной.

Снимите кастрюлю с водяной бани и дайте содержимому полностью остыть.

В чистую емкость поместите дуршлаг, положите на дно мокрую марлю и вылейте содержимое кастрюли.

Когда сыворотка немного стечет, соберите края марли и свяжите концы узлом.

Подвесьте мешочек с творогом, подставив под него емкость для полного стекания сыворотки.

Из указанной нормы молока и кефира получается 500–600 г творога.

Запеканки из овощей и грибов

Картофельная запеканка с мясным фаршем

Ингредиенты

*600 г картофеля,
300 г свинины или говядины,
2 яйца,
250 г квашеной капусты,
150 мл мясного бульона,
150 г сметаны,
80 г сыра твердых сортов,
1 луковица,
15 г сливочного масла,
2 ст. л. растительного масла,
2 зубчика чеснока,
зелень петрушки и укропа,
черный молотый перец, соль.*

Способ приготовления

Мясо хорошо промыть, очистить от пленок, нарезать кусочками и пропустить через мясорубку вместе с луком. По-

лученный фарш обжарить в разогретом растительном масле, периодически помешивая, до образования золотистой корочки. Картофель помыть, очистить и нарезать тонкими кружочками. Сыр натереть на крупной терке, смешать с яйцами, добавить сметану, посолить, поперчить, влить мясной бульон и тщательно все перемешать.

Глубокий противень смазать сливочным маслом, равномерными слоями выложить в него картофель, фарш и капусту, а сверху полить полученным соусом.

Запеканку довести до готовности в предварительно разогретой духовке, разрезать на порционные куски и посыпать мелкорубленной зеленью укропа и петрушки.

Картофельная запеканка с бараниной

Ингредиенты

300 г картофеля,

200 г баранины,

60 г сметаны,

1 луковица,

150 г мясного бульона,

3 ст. л. оливкового масла,

10 г сливочного масла,

зелень мяты, чабреца, тимьяна,

черный молотый перец,

соль.

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить и нарезать соломкой.

Лук нашинковать и обжарить в разогретом масле до золотистого цвета. Баранину хорошо промыть, удалить пленки и нарезать соломкой вдоль волокон.

Зелень промыть, нарубить, добавить несколько капель масла, посолить, поперчить и тщательно растереть. Затем влить мясной бульон, добавить сметану и хорошо перемешать.

Глубокий противень смазать сливочным маслом, на дно

выложить баранину, а сверху картофель и обжаренный лук, залить полученным соусом.

Запеканку поместить в предварительно разогретую духовку и довести до готовности, после чего разрезать на порционные куски.

Картофельная запеканка с беконом

Ингредиенты

250 г картофеля,

70 г бекона,

20 г консервированного зеленого горошка,

30 г корншионов,

3–4 зубчика чеснока,

1 ст. л. растительного масла,

зеленый лук,

черный молотый перец,

соль.

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить и нарезать кубиками, а бекон – тонкими ломтиками.

Чеснок измельчить, зеленый лук промыть и нарубить.

Глубокий противень смазать растительным маслом и выложить дно ломтики бекона, сверху поместить картофель, лук и чеснок, посолить и поперчить.

Запеканку поместить в предварительно разогретую духовку и довести до готовности, после чего разрезать на порционные куски и украсить корншионами и зеленым горошком.

Картофельная запеканка с творогом

Ингредиенты

300 г картофеля,

200 г брокколи,

150 г нежирного творога,

80 г сыра твердых сортов,

2 яйца,

1 ст. л. манной крупы,

150 г сметаны,

2 ст. л. растительного масла,

соль.

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить и нарезать тонкой соломкой.

Брокколи промыть и измельчить.

Яйца хорошо взбить со сметаной, добавить творог, брокколи, картофель, манную крупу, посолить и все тщательно перемешать.

Глубокий противень (или форму) смазать растительным маслом, выложить на него подготовленную смесь и поместить в предварительно разогретую духовку на 30–35 минут.

Готовую запеканку выложить на блюдо и разрезать на порционные куски.

Картофельная запеканка с шампиньонами

Ингредиенты

*400 г картофеля,
300 г шампиньонов,
1 луковица,
50 г растительного масла,
1 ст. л. панировочных сухарей,
1 зубчик чеснока,
зелень петрушки,
соль.*

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить и нарезать соломкой.

Лук очистить, измельчить и слегка обжарить в разогретом растительном масле.

Грибы хорошо промыть и нарезать тонкими ломтиками.

Чеснок очистить, растереть, смешать с 1 ст. л. растительного масла, смазать им глубокий противень, на дно которого слоями выложить картофель, лук и грибы, затем посолить и посыпать панировочными сухарями.

Запеканку поместить в предварительно разогретую духовку и довести до готовности, после чего разрезать на порционные куски и украсить веточками петрушки.

Картофельная запеканка со шпинатом

Ингредиенты

*400 г картофеля,
150 г шпината,
200 г моркови,
100 г сыра твердых сортов,
2 луковицы,
200 мл молока,
200 г мясного бульона,
40 г сливочного масла,
30 мл растительного масла,
1 ст. л. муки, соль.*

Способ приготовления

Картофель и морковь помыть, очистить, нарезать тонкими кружочками, опустить в кипящий мясной бульон и варить до готовности, после чего вынуть с помощью шумовки и выложить на тарелку.

Лук очистить, нашинковать и слегка обжарить в разогретом растительном масле, после чего добавить измельченный шпинат и пассеровать в течение 5 минут.

Муку обжарить в растопленном сливочном масле и остудить. Затем, помешивая, влить молоко, посолить и довести

на слабом огне до консистенции густой сметаны.

В полученную смесь добавить 50 г сыра, натертого на терке, и прогревать до образования однородной массы.

Глубокий противень смазать растительным маслом и выложить на него слоями картофель, морковь и обжаренный с луком шпинат.

Залить все полученным соусом, посыпать оставшимся тертым сыром и запечь в предварительно разогретой духовке.

Картофельная запеканка с кальмаром и анчоусами

Ингредиенты

*400 г картофеля,
100 г мяса кальмара,
150 г анчоусов,
2 яйца,
2 луковицы,
100 г овощного бульона,
200 мл молока,
20 г сливочного масла,
зеленый лук,
черный молотый перец, соль.*

Способ приготовления

Картофель помыть, очистить и нарезать тонкими кружочками.

Мясо кальмара промыть, отварить в подсоленной воде, вынуть с помощью шумовки и нарезать кольцами.

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.