



ОЛЬГА ИВЕНСКАЯ



САМЫЕ ИНТЕРЕСНЫЕ РЕЦЕПТЫ.

ИЗ МЯСА

с изюминкой



ЛЮБИМЫЕ
РЕЦЕПТЫ
С НОВЫМ
ВКУСОМ!

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Ивенская, Ольга Семеновна.

И25 Самые интересные рецепты из мяса с изюминкой / Ольга Ивенская. — Москва :
Издательство «Э», 2016. — 48 с. : ил. — (Кулинария. Рецепты с изюминкой).

Если вы хотите внести разнообразие в традиционные и уже полюбившиеся рецепты, удивить и вкусно накормить семью и друзей, то наша книга для вас! Здесь вы найдете несложные рецепты из доступных продуктов, на которые взглянули немного по-другому — добавили «изюминку»!

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-87916-8

© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2016

Издание для досуга

КУЛИНАРИЯ. РЕЦЕПТЫ С ИЗЮМИНКОЙ

Ивенская Ольга Семеновна

**САМЫЕ ИНТЕРЕСНЫЕ РЕЦЕПТЫ ИЗ МЯСА
С ИЗЮМИНКОЙ**

Ответственный редактор *С. Ильичева*
Выпускающий редактор *О. Сушик*
Художественный редактор *М. Красюкова*
Верстка *С. Туркиной*

Во внутреннем оформлении использованы фотографии:

Alexey Lobanov, Andrey Starostin, bonchan, c.byatt-norman, D7INAMI7S, Dan Kosmayer, Dani Vincek, Ekaterina Bratova, Evgeny Karandaev, freeskyline, gkrphoto, gresei, indigolotos, Ivan Sazykin, Ivanna Grigорова, Joe Gough, Lilyana Vynogradova, Madlen, margouillat photo, Marina Shanti, Markus Mainka, MarkWattsUK, Nadezhda Nesterova, Nattika, Pairaj Sroyngern, Richard Peterson, Slawomir Zelasko, Tetiana Chudovska, Thomas Francois, Zelenskaya / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

В оформлении обложки использованы иллюстрации:

Natalia Hubbert, Pim, muh23 / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com;
BerSonnE, PinkPueblo / Istockphoto / Thinkstock / Gettyimages.ru

ООО «Издательство «Э»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86.

Өндүрүшү: «Э» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.

Тел. 8 (495) 411-68-86.

Тауар белгісі: «Э»

Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 251-59-89/90/91/92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107.

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайтта Өндүрүш «Э»

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Э»

Өндірген мемлекет: Ресей
Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 26.05.2016. Формат 72x94¹/₁₆.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 3,76.

Тираж экз. Заказ



ISBN 978-5-699-87916-8



В электронном виде книги издательства вы можете
купить на www.litres.ru

ЛитРес:
один клик до книги



Содержание

Мартар	4
Карначчо	6
Ростбиф	8
Буженина	10
Холодец	12
Стейк	14
Зуляш	16
Азу по-татарски	18
Бёф бургиньон	20
Бефстроганов	22
Мясо по-французски	24
Венский шницель	26
Люля-кебаб	28
Шашлык	30
Плов	32
Запеченная свиная рулька	34
Свинные ребрышки гриль	36
Домашние котлеты	38
Голубцы	40
Маринованная печень	42

Тартар

ОСНОВНОЙ РЕЦЕПТ

На 4 порции ~ Время приготовления: 10 мин

Свежая или охлажденная говяжья вырезка — 350 г | Лук-шалот (некрупный) — 1 шт. | Соевый соус — 1 ч. л. | Соус табаско — 3–4 капли | Соус ворчестер — 1 ч. л. | Горчица зернистая — 1 ч. л. | Яичные желтки (сырые) — 4 шт. | Петрушка для подачи — 2 веточки | Оливковое масло — 2 ч. л. | Соль и свежемолотый черный перец

► **1** ◀ Вырезку зачистите от пленок и жира. Нарежьте мясо ломтиками толщиной около 5 мм, затем — полосками и, наконец, кубиками. Лук-шалот очистите и очень мелко нарубите.

► **2** ◀ Соедините нарезанное мясо с луком, соевым соусом, табаско и соусом ворчестер, добавьте горчицу, слегка посолите и поперчите. Перемешайте.

► **3** ◀ С помощью сервировочного кольца выложите тартар на тарелки. Сделайте в середине каждого небольшое углубление и аккуратно выложите в него желток, чтобы он не растекся.

► **4** ◀ Украсьте тартар петрушкой и подавайте с оливковым маслом в отдельной посуде. Подайте дополнительно соль и перец, чтобы каждый мог приправить тартар по вкусу.



ИЗЮМИНКИ

01 Тартар с красным луком, корнишами и каперсами

Замените лук-шалот в рецепте на красный салатный лук. Не смешивайте его с мясом, а лишь мелко нарубите.

Добавьте к луку в качестве гарнира к тартару 2 ст. ложки мелко нарубленных каперсов и 3 ст. ложки мелко нарубленных корнишонов. При подаче выложите лук, каперсы и корнишоны горками рядом с тартаром.

02 Тартар с гренками и рукколой

Чтобы приготовить гренки, поджарьте в тостере или на сухой сковороде гриль 4 ломтика пшеничного или цельнозернового хлеба (лучше всего хлеба для тостов). Подайте их к тартару.

Для гарнира используйте промытую и обсушенную рукколу (100–120 г), сбрызнутую 1–2 ч. ложками бальзамического уксуса и 2–3 ч. ложки оливкового масла.



03 Острый тартар в шнитт-луке

Вместо черного перца или вместе с ним используйте кайенский перец. Слегка увеличьте количество соуса табаско. Готовый тартар посыпьте щепоткой копченой или сладкой паприки.

Мелко нарубите пучок шнитт-лука, сформируйте из мяса круглые котлетки и обваляйте их в шнитт-луке. По желанию исключите из рецепта яичные желтки, подав к тартару острый соус чили.



Мой вариант:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Карпаччо

ОСНОВНОЙ РЕЦЕПТ

На 6 порций ~ Время приготовления:
10 мин + охлаждение

Свежая или охлажденная телячья вырезка — 800 г | Оливковое масло — 4–5 ст. л. | Пармезан — 40 г | Лимон — 1 шт. | Руккола — 150 г | Морская соль и свежемолотый черный перец



► **1** ◀ Вырезку зачистите от пленок и жира. Используйте только среднюю часть вырезки, ровную по толщине. С помощью слайсера или очень острого ножа нарежьте вырезку поперек волокон тончайшими ломтиками (для удобства нарезания предварительно ее можно подморозить в течение 30 минут).

► **2** ◀ Сбрызните большие тарелки для подачи оливковым маслом и выложите ломтики мяса в один слой.

► **3** ◀ Пармезан натрите на терке или нарежьте тонкими хлопьями. Лимон разрежьте пополам. Рукколу промойте и обсушите.

► **4** ◀ Выложите на карпаччо по центру рукколу, посыпьте пармезаном, сбрызните выжатым из лимона соком и оставшимся оливковым маслом, посолите и поперчите. Сразу подавайте.



ИЗЮМИНКИ

01 Карпаччо с домашним песто

Приготовьте домашний соус песто.

Промойте и обсушите 1 большой пучок зеленого базилика, оборвите листья. В ступке разотрите 1 зубчик чеснока с 1–2 ст. ложками слегка обжаренных на сухой сковороде кедровых орешков. Постепенно добавляя листья базилика, растирайте смесь до однородности. Вмешайте около 50 г тертого пармезана и 3–4 ст. ложки оливкового масла. Посолите по вкусу.

Полейте готовый тартар вместо оливкового масла и лимонного сока приготовленным зеленым песто.

02 Карпаччо с домашним майонезом

Приготовьте быстрый домашний майонез:

влейте в высокую узкую емкость 2 сырых и очень свежих яичных желтка, добавьте 1 ч. ложку неострой горчицы, по щепотке сахара, соли и перца. Взбейте погружным блендером до однородности. Не прекращая взбивать, влейте тонкой струйкой 120 мл растительного масла и вновь взбейте до однородности. В конце добавьте 1 ч. ложку лимонного сока, перемешайте.

Полейте карпаччо сверху майонезом, нанеся его в виде тонкой решетки.



03 Карпаччо со слегка обжаренным мясом

Обработанную телячью или говяжью вырезку

смажьте оливковым маслом, обваляйте в смеси соли, перца и тимьяна и быстро обжарьте со всех сторон на раскаленной сковороде — не дольше 1–1,5 минут, чтобы мясо внутри осталось сырым (охлаждать его предварительно не нужно), а снаружи образовалась легкая корочка.

Нарежьте обжаренную вырезку тонкими ломтиками, выложите на тарелки, приправьте и сразу подавайте.



Мой вариант:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....