

ГОТОВИМ И ЗАПЕКАЕМ

В ГОРШОЧКАХ • РУКАВЕ • ФОЛЬГЕ • ПЕРГАМЕНТЕ

В горшочках можно приготовить множество разнообразных блюд: от простого домашнего супа до изысканной праздничной утки с яблоками или рыбы в белом соусе с виноградом. В этой книге вы найдете более 600 простых рецептов приготовления вкусных блюд. Положите продукты в горшочки или упакуйте в рукав, фольгу, пергамент, поставьте в духовку — и получите неизменно вкусный результат!

Запеченные продукты сохраняют свои полезные свойства, а блюда получаются необыкновенно сочными, вкусными, нежными и ароматными.

В книге также собраны рецепты разнообразных соусов — чесночных, сметанных, грибных, томатных, сырных, — которые станут изысканным завершающим штрихом к вашим блюдам.

www.ksdbook.ru

ISBN 978-5-9910-2440-2



9 785991 024402

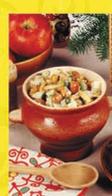
www.bookclub.ua

ISBN 978-966-14-5217-5



9 789661 452175

ГОТОВИМ И ЗАПЕКАЕМ В ГОРШОЧКАХ, РУКАВЕ, ФОЛЬГЕ, ПЕРГАМЕНТЕ



ГОТОВИМ И ЗАПЕКАЕМ

В ГОРШОЧКАХ



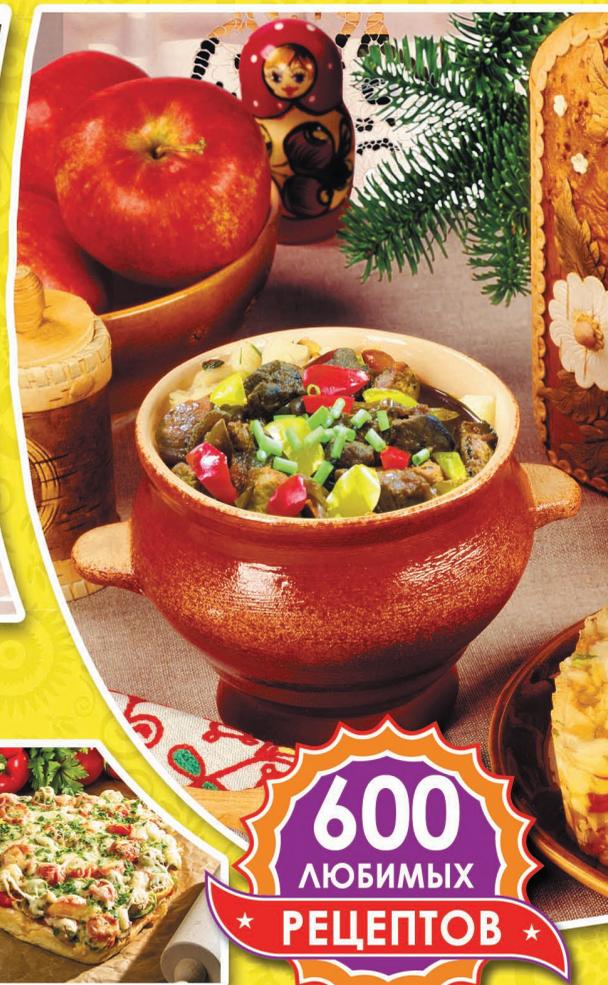
РУКАВЕ



ФОЛЬГЕ



ПЕРГАМЕНТЕ



600

ЛЮБИМЫХ

РЕЦЕПТОВ

КЛУБ
СЕМЕЙНОГО
ДОСУГА





ГОТОВИМ И ЗАПЕКАЕМ

В ГОРШОЧКАХ



РУКАВЕ



ФОЛЬГЕ



ПЕРГАМЕНТЕ



600

ЛЮБИМЫХ

★ РЕЦЕПТОВ ★

ХАРЬКОВ БЕЛГОРОД 2013  КЛУБ СЕМЕЙНОГО ДОСУГА

УДК 641/642
ББК 36.991
Г74



Никакая часть данного издания не может быть
скопирована или воспроизведена в любой форме
без письменного разрешения издательства

Дизайнер обложки *Ольга Сычак*

ISBN 978-966-14-5217-5 (Украина)
ISBN 978-5-9910-2440-2 (Россия)

- © DepositPhotos.com / Jacek Nowak, Tatjana Keisa, обложка, 2013
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2013
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2013
- © ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”», г. Белгород, 2013



ВВЕДЕНИЕ

Курица с айвой и базиликом, белуга по-английски, пражанина белорусская, жаркое по-молдавски, овощной суп по-итальянски, айнтопф и чанахи... Блюда в горшочках по праву считаются одной из основ народной кулинарной традиции.

Вкус блюда, приготовленного в керамической посуде, способен впечатлить любого человека, даже равнодушного к кулинарии. Разве кто-то сможет устоять перед головокружительным ароматом, который исходит из круглобочного горшочка, только что извлеченного из духовки или «живой» печи? То, что в керамике пища приобретает совершенно другой вкус, — известный факт. Возможно, это объясняется тем, что в пище лучше сохраняются питательные вещества. К тому же глина не окисляется и не бывает токсичной, а продукты в такой посуде запекаются, варятся или тушатся, что, безусловно, гораздо полезнее, чем жаренье.

Кроме того, керамические горшочки — отличное украшение любого стола. Они не только красивы, но и очень удобны. В них можно готовить пищу и одновременно использовать их как порционную посуду для подачи блюд.

Запекание — древнейшая кулинарная технология. Современные хозяйки могут запекать продукты, используя новое, очень удобное изобретение — специальный **рукав**. В нем можно запекать овощи, мясо, рыбу, птицу, как по отдельности, так и вместе. Можно запекать продукты порционно или

целиком. С помощью рукава можно приготовить вкусную еду без лишнего жира, а значит, и без лишних калорий! Рукав для запекания — настоящая находка для всех, кто бережет свою фигуру, но при этом любит вкусно поесть.

Еще один незаменимый помощник на кухне — **фольга**. В фольге можно запекать продукты и в духовке, и на гриле, и даже прямо на костре. Продукты в фольге получаются более сочными, чем при запекании на открытом огне, к тому же можно совершенно не беспокоиться, что они подгорят. Немаловажным фактом является также и то, что после запекания в фольге или рукаве не придется тратить много сил и времени на мытье посуды и духовки.

Запекать блюда очень просто — процесс приготовления при этом занимает совсем немного времени, а блюда получаются необыкновенно вкусными, нежными и сочными!





ГОТОВИМ В ГОРШОЧКАХ



В горшочках можно приготовить все: овощи, мясо, каши, густые супы (борщ или солянку), грибы, фасоль, рис, рыбу, птицу, печенку, пельмени, топленое молоко и даже десерты. Есть и устоявшиеся, традиционные рецепты для горшочков, например картофель с мясом или гречневая каша с луком. В горшочках можно запекать любые овощи и почти любое мясо в различных сочетаниях, для оптимального вкуса нужно лишь соблюдать пропорцию: 3 части овощей или круп и 1 часть мяса. Большой горшочек можно использовать для приготовления первых блюд или для подогрева вчерашних щей.

Любые каши, приготовленные в горшочке, будут намного вкуснее сваренных на плите, потому что здесь для них создаются особые условия: после того как каша будет готова, нужно выдержать ее в выключенной закрытой духовке еще 20 минут — тогда она распарится и «дойдет».

Готовить в горшочке достаточно легко, потому что после закладки продуктов больше ничего не нужно делать. Толстые стенки глиняного горшочка нагреваются медленно и равномерно, пища в нем не варится, а томится, сохраняя все полезные вещества. Но главное, конечно, вкус. Даже самые простые блюда в горшочках получаются необыкновенно вкусными!

Существуют два основных принципа закладки и подготовки продуктов при использовании горшочков.

Закладка всех продуктов сразу (без предварительной тепловой обработки) требует меньше времени — не нужно ничего дополнительно готовить. Для выравнивания разницы во времени приготовления нужно долго готовящиеся продукты, например мясо, нарезать маленькими кусочками, а быстрорастваривающиеся овощи — как можно крупнее. Чтобы овощи сохранили свою целостность, можно добавить томатный сок или измельченный в блендере помидор.

Закладка подготовленных продуктов. Мясо как самый долгий по времени приготовления продукт можно готовить сразу в горшочке, а остальные продукты (овощи, крупы и т. д.) добавлять постепенно. При этом овощи предварительно тушат или обжаривают: сначала подвергают тушению твердые овощи, затем добавляют к ним более мягкие, после чего все ингредиенты помещают в горшочек и тушат до готовности.

Виды горшочков для приготовления пищи

Из множества видов горшочков для приготовления пищи в основном используют глиняные и керамические. Встречаются и чугунные, но эта посуда уже ближе к казанам. Ни в коем случае нельзя путать глиняные горшочки с терракотовыми, которые глазурованы внутри. Такие горшочки лучше не использовать на кухне, так как в глазурь часто добавляют олово, которое при попадании в организм может стать причиной серьезных проблем со здоровьем.

В порционных горшочках емкостью от 250 до 500 мл удобно готовить, когда число едоков точно известно. В порцион-



ных горшочках рекомендуется подавать десерты и напитки, также очень аппетитно выглядят в них супы и вторые блюда. Горшочки большой емкости рассчитаны на приготовление сразу нескольких порций, в них удобно готовить супы, каши, пловы и т. д.

Полезные советы

- ☞ При выборе горшочков в первую очередь ориентируйтесь на объем. После покупки тщательно вымойте горшочек с содой, хорошо промойте водой, просушите и смажьте неглазурованные края растительным маслом — это позволит продлить срок службы горшочка и упростит дальнейший уход за ним.
- ☞ Поскольку неглазурованные горшочки легко впитывают ароматы, желательно использовать разные горшочки для разных продуктов: для курицы, рыбы и других продуктов с выраженным вкусом.
- ☞ Новый горшочек, который еще ни разу не использовался, вымочите в холодной воде 1 час.
- ☞ Глазурь, которой иногда покрывают глиняные горшочки, может содержать вредные элементы. Для их нейтрализации перед использованием рекомендуется «выварить» горшочки (в течение 30 минут) в большом количестве воды, добавив в нее 1 стакан уксуса и 2 ст. ложки соли.
- ☞ Прежде чем начать готовить, подержите горшочек 15 минут в холодной воде (он должен быть заполнен водой до самых краев) — тогда благодаря впитанной им жидкости готовящееся в нем блюдо будет особенно сочным.
- ☞ Для повышения огнестойкости глиняных горшочков их подвергают закалке: глиняный горшочек помещают в посуду с холодной водой, медленно доводят воду до кипения, а затем медленно охлаждают.



*¼ стакана оливкового масла, ¼ ч. ложки черного перца,
½ ч. ложки соли*

Вареные яйца протереть через мелкое сито, добавить чеснок, пропущенный через пресс и сырые яичные желтки, тщательно растереть. Влить оливковое масло, лимонный сок, добавить перец, соль, тщательно взбить. Соединить со сливками и еще раз тщательно взбить.

Яблочный соус с чесноком



½ крупного кисло-сладкого яблока, 3—4 зубчика чеснока, 2 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки, соль

Яблоко очистить от кожуры и сердцевины, нарезать, сложить в чашу блендера. Добавить чеснок и листья петрушки (без стеблей), влить растительное масло и 2 ст. ложки воды, всыпать соль. Взбить до получения однородного пюре. Соус можно подавать к различным готовым блюдам, а также использовать для запекания рыбы, мяса и птицы.





ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Горшочек по праву можно назвать посудой для всех. Для ленивых и нетерпеливых это просто палочка-выручалочка, ведь после закладки продуктов в горшочек уже ничего не нужно делать. С помощью горшочков можно сэкономить время, получив в результате ароматное и сочное блюдо.

Тех, кто располагает свободным временем и обладает большим воображением, приготовление пищи в горшочке может увлечь всерьез и надолго: комбинировать продукты можно практически бесконечно, а если использовать многостадийный процесс обработки (то есть продукты в горшочек закладывать постепенно, предварительно обжарив или отварив), то это позволит создавать поистине кулинарные шедевры.

Еще одно преимущество горшочков: готовя, по сути, одно блюдо, в разных горшочках можно одновременно сделать несколько его вариантов — для каждого члена семьи или гостя. Другими словами, горшочек позволяет готовить еду в соответствии с индивидуальными предпочтениями, вкусами и желаниями.

Запекание — один из древнейших и в то же время изысканных способов приготовления пищи. Запеченные продукты получаются мягкими, сочными и ароматными, к тому же без лишнего жира. От повара в этом случае требуется



лишь правильно подготовить продукты и поместить их в рукав для запекания, герметично завернуть в фольгу либо пергамент. Ну и, естественно, подать невероятно вкусное блюдо на стол!





СОДЕРЖАНИЕ

<i>Введение</i>	5
Готовим в горшочках	7
Виды горшочков для приготовления пищи	8
Полезные советы	9
Рецепты приготовления теста для крышек на горшочки	11
<i>Первые блюда</i>	11
<i>Блюда из овощей</i>	41
<i>Блюда из грибов</i>	73
<i>Блюда из круп</i>	78
<i>Блюда из муки</i>	87
<i>Блюда из мяса</i>	89
Блюда из говядины и телятины	89
Блюда из свинины	107
Блюда из баранины	121
Блюда из субпродуктов	131
<i>Блюда из птицы</i>	140
<i>Блюда из рыбы</i>	152

Содержание	317
Запекаем в рукаве.....	179
<i>Мясо и птица в рукаве.....</i>	180
<i>Овощи и грибы в рукаве.....</i>	215
<i>Рыба в рукаве.....</i>	218
<i>Крупы в рукаве.....</i>	228
Запекаем в фольге.....	229
<i>Овощи в фольге.....</i>	231
<i>Мясо в фольге.....</i>	237
<i>Рыба в фольге.....</i>	257
<i>Десерты в фольге.....</i>	267
Запекаем в пергаменте.....	269
Готовим соусы, подливы.....	291
Заключение.....	314



Видання для організації дозвілля

**Готуємо і запікаємо в горщиках, рукаві, фользі, пергаменті.
600 улюблених рецептів**
(російською мовою)

Укладач *КОЛЕСНИКОВА Олександра Петрівна*

Головний редактор *С. С. Скляр*
Завідувач редакції *К. В. Новак*
Відповідальний за випуск *І. Г. Веремій*
Редактор *Л. Г. Фадеєва*
Художній редактор *С. В. Місяк*
Технічний редактор *І. О. Гнідая*
Коректор *Н. В. Сікачина*

Підписано до друку 15.04.2013. Формат 84x108/32. Друк офсетний.
Гарнітура «Minion». Ум. друк. арк. 16,8. Наклад 20 000 пр. Зам. №

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля».
Св. № ДК65 від 26.05.2000
61140, Харків-140, просп. Гагаріна, 20а.
E-mail: cop@bookclub.ua

Віддруковано з готових діапозитивів
у ДП «Видавництво та типографія «Таврида»»
95040, Україна, АРК, м. Сімферополь, вул. Ген. Васильєва, 44

Издание для досуга

**Готовим и запекаем в горшочках, рукаве, фольге, пергаменте.
600 любимых рецептов**

Составитель *КОЛЕСНИКОВА Александра Петровна*

Главный редактор *С. С. Скляр*
Заведующий редакцией *Е. В. Новак*
Ответственный за выпуск *И. Г. Веремей*
Редактор *Л. Г. Фадеева*
Художественный редактор *С. В. Мисяк*
Технический редактор *И. А. Гнедая*
Корректор *Н. В. Сикачина*

Подписано в печать 15.04.2013. Формат 84x108/32. Печать офсетная.
Гарнитура «Minion». Усл. печ. л. 16,8. Тираж 20000 экз. Зак. № .

ООО «Книжный клуб
“Клуб семейного досуга”»
308025, г. Белгород, ул. Сумская, 168

Отпечатано с готовых диапозитивов
в ДП «Издательство и типография “Таврида”»
95040, Украина, АРК, г. Симферополь, ул. Ген. Васильева, 44

Издательство Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»
www.trade.bookclub.ua

ОПТОВАЯ ТОРГОВЛЯ КНИГАМИ ИЗДАТЕЛЬСТВА

МОСКВА

Бертельсманн Медиа Москау АО

129110, г. Москва, пр. Мира, 68, стр. 1-А
тел. +7 (495) 688-52-29
+7 (495) 984-35-23
e-mail: office@bmm.ru
www.bmm.ru

ХАРЬКОВ

ДП с иностранными инвестициями

«Книжный Клуб

«Клуб Семейного Досуга»»

61140, г. Харьков-140,
пр. Гагарина, 20-А
тел/факс +38 (057) 703-44-57
e-mail: trade@bookclub.ua
www.trade.bookclub.ua

ДОНЕЦК

ООО «ИКЦ «Кредо»»

83096, г. Донецк, ул. Куйбышева, 131-Г
тел. +38 (062) 345-63-08, +38 (062) 348-37-92, +38 (062) 348-37-86
e-mail: fenix@kredo.net.ua
www.kredo.net.ua

КИЕВ

ЧП «Букс Медиа Тойс»

04655, г. Киев, пр. Московский, 10-Б, оф. 33
тел. +38 (044) 351-14-39,
+38 (067) 572-63-34,
e-mail: booksmt@rambler.ru

ЗАПОРОЖЬЕ

ФЛП Савчук Ю.Д.

69057, г. Запорожье, ул. Седова, 18
тел. +38 (050) 347-05-68
e-mail: vega_center@i.ua

Одесское

подразделение

65063, г. Одесса, ул. Армейская, 8-В
тел. +38 (048) 776-07-67
e-mail: odessa@bookclub.ua

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»

УКРАИНА

служба работы с клиентами:

тел. +38 (057) 783-88-88
e-mail: support@bookclub.ua
Интернет-магазин: www.bookclub.ua
«Книжный клуб», а/я 84, Харьков, 61001

РОССИЯ

служба работы с клиентами:

тел. +7 (4722) 22-25-25
e-mail: order@flc-bookclub.ru
Интернет-магазин: www.ksdbook.ru
«Книжный клуб», а/я 4, Белгород, 308961

У книзі наведено основні правила й способи приготування страв у горщиках, запікання продуктів у рукаві, фользі й пергаменті, запропоновано понад 600 рецептів приготування різноманітних страв, а також ароматних соусів на будь-який смак. Апетитні страви з овочів, грибів, м'яса, риби, круп — тепер приготувати їх буде не складно.

Готовим и запекаем в горшочках, рукаве, фольге, пергаменте.
Г74 600 любимых рецептов / сост. А. П. Колесникова. — Харьков: Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»; Белгород: ООО «Книжный клуб «Клуб семейного досуга»», 2013. — 320 с.: ил.

ISBN 978-966-14-5217-5 (Украина)

ISBN 978-5-9910-2440-2 (Россия)

В книге приведены основные правила и способы приготовления блюд в горшочках, запекания продуктов в рукаве, фольге и пергаменте, предложено около 600 рецептов приготовления всевозможных блюд, а также ароматных соусов на любой вкус. Аппетитные блюда из овощей, грибов, мяса, рыбы, круп — теперь их приготовление не составит для вас труда.

УДК 641/642
ББК 36.991