

# АППЕТИТНЫЕ РУЛЕТЫ

МЯСНЫЕ • РЫБНЫЕ • ГРИБНЫЕ • ОВОЩНЫЕ • СЫРНЫЕ

Вкуснейшие рулеты к праздничному и ежедневному столу — очень эффектное, вкусное и практичное блюдо! Большие рулеты и порционные рулетики, террины и вареные домашние колбасы из мяса, подчеревины, курицы, рыбного филе, овощных бисквитов и омлетов с самыми разнообразными начинками, запеченные в духовке в пищевой пленке или фольге, сформованные из готовых продуктов и охлажденные в холодильнике.

- Рулет из моркови с грецкими орехами и шпинатом
- Штрудель с говядиной, томатами и моцареллой
- Рулет из курицы с грибами
- Террин из курицы с фисташками
- Рулет из скумбрии с овощами
- Рулет из свекольных блинчиков с творогом
- Рулет из омлета с беконом и овощами
- Штрудель с шоколадом

СОТНЯ САМЫХ РАЗНООБРАЗНЫХ ЗАКУСОЧНЫХ  
И ДЕСЕРТНЫХ РУЛЕТОВ НА ЛЮБОЙ ВКУС И КОШЕЛЕК!

[www.ksdbook.ru](http://www.ksdbook.ru)

ISBN 978-5-9910-3794-5



9 785991 037945

[www.bookclub.ua](http://www.bookclub.ua)

ISBN 978-617-12-2290-8



9 786171 222908

Алена Богданова

АППЕТИТНЫЕ РУЛЕТЫ

МЯСНЫЕ • РЫБНЫЕ • ГРИБНЫЕ • ОВОЩНЫЕ • СЫРНЫЕ



Алена Богданова

# АППЕТИТНЫЕ

# РУЛЕТЫ

МЯСНЫЕ • РЫБНЫЕ • ГРИБНЫЕ • ОВОЩНЫЕ • СЫРНЫЕ

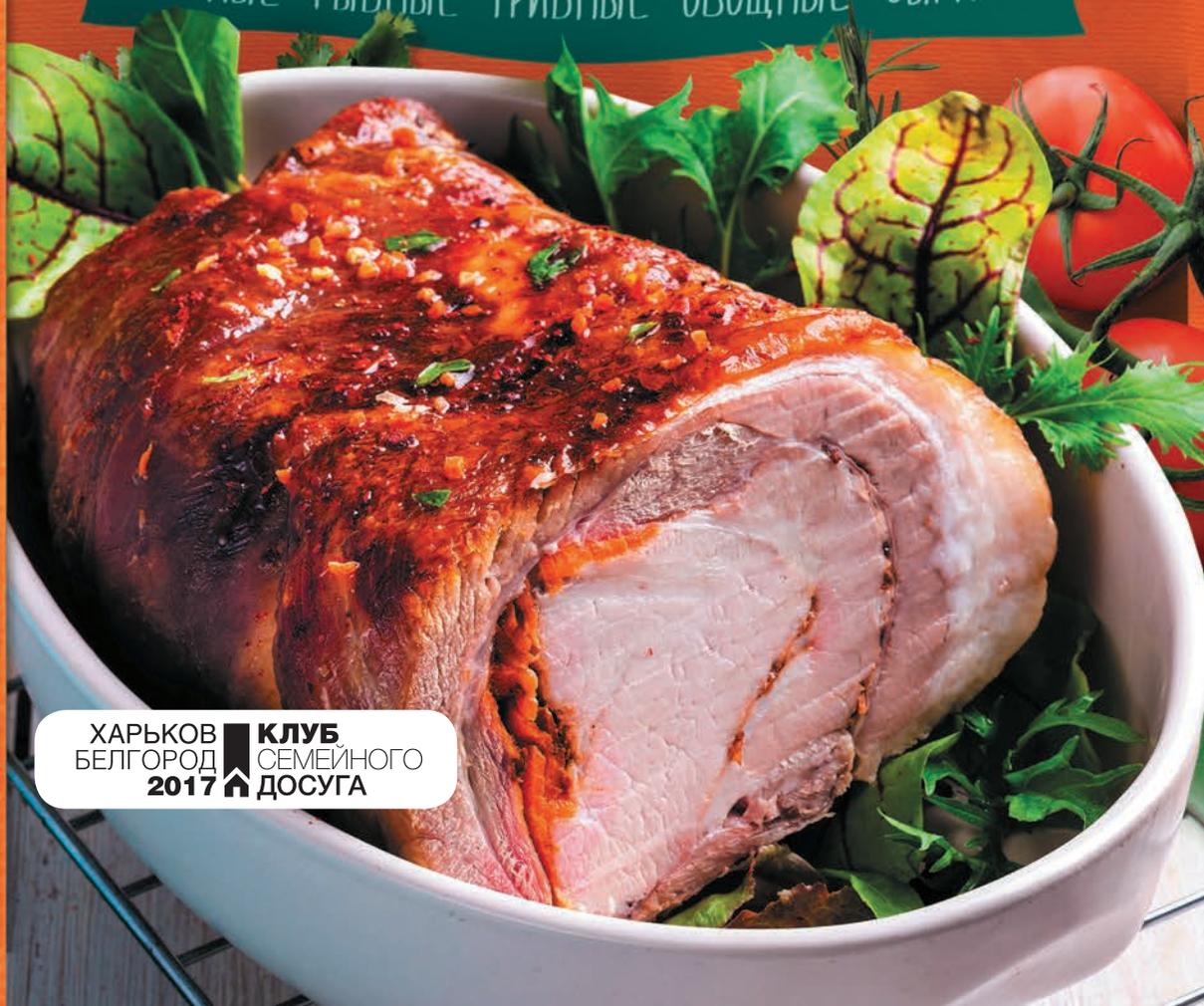
КЛУБ  
СЕМЕЙНОГО  
ДОСУГА



Алена Богданова

# АППЕТИТНЫЕ РУЛЕТЫ

МЯСНЫЕ • РЫБНЫЕ • ГРИБНЫЕ • ОВОЩНЫЕ • СЫРНЫЕ



ХАРЬКОВ  
БЕЛГОРОД  
2017



КЛУБ  
СЕМЕЙНОГО  
ДОСУГА

УДК 641.5  
ББК 36.991  
Б73



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

Дизайнер обложки *Юлия Сорудейкина*

Видання для організації дозвілля

Издание для досуга

*БОГДАНОВА Олена*

*БОГДАНОВА Алена*

**Апетитні рулетки.  
М'ясні. Рибні. Грибні.  
Овочеві. Сирні**

*(російською мовою)*

Керівник проекту *З. О. Бакуменко*  
Координатор проекту *К. В. Новак*  
Відповідальний за випуск *І. Р. Залатарьов*  
Редактор *Л. Г. Фадеева*  
Художній редактор *Ю. О. Сорудейкина*  
Технічний редактор *С. П. Горбенко*  
Коректор *А. М. Семененко*

**Аппетитные рулеты.  
Мясные. Рыбные. Грибные.  
Овощные. Сырные**

Руководитель проекта *З. А. Бакуменко*  
Координатор проекта *Е. В. Новак*  
Ответственный за выпуск *И. Р. Залатарев*  
Редактор *Л. Г. Фадеева*  
Художественный редактор *Ю. А. Сорудейкина*  
Технический редактор *С. П. Горбенко*  
Корректор *А. М. Семененко*

Підписано до друку 04.01.2017.  
Формат 70x100/16. Друк офсетний.  
Гарнітура «Myriad Pro». Ум. друк. арк. 10,32  
Наклад 15 000 пр. Зам. №

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

Віддруковано у ПРАТ  
«Харківська книжкова фабрика "Глобус"»  
61012, м. Харків, вул. Різдва, 11.  
Свідоцтво ДК № 3985 від 22.02.2011 р.  
[www.globus-book.com](http://www.globus-book.com)

Подписано в печать 04.01.2017.  
Формат 70x100/16. Печать офсетная.  
Гарнитура «Myriad Pro». Усл. печ. л. 10,32.  
Тираж 15 000 экз. Зак. №

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»  
Св. № ДК65 от 26.05.2000  
61140, Харьков-140, просп. Гагарина, 20а  
E-mail: [cop@bookclub.ua](mailto:cop@bookclub.ua)

Отпечатано в ПРАТ  
«Харківська книжкова фабрика "Глобус"»  
61012, г. Харьков, ул. Рождественская, 11.  
Свидетельство ДК № 3985 от 22.02.2011 г.  
[www.globus-book.com](http://www.globus-book.com)

ISBN 978-617-12-2290-8 (Украина)  
ISBN 978-5-9910-3794-5 (Россия)

- © Богданова А., текст и фотографии, 2017
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2017
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2017
- © ООО «Книжный клуб "Клуб семейного досуга"», г. Белгород, 2017

## ОТ АВТОРА

Слово рулет произошло от французского *roulade, rouler* — «свернуть».

Рулеты — отличное решение для семейного обеда или ужина. Они также прекрасно подойдут для праздничного стола, будь то банкет или фуршет.

Приготовление рулетов не занимает много времени и не требует постоянного присутствия на кухне. Особенно удобно то, что можно сформовать изделие заранее, а накануне застолья только поставить в духовку и заниматься своими делами, время от времени поливая рулет выделившимся соком, если это необходимо.

Для рулетов можно использовать цельное или рубленое мясо. Цельный кусок нужно надрезать, раскрыть как книжку и тщательно отбить, особенно края, чтобы рулет хорошо держал форму. Подготовленный пласт следует равномерно посолить и посыпать специями. Чтобы зафиксировать форму, рулет нужно обвязать бечевкой или нитками, скрепить зубочистками, завернуть в фольгу или упаковать в рукав для запекания.

Небольшой толстый кусок мяса можно не разрезать, а сделать по центру прорезь наподобие кармана, аккуратно отбить и заполнить начинкой: грибами, мясным фаршем или овощами.

Рубленое мясо или фарш для рулетов сначала нужно хорошо

вымесить, затем выложить в виде прямоугольного пласта, по центру распределить выбранную начинку и свернуть рулетом. Сформованные изделия из рубленого мяса необходимо обязательно положить на некоторое время в холодильник, чтобы во время приготовления они не дали трещин и хорошо держали форму. Если фарш получился жидким, его лучше выложить в форму для запекания и готовить как террин.

Для фуршетов очень удобно использовать небольшие порционные рулетики. Большие рулеты подают на стол, заранее нарезав ломтиками.

В книге собраны рецепты рулетов, приготовленных самыми разными способами:

- порционные рулетики, обжаренные на сковороде;
- рулеты из цельного куска мяса;
- рулеты, запеченные в ломтиках бекона;
- рулеты с целым ингредиентом внутри;
- рулеты в виде колбас и терринов;
- рулеты для завтрака в омлете;
- рулеты в тесте;
- сладкие рулеты;
- рулеты из овощного бисквита;
- рулеты в форме пирога;
- рулеты с желатином.

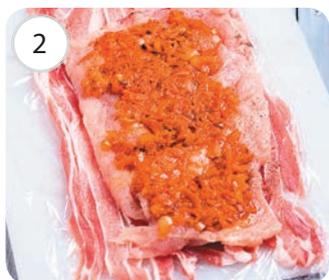
# КУРИНЫЙ РУЛЕТ С МОРКОВЬЮ И ЛУКОМ

- 1 большое куриное филе
- 280 г куриного фарша
- 8—10 ломтиков подчеревины или сырокопченого бекона
- 1 средняя луковица
- 120 г моркови
- 1 ч. л. молотого кориандра
- ½ ч. л. молотого черного перца
- соль
- растительное масло

Морковь натрите на средней терке. Лук мелко нарежьте. Обжарьте овощи на растительном масле до мягкости. Фарш посолите, поперчите, добавьте кориандр, хорошо перемешайте.

На рабочей поверхности расстелите пищевую пленку, выложите полоски бекона (фото 1).

Куриное филе надрежьте и раскройте как книжку. Накрыв пищевой пленкой, отбейте с одной стороны.



Уложите филе на полоски бекона, посолите. Сверху распределите  $\frac{1}{3}$  лука с морковью (фото 2).

Затем равномерно выложите куриный фарш и оставшиеся обжаренные овощи (фото 3).

Сформируйте рулет, оберните его ломтиками бекона и плотно заверните в пищевую пленку. Положите

в холодильник на 30—40 минут (фото 4, 5, 6).

Разогрейте духовку до 220 °С. Рулет освободите от пленки, уложите в форму для запекания, смажьте со всех сторон растительным маслом. Запекайте 45—60 минут. Каждые 7—10 минут поливайте рулет выделившимся соком.



# КУРИНЫЙ РУЛЕТ С КАРРИ

- 500 г куриного фарша
- 150 г куриного филе
- 12—14 ломтиков сырокопченого бекона или подчеревины
- 1 небольшая луковица
- 2 зубчика чеснока
- 2 ч. л. карри
- ½ ч. л. молотого черного перца
- соль
- растительное масло

Лук очень мелко нарежьте, обжарьте до мягкости на среднем огне.

В фарш добавьте пропущенный через пресс чеснок, перец, соль. Смешайте с обжаренным луком.

Куриное филе хорошо отбейте, посолите и посыпьте карри.

Расстелите пищевую пленку, выложите полоски бекона. Сверху распределите фарш, разровняйте. В центр уложите куриное филе.

Сформируйте рулет, оберните его полосками бекона, плотно заверните в пищевую пленку, закрепите концы. Положите в холодильник минимум на 40 минут.

Разогрейте духовку до 200 °С. Рулет освободите от пленки, смажьте со всех сторон растительным маслом, уложите в форму для запекания швом вниз. Запекайте 50—60 минут, периодически поливая выделившимся соком.



# РУЛЕТ ИЗ ИНДЕЙКИ С ГРИБАМИ И ТИМЬЯНОМ

- 300 г филе индейки
- 400 г фарша из индейки
- 150 г шампиньонов
- 1 небольшая луковица
- 2 веточки тимьяна
- черный перец
- соль
- растительное масло

Грибы разрежьте на 6—8 частей. Лук мелко нарубите, обжарьте до прозрачности на растительном масле. Увеличьте огонь, добавьте грибы и листики тимьяна, жарьте до выпаривания жидкости.

Соедините фарш с обжаренными грибами с луком, добавьте соль, перец, хорошо перемешайте.

Филе индейки надрезьте, раскройте как книжку, накройте пищевой пленкой и тщательно, но аккуратно отбейте, чтобы мясо осталось целым.

На край подготовленного пласта выложите фарш с грибами, сформируйте рулет. Заверните его в пищевую пленку, закрепите края. Положите рулет в холодильник минимум на 45 минут.

Разогрейте духовку до 220 °С. Рулет освободите от пленки, смажьте со всех сторон растительным маслом, уложите в форму для запекания швом вниз. Готовьте 60—70 минут, периодически поливая выделившимся соком.



# СОДЕРЖАНИЕ

От автора .....	3
Куриный рулет с морковью и луком .....	4
Куриный рулет с карри .....	6
Рулет из индейки с грибами и тимьяном .....	7
Куриный рулет с морковью и грибным муссом .....	8
Рулет из куриной печени .....	9
Рулет из телятины со шпинатом .....	10
Куриный рулет с шампиньонами и кабачком .....	12
Куриный рулет с шампиньонами .....	13
Рулет из свинины с курицей и ветчиной .....	14
Рулет из свинины с курицей, сладким перцем и карри .....	15
Куриные рулетики с картофельно-шпинатной начинкой .....	16
Рулет из свинины со сладким перцем и луком .....	18
Куриные рулетики с кабачком и сладким перцем .....	19
Чевапчичи .....	20
Рулеты с грибами в куриной коже .....	20
Рулеты с картофельно-грибной начинкой в беконе .....	21
Корн-дог .....	22
Рулеты с моцареллой в беконе .....	23
Рулет из свеклы с грецкими орехами и фетой .....	24
Рулет из моркови с грецкими орехами и шпинатом .....	26
Печеночный рулет с апельсиновой цедрой .....	27
Форшмак .....	28
Сырный рулет с грецкими орехами и клюквой .....	29
Рулетики из баклажанов с черносливом .....	30
Рулеты из кабачков с морковью и грецким орехом .....	32
Рулеты из кабачков с беконом и творогом .....	33
Рулетики из огурца с фетой и оливками .....	34
Рулеты из огурцов с салатом из консервированного тунца .....	34
Рулеты из огурца с творогом и овощами .....	35
Рулеты из баклажана с морковью .....	36
Мясной рулет с картофелем .....	37
Рулет из курицы с грибами .....	38
Рулет из телятины со сладким перцем и брокколи .....	40
Рулет из курицы с творогом и вишней .....	41
Рулет из курицы с ветчиной и свиной вырезкой .....	42
Рулет из рубленой курицы со свиной вырезкой .....	43
Куриный рулет с яблоками .....	44
Филе индейки, фаршированное сушеной клюквой .....	45
Куриное филе, фаршированное томатами и перцем .....	46
Рулет из подчервины .....	47
Рулет из свинины .....	48
Сырные роллы .....	49
Роллы с запеченным мясом и овощами .....	50
Куриные рулеты с моцареллой .....	51
Черные блинчики со скумбрией и овощами .....	52
Рулеты из блинчиков с курицей и сладким перцем .....	53
Рулеты в огурце с рисом и курицей .....	54
Картофельный рулет с печенью и кабачком .....	56
Рулет из свекольных блинчиков с творогом .....	57

Рулёт-сэндвич с рисом, курицей и яйцом .....	58
Рулёт-сэндвич из кускуса с говядиной .....	59
Куриная ветчина .....	60
Мясной хлебец леберкезе .....	61
Колбаса печеночная .....	62
Колбаса вареная куриная .....	63
Колбаса вареная свино-говяжья .....	64
Рулёт из целой курицы .....	66
Колбаса из свинины, курицы и печени .....	68
Рулёт куриный с печенью .....	69
Рулёт из свинины с творогом и зеленым горошком .....	70
Рулёт с сыром, томатами и базиликом .....	71
Куриное филе с моцареллой .....	72
Куриный террин с цукини .....	72
Картофельный террин с морковью .....	74
Грибной террин с яйцом .....	75
Террин из курицы с фисташками .....	76
Яичный террин .....	78
Террин из куриной печени .....	79
Рулёт из рисового пудинга с тыквой .....	80
Слойки с яблоками .....	81
Циннамон-ролл .....	82
Штрудель с шоколадом .....	84
Кекс «Зебра» .....	85
Булочки с заварным кремом .....	86
Бисквитный рулёт с шоколадным кремом .....	88
Рулёт из омлета с сыром и беконом .....	89
Рулёт из омлета с беконом .....	90
Рулёт из омлета с зеленью и моцареллой .....	91
Рулёт из омлета с беконом и овощами .....	92
Рулёты из кабачков с сыром в томатном соусе .....	94
Лазанья .....	95
Куриные рулетики с тыквенным соусом .....	96
Рулёт из брокколи с грибной начинкой .....	98
Рулёт из утки с луково-яблочным гарниром .....	100
Тыквенный рулёт с сыром .....	101
Рулёт морковный с куриным муссом .....	102
Рулёт из свекольного бисквита со скумбрией .....	103
Картофельный рулёт с мясом .....	104
Рулёт из картофеля с королевскими шампиньонами и морковью .....	105
Пирог со шпинатом и сыром .....	106
Пирог с томатами и моцареллой .....	108
Хлеб с травами .....	110
Рататуй .....	111
Рулёт с курицей и овощами .....	112
Рулёт-косичка из слоеного теста с грибами .....	113
Штрудель с говядиной, томатами и моцареллой .....	114
Штрудель с шампиньонами и сыром .....	116
Рулёт из скумбрии с овощами .....	118
Куриный зельц .....	120
Зельц .....	121
Алфавитный указатель .....	122