

МЯСНЫЕ ДЕЛИКАТЕСЫ

СОЧНАЯ БУЖЕНИНА
И ЗЕЛЬЦ

Под обложкой этой книги собраны традиционные и оригинальные рецепты блюд из мяса: буженина из говядины с черносливом и из баранины с фасолью, «мясной орех» и мясо с курагой и чесноком, зельц из свиной головы с морковью и сельдереем и фаршированный желудок по-фальцски, сальтисон с солеными огурцами и морковью и кендюх с пшеном и мясом — все эти восхитительные блюда по силам приготовить любой хозяйке.

Выбирайте понравившийся рецепт и удивляйте своих близких невероятно вкусными и полезными блюдами. Попробуйте и убедитесь сами!

www.bookclub.ua

ISBN 978-617-12-3386-7



9 786171 233867

СОЧНАЯ БУЖЕНИНА И ЗЕЛЬЦ

МЯСНЫЕ ДЕЛИКАТЕСЫ

СОЧНАЯ БУЖЕНИНА
И ЗЕЛЬЦ



КЛУБ
СЕМЕЙНОГО
ДОСУГА

МЯСНЫЕ ДЕЛИКАТЕСЫ

СОЧНАЯ БУЖЕНИНА
И ЗЕЛЬЦ



УДК 641/642
ББК 36.991
М99



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

Дизайнер обложки Андрей Цепотан

Видання для організації дозвілля

Издание для досуга

**М'ясні делікатеси:
соковита буженина і зельц**
(російською мовою)

**Мясные деликатесы:
сочная буженина и зельц**

Укладач **ВЕРЕМІЙ Ірина Геннадіївна**

Составитель **ВЕРЕМЕЙ Ирина Геннадьевна**

Керівник проекту **С. І. Мозгова**
Відповідальний за випуск **К. В. Новак**
Редактор **Л. Г. Фадєєва**
Художній редактор **А. В. Ачкасова**
Технічний редактор **В. Г. Євлахов**
Коректор **О. В. Супронюк**

Руководитель проекта **С. И. Мозговая**
Ответственный за выпуск **Е. В. Новак**
Редактор **Л. Г. Фадеева**
Художественный редактор **А. В. Ачкасова**
Технический редактор **В. Г. Евлахов**
Корректор **О. В. Супронюк**

Підписано до друку 09.06.2017.
Формат 84x108/32. Друк офсетний.
Гарнітура «FranklinGothicBookITC».
Ум. друк. арк. 5,04.
Наклад 8000 пр. Зам. №

Підписано в печать 09.06.2017.
Формат 84x108/32. Печать офсетная.
Гарнитура «FranklinGothicBookITC».
Усл. печ. л. 5,04.
Тираж 8000 экз. Зак. №

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

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»
Св. № ДК65 от 26.05.2000
61140, Харьков-140, просп. Гагарина, 20а
E-mail: 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

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

ISBN 978-617-12-3386-7

- © Depositphotos.com: lisovskaya, Subbotina, vvoenny, lenyvavsha, egal
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2017
- © Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2017

Все о буженине, зельцах, сальтисонах и других аппетитных блюдах из мяса

Буженина — всеми любимое блюдо, известное с давних времен. Оно очень распространено в украинской, молдавской и русской кухнях и представляет собой мясо, запеченное большим куском.

Традиционно буженину готовят из свинины, реже из баранины или медвежатины. Современные хозяйки готовят ее и из говядины, и даже из курицы.

Домашняя буженина — блюдо исконно славянское, хотя и другие народы готовят мясо аналогичным способом (например, в Германии есть похожее блюдо под названием швайнебретен).

Сальтисон — мясное блюдо польской и белорусской кухни, распространенное также в Чехии, Украине и России. Считается, что и рецепт, и название заимствованы из итальянской кухни.

Региональных вариантов приготовления сальтисона много, как и наименований блюда в кухнях разных стран. Чешский вариант сальтисона называется тлаченка. Готовят закуску и в Германии, и в Прибалтике, где она называется зельцем, — это название распространено и у нас. Встречаются и другие названия блюда — сальцесон, ковбык.

Сальтисон традиционно готовят из свиной головы (с ушами и языком) — ее длительно уваривают, отделяют мясо от костей, плотно утрамбовывают в вычищенный свиной желудок и охлаждают под прессом, чтобы готовый сальтисон можно было резать ножом как колбасу. Можно сказать, что сальтисон — это очень плотный студень с большим количеством мяса и минимумом желе.

Зельц — вареное прессованное колбасное изделие в оболочке или форме. Готовится из свиного мяса, шпига, а также

языка, печени и других субпродуктов. Немецкий *sülze*, от которого произошло слово «зельц», является разновидностью холодца (студня).

Выбор и обработка сырья

Традиционно для **буженины** используют свиной ошеек или окорок. Также подходит задняя часть. Важно, чтобы мясо было не слишком постным, тогда блюдо получится особенно сочным.

Не стоит покупать замороженное мясо, так как по вкусу и текстуре оно не слишком хорошо подходит. Свежему мясу нужно дать несколько часов отлежаться на нижней полке холодильника.

Кусок мяса должен быть цельным, оптимальный вес — от 1 до 2—3 кг.

Некоторые хозяйки предпочитают готовить буженину из телятины или говядины. Если вы собираетесь использовать такое мясо, перед запеканием его нужно обернуть жировой сеткой или кусочками тонко нарезанного сала. Солить и приправлять говядину нужно ближе к концу приготовления, чтобы мясо не получилось слишком жестким. Еще один способ сохранить сочность — обжарить перед запеканием. В результате на мясе образуется хрустящая корочка, которая не дает жидкости вытекать и выпариваться.

Если это свинина, самой подходящей частью можно считать шею. Здесь мясные слои чередуются с салом, и при запекании жир пропитывает кусок ароматным соком. Также можно приобрести окорок или заднюю часть.

Те же правила касаются и выбора говядины.

Особенное внимание стоит уделить приготовлению буженины из баранины. Это мясо обладает специфическим, не очень приятным запахом, а чтобы его устранить, необходим маринад. Лучше всего использовать кефир, который не только нейтрализует запах, но и хорошо размягча-

ет мясо. Из приправ к баранине лучше всего подходит базилик.

Многие люди настолько любят мясо курицы и другой птицы, что даже приловчились готовить из него буженину. Поскольку вкус такого продукта нейтральный, сделать его более ярким можно с помощью растительного масла с пряностями и специями. Закручивая мясо в рулет, между слоями можно положить немного сливочного масла, чтобы блюдо было нежным и сочным. Также нужно учитывать, что птица готовится достаточно быстро, а если ее передержать в духовке, буженина может получиться сухой. Больше всего подойдут части без костей, то есть филе, грудка, в которых почти не содержится жира, потому его нужно добавить, чтобы получилась буженина, а не просто запеченное мясо.

Важный момент — не приобретайте для приготовления буженины мороженое мясо! Холодная термообработка сушит мясо, оно теряет естественную влагу. Если попытаться приготовить буженину из размороженного продукта, получится рыхлое, неоднородной консистенции блюдо. Также не подойдет и парное мясо.

Традиционно буженину запекают без фольги, но именно фольга позволяет сохранить сочность, причем чем больше ее слоев — тем лучше (обычно 2—4).

Еще одно современное средство — рукав для запекания, в котором мясо всегда получается сочным, так как сок остается внутри рукава. Чтобы рукав не лопнул, с каждой стороны его должно остаться свободным минимум по 20 см.

Можно запекать буженину на противне или в сковороде. Если мясо ничем не оборачивают, в посуду для запекания лучше подлить воду и периодически поливать мясо образующимся соком. Также воду можно подливать даже и в том случае, если мясо готовится в фольге, — от этого блюдо будет только лучше.

Время запекания буженины зависит от многих факторов — сорта мяса, возраста животного, характеристик духовки, размера куска и т. д. Обычно это не менее 1,5 и не более 4 часов. Температура запекания 160—200 °С. Если мясо

готовят в фольге, ее нужно снять незадолго до полной готовности, чтобы кусок подрумянился.

Готовность буженины проверяют так: нужно проткнуть мясо — если выделяется бледно-розовый или светло-серый бульон, оно готово, при красноватом мясе следует еще поддержать в духовке.

Основным сырьем для **сальтисона** и **зельца** является мясо свиных голов и желирующие продукты: шкурки, ножки и уши.

Голова. Телячью, баранью или свиную голову прежде всего нужно ошпарить горячей водой (90 °С), соскоблить щетину, опалить и хорошо обмыть. Затем отделить язык, голову разрубить вдоль пополам и удалить мозги. С головы крупного рогатого скота нужно предварительно снять кожу. Перед варкой голову нужно в течение 1 часа вымочить в холодной воде.

Мозги. Мозги следует на 1—2 часа замочить в холодной воде. Затем, не вынимая их из воды, осторожно удалить с них пленки.

Язык. Его нужно обмыть, соскоблить нечистоты и слизь. Когда язык сварится (2,5—4 часа, в зависимости от размера), снять с него кожу. Чтобы кожа легче снималась, горячий вареный язык следует на короткое время окунуть в холодную воду и, вынув, сразу снять кожу. Затем опять погрузить в горячий бульон и довести до кипения.

Ноги. Телячьи и бараньи ноги нужно ошпарить горячей водой, очистить от щетины, опалить, обмыть, разрубить и в течение 2—3 часов вымочить в холодной воде для удаления неприятного запаха. Телячьи ножки разрезают вдоль и вынимают трубчатые кости.

Печень. Прежде всего от печени отделяют желчный пузырь. Затем печень промывают в холодной воде, вырезают крупные сосуды и удаляют пленки. Чтобы не ощущалась горечь, печень крупного рогатого скота и свиней нужно на 3—4 часа замочить в холодной воде.

Сердце и горло. Их разрезают вдоль, хорошо обмывают и на 1—2 часа замачивают в холодной воде. Бульон после отваривания сердца сливают (не используют).

Легкие. Разрезают на части и обмывают в холодной воде.

Кровь. При убое кровь собирают в эмалированную посуду, добавляют соль (на 1 л крови — 1/2 ст. л. соли), хорошо размешивают и держат в холодном месте.

Свиной желудок. Его нужно тщательно обмыть, вывернуть, снова промыть, убрать лишний жир, выскоблить складки не слишком острым ножом, пересыпать с обеих сторон солью и оставить на ночь. Можно к соли добавить тертый сырой лук. Утром желудок промывают и вымачивают в холодной воде. Можно дополнительно обдать желудок кипятком или проварить 15—20 минут, после чего воду слить, желудок остудить. Практикуется также после просаливания стягивать изнутри желудка выстилающую его слизистую оболочку — это потребует большой осторожности, чтобы не повредить стенки желудка.

Мясо тщательно осматривают и очищают. Если на ушах, щеках и прочих фрагментах головы просматриваются остатки щетины — опаливают, скоблят ножом, промывают, складывают в кастрюлю и замачивают в холодной воде на полчаса-час. Воду желательно несколько раз поменять.

Маринование, вымачивание, шпигование, варка

Вариантов подготовки мяса перед его «превращением» в **буженину** существует очень много — маринование, вымачивание, шприцевание, шпигование и просто натирание специями и приправами. Мариновать мясо можно в пиве, квасе или маринадах для шашлыка — все зависит от ваших предпочтений. Для вымачивания готовят рассол (65 г соли на 1 л воды) и полностью погружают в него мясо. Затем добавляют охлажденный рассол из 500 мл воды, вскипяченной с черным и душистым перцем, пряными травами по вкусу и лавровым листом. Вымачивать мясо по традиционной технологии нужно не менее 5 суток при температуре не более +8 °С.

Важный нюанс — после вымачивания мясо должно стать на 30 % тяжелее. Если оно недостаточно тяжелое, нужно набрать в шприц рассол, в котором вымачивалось мясо, и прошприцевать (если вы не хотите тратить столько дней на вымачивание, это можно сделать сразу, однако какое-то время мясо все равно должно помариноваться).

Наука шпигования проста — просто сделайте в мясе надрезы острым тонким ножом (не слишком частые и не слишком редкие) и вложите в них нарезанный брусочками чеснок, морковь, лавровый лист, также в эти надрезы можно насыпать немного перца и соли.

Натирать мясо можно разными приправами, главное, чтобы оно было покрыто ими равномерно и полностью.

При подготовке **сальтисона** и **зельца** используют внутренние органы животного (печень, сердце, почки, легкие и др.), кровь, конечности и голову, которые являются ценными продуктами и по составу мало отличаются от мяса.

Способы приготовления и необходимые специи

Как лучше всего готовить **буженину**?

Есть несколько вариантов — в духовке, в аэрогриле или мультиварке.

При приготовлении в духовке мясо можно запекать как в фольге или в рукаве, так и ничем его не оборачивая. Во втором случае во время приготовления блюда нужно подливать в противень воду — это предотвратит его пересушивание. Под действием температуры влага испарится и пар будет проникать в мясо. Еще один важный момент — не стоит класть мясо на дно емкости для запекания. Лучше всего установить на дне решетку, перекрещенные палочки для китайской еды или подставку для горячих блюд из дерева, а затем уложить мясо.

В аэрогриле лучше всего готовить домашнюю буженину в фольге, так как велик риск пересушить верхний слой

мяса. В мультиварке буженину нужно готовить, ничем не оборачивая.

Процесс подготовки мяса несложен, но если пренебречь хоть одним из этапов, то буженина получится очень сухой либо пропекшейся сверху, но сырой внутри.

Этап первый — мясо отмывают от крови, удаляют пленки.

Этап второй — вымачивание. Мясо помещают в рассол и вымачивают не менее часа. Это нужно для того, чтобы цельный кусок напитался жидкостью, ведь под действием температуры она будет испаряться. Если мясо не вымочить, то вся жидкость, что есть в мясе, испарится за 10 минут, и буженина получится сухой. Искусственное вымачивание позволит мясу и хорошо пропечься, и при этом не быть сухим.

Этап третий — натирание специями.

Этап четвертый — мясо шпигуют овощами или другими компонентами, если это предусмотрено рецептом.

Этап пятый — запекание.

Чтобы блюдо в итоге получилось сочным, следуйте следующим советам:

- если вы ничем не оборачиваете мясо, кладите его верхней той стороной, на которой больше жировая прослойка;
- если вода в форме выкипела, обязательно добавляйте ее в процессе приготовления;
- если вы боитесь, что мясо пригорит, то положите его на несколько перекрещенных между собой деревянных шпажек, чтобы оно не касалось дна формы;
- если вы готовите буженину в фольге, не открывайте ее еще 10—15 минут после окончания запекания, чтобы мясо «дошло»;
- перед тем как поставить блюдо в духовку, хорошо прогрейте его, иначе мясо получится сухим.

В качестве **специй и приправ** для буженины используют:

Чеснок. Его очищают, иногда режут на кусочки, отжимают через пресс, а иногда и целыми зубчиками шпигуют мясо. Без него буженина не будет иметь такого пикантного аромата.

Морковь. Ингредиент необязательный, но очень приятный, поскольку морковь отдает мясу свой сок и красиво

смотрится при надрезе. Для шпигования можно использовать как кружочки морковки, так и длинные брусочки.

Специи: молотый и горошком черный, белый, красный перец, перец чили, лавровый лист, мускатный орех, розмарин, тимьян и орегано.

Соль. Солить нужно в меру. Лучше использовать крупнокристаллическую соль.

В качестве **маринада** можно выбрать следующие продукты.

Майонез. При запекания мяса, покрытого толстым слоем майонеза, нет необходимости следить за тем, чтобы мясо не пересушилось и не подгорело. Также не требуется поливать мясо соком во время жарки.

Мед. Мед придает мясу красивый цвет и пикантный вкус.

Горчица. Острая горчица добавляет пряный вкус, более полно раскрывает аромат мяса.

Растительное масло. Мясо нужно смазывать растительным маслом, только если оно не слишком жирное. От растительного масла буженина получит красивый цвет.

Томатный сок, рассол. Мясо для буженины можно замариновать на ночь в рассоле со специями или в томатном соке с солью. За это время кусок надо будет несколько раз перевернуть, каждый раз продавливая его руками, чтобы он равномерно просолился.

Перед запеканием мясо можно полить апельсиновой или аджично-медовой глазурью. Запекают в духовке из расчета 1 час на 1 кг мяса.

Для приготовления **сальтисона** и **зельца** свиные головы отваривают до готовности, очищают от костей и после остывания нарезают кусочками. Желирующие продукты после варки и освобождения от костей пропускают через мясорубку.

Далее все составные части зельца смешивают, добавляя крепкий бульон, оставшийся после варки желирующих. Полученной массой наполняют свиные и говяжьи пузыри. В узкой части пузыря предварительно делают отверстие, не широкое, но достаточно удобное для заполнения фаршем.

Заполнив пузырь доверху, отверстие зашивают через край суровой ниткой или тонким шпагатом, чтобы не выте-

кала масса, затем собирают зашитый конец в один пучок и туго его перевязывают.

Подготовленные указанным способом пузыри с мясом варят на небольшом огне (при чуть заметном колебании поверхности воды) в течение 2—4 часов, в зависимости от размера пузыря. Готовность зельца определяют путем прокола пузыря тонкой спицей или иглой: сальтисон считается готовым, если в месте прокола вытекает прозрачный бульон. После варки зельц кладут под гнет в холодное место до полного остывания (на это потребуется около 10 часов).

Готовый зельц должен иметь достаточно плотную консистенцию.

Овощей и **специй** при варке сальтисона много не используют, чтобы не перебить естественный мясной аромат. Обычно кладут перец горошком (белый или черный, зеленый добавляют в начале и снимают вместе с накипью и в конце), лавровый лист (можно заложить в начале варки на 5 минут и потом вынуть, добавить еще несколько штук вместе с солью незадолго до конца варки — и обязательно вынуть). За 30 минут до окончания варки хорошо добавить сухие укропные зонтики, которые потом вынуть. Лук обычно не кладут, хотя это не запрещается.

Классический сальтисон приправляют чесноком, перцем и тмином.

Буженина из птицы, говядины, свинины

Буженина из куриных грудок

- куриные грудки — 3—4 шт.
- томатный соус, соль, специи (паприка, перец) по вкусу

Куриные грудки без кожи вымачивать в подсоленной холодной воде около 2 часов в холодильнике. Смешать томатный соус с паприкой и молотым черным перцем, обмазать грудки и положить в жаропрочную форму. Нагреть духовку до 250 °С, поставить в нее форму на 10 минут. По истечении этого времени духовку выключить, куриные грудки оставить внутри до полного остывания.

Буженина из птицы в фольге

- мясо птицы (филейная часть) — 1,2 кг
- свиная грудинка — 400 г
- соль, специи по вкусу

Филе вымыть и зачистить от пленок. Растворить в воде соль (на 1 л воды 50 г), добавить специи. Положить филе в маринад. Грудинку нарезать тонкими пластами. Каждое филе обсушить и натереть специями. Расстелить на столе слой фольги. Отступив по 10 см от края, в центр выложить плотно друг к другу филе. Сверху уложить слоем пласты гру-

динки. Завернуть мясо плотно в фольгу, выложить в форму и запекать в духовке при 250 °С 1 час.

Буженина из курицы

- куриное филе — 1 кг
- морковь — 2 шт.
- чеснок — 4 зубчика
- соль, перец, специи по вкусу

Куриное филе вымыть и обсушить. Морковь и чеснок вымыть, очистить, нарезать кусочками. В каждом кусочке филе сделать надрезы, нашпиговать чесноком и морковью. Курицу посолить, поперчить, посыпать специями, сложить попарно, обвязать ниткой и завернуть в фольгу. Запекать в разогретой до 200 °С духовке 40 минут. За 10 минут до указанного срока фольгу разрезать, чтобы буженина подрумянилась.

Буженина из индейки

- индейка (филе) — 800 г

Для маринада:

- вода — 1 стакан
- соль — 1 ст. л.
- сахар — 1/2 ст. л.

Для панировки:

- чеснок — 2—3 зубчика
- соль — 1 ч. л.
- паприка — 1/2 ч. л.
- оливковое масло — 1 ст. л.

Приготовить маринад: размешать соль и сахар в воде до полного растворения и залить мясо. Сверху положить тарелку и поставить небольшой груз, оставить на 2 часа. Мясо

должно быть полностью в маринаде. Чеснок пропустить через пресс, добавить паприку, соль и оливковое масло. Мясо вынуть из маринада, обсушить салфеткой, обвязать кулинарной нитью или шпагатом и натереть приготовленной смесью. Духовку нагреть до 250 °С. Мясо выложить на противень, застеленный пергаментом, и поставить на нижний уровень духовки. Запекать 20—25 минут. Духовку выключить, но не открывать. Держать в ней мясо 2 часа. С готового мяса снять шпагат и нарезать тонкими кусочками. Можно также оставить буженину под гнетом на 2 часа — так она будет нежнее.

Буженина из говядины с черносливом

- *говядина (вырезка) — 600 г*
- *копченый чернослив — 15 шт.*
- *красное сухое вино — 6 ст. л.*
- *соль — 4 ч. л.*
- *лавровый лист — 10 шт.*
- *смесь специй (перец черный, душистый, красный, хмели-сунели, сушеный укроп) — 2 ст. л.*

Выложить говяжью вырезку целым куском на фольгу, разложенную на противне, приправить, посолить. Широким ножом сделать равномерно по всему куску глубокие широкие надрезы насквозь вдоль волокон для чернослива, не повреждая нижний слой фольги. Нашпиговать говядину черносливом, полить вином. Лавровый лист выложить вокруг мяса. Мясо накрыть фольгой, сделать на поверхности проколы для выхода пара. Запекать в духовке 2 часа при 200 °С.

Буженина из говядины

- *говядина (шея) — 1,3 кг*
- *копченая грудинка — 100—150 г*

- *оливковое масло* — 2 ст. л.
- *специи и травы по вкусу* — 1 ч. л.
- *соль*

Натереть говядину солью и специями с оливковым маслом, оставить на час в холодильнике. Застелить емкость фольгой, выложить 2 больших ломтика грудинки, сверху уложить мясо и накрыть оставшимися ломтиками грудинки. Завернуть в фольгу и поставить в духовку, разогретую до 220 °С, на 15 минут, потом снизить температуру до 140—150 °С и запекать мясо до готовности. За 10—15 минут до конца приготовления развернуть фольгу и запекать до образования корочки.

Буженина из кролика с артишоками

- *кролик* — 1 кг
- *сырокопченая ветчина* — 8 ломтиков
- *бекон или сало* — 100 г
- *артишоки замороженные* — 800 г
- *белое сухое вино* — 150—200 мл
- *яйца* — 4 шт.
- *молоко* — 4 ст. л.
- *оливковое масло* — 3 ст. л.
- *зелень базилика, розмарина, петрушки, шалфея, молотый черный перец, соль по вкусу*

Зелень промыть, обсушить, мелко нарубить. Яйца взбить с молоком, добавить соль, рубленые травы, испечь омлет. Реберно-брюшную часть тушки кролика освободить от костей, слегка отбить, натереть солью и перцем. Выложить на мясо ветчину, затем готовый омлет, свернуть рулетом и обвязать кухонной нитью. В огнеупорной кастрюле с толстым дном разогреть оливковое масло, обжарить рулет со всех сторон. Влить 150—200 мл белого вина и тушить на слабом огне, чтобы жидкость немного выпарилась. Выложить вокруг рулета замороженные артишоки, слегка посолить

и поперчить, готовить в течение 5 минут. Снять с огня, выложить на рулет ломтики бекона или сала, поместить в разогретую духовку и запекать при температуре 180 °С в течение 30 минут, не допуская полного выпаривания жидкости. Готовый рулет выложить на блюдо и подать на стол.

Буженина из кролика с помидорами

- кролик (мякоть) — 1 кг
- сыр — 200 г
- помидоры — 3 шт.
- чеснок — 3 зубчика
- соль, перец по вкусу

В мясе сделать глубокие надрезы на расстоянии 1 см друг от друга, не прорезая до конца 1,5—2 см. Натереть солью и перцем. В надрезы вложить тонкие ломтики сыра, помидоров и чеснока. Завернуть мясо в фольгу, выложить на противень и запекать в духовке, разогретой до 180 °С, около 1 часа.

Буженина, запеченная в тесте

- свинина — 2 кг
- соль — 1,5 ст. л.
- перец душистый горошком, лавровый лист по вкусу

Для теста:

- мука — 500 г
- вода — 1 стакан
- соль по вкусу

Мясо натереть солью, обложить горошинами перца, лавровым листом, положить в кастрюлю, накрыть и поставить на 12 часов в теплое место, а затем на 2—3 дня в холодильник. Время от времени мясо переворачивать. После того как

оно замаринуется, обмыть и обтереть полотенцем. Из муки и воды замесить некрутое тесто, разделить его на две части и раскатать. Один пласт расстелить на противне, сверху положить мясо, прикрыть другим пластом, края защипнуть. Запекать в духовке 2 часа. Когда мясо будет готово, вынуть его из теста, нарезать крупными кусками, выложить на блюдо и посыпать тертым хреном.

Буженина с пивом

- свинина — 1 кг
- светлое пиво — 2 стакана
- черный перец горошком и лавровый лист по вкусу

Для соуса:

- Мука — 1—2 ч. л.
- Специи по вкусу

Кусок свинины вымыть, выложить (не разрезая) на марлю или льняную салфетку и аккуратно завязать. Поместить сверток в небольшую кастрюлю и залить холодной водой. Поставить кастрюлю на огонь, варить 5—10 минут. Затем воду слить, вынуть свинину из салфетки и снова положить в кастрюлю. Добавить перец и лавровый лист, залить пивом и поставить на огонь. Довести до кипения, уменьшить огонь, накрыть крышкой и тушить до готовности. Вынуть готовую буженину на блюдо, залить соусом. Для приготовления соуса добавить в полученный бульон муку и тщательно перемешать. Поставить на огонь, довести до кипения, добавить специи по вкусу.

Буженина с пивом и кореньями

- свиной окорок — 2—3 кг
- коренья (разные) — по 1 шт.

- травы — 2 горсти
- крепкое пиво — 2 стакана
- черный перец — 5—10 шт.
- лавровый лист — 2—3 шт.
- соль

Окорок завязать в салфетку, опустить в большую кастрюлю с холодной водой и свежими травами (мятлик луговой, полынь, чабрец, костер, порей, овсяница). Вскипятить 2—3 раза, вынуть свинину из салфетки, положить в кастрюлю, добавить перец, лавровый лист, разные корни, залить крепким пивом и тушить до готовности. Подавать готовую буженину с соусом.

Буженина в сидре

- свинина (вырезка) — 1,5 кг
- морковь — 6—7 шт.
- чеснок — 7—8 зубчиков
- сидр сладкий (9 %) — 250 мл
- соль — 1/2 ч. л.
- петрушка молотая — 1/2 ч. л.
- тимьян молотый — 1/2 ч. л.
- розмарин молотый — 1/2 ч. л.
- лавровый лист молотый — 2 шт.
- кориандр молотый — 1 ч. л.
- куркума — 1 ч. л.
- черный перец — 1/2 ч. л.
- оливковое масло для жарки

Вымыть и обсушить свиную вырезку. Ножом сделать углубления на мясе по всему куску. Смешать все специи: петрушку, тимьян, розмарин, черный перец, соль, кориандр, куркуму, лавровый лист и заполнить отверстия в мясе. Вымыть, обсушить морковь, нарезать и вложить в половину отверстий в мясе. Оставшиеся отверстия заполнить очищенным чесноком. Мясо посолить. Разогреть оливковое масло до дымка,

выложить мясо отверстиями вниз и обжарить до румяной корочки, затем перевернуть и обжарить с другой стороны. Обжаренное мясо выложить в форму для запекания, залить сидром, накрыть форму фольгой. Запекать в разогретой до 180 °С духовке 1,5—2 часа.

Буженина в медовом соусе

- свинина (филе) — 1 кг
- чеснок — 8 зубчиков
- соевый соус — 2 ст. л.
- мед — 1 ст. л.
- соль, перец черный молотый по вкусу
- растительное масло для смазывания противня

Свинину натереть солью и перцем. Нарезать чеснок и нашпиговать им мясо, делая крестообразные разрезы острым ножом. Полить мясо соевым соусом, натереть медом. Оставить мариноваться на 1 час. Форму для запекания смазать маслом и выложить мясо. Запекать 1 час в духовке, разогретой до 220 °С, периодически поливать выделившимся соком.

Буженина в сметане

- свинина (вырезка) — 1 кг
- чеснок — 3—5 зубчиков
- сметана — 2—3 ст. л.
- горчица — 1 ст. л.
- соль, специи по вкусу

Мясо натереть солью и специями, нашпиговать чесноком. Сметану соединить с горчицей, густо обмазать кусок мяса со всех сторон. Завернуть в пленку и поставить в холодильник на 8 часов. Затем выложить на противень. Запекать при 220 °С около 15 минут. Затем убавить температуру до 180 °С

и запекать еще 40—45 минут (при проколе должен выделяться светлый сок). Буженину завернуть в пергамент или фольгу и охладить в холодильнике. При подаче нарезать поперек волокон тонкими ломтиками.

Буженина по-домашнему

- свинина — 1 кг
- уксус столовый — 5 ст. л.
- перец красный, черный горошком, лавровый лист, чеснок по вкусу
- маринованные овощи и фрукты

Свиной окорок или шейную часть натереть солью, перцем, положить в глубокую посуду, добавить перец горошком, лавровый лист, залить уксусом, разведенным в воде. Накрыть посуду крышкой и поставить на сутки в холодильник. За это время мясо нужно несколько раз перевернуть. Маринованное мясо нашпиговать чесноком, слегка обжарить на сковороде со всех сторон. После чего завернуть в фольгу или обмазать пресным тестом и запечь на противне в духовке при температуре 170—180 °С до готовности. Готовую буженину охладить, нарезать ломтиками и уложить на блюдо. Подавать со свежими, солеными или маринованными овощами и фруктами.

Буженина пряная в квасе

- свинина — 1 кг
- квас — 500 мл
- картофель — 20 шт.
- репчатый лук — 1 шт.
- чеснок — 3 зубчика
- зелень петрушки — 1 пучок