

# Вкусные блюда ИЗ ТЫКВЫ

Тыкву по праву называют королевой осени, ведь из нее можно приготовить множество простых и вкусных блюд: супы и салаты, каши и запеканки, пироги и пиццы, десерты и выпечку... Тыква прекрасно сочетается с любимыми видами мяса, рыбы, птицы, различными крупами, поэтому вы всегда сможете составить вкуснейшее меню. Порадуйте себя и близких ароматным ризотто с тыквой и запеченной телятиной, аппетитным рисом в тыкве, восхитительным тыквенным рагу с колбасками, пиццей и печеньем с шоколадом.  
*Готовьте разнообразно, ярко, вкусно и полезно!*

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

ISBN 978-5-9910-3676-4



9 785991 036764

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

ISBN 978-617-12-1445-3



9 786171 214453

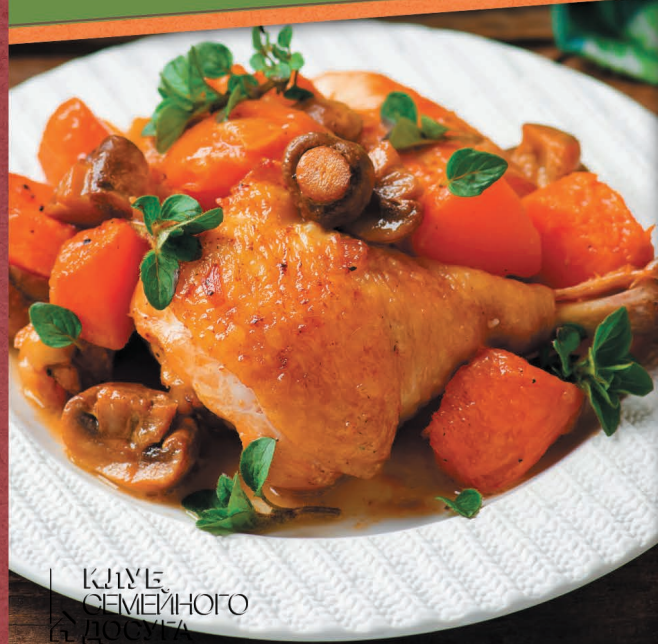


ЗОРЯНА  
ЛІВЧЕНКО

Вкусные блюда

# ИЗ ТЫКВЫ

ЗАПЕКАНКИ ■ РУЛЕТЫ ■ ВЫПЕЧКА ■ СУПЫ ■ КАШИ ■ ВТОРЫЕ БЛЮДА



КЛУБ  
СЕМЕЙНОГО  
ДОСУГА

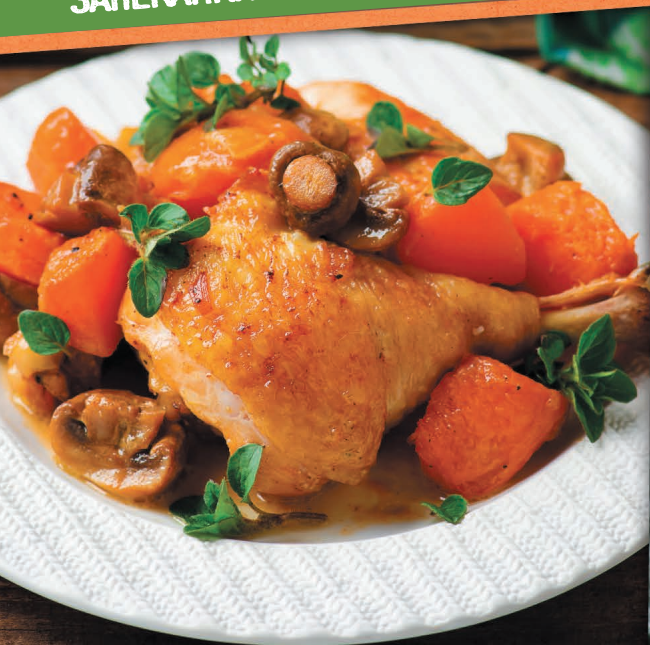
ЗОРЯНА  
ИВЧЕНКО



Вкусные блюда

# ИЗ ТЫКВЫ

ЗАПЕКАНКИ ■ РУЛЕТЫ ■ ВЫПЕЧКА ■ СУПЫ ■ КАШИ ■ ВТОРЫЕ БЛЮДА



ХАРЬКОВ  
БЕЛГОРОД  
2016

КЛУБ  
СЕМЕЙНОГО  
ДОСУГА

УДК 641.5  
ББК 36.992  
И25



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

Дизайнер обложки Ю. А. Сорудейкина

Видання для організації дозволя

Издание для досуга

ІВЧЕНКО Зоряна

ИВЧЕНКО Зоряна

**Смачні страви з гарбуза.  
Запіканки, рулети, випічка, супи,  
каші, другі страви**  
(російською мовою)

**Вкусные блюда из тыквы.  
Запеканки, рулети, выпечка, супы,  
каши, вторые блюда**

Керівник проекту *В. В. Столярєнко*  
Координатор проекту *К. В. Новак*  
Відповідальний за випуск *І. Р. Залатарєв*  
Редактор *А. М. Семенєнко*  
Художній редактор *Ю. А. Сорудейкіна*  
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*  
Коректор *Г. В. Сологуб*

Руководитель проекта *В. В. Столярєнко*  
Координатор проекта *Е. В. Новак*  
Ответственный за выпуск *И. Р. Залатарєв*  
Редактор *А. М. Семенєнко*  
Художественный редактор *Ю. А. Сорудейкіна*  
Технический редактор *В. Г. Евлахов*  
Корректор *Г. В. Сологуб*

Підписано до друку 20.07.2016.  
Формат 70x100/16. Друк офсетний.  
Гарнітура «Futura». Ум. друк. арк. 5, 16.  
Наклад 10 000 пр. Зам. №

Подписано в печать 20.07.2016.  
Формат 70x100/16. Печать офсетная.  
Гарнитура «Futura». Усл. печ. л. 5, 16.  
Тираж 10 000 экз. Зак. №

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)

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)

Віддруковано з готових діапозитивів  
на ПП «ЮНІСОФТ»  
Свідоцтво ДК №3461 від 14.04.2009 р.  
[www.ftornado.com.ua](http://www.ftornado.com.ua)  
61036, м. Харків, вул. Морозова, 13Б

Отпечатано с готовых диапозитивов  
на ЧП «ЮНИСОФТ»  
Свидетельство ДК №3461 от 14.04.2009 г.  
[www.ftornado.com.ua](http://www.ftornado.com.ua)  
61036, г. Харьков, ул. Морозова, 13Б

ISBN 978-617-12-1445-3 (Украина)  
ISBN 978-5-9910-3676-4 (Россия)

© Ивченко З., текст и фотографии, 2016  
© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»,  
издание на русском языке, 2016  
© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»,  
художественное оформление, 2016  
© ООО «Книжный клуб "Клуб семейного  
досуга"», г. Белгород, 2016

## От автора

Тыква — королева осени. Купить ее можно с октября до мая и на рынке, и в супермаркете. Если есть возможность и место для хранения, можно осенью сделать запас, который всегда будет под рукой. В моем детстве из тыквы готовили только одно блюдо — гарбузовую (гарбуз — украинское название тыквы) кашу, чудеснейшее лакомство. А когда я повзрослела и начала сама экспериментировать на кухне, то узнала, что из тыквы можно приготовить практически все. Супы и салаты, каши и запеканки, пироги и пиццы и самые разные десерты: вкуснейшее печенье, торт-мороженое и даже трюфели (рецепт есть в моей книге «Домашние сладости и конфеты. Делаем сами», которая вышла в издательстве «Книжный Клуб "Клуб Семейного Досуга"»). Тыква сочетается с любым мясом и птицей, всеми видами рыбы и круп, украшает любое тесто. Попробуйте, вас ожидает множество чудесных открытий.

В этой книге собрано 60 рецептов моих любимых блюд с тыквой, которые непременно обогатят ваше повседневное меню.



# СУП ИЗ ПЕЧЕНЫХ ОВОЩЕЙ И ТЫКВЫ



## ВАМ ПОНАДОБЯТСЯ

- тыква 500 г
- перец болгарский красный 300 г
- морковь 200 г

- лук репчатый 1 шт.
- чеснок 2 зубчика
- бульон овощной или кипяток 1 л
- масло оливковое 2 ст. л.
- семя льняное 2 ст. л.
- тимьян сушеный  $\frac{1}{2}$  ч. л.
- соль, перец черный молотый

**1** Все овощи, кроме болгарского перца, очистить и крупно нарезать. Сложить в форму для запекания, посолить, поперчить, посыпать тимьяном, полить оливковым маслом и перемешать. Запекать в разогретой до  $180^{\circ}\text{C}$  духовке до мягкости, около 25—30 минут.

**2** Очистить перец от кожицы и семян (для того чтобы кожица легко снималась, положить перец в полиэтиленовый пакет на 15 минут). Измельчить овощи погружным блендером, залить кипятком или овощным бульоном. Довести до кипения и варить 5 минут. Посолить и поперчить по вкусу. Подавать, посыпав семенами льна.



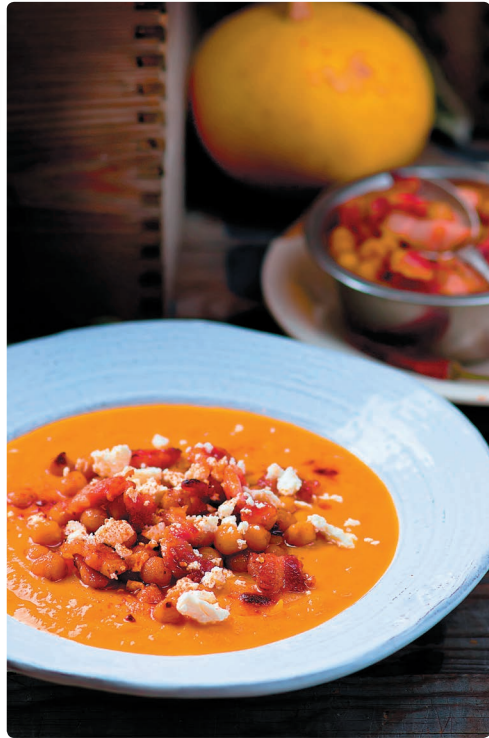


# ТЫКВЕННЫЙ СУП С ПРЯНЫМ НУТОМ И ФЕТОЙ



## ВАМ ПОНАДОБЯТСЯ

- тыквенное пюре 500 мл
- бульон овощной или куриный 1 л
- нут 150 г
- сливки жирностью 20—35 % 100 мл
- грудинка варено-копченая 50 г
- фета 50 г
- лук репчатый 1 шт.
- чеснок 1 зубчик
- пажитник 1 ч. л.
- паприка копченая  $\frac{1}{2}$  ч. л.
- масло растительное 2 ст. л.
- сахар коричневый  $\frac{1}{2}$  ч. л.
- соль, перец чили



- 1 В чаше мультиварки в режиме «Жарка» нагреть масло, обжарить нарезанную небольшими кусочками грудинку до золотистого цвета. Вынуть шумовкой, отжать лишний жир в чашу мультиварки и выложить грудинку на бумажное полотенце.
- 2 Замоченный накануне и отваренный (либо консервированный) нут выложить в горячий жир, посыпать сахаром, половиной копченой паприки и толченого в ступке пажитника и щепоткой чили. Обжарить, помешивая, 5 минут, вынуть шумовкой. Жир и пряности оставить в чаше.
- 3 Мелко нарезать и выложить в чашу мультиварки лук и чеснок, посыпать оставшимся пажитником и копченой паприкой, обжарить, помешивая, до прозрачности. Добавить тыквенное пюре, влить бульон и довести до кипения. Ввести сливки, посолить, приправить перцем чили. Подавать, посыпав нут, грудинкой и раскрошенной фетой.



## СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ



### ВАМ ПОНАДОБЯТСЯ

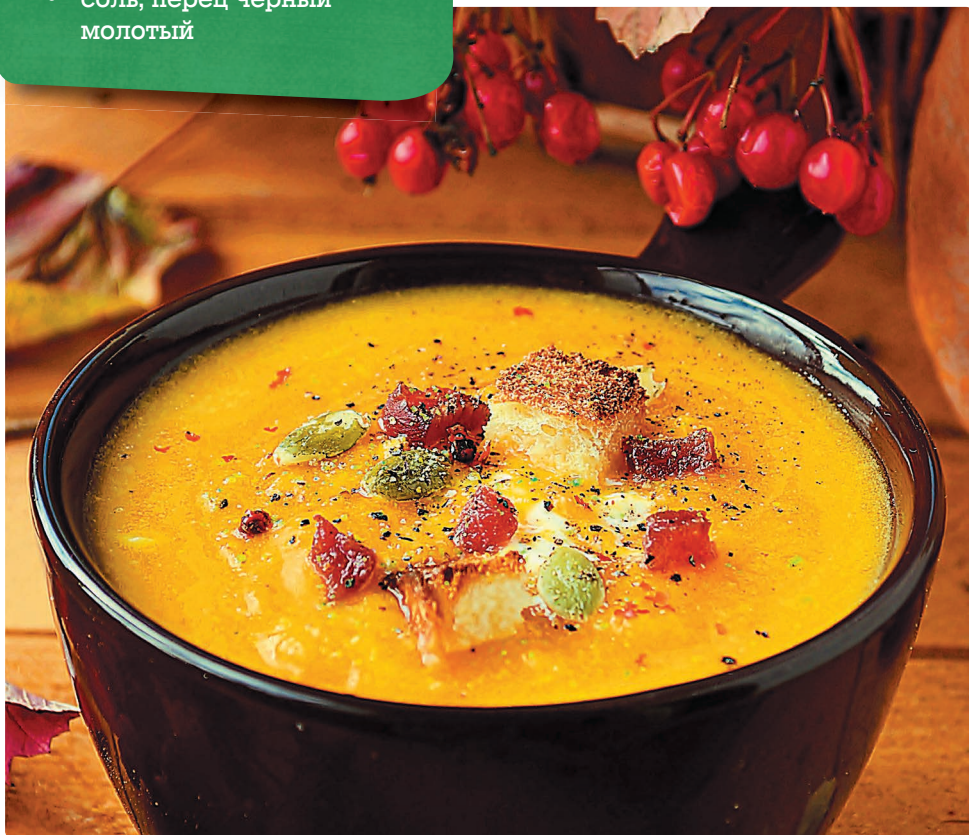
- тыква 600 г
- бульон овощной или куриный 1 л
- бекон 100 г
- лук белый 1 шт.
- чеснок 1 зубчик
- белый хлеб несколько ломтиков
- сметана
- соль, перец черный молотый

1

Тыкву нарезать крупными кубиками, лук — мелкими кубиками, чеснок измельчить. Бекон нарезать мелкими кубиками, вытопить жир и выложить бекон на салфетку.

2

Помешивая, слегка обжарить овощи в жиру. Залить горячим бульоном и варить 20 минут. Пюрировать, посолить и поперчить. Подавать суп с беконом, сметаной и подсушенным в духовке хлебом.



## Содержание

От автора .....	3	Тыквенные ньокки .....	33
Суп из печеных овощей и тыквы .....	4	Равиоли с тыквой .....	34
Тыквенный суп с пряным нутом и фетой .....	5	Пицца с тыквой, грудинкой и сыром .....	35
Суп-пюре из тыквы .....	6	Рулет из индейки с тыквой .....	36
Пилаф из кускуса с тыквой .....	7	Рыбные рулеты с тыквой .....	37
Манная каша с тыквой .....	8	Салат с рукколой, печеными овощами и льняным семенем .....	38
Плов с тыквой и яблоками .....	9	Салат с печеной тыквой .....	39
Пшеничная каша с тыквой .....	10	Салат с телятиной и тыквой .....	40
Ризотто с тыквой и запеченной телятиной .....	11	Теплый салат с тыквой и курицей .....	41
Ризотто с тыквой и грудинкой .....	12	Паштет из тыквы .....	42
Рис с курицей в тыкве .....	13	Круассан с тыквой .....	43
Рис с тыквой и рыбой .....	14	Мраморный кекс с тыквой .....	44
Рисовая каша с тыквой .....	15	Тыквенный пирог с творожным кремом .....	45
Запеканка из тыквы с грибами .....	16	Тыквенный пирог с шоколадом .....	46
Запеканка с тыквой и макаронами ..	17	Плюшки с тыквой .....	47
Индейка, запеченная с тыквой .....	18	Тосты с тыквенным пюре .....	48
Крамбл с тыквой, отрубями и семечками .....	19	Тыквенное печенье с шоколадом .....	49
Курица, запеченная с тыквой .....	20	Тыквенное овсяное печенье с шоколадом .....	50
Курица, запеченная с грибами и тыквой .....	21	Тыквенные пирожные вупи .....	51
Пармантье с бараниной и тыквой ..	22	Тыквенные сконы .....	52
Пармантье с тыквой и фаршем .....	23	Тыквенный кекс в мультиварке .....	53
Тыква запеченная .....	24	Тыквенный кекс с коричневым маслом .....	54
Тыква, запеченная с соусом .....	25	Шоколадно-тыквенные кексы .....	55
Тыква, тушенная с пашинной .....	26	Тыквенный торт-мороженое .....	56
Тыква, запеченная с картошкой и грудинкой .....	27	Смузи «Тыквенный пирог» .....	57
Тыквенное рагу с колбасками .....	28	Тыквенный чизкейк .....	58
Фриттата с тыквой .....	29	Творожно-тыквенная запеканка .....	59
Лазанья с тыквой .....	30	Тыквенно-шоколадные брауни .....	60
Паста с тыквой и помидорами черри .....	31	Мусс из тыквы .....	61
Паста с тыквой и рыбой .....	32	Тыквенные вафли .....	62
		Тыквенный крем .....	63