

Алена Богданова

ЗАКУСОЧНЫЕ РУЛЕТЫ И ФАРШИРОВАННЫЕ БЛЮДА

Рулеты и фаршированные блюда отлично подходят и для семейного ужина, и для праздничного стола, причем как в качестве закуски, так и основного блюда. Холодные и горячие, большие и порционные, сытные и пикантные — в нашей книге собраны иллюстрированные рецепты лучших фаршированных блюд и рулетов из овощей, лаваша и омлетов, различных видов мяса, рыбы и грибов, слоеного и дрожжевого теста. Приготовьте завиток из свиной грудинки в медовой глазури, «шубу» в рулете, мясной рулет с черносливом, рулет из шпината и творога, картофельный рулет с грибами, закусочный рулет с сыром, грецкими орехами и чесноком, рулет из филе белой рыбы с лимоном и тимьяном, тыкву, фаршированную рисом и сухофруктами, паштет из курицы с грецкими орехами, рулет-косичку, баклажан, фаршированный морковью с чесноком и орехами, — пошаговое описание процесса приготовления и фотографии готовых блюд помогут вам сделать правильный выбор!

www.ksdbook.ru

ISBN 978-5-9910-3526-2



9 785991 035262

www.bookclub.ua

ISBN 978-617-12-0420-1



9 786171 1204201

Алена Богданова

ЗАКУСОЧНЫЕ РУЛЕТЫ И ФАРШИРОВАННЫЕ БЛЮДА



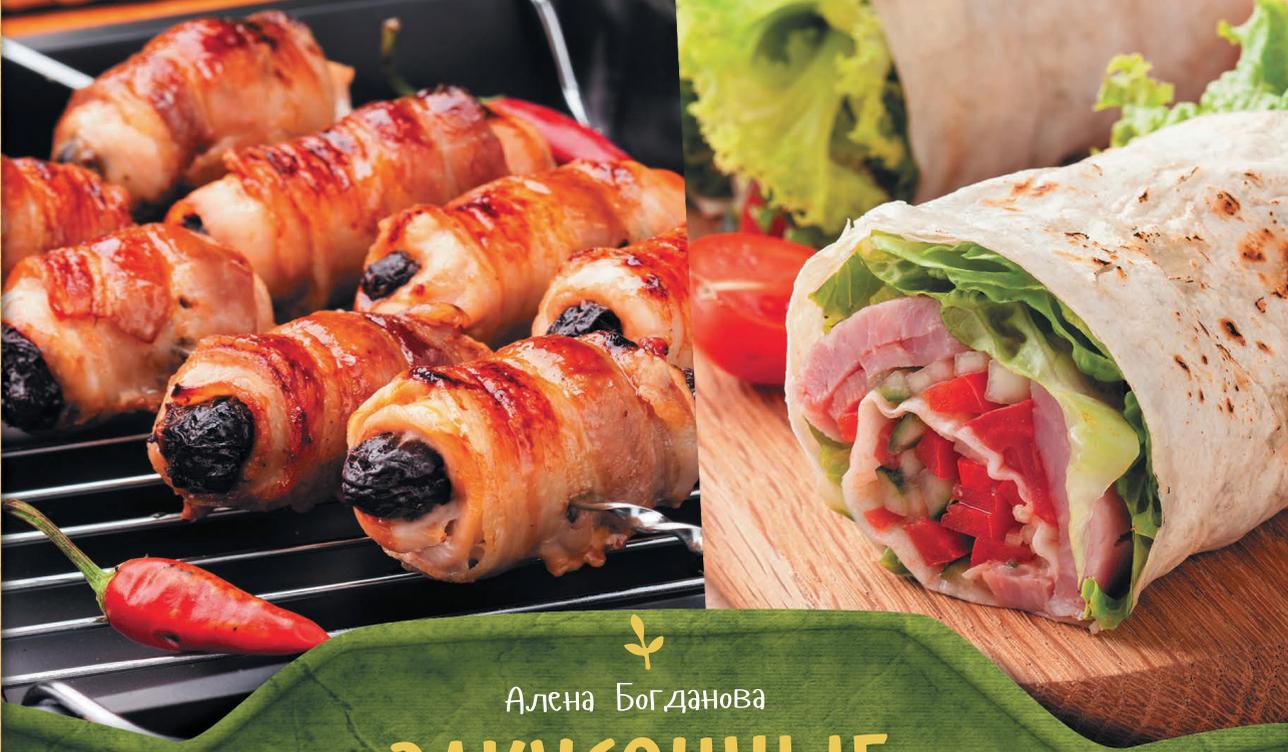
Алена Богданова

ЗАКУСОЧНЫЕ РУЛЕТЫ И ФАРШИРОВАННЫЕ БЛЮДА



Из мяса,
курицы, сыра,
овощей, грибов

КЛУБ
СЕМЕЙНОГО
ДОСУГА



Алена Богданова

ЗАКУСОЧНЫЕ РУЛЕТЫ И ФАРШИРОВАННЫЕ БЛЮДА

Из мяса,
курицы, сыра,
овощей, грибов



УДК 641/642
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

**Закусочні рулети і фаршировані страви.
3 м'яса, курки, сиру, овочів, грибів**

(російською мовою)

Завідувач редакції *К. В. Новак*
Відповідальний за випуск *М. В. Весновська*
Редактор *А. В. Бедін*
Художній редактор *Ю. О. Сорудейкіна*
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*

Підписано до друку 29.01.2016.
Формат 70x100/16. Друк офсетний.
Гарнітура «NewLetterGothic». Ум. друк. арк. 10,32.
Наклад 12 000 пр. Зам. № .

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

Віддруковано у ПРАТ
«Харківська книжкова фабрика "Глобус"»
61012, м. Харків, вул. Енгельса, 11.
Свідоцтво ДК № 3985 від 22.02.2011 р.
www.globus-book.com

**Закусочные рулети и фаршированные блюда.
Из мяса, курицы, сыра, овощей, грибов**

Заведующий редакцией *Е. В. Новак*
Ответственный за выпуск *М. В. Весновская*
Редактор *А. В. Бедин*
Художественный редактор *Ю. А. Сорудейкина*
Технический редактор *В. Г. Евлахов*

Подписано в печать 29.01.2016.
Формат 70x100/16. Печать офсетная.
Гарнитура «NewLetterGothic». Усл. печ. л. 10,32.
Тираж 12 000 экз. Зак. № .

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

Отпечатано в ПРАТ
«Харківська книжкова фабрика "Глобус"»
61012, г. Харьков, ул. Енгельса, 11
Свидетельство ДК № 3985 от 22.02.2011 г.
www.globus-book.com

ISBN 978-617-12-0420-1 (Украина)
ISBN 978-5-9910-3526-2 (Россия)

- © 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

ВВЕДЕНИЕ

Рулеты и фаршированные блюда отлично подходят для семейного ужина, и для праздничного стола, причем как в качестве закуски, так и основного блюда.

В нашей книге собраны рецепты фаршированных блюд, а также больших и порционных рулетов из овощей, различного вида мяса (телятины, говядины, индейки, свинины, телятины, курицы и кролика), рыбы, грибов и лаваша.

Вот основные рекомендации для приготовления рулетов.

- Кусок мяса (несколько кусочков) очень хорошо отбить, особенно края.
- Посолить и использовать специи, чтобы сделать вкус блюда более насыщенным.
- В качестве начинки можно использовать овощи, зелень, другое мясо, колбасу, грибы и многое другое, а также добавлять фрукты и сухофрукты.
- Туго свернуть рулет (с помощью пищевой пленки либо фольги), не оставляя между слоями мяса или между мясом и начинкой просветов и воздуха.
- Закрепить рулет (нитками, бечевкой, зубочистками, кулинарной пленкой или фольгой), запаковать, скрепить края.
- Перед запеканием блюдо стоит положить на несколько часов в холодильник, а в духовку ставить непосредственно перед подачей на стол. Пленку необходимо снять, а фольгу можно оставить, но тогда не получится румяной корочки.
- Рулет выкладывать в форму для запекания обязательно швом вниз.

К рулетам и фаршированным блюдам, помимо гарнира или салата, можно подавать различные соусы. Вот несколько рецептов основных соусов, которые вы можете разнообразить на свой вкус.

Сметанный соус или соус из греческого йогурта

100 г сметаны или натурального греческого йогурта, 1 ст. л. мелко нарезанной зелени, 1 зубчик чеснока, лимонный сок

Чеснок измельчите, смешайте с зеленью и сметаной, посолите, добавьте несколько капель лимонного сока. Перемешайте.

Овощная сальса

1 помидор, ½ луковицы, ¼ большого сладкого перца, перец чили, кинза или зелень петрушки, молотый кориандр, 2 ст. л. оливкового масла, 1 ч. л. красного винного уксуса

Бланшированный помидор и остальные овощи нарежьте мелкими кубиками. Лук и зелень мелко порубите. Смешайте овощи, зелень, соль и кориандр, добавьте уксус и оливковое масло. Перемешайте.

Домашний майонез

2 желтка, 200 г растительного масла, лимонный сок, 2 ч. л. дижонской горчицы, щепотка соли

Желтки взбейте с солью и горчицей. По несколько капель добавляйте масло и продолжайте взбивать на очень маленькой скорости. В конце добавьте несколько капель лимонного сока. В майонез можно добавить чеснок либо чеснок и зелень укропа или петрушки, измельченные орехи либо зелень зеленого базилика, заменить лимонный сок красным винным уксусом.

Песто из петрушки

2 ст. л. мелко нарезанной петрушки, 1 зубчик чеснока, 50 г твердого сыра, 3–4 ст. л. растительного масла, лимонный сок, соль

Чеснок и петрушку разотрите в ступе вместе с солью, добавьте растительное масло, несколько капель лимонного сока и натертый на очень мелкой терке сыр. Перемешайте. Подавайте к рулетам из курицы, нежирной свинины и к блюдам из яиц и сыра. Зелень петрушки можно заменить на шпинат, зеленый базилик, добавить в песто орехи кешью или арахис.

Приятного аппетита!

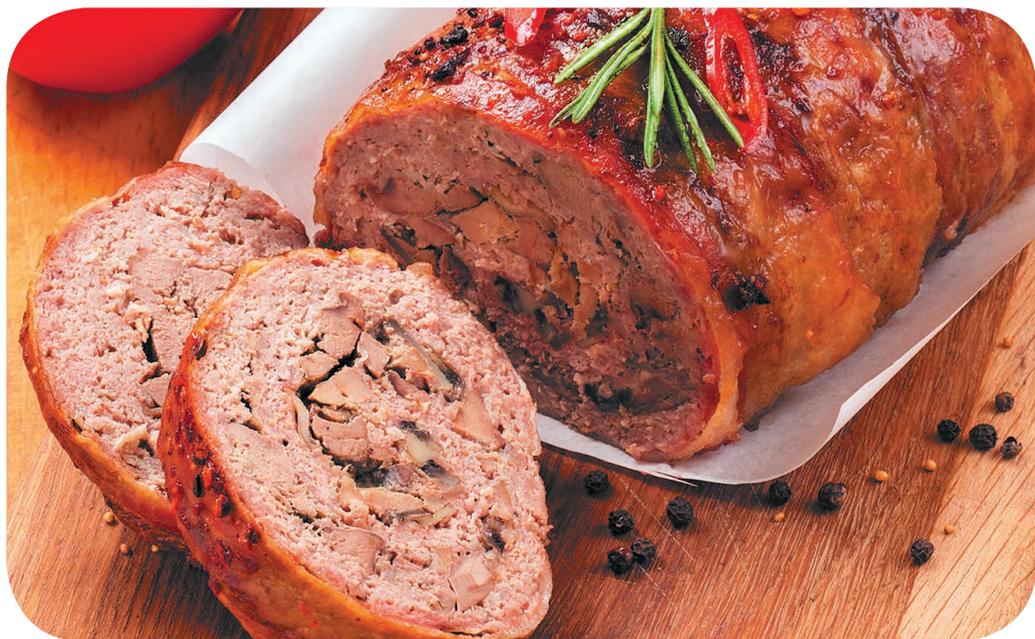
КУРИЦА ЛЯ-ПУЛЬ

Ингредиенты

- 1 средняя курица
- 1 стакан грецких орехов
- 50 г чернослива
- 30 г сливочного масла
- 1 апельсин
- растительное масло
- 1 ч. л. паприки
- ½ ч. л. острого перца
- смесь пряных трав
- соль

- 1 Снимите с курицы кожу целиком. Начинать отделять лучше от нижней части грудки, используя черенок столовой ложки, чтобы не повредить кожу, ножом подрезая трудные места. Крылья оставьте, подрезав их по суставам. Кости голени подрубите у самого основания. У вас должна остаться кожа с крыльями и ножками.
- 2 Мясо отделите от костей, дважды пропустите через мясорубку или измельчите в блендере вместе с орехами и черносливом. Из апельсина выдавите сок и теркой снимите немного цедры. Добавьте в фарш специи, соль и растопленное сливочное масло, половину цедры апельсина. Все хорошо перемешайте. Полученной массой наполните кожу курицы. Отверстия зашейте нитками.
- 3 Духовку разогрейте до 190 °С. Форму для запекания смажьте растительным маслом, уложите курицу, накройте ее фольгой и готовьте 1,5 часа. Каждые 15 минут поливайте курицу выделившимся соком и соком апельсина. За 30 минут до готовности снимите фольгу, смажьте курицу растительным маслом и запекайте до образования хрустящей корочки.
- 4 Перед подачей смажьте корочку маслом, украсьте цедрой лимона, сушеной паприкой и зеленью.





РУЛЕТ ИЗ МЯСА, ГРИБОВ И ПЕЧЕНИ В БЕКОНЕ

Ингредиенты

- 300 г свинины
- 300 г куриной печени
- 200 г шампиньонов
- 10 слайсов бекона
- 1 луковица
- 1 ст. л. дижонской горчицы
- смесь 5 перцев
- соль
- растительное масло

- 1 Половину свинины нарежьте небольшими кусочками как на отбивные и отбейте, половину измельчите в блендере или перекрутите через мясорубку, добавьте соль и перец.
- 2 Лук мелко нарубите, грибы крупно нарежьте и обжарьте на растительном масле. Добавьте соль и перец.
- 3 Куриную печень обсушите и нарежьте небольшими кубиками.
- 4 На рабочей поверхности расстелите 1 м пищевой пленки, уложите слайсы бекона (перпендикулярно длинному краю пленки) внахлест. По пласту бекону разложите слой отбитого мяса, оставив по 2 см свободного края со всех сторон, посолите, поперчите. Затем уложите слой измельченного мяса, слой печени, еще раз посолите и выложите грибы. Аккуратно, чтобы начинка оставалась на месте, подтягивая к себе край пленки, заверните рулет. Плотно замотайте в пленку и выдержите 2 часа в холодильнике перед запеканием.
- 5 Разогрейте духовку до 190 °С. Снимите с рулета пленку, выложите рулет швом вниз на противень, обмажьте дижонской горчицей и посыпьте немного измельченной смесью перцев. Готовьте 1,5–2 часа. Поливайте рулет каждые 15 минут выделившимся соком.

КАЛЬМАР, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ И ОВОЩАМИ



Ингредиенты

- 2 больших кальмара
- 1 морковь
- 200 г риса
- 1 яйцо
- 1 луковица
- зелень петрушки
- куркума, молотая
- паприка
- соль

- 1 Кальмаров очистите от пленки, удалите хитиновую пластину, вымойте.
- 2 Рис отварите до готовности. Морковь и лук натрите на средней терке, протушите до мягкости на растительном масле. Добавьте специи, соль. Смешайте с рисом и мелко нарубленной петрушкой. Вбейте яйцо и перемешайте.
- 3 Нафаршируйте кальмаров, зубочистками закрепите края. Смажьте маслом и запекайте в духовке при температуре 200 °С до готовности, 10–15 минут.

КАРТОФЕЛЬ В БЕКОНЕ

Ингредиенты

- 6 картофелин
- 6 слайсов бекона
- соль, тимьян

- 1 Картофель очистите и залейте кипятком. Варите до полуготовности в подсоленной воде.
- 2 Разогрейте духовку до 220 °С. Картофель заверните в бекон и уложите в форму для запекания. Запекайте до золотистого цвета бекона и готовности картофеля. Подавайте со сметанным соусом.



РУЛЕТ ИЗ СВИНИНЫ С КАРАМЕЛИЗОВАННЫМ ЛУКОМ

Ингредиенты

- 400 г свинины одним куском как для шницеля
- 2 большие луковицы
- 1½ ст. л. меда
- 2 звездочки аниса
- 1 щепотка куркумы
- 25 г сливочного масла
- растительное масло
- соль

- 1 Разрежьте свинину в тонкий пласт, разложите на разделочной доске и хорошо отбейте, уделив особое внимание краям.
- 2 Лук нарежьте полукольцами. На смеси растительного и сливочного масла обжарьте лук вместе с анисом на сильном огне до прозрачности. Добавьте мед и куркуму, готовьте до золотистого цвета. Удалите анис.
- 3 Расстелите пищевую пленку, выложите свинину, посолите, разложите лук и сверните рулет. Заверните в пленку и выдержите перед запеканием в холодильнике 1–2 часа.
- 4 Разогрейте духовку до 200 °С. Освободите рулет от пленки и переложите его швом вниз в смазанную растительным маслом форму для запекания. Запекайте рулет до появления румяной корочки 60–70 минут, каждые 15 минут поливая его выделившимся соком.



РУЛЕТЫ В КАПУСТНЫХ ЛИСТЯХ С ПШЕНОМ, ОВОЩАМИ И ТЕЛЯТИНОЙ

- 1 В большой кастрюле вскипятите $\frac{2}{3}$ воды, посолите. Надрежьте кочан вокруг по периметру, опустите в кастрюлю, проварите 5 минут, достаньте и охладите.
- 2 Аккуратно разделите капусту на листья и срежьте толстые прожилки у основания каждого листа.
- 3 Пшено промойте горячей водой, залейте холодной водой и варите до готовности. Промойте под проточной водой, откиньте на дуршлаг.
- 4 Свинину мелко нарубите ножом. Обжарьте на растительном масле 2–3 минуты, добавьте мелко нарезанный лук и готовьте до прозрачности лука.
- 5 Сладкий перец очистите от семян, нарежьте мелкими кубиками, добавьте в сковороду вместе со спаржевой фасолью и кукурузой. Посолите, поперчите, накройте крышкой, готовьте 2–3 минуты.
- 6 Готовые овощи и мясо смешайте с пшеном, добавьте сливочное масло, дайте немного остыть.
- 7 На центр каждого капустного листа выложите по 1 ст. л. начинки и сверните конвертом, как голубцы.
- 8 Каждый капустный конверт обмакните сначала во взбитые с щепоткой соли яйца, потом обваляйте в сухарях и готовьте во фритюре до золотистого цвета.
- 9 Готовые конверты выложите на бумажные полотенца, чтобы избавиться от лишнего жира. Подавайте с соусом на основе сметаны или домашнего майонеза с зеленью петрушки и чесноком.

Ингредиенты

- 1 кочан капусты
- 40 г кукурузы
- (или капустные листья)
- растительное масло
- 200 г пшена
- 20 г сливочного масла
- 200 г мякоти свинины
- 2 яйца
- 1 луковица
- панировочные сухари
- $\frac{1}{2}$ сладкого перца
- соль
- 40 г спаржевой фасоли
- перец



Содержание

Курица ля-пуль.....	4	Рулет из слоеного теста с мясом и грибами	48	Рулетики с курицей из лаваша.....	87
Рулет из мяса, грибов и печени в беконе.....	5	Рулет из говядины с морковью и спаржевой фасолью.....	49	Рулет из филе белой рыбы с лимоном и тимьяном.....	88
Кальмар, фаршированный рисом и овощами	6	Рулет из теста с ветчиной и томатами	50	Куриная ветчина с колбасками.....	89
Картофель в беконе.....	6	Мясные рулеты в кабачках	50	Запеченный рулет из лаваша с курицей.....	90
Рулет из свинины с карамелизованным луком.....	7	Рулет мясной.....	51	Бочонки из кабачка.....	91
Куриные рулеты с грибами.....	8	Рулет из свинины и языка	52	Рулеты из фарша в беконе.....	92
Мясной террин с цветной капустой.....	9	Рулет из шпината и творога.....	53	Салями в курице	92
Картофельно-морковный рулет.....	10	Картофельный рулет в свинине.....	54	Террин из кролика с фисташками	93
Яично-мясной рулет.....	11	Тыквенный рулет со сливочным сыром.....	55	Холодец в бутылке.....	94
Рулет из индейки с яблоками	12	Рулет из слоеного теста с сыром, шпинатом и зелению	56	Мясные тефтели, фаршированные сыром, в томатном соусе.....	95
Куриные рулеты со шпинатом и фасолью	13	Рулет из теста с индюшными сердцами и морковью	57	Ханум – паровой рулет.....	96
Куриные рулеты со шпинатом и чили.....	14	Пицца в рулете с салями и моцареллой.....	58	Рулет с сыром и перепелиными яйцами.....	97
Рулеты из баклажанов и овощей.....	15	Грудка, начиненная фаршем с сушеными томатами	59	Мясной рулет с грибным муссом и перепелиными яйцами.....	98
Рулеты из блинчиков с фаршем	16	Рулет из моркови с зеленым маслом.....	60	Рулет из пашины запеченный.....	99
Мясной рулет с томатами и кукурузой	17	Рубленый бифштекс в беконе.....	61	Террин из печени	100
Завиток из свиной грудки в медовой глазури.....	18	Картофельный пирог с рубленным мясом и луком	62	Мясной рулет с черносливом	101
Рулет мясной с цуккини и морковью.....	19	Куриный рулет в баклажане	63	Картофель, фаршированный шкварками и овощами.....	102
Рулет из свиного сердца с морковью и сливочным маслом	20	Рулет из говядины, начиненный блинами с грибным муссом.....	64	Рулеты из картофельного теста со шкварками и луком	103
Рулеты из запеченного перца с адыгейским сыром.....	21	Рулет из куриного и говяжьего фарша	65	Рулет-косичка из пашины	104
Рулет из свинины с черным перцем.....	22	Сочный рулет из темного куриного мяса с ветчиной и грибами в кабачке.....	66	Свинина, фаршированная рисом и овощами	105
Английский мясной пирог с яйцами	23	Закусочный розовый рулет с сыром, грецкими орехами и чесноком.....	67	Нога индейки, фаршированная овощами	106
Рулет из свинины с рисом	24	Рулеты из блинов с селедочным маслом	68	Лосось, фаршированный фетой.....	107
Рулеты из кабачков и перца с карамелизованным луком.....	25	Рулеты из огурца с творожным сыром и рыбой.....	68	Яично-куриный террин с креветками	108
Рулеты из курицы с черносливом в беконе.....	26	Рулет праздничный с курицей и фаршем в беконе	69	Ростбиф, фаршированный шпинатом и грецкими орехами	109
Печеночный рулет со сливочным маслом.....	27	Свиная вырезка, фаршированная фисташками в слоеном тесте.....	70	Рулет из скумбрии с морковью и луком.....	110
Рулет из печени и блинов	28	Закусочный рулет с паштетом из говяжьей печени и морковью.....	71	Рулет из индейки в темном пиве	111
Рулет из лаваша с ветчиной и овощами	29	Рулет из слоеного теста с куриным фаршем	72	Запеченные рулеты с грибами и фаршем.....	111
Рулет из риса с лососем в омлете.....	30	Пирог из блинов	74	Паштет куриный с грецкими орехами.....	112
Рулет из омлета с помидорами и ветчиной.....	31	«Шуба» в рулете	75	Запеченный картофель, фаршированный телятиной и овощами	113
Картофельный рулет с грибами	32	Кабачок, фаршированный рисом и грибами	76	Пирог из крауссапов с индейкой	114
Рулет из омлета с овощами и сыром	33	Фаршированный овощами баклажан.....	77	Штрудель с печенью и карамелизованным луком	115
Рулет мясной в хлебе.....	34	Яйцо по-шотландски	78	Рулет из фасоли с грецкими орехами и сливочным маслом.....	116
Куриный рулет в кабачках	35	Куриная котлета из цельного мяса с ветчиной в кукурузной панировке	79	Булочки с перепелиными яйцами	117
Рулет из кабачков с морковью.....	36	Баклажан, фаршированный морковью с чесноком и орехами	80	Яблоки, фаршированные печенью	118
Рулет мясной с грибами	37	Рулет из свиного шницеля с копчеными колбасками.....	81	Рулет из пашины	119
Рулет из индейки с грецкими орехами	38	Помидоры, фаршированные курицей с грибами и брынзой	82	Завитки из дрожжевого теста с беконом и карамелизованным луком	120
Рулет в лаваше с фаршем.....	39	Тыква, фаршированная рисом и сухофруктами	83	Дрожжевой рулет с мясом	121
Рулет из индейки с карамелизованными овощами.....	40	Перец, фаршированный пшеном и овощами	84	Перцы, фаршированные рисом, овощами и курицей	122
Обжаренный рулет из индейки в лаваше	41	Маринованные перцы с фетой.....	85	Бисквитный рулет с куриным паштетом.....	123
Мясной рулет с кукурузной кашей в капустных листьях.....	42	Лук, начиненный фаршем, в беконе.....	86	Рыбный террин с яйцами.....	124
Рулет из курицы со свиной вырезкой.....	43			Куриный рулет с ананасами.....	124
Рулет из теста с шампиньонами и тимьяном	44			Мясные рулеты в баклажане.....	125
Рулет из слоеного теста с мясной начинкой.....	45			Рулет из дрожжевого теста с паштетом и яйцами.....	126
Рулет мясной с грибами в солонине.....	46			Рулеты в капустных листьях с пшеном, овощами и телятиной.....	127
Рулет из индейки с сухофруктами.....	47				