

Рецепты для газовых плит BOSCH



Блюда из птицы и дичи



Супы



Гарниры и овощные блюда



Блюда из говядины, свинины, телятины и баранины

Содержание

Рагу из курицы с грибами	2 стр.
Утка с яблоками	3 стр.
Курица по-восточному	4 стр.
Гороховый суп-пюре	5 стр.
Суп из шпината	6 стр.
Соевое мясо	7 стр.
Карбонад в капустном листе	8 стр.

Рагу из курицы с грибами



Способ приготовления:

5 средних картофелин
2 болгарских желтых перца
3 зубчика чеснока
5 куриных ножек без костей и кожицы
растительное масло
350 г грибов
1/2 ложки соли
2 ст. ложки сахара
3 ст. ложки винного уксуса
3 ст. ложки соевого соуса
пучок салата-латука

Разрезать каждую картофелину на 4 части. Сварить в подсоленной воде.

Тонко нарезать перец и чеснок вдоль и пополам. Порезать курицу на кусочки.

В разогретом масле поджарить перец до румяной корочки. Отложить в отдельную емкость. В ту же сковороду добавить масла и обжарить грибы. Выложить их в миску с перцем.

В сковороду влить еще масла и обжарить куриное мясо с чесноком. Подсолить. Когда появится золотистая корочка, убавить огонь и тушить мясо до готовности.

В миске смешать сахар, уксус и соевый соус. Когда курица будет готова, прибавить огонь, добавить грибы, перец и соус. Тушить все вместе в течение 5 минут.

Разложить блюдо на тарелки, украсить зеленью или листьями салата.

Утка с яблоками



Способ приготовления:

1 небольшая утка
150 гр. белого вина
3—4 яблока
30 гр. муки мелкого помола
дробленный тмин
соль

Ощипанную, выпотрошенную и промытую утку подсушить, посолить внутри и сверху.

Яблоки вымыть, нарезать на дольки, очистить от сердцевины, но не очищать от кожуры. Небольшие яблоки можно не резать. Подготовленные яблоки вложить в тушку через разрез на брюшке и зашить белой ниткой.

Поместить фаршированную утку в духовку и полить ее водой. Запекать 1-2 часа в зависимости от величины и возраста утки. Периодически поливать соком из противня. Если утка очень толстая, то кожу следует проткнуть вилочкой для того, чтобы сало вытекало. Вытекшее сало следует сливать, чтобы оно не подгорало. Утку нужно готовить осторожно, чтобы сок из яблок не запекся.

Готовую утку следует нашпиговать свининой, выложить запеченными яблоками, облить соком, образовавшимся при тушении, в который добавлена ложечка муки для загущения. Подавать с картофелем, салатом из китайской капусты и изюмом.

Время приготовления:

150 мин

Общее время тушения:

120 мин

Курица по-восточному



Способ приготовления:

400 гр. мяса курицы, очищенного от костей
2 помидора
3 паприки (1 жгучий перец)
3 луковицы среднего размера
3 дольки чеснока
3 ложки масла
1 ложка кетчупа
1/4 бульонного кубика
1 ч. л. карри без верха
коренья
соль

Курицу, очищенную от костей и кожи, нарезать небольшими кусочками и посолить. Лук мелко шинковать, томаты и перец нарезать колечками. Чеснок натереть на терке.

В разогретое масло положить мелко нарезанный лук, который должен подрумяниться, добавить куриное мясо и также немного обжарить. Затем подлить воду, добавить натертый чеснок, кетчуп, куриный бульон, карри и коренья. Поставить тушиться. При необходимости можно подлить немного воды, т.к. бульон может загустеть за счет лука, перца и томатов.

Нарезанные томаты и перец добавить, когда мясо станет почти совсем мягким, и тушить еще некоторое время до полной готовности. Коренья добавить по вкусу. Блюдо должно быть острым на вкус.

Подавать с картофельными лепешками или рисом.

Время приготовления: 30-40 мин.

Общее время тушения: 30-40 мин.

Гороховый суп-пюре



Способ приготовления:

250 гр. воды
1,5 литра воды
1,5 кубика куриного бульона (мацоха)
50 гр. сливочного масла
50 гр. муки мелкого помола
250 гр. сметаны
соль

Горох перебрать и промыть, замочить на ночь в воде.

Добавить в кипящую воду кубик куриного бульона и приготовить основу для супа.

Туда же высыпать горох и варить до готовности.

Бульон слить в отдельную емкость и сохранить. Горох разделить на 2 части. Половину измельчить и переложить в емкость с бульоном. Другую половину не измельчать и переложить туда же.

Из муки и масла приготовить кашицу и заправить ею суп. По желанию посолить и подварить.

Подавать со сметаной и, по желанию, с поджаренными картофельными лепешками.

Рекомендации: Гороховый суп будет очень вкусный, если положить в бульон немного копченостей.

Общее время приготовления: 55 мин.

Время варки: 45 мин.

Суп из шпината



Способ приготовления:

2 литра воды
1 кубик куриного бульона (мацоха)
3/4 пачки замороженного шпината
20 гр. жира
20 гр. муки мелкого помола
125 гр. сметаны
1 желток
2 дольки чеснока
соль

Из жира и муки приготовить светлую кашицу, залить ее водой, добавить кубик куриного бульона и поставить варить.

В кипящий бульон выложить замороженный шпинат, посолить и варить до готовности.

Чеснок очистить, выдавить через пресс и добавить в суп. Готовый суп заправить сметаной и растертым куриным желтком.

Время приготовления: 35 мин.

Общее время варки: 30 мин.

Соевое мясо



Способ приготовления:

100 гр. соевых бобов
100 гр. шампиньонов
200 гр. свинины
2 шт. красного перца (для украшения)
1 небольшая луковица
1 яйцо
1 ложка соламила
4 ложки масла
2 дольки чеснока
щепотка имбиря
глутасол
соевый соус
соль

Соевые бобы замочить в 0.5 литра холодной воды и оставить разбухать не меньше, чем на 1 час. Затем варить до размягчения в той же воде.

Шампиньоны, лук, свинину и чеснок очистить и нарезать на тонкие ломтики.

Очищенный и промытый красный перец нарезать в виде лапши.

В размягченные после варки соевые бобы добавить соль и солаamil, немного поджарить в масле, добавить нарезанные шампиньоны, лук, свинину и чеснок, щепотку имбиря и залить отваром из соевых бобов. Тушить до готовности. Затем добавить соевый соус и глутасол.

При подаче на стол украсить кусочками помидора. Подавать с отварным рисом и овощным салатом.

Температура нагрева: 90 °С

Время приготовления: 45 мин

Карбонад в капустном листе



Способ приготовления:

1,5 кг свиного филея
1 большая белокочанная капуста
пучок зеленого лука
зелень тимьяна (можно сушеный)
соль, перец
1 кубик куриного бульона
8 средних картофелин
1 ст. ложка растительного масла
1 ч. ложка семян тмина (измельчить)

Снять 6 верхних капустных листов. Хорошо отбить или срезать твердые части.

Отделить черешки зеленого лука от перьев.

В большой кастрюле вскипятить воду. Варить капустные листья 3-5 минут — до мягкости. Вынуть листья. Дать воде стечь. Обдать кипятком перья зеленого лука, чтобы они слегка размягчились.

Срезать жир с мяса. В мисочке смешать нарезанную зелень тимьяна, перец, тмин и одну чайную ложку соли. Посыпать мясо со всех сторон приправами.

Положить мясо на 6 больших капустных листов. Обернуть его листьями так, чтобы оно было полностью закрыто со всех сторон.

Закрепить капусту с помощью перьев зеленого лука (если одного лукового шпагата будет недостаточно, связать два пера).

Выложить свинину в большую жаровню. Развести бульонный кубик в двух чашках горячей воды. Вылить бульон в жаровню. Запекать мясо при температуре 200° примерно 1 час, время от времени поливая соусом.

Отварить картофель в подсоленной воде, порезать кубиками.

Произвольно нарезать оставшуюся капусту. В сковороде с антипригарным покрытием на среднем огне разогреть масло, добавить 1/2 чайной ложки соли и капусту. Слегка обжарить капусту, положить картофель и пожарить вместе с капустой. Выложить в большое блюдо.

Готовый карбонад выложить на блюдо с картофельно-капустным гарниром.

Полить карбонад соусом, образовавшимся при запекании.

Температура нагрева: 200 °С.