

блюда на гриле

50
рецептов

овощи, фрукты, сыр, рыба
говядина, свинина,
баранина, птица



блюда на гриле

овощи, фрукты, сыр, рыба
говядина, свинина,
баранина, птица



ЭКСМО
Москва
2012

УДК 641/642

ББК 36.997

П 99

Идея внутреннего макета *Татьяны Островерховой*,
преподавателя графического дизайна
в Московской финансово-промышленной академии (МФПА)

Разработка макета и дизайн переплета *Н. Никоновой*

Фото *К. Филипповой, Г. Калинина*

П 99 **50** рецептов. Блюда на гриле. — М. : Эксмо, 2012. — 48 с. : ил.

ISBN 978-5-699-50522-7

Перед вами книга из новой кулинарной серии, объединенной круглой цифрой 50 и собравшей коллекцию блюд по самым популярным темам: консервированные блюда, на гриле, салаты, баклажаны и кабачки, блюда из птицы, рыбы, мяса, выпечка. Все рецепты проверены, снабжены иллюстрациями, необходимыми советами и временными параметрами. Удобно, доступно, разнообразно.

УДК 641/642
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-50522-7

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2012

Издание для досуга

50 РЕЦЕПТОВ

Блюда на гриле

Ответственный редактор *Е. Левашева*
Художественный редактор *Н. Никонова*
Технический редактор *М. Печковская*
Компьютерная верстка *И. Кобзев*
Корректор *С. Игнатова*

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Подписано в печать 19.12.2011. Формат 70×100¹/₁₆.
Гарнитура «NewBaskerville». Печать офсетная. Бум. офс. Усл. печ. л. 3,89.
Доп. тираж 10 000 экз. Заказ

ISBN 978-5-699-50522-7



Содержание

Овощи, фрукты, сыр

Сладкая кукуруза на гриле	4
Баклажаны на гриле с сыром рикотта	5
Баклажаны и помидоры	6
Помидоры на гриле с соусом песто	7
Перец с фетой и базиликом на решетке	8
Маринованные овощи на гриле	9
Картофель гриль	10
Городская булка на гриле	11
Грибы с козьим сыром на гриле	12
Козий сыр на гриле с грушевым чатни	13
Абрикосы и персики на гриле	14

Птица

Дьяблотены из курицы	14
Цыпленок по-абхазски	15



Куриный шашлык в глазури из фруктов	15
Куриные грудки в ветчине	16
Куриный шашлык «кучерявый»	17
Окорочка с крыжовником	18
Куриные шашлычки с черри	19
Гаукамоле к курице на гриле	20
Утка в коньяке	21
Дичь на вертеле	22
Филе индейки с арахисовым маслом	23
Индейка на гриле	24
Ягнятина с базиликом	24
Филе с соусом чили	25



Баранина, свинина, говядина

Мясо, маринованное с чайной заваркой	25
Мясо в кефире	26
Кебаб из баранины по-провансальски	27
Кебаб из баранины	28
Шашлык из баранины в горчичном маринаде	29
Шашлык из ливера	30
Свинные кебабы по-гавайски	31
Свиной стейк с кукурузой	32
Гриль-микс	33
Шашлык «острый»	34
Нежная свинина	35
Кёфте с томатами на гриле	36
Говядина по-восточному на гриле	37
Глазированная говядина	38
Праздничный кебаб	39
Шашлык на пиве	40
Баранина пряная с курагой на шпажках	40

Рыба, морепродукты

Кебаб из лосося с карри	41
Картофель и лосось на гриле	41
Фаршированные кальмары	42
Шашлык из семги	43
Форель по-итальянски	44
Шашлык из форели	45
Креветки в сухарях на гриле	46
Шашлычки из морепродуктов	47

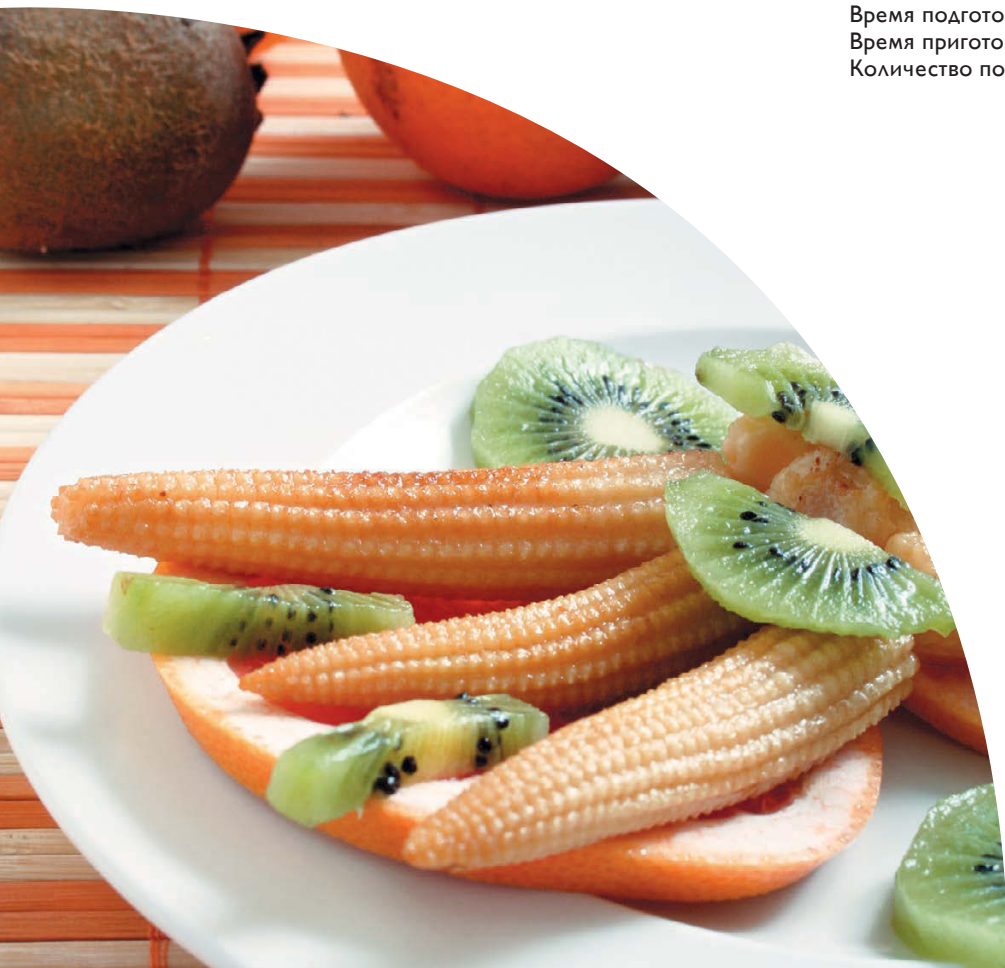
Сладкая кукуруза на гриле

1. Сливочное масло положить на разогретый противень гриля и растопить.
2. Початки кукурузы очистить от листьев и волокон, вымыть и обжарить на растопленном сливочном масле в электрогриле.
3. Готовые початки кукурузы выложить на тарелки посолить и поперчить по вкусу, затем подать на стол.

Состав:

4 початка кукурузы
100 г сливочного масла
молотый черный перец
по вкусу
соль

Время подготовки: 5 мин
Время приготовления: 10 мин
Количество порций: 4



Баклажаны на гриле с сыром рикотта

Состав:

2 баклажана
3 помидора
3 ст. л. соуса песто
150–200 г рикотты
1–2 ст. л. оливкового
масла

1. Баклажаны вымыть, удалить плодоножки и разрезать вдоль на 4 пластины.
2. Помидоры вымыть и нарезать небольшими кубиками (если есть необходимость, можно очистить от кожицы и бланшировать).
3. Пластины баклажана обжарить на гриле до зарумянивания, затем смазать их с одной стороны песто, выложить немного кубиков помидоров и покрошить сверху сыр, сбрызнуть оливковым маслом и оставить на гриле на 1 мин.

Время подготовки: 10 мин
Время приготовления: 10 мин
Количество порций: 4



Баклажаны и помидоры

1. Баклажаны вымыть, удалить плодоножки. Разрезать продольно на 6 ломтиков, положить их в один слой на противень, посыпать специями и сбрызнуть маслом.
2. Запекать под грилем, пока не зарумянятся, после перевернуть, смазать маслом и снова запечь до коричневого цвета.
3. Оставшееся масло разогреть на сковороде. Луковицу нарезать полукольцами и обжарить ее до мягкости на масле. Добавить помидоры и тушить 5 мин.
4. Когда баклажаны остынут, в форму для запекания, смазанную маслом, уложить слой баклажанов, посыпать сыром, добавить лук с помидорами, сверху уложить ломтики баклажанов и снова сыр и лук с помидорами, посыпать панировочными сухарями.
5. Запекать в духовке под грилем до румяной корочки около 20 мин при 180 °С.

Состав:

2 средних баклажана
4 ч. л. оливкового масла
1 маленькая луковица
400 г нарезанных помидоров
85 г обезжиренного мягкого сыра с чесноком и зеленью
3 ст. л. панировочных сухарей
любые сухие травы
соль

Прекрасное вегетарианское блюдо. Хорошо в любое время года с любым салатом или простой картошкой в мундире.

Время подготовки: 25 мин
Время приготовления: 20 мин
Количество порций: 4



Помидоры на гриле с соусом песто

Состав:

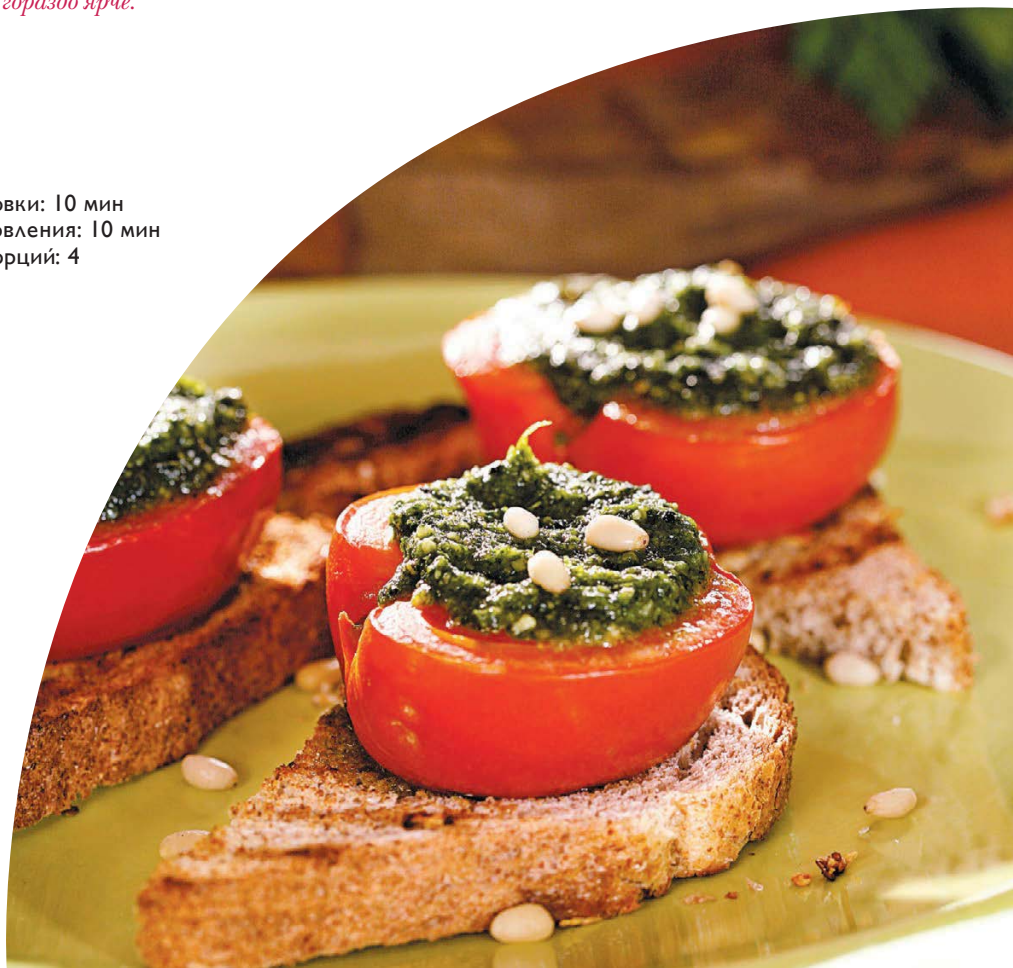
4 средних помидора

2 ст. л. соуса песто

1. Помидоры вымыть, удалить плодоножки и разрезать пополам.
2. Каждую половинку помидора намазать соусом песто.
3. Запекать на решетке до мягкости.
4. Одновременно с помидорами можно запечь на гриле хлеб и потом выложить на каждый ломтик хлеба по половинке помидора.

Соус песто хорош не только с томатами, вкус любых овощей станет с ним гораздо ярче.

Время подготовки: 10 мин
Время приготовления: 10 мин
Количество порций: 4



Перец с фетой и базиликом на решетке

1. Луковицу очистить и нарезать небольшими кусочками. Черри разрезать пополам.
2. Кабачки вымыть, удалить плодоножки. Разрезать кабачки вдоль на 4 части и затем нарезать небольшими ломтиками.
3. Фету размять вилкой или раскрошить руками. Маслины разрезать пополам.
4. Перец вымыть, удалить плодоножки и семена, разрезать пополам, чтобы получились лодочки.
5. Уложить ломтики лука, черри, кабачки, фету и маслины, нарубленный базилик в лодочки перца, сбрызнуть оливковым маслом.
6. Завернуть каждую лодочку в фольгу и запечь на решетке около 8 мин.

Состав:

4 красных перца
1/2 красной луковицы
2 молодых кабачка
16 помидоров черри
16 маслин
200 г сыра фета
2 ст. л. измельченного базилика
оливковое масло

Время подготовки: 25 мин
Время приготовления: 10 мин
Количество порций: 4

