

БЛЮДА

ИЗ КУРИЦЫ, ИНДЕЙКИ,
УТКИ И ГУСЯ



Алла Викторовна Нестерова

Блюда из курицы, индейки, утки и гуся

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=297882

*Блюда из курицы, индейки, утки и гуся / [сост. А. В. Нестерова].: РИПОЛ классик; Москва; 2008
ISBN 978-5-386-00475-0*

Аннотация

Какие блюда и из какой домашней птицы лучше всего приготовить? Ответы на эти и многие другие вопросы можно найти на страницах этой книги. Приведенные в ней советы и рекомендации наверняка пригодятся и тем, кто готовит обычный обед, и тем, кто составляет меню праздничного ужина. В книге есть все, начиная с того, как правильно выбрать птицу для определенного блюда, и заканчивая наиболее подходящим или даже изысканным способом ее приготовления.

Содержание

Введение	5
Блюда из курицы	7
Первые блюда	7
Консоме (бульон из курицы с кореньями)	7
Куриный бульон с клнеями	7
Прозрачный суп из курицы с луком, кореньями и лапшой	8
Суп из курицы с орехами по-грузински	8
Суп из курицы по-молдавски	8
Куриная лапша с вареным яйцом	9
Суп из курицы с яблоками и зеленым горошком	9
Китайский суп из курицы с кукурузой	9
Суп из курицы с грибами по-венгерски	10
Калья из курицы (разновидность рассольника)	10
Рассольник с курицей, телятиной, сосисками и каперсами с огурцами	11
Окрошка с курицей, овощами и яйцами	11
Салаты, закуски, заливное, паштеты и рулеты	12
Салат с курицей по-кубински	12
Салат из курицы с овощами и апельсинами	12
Салат из курицы с грибами, сыром и сметаной	12
Салат из курицы, сыра, аджики и майонеза	12
Салат из курицы с дыней, редисом и сельдереем	13
Салат из курицы с ананасами и кукурузой	13
Салат с курицей, красной фасолью, яйцом и грибами	13
Салат с корейским соусом	13
Салат с курицей, чесноком, орехами и яйцами	14
Заливное из курицы	14
Паштет из курицы и масла	15
Закуска из мяса курицы в желе	15
Холодная закуска из мяса курицы	15
Рулет из мяса курицы с кореньями, луком и морковью	16
Рулетики из куриных грудок с грибами	16
Рулетики из курицы с сыром, чесноком и зеленью	16
Рулет под грибным соусом	17
Куриные рулеты с сыром, овощами и жареными крылышками	17
Шашлык из курицы и окорочков	18
Шашлык из маринованных куриных окорочков	18
Шашлык из курицы со специями	18
Шашлык из курицы на сковороде в сухом вине	18
Шашлык из курицы по-узбекски	19
Сосиски и колбасы из мяса курицы	20
Сосиски по-баварски	20
Колбаса белая из филе курицы	20
Блюда из куриных потрохов	21
Украинская юшка (суп из куриных потрохов)	21

Зразы по-русски со свиной или телятиной и куриными потрохами	21
Рагу из куриных потрохов с овощами	21
Куриные потроха в сметане с зеленью	22
Куриная печень по-индонезийски	22
Мучные блюда с мясом курицы и сладкие блюда	23
Блинчики, фаршированные курицей	23
Курник по-русски	23
Ленивый бешбармак из курицы	24
Лепешки из курицы с овощами	24
Творожные кольца с салатом из курицы	24
Оладьи «Курочка Ряба»	25
Авзет (марокканское блюдо)	25
Печенье из курицы с медом и мускатным орехом	26
Блюда из петуха	27
Жаркое из каплуна (петуха)	27
Каплун, жаренный с можжевельными ягодами	27
Жареный каплун с трюфелями, красным вином и ромом	27
Жареный каплун, фаршированный грецкими орехами, каштанами, печенью и рисом с эстрагоном и кардамоном	28
Галльский петух, тушеный в пиве со специями	28
Петух по-аргентински	28
Вторые блюда из курицы	30
Куриные котлеты под грибным соусом	30
Котлеты из курицы под красным соусом	30
Котлеты «Пожарские» под овощным соусом	30
Котлеты из курицы с орехами, зеленью, чесноком и яйцом	31
Кнели из мяса курицы	31
Запеканка из курицы, картофеля, кукурузы и сыра	31
Запеканка из курицы с рисом и соусом	32
Курица, запеченная с сыром и сливками	32
Курица, запеченная с лимоном в соевом соусе	33
Запеченное филе курицы с грибами, помидорами, брусникой и рябиной под сметанным соусом	33
Конец ознакомительного фрагмента.	34

Алла Викторовна Нестерова

Блюда из курицы, индейки, утки и гуся

Введение

Курица, индейка, утка и гусь – именно эти виды домашней птицы чаще всего используются для приготовления различных блюд. В продажу любая домашняя птица поступает уже ощипанной и замороженной, но не всегда выпотрошенной. Немороженная птица продается обычно уже потрошенной или наполовину выпотрошенной. При выборе птицы для приготовления блюд лучше остановиться на молодых животных. Их мясо более нежное, сочное и имеет плотный внутренний жир. Старую или же не очень свежую птицу лучше всего варить, поскольку жаренье не обеспечивает полного уничтожения микробов, находящихся в толще мяса. К тому же мясо старой птицы более жесткое и сухое, поэтому требует длительной тепловой обработки, желателен с добавлением бульона, воды и т. п.

Свежая тушка домашней птицы должна быть покрыта кожей желтоватого или розоватого цвета. Мясо при этом остается плотным и упругим. У кур и индеек оно имеет светло-розовый цвет, а у уток и гусей – красноватый. Поверхность свежей тушки должна быть слегка влажной, но не липкой. У гусей и уток лапки должны быть желтыми и блестящими. Ножки молодой индейки гладкие и имеют сероватый оттенок.

Определить возраст курицы или петуха можно по состоянию кончика грудной кости: у молодой птицы он обычно гибкий и эластичный, у старой – твердый, при надавливании ломается, а не гнется.

Молодых кур можно смело использовать для жаренья, а из старых лучше всего варить супы и бульоны или использовать их мясо для приготовления рубленых котлет. Если очень хочется подать к столу жареную курицу, а кроме старой птицы ничего нет, можно сначала отварить тушку, а затем обжарить в масле или жире.

Уток и гусей, как правило, фаршируют, а также жарят целиком с фруктами и овощами. Из утиных и гусиных потрохов, голов, крылышек и лапок часто готовят рассольники или солянки и другие блюда. Чтобы смягчить специфический вкус жира утки или гуся, можно подать блюда из этой птицы с кисловатым гарниром. Это может быть квашеная капуста, маринованные плоды и ягоды, моченые яблоки или соленые овощи. Во время приготовления блюд из гуся и утки также можно добавлять эти продукты. Именно поэтому из этих видов домашней птицы часто готовят рассольники, щи, борщи и солянки. Из нежирной птицы можно варить заправочные супы, упитанные же тушки лучше всего жарить, поскольку они имеют своеобразный аромат, который не всем нравится.

Мясо индейки относится к деликатесным продуктам, поскольку оно достаточно жирное и сочное. Из индейки можно приготовить жаркое, супы, бульоны, салаты и многие другие блюда. Добавив в салат мясо индейки, можно придать ему новый необычный вкус. Из потрохов, горла, крыльев, головы и ножек хорошо готовить заливные блюда. Индейка под майонезом или с каштанами считается самым изысканным кушаньем.

Если птицу необходимо ощипать, начинать лучше с шеи. Чтобы не повредить при этом кожу, ее следует слегка растягивать в том месте, откуда выдергивается перо. Разрывы на коже при последующей тепловой обработке приведут к быстрому высыханию, обезвоживанию и обезжириванию мяса. В итоге блюдо получится жестким и невкусным.

После того как тушка ощипана, ее следует опалить, чтобы удалить оставшийся пух. Вначале нужно расправить тушку птицы, разглаживая складки на коже, затем обсушить бумажным полотенцем и натереть мукой. После этого птицу можно опалить над открытым

огнем, следя за тем, чтобы она не закоптилась. Затем нужно отрубить шею и лапки, осторожно выпотрошить, стараясь не задеть желчный пузырь.

Подготовленную тушку надо тщательно промыть, удаляя сгустки крови, а также выдернуть пеньки, оставшиеся после ощипывания (их особенно много у уток и гусей).

После этого можно приступить к приготовлению пищи. Жарить домашнюю птицу можно на сковороде, в сотейнике, духовом шкафу, над углями и т. д. Продолжительность жаренья будет зависеть от возраста и размера птицы. Чтобы получить на поверхности тушки румяную корочку, можно предварительно обильно смазать ее сметаной, а затем обжарить в горячем жире. Если тушку птицы жарили целиком, перед подачей к столу ее необходимо разрубить на порционные куски и выложить в виде целой тушки на большое блюдо, украсив кушанье зеленью и гарниром, либо разложить мясо по тарелкам. Тушку сначала нужно разрезать пополам вдоль грудки, затем отделить ножки и разделать тушку на порционные куски.

В продаже можно найти полуфабрикаты и консервы из мяса птицы, а также копчености (крылышки, голени, окорочка и т. п.). Их тоже можно использовать для приготовления некоторых блюд.

Блюда из курицы

Первые блюда

Консоме (бульон из курицы с кореньями)

Ингредиенты

300 г филе грудки курицы, 200 г телячьих костей, 80 г корней петрушки, 80 г моркови, 60 г репчатого лука, 80 г корней сельдерея, 50 г зелени укропа и петрушки, 2–3 яичных белка, 8 горошин черного перца, 1–2 лавровых листа, соль по вкусу.

Способ приготовления

Телячьи кости и куриные грудки промыть, залить 3 л воды и довести до кипения, варить до готовности мяса, затем филе вынуть и нарезать порционными кусками, кости вынуть, бульон процедить. Морковь, репчатый лук, корни сельдерея и петрушки вымыть, очистить, нарезать и выложить в бульон. Добавить перец горошком, лавровый лист, соль, варить 15–20 мин. Затем бульон вновь процедить. Яичные белки смешать с небольшим количеством слегка охлажденного бульона, взбить и ввести оттяжку в бульон. Когда она свернется, вынуть ее с помощью шумовки, бульон процедить в третий раз. Перед подачей к столу выложить в тарелки порционные куски филе курицы, налить консоме, посыпать вымытой, нарубленной зеленью укропа и петрушки.

Куриный бульон с кнелями

Ингредиенты

1 л куриного бульона, 15 мл растительного масла, 20 г зелени петрушки, 10 г вареного шпината, соль и специи по вкусу.

Для кнельной массы: 150 г филе курицы, 80 мл молока, 10 г сливочного масла, 1 яичный белок.

Способ приготовления

Филе курицы промыть, мелко нарезать или пропустить через мясорубку. Полученную массу выложить в кастрюлю, поставить ее на лед и взбивать веселкой, постепенно вводя масло, яичный белок и вливая небольшими порциями охлажденное молоко. Продолжать взбивать, пока не образуется однородная пышная масса. Разделить массу на кнели с помощью двух чайных ложек или переложить полученную массу в кондитерский мешок и отсадить в виде маленьких пуговок на смазанный растительным маслом противень. Затем залить кнели горячей водой, добавить соль и специи и нагреть до кипения. Готовые кнели вынуть шумовкой, переложить в кастрюлю, добавить немного бульона и оставить на водяной бане. Куриный бульон подогреть. Перед подачей к столу в тарелку положить кнели, налить куриный прозрачный бульон, посыпать вымытой и нарубленной зеленью петрушки и мелко нарезанным вареным шпинатом.

Таким же способом можно приготовить куриный бульон с разноцветными кнелями. Для этого кнельную массу следует поделить на три части и окрасить в разные цвета, добавив в нее томат-пюре (красный цвет) или протертый шпинат (зеленый цвет). Третью часть кнельной массы можно не окрашивать.

Прозрачный суп из курицы с луком, кореньями и лапшой

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 60 г репчатого лука, 1 яичный белок, 60 г моркови, 50 г корней петрушки, 50 г сливочного масла, 90 г домашней лапши, 15 г рубленой зелени петрушки и укропа, 1–2 лавровых листа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, нарезать порционными кусками, залить 3 л воды и варить до готовности. Репчатый лук, морковь и корни петрушки очистить, вымыть, нашинковать. Лук пассеровать в масле, добавить овощи в суп, варить 20 мин. Затем вынуть мясо, отделить филе от костей, бульон процедить, снова поставить на огонь и осветлить с помощью яичного белка, предварительно взбитого с небольшим количеством теплого бульона. Осветленный бульон вновь довести до кипения и ввести в него лапшу, соль и перец. Готовый суп снять с огня, добавить в него лавровый лист. Перед подачей к столу выложить в тарелки кусочки филе курицы, налить суп с лапшой и посыпать его рубленой зеленью укропа и петрушки.

Суп из курицы с орехами по-грузински

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 40 г сливочного масла, 60 г репчатого лука, 40 г зеленого лука, 100 г толченых грецких орехов, 50 мл винного уксуса, 30 г зелени петрушки и укропа, 2 г корицы, соль по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, нарезать порционными кусками, залить 3 л воды и варить до готовности. Затем мясо вынуть, отделить филе от костей, бульон процедить. Довести его до кипения, добавить очищенный, вымытый, нашинкованный и пассерованный в масле репчатый лук. Добавить толченые орехи, уксус, а также вымытую и нарубленную зелень укропа и петрушки. Довести суп до кипения, посолить и посыпать корицей, варить на слабом огне 3–5 мин. Перед подачей к столу выложить в тарелки филе курицы, налить суп и посыпать его вымытым и мелко нарубленным зеленым луком.

Суп из курицы по-молдавски

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 500 г картофеля, 50 г моркови, 50 г корней петрушки, 40 г столового маргарина, 50 г сметаны, 25 мл столового уксуса, 10 г зелени петрушки, 8 г муки, 1 г красного молотого перца, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Корни петрушки и морковь очистить, вымыть, нарезать соломкой, слегка пассеровать в маргарине, разбавить уксусом. Мясо курицы промыть, нарезать порционными кусками, залить 3 л воды и варить до готовности. Затем мясо вынуть, отделить филе от костей, бульон процедить. Довести его до кипения, ввести очищенный, вымытый и нарезанный кубиками картофель, через 5–6 мин добавить морковь и корни петрушки, а также разведенную бульоном муку. Приправить суп солью и перцем, варить до готовности. Перед подачей к столу положить в тарелки мясо курицы, налить суп, посыпать вымытой и измельченной зеленью петрушки, заправить сметаной.

Куриная лапша с вареным яйцом

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 80 г моркови, 60 г корней петрушки, 2 яйца, 30 г зелени укропа и петрушки, 1–2 лавровых листа, 5 г черного перца горошком, соль по вкусу.

Для лапши: 250 г муки, 1 яйцо, соль по вкусу.

Способ приготовления

Из муки, воды, яйца и соли замесить тесто. Раскатать его в пласт и как можно мельче нарезать лапшу. Затем растрясти ее по присыпанному мукой столу и дать подсохнуть. Мясо курицы промыть, выложить в кастрюлю, залить 3 л воды, добавить очищенные, вымытые и нарезанные соломкой морковь и корни петрушки, варить до готовности. За 10 мин до окончания варки положить лавровый лист, перец горошком и соль. Мясо вынуть, филе отделить от костей, бульон процедить. Затем вновь довести его до кипения, ввести лапшу и варить на слабом огне до тех пор, пока она не всплывет. Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить и разрезать пополам. Перед подачей к столу в тарелки выложить по половинке яйца, налить суп с лапшой, посыпать вымытой, рубленой зеленью укропа и петрушки.

Суп из курицы с яблоками и зеленым горошком

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 200 г консервированного зеленого горошка, 100 г репчатого лука, 2 г карри, 50 г сметаны, 200 г яблок, 50 г сливочного масла, 30 г муки, 30 мл растительного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, залить 3 л воды и отварить. Затем мясо вынуть, отделить филе от костей, бульон процедить. Зеленый горошек протереть сквозь сито, пассеровать в растительном масле. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать, обжарить в сливочном масле, затем добавить очищенные, вымытые и крупно натертые яблоки. Соединить массу с горошком, добавить карри, влить немного бульона и тушить на слабом огне в течение 15–20 мин. Посыпать массу мукой, залить остальным бульоном, посолить, довести до кипения и снять с огня. Перед подачей к столу заправить суп сметаной.

Китайский суп из курицы с кукурузой

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 70 г репчатого лука, 5 г зелени петрушки, 400 г консервированной кукурузы, 5 мл кунжутного масла, 2 кубика куриного бульона, 80 г кукурузной муки, 2 яичных белка, 200 г ветчины, 100 г зеленого лука, 3 г тертого свежего имбиря, 4 г черного перца горошком, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, нарезать порционными кусками, залить 2 л воды. Добавить перец горошком, очищенный и нарезанный ломтиками имбирь, очищенный, вымытый и нарезанный четвертинками репчатый лук, вымытую и измельченную зелень петрушки и соль. Довести суп до кипения на среднем огне, удалить образовавшуюся пену. Затем уменьшить огонь и варить на слабом огне 1,5 ч. Снять всю пену с поверхности бульона, процедить его, половину перелить в другую посуду, оставшийся бульон использовать для приготовления супа.

Для этого смешать в большой кастрюле половину бульона, кукурузу, размятые бульонные кубики, тертый имбирь, мелко нарезанный и вымытый зеленый лук (использовать $\frac{1}{2}$), соль, молотый перец и кунжутное масло, довести до кипения. В 80 мл воды при постоянном помешивании медленно всыпать кукурузную муку, тщательно взбить, добавить в суп, довести его до кипения при непрерывном помешивании, когда он загустеет, уменьшить огонь и кипятить еще 1 мин.

Яичные белки взбить с 50 мл воды, тонкой струйкой влить эту смесь в суп, непрерывно помешивая. Вареное мясо курицы отделить от костей, мелко нарезать, соединить с нарезанной соломкой ветчиной и выложить в суп, аккуратно перемешать. Перед подачей к столу посыпать суп вымытым и мелко нарезанным зеленым луком.

Суп из курицы с грибами по-венгерски

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 50 г корней сельдерея, 30 г корня петрушки, 150 г вермишели, 40 г шампиньонов, 10 г зелени петрушки и укропа, 3 г тертого имбиря, 5 г черного перца горошком, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, нарезать порционными кусками, выложить в кастрюлю и залить 3 л холодной воды. Довести до кипения, вылить воду, обдать мясо холодной водой и залить свежей. Вновь довести до кипения, снять пену и продолжать варить на слабом огне. Коренья очистить и вымыть, шампиньоны промыть, все нарезать кубиками и выложить в суп. Когда мясо сварится наполовину, добавить в суп соль, молотый перец и завернутые в чистый марлевый мешочек перец горошком и имбирь.

Варить суп до готовности, затем мешочек со специями вынуть, а в суп положить отваренную отдельно вермишель. Перед подачей к столу посыпать суп вымытой и нашинкованной зеленью укропа и петрушки.

Калья из курицы (разновидность рассольника)

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 200 г ветчины, 200 г соленых огурцов, 100 г корней петрушки, 60 г корней сельдерея, 50 г корней пастернака, 100 г репчатого лука, 20 г муки, 40 г топленого масла, 40 г сметаны, 20 г зелени петрушки и укропа, 1–2 лавровых листа, 4 г черного перца горошком, соль по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, залить 3 л воды и варить до готовности, затем разрубить на порционные куски, бульон процедить. Затем в кипящий бульон выложить очищенные, вымытые, нашинкованные и спассерованные в масле репчатый лук и корни петрушки, сельдерея и пастернака. Довести суп до кипения, добавить муку, предварительно обжаренную до золотистого цвета и разведенную небольшим количеством охлажденного бульона. Выложить в суп нарезанную ломтиками ветчину, а также очищенные и нарезанные кружочками соленые огурцы. Варить рассольник до готовности. В конце варки добавить перец горошком, соль, лавровый лист, положить куски курицы. При желании можно разбавить суп огуречным рассолом. Перед подачей к столу заправить калью сметаной и посыпать вымытой и мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Рассольник с курицей, телятиной, сосисками и каперсами с огурцами

Ингредиенты

2 л мясного бульона, 200 мл огуречного рассола, 150 г отварной говядины, 150 г жареной телятины, 80 г ветчины, 80 г сосисок, 80 г отварного филе курицы, 120 г соленых огурцов, 200 г белокочанной капусты, 120 г свежих помидоров, 80 г сметаны, 80 г соленых грибов, 20 г каперсов, 80 г репчатого лука, 20 г маслин, 20 г зелени укропа и петрушки, 20 г зеленого лука, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Способ приготовления

Огуречный рассол довести до кипения, снять пену, влить в кастрюлю мясной бульон и вновь довести до кипения. Отварную говядину, жареную телятину, ветчину, сосиски и отварное филе курицы нарезать небольшими кубиками. Капусту вымыть, соленые грибы откинуть на дуршлаг и промыть. Грибы и капусту обдать кипятком и нарезать мелкими кусочками. Помидоры вымыть, репчатый лук очистить и вымыть, овощи также нарезать кубиками вместе с солеными огурцами. Выложить подготовленные продукты в глиняный горшок, добавить каперсы, маслины, молотый перец и соль, залить кипящим бульоном и поставить в предварительно разогретый духовой шкаф на 10–15 мин. Готовый рассольник заправить сметаной и посыпать вымытыми и нарубленными зеленым луком и зеленью укропа и петрушки.

Окрошка с курицей, овощами и яйцами

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 2–3 г лимонной кислоты, 300 г картофеля, 300 г свежих огурцов, 20 г зелени укропа и петрушки, 50 г майонеза, 3 сваренных вкрутую яйца, соль и специи по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, нарезать порционными кусками, залить 3 л воды и сварить до готовности. Мясо вынуть, отделить филе от костей и мелко нарезать. Картофель вымыть и отварить в мундире. Бульон процедить, добавить в него лимонную кислоту. Мясо курицы соединить с вымытыми и нарезанными кубиками свежими огурцами, очищенным и также нарезанным кубиками картофелем, посолить и приправить специями по вкусу. Залить продукты бульоном. Перед подачей к столу добавить в окрошку очищенные и мелко нарубленные вареные яйца, заправить майонезом и посыпать вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Салаты, закуски, заливное, паштеты и рулеты

Салат с курицей по-кубински

Ингредиенты

300 г отварного филе курицы, 300 г апельсинов, 200 г яблок, 10 г майонеза, 10 мл соуса «Южный», 15 мл лимонного сока, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Яблоки вымыть, удалить сердцевину. Апельсины вымыть, очистить, разобрать на дольки, снять с них пленки и удалить семена. Мякоть фруктов нарезать небольшими ломтиками (немного оставить для украшения). Отварное филе курицы нарезать кубиками, соединить с подготовленными фруктами, посолить и поперчить по вкусу. Майонез смешать с лимонным соком и соусом «Южный». Полученной смесью заправить салат, украсить оставшимися ломтиками яблок и апельсинов.

Салат из курицы с овощами и апельсинами

Ингредиенты

300 г отварного филе курицы, 200 г грецких орехов, 100 г сливочного масла, 400 г апельсинов, 300 г свежих помидоров, 300 г свежих огурцов, 100 г консервированного зеленого горошка, 500 г вареного картофеля, 50 г майонеза, 2 г красного молотого перца, 2 г корицы, соль по вкусу.

Способ приготовления

Отварное филе курицы дважды пропустить через мясорубку вместе с орехами. Смешать массу со сливочным маслом, посолить, добавить перец и корицу, поставить в холодильник. Апельсины вымыть, очистить, разделить на дольки, снять с них пленки и удалить семена. Помидоры вымыть, нарезать кружочками. Вареный картофель очистить, нарезать дольками, добавить зеленый горошек и вымытые, нарезанные соломкой свежие огурцы. Овощи соединить с ранее приготовленным фаршем, перемешать, заправить майонезом. Украсить дольками апельсинов и кружочками помидоров.

Салат из курицы с грибами, сыром и сметаной

Ингредиенты

400 г куриных окорочков, 300 г консервированных грибов (шампиньонов или белых), 200 г тертого сыра («Российского» или сулугуни), 50 г сметаны, 20 г зелени укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Отварить куриные окорочка без соли до готовности, снять кожу, отделить мякоть от костей, нарезать филе небольшими кусочками. Консервированные грибы мелко нарезать, соединить с мясом курицы и тертым сыром, тщательно перемешать, посолить и посыпать перцем по вкусу. Перед подачей к столу заправить салат сметаной и украсить вымытыми веточками зелени укропа и петрушки.

Салат из курицы, сыра, аджики и майонеза

Ингредиенты

400 г отварного филе курицы, 50 г майонеза, 150 г тертого сыра, 5 г аджики, 10 г зелени петрушки и кинзы, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы мелко нарезать, соединить с тертым сыром, посолить и поперчить по вкусу, охладить. Перед подачей к столу заправить салат смесью майонеза с аджикой, украсить вымытыми веточками кинзы и петрушки.

При желании можно использовать вместо аджики растертый чеснок с кетчупом.

Салат из курицы с дыней, редисом и сельдереем

Ингредиенты

500 г дыни, 400 г отварного или жареного филе курицы, 25 г корня сельдерея, 200 г редиса, 50 г майонеза, 1 сваренное вкрутую яйцо, 10 г зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Вымыть дыню, срезать с нее корку, затем разрезать пополам поперек, удалить семена.

От одной половины отрезать кольцо, оставшуюся мякоть нарезать кубиками. Филе курицы мелко нарезать, смешать с дыней. Редис и сельдерей вымыть, очистить, нашинковать, добавить в салат, посолить, поперчить по вкусу, перемешать и охладить. Яйцо очистить, нарезать кружочками. Перед подачей к столу заправить салат майонезом, выложить на блюдо дынное кольцо, в середину – салат. Украсить его кружочками яйца и вымытыми веточками петрушки.

Салат из курицы с ананасами и кукурузой

Ингредиенты

250 г консервированных ананасов, 450 г отварного филе курицы, 200 г консервированной кукурузы, 50 г майонеза, 20 г зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Отварное филе курицы и ананасы нарезать мелкими кусочками, смешать, добавить кукурузу, посолить и поперчить по вкусу, охладить. Перед подачей к столу заправить майонезом и украсить вымытыми веточками петрушки.

Салат с курицей, красной фасолью, яйцом и грибами

Ингредиенты

200 г консервированной красной фасоли, 250 г консервированных грибов, 400 г отварного филе курицы, 50 г майонеза, 15 г зелени укропа и петрушки, 1 сваренное вкрутую яйцо, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Отварное филе курицы нарезать маленькими кусочками, добавить консервированную фасоль, мелко нарезанные грибы, перец и соль по вкусу, перемешать и охладить. Яйцо очистить, нарезать дольками. Перед подачей к столу заправить салат майонезом, украсить дольками яйца и вымытыми веточками укропа и петрушки.

Салат с корейским соусом

Ингредиенты

500 г филе курицы, 50 мл растительного масла, 300 г белокочанной капусты, 5 г чеснока, 3 яйца, 200 мл корейского соуса, 150 г репчатого лука, 150 г моркови, 10 г зелени петрушки, соль и специи по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы нарезать небольшими кусками, жарить на растительном масле (использовать 35 мл) до готовности. Белокочанную капусту вымыть и нашинковать, морковь и репчатый лук очистить, вымыть, морковь натереть на крупной терке, лук нарезать полукольцами. Чеснок очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Яйца взбить миксером в пену, жарить массу на оставшемся масле, пока она не подрумянится. Полученный омлет нарезать длинными узкими полосками. Соединить курицу с луком и чесноком, нагревать на слабом огне 3 мин. Переложить продукты в глубокую посуду, добавить капусту, морковь и омлет. Залить все корейским соусом, добавить соль и специи по вкусу, тщательно перемешать и поставить под гнет на 12 ч. Перед подачей к столу охладить и украсить вымытыми веточками петрушки.

Салат с курицей, чесноком, орехами и яйцами

Ингредиенты

400 г отварного филе курицы, 5 г чеснока, 100 г грецких орехов, 50 г майонеза, 10 г зелени петрушки, 3 сваренных вкрутую яйца, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Отварное филе курицы мелко нарезать. Яйца очистить, отделить желтки от белков. Белки мелко нарубить. На широкое блюдо выложить слой яичных белков, на него – филе курицы. Чеснок очистить, вымыть, истолочь в ступке. Грецкие орехи мелко нарубить. Из чеснока с грецкими орехами приготовить соус, смешав их с майонезом, солью и перцем. Полить салат этим соусом и посыпать измельченными яичными желтками. Перед подачей к столу салат охладить и украсить вымытыми веточками петрушки.

Заливное из курицы

Ингредиенты

500 г куриных окорочков, 100 г моркови, 2–3 лавровых листа, 50 г желатина, 2 сваренных вкрутую яйца, 20 г зелени укропа и петрушки, 50 мл готовой горчицы, 20 г тертого хрена, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Окорочка промыть, снять с них кожу и жировую прослойку, залить 1 л воды и варить до готовности. Затем окорочка вынуть, отделить мясо от костей, нарезать соломкой, бульон процедить. Добавить в него соль и перец по вкусу, выложить кости от окорочков, очищенную и вымытую целую морковь и лавровый лист, варить до готовности моркови. Вареную морковь нарезать кружочками. Если осталось мало бульона, можно добавить в него немного кипятка. Отдельно в чашке замочить желатин в 100 мл теплой воды. Когда он набухнет, соединить его с процеженным бульоном (использовать 700 мл). На слабом огне нагревать смесь, пока не растворится желатин, затем снять с огня и охладить. Яйца очистить, нарезать кружочками.

В подготовленные для заливного формочки налить холодный бульон с желатином слоем 1–1,5 см (использовать $\frac{1}{2}$), дать желе немного застыть. Мясо курицы выложить на слой желе, добавить кружочки яиц, украсить вымытыми веточками укропа и петрушки.

Залить продукты оставшимся бульоном с желатином, поставить в холодильник для застывания.

Подавать заливное к столу с горчицей, смешанной с тертым хреном.

Паштет из курицы и масла

Ингредиенты

500 г куриных окорочков, 150 г тертого сыра (твердого или плавленого), 60 г сливочного масла, 100 г моркови, соль и специи по вкусу.

Способ приготовления

Окорочка промыть и припустить в 300 мл несоленой воды до готовности. Отделить филе курицы от костей и пропустить через мясорубку. Оставшийся бульон процедить. Морковь вымыть и отварить отдельно до готовности, затем очистить и размять до консистенции пюре. Соединить мясо курицы с сыром, добавить морковное пюре, размягченное сливочное масло и столько же бульона, в котором тушилось мясо. Все тщательно перемешать, взбить, добавить по вкусу специи и соль. Переложить в удобную посуду с плотной крышкой и охладить. Этот паштет можно использовать для приготовления бутербродов.

Закуска из мяса курицы в желе

Ингредиенты

500 г куриных окорочков, 50 г майонеза, 25 г сахара, 200 г соленых огурцов, 250 г вареного картофеля, 200 г вареной моркови, 2 сваренных вкрутую яйца, 150 г консервированного зеленого горошка, 15 г зелени укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Для желе: 25 г желатина, 50 г майонеза.

Способ приготовления

Куриные окорочка промыть, снять с них кожу и жир, залить 1 л воды и отварить до готовности. Затем отделить мясо от костей и нарезать кусочками. Майонез растереть с сахаром, добавить мелко нарезанные соленые огурцы, очищенный и нарезанный соломкой картофель, а также очищенную и нашинкованную морковь. Яйца очистить и нарубить, добавить вместе с консервированным зеленым горошком к остальным продуктам. Все аккуратно перемешать, посолить и поперчить по вкусу.

Приготовить желе: залить желатин 120 мл воды и поставить в теплое место на 30–40 мин. Когда желатин разбухнет, смешать массу с майонезом. Выложить на середину блюда мясо курицы, посолить и приправить перцем по вкусу, залить смесью желатина с майонезом. Вокруг разложить гарнир из овощей с майонезом. Украсить блюдо вымытыми веточками укропа и петрушки, поставить в холодильник на 1 ч для застывания.

Холодная закуска из мяса курицы

Ингредиенты

500 г куриных окорочков, 100 г репчатого лука, 25 г куриного жира, 2 сваренных вкрутую яйца, 150 г тертого сыра, 80 г майонеза, 30 г зелени укропа и петрушки, 60 г вареной моркови, 50 г консервированного зеленого горошка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Куриные окорочка промыть, удалить кожу и жир, залить 500 мл воды и отварить до готовности. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать и пассеровать в вытопленном курином жире. Вареную морковь очистить, нарезать звездочками и кружочками. Мясо курицы отделить от костей, пропустить через мясорубку, добавить лук вместе с жиром, на котором он жарился. Затем положить очищенные и мелко нарубленные яйца и тертый сыр. Все аккуратно перемешать, посолить и поперчить по вкусу, заправить майонезом, украсить

вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки. Вокруг салата выложить зеленый горошек, сверху украсить блюдо звездочками и кружками очищенной моркови.

Рулет из мяса курицы с кореньями, луком и морковью

Ингредиенты

500 г куриных окорочков, 5 г чеснока, 100 г корней петрушки и сельдерея, 100 г репчатого лука, 100 г моркови, 50 г готовой горчицы, 30 г зелени укропа и петрушки, соль и специи по вкусу.

Способ приготовления

Куриные окорочка промыть, срезать с них жир, осторожно удалить кости, сохраняя куски мякоти по возможности целыми. Филе слегка отбить, посолить и посыпать специями, натереть очищенным и измельченным чесноком.

Свернуть мясо в виде рулетиков и перевязать кулинарной нитью. Припустить подготовленные рулетики в небольшом количестве кипящей подсоленной воды. Коренья, морковь и репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать и добавить к рулетикам. Тушить все на среднем огне в течение 20 мин. Готовые рулетики вынуть, охладить и удалить нить. Перед подачей нарезать рулетики ломтиками, гарнировать тушеными овощами, посыпать вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки, отдельно подать горчицу.

Рулетики из куриных грудок с грибами

Ингредиенты

500 г куриных грудок, 100 г репчатого лука, 25 мл оливкового масла, 100 г шампиньонов, 20 г жира, 100 г толченых грецких орехов, 100 г тертого сыра, 20 г зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Шампиньоны промыть, припустить до полуготовности в чуть подсоленной воде. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать и обжарить в оливковом масле, затем соединить с грибами. Тертый сыр смешать с толчеными орехами. Куриные грудки промыть, обсушить льняной салфеткой и отбить. Выложить на куриные грудки лук и грибы, посолить и поперчить по вкусу, свернуть в виде рулетиков, перевязать кулинарной нитью. Припустить в небольшом количестве воды до закипания, затем переложить рулетики на противень, смазанный жиром. Посыпать их смесью сыра с орехами и поставить в духовой шкаф, разогретый до 250 °С. Запекать в течение 15–20 мин. Перед подачей к столу удалить с рулетиков нить и украсить их вымытыми веточками петрушки.

Рулетики из курицы с сыром, чесноком и зеленью

Ингредиенты

500 г куриных грудок, 150 г тертого сыра, 50 г майонеза, 5 г толченого чеснока, 50 г зелени петрушки и укропа, 50 г панировочных сухарей, 50 мл растительного масла, 2 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Способ приготовления

Куриные грудки промыть, обсушить, слегка отбить, посолить и поперчить. Сыр смешать с чесноком, майонезом, а также вымытой, мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки. Выложить эту смесь на куриные грудки, свернуть в виде рулетиков, плотно прижимая края, чтобы сыр при нагревании не вытекал. Обвалить рулетики в панировочных сухарях и жарить на раскаленном растительном масле до образования румяной корочки. Затем уба-

вить огонь, влить немного воды и припустить до готовности. Подавать к столу слегка охлажденными.

Вместо сыра рулетики можно начинить грибами, картофелем или рисом.

Рулет под грибным соусом

Ингредиенты

500 г куриных грудок, 100 г сосисок, 100 г куриной печени, 1 сваренное вкрутую яйцо, 200 мл грибного соуса, соль и специи по вкусу.

Способ приготовления

Куриные грудки промыть, отбить, посолить и посыпать специями, выложить на лист фольги. На грудки положить сосиски, рядом – куриную печень, предварительно промытую и нарезанную небольшими кусочками. Сверху посыпать очищенным и мелко нарубленным яйцом. Свернуть грудки в виде рулетов, завернуть в фольгу. Выложить рулеты на противень и поставить в предварительно разогретый духовой шкаф. Запекать при умеренной температуре в течение 45–50 мин. Затем снять с рулетов фольгу, слить сок и поставить в духовой шкаф на 8-10 мин, чтобы подсушить. Готовые рулеты охладить и перед подачей к столу нарезать ломтиками и полить грибным соусом.

Куриные рулеты с сыром, овощами и жареными крылышками

Ингредиенты

500 г куриных грудок, 2 куриных крылышка, 150 г свежих помидоров, 150 г шампиньонов, 2 яйца, 40 г майонеза, 50 г ветчины, 40 г сыра 40–45 % жирности, 5 г толченого чеснока, 10 г зелени укропа и петрушки, 60 г сливочного масла, 20 г жира, 30 мл растительного масла, 30 г консервированных маслин, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Подготовленные куриные грудки промыть, удалить кости, мясо слегка отбить, посыпать солью, перцем и натереть чесноком. Помидоры вымыть, нарезать небольшими кусочками. Ветчину и шампиньоны нарубить, соединить с помидорами, выложить на сковороду с растительным маслом, слегка обжарить. Затем залить обжарку взбитыми с майонезом яйцами, поставить в разогретый до 220 °С духовой шкаф и запекать в течение 20 мин. Сыр натереть на мелкой терке. Готовый омлет разрезать на 4 части, выложить по 2 куску на каждую куриную грудку, посыпать тертым сыром и свернуть в виде рулетов.

Выложить рулеты на смазанную жиром сковороду швом вниз и запекать в духовом шкафу в течение 30 мин. Периодически нужно поливать изделия образующимся соком. Куриные крылышки промыть, обсушить, посыпать солью и перцем, кончики зачистить от мяса, жарить на сливочном масле до образования румяной корочки. Перед подачей к столу выложить рулеты на блюдо, по бокам положить жареные крылышки, нанизать на их кончики по одной маслине. Украсить блюдо оставшимися маслинами, вымытыми веточками укропа и петрушки.

Шашлык из курицы и окорочков

Шашлык из маринованных куриных окорочков

Ингредиенты

1 кг куриных окорочков, 50 г зелени укропа и петрушки, 25 г зелени чеснока, 50 г сливочного масла.

Для маринада: 150 мл лимонного сока, 200 г репчатого лука, 10 г нарубленного чеснока, 1–2 измельченных лавровых листа, 2 г тимьяна, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Куриные окорочка промыть, нарубить порционными кусками, выложить в эмалированную или стеклянную посуду. Пересыпать мясо очищенным, вымытым и нарезанным кольцами репчатым луком, лавровым листом, нарубленным чесноком, солью и перцем, тимьяном, полить лимонным соком. Убрать в холодное место на 8–10 ч.

Маринованное мясо откинуть на дуршлаг, нанизать на шпажки попеременно с репчатым луком, затем обжарить в сливочном масле. Влить остаток процеженного маринада в мясо и тушить до полного выпаривания жидкости на среднем огне, затем вновь жарить кусочки окорочков до готовности.

Подавать шашлык к столу в горячем виде, обильно посыпав вымытыми и измельченными зеленью укропа, петрушки и зелеными перьями чеснока.

Можно также жарить шашлык на вертеле над раскаленными углями, периодически поливая маринадом и смазывая маслом.

Шашлык из курицы со специями

Ингредиенты

1 кг мяса курицы, 200 г помидоров, 30 г зелени чеснока.

Для маринада: 150 мл столового уксуса, 30 мл лимонного сока, 50 мл томатного сока, 200 г репчатого лука, 2–3 лавровых листа, 2 г тимьяна, 5 г черного перца горошком, соль по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, нарезать порционными кусками, выложить в посуду для маринования. Пересыпать мясо очищенным, вымытым и нарезанным кольцами репчатым луком, добавить лавровый лист, перец горошком, тимьян и соль, перемешать, полить уксусом, лимонным и томатным соками, снова перемешать и мариновать в прохладном месте в течение 2 ч. Маринованные куски курицы нанизать на шампуры попеременно с кольцами маринованного лука и кружочками вымытых помидоров. Маринад процедить. Жарить шашлык на мангале, время от времени переворачивая шашлык, чтобы он равномерно прожарился, и поливая оставшимся маринадом. Подавать к столу шашлык можно прямо на шампурах, обильно посыпав вымытыми и мелко нарезанными зелеными перьями чеснока.

Шашлык из курицы на сковороде в сухом вине

Ингредиенты

1 кг куриных окорочков, 150 мл растительного масла, 50 г зелени кинзы и петрушки.

Для маринада: 200 г репчатого лука, 10 г толченого чеснока, 100 мл сухого белого вина, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Подготовленные куриные окорочка промыть, разрубить на кусочки вместе с жиром и кожей, посолить и поперчить, выложить в посуду для маринования. Пересыпать мясо очищенным, вымытым и нарезанным кольцами репчатым луком, добавить чеснок, влить вино и перемешать. Оставить мариноваться в прохладном месте на 3–4 ч.

Маринованные кусочки курицы откинуть на дуршлаг, затем нанизать на шпажки попеременно с кольцами маринованного лука. Маринад процедить, шашлык жарить на горячем масле до образования золотистой корочки. Довести до готовности шашлык в духовом шкафу, периодически поливая оставшимся маринадом. Перед подачей к столу посыпать вымытой, мелко нарубленной зеленью кинзы и петрушки.

Шашлык из курицы по-узбекски

Ингредиенты

1 кг мяса курицы, 150 г топленого масла, 200 г репчатого лука, 100 г зелени укропа и кинзы, 300 г свежих овощей, 3 г тимьяна, 3 г красного молотого перца, соль по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, посыпать тимьяном. В казанке разогреть топленое масло, выложить слоями куски курицы, пересыпая их кольцами очищенного и вымытого репчатого лука. Сверху посыпать вымытой и измельченной зеленью кинзы и укропа, влить 150 мл воды, плотно накрыть крышкой и томить на слабом огне в течение 1 ч. Перед подачей к столу переложить готовое блюдо на тарелки, гарнировать вымытыми и нарезанными свежими овощами.

Сосиски и колбасы из мяса курицы

Сосиски по-баварски

Ингредиенты

500 г ветчины, 400 г филе курицы, 1 яйцо, 2 яичных желтка, 5 г толченого мускатного ореха, 120 мл рома, 100 г воловьих кишок, 1–1,5 л куриного бульона, 50 г репчатого лука, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Ветчину мелко нарубить. Филе курицы промыть и измельчить, вбить в него яйцо и желтки, приправить перцем, мускатным орехом и солью, влить ром. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать, добавить к фаршу, затем смешать его с ветчиной. Все тщательно перемешать, нафаршировать подготовленные воловьих кишки, но не слишком плотно, перетянуть кулинарной нитью через каждые 5 см. Варить в курином бульоне в течение 45 мин. С готовых сосисок снять нить, нарезать их ломтиками и подать к столу. Можно гарнировать это блюдо тушеной капустой или жареным картофелем.

Колбаса белая из филе курицы

Ингредиенты

400 г филе курицы, 100 мл молока, 300 г белого хлеба без корочек, 400 г свиного сала, 100 г репчатого лука, 30 г сливочного масла, 3 яичных белка, 100 г свиных кишок, 1–1,5 л мясного бульона или воды, 1–2 лавровых листа, 4 г толченого мускатного ореха, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Белый хлеб замочить в молоке, затем размять до состояния пюре. Филе курицы промыть, измельчить, соединить с мелко нарезанным свиным салом и кашицей из молока и хлеба. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать, обжарить в сливочном масле, добавить к мясному фаршу и тщательно его вымесить. Заправить солью, перцем и мускатным орехом. Затем ввести отдельно взбитые яичные белки, все аккуратно перемешать. Начинить полученной массой подготовленные свиные кишки и перевязать кулинарной нитью через каждые 10 см, затем отварить колбаски в мясном бульоне или воде до готовности, добавив лавровый лист. Подавать к столу в охлажденном виде.

Блюда из куриных потрохов

Украинская юшка (суп из куриных потрохов)

Ингредиенты

350 г куриных потрохов, 100 г пшена, 350 г картофеля, 35 г шпика, 50 г репчатого лука, 30 мл растительного масла, 50 г моркови, 15 г корня петрушки, 20 г зелени петрушки и укропа, 2–3 лавровых листа, 5 г черного перца горошком, соль по вкусу.

Способ приготовления

Куриные потроха, предварительно обработанные, промыть, залить 3 л воды и варить до готовности. Бульон процедить, добавить в него пшено, очищенный, вымытый и нарезанный кубиками картофель. Выложить в кастрюлю очищенные, вымытые, нашинкованные и спассерованные в масле корень петрушки и морковь. Затем ввести измельченный шпик и очищенный, вымытый и крупно нарезанный репчатый лук, варить до готовности. В конце варки приправить юшку лавровым листом, перцем горошком и солью. Перед подачей к столу положить в суп вареные потроха и посыпать вымытой и измельченной зеленью петрушки и укропа.

Зразы по-русски со свиной или телятиной и куриными потрохами

Ингредиенты

500 г телятины или свинины, 200 г куриных потрохов, 150 г репчатого лука, 150 г сливочного масла, 500 г жареного картофеля, 200 мл острого томатного соуса, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Телятину или свинину промыть, нарезать широкими тонкими ломтями, посолить и поперчить, обжарить в сливочном масле (использовать 50 г) с двух сторон. Куриные желудки и сердечки промыть, отварить в подсоленной воде, затем пропустить через мясорубку вместе с промытой куриной печенью. Добавить в фарш очищенный, вымытый, нашинкованный и спассерованный в сливочном масле (использовать 20 г) репчатый лук, посолить и поперчить, тщательно перемешать. Полученный фарш выложить на обжаренные ломтики мяса и свернуть в форме кирпичиков. Обжарить зразы в оставшемся масле, затем добавить 150 мл воды и тушить под крышкой до готовности. Перед подачей к столу выложить зразы на тарелки, полить острым томатным соусом и гарнировать жареным картофелем.

Рагу из куриных потрохов с овощами

Ингредиенты

400 г куриных потрохов, 100 г сливочного масла, 500 г картофеля, 200 г моркови, 100 г репчатого лука, 100 г корней петрушки, 120 г томата-пасты, 25 г муки, 400 мл куриного бульона или воды, 15 г зелени петрушки, 1–2 лавровых листа, 5 г черного перца горошком, соль по вкусу.

Способ приготовления

Куриные потроха промыть, посолить и слегка обжарить в сливочном масле (использовать $\frac{1}{2}$). Затем добавить муку, перемешать и обжарить все вместе. Переложить обжарку в кастрюлю вместе с маслом, на котором все жарилось, налить бульон или воду, добавить

томат-пасту, довести до кипения и тушить на слабом огне до полуготовности. Картофель, морковь, репчатый лук и корни петрушки очистить, вымыть, мелко нарезать, добавить к мясу и тушить. За 15 мин до готовности приправить рагу перцем горошком, лавровым листом и солью. Перед подачей к столу посыпать блюдо вымытой и измельченной зеленью петрушки.

Куриные потроха в сметане с зеленью

Ингредиенты

400 г куриных потрохов (печени, желудков, сердечек), 100 г репчатого лука, 80 г сливочного масла, 100 г сметаны, 200 мл куриного бульона, 30 г зелени укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Куриную печень промыть, обдать кипятком, разрезать на 3–4 части и обжарить в сливочном масле (использовать $\frac{1}{2}$). Желудки очистить, промыть, отварить в подсоленной воде до полуготовности, затем мелко нарезать. Куриные сердечки промыть, разрезать пополам, обсушить бумажным полотенцем и обжарить в оставшемся масле. Добавить в процессе жаренья очищенный, вымытый и мелко нашинкованный лук, желудки, залить все бульоном, посолить и поперчить по вкусу, накрыть крышкой и тушить до готовности. Затем соединить обжарку с печенью, полить сметаной, довести до кипения и снять с огня. Перед подачей к столу посыпать вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Куриная печень по-индонезийски

Ингредиенты

400 г куриной печени, 250 г репчатого лука, 5 г горького перца, 20 мл растительного масла, 50 г сливочного масла, 100 мл сливок, 10 г сахара, 15 г зелени кинзы, соль по вкусу.

Способ приготовления

Горький перец вымыть, нарубить и перемешать с очищенным, вымытым и мелко нарезанным репчатым луком. Припустить немного эту смесь в растительном масле. Куриную печень промыть, мелко нарезать и обжарить в разогретом сливочном масле на сильном огне до полуготовности, непрерывно помешивая. Затем добавить соль, смесь перца с луком, сахар и влить сливки. Тушить до готовности. Перед подачей к столу посыпать вымытой и измельченной зеленью кинзы. Отдельно можно подать отварной рис.

Мучные блюда с мясом курицы и сладкие блюда

Блинчики, фаршированные курицей

Ингредиенты

300 г мяса курицы, 100 г репчатого лука, 80 г моркови, 50 мл растительного масла, 100 г сметаны, 20 г зелени укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Для блинчиков: 500 г муки, 350 мл молока, 1 яйцо, 3 г соли, 5 г сахара, 3 г соды, 3 мл столового уксуса, 100 мл растительного масла.

Способ приготовления

Приготовить блинчики. Муку смешать с теплым молоком, солью и сахаром, вбить яйцо, замесить тесто. Соду погасить уксусом и ввести в тесто, перемешать. Выпекать тонкие блинчики на раскаленной сковороде, смазанной растительным маслом.

Мясо курицы промыть, припустить до готовности в небольшом количестве воды, посолить и поперчить по вкусу, мелко нарезать. Репчатый лук и морковь очистить, вымыть, мелко нашинковать, обжарить в растительном масле до золотистого цвета, соединить с мясом курицы и жарить еще 2–3 мин. Полученный фарш выложить на середину блинчиков, свернуть их в виде конвертов, выложить на блюдо и поставить на 5–10 мин в предварительно разогретый духовой шкаф. Перед подачей к столу полить блинчики сметаной и посыпать вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Курник по-русски

Ингредиенты

Для теста: 750 г пшеничной муки, 60 г сливочного масла, 2 яйца, 25 г сахара, 2 г соды, 50 г сметаны, 120 мл молока, 1 яйцо для смазывания изделия, 25 г жира для смазывания сковороды, соль по вкусу.

Для блинчиков: 120 г муки, 5 г сахара, 1 яйцо, 120 мл молока, соль по вкусу.

Для рисового фарша: 60 г риса, 1 сваренное вкрутую яйцо, 25 г сливочного масла, 10 г зелени укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Для мясного фарша: 400 г филе курицы, 70 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 5 г муки, соль и перец по вкусу.

Для грибного фарша: 150 г свежих шампиньонов, 25 г сливочного масла, 50 г репчатого лука, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Из указанных выше ингредиентов замесить пресное сдобное тесто. Разделить его на две неравные части, каждую раскатать в лепешку. Раскатать лепешки в круглые тонкие пласты. Один пласт должен быть размером с широкую сковороду, а другой значительно больше.

Замесить тесто для блинчиков из перечисленных ингредиентов. Выпекать тонкие блинчики, постепенно уменьшая их диаметр.

Приготовить рисовый фарш. Сварить из риса рассыпчатую кашу, заправить ее маслом. Когда каша остынет, соединить ее с очищенным и нарубленным яйцом, вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки, посолить и поперчить по вкусу, перемешать.

Приготовить мясной фарш. Для этого филе курицы промыть, залить 600 мл воды и отварить до готовности, мелко нарезать, посолить и поперчить по вкусу. Репчатый лук очистить, вымыть, нашинковать, обжарить в сливочном масле, всыпать муку и влить немного

процеженного куриного бульона. Положить в полученный соус кусочки курицы, прокипятить в течение 5–10 мин.

Приготовить грибной фарш. Шампиньоны промыть, нарезать кусочками, обжарить в сливочном масле, добавить очищенный, вымытый и нашинкованный репчатый лук, обжарить до готовности, посолить и поперчить по вкусу.

Меньшую лепешку из теста выложить в широкую сковороду, смазанную жиром, на нее положить 1–2 блинчика. Затем на них ровным слоем выложить рисовый фарш. Накрыть его блинчиками, сверху выложить ровный слой мясного фарша, вновь накрыть блинчиками, каждый раз используя блинчики меньшего размера, чем предыдущие. На них положить грибной фарш. Можно делать несколько таких слоев, перемежая их блинчиками. Полученный курник обложить со всех сторон оставшимися блинчиками, накрыть большой лепешкой, края зашнуровать. Из оставшегося теста сделать различные украшения и выложить их на курник. Смазать его взбитым яйцом, сделать несколько проколов вилкой и поставить в разогретый до 200 °С духовой шкаф. Выпекать до готовности, периодически поливая оставшимся куриным бульоном.

Ленивый бешбармак из курицы

Ингредиенты

500 г филе курицы, 100 г зеленого лука, 5 г толченого чеснока, соль и перец по вкусу.

Для теста: 500–600 г муки, 2 яйца, соль по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы промыть, залить 1 л несоленой воды и варить до готовности, затем мелко нарезать, посолить и поперчить. Бульон процедить, добавить в него черный молотый перец, соль, чеснок и снять с огня.

Из муки, яиц, соли и 250 мл воды замесить тесто. Разделить его на шарики, раскатать их в тонкие лепешки и отварить в бульоне. Готовые лепешки выложить на широкое блюдо и мелко нарезать. Затем лепешки покрыть слоем мяса, сбрызнуть слегка процеженным бульоном и посыпать вымытым и мелко нарезанным зеленым луком.

Бульон подать отдельно в пиалах.

Лепешки из курицы с овощами

Ингредиенты

400 г отварного мяса курицы, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 50 мл молока, 50 г муки, 100 мл оливкового масла, 15 г зелени петрушки, 3 г молотого мускатного ореха, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы пропустить через мясорубку, добавить яичные желтки, муку, влить молоко и растопленное сливочное масло, приправить солью, перцем и мускатным орехом, перемешать. Ввести в фарш взбитые отдельно яичные белки, аккуратно перемешать. Из этой массы сформовать лепешки, выпекать их на раскаленном оливковом масле с обеих сторон до образования золотистой корочки. Готовые лепешки переложить на блюдо и посыпать вымытой и измельченной зеленью петрушки. Отдельно можно подать картофельное пюре или тушеные овощи.

Творожные кольца с салатом из курицы

Ингредиенты

Для теста: 300 г творога, 200 г сливочного маргарина, 1 яичный белок, 300 г пшеничной муки, соль и сахар по вкусу.

Для салата: 500 г филе курицы, 50 мл растительного масла, 200 г спагетти, 150 г свежих помидоров, 3 сваренных вкрутую яйца, 25 г зелени петрушки и укропа, 100 г майонеза, 5 г желатина, 10 г сахара, 500 г маринованных грибов, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Приготовить тесто. Для этого муку нарубить с маргарином, затем добавить творог, соль и сахар. Нарубить все ингредиенты, замесить тесто, поставить его в холодильник на 10–15 мин. Охлажденное тесто вынуть и раскатать в пласт толщиной 1 см. Вырезать из него кружки с помощью стакана или выемки. Из половины кружков круглой выемкой меньшего размера вырезать середину, чтобы образовалось изделие в форме кольца.

У целых кружков края смазать белком, сверху положить кольца. Выложить кружки на смоченный холодной водой лист пергаментной бумаги, расстеленный на противне, и выпекать в предварительно разогретом духовом шкафу. Готовые изделия должны иметь светло-золотистый цвет.

Приготовить оформление. Для этого 50 г майонеза выложить в мисочку, соединить с предварительно замоченным в небольшом количестве воды и отжатым желатином, взбить в пену. Полученную смесь выложить в кондитерский мешок и сделать по краю изделий из теста высокий узорчатый ободок. Поставить в прохладное место для застывания.

Приготовить салат. Филе курицы промыть, обсушить, нарезать соломкой, жарить до готовности на растительном масле. Помидоры вымыть, нарезать кубиками, откинуть на дуршлаг. Сваренные вкрутую яйца очистить, мелко нарубить. Спагетти наломать кусочками длиной 5 см, отварить в слегка подсоленной воде. Маринованные грибы промыть в дуршлаге, затем нарезать ломтиками. Соединить все подготовленные продукты, добавить перец и соль по вкусу, заправить салат майонезом и тщательно перемешать. Полученный салат выложить горкой в центр изделий из творожного теста, обрамленных застывшим желе. Украсить кольца вымытыми веточками петрушки и укропа.

Оладьи «Курочка Ряба»

Ингредиенты

400 г мяса курицы, 180 мл молока, 200 г белого хлеба без корки, 2 яичных желтка, 150 г муки, 150 мл растительного масла, 100 г сметаны, 15 г зелени укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, вместе с кожей и жиром пропустить через мясорубку. Затем добавить предварительно размоченный в молоке и отжатым белый хлеб, пропустить еще раз через мясорубку. Ввести в фарш яичные желтки и муку, влить оставшееся после замачивания хлеба молоко, посыпать перцем и солью по вкусу, тщательно перемешать. Выпекать оладьи на раскаленной сковородке в горячем масле с обеих сторон до золотисто-коричневого цвета. Подавать к столу в горячем виде, полив сметаной и посыпав вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Авзет (марокканское блюдо)

Ингредиенты

300 г филе курицы, 500 г столового батона, 50 г зелени укропа и петрушки, 100 г сливочного масла, 120 г молотого миндаля, 3 г измельченной сушеной мяты, 30 мл лимонного

сока, 250 мл куриного бульона, 200 мл красного соуса, 2 г эстрагона, 2 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы промыть, нарезать мелкими кусочками, обжарить в сливочном масле до образования румяной корочки. Затем добавить миндаль, вымытую и измельченную зелень петрушки и укропа, мяту, эстрагон, черный молотый перец и соль. Столовый батон слегка подсушить в умеренно разогретом духовом шкафу, разрезать вдоль по горизонтали, вынуть мякоть из середины и смешать ее с мясом. Ввести в фарш смесь лимонного сока, бульона и красного соуса (немного оставить). Приготовленным фаршем начинить нижнюю половину батона, накрыть верхней половиной, полить оставшейся смесью и оставить на несколько минут, чтобы жидкость впиталась. Перед подачей к столу авзет нужно нарезать ломтями.

Печенье из курицы с медом и мускатным орехом

Ингредиенты

300 г филе курицы, 400 г меда, 1 яйцо, 70 г крахмала, 80 г панировочных сухарей, 25 г жира, 2 г толченого мускатного ореха, 1 г корицы, 1 г красного молотого перца, соль по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы промыть и нарезать мелкими кусочками. Затем опустить фарш в расплавленный мед и тушить до готовности, затем истолочь до образования однородной массы. Добавить в массу яйцо, красный перец, корицу, мускатный орех, крахмал и соль, все тщательно перемешать. Полученное тесто переложить в кондитерский мешок с гладкой трубкой. Смазать противень жиром, посыпать сухарями (использовать $\frac{1}{2}$) и с помощью кондитерского мешка отсадить на него печенье. Посыпать печенье сухарями и выпекать до готовности в духовом шкафу, разогретом до 180 °С.

Блюда из петуха

Жаркое из каплуна (петуха)

Ингредиенты

Тушка петуха, 50 мл растительного масла, 25 г сливочного масла, 50 г белых сухарей, 30 г зелени укропа и петрушки, 120 мл красного вина, 100 г шампиньонов, 50 мл сока крыжовника, соль и специи по вкусу.

Способ приготовления

Подготовленную тушку промыть, посолить и посыпать специями по вкусу. Шампиньоны промыть, нарезать соломкой, смешать с соком крыжовника и полученной массой начинить тушку птицы, завернуть ее в смазанную растительным маслом (часть оставить) бумагу, перевязать кулинарной нитью и поместить на противне в духовой шкаф, запекать до полуготовности. Сливочное масло растопить в сковороде, обжарить в нем белые сухари. Готовую птицу освободить от нитки и бумаги, грибы переложить на блюдо, птицу нарезать порционными кусками, вновь выложить на противень с жиром, выделившимся при запекании, залить вином, посыпать сухарями и довести до готовности в духовом шкафу. Перед подачей к столу переложить птицу на блюдо рядом с грибами, полить образовавшимся соусом и посыпать вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Каплун, жаренный с можжевельными ягодами

Ингредиенты

Тушка петуха, 25 г протертых ягод можжевельника, 50 мл растительного масла, 80 г панировочных сухарей, соль и специи по вкусу.

Для фарша: 10 г ягод можжевельника, 100 г сухарей для начинки, 25 г сливочного масла для начинки, 100 г белых сухарей для посыпки, 25 мл растительного масла для белых сухарей, 1 яйцо, 50 г тертого сыра, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Подготовленную тушку петуха промыть, натереть смесью протертых ягод можжевельника с солью и специями. Приготовить фарш. Для этого ягоды можжевельника промыть, соединить с половиной сухарей, сливочным маслом, сырым яйцом и тертым сыром, посолить и поперчить по вкусу. Этим фаршем начинить птицу, аккуратно зашить, затем завернуть тушку в смазанную растительным маслом бумагу, перевязать нитью, нанизать на вертел и жарить над раскаленными углями до готовности. С готовой птицы снять бумагу, переложить тушку на блюдо и посыпать оставшимися сухарями, обжаренными в растительном масле.

Жареный каплун с трюфелями, красным вином и ромом

Ингредиенты

Тушка петуха, 50 мл растительного масла, 100 г трюфелей, 100 г репчатого лука, 80 г моркови, 80 г корней петрушки, 50 г лука-порея, 3 г молотой гвоздики, 5 г черного перца горошком, 2–3 лавровых листа, 1 г эстрагона, 100 г сала (шпика), 10 г сушеных листьев смородины, соль и перец по вкусу.

Для соуса: 150 г трюфелей, 150 мл красного вина, 50 мл рома, 250 мл куриного бульона, соль и специи по вкусу.

Способ приготовления

Предварительно подготовленную тушку петуха промыть, обсушить бумажным полотенцем, натереть смесью соли и перца. Трюфели промыть, лук-порей вымыть, все мелко нарезать вместе с салом. Репчатый лук, морковь и корни петрушки очистить, вымыть, нашинковать, соединить с трюфелями, салом и луком-пореем. Добавить черный перец горошком, измельченный лавровый лист, гвоздику, эстрагон и листья смородины. Этим фаршем начинить тушку, зашить, завернуть в смазанную маслом бумагу, поместить на противень и запекать до полуготовности в умеренно разогретом духовом шкафу.

Приготовить соус. Трюфели промыть и мелко нарезать, залить вином, бульоном и ромом, приправить специями и солью по вкусу, довести до кипения и проварить 2–3 мин. С тушки петуха снять бумагу, полить соусом и довести до готовности, поставив обратно в духовой шкаф.

Жареный каплун, фаршированный грецкими орехами, каштанами, печенью и рисом с эстрагоном и кардамоном

Ингредиенты

Тушка петуха, 100 г толченых грецких орехов, 50 мл растительного масла, 50 г сливочного масла, 50 г измельченных жареных каштанов, 100 г жареной куриной печени, 60 г риса, 50 г зелени эстрагона, 5 г зерен кардамона, 2 г имбиря, 3 г красного молотого перца, соль по вкусу.

Способ приготовления

Предварительно подготовленную тушку петуха промыть, натереть смесью соли и перца. Приготовить начинку, смешав грецкие орехи, жареные каштаны и печень, отваренный до полуготовности рис, зерна кардамона, измельченный имбирь, вымытую и измельченную зелень эстрагона, соль и перец. Этим фаршем начинить птицу, зашить, завернуть в смазанную растительным маслом бумагу, перевязать кулинарной нитью и поставить в предварительно разогретый духовой шкаф, запекать до полуготовности. Затем снять с тушки бумагу, полить растопленным сливочным маслом и довести до готовности, вновь поставив в духовой шкаф.

Галльский петух, тушеный в пиве со специями

Ингредиенты

Тушка петуха, 500 г свежих помидоров, 350 г репчатого лука, 500 мл светлого пива, 2–3 лавровых листа, 3 г черного перца горошком, 2 г кардамона, 3 г имбиря, 50 мл растительного масла, соль по вкусу.

Способ приготовления

Подготовленную тушку петуха промыть, обсушить бумажным полотенцем, нарезать порционными кусками и обжарить в растительном масле до образования румяной корочки. Затем переложить куски птицы в кастрюлю, сверху положить вымытые и очищенные от кожицы помидоры, нарезанные ломтиками, очищенный, вымытый и нарезанный кольцами репчатый лук. Добавить лавровый лист, перец горошком, кардамон, перец, имбирь и соль. Залить все пивом, довести до кипения и тушить на слабом огне в течение 1 ч. Это блюдо подавать под тем же соусом, в котором оно тушилось. В качестве гарнира можно использовать отварной рис.

Петух по-аргентински

Ингредиенты

Тушка петуха, 50 г моркови, 30 г корня сельдерея, 40 г репчатого лука, 150 г сливочного масла, 80 г пшеничной муки, 800 г спаржи, 200 г консервированного зеленого горошка, 40 мл растительного масла, 1 яичный желток, 250 мл сливок, 25 мл лимонного сока, 2 лавровых листа, 2 г кардамона, 4 г черного перца горошком, соль по вкусу.

Способ приготовления

Подготовленную тушку промыть, обсушить бумажным полотенцем, залить 2 л холодной воды, довести до кипения и варить на слабом огне 10 мин, периодически снимая пену. Затем добавить очищенные и вымытые репчатый лук, морковь и корень сельдерея, посолить по вкусу и приправить специями, варить до готовности птицы. Муку пассеровать в сливочном масле (использовать 50 г), влить немного бульона, сливки и варить до загустения, непрерывно помешивая. Готовый соус снять с огня, заправить оставшимся сливочным маслом, лимонным соком и яичным желтком, тщательно перемешать и процедить. Готового петуха переложить на блюдо, нарезать порционными кусками, полить приготовленным соусом.

Спаржу отварить отдельно до готовности, гарнировать ею птицу, смешав с зеленым горошком и растительным маслом.

Вторые блюда из курицы

Куриные котлеты под грибным соусом

Ингредиенты

500 г филе курицы, 300 г говяжьего фарша, 100 г белого хлеба, 50 мл молока, 50 г панировочных сухарей, 50 мл растительного масла, 15 г зелени петрушки, соль и специи по вкусу.

Для соуса: 200 г свежих грибов, 20 мл растительного масла, 200 г сметаны, 50 мл лимонного сока, 10 г муки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы промыть, дважды пропустить через мясорубку вместе с говяжьим фаршем. Добавить специи и соль по вкусу, размоченный в молоке и отжатым белый хлеб, тщательно перемешать. Из полученного фарша сделать маленькие котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, жарить на горячем масле.

Приготовить соус. Грибы промыть, измельчить, обжарить в масле, добавить лимонный сок, посолить и поперчить по вкусу. Когда почти вся влага выпарится, добавить сметану, смешанную с мукой, при необходимости влить немного воды, чтобы получился жидкий соус. Варить его на слабом огне до загустения. Готовым соусом залить котлеты, довести до кипения и тушить 10–15 мин на слабом огне. Перед подачей к столу посыпать вымытой и измельченной зеленью петрушки.

Котлеты из курицы под красным соусом

Ингредиенты

500 г филе курицы, 300 г городской булки, 120 мл молока, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, 100 г панировочных сухарей или муки, 200 мл красного соуса, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы промыть, пропустить через мясорубку, добавить размоченную в молоке булку и вместе с очищенным и вымытым луком еще раз пропустить через мясорубку. Приправить фарш солью и перцем по вкусу, вбить яйцо, тщательно перемешать. Из полученной массы сделать маленькие котлеты, обвалять их в муке или сухарях, жарить на сковороде в растительном масле до готовности.

Перед подачей к столу полить котлеты красным соусом.

Котлеты «Пожарские» под овощным соусом

Ингредиенты

500 г филе курицы, 300 г пшеничного хлеба, 100 мл молока, 3 яйца, 150 г сливочного масла, 200 г панировочных сухарей, 15 г зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Для соуса: 200 г моркови, 100 г репы, 120 г консервированного зеленого горошка, 500 мл молока, 50 г муки, 50 г сливочного масла, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы промыть, пропустить через мясорубку, добавить размоченный в молоке (50 мл) и слегка отжатым хлеб, половину сливочного масла, посолить и поперчить, снова пропустить массу через мясорубку. Добавить оставшееся молоко и 1 яйцо, еще раз тща-

тельно перемешать. Сформовать из фарша овальные котлеты. Обмакнуть каждую котлету во взбитые яйца, затем в сухари и жарить на сковороде в оставшемся сливочном масле до готовности.

Приготовить соус. Для этого в сковороде растопить сливочное масло (использовать $\frac{1}{2}$) и обжарить в нем муку. Затем влить 200 мл молока, варить на слабом огне до загустения, непрерывно помешивая. Морковь и репу очистить, вымыть и мелко нарезать. Обжарить овощи на сковороде вместе с зеленым горошком в оставшемся масле, затем влить оставшееся молоко и варить до тех пор, пока овощи не станут мягкими, посолить и поперчить по вкусу. Затем овощи вместе с жидкостью протереть через сито, соединить массу с мучным соусом, тщательно перемешать и довести до кипения. Готовый соус снять с огня и немного охладить. Перед подачей к столу выложить котлеты на тарелки, полить соусом и посыпать вымытой и измельченной зеленью петрушки. Можно гарнировать блюдо свежими помидорами, огурцами или салатом из свежих овощей.

Котлеты из курицы с орехами, зеленью, чесноком и яйцом

Ингредиенты

500 г филе курицы, 150 г толченых грецких орехов, 100 г сливочного масла, 1 яйцо, 40 г топленого масла, 120 г панировочных сухарей, 5 г толченого чеснока, 15 г зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы промыть, нарезать крупными кусками, слегка отбить их, посолить и поперчить. Из грецких орехов, чеснока, сырого яйца, вымытой и измельченной зелени петрушки и топленого масла приготовить фарш, все тщательно перемешав, посолив и поперчив по вкусу. Выложить фарш на ломтики филе, свернуть их, придавая изделию форму котлеты. Затем запанировать изделия в сухарях и обжарить с обеих сторон в сливочном масле до образования румяной корочки. Довести до готовности котлеты в предварительно разогретом духовом шкафу, время от времени поливая маслом, оставшимся после жаренья.

Подавать к столу такие котлеты можно с белым соусом и свежими овощами.

Кнели из мяса курицы

Ингредиенты

500 г куриных окорочков, 120 мл молока, 300 г пшеничного хлеба, 1 яичный белок, 200 мл белого или красного соуса, 15 г зелени укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Куриные окорочка промыть, залить 1 л воды и варить до готовности. Затем окорочка вынуть, отделить мясо от костей, бульон процедить. Мясо дважды пропустить через мясорубку, добавить размоченный в молоке хлеб. Массу посолить и поперчить, хорошо вымесить, затем ввести взбитый в пену яичный белок, тщательно перемешать и охладить. Разделить фарш на кнели, набирая его столовой ложкой и опуская его в кипящий куриный бульон. После того как кнели всплывут на поверхность, варить их еще 4–5 мин. Готовые кнели выложить на блюдо и полить соусом, посыпать вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки. Отдельно подать процеженный и подсоленный куриный бульон.

Запеканка из курицы, картофеля, кукурузы и сыра

Ингредиенты

300 г отварного филе курицы, 600 г картофеля, 60 г сливочного масла, 200 мл сливок, 200 г отварной кукурузы или фасоли, 200 мл молока, 200 г тертого сыра, 50 г зелени укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Картофель очистить, вымыть, отварить в подсоленной воде до готовности, затем размять, добавить в пюре молоко, соль и сливочное масло (использовать 40 г). Переложить массу в форму для запекания, смазанную оставшимся маслом, сверху выложить слой нарезанного филе, слой отварной фасоли или кукурузы, посолить и поперчить. Сливки взбить до образования пены, залить ими картофельную массу, посыпать тертым сыром и поставить в духовой шкаф. Запекать до образования румяной корочки.

Перед подачей к столу посыпать запеканку вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Запеканка из курицы с рисом и соусом

Ингредиенты

300 г отварного филе курицы, 200 г риса, 300 г консервированного зеленого горошка, 60 г сливочного масла, 100 г вареной моркови, 15 г зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Для соуса: 50 г сливочного маргарина, 50 г муки, 250 мл куриного бульона, 60 г сметаны, 20 мл лимонного сока, соль и специи по вкусу.

Способ приготовления

Рис промыть, залить 400 мл горячей воды, добавить 25 г сливочного масла, перемешать, закрыть крышкой и поставить на 15–20 мин в предварительно разогретый духовой шкаф. При необходимости во время запекания подливать в рис воду. Отварное филе курицы нарезать кубиками, обжарить в 25 г сливочного масла, затем соединить с рисом. Добавить очищенную и нарезанную кубиками вареную морковь, а также припущенный до мягкости в небольшом количестве воды зеленый горошек. Все посолить и поперчить, перемешать, затем переложить в смазанную оставшимся маслом форму для запекания, поставить в умеренно разогретый духовой шкаф и запекать до готовности.

Приготовить соус. Для этого муку обжарить в маргарине до кремового цвета. Затем ввести бульон и варить, помешивая, пока не загустеет. Посолить соус и приправить специями по вкусу, добавить сметану и лимонный сок, довести до кипения и снять с огня. Перед подачей к столу запеканку выложить на блюдо, полить соусом и украсить вымытыми веточками петрушки.

Курица, запеченная с сыром и сливками

Ингредиенты

500 г мяса курицы, 50 г сливочного масла, 150 мл сливок, 100 г тертого сыра («Пошехонского», «Голландского» или «Минского»), 200 г риса, 150 мл куриного бульона, 20 г зелени укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Мясо курицы промыть, нарезать кусочками размером 3 х 5 см, посолить и поперчить по вкусу. Затем обжарить в сливочном масле до образования золотистой корочки. Выложить мясо в глубокую сковороду в один слой, залить сливками, смешанными с куриным бульоном, посыпать тертым сыром, потом выложить второй слой мяса, вновь полить сливками и бульоном, посыпать сыром. Поставить в разогретый до 200 °С духовой шкаф и запекать в течение 25–30 мин. Отдельно отварить рис в подсоленной воде. Перед подачей к столу

выложить рис на блюдо, сверху положить мясо, полить рагу оставшимся после запекания соусом и посыпать вымытой и измельченной зеленью укропа и петрушки.

Курица, запеченная с лимоном в соевом соусе

Ингредиенты

500 г филе курицы, 1 лимон, 200 мл соевого соуса, 20 г сливочного масла, 15 г зелени петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы промыть, нарезать порционными кусками, посолить и поперчить. Лимон вымыть и нарезать ломтиками. Выложить мясо одним слоем в кастрюльку, затем слой лимона, снова мясо и сверху оставшиеся ломтики лимона. Залить все соевым соусом и 150 мл воды, положить гнет и поставить в холодильник на 4–6 ч. Противень смазать маслом и выложить на него курицу с лимоном. Запекать в умеренно разогретом духовом шкафу в течение 20–25 мин, время от времени поливая оставшимся маринадом. Перед подачей к столу переложить курицу на блюдо и посыпать вымытой и измельченной зеленью петрушки.

Запеченное филе курицы с грибами, помидорами, брусникой и рябиной под сметанным соусом

Ингредиенты

200 г филе курицы, 15 г топленого масла, 100 г жареных грибов, 100 мл сметанного соуса, 2 яичных белка, 10 г зелени петрушки, 20 г брусники, 20 г рябины, 100 г свежих помидоров, соль и специи по вкусу.

Способ приготовления

Филе курицы промыть, нарезать небольшими кусочками, слегка обжарить в масле, посолить и приправить специями по вкусу. Затем сверху выложить жареные грибы, добавить промытую рябину, залить сметанным соусом и взбитыми до пышности белками. Запекать в предварительно разогретом духовом шкафу до готовности. Помидоры вымыть, нарезать дольками. Перед подачей к столу украсить блюдо вымытыми веточками петрушки, промытыми ягодами брусники и дольками помидоров.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.