

Детская кухня

Вторые блюда



Детская кухня

Илья Мельников

Детская кухня. Вторые блюда

«Мельников И.В.»

2012

Мельников И. В.

Детская кухня. Вторые блюда / И. В. Мельников — «Мельников И.В.»,
2012 — (Детская кухня)

ISBN 978-5-457-14243-5

Вы хотите научиться готовить, но совсем не знаете, с чего начать? А может быть, вы пригласили друзей и решили угостить их необычным, однако не очень сложным блюдом? Тогда вы не ошиблись, взяв в руки эту книгу: она составлена для того, чтобы научить вас правильно и вкусно готовить. Книга эта годится не только для девочек, но и для мальчиков. Недаром считается, что лучшие в мире повара – мужчины. Итак, знакомство с нашей книгой плюс немного настойчивости, уверенности в себе и фантазии – вот верный рецепт ваших успехов у кухонной плиты!

ISBN 978-5-457-14243-5

© Мельников И. В., 2012

© Мельников И.В., 2012

Содержание

ЧТО СЕГОДНЯ НА ВТОРОЕ?	5
БЕЛОРУССКИЕ "ЗРАЗЫ" – ВОЖЫКІ (ЕЖИКИ)	6
КОТЛЕТЫ ОБЫКНОВЕННЫЕ	7
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	8
ПЛОВ ИЗ БАРАНИНЫ	9
МЯСНОЙ ПАШТЕТ	10
КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	11
КАША РИСОВАЯ ПО-КИТАЙСКИ	12
КАША РИСОВАЯ С ЯБЛОКАМИ	13
ГОЛУБЦЫ	14
"ШИШЕЧКИ" ИЗ СОСИСОК	15
КАЛЬМАРЫ В СМЕТАНЕ	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Илья Мельников

Детская кухня

Вторые блюда

ЧТО СЕГОДНЯ НА ВТОРОЕ?

Обеды – это основная еда, и второе блюдо обычно готовят посытнее. Это могут быть мясные или рыбные блюда, что-нибудь из курятины, а также творожные, макаронные запеканки, каши.

Не повторяйте одни и те же продукты. Скажем, суп у вас из крупы, второе блюдо лучше всего приготовить из овощей, а если суп овощной – на гарнир можно сварить кашу или макароны.

Еще одна деталь: не все продукты сочетаются друг с другом. Жареная рыба, например, после молочного супа не годится.

Вы приступаете к приготовлению блюд из мяса, рыбы и птицы. Что надо помнить при этом?

- Если вы размораживаете мясо, не ставьте его в теплое место и не заливайте водой – оно потеряет вкус.

- Вы, конечно, знаете, что для жарения мясо обычно отбивают на доске. Не забудьте смочить доску водой, чтобы мясо не прилипло.

- всем известно, что мясо и рыбу перед жарением панируют – обваливают в сухарях. Если куски мяса вы сначала смажете взбитым куриным яйцом, при жарке они покроются аппетитной золотистой корочкой.

- Для котлет берите черствый хлеб: от свежего котлеты получаются клейкими.

- Как угадать, сколько соли положить в котлетный фарш? Не все решаются его попробовать. Обычно на килограмм мясного фарша кладут 2 чайные ложки соли.

- Вареное или тушеное мясо готово, когда оно легко отделяется от костей и без усилий прокалывается вилкой.

- Рыба во время жарения не будет прилипать к сковородке, если в жир, на котором вы ее жарите, добавить щепотку соли.

- После разделки рыбы руки и посуда обычно неприятно пахнут. Протрите все раствором уксуса в воде, а потом хорошенько сполосните.

- При чистке рыбы опускайте пальцы в соль, чтобы они не скользили.

- Солите рыбу за полчаса перед жарением, тогда она не разваливается при переворачивании.

- Чтобы проверить, готовы ли котлеты, нажмите на них сверху чайной ложкой. Если выделяется вне розовый (мутный), а прозрачный сок – котлеты готовы.

БЕЛОРУССКИЕ "ЗРАЗЫ" – ВОЖЫКІ (ЕЖИКИ)

Возьмите:

полстакана риса,

1 столовую ложку сливочного масла,

1 пачку (200 г) мясного фарша,

1 луковицу, 2 столовые ложки жира,

1 столовую ложку муки,

2 чайные ложки соли,

на кончике ножа черного молотого перца,

полстакана сметаны, зелень петрушки, сельдерея.

Готовьте так:

Промойте рис, залейте его в кастрюле стаканом кипятка, добавьте 1 чайную ложку соли и сливочное масло и варите 15 минут на слабом огне. Остудите и смешайте с мясным фаршем, натертой на терке очищенной луковицей, перцем и 1 чайной ложкой соли. Из этой массы сделайте небольшие шарики и обваляйте их в муке. На сковородку положите жир, разогрейте его на огне и поджарьте зразы, чтобы слегка зарумянились. Поджаренные зразы сложите в кастрюлю, влейте полстакана воды и тушите на слабом огне 30 минут. Потом влейте сметану и доведите до кипения, но больше не кипятите. Потушите огонь. Прополощите зелень и мелко порубите ножом, посыпьте ею зразы. Ваши "вожыкі" готовы!

КОТЛЕТЫ ОБЫКНОВЕННЫЕ

Возьмите:

полкилограмма фарша или мяса,
3 ломтика черствого белого хлеба,
2 столовые ложки мелко нарубленной зелени петрушки,
на кончике ножа черного молотого перца,
1 чайную ложку соли,
полстакана панировочных сухарей
2 столовые ложки жира,
полстакана молока,
1 яйцо.

Готовьте так:

Белый хлеб залейте молоком. Очищенную луковицу мелко нарежьте. Промытое и нарезанное кусочками мясо (или фарш) пропустите через мясорубку. Смелите также лук и размокшую в молоке булку. Добавьте яйцо, мелко нарубленную зелень петрушки, перец и 1 чайную ложку соли. Хорошенько вымешайте, добавьте оставшееся молоко. Сделайте из фарша 10 небольших котлет, обваляйте их в сухарях. Поставьте на огонь сковородку, разогрейте на ней половину жира и положите сначала 5 котлет. Когда котлеты зарумянятся, переверните их на другую сторону. Переложите котлеты на тарелку и так же поджарьте остальные. Огонь не должен быть сильным. Котлеты должны жариться около 10 минут. К готовым котлетам подайте картофельное пюре или макароны.

ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Возьмите:

500 г говядины без костей,

3 стакана горячей воды,

2 чайные ложки соли,

5 столовых ложек жира,

3 столовые ложки муки,

1 лавровый листок,

на кончике ножа черного молотого перца.

Готовьте так:

Говядину промойте и нарежьте небольшими кусочками. Мясо посолите, поперчите. На сковороде разогрейте жир и обжарьте мясо. Переложите мясо в алюминиевую кастрюлю, залейте 2-мя стаканами горячей воды и поставьте на слабый огонь на один час тушиться. На жиру поджарьте муку до золотистого цвета, разведите 1 стаканом горячей воды и этим соусом залейте мясо. Положите в кастрюлю лавровый листок, попробуйте, хватает ли соли. Готовое мясо должно легко протыкаться вилкой, оно должно быть мягким. Гуляш подавайте к картофельному пюре или к отварным макаронам.

ПЛОВ ИЗ БАРАНИНЫ

Возьмите:

полкилограмма баранины, 2 моркови,
2 стакана риса, 2 луковицы,
2 чайные ложки соли
2 стакана мясного бульона или воды,
100 г сливочного масла,
на кончике ножа черного молотого перца,
2 лавровых листа.

Готовьте так:

промойте мясо и нарежьте его небольшими кусочками, посыпьте солью и перцем и обжарьте на масле на разогретой сковороде до появления румяной корочки. Мясо сложите в гусятницу, залейте мясным бульоном или водой и поставьте тушиться на слабом огне. Пока тушится мясо, мелко нарежьте лук, почистите и потрите на терке морковь. Разогрейте на сковороде масло, поджарьте на нем до золотистого цвета лук, а затем добавьте морковь и потушите минут 15 на слабом огне. Промойте в нескольких водах рис и все это заложите в гусятницу. Перемешайте, если испарился бульон, добавьте полстакана воды, 2 лавровых листика и, закрыв гусятницу крышкой, поставьте на полтора часа в не слишком горячую духовку. Больше плов не мешайте, он будет готов, когда рис станет рассыпчатым и мягким.

МЯСНОЙ ПАШТЕТ

Возьмите:

500 г свинины, 500 г говядины,

1 яйцо,

2 морковки, 4 луковицы,

1 корешок петрушки или сельдерея,

2 лавровых листка,

2 столовые ложки масла,

1 столовую ложку жира,

половину черствого батона,

пучок зеленой петрушки,

перец, соль, панировочные сухари.

Готовьте так:

Мясо промойте и порежьте на куски, уложите в алюминиевую кастрюлю. Туда же добавьте очищенную морковь, петрушку (корень), 2 луковицы, лавровый лист, чайную ложку соли, на кончике ножа черного молотого перца. Все залейте 2-мя стаканами горячей воды и поставьте на слабый огонь тушиться на 1 час под крышкой. Через час снимите с огня, положите туда батон. Пока мясо остывает, очистите и мелко нарежьте лук. Поставьте на огонь сковороду, разогрейте на ней масло, всыпьте лук и подрумяньте до золотистого цвета. Теперь смажьте жиром форму для выпечки, обсыпьте ее панировочными сухарями. Промойте и мелко нарубите зеленую петрушку. Остывшее мясо и все, что варилось в кастрюле, пропустите через мясорубку. Добавьте поджаренный лук и нарубленную зелень. Вбейте туда же яйцо, все перемешайте, попробуйте, хватает ли соли. Всю эту массу выложите в приготовленную форму. Запекайте в горячей духовке около часа. Когда на паштете появится румяная корочка – он готов.

КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ

Возьмите:

2 стакана риса.

2 чайные ложки соли, 100 г сливочного масла.

Готовьте так:

переберите рис, очистите его от мусора и несколько раз промойте. Подготовленный рис залейте в кастрюле двумя литрами подсоленной воды и варите на слабом огне около часа. Когда зерна риса набухнут, откиньте рис на дуршлаг и сполосните горячей водой. Когда вода стечет, положите рис в кастрюлю, добавьте масло, перемешайте и поставьте на 20 минут в разогретую духовку. Затем достаньте готовую кашу из духовки (не забудьте потушить газ), разложите по тарелкам, сверху положите по кусочку сливочного масла и подавайте к столу, пока каша не остыла.

КАША РИСОВАЯ ПО-КИТАЙСКИ

Возьмите:

1 стакан риса,

два с половиной стакана кипятка.

Готовьте так:

Переберите рис, потому что в нем попадаются маленькие камушки и мусор. Промойте крупу несколько раз под краном, пока вода не станет совсем чистой. Откиньте на сито, чтобы вода стекла. Залейте рис в кастрюле двумя с половиной стаканами кипятка и поставьте на слабый огонь без крышки. Когда вода испарится, черенком деревянной ложки сделайте в каше несколько отверстий и поставьте кастрюлю на самый слабый огонь (хорошо для этой цели использовать рассекаатель пламени). Рис готов. Такой рис в Китае готовят несоленым и едят его с помощью двух деревянных палочек.

КАША РИСОВАЯ С ЯБЛОКАМИ

Возьмите:

1 стакан риса, 5 антоновских яблок,
2 чайные ложки соли,
4 столовые ложки сахара,
2 столовые ложки масла,
пол чайной ложки корицы.

Готовьте так:

переберите рис, промойте и замочите его на 1 час в холодной подсоленной воде (1 чайная ложка соли). Вскипятите полтора литра воды (6 стаканов) и всыпьте туда отцеженный от холодной воды рис. Поставьте кастрюлю на сильный огонь, а когда поднимется пена, огонь быстро уменьшите, чтобы кипение было едва заметным. Кипятите 10 минут. Сваренный рис откиньте на дуршлаг. Пока будет вариться рис, очистите яблоки, выньте сердцевину и мелко нарежьте. В глубокую сковороду или форму для кекса на дно положите слой риса, затем слой яблок, присыпьте двумя столовыми ложками сахара и щепоткой корицы. И снова – слой риса, яблок и посыпьте оставшимся сахаром и корицей. Сверху все прикройте рисом, положите кусочками масло и, прикрыв крышкой, поставьте в разогретую духовку на средний огонь. Через 15 минут крышку снимите, чтобы образовалась румяная корочка. Всего каша должна выпекаться в духовке около 40 минут. Выверните кашу на блюдо и подавайте к столу горячей, но вкусна она и холодная, и разогретая.

ГОЛУБЦЫ

Возьмите:

1 не слишком тугую головку капусты,
500 г мясного фарша,
неполный стакан риса,
3 столовые ложки сливочного масла,
1 стакан мясного бульона (или молока),
1 головку лука,
2 чайные ложки соли,
на кончике ножа черного молотого перца,
2 лавровых листа, стакан сметаны.

Готовьте так:

Капусту очистите, вырежьте ножом из середины кочерыжку. Положите капусту на 10 минут в кастрюлю с кипящей водой. Рис промойте сначала холодной, а потом горячей водой; мелко нарезанный лук поджарьте на масле до золотистого цвета и соедините с мясным фаршем. Все посолите, поперчите, залейте стаканом мясного бульона или молока, хорошо размешайте. Выньте из кипятка капусту; когда немного остынет, разберите кочан на листья, срежьте толстые стебли. На подготовленные капустные листья кладите по две столовые ложки фарша, сверните листья конвертиками и укладывайте в гусятницу или кастрюлю, смазав дно маслом. Влейте туда немного воды и поставьте на 1 час в духовку тушиться. Под конец влейте сметану, размешанную с томатной пастой, положите 2 лавровых листа и потушите еще полчаса. Если у вас нет томатной пасты, можно ее заменить 2-3 свежими помидорами, порезав их и добавив в голубцы за полчаса до готовности.

"ШИШЕЧКИ" ИЗ СОСИСОК

Возьмите:

3 сосиски,

1 столовую ложку натертого твердого сыра,

1 столовую ложку топленого масла,

1 столовую ложку майонеза,

1 столовую ложку мелко нарубленной зелени петрушки или укропа.

Готовьте так:

На сосисках, очищенных от оболочек, ножом сделайте частые надрезы с двух сторон под углом. Зажгите газ и поставьте на него сковородку с маслом. Когда масло разогреется, осторожно положите в сковородку сосиски, предварительно обмазав их майонезом и обваляв в тертом сыре. Прожарьте с двух сторон, переложите на тарелку и перед подачей на стол посыпьте рубленой зеленью. Подавайте горячими.

КАЛЬМАРЫ В СМЕТАНЕ

Возьмите:

500 г кальмаров,
2 луковицы,
2 столовые ложки тертого сыра,
4 столовые ложки масла,
на кончике ножа черного молотого перца,
2 чайные ложки соли,
зелень петрушки;

для соуса:

1 стакан сметаны,
1 столовую ложку масла,
1 столовую ложку муки.

Готовьте так:

Очищенные от пленки кальмары промойте и нарежьте тонкой соломкой. Разогрейте на сковороде 2 столовые ложки масла и быстро обжарьте кальмары. На оставшем масле (2 ложки) поджарьте мелко нарезанный лук. Добавьте лук к кальмарам, все посолите, посыпьте перцем и залейте сметанным соусом. Соус приготовьте так: на одной столовой ложке масла поджарьте муку, добавьте сметану и доведите до кипения. Сверху все посыпьте тертым сыром и поставьте на 20 минут в горячую духовку. Это блюдо подают к столу горячим, посыпав сверху рубленой зеленью.

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.