Юлия Высоцкая
удачное меню
Гриль • Зеленые салаты
Коктейли • Шашлыки • Мороженое

УДК 641.55
ББК 36.997
В93

Дизайн-макет обложки и иллюстрации: *Алина Алейникова*
Дизайн макета: *Ирина Борисова*
Фото на обложке: *Михаил Королев*
Стиль и фотосъемка блюд: *Екатерина Демина*
Фото по лицензии fotolia.com

Высоцкая, Юлия Александровна.
В93 УДачное меню / Юлия Высоцкая. — Москва : Издательство «Э», 2016. — 64 с. : ил. — (Высоцкая Юлия. Едим Дома. Избранные рецепты).

ISBN 978-5-699-88147-5

Удача любого пикника или дачного обеда — в правильной подготовке, — считает Юлия Высоцкая, — любая импровизация на природе должна быть хорошо спланирована дома. В этой книге Юлия делится рецептами блюд, которые легко приготовить у себя на даче или собравшись с друзьями где-нибудь на лесной поляне. Вы узнаете, как сделать шашлык нескучным, используя оригинальный маринад, как пожарить на гриле ароматную фаршированную семгу и как приготовить летние коктейли, чтобы удивить ваших гостей и создать правильное настроение!

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-88147-5

© Высоцкая Ю., 2016
© ООО «Издательство Юлии Высоцкой», 2016
© ООО «Издательство «Э», 2016

МЕНЮ 1

Тартин с запеченным сладким перцем и тунцом
12

Ростбиф на гриле в корочке из соли
14

Зеленый салат с редиской, помело и помидорами черри
16

Малиновое желе с пузырьками
18

Коктейль Bellini
20

МЕНЮ 2

Хрустящие пирожки с мясом
26

Цыплята на гриле
28

Салат из кукурузы, слив и баклажанов
30

Панна котта с ежевикой
32

Лимонад с огурцом и петрушкой
34

МЕНЮ 3

Бутерброд с семгой,
авокадо и беконом
40

Шашлык, замаринованный
с зеленью
42

Салат из огурцов с ежевикой
и фисташками
44

Гранита из манго, персиков
и апельсинов
46

«Кровавая Мэри»
48

МЕНЮ 4

Тарты с творогом,
помидорами черри
и базиликом
54

Семга на гриле,
фаршированная рисом
56

Салат из шпината со спаржей,
финиками и миндалем
58

Творожно-малиновое
мороженое
60

Арбузный коктейль
с лаймом и имбирем
62

Тартин с запеченным сладким перцем и тунцом

4 куска цельнозернового хлеба
2 сладких красных перца
4–5 помидоров черри
2 ст. ложки консервированного в собственном соку тунца
1 ст. ложка оливок без косточек
1/2 лайма
1/4 красной луковицы
1 ч. ложка каперсов
несколько веточек базилика
1–2 ст. ложки бальзамического уксуса
1–2 ст. ложки белого винного уксуса
1 ст. ложка оливкового масла Extra Virgin
1 ст. ложка оливкового масла
1 ч. ложка горчицы
щепотка острой копченой паприки
щепотка морской соли

4 порции
время приготовления 25 мин.

1. Сладкий перец запекать 10 минут под грилем, затем поместить в кастрюлю с крышкой или в плотно закрытый целлофановый пакет.
2. Когда перец пропотеет, удалить семена и снять кожицу, мякоть нарезать небольшими кусочками.
3. Помидоры черри разрезать на четыре части.
4. Кусочки сладкого перца залить бальзамическим уксусом, посыпать паприкой, добавить нарезанные помидоры и оливковое масло Extra Virgin, посолить и все перемешать.
5. Красный лук почистить, нарезать тонкой соломкой, залить винным уксусом и дать постоять.
6. Разогреть в сковороде-гриль оливковое масло и обжарить хлеб с двух сторон.
7. Каперсы и оливки мелко порубить.
8. Из половинки лайма выжать сок.
9. Соединить каперсы и оливки с тунцом, добавить горчицу, сок лайма и все перемешать.
10. На обжаренный хлеб выложить тунца с оливками и каперсами, сверху поместить запеченный перец с помидорами, украсить замаринованным луком и листьями базилика.

Тартин — это то, что итальянцы называют брускеттой, но именно французы или бельгийцы едят тартин на завтрак, и он не всегда сладкий. Лук можно мариновать не в уксусе, а в лимонном соке или просто ошпарить кипятком. Запеченный в духовке перец прекрасно хранится пару недель в холодильнике, если добавить к нему чуть-чуть оливкового или любого другого растительного масла. Вместо черри отлично подойдут сладкие летние помидоры прямо с грядки, нарезанные небольшими кусочками.

MALHEUREUX
aient de me frapper...
injustice se lasse...
eux par mon audace!
IX, détournez vos mépris;
piége surpris
s sa dent tenace
toile où lui-même s'enlace,
par un dernier effort,
et, prodiguant la mort
rs qui l'attaque et le brave,
s qui le virent esclave.
dit? hélas! sans de longs jou
la foule commune;
chargé de l'infortune,
seul avare de secours,
même un juste salaire,
r?... Oh! pardonnez, mon pè
dit... je ne vous croyais pas;
er? La honte et le trépas.
déjà la perfide espérance
s jours vaciller le flambeau

Ростбиф на гриле в корочке из соли

4–6 порций
время приготовления 45 мин.

2 кг говядины
1 лимон
5–6 ст. ложек оливкового масла
1 ст. ложка свежемолотого перца
3 большие горсти морской соли

1. С мяса срезать лишний жир и обмазать его оливковым маслом.
2. Гриль смазать оливковым маслом, выложить мясо на решетку и обжаривать 5 минут со всех сторон.
3. На разделочную доску насыпать соль и перец, перемешать.
4. Со всех сторон обвалять обжаренное мясо в специях.
5. Вернуть мясо на гриль и обжаривать по 7 минут с каждой стороны.
6. Дать ростбифу отдохнуть 10 минут, затем нарезать и сбрызнуть оливковым маслом.
7. Лимон нарезать дольками.

Подавать ростбиф с лимоном.

Готовое мясо ни в коем случае сразу не разрезать!