



# ОМЧБ

ИЛЛЮСТРИРОВАННЫЙ  
СБОРНИК РЕЦЕПТОВ



Александр Эль  
Ирина Доброхотова



ЛОСЬ И ЕВРОПЕЙСКИЙ ОЛЕНЬ

18+



Александр Эль

**Дичь. Лось и европейский  
олень. Иллюстрированный  
сборник рецептов**

«ЛитРес: Самиздат»

2019

**Эль А.**

Дичь. Лось и европейский олень. Иллюстрированный сборник рецептов / А. Эль — «ЛитРес: Самиздат», 2019

Александр Эль и Ирина Доброхотова более тридцати лет вместе экспериментируют на кухне. Их принцип — готовить только из натуральных экологически чистых продуктов, которые несут людям здоровье и долголетие! Эта книга настоящее пособие по приготовлению дичи, в которой авторы подробно рассказывают, как сделать то или иное блюдо, сопровождая каждый рецепт своими фотографиями. Даже начинающий кулинар легко сможет порадовать близких и друзей, готовя по книгам Александра и Ирины. В оформлении обложки и всех иллюстраций использованы фотографии автора Ирины Доброхотовой.

© Эль А., 2019

© ЛитРес: Самиздат, 2019

## Содержание

ОБ АВТОРАХ	6
ЖАРЕНАЯ КОЛБАСА ИЗ ЛОСЯТИНЫ С ПЕЧЕНЫМИ ОВОЩАМИ	7
ЖАРКОЕ ИЗ ЛОСЯ ПО-ОХОТНИЧЬИ	9
ЗАКУСКА ИЗ ПЕЧЁНОЙ ЛОСЯТИНЫ	11
КОТЛЕТЫ ИЗ ЛОСЯТИНЫ С ГРИБНЫМ СОУСОМ	13
ПИРОГ С ЛОСЯТИНОЙ И БЕЛЫМИ ГРИБАМИ	15
ПИРОЖКИ С ЛОСЯТИНОЙ	17
СТЕЙК ИЗ МОЛОДОГО ЛОСЯ	19
ТЕРРИН ИЗ ЛОСЯТИНЫ	21
Конец ознакомительного фрагмента.	23



## ОБ АВТОРАХ

Александр – в прошлом охотник, а сейчас большой любитель гастрономии. Приготовление дичи это его страсть.

Ирина домохозяйка, которая любит и умеет делать торты, кексы, пироги и другую выпечку, а также мороженое и десерты. У неё громадный опыт в приготовлении различных домашних заготовок.

Александр и Ирина основатели кулинарного онлайн проекта Сольсахар, на котором с удовольствием делятся со всеми своим богатым опытом. Их рецепты регулярно публикуются в международной гастрономической прессе и на кулинарных порталах. В этой книге представлены эксклюзивные рецепты по приготовлению дичи.

Иллюстрированный сборник рецептов "Дичь. Лось и европейский олень" является частью серии "Готовим из натуральных продуктов".

*«Пусть ваша еда будет лекарством,  
Чтобы лекарство не стало вашей едой»  
Гиппократ*

## ЖАРЕНАЯ КОЛБАСА ИЗ ЛОСЯТИНЫ С ПЕЧЕНЫМИ ОВОЩАМИ



*На 2 порции:*

*400 г домашней колбасы из лосятины(см.гл. Дополнения к рецептам)*

*100 мл оливкового масла*

*200 г картофеля*

*200 г сладкого перца*

*5 – 7 зубчиков чеснока*

*соль*

Картофель нарезать тонкими пластинами, сладкий перец – сегментами. Смешать в миске оливковое масло (50 мл) и соль, добавить нарезанные овощи и чеснок, дать настояться 5—10 минут. Выложить на противень (в один слой), поставить в разогретую до 200°С духовку на 20—25 минут.

В сковороде разогреть оставшееся масло и пожарить колбаски со всех сторон до зарумянивания (примерно 20 минут). Подавать с печёными овощами, украсив петрушкой.

*Сопровождение – сухое красное вино категории резерва/гран резерва (Испания, Аргентина, Чили).*



## ЖАРКОЕ ИЗ ЛОСЯ ПО-ОХОТНИЧЬИ



2—2,5 кг мясо лося (нога)  
1 ст.л соли  
1 ч.л. перца  
1/2 ч.л. сушеного чабера  
8—13 толченых ягод можжевельника  
3—5 толченых горошин душистого перца  
1 ч.л. молотого лаврового листа  
75 мл сухого красного вина  
60 г топленого масла

Соль, перец, чабер, можжевельные ягоды, душистый перец и лавровый лист смешать с вином. Натереть мясо лося смесью специй с вином, завернуть в пищевую пленку и оставить в холодильнике на 12—24 ч. Выложить мясо в керамическую форму, обложить кусочками топленого масла и поставить в разогретую до 180°C духовку на 1 час, затем убавить температуру до 160°C и продолжить запекание ещё 1 час. Время от времени поливать мясо образовавшимся соком. Готовое мясо (идеальная температура внутри куска 65°C, если любите мясо «без крови», то время запекания увеличить на 30 минут) переложить на блюдо, украсить зеленью, нарезать на порции. Подавать с яблочным мармеладом, брусничным вареньем или грибным соусом.

*Сопровождение – вино, которое добавляли при приготовлении блюда.*



## ЗАКУСКА ИЗ ПЕЧЁНОЙ ЛОСЯТИНЫ



Печёную лосятину (см. *Жаркое из лося по-охотничьи*) нарезать тонкими ломтиками, красиво разложить на блюде, украсить листиками петрушки, тонко нарезанными ломтиками редиса, лесными орехами. Подавать с можжевеловым маслом (см. *Можжевеловка*), лесными орехами, печёными каштанами (см. *Закуска из каштанов*).

*Сопровождение – высококачественное сухое красное (Моргон и т.п.) или сухое белое вино (эльзасский Рислинг и т.п.)*



## КОТЛЕТЫ ИЗ ЛОСЯТИНЫ С ГРИБНЫМ СОУСОМ



*На 4 порции:*

*600 г мяса лося (окорок)*

*1 зубчик чеснока*

*1 ч.л. очищенного и нарезанного острого перца (смесь красного и зелёного)*

*10 г натёртого корня петрушки*

*30 мл сухого красного вина*

*соль*

*Для соуса:*

*400 г свежих лисичек*

*2 луковки шалота*

*1/2 ст.л. топлёного масла*

*1 ст.л. сметаны*

*125 мл бульона из дичи*

*1/2 ст.л. сливочного масла*

*соль, перец*

*петрушка для украшения*

Пропустить мясо лося через мясорубку с диском тонкого помола, добавить нарубленный чеснок, корень петрушки, соль по вкусу, влить вино и тщательно перемешать смесь. Дать настояться в холодильнике в течение 8—12 часов. Сформировать котлеты и обжарить с двух сторон в разогретом топлёном масле. Подать с соусом из лисичек.

Обжарить в разогретом топленом масле нарезанный лук-шалот, добавить грибы, довести до готовности. Затем приправить солью и перцем, влить бульон, добавить сливки, быстро перемешать и довести до кипения, но не кипятить. Отложить 1—2 ст.л. целых грибов, остальные измельчить в блендере. Вернуть грибное пюре в сотейник, положить кусочек сливочного масла и прогреть на среднем огне в течение 1—2 минут. Сразу же подавать с котлетами из лосятины, украсив петрушкой и лисичками.

*Сопровождение – вино, которое использовали при приготовлении блюда.*



## ПИРОГ С ЛОСЯТИНОЙ И БЕЛЫМИ ГРИБАМИ



На 2 пирога 26см

*Начинка:*

1500 г мяса лося (без костей)  
150 г белых грибов (свежих или замороженных)  
150 г жирных сливок или сметаны  
150 г лука  
2 зубчика чеснока  
5 – 7 можжевельных ягод  
3 – 4 горошины душистого перца  
1 ч.л. прованских трав (по желанию)  
1 яичный желток для смазывания

*Для теста:*

500 г жирной сметаны  
150 г сливочного масла (комнатной температуры)  
2 яйца  
1 ч.л. соли  
750 г муки

Для теста смешать сметану, яйца и сливочное масло до однородной массы. Добавить просеянную муку и соль, вымесить тесто. Накрывать и оставить его на 30—60 минут.

Для начинки пропустить мясо лосося, лук и чеснок через мясорубку с диском тонкого помола. Можжевельные ягоды и душистый перец растолочь и добавить в мясной фарш. Посолить и поперчить смесь, добавить сливки и нарезанные белые грибы, тщательно перемешать. По желанию добавить в фарш щепотку кайенского перца и дать настояться в течение 1—2 ч.

Разделить тесто на 4 части. Раскатать тесто слоем 3—4 мм. Выложить в формы, края чуть приподнять, сделав бортики. Заполнить начинкой, накрыть крышечкой из теста, сделав в середине крышечки отверстие для выхода пара. Из остатков теста сделать украшение. Желток смешать с 1 ст.л. воды. Смазать этой смесью пироги, выпекать при 200°С в течение 50 – 60 минут.



## ПИРОЖКИ С ЛОСЯТИНОЙ



*Для теста:*

*350 г жирной сметаны*

*100 г сливочного масла (комнатной температуры)*

*1 ч.л. соли (без верха)*

*1 яйцо*

*500 г муки*

*1 яйцо для смазывания*

*Для начинки:*

*800 г мяса лося*

*80 г топленого масла*

*3 горошины душистого перца*

*7 можжевельных ягод*

*соль, черный перец*

Мясо лося пропустить через мясорубку с диском тонкого помола. Душистый перец и можжевельные ягоды растолочь в ступке, соединить с мясом, добавить соль и черный перец, масло, перемешать. Поставить на ночь в холодильник, чтобы впитались специи.

Растереть сливочное масло со сметаной, добавить соль и яйцо, всыпать просеянную муку и быстро замесить тесто. Скатать тесто в шар, накрыть и убрать в холодильник на 30 мин. минимум.

Раскатать тесто слоем 3—4 мм, вырезать кружки по 8—9 см. Положить начинку, сформировать пирожки. Смазать яйцом и выложить на противень. Выпекать в разогретой до 200°C

духовке примерно 45—50 минут, пока пирожки не подрумянятся. Подавать теплыми как основное блюдо или холодными в качестве закуски.

*Сопровождение – Шинон, Бержерак, Кьянти и т. п.*



## СТЕЙК ИЗ МОЛОДОГО ЛОСЯ



*На 4 порции:*  
4 стейка  
соль, перец  
2 ст.л. топлёного масла  
200 г лисичек  
1 ст.л. жирной сметаны  
печёные каштаны (по 5 шт. на порцию)  
зелень для украшения блюда

Стейки отбить, посолить и поперчить. Разогреть в большой сковороде 1 ст.л. топлёного масла и обжарить стейки с обеих сторон по 2 минуты. В это же время на другой сковороде разогреть оставшееся масло и обжарить вымытые и обсушенные лисички в течение 4—5 минут. Затем добавить к грибам сметану, соль и перец, довести до кипения и снять с огня. Переложить горячие стейки на тарелки, полить сливочно-грибным соусом, в качестве гарнира подать печёные каштаны или жареный картофель. Украсить блюдо свежей зеленью.

*Сопровождение – высококачественное бордо, бароло, бургундское и т. п.*



## ТЕРРИН ИЗ ЛОСЯТИНЫ



*100 г мяса лося  
15 г сушеных белых грибов  
100 г шалота  
2 зубчика чеснока  
1 крупная морковь  
250 мл сухого красного вина (Бержерак и т. п.)  
соль, перец  
лавровый лист, сало с прожилками мяса для формы*

1 кг фарша из лосятины (мясо лося, 5—7 ягод можжевельника, 3 горошины душистого перца, 5—7 горошин черного перца, соль. Мясо пропустить через мясорубку с диском крупного помола, добавить толченые специи и соль, перемешать).

Положить фарш в миску, добавить мелко нарезанные шалот и чеснок, влить красное вино. Положить мясо лося, накрыть и дать промариноваться ночь в холодильнике.

Сушеные белые грибы залить небольшим количеством воды и оставить на ночь. На следующий день соединить фарш с грибами и жидкостью, в которой они настаивались. Маринованное мясо нарезать тонкими ломтиками и тщательно перемешать смесь.

На дно формы для terrina положить 5—7 шт. лаврового листа, затем выложить тонкими ломтиками сала, желательно так, чтобы концы свисали через край посуды. Морковь нарезать соломкой. Выложить часть мясной смеси, положить морковь, затем снова мясную смесь. Повторить так ещё дважды, завершив оставшейся смесью. Всякий раз стараться покрепче придавливать слой мясной смеси к моркови. Завернуть с боков ломти жира и накрыть ими

верх смеси. Последними положить несколько штук лаврового листа. Накрыть крышкой или фольгой. Поставить террин в глубокий противень с горячей водой и готовить в духовке при 170°C около 2 – 2,5 часов. Когда террин будет готов, снять крышку, накрыть доской и придавить грузом в 1 кг. Дать остыть около часа, потом снять груз и слить лишний жир. Поставить в холодильник, чтобы блюдо застыло.

## **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.