



Мясные и рыбные блюда в горшочках



Дарья Костина
Мясные и рыбные
блюда в горшочках
Серия «Быстро, вкусно, просто»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=302172

Мясные и рыбные блюда в горшочках. Сост. Д.Костина: АСТ, ВКТ;

Москва; 2010

ISBN 978-5-17-063765-2, 978-5-226-01677-6

Аннотация

В книге собраны рецепты, с помощью которых вам не составит большого труда приготовить множество вкусных и ароматных блюд. Для широкого круга читателей.

Содержание

Популярные горшочки	4
Первые блюда из мяса и рыбы	7
Щи мясные с овощами	7
Борщ с овощами, ветчиной и сосисками	8
Борщ на мясном бульоне	10
Кулеш со свининой, овощами и гречкой	12
Похлебка с бараниной	13
Суп с телятиной и помидорами	14
Суп с бараниной, горохом и алычой	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Мясные и рыбные блюда в горшочках Составитель Дарья Костина

Популярные горшочки

В горшочках даже самое простое блюдо кажется вкуснее. Не случайно они становятся все популярнее. Горшочки помогают сэкономить время, позволяя при этом получить в результате ароматное и сочное блюдо. Для тех, кто соблюдает обезжиренную диету, они особенно подходят, так как продукты можно готовить вообще без жира, что влияет на их вкус только в лучшую сторону.

Процесс приготовления пищи в горшочках – естественный способ приготовления еды. Стенки глиняного горшочка, медленно и равномерно прогреваясь, создают мягкие условия тепловой обработки – томление, при котором в наиболее полном объеме сохраняются естественные питательные вещества и витамины.

В книге собраны рецепты, с помощью которых вам не составит большого труда приготовить множество вкусных и

ароматных блюд. Ведь достаточно положить в горшочки продукты, закрыть крышкой и поместить в духовку на некоторое время – и вкусное, питательное и полезное блюдо окажется на вашем столе.

Многие хозяйки по достоинству оценили приготовление блюд в горшочках за простоту, оцените и вы!

Правила использования горшочков

- Если горшочек совсем новый и ни разу не использовался, вымочите его в холодной воде один час.
- Прежде чем начать готовить, горшочек подержите минут 15 в холодной воде. Держать глиняный горшочек залитым водой можно до одного часа. Хорошо, если он будет заполнен водой до самых краев, тогда благодаря впитанной им жидкости готовящееся в нем блюдо будет особенно сочным.
- После употребления горшочки моют мыльной водой, а в случае необходимости протирают песком или древесной золой.
- Проволочная мочалка или грубый ершик могут поцарапать горшочек. Поэтому лучше использовать для очищения горшочка мягкую губку.
- Чтобы отмыть от стенок горшочка жир, воспользуйтесь старинным рецептом: наполните горшочек холодной водой, добавьте чуть-чуть уксуса, накройте крышкой, поставьте в холодную духовку и нагрейте, постепенно увеличивая силу огня. Через полчаса выньте посуду, дайте ей остыть, а потом

вымойте с мылом и прополощите.

- Горшочки следует всегда держать открытыми. Накрытые крышкой, они приобретают неприятный тяжелый запах.

- Готовить в глиняной посуде можно только в духовке или в печи, но никак не на конфорках.

- Всегда нужно ставить глиняный горшочек в холодную духовку, постепенно повышая температуру. В уже нагретой он может треснуть.

- По этой же самой причине, вынимая горшочек из печи или духовки, не ставьте его на слишком холодную поверхность. Лучше дать ему слегка остыть на деревянной подставке или разделочной доске.

- Ставьте горшочек на нижнюю полку духовки. Тогда после окончания тушения его легко будет достать.

- Если, взглянув на уже разогретое блюдо, вы обнаружите, что в супе маловато бульона или соус слишком густой, добавьте жидкости, но только горячей, – от холодной стенки горшочка могут дать трещину.

- Вместо глиняных крышек, готовя любые блюда в горшочках, можно использовать крышки из теста, из которых потом получится вкусный хлеб.

- Нельзя мыть горшочки в посудомоечной машине.

Первые блюда из мяса и рыбы

Щи мясные с овощами

• 3 л мясного бульона, 600 г мясного набора, 500 г квашеной капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1–2 луковицы, 50 г топленого сливочного масла, 1 зубчик чеснока.

В мясной набор включают в равных пропорциях отварную говядину и курятину, ветчину, вареную колбасу, по желанию – сосиски.

Приготовить бульон, добавив в него кости от ветчины. Квашеную капусту отжать, положить в казанок или сковороду и тушить до мягкости. Обжарить на сливочном масле мелко нарезанные лук, морковь и корень петрушки.

В глиняный горшок положить мясной набор, нарезанный порционными кусочками, залить процеженным горячим бульоном, добавить капусту, обжаренные овощи, дать вскипеть, заправить чесноком, растертым с ветчинным салом, поставить в духовку и довести щи на слабом огне до готовности в течение 5–10 минут.

Борщ с овощами, ветчиной и сосисками

• *Для бульона: 3 л воды, 200 г говядины, 100 г ветчины, 100 г сосисок, 300 г говяжьих костей, 100 г ветчинных костей, по 1 корню петрушки и сельдерея, 1 луковица.*

Для борща: 3 ст. ложки топленого сливочного масла, 2 свеклы, 300 г свежей капусты, 2 моркови, 1 корень петрушки, 2 луковицы, 2 1/2 ст. ложки томата-пюре, 1 ч. ложка сахара, сметана и соль по вкусу.

Из мяса, ветчины, сосисок и костей сварить бульон. Из готового бульона вынуть мясопродукты и нарезать их на порционные кусочки, а жидкость процедить.

Овощи вымыть и очистить. Капусту тонко нашинковать, морковь, свеклу и корень петрушки нарезать соломкой, лук измельчить. Морковь и лук поджарить с половиной топленого масла. Свеклу стушить до мягкости, добавив корень петрушки, томат-пюре, оставшееся масло и 1/3 стакана горячего бульона.

В огнеупорных глиняных горшочках вскипятить процеженный бульон, опустить в него капусту, довести до кипения, уменьшить огонь и варить до полуготовности. Затем положить туда же тушеную свеклу и обжаренные овощи, проварить 10–15 минут, добавить сахар, соль, еще раз вскипятить и снять с огня.

Перед подачей мясо, ветчину и сосиски, нарезанные кусочками, опустить в борщ, довести до кипения и разлить блюдо по тарелкам. Подавать со сметаной, мясными или грибными пышками.

Борщ на мясном бульоне

• *Для борща:* 1,5 л бульона, 300 г говядины, 600 г свежей капусты, 2 моркови, 5–6 картофелин, 2 ст. ложки смальца или топленого сливочного масла, 1 1/3–2 ст. ложки томата-пюре, 2 луковицы, 3–4 яйца, 5–6 ст. ложек сметаны, 1–2 лавровых листа, 2–3 горошины душистого перца, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки или укропа, соль по вкусу.

Для теста: 2 яйца, 4 ст. ложки воды, 1 стакан пшеничной муки, соль по вкусу.

Сварить бульон. Овощи вымыть и очистить. Капусту и лук тонко нашинковать, картофель нарезать мелкими кубиками, а морковь – соломкой.

На дно керамического горшочка положить кусочек вареного мяса из бульона, залить горячим процеженным бульоном и довести до кипения. Затем добавить картофель, проварить в течение 10 минут, положить капусту, морковь, слегка обжаренные на смальце или сливочном масле лук и томат, накрыть крышкой, поставить в духовку и варить 20–30 минут.

Сметану тщательно перемешать с сырыми яйцами, полученную массу слегка взбить и влить в борщ за 5–10 минут до готовности. Сразу после этого залепить верх горшочка лепешкой из пресного теста, поставить в духовку и запекать,

пока тесто не подрумянится.

С готового борща снять крышку из теста, посыпать его зеленью петрушки или укропа и подать в горшочке, снова прикрыв тестом.

Кулеш со свиной, овощами и гречкой

• *1 л мясного бульона, 400 г свинины, 1 стакан гречневой крупы, 1 морковь, 1 луковица, 2 ст. ложки измельченной зелени петрушки или укропа, 50 г шпика, 2–3 горошины черного перца, соль по вкусу.*

Свинину ополоснуть, нарезать небольшими кусочками, положить в сковороду с кусочками сала, поставить на слабый огонь и, когда сало немного растопится, добавить измельченный лук и морковь. Жарить, часто помешивая, до тех пор, пока не подрумянится лук.

Поджаренное мясо с овощами положить в порционные горшочки, залить процеженным сквозь сито горячим мясным бульоном, заправить раздавленным черным перцем и солью, всыпать промытую и перебранную гречку и довести до кипения. Потом накрыть горшочки крышкой, поставить в слегка разогретую духовку и запекать на слабом огне 1–1,5 часа.

Готовый кулеш посыпать зеленью и подать в горшочках.

Похлебка с бараниной

• 2 л воды, 800 г баранины, 5–6 картофелин, 1/2 стакана пшениной крупы, 2 моркови, 2 луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 1 корень петрушки или сельдерея, 2–3 ст. ложки измельченной зелени петрушки и укропа, соль по вкусу.

Мякоть баранины ополоснуть, нарезать небольшими кубиками, положить в глиняный горшочек, залить холодной водой, добавить измельченный корень петрушки или сельдерея, поставить в разогретую духовку и варить 1–1,5 часа до готовности мяса. Затем мясо вынуть, а бульон процедить.

В это время очистить и нарезать кубиками картофель. Очищенные лук и морковь измельчить и обжарить в разогретом растительном масле.

В горшочки с горячим бульоном положить подготовленные овощи, промытую крупу, отварную баранину и варить до готовности пшена.

Похлебку посолить, заправить рубленой зеленью и подать на стол в горшочке.

Суп с телятиной и помидорами

• 250 г телятины, 2 стакана воды, 1/2–1 стакан кваса, 500 г капусты, 3 картофелины, 2 луковицы, 2–3 помидора, 1 морковь, 1/2 корня петрушки, 1/3 корня сельдерея, 2–3 ст. ложки сметаны, 2–3 зубка чеснока, 1 небольшой пучок петрушки, укропа и чабреца или любистка, 1–2 лавровых листа, 2–3 горошины душистого перца, соль по вкусу.

Капусту очистить от верхних листьев, разрезать пополам, затем нарезать крупными квадратами, выложить на дно глиняного огнеупорного горшка, добавить нарезанный кубиками картофель, измельченный лук, морковь, корни петрушки и сельдерея. Сверху на овощи положить кусок телятины, залить 1–1 1/2 стакана кипятка, плотно закрыть, поставить в разогретую духовку и варить в течение 1–1,5 часа до готовности мяса.

В это время помидоры ополоснуть, опустить на несколько секунд в кипяток, снять кожицу и нарезать небольшими ломтиками. За 10–15 минут до окончания приготовления влить остальной кипяток, добавить помидоры, квас, сметану, соль, перец, лавровый лист и снова поставить в духовку на 10–15 минут.

При подаче на стол суп посыпать измельченной зеленью и толченым чесноком.

Суп с бараниной, горохом и алычой

• 2–2,5 л воды, 400 г баранины, 80 г курдючного или свиного сала, 3 ст. ложки сушеного гороха, 8–10 мелких картофелин, 1 луковица, 1 1/2 ст. ложки томата-пюре или 4–5 помидоров, 7–9 свежих или 4–6 сушеных плодов алычи, 3–4 горошины душистого перца, 1

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.