

# Хозяйке на заметку



Советы бабушки

# Агафьи



# Агафья Тихоновна Звонарева

## Хозяйке на заметку

### Серия «Советы бабушки Агафьи»

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=2376525](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=2376525)  
Хозяйке на заметку: ЗАО «Центрполиграф»; Москва; 2008  
ISBN 978-5-9524-3528-5*

#### **Аннотация**

Если вы совсем увязли в хаосе домашних забот, то эта книга для вас. Она поможет выбрать главные направления и правильно организовать ваш труд, ведь в быту мелочей нет. Вы узнаете, как сделать мелкий ремонт, всегда содержать дом в чистоте, правильно выбрать и сохранить свежие продукты, а также навсегда избавиться от мух, моли и тараканов. Агафья Тихоновна посвятит вас во множество кулинарных тонкостей, благодаря которым ваши блюда станут неповторимы, а еще научит вас делать натуральные и питательные маски, ванночки и компрессы для сохранения вашей красоты.

# Содержание

ТОНКОСТИ КУЛИНАРИИ	4
Проверяем свежесть продуктов	4
Жарка мяса, птицы, рыбы	8
Варка бульонов, супов	14
Конец ознакомительного фрагмента.	19

# **А. Т. Звонарева**

## **Хозяйке на заметку**

### **ТОНКОСТИ КУЛИНАРИИ**

#### **Проверяем свежесть продуктов**

Узнать, доброкачественное ли мясо, можно таким способом: надавите на него пальцем; если образовавшаяся ямка быстро пропадет, значит, оно свежее.

О качестве мяса можно судить и по запаху. Для этого нагрейте вилку или нож и проколите мясо: если оно недоброкачественное, от ножа или вилки будет исходить неприятный запах.

Если прикоснуться пальцем к поверхности мороженого мяса, на ней появляется красное пятно. У повторно замороженного мяса поверхность красная, от прикосновения резко заметного пятна не образуется, жир розовый, а сухожилия окрашены в ярко-красный цвет.

Когда уверенности в абсолютной свежести мяса нет, его лучше варить, а не жарить, поскольку при длительной варке бактерии, которыми оно может быть заражено, гибнут. Поджаривание же не гарантирует полной гибели находящихся в

толще мяса болезнетворных микробов.

Возраст кур определяют по лапкам. У старых кур кожа лапок грубая, желтоватого оттенка, ножки покрыты крупными чешуйками, а у молодых – кожа нежная, белая, с прожилками, ножки мягкие, покрытые мелкими чешуйками. У молодой курицы ярко-красный гребешок, задний палец лапки маленький.

Молодую дичь распознают по тонкой коже под крылышками, а куропадок – по перьям: у молодых птиц перья остроконечные, у старых – закругленные. Если под крылышками заметны зеленоватые или синеватые пятна или перо птицы начинает мокнуть, значит, дичь несвежая.

Для определения свежести рыбы опустите ее в таз с водой – свежая доброкачественная рыба при погружении в воду тонет.

У замороженной доброкачественной рыбы жабры несколько бледнеют и чуть-чуть западают глаза. Если рыба заморожена свежей, при размораживании ее эластичность восстанавливается.



День-два можно сохранить без холодильника мясо, если залить его сырым молоком или завернуть в тряпку, смоченную уксусом.

Вареное мясо лучше сохраняется сухим. Поэтому воду, в которой оно варилось, нужно слить.

Рыба может пролежать несколько дней, не теряя свежести, в корзине с крапивой. Если рыбу разрезать и посыпать снаружи и внутри крупной солью, а потом завернуть в чистую тряпочку, смоченную чуть подслащенным уксусом (из расчета 1–2 кусочка сахара на 0,5 л уксуса), она не испортится при комнатной температуре в течение двух суток.

Икра – кетовая, паюсная, зернистая – долго не высохнет, если в банку с нею сверху налить тонкий слой растительного масла, плотно закупорить ее и поставить в холодильник.

# Жарка мяса, птицы, рыбы

Чтобы тушки птицы, кролика, поросенка покрылись румяной корочкой, их перед обжариванием в духовке нужно смазать сметаной.

Мясо будет нежнее, если его приблизительно за час до обжаривания смазать горчицей.

Пленка с печени снимается гораздо легче, если предварительно опустить ее на 1 минуту в горячую воду.

Печень будет вкуснее, если перед жаркой ее выдержать 2–3 часа в молоке.

Жаркое из говядины приобретет пряный вкус и станет мягче, если мясо перед приготовлением замочить на несколько часов в молоке или смазать горчицей.

Мясо с костью прожаривается быстрее, чем без кости, так как кость проводит тепло и жар легче проникает в мясо.

Печень жарят несоленой, иначе она будет твердой.

Чтобы мясо не потеряло сочности, его солят непосредственно перед тем, как жарить.

Перед жаркой мясо поперчите, смажьте сливочным маслом, а на противень налейте немного воды и 1–2 ст. л. коньяка. Подготовленное таким образом мясо получится особенно сочным, нежным и вкусным.

Мясо, которое жарится в духовке, нужно время от времени поливать горячим бульоном, выделяющимся из мяса

соком или горячей водой (от холодной воды оно становится жестким). Добавьте к соку, который образуется при этом, немного сметаны, и у вас получится прекрасный соус, которым можно при подаче на стол полить гарнир к мясу.

Мясо не пригорит и не станет сухим, если в духовку поставить небольшой сосуд с водой. Выделяющийся пар предохранит мясо от пригорания и высыхания.

Если перед жаркой мясо слегка посыпать сахарной пудрой, на нем образуется вкусная поджаристая корочка.

Перед тем как жарить мясо на открытой сковороде, на плите или в духовке, нужно предварительно поставить сухую сковороду на сильный огонь и бросить в нее несколько кристаллов крупной соли. Как только соль на сковороде начнет подскакивать, можно выкладывать на нее мясо.

Разогретое мясо не будет иметь неприятного привкуса и покажется свежезажаренным, если перед тем, как положить его на сковороду, сбрызнуть холодной кипяченой водой.

При обжаривании мяса, нарезанного порционными кусками, не рекомендуется закрывать посуду крышкой, так как в этом случае пар не улетучивается, а оседает на мясе и придает ему вкус тушеного, а не жареного.

Перед обжариванием мяса на решетке предварительно выдержите его в маринаде, который готовят следующим образом: смешайте 100 г растительного масла (лучше оливкового), 3–4 ст. л. лимонного сока, 1–2 зубчика толченого чеснока, 3–4 ст. л. мелко нарезанной зелени петрушки, лавро-

вый лист. Залив мясо маринадом, закройте посуду крышкой и поставьте на некоторое время в холодильник.

Мясо, которое жарят на решетке, следует посолить или поперчить либо в самом конце жарки либо сразу же после снятия с решетки. Это вызвано тем, что соль делает сырое мясо влажным, а перец, сгорая, теряет аромат, и мясо начинает горчить.

Нельзя переворачивать несколько раз мясо, которое жарят на решетке: его переворачивают на другую сторону только тогда, когда одна сторона уже поджарилась.

Мясо нужно жарить перед подачей к столу. Даже непродолжительное хранение жареного мяса ухудшает его вкус.

Котлеты будут пышнее, если вместо хлеба положить в них «геркулес», перловку или вареный картофель. Крупы обладают хорошей водоудерживающей способностью, к тому же не повышают кислотность изделия, как это происходит, если использовать хлеб.

Перед жаркой шницелей или отбивных котлет нужно удалить из мяса жилки, в противном случае мясо делается бесформенным, изделия свернутся. Кроме того, куски мяса в двух-трех местах по краям нужно немного надрезать.

Шницели и отбивные котлеты получаются более мягкими, если за 1–2 часа до жарки их обмазать смесью уксуса и растительного масла.

Для шницелей используйте лопаточную или филейную часть. Нарезьте мясо тонкими ломтиками поперек, по на-

правлению мышечных волокон. Отбейте шницели деревянным молоточком, натрите с обеих сторон черным молотым перцем, горчицей, опустите в растопленное сливочное масло и поставьте в закрытой посуде в холодильник на 3–4 часа. Затем обжарьте.

Перед тем как запечь цыпленка в духовке или на гриле, смажьте его лимонным соком. Тогда корочка получится хрустящей и ароматной, красивого золотистого оттенка.

Жареный гусь, утка, поросенок покроются хрустящей корочкой, если незадолго до окончания жарки в духовке полить их холодной водой.

Если морскую рыбу сбрызнуть перед жаркой лимонным соком или уксусом, то ее мясо станет более белым, приятным на вкус, специфический запах исчезнет.



Чтобы при жарке рыба не разваливалась, рекомендуется посолить ее за 10–15 минут до жарки.

Перед запеканием рыбы в духовке положите на сковороду под нее полоску пергаментной бумаги (или фольги), сложенной в несколько раз, – с помощью этих полосок легко снять рыбу со сковороды и переложить на блюдо.

Перед запеканием рыбы на решетке посыпьте ее кукурузной мукой, чтобы она не прилипала.

Если перед тем, как жарить рыбу, вы подсолите ее и дадите 10–15 минут полежать, чтобы соль впиталась, рыба не будет крошиться.

Жареная рыба получится особенно вкусной, если перед

жаркой ее подержать в молоке, а затем вывалять в муке и жарить в кипящем растительном масле. Чтобы масло не разбрызгивалось, накройте сковородку опрокинутым дуршлагом.

## Варка бульонов, супов

Если говяжье мясо натереть порошком горчицы и через некоторое время промыть холодной водой, то после варки оно будет более мягким и сочным. Можно также положить его в воду с уксусом и 2 часа дать постоять (из расчета 1 стакан столового уксуса на 1 л воды).

Сырое мясо следует солить непосредственно перед тепловой обработкой, иначе это вызовет выделение мясного сока.

Варите суп в эмалированной посуде, так как в ней лучше сохраняются витамины.

Не забывайте, что сваренный бульон определяет вкус многих блюд, так как бульон – основа не только для супов но и для ряда соусов и заливных.

При варке бульона из баранины нужно предварительно обдать ее кипятком.

Чтобы получить крепкий, питательный бульон, мясо кладут в холодную воду: тогда все питательные вещества из мяса переходят в бульон.

Перед тем как заправить суп яйцом, нужно охладить небольшое количество бульона, смешать его со взбитым предварительно яйцом и, сняв кастрюлю с огня и постоянно помешивая влить в суп тонкой струйкой полученную смесь.

Чтобы бульон получился прозрачным, добавьте в него 2–3 кусочка тщательно вымытой яичной скорлупы, прокипятите

в течение 10 минут и выньте из кастрюли шумовкой.

Рыбный бульон осветляют взбитыми с солью яичными белками.

Бульон из говяжьих, бараньих или свиных костей получается вкуснее, если кости перед варкой подрумянить без добавления жира на противне в духовке.

Чтобы бульон с пельменями получился прозрачным, нужно пельмени вначале опустить в горячую воду и лишь затем переложить их в кипящий бульон.

Сохранять бульон даже в холодильнике можно только процеженным и перелитым в чистую стеклянную банку, в суповую миску или эмалированную посуду.

Чтобы бульон оставался прозрачным, разогревать его следует на слабом огне и снять, как только он начнет закипать. При разогревании крышка кастрюли должна быть закрыта не слишком плотно, чтобы пар мог свободно выходить. Это также предохраняет бульон от помутнения.

Бульон, который предполагается использовать для соуса, заливных блюд или мясного супа, почти не солят.

Жесткое мясо при варке или тушении становится мягким, если к нему добавить немного уксуса.

Отварное мясо, птицу, ветчину, языки для употребления в холодном виде нужно хранить в небольшом количестве бульона, в котором они варились, в закрытой посуде, иначе они станут менее сочными.

Чтобы мясо курицы в бульоне стало мягким, поварив ку-

рицу минут двадцать, выньте ее и опустите на несколько минут в холодную воду, а затем продолжайте варить в кипящем бульоне.

Мясной бульон следует солить за 30 минут до готовности, рыбный – в начале варки, грибной – в конце.

Мясо вкуснее и полезнее, если его варить «с отдыхом». Доведя до кипения и не снимая накипи, варить 5 минут, затем выключить плиту и дать мясу настояться. Затем снова варить 5 минут и снова дать «отдохнуть». Так повторить несколько раз, пока мясо не станет мягким. При такой обработке лучше сохраняется питательная ценность продукта.



Говяжье мясо скорее уваривается, если его отбить деревянным молотком, тяткой и к воде, в которой оно будет вариться, прибавить 2–3 ст. л. уксуса.

Для приготовления бульона мясо следует нарезать небольшими кусками, а кость раздробить.

Чтобы сварить крупную рыбу целиком, застелите кастрюлю большим квадратным куском марли так, чтобы ее края свешивались наружу. По желанию рыбу заливают или водой, или смесью воды и молока в соотношении 1:1. Взавшись за края марли, выньте готовую рыбу из кастрюли и выложите

ее на блюдо.

Рыба считается сваренной, если плавники ее легко отделяются.

Чем дольше варят или жарят кальмаров, тем более жесткими они становятся, Обычно кальмары готовы уже через 3–4 минуты, если с различными приправами или под соусом – то через 10–15 минут, но никак не дольше.

Раки, крабы, креветки, мидии варят только в сильно кипящей подсоленной воде.

# 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.