

СОУСЫ И МАРИНАДЫ

аппетитные
рецепты
для вашего
стола



Советы *бабушки*
Агафьи



Агафья Тихоновна Звонарева
Соусы и маринады. Аппетитные
рецепты для вашего стола
Серия «Советы бабушки Агафьи»

Текст предоставлен правообладателем.

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8485636

*А.Т. Звонарева. Соусы и маринады. Аппетитные рецепты для вашего
стола: ЗАО "Издательство Центрполиграф"; Москва; 2014*

ISBN 978-5-227-05348-0

Аннотация

Маринады и соусы – необходимая составляющая любой кухни. Они придают самым обычным продуктам каждый раз новый вкус и особое звучание. Бабушка Агафья научит вас готовить основные соусы; соусы к мясу, рыбе, овощам и салатам; сладкие соусы; маринады для мяса и птицы; маринады к рыбе, овощам, грибам, фруктам и ягодам. Овладеть искусством приготовления соусов и маринадов необходимо всем, кто любит готовить и желает приятного аппетита своим близким.

Содержание

Предисловие	5
Соусы	8
Основные соусы	8
Соусы к мясу	17
Конец ознакомительного фрагмента.	21

**Агафья Тихоновна
Звоначева
Соусы и маринады.
Аппетитные рецепты
для вашего стола**

© ЗАО «Издательство Центрполиграф», 2014

© Художественное оформление, ЗАО «Издательство
Центрполиграф», 2014

Предисловие

Маринады и соусы – необходимая составляющая любой кухни. Они придают обычным продуктам каждый раз новый вкус и особое звучание.

Соус – это не самостоятельное блюдо, а приправа, без которой не обходится ни один из уважающих себя поваров. Это сложная композиция, состоящая из основы, для приготовления которой используют различные мясные, овощные, рыбные или грибные бульоны, томаты или томатную пасту – для томатных соусов. Соусы придают более сочную консистенцию блюдам и повышают их калорийность.

Для густоты соуса в основу добавляют муку, масло, сметану или сливки, молоко, крахмал. Для того чтобы соус приобрел особенный, неповторимый вкус и аромат, в него добавляют пряности. Их список может быть очень длинным. Наиболее известные из них: перец, гвоздика, корица, ваниль, имбирь, петрушка, укроп, лук, чеснок, эстрагон. Каждый соус имеет свое назначение.

Соусы не только подают к готовым блюдам, но и используют в процессе их приготовления: многие продукты жарят в соусе или запекают под соусом.

В России в пятнадцатом веке пища приправлялась хреном, анисом, солью и другими разнообразными овощными заправками. В настоящее время большое разнообразие со-

усов можно приобрести в приготовленном виде практически в любом магазине. Но у каждой хозяйки есть свои предпочтения и секреты, которые делают ее кухню неповторимой и привлекательной.

Маринование основано на действии кислот. В маринаде можно приготовить различные овощи, грибы, фрукты или ягоды. Маринованные блюда являются отличной закуской и прекрасным дополнением к мясным блюдам или жареной картошечке, их используют для приготовления винегретов и салатов или как самостоятельное блюдо.

Технология, как правило, одна и та же: заранее приготовленные фрукты, овощи или грибы укладываются в простерилизованные стеклянные банки и заливаются горячим маринадом на основе уксуса, растительного масла и различных приправ.

В состав маринадов входит уксус. Качество, а также вкус маринада напрямую зависят от того, какой сорт уксуса применяется. Вкусными считаются маринады, которые готовятся с применением виноградного уксуса или же столового уксуса. В маринад нужно добавить пряные травы, такие как лавр, мускатный орех, лист смородины, гвоздику, корицу.

– Основной маринад: масло растительное, уксус, пряные измельченные травы, дижонская горчица.

– Кисломолочный маринад: йогурт, чеснок, куркума, гвоздика, кардамон и корица.

– Острый маринад: йогурт, кайенский перец, сок лайма

или лимона.

– Соевый маринад: соевый соус, чеснок и китайская смесь из пяти специй.

– Лимонный маринад: лимонный сок, цедра лимона, оливковое масло, свежая мята и орегано. Лимонный сок служит прекрасной альтернативой уксусу, в нем можно мариновать даже достаточно жесткое мясо.

– Русский маринад: в качестве основы для маринада можно использовать обычный квас в сочетании с луком и медом.

Овладеть искусством приготовления соусов и маринадов необходимо всем, кто желает приятного аппетита своим близким.

Соусы

Основные соусы

Красный соус (основной)

Состав: коричневый бульон – 1 л, сливочный маргарин – 50 г, морковь – 80 г, петрушка (корень) – 20 г, репчатый лук – 40 г, пшеничная мука – 50 г, томат-пюре – 200 г, сахарный песок – 20 г.

Сварить коричневый бульон из обжаренных в духовке мясных костей и процедить. 200 г этого бульона слить в отдельную посуду, охладить до 50 °С, всыпать просеянную пассерованную без жира пшеничную муку, охлажденную до 60–70 °С, и размешать венчиком так, чтобы получилась однородная масса без комков. В оставшийся бульон положить пассерованное томат-пюре, пассерованные коренья и лук, нагреть до кипения, затем влить бульон, соединенный с мукой, быстро размешать и, периодически помешивая, варить при слабом кипении в течение часа. По окончании варки добавить сахарный песок. Оставшиеся на сите овощи протереть и соединить с соусом.

Красный соус (основной) используется как основа для приготовления различных производных красных соусов – с луком, грибами, вином, уксусом, горчицей и другими продуктами, приправами и специями.

Белый соус (основной) на мясном бульоне

Состав: мясной бульон – 1,1 кг, мука – 50 г, сливочное масло – 50 г.

Горячую белую пассеровку, непрерывно помешивая, развести процеженным белым бульоном (в отличие от красного, кости для белого бульона не обжаривают в духовке) так, чтобы не образовалось комков. Варить соус 45–50 минут при слабом кипении, часто помешивая лопаткой во избежание пригорания. Готовый соус посолить и процедить.

Белый соус (основной) используют для приготовления производных соусов.

Белый соус (основной) на рыбном бульоне

Состав: рыбный бульон – 1,1 кг, мука – 50 г, масло или сливочный маргарин – 50 г.

Горячую белую пассеровку, приготовленную на масле или маргарине, развести горячим рыбным бульоном, предназначенным для приготовления соуса, и варить 45–50 минут. Го-

товый соус посолить, после чего процедить.

Белый соус (основной) используется для приготовления производных соусов.

Соус белый рыбный с лимонным соком

***Состав:** рыбный бульон – 2 стакана, пшеничная мука – 1 ст. ложка, масло – 3 ст. ложки, репчатый лук – половина головки, петрушка или сельдерей – половина корня, лимонная кислота и соль по вкусу.*

Пшеничную муку обжарить с жиром на слабом огне. Для этого в кастрюлю положить жир и, когда он распустится, смешать его с мукой и обжарить, помешивая, до светло-желтого цвета. Чтобы обеспечить равномерное обжаривание муки, соотношение жира и муки должно составить 1:1. После обжаривания муку охладить до температуры 60 °С и соединить с бульоном. А именно: непрерывно помешивая лопаточкой, небольшими порциями (по столовой ложке) вливать горячий бульон, и каждый раз быстро промешивать до исчезновения комочков. Когда получится масса консистенции густой сметаны, бульон можно уже добавлять несколько большими порциями. Бульон добавлять до тех пор, пока соус не станет однородным, как жидкая сметана. Добавить мелко нарезанные и слегка обжаренные лук, коренья (петрушку, сельдерей). Проваривать соус на слабом огне в течение 30 минут. Если во время проваривания соус становится очень густым,

следует еще добавить бульон.

Затем соус процедить, а овощи протереть через сито, соединить с соусом, добавить по вкусу соль, лимонный сок или лимонную кислоту, довести до кипения, отодвинуть на край плиты. Добавить в соус кусочки сливочного масла и хорошо перемешать. Для этого разливательной ложкой набирать соус и, приподнимая его над кастрюлей на высоту 25 см, тонкой струей выливать его обратно в соус. Такую операцию следует провести 10 раз. При этом масло, распределяясь внутри соуса в виде мельчайших частичек (шариков) жира, придает соусу большую нежность.

Полученный соус применяется как самостоятельный соус для приготовления кулинарных изделий из рыбы и является основой для приготовления ряда производных соусов.

Цвет готового соуса – белый, вкус – кисловатый с запахом кореньев.

Томатный соус (основной) на мясном бульоне

Состав: мясной бульон – 500 г, сливочное масло – 50 г, мука – 25 г, морковь – 40 г, лук – 40 г, петрушка (корень) – 30 г, томат-пюре – 500 г, сахарный песок – 10 г, лимонная кислота, перец горошком, лавровый лист, соль.

Горячую белую пассеровку, приготовленную на сливочном масле, развести бульоном, затем добавить пассерованное с кореньями и луком томат-пюре, сахарный песок, ли-

монную кислоту, перец горошком, лавровый лист, соль и варить 25–30 минут. Соус процедить, нагреть до кипения и заправить маслом. Томатный соус подают к некоторым мясным блюдам; соус, не заправленный сливочным маслом, служит основой для приготовления томатных соусов с различными продуктами, приправами, с вином и без вина.

Томатный соус (основной) на рыбном бульоне

Состав: белый соус (основной) – 500 г, сливочное масло – 25 г, томат-пюре – 500 г или кетчуп – 300 г, репчатый лук – 40 г, морковь – 40 г, петрушка – 30 г, лимонная кислота, сахарный песок – 10 г, молотый красный перец, лавровый лист – 1–2 шт., перец горошком, соль.

В белый рыбный соус (основной) положить томат-пюре или кетчуп, спассерованный с кореньями и луком, лавровый лист, перец горошком и варить при слабом кипении 25–30 минут, периодически помешивая. По окончании варки в соус добавить соль, сахарный песок, молотый красный перец, лимонный сок или лимонную кислоту, после чего соус процедить. Томатный соус (основной) используют для приготовления томатных соусов с вином, овощами, грибами.

Сметанный соус

Состав: сметана – 1 кг, мука – 50 г, сливочное масло – 50 г, молотый перец, соль.

В сметану, нагретую до кипения, добавить белую пассеровку, тщательно размешать, посолить, поперчить и дать вскипеть. Готовый соус процедить. Он используется также для приготовления сметанных соусов с различными наполнителями.

Соус бешамель

Состав: масло сливочное – 20 г, мука – 1 ст. ложка, молоко – 0,25 л, соль, перец белый молотый, орех мускатный.

Масло распустить в течение 1 минуты в стеклянной или керамической посуде. Помешивая, добавить муку и молоко. Соус варить под крышкой 2–3 минуты, один раз перемешать в процессе приготовления. Добавить соль, перец и мускатный орех, еще раз хорошо перемешать и доварить в течение 2 минут под крышкой. Соус бешамель подают к картофельным и овощным блюдам.

Белый голландский соус

Состав: голландский соус – 800 г, белый соус (основной) – 200 г.

В белый соус (основной), приготовленный на мясном бульоне, добавить голландский соус с лимонным соком, хорошо перемешать лопаткой и процедить. Голландский соус используют также для приготовления производных соусов.

Соус-хрен

Состав: тертый хрен – 125 г, 3 %-ный уксус – 6 ст. ложек, сахар – 1 ч. ложка, соль – 0,5 ч. ложки, кипяток – 0,5 стакана.

Натертый хрен заварить кипятком и закрыть крышкой. Когда хрен остынет, добавить по вкусу 3 %-й уксус, соль, сахар.

Майонез домашний

Состав: 185 г растительного масла, 1,5 яичного желтка, 3 ст. ложки уксуса 3 %-го, по 0,5 ч. ложки горчицы, соли, сахара.

В глубокую овальную чашку положить сырые яичные

желтки, соль, сахар, столовую горчицу и растереть деревянной лопаткой или ложкой (не алюминиевой) до получения однородной массы. Затем, непрерывно помешивая, влить тонкой струёй и небольшими порциями подсолнечное рафинированное масло (по 1 чайной ложке). Каждую новую порцию добавлять лишь после того, как предыдущая хорошо соединится с желтками. Когда соус загустеет и будет держаться на лопатке, не стекая, добавить по вкусу столовый уксус или лимонный сок – они придадут соусу не только острый вкус, но и белизну, и более жидкую консистенцию.

Если во время приготовления соуса произойдет отделение масла, так называемое отмасливание, однородную консистенцию следует восстанавливать следующим образом. В отдельную тарелку положить яичный желток, добавить одну четверть чайной ложки горчицы, растереть и понемногу (по столовой ложке), помешивая, добавить расслоившийся майонез. Соус смешивается до получения однородной массы. Таким же способом можно исправить расслоившийся майонез промышленного изготовления.

Соус майонез

Состав для I способа: растительное масло – 750 г, яичные желтки – 6 шт., столовая горчица – 25 г, сахарный песок – 20 г, соль, лимонная кислота; для II способа: растительное масло – 560 г, яичные желтки – 5 шт., столовая

горчица – 20 г, сахарный песок – 20 г, соль, лимонная кислота, белый соус.

I способ. В растертые с солью и сахаром желтки влить понемногу растительное масло, непрерывно помешивая деревянной лопаточкой или веселкой. Когда получится густая однородная масса, влить немного разведенной лимонной кислоты и хорошо размешать.

II способ. Приготовить соус майонез, как это указано ниже, и добавить в него остывший белый соус.

Соусы к мясу

Луковый соус

Состав: красный соус (основной) – 800 г, сливочный маргарин – 45 г, сливочное масло – 30 г, репчатый лук – 300 г, сахарный песок – 5 г, 9 %-й уксус – 75 г, перец горошком, лавровый лист, соль.

Лук мелко шинковать и слегка спассеровать на сливочном маргарине так, чтобы цвет лука не изменился. В пассерованный лук влить уксус, добавить перец горошком, лавровый лист и кипятить 8-10 минут. После этого влить красный соус (основной), добавить сахарный песок, соль и варить 10–15 минут. Заправить соус сливочным маслом. Этот соус можно также готовить с добавлением отвара из шампиньонов. Луковый соус подают к тушеному мясу, мясным биточкам и котлетам; кроме того, под этим соусом запекается мясо.

Луковый соус «Пикантный»

Состав: красный соус (основной) – 800 г, сливочный маргарин – 45 г, сливочное масло – 30 г, репчатый лук – 300 г,

сахарный песок – 5 г, 9 %-й уксус – 75 г, корнишоны – 100 г, кетчуп – 50 г, перец горошком, лавровый лист, соль.

Мелко рубленный репчатый лук спассеровать на сливочном маргарине до полуготовности и, добавив уксус, перец горошком, лавровый лист, кипятить смесь в течение 8-10 минут. Полученную массу соединить с красным соусом (основным), посолить и проварить 10–15 минут при слабом кипении, после чего заправить кетчупом, сахаром, сливочным маслом и добавить рубленые корнишоны. Корнишоны, предварительно нарубленные, можно положить непосредственно перед подачей блюда.

Луковый соус «Пикантный» подают к филе, биточкам и котлетам из рубленого мяса.

Соус с эстрагоном и вином

Состав: *красный соус (основной) – 850 г, сливочное масло – 70 г, сухое белое виноградное вино – 100 г, фюме – 100 г, репчатый лук – 40 г, морковь – 40 г, петрушка и сельдерей – 25 г, листья эстрагона – 40 г, стебли эстрагона, молотый перец.*

Репчатый лук, морковь, петрушку, сельдерей мелко шинковать и спассеровать на масле, затем влить белое сухое виноградное вино, положить стебли эстрагона и уварить вино на одну треть первоначального объема. Эту смесь соединить с красным соусом (основным) и фюме (концентри-

рованный бульон) и варить 25–30 минут. Заправить соус солью, молотым перцем, процедить, добавить листья эстрагона и довести до кипения.

Соус с эстрагоном и вином подают к жареному мясу, натуральным котлетам из телятины, свинины, баранины, филе, лангету, курам, цыплятам и к блюдам из яиц.

Соус с вином и чесноком

Состав: красный соус (основной) – 800 г, кости свиных копченостей – 150 г, красное виноградное вино – 100 г, виноградный уксус – 200 г, зеленый лук – 50 г, сельдерей и петрушка – 60 г, чеснок – 5 г, острый красный перец, перец горошком, соль.

В кастрюлю влить виноградный уксус, добавить дробленые кости свиных копченостей, измельченные петрушку, сельдерей, зеленый лук, чеснок, перец горошком и варить на слабом огне 15–20 минут. Затем влить горячий красный соус (основной) и варить до получения консистенции сливок. После этого соус процедить, влить красное вино, добавить красный перец, соль и вскипятить еще раз.

Соус с вином и чесноком подают к блюдам из дичи и домашней птицы.

Соус с апельсинами «Бигород»

Состав: красный соус (основной) – 800 г, красное виноградное вино – 100 г, апельсины – 200 г, сахарный песок – 20 г, сливочное масло – 70 г, соль.

Красное вино уварить до половины первоначального объема, а затем в него поместить нарезанную в виде мелкой соломки цедру от апельсинов (цедру срезать тонким слоем, нашинковать тонкой соломкой и ошпарить кипятком для удаления горечи). В красный соус (основной) добавить вино с цедрой и варить 10–15 минут. Затем в соус влить апельсиновый сок, положить сахарный песок, соль и заправить сливочным маслом. Перед подачей в соус добавить кусочки апельсина. Этот соус можно приготовить также из мандаринов.

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.