

# Детская кухня

## Вторые блюда



# Илья Валерьевич Мельников

## Детская кухня. Вторые блюда

### Серия «Детская кухня»

*Текст предоставлен автором*  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=3262905](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=3262905)

#### **Аннотация**

Вы хотите научиться готовить, но совсем не знаете, с чего начать? А может быть, вы пригласили друзей и решили угостить их необычным, однако не очень сложным блюдом? Тогда вы не ошиблись, взяв в руки эту книгу: она составлена для того, чтобы научить вас правильно и вкусно готовить. Книга эта годится не только для девочек, но и для мальчиков. Недаром считается, что лучшие в мире повара – мужчины. Итак, знакомство с нашей книгой плюс немного настойчивости, уверенности в себе и фантазии – вот верный рецепт ваших успехов у кухонной плиты!

# Содержание

ЧТО СЕГОДНЯ НА ВТОРОЕ?	4
БЕЛОРУССКИЕ "ЗРАЗЫ" – ВОЖЫКІ (ЕЖИКИ)	6
КОТЛЕТЫ ОБЫКНОВЕННЫЕ	7
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	9
ПЛОВ ИЗ БАРАНИНЫ	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Илья Мельников

## Детская кухня

### Вторые блюда

## ЧТО СЕГОДНЯ НА ВТОРОЕ?

Обеды – это основная еда, и второе блюдо обычно готовят посытнее. Это могут быть мясные или рыбные блюда, что-нибудь из курятины, а также творожные, макаронные запеканки, каши.

Не повторяйте одни и те же продукты. Скажем, суп у вас из крупы, второе блюдо лучше всего приготовить из овощей, а если суп овощной – на гарнир можно сварить кашу или макароны.

Еще одна деталь: не все продукты сочетаются друг с другом. Жареная рыба, например, после молочного супа не годится.

Вы приступаете к приготовлению блюд из мяса, рыбы и птицы. Что надо помнить при этом?

● Если вы размораживаете мясо, не ставьте его в теплое место и не заливайте водой – оно потеряет вкус.

● Вы, конечно, знаете, что для жарения мясо обычно отбивают на доске. Не забудьте смочить доску водой, чтобы

мясо не прилипало.

● всем известно, что мясо и рыбу перед жарением панируют – обваливают в сухарях. Если куски мяса вы сначала смажете взбитым куриным яйцом, при жарке они покроются аппетитной золотистой корочкой.

● Для котлет берите черствый хлеб: от свежего котлеты получаются клейкими.

● Как угадать, сколько соли положить в котлетный фарш? Не все решаются его попробовать. Обычно на килограмм мясного фарша кладут 2 чайные ложки соли.

● Вареное или тушеное мясо готово, когда оно легко отделяется от костей и без усилий прокалывается вилкой.

● Рыба во время жарения не будет прилипать к сковороде, если в жир, на котором вы ее жарите, добавить щепотку соли.

● После разделки рыбы руки и посуда обычно неприятно пахнут. Протрите все раствором уксуса в воде, а потом хорошенько сполосните.

● При чистке рыбы опускайте пальцы в соль, чтобы они не скользили.

● Солите рыбу за полчаса перед жарением, тогда она не разваливается при переворачивании.

● Чтобы проверить, готовы ли котлеты, нажмите на них сверху чайной ложкой. Если выделяется вне розовый (мутный), а прозрачный сок – котлеты готовы.

# БЕЛОРУССКИЕ "ЗРАЗЫ" – ВОЖЫКІ (ЕЖИКИ)

Возьмите:

полстакана риса,

1 столовую ложку сливочного масла,

1 пачку (200 г) мясного фарша,

1 луковицу, 2 столовые ложки жира,

1 столовую ложку муки,

2 чайные ложки соли,

на кончике ножа черного молотого перца,

полстакана сметаны, зелень петрушки, сельдерея.

Готовьте так:

Промойте рис, залейте его в кастрюле стаканом кипятка, добавьте 1 чайную ложку соли и сливочное масло и варите 15 минут на слабом огне. Остудите и смешайте с мясным фаршем, натертой на терке очищенной луковицей, перцем и 1 чайной ложкой соли. Из этой массы сделайте небольшие шарики и обваляйте их в муке. На сковородку положите жир, разогрейте его на огне и поджарьте зразы, чтобы слегка зарумянились. Поджаренные зразы сложите в кастрюлю, влейте полстакана воды и тушите на слабом огне 30 минут. Потом влейте сметану и доведите до кипения, но больше не кипятите. Потушите огонь. Прополощите зелень и мелко порубите ножом, посыпьте ею зразы. Ваши "вожыкі" готовы!

# КОТЛЕТЫ ОБЫКНОВЕННЫЕ

Возьмите:

полкилограмма фарша или мяса,  
3 ломтика черствого белого хлеба,  
2 столовые ложки мелко нарубленной зелени петрушки,  
на кончике ножа черного молотого перца,  
1 чайную ложку соли,  
полстакана панировочных сухарей  
2 столовые ложки жира,  
полстакана молока,  
1 яйцо.

Готовьте так:

Белый хлеб залейте молоком. Очищенную луковицу мелко нарежьте. Промытое и нарезанное кусочками мясо (или фарш) пропустите через мясорубку. Смелите также лук и размокшую в молоке булку. Добавьте яйцо, мелко нарубленную зелень петрушки, перец и 1 чайную ложку соли. Хорошенько вымешайте, добавьте оставшееся молоко. Сделайте из фарша 10 небольших котлет, обваляйте их в сухарях. Поставьте на огонь сковородку, разогрейте на ней половину жира и положите сначала 5 котлет. Когда котлеты зарумянятся, переверните их на другую сторону. Переложите котлеты на тарелку и так же поджарьте остальные. Огонь не должен быть сильным. Котлеты должны жариться около 10 минут. К го-

товым котлетам подайте картофельное пюре или макароны.

# ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Возьмите:

500 г говядины без костей,

3 стакана горячей воды,

2 чайные ложки соли,

5 столовых ложек жира,

3 столовые ложки муки,

1 лавровый листок,

на кончике ножа черного молотого перца.

Готовьте так:

Говядину промойте и нарежьте небольшими кусочками.

Мясо посолите, поперчите. На сковородке разогрейте жир и обжарьте мясо. Переложите мясо в алюминиевую кастрюлю, залейте 2-мя стаканами горячей воды и поставьте на слабый огонь на один час тушиться. На жиру поджарьте муку до золотистого цвета, разведите 1 стаканом горячей воды и этим соусом залейте мясо. Положите в кастрюлю лавровый листок, попробуйте, хватает ли соли. Готовое мясо должно легко протыкаться вилкой, оно должно быть мягким. Гуляш подавайте к картофельному пюре или к отварным макаронам.

# ПЛОВ ИЗ БАРАНИНЫ

Возьмите:

полкилограмма баранины, 2 моркови,

2 стакана риса, 2 луковицы,

2 чайные ложки соли

2 стакана мясного бульона или воды,

100 г сливочного масла,

на кончике ножа черного молотого перца,

2 лавровых листа.

Готовьте так:

промойте мясо и нарежьте его небольшими кусочками, посыпьте солью и перцем и обжарьте на масле на разогретой сковороде до появления румяной корочки. Мясо сложите в гусятницу, залейте мясным бульоном или водой и поставьте тушиться на слабом огне. Пока тушится мясо, мелко нарежьте лук, почистите и потрите на терке морковь. Разогрейте на сковороде масло, поджарьте на нем до золотистого цвета лук, а затем добавьте морковь и потушите минут 15 на слабом огне. Промойте в нескольких водах рис и все это заложите в гусятницу. Перемешайте, если испарился бульон, добавьте полстакана воды, 2 лавровых листика и, закрыв гусятницу крышкой, поставьте на полтора часа в не слишком горячую духовку. Больше плов не мешайте, он будет готов, когда рис станет рассыпчатым и мягким.

# 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.