



**СОУСЫ, КАК ИСКУССТВО:
ТВОРЧЕСКИЕ РЕЦЕПТЫ ДЛЯ
КУЛИНАРНЫХ МАГОВ**

АРХИТЕКТОР ВКУСА

Архитектор Вкуса

**Соусы, как искусство: творческие
рецепты для кулинарных магов**

«Автор»

2023

Вкуса А.

Соусы, как искусство: творческие рецепты для кулинарных магов /
А. Вкуса — «Автор», 2023

Здравствуйте! Я написал книгу "Соусы, как искусство: творческие рецепты для кулинарных магов", которая посвящена разнообразным соусам и их использованию в кулинарии. В этой книге я поделюсь с вами своими лучшими рецептами и секретами приготовления соусов. Вы узнаете о различных видах соусов, их истории и культурных традициях, а также получите советы по их хранению и подаче. Я познакомлю вас с техниками приготовления соусов, которые помогут вам создавать совершенные соусы, и поделюсь с вами несколькими инновационными рецептами, которые могут вдохновить вас на эксперименты в кулинарии. Книга будет полезна как начинающим кулинарам, так и опытным шеф-поварам, которые хотят расширить свой репертуар соусов и узнать больше о тонкостях их приготовления. Я надеюсь, что книга "Соусы, как искусство" будет полезной и вдохновляющей для всех, кто увлекается кулинарией и стремится к совершенству в искусстве приготовления пищи.

© Вкуса А., 2023

© Автор, 2023

Содержание

| | |
|-----------------------------------|----|
| Приветствие | 5 |
| Белый соус | 7 |
| Красный соус | 9 |
| Желтый соус | 10 |
| Соусы к стейку | 12 |
| Соус барбекю | 13 |
| Соус барнез | 15 |
| Соус беарнез | 16 |
| Соус бордолез | 18 |
| Соус Гремолата | 19 |
| Соус грибной | 21 |
| Соус перечный | 22 |
| Соус Таргар | 24 |
| Соус Холландез | 25 |
| Соус Чимичурри | 26 |
| Соусы к рыбе | 27 |
| Соус «Альфредо» | 28 |
| Соус Белый винный | 29 |
| Соус Лосось | 31 |
| Соус «Манго-авокадо» | 33 |
| Соус «Сальса verde» | 35 |
| Соус «Соевый глазурь» | 37 |
| Соус Сырный | 38 |
| Соус унаги | 40 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 42 |

Соусы, как искусство: творческие рецепты для кулинарных магов

Приветствие



Дорогие любители кулинарии, представляем вашему вниманию книгу "Соусы, как искусство: творческие рецепты для кулинарных магов". Эта книга – настоящая находка для тех, кто хочет разнообразить свои блюда и добавить им неповторимый вкус.

В книге вы найдете множество интересных и оригинальных рецептов соусов, которые помогут преобразить даже самые обычные блюда. Авторы поделились своими секретами и приемами, которые позволят вам создать настоящие шедевры кулинарного искусства.

Вы узнаете, как приготовить соусы различной степени остроты, сладости и кислотности, а также как сочетать разные ингредиенты для достижения наилучшего результата. В книге также приведены рекомендации по выбору правильных соусов к определенным блюдам.

Все рецепты просты в приготовлении и доступны для домашней кухни. Автор предлагает не только готовые рецепты, но и дает советы по экспериментированию, чтобы создавать свои уникальные соусы.

И, конечно же, книга "Соусы, как искусство" не могла обойтись без красочных фотографий, которые позволят вам увидеть, как должно выглядеть идеальное сочетание соуса и блюда.

Так что, если вы хотите научиться готовить вкусные и оригинальные соусы, эту книгу нужно прочитать! Доверьтесь своей фантазии и станьте настоящим кулинарным магом!

Основные типы соусов

Белый соус



Белый соус это один из самых универсальных соусов, который может использоваться в самых разных блюдах. Он имеет молочную основу, что делает его кремовым и нежным вкусом. Белый соус может быть использован для запекания блюд, супов, гарниров, пасты, мясных блюд и многих других.

Основой для белого соуса является белый рулетный (пшеничный) мука и молоко, а также масло. Для придания вкуса и аромата могут использоваться различные специи и приправы, такие как мускатный орех, лавровый лист, чеснок, перец и т.д.

Рецепт белого соуса довольно простой. Для его приготовления нужно растопить масло в кастрюле, добавить муку и перемешать до получения однородной массы. Затем медленно добавить молоко, постоянно помешивая, чтобы избежать образования комков. Добавить специи и варить на слабом огне до толщины, необходимой для вашего блюда.

Белый соус может быть дополнен различными ингредиентами в зависимости от рецепта и вкусовых предпочтений. Например, добавление сыра делает соус более насыщенным, а сливки или сметаны – более кремовым и гладким. Важно также помнить, что белый соус лучше использовать сразу после приготовления, так как при хранении он может стать густым и терять вкус.

Красный соус



Красный соус – это соус красного цвета, который может иметь различные вкусовые оттенки, от сладкого до острого. Он обычно используется для добавления вкуса и аромата к мясным и овощным блюдам.

Один из самых известных красных соусов – это томатный соус, который делается из помидоров, часто с добавлением специй и трав. Томатный соус отлично подходит для пасты, пиццы и многих других итальянских блюд.

Еще одним известным красным соусом является соус с хреном, который обычно подается к мясным блюдам. Он делается из тертого корня хрена, с добавлением уксуса и сахара.

Кроме того, существует множество других красных соусов, таких как соусы на основе красного перца, соусы на основе ягод и фруктов, и даже соусы на основе красного вина. Выбор красного соуса зависит от вкусовых предпочтений и типа блюда, к которому он будет подан.

Желтый соус



Желтый соус это категория соусов, которые имеют желтый цвет и могут быть приготовлены из различных ингредиентов. Они могут быть сладкими, кислыми или острыми, и использоваться как добавки для закусок, а также как соусы для салатов, мяса и пасты.

Один из самых популярных желтых соусов – это горчичный соус. Он может быть приготовлен из обычной горчицы, меда, уксуса, майонеза, сметаны, специй и трав. Он имеет острый вкус с нотами сладости и кислоты, и отлично сочетается с мясом, рыбой и овощами.

Еще один известный желтый соус – это соус Холландез. Этот соус густой и кремообразный, и часто используется в блюдах, таких как Eggs Benedict. Он приготавливается из желтков яиц, сливочного масла, лимонного сока и специй, и имеет нежный вкус с нотами кислоты и масла.

Другие примеры желтых соусов включают медово-горчичный соус, соус Цезарь, соус из индийского масла, соус из манго и меда, соус из имбиря и лимона и многие другие. Каждый

из них имеет свой уникальный вкус и может быть использован для приготовления широкого спектра блюд.

Соусы к стейку



Соус барбекю



Соус барбекю: этот соус обладает сладковатым вкусом и ароматом, который хорошо сочетается со стейком. Он можно приготовить из кетчупа, горчицы, меда, соевого соуса и пряностей.

Ингредиенты:

Кетчуп – 1 стакан

Соевый соус – 1/4 стакана

Яблочный уксус – 1/4 стакана

Мед – 2 столовые ложки

Чеснок – 3 зубчика, измельченные

Специи (паприка, черный перец, кайенский перец) – по вкусу

Соль – по вкусу

Приготовление:

Смешайте кетчуп, соевый соус, яблочный уксус, мед и чеснок в кастрюле с толстым дном. Добавьте специи по вкусу и посолите соус.

Поставьте кастрюлю на средний огонь и доведите содержимое до кипения, постоянно помешивая.

Понижьте огонь и продолжайте варить соус на небольшом огне, помешивая время от времени, в течение 15-20 минут, пока он не загустеет.

Готовый соус можно наносить на стейки, курицу, ребрышки и другие блюда, готовые на гриле или в духовке.

Соус барнез

Соус барнез: это соус на основе желтков, сливок и зеленых трав. Он обладает свежим вкусом и ароматом, который хорошо сочетается со стейком.

Ингредиенты:

Желтки – 3 штуки

Лук – 1/4 штуки, мелко нарезанный

Уксус – 3 столовые ложки

Соль – 1/2 чайной ложки

Масло – 1 стакан

Приготовление:

В блендере смешайте желтки, мелко нарезанный лук, уксус и соль.

Включите блендер на средней скорости и постепенно добавляйте масло в тонкой струйке.

Продолжайте взбивать соус до тех пор, пока он не станет густым и однородным.

Готовый соус барнез можно подавать к мясным или рыбным блюдам.

При желании можно экспериментировать и добавлять в соус другие специи или травы, чтобы придать ему более яркий вкус и аромат.

Соус бешамель



Соус Бешамель – это классический французский соус, который обычно подают с говядиной, стейком или рыбой.

Ингредиенты:

- 3 желтка яиц
- 1/4 чашки белого вина
- 1/4 чашки белого винного уксуса
- 1 столовая ложка тертого лука
- 1 столовая ложка зеленого лука (тонко нарезанного)
- 1 столовая ложка свежей тертой зелени
- 1 столовая ложка свежего укропа (тонко нарезанного)

1/2 чашки сливочного масла
1/2 чашки оливкового масла
соль и перец по вкусу

Приготовление:

В миске взбейте желтки до однородной массы.

Добавьте белое вино, белый винный уксус и тертый лук. Взбивайте, пока все ингредиенты не соединятся.

Разместите миску над кастрюлей с кипящей водой, не давая ей касаться дна. Постоянно помешивая, взбивайте яичную смесь до тех пор, пока она не станет густой и образует след на поверхности, когда вы рисуете по ней ложкой.

Снимите миску с кастрюли и постепенно добавляйте в яичную смесь сливочное и оливковое масла, продолжая взбивать, пока соус не станет густым и кремообразным.

Добавьте зеленый лук, тертую зелень и укроп. Тщательно перемешайте, посолите и поперчите по вкусу.

Соус Беарнез готов! Он идеально подходит для заправки говядины или рыбы и придает блюду настоящий французский шик.

Соус бордолез

Соус бордолез это классический соус французской кухни, который идеально сочетается с красным мясом, особенно со стейком.

Ингредиенты:

- 1 бутылка красного вина (750 мл)
- 1 луковица, мелко нарезанная
- 2 морковки, мелко нарезанные
- 2 зубчика чеснока, мелко нарезанные
- 2 стебля сельдерея, мелко нарезанные
- 1 веточка свежего тимьяна
- 1 лавровый лист
- 5 черных перцевых горошков
- 2 столовые ложки масла
- 2 столовые ложки муки
- 500 мл говяжьего бульона
- соль и свежемолотый черный перец по вкусу

Приготовление:

Разогрейте масло в большой кастрюле на среднем огне.

Добавьте лук, морковь, чеснок и сельдерей. Приготовьте их, помешивая, около 5-7 минут, пока овощи не станут мягкими.

Добавьте муку и перемешайте. Приготовьте на среднем огне, помешивая, около 5 минут.

Добавьте вино, тимьян, лавровый лист и перец. Подождите, пока смесь закипит, затем снизьте огонь и варите около 20 минут.

Добавьте говяжий бульон и варите еще 30 минут на среднем огне. Уберите тимьян, лавровый лист и перец.

Оставьте соус на огне еще на 10-15 минут, чтобы он загустел и стал более насыщенным. Попробуйте и приправьте солью и перцем по вкусу.

Перелейте соус через мелкое сито, чтобы убрать оставшиеся овощи, и подавайте со стейком.

Ваш соус бордолез готов!

Соус Гремолата



Соус Гремолата это традиционный итальянский соус, который обычно подают к мясным и рыбным блюдам, а также к овощам и пасте.

Ингредиенты:

- 2 столовые ложки свежей петрушки (нарезанной)
- 1 столовая ложка свежего розмарина (нарезанного)
- 1 столовая ложка свежего тимьяна (нарезанного)
- 2 зубчика чеснока (измельченные)
- цедра 1 лимона
- 1/4 чашки оливкового масла
- соль и перец по вкусу

Приготовление:

В большой миске смешайте нарезанную петрушку, розмарин, тимьян, измельченный чеснок и цедру лимона.

Добавьте оливковое масло и хорошо перемешайте, пока все ингредиенты не смешаются. Посолите и поперчите соус по вкусу.

Соус Гремолата готов! Его можно использовать для заправки мясных и рыбных блюд, добавления в супы и соусы или использования как маринад. Он придает блюдам яркий цитрусовый вкус и аромат и сделает их более изысканными.

Соус грибной

Соус грибной: грибы хорошо сочетаются со стейком и придают ему дополнительный аромат. Грибной соус можно приготовить из шампиньонов, лука, сливок и специй.

Ингредиенты:

Шампиньоны (нарезанные) – 450 г
Лук (нарезанный) – 1 средняя головка
Чеснок (измельченный) – 2 зубчика
Сливочное масло – 4 столовые ложки
Мука – 4 столовые ложки
Куриный бульон – 2 стакана
Сливки – 1 стакан
Соль и перец – по вкусу

Приготовление:

Растопите сливочное масло на среднем огне в большой сковороде.
Добавьте лук и обжаривайте, пока он не станет прозрачным.
Добавьте грибы и чеснок, и продолжайте жарить, пока грибы не станут мягкими.
Посыпьте муку и тщательно перемешайте. Доведите до кипения, постоянно помешивая.
Влейте куриный бульон и сливки. Перемешивайте, пока соус не загустеет.
Посолите и поперчите по вкусу.

Готовый грибной соус можно подавать горячим, как добавку к мясу или другим блюдам.

Соус перечный



Соус перечный: этот соус обладает остротой и хорошо сочетается со стейком. Его можно приготовить из молотого черного перца, масла и сливок.

Ингредиенты:

Сливки – 1 стакан

Соль – 1/4 чайной ложки

Свежемолотый черный перец – 1/4 чайной ложки

Масло – 1 столовая ложка

Приготовление:

В сотейник или сковороду на среднем огне добавьте сливки.
Постепенно добавляйте соль и черный перец, постоянно помешивая.
Доведите смесь до кипения, затем снизьте огонь и варите соус 5-7 минут, постоянно помешивая.

После того, как соус загустеет, добавьте масло и перемешайте.
Готовый перечный соус можно подать горячим, как приправу к мясу.

При желании можно экспериментировать и добавлять в соус другие специи или травы, чтобы придать ему более яркий вкус и аромат.

Соус Тартар

Соус Тартар – это классический французский соус, который отлично сочетается с мясными блюдами, рыбой, морепродуктами и овощами.

Ингредиенты:

- 1 столовая ложка каперсов (измельченных)
- 2 столовые ложки маринованных огурчиков (измельченных)
- 1 столовая ложка лука-шалота (измельченного)
- 2 столовые ложки свежей петрушки (нарезанной)
- 1 чайная ложка горчицы
- 1 чайная ложка уксуса
- 1 яичный желток
- 1/2 чашки оливкового масла
- соль и перец по вкусу

Приготовление:

В большой миске смешайте измельченные каперсы, маринованные огурчики, измельченный лук-шалот, нарезанную петрушку, горчицу и уксус.

Добавьте яичный желток и хорошо перемешайте.

Постепенно добавляйте оливковое масло, постоянно взбивая соус до тех пор, пока он не станет густым и однородным.

Посолите и поперчите соус по вкусу

Соус Тартар готов! Его можно использовать как гарнир к мясным и рыбным блюдам, добавлять в салаты и запеканки, а также подавать с овощами и печеньем. Он придает блюдам более насыщенный вкус и аромат и делает их более интересными.

Соус Холландез

Соус Холландез: это белый соус, который используется для заправки блюд из яиц, таких как бенедиктинские яйца, и некоторых блюд из рыбы или овощей.

Ингредиенты:

- 3 желтка
- 1 столовая ложка лимонного сока
- 1/2 чайной ложки соли
- 1/4 чайной ложки перца
- 8 столовых ложек сливочного масла, разделенных на кусочки
- 2 столовых ложки горячей воды

Приготовление:

В миске взбейте желтки, лимонный сок, соль и перец до гладкости.

Разместите миску над кастрюлей с кипящей водой, но не дайте дну миски касаться воды.

Постоянно помешивая, взбивайте яичную смесь до тех пор, пока она не станет густой и образует след на поверхности, когда вы рисуете по ней ложкой.

Снимите миску с кастрюли и постепенно добавляйте в яичную смесь масло, по кусочку, продолжая взбивать, пока соус не станет густым и кремообразным.

Если соус получился слишком густым, добавьте немного горячей воды, чтобы разбавить его до нужной консистенции.

Попробуйте соус и, если нужно, добавьте еще соль и перец по вкусу.

Соус Холландез готов! Он идеально подходит для заправки бенедиктинских яиц, а также других блюд из яиц, рыбы или овощей.

Соус Чимичурри

Соус Чимичурри это традиционный соус из Южной Америки, который обычно подают к жареному мясу.

Ингредиенты:

- 1 крупный свежий пучок петрушки (без стеблей)
- 3 зубчика чеснока
- 1 красный перец чили (без семян и стеблей)
- 2 столовые ложки свежего лимонного сока
- 2 столовые ложки красного винного уксуса
- 1 чайная ложка молотого кумина
- 1 чайная ложка молотой орегано
- 1/2 чашки оливкового масла
- соль и перец по вкусу

Приготовление:

Нарежьте петрушку, чеснок и красный перец чили и поместите их в миску.

Добавьте свежий лимонный сок, красный винный уксус, молотый кумин и молотый орегано. Тщательно перемешайте все ингредиенты.

Постепенно добавляйте оливковое масло, постоянно помешивая, пока соус не станет густым и однородным.

Посолите и поперчите соус по вкусу.

Соус Чимичурри готов! Его можно использовать как маринад для мяса или как заправку для салатов. Он добавляет блюду пикантный вкус и аромат и станет отличным дополнением к вашему следующему барбекю.

Соусы к рыбе



Соус «Альфредо»

Соус «Альфредо» это густой, кремовый соус с нежным вкусом сливочного масла и пармезана. Он идеально подходит для приготовления пасты, куриного мяса и рыбы.

Ингредиенты:

1/2 стакана сливок
1/4 стакана тертого пармезана
1/4 стакана тертого романо
1 столовая ложка масла
1 зубчик чеснока, измельченный
1/4 чайной ложки черного перца

Приготовление:

В кастрюле среднего размера соедините сливки, пармезан, романо, масло и чеснок. Разогрейте на среднем огне, постоянно помешивая, до тех пор, пока соус не станет гладким и густым, примерно 5-7 минут.

Добавьте черный перец и перемешайте.

Подавайте соус с жареной рыбой.

Приятного аппетита!

Соус Белый винный



Соус Белого винного это легкий и ароматный соус, который прекрасно сочетается с блюдами из морепродуктов, птицы и овощей.

Ингредиенты:

- 1 стакан белого вина
- 1 стакан куриного бульона
- 1 луковица
- 1 зубчик чеснока
- 2 ст. ложки муки
- 3 ст. ложки сливочного масла
- Соль и свежемолотый перец по вкусу

Приготовление:

Разогрейте сотейник на среднем огне. Добавьте мелко нарезанный лук и чеснок. Обжаривайте, пока лук не станет прозрачным.

Добавьте белое вино и куриный бульон в сотейник, доведите до кипения и уменьшите огонь до минимума.

В отдельной кастрюле растопите сливочное масло на среднем огне. Добавьте муку и взбивайте смесь до гладкой текстуры.

Немного по чуть-чуть добавляйте горячую смесь из вина и бульона к масляной смеси, постоянно взбивая.

Продолжайте добавлять жидкость и взбивать, пока соус не станет густым и гладким. Снимите с огня.

Добавьте соль и перец по вкусу.

Белый винный соус придаст блюду особый шарм и изысканность, а также дополнительный слой вкуса и аромата. Приятного аппетита!

Соус Лосось



Соус «Лосось» – это классический соус, который идеально подходит для блюд из лосося, таких как запеченный лосось или гриль.

Ингредиенты:

- 1 стакан сметаны
- 2 столовые ложки горчицы
- 2 столовые ложки меда
- 2 столовые ложки соевого соуса
- 1 столовая ложка лимонного сока
- 1/4 чайной ложки кайенского перца
- 1/4 чайной ложки чеснока в порошке

1/4 чайной ложки куркумы
1/4 чайной ложки молотой паприки
соль и перец по вкусу

Приготовление:

В миске смешайте сметану, горчицу, мед, соевый соус, лимонный сок, кайенский перец, чеснок в порошке, куркуму и молотую паприку. Хорошо перемешайте, чтобы все ингредиенты были равномерно распределены.

Добавьте соль и перец по вкусу. Перемешайте еще раз.

Готово! Подайте соус вместе с блюдом из лосося.

Этот соус не только вкусный, но и питательный. Сметана содержит белки и кальций, а лосось – незаменимые жирные кислоты и витамин D. Приятного аппетита!

Соус «Манго-авокадо»



Сегодня я представляю вам соус, который поднимет вашу рыбную кухню на новый уровень – «Манго-авокадо».

Этот соус, сделанный из спелых манго и кремового авокадо, обладает нежным вкусом и ароматом. Он идеально сочетается с рыбой и морепродуктами, добавляя им свежести и экзотики.

Ингредиенты:

- 1 спелое манго;
- 1 кремовый авокадо;
- 1/4 красного лука;
- 1 зеленый перец чили;

1 столовая ложка свежавыжатого лимонного сока;
1 столовая ложка оливкового масла;
соль и перец по вкусу.

Приготовление:

Нарежьте манго и авокадо кубиками, нарежьте красный лук и зеленый перец чили.
В блендере смешайте манго, авокадо, красный лук и зеленый перец чили до получения гладкой массы.

Добавьте лимонный сок и оливковое масло, посолите и поперчите по вкусу.

Еще раз все хорошо перемешайте и соус «Манго-авокадо» готов!

Этот соус отлично сочетается с рыбой, особенно с гриль-рыбой или рыбой на пару. Попробуйте добавить его к креветкам или кальмарам для придания блюду особой пикантности и свежести.

Будьте уверены, что соус «Манго-авокадо» станет главным героем вашего рыбного стола!

Соус «Сальса верде»



Классический мексиканский соус "Сальса верде" – это яркий и ароматный соус, который подходит к многим блюдам и может быть использован как соус для чипсов, маринад, или даже дип-соус. Этот соус обычно приготавливается из зеленых томатов, лука, чеснока, острого перца хлюпанье, кинзы, и лайма, которые вкусно сочетаются друг с другом и создают сложный и интересный вкус.

«Сальса верде» можно использовать в качестве приправы к мексиканской кухне, такой как тамали, энчилады, буррито, или к любому другому блюду, которое нуждается в остроте и освежающем вкусе. Он также отлично подходит к рыбе, курице, свинине или говядине.

Если вы ищете соус, который добавит вам пикантность и аромат, то «Сальса верде» идеально подойдет для вас! Давайте приготовим его вместе!

Ингредиенты:

1 красный лук
1 зубчик чеснока
1 стебель петрушки
1 стебель кинзы
1 стебель мяты
1 стебель базилика
2 ст.л. оливкового масла
1 ст.л. лимонного сока
соль и перец по вкусу

Приготовление:

Очистите и мелко нарежьте лук и чеснок. Переложите в миску.
Мелко нарежьте петрушку, кинзу, мяту и базилик. Добавьте в миску с луком и чесноком.
Добавьте оливковое масло и лимонный сок. Посолите и поперчите по вкусу.
Хорошо перемешайте, чтобы все ингредиенты соединились.

Готово! «Сальса верде» готова к употреблению. Она отлично подойдет к рыбным блюдам или в качестве добавки для овощей.

Приятного аппетита!

Соус «Соевый глазурь»

Соевый глазурь – это яркий соус, который обычно используется для запекания мяса или рыбы.

Ингредиенты:

1/2 чашки соевого соуса
1/2 чашки коричневого сахара
1/4 чашки меда
1/4 чашки рисового уксуса
2 зубчика чеснока, измельченные
1 столовая ложка крахмала

Приготовление:

В миске смешайте соевый соус, коричневый сахар, мед, рисовый уксус и чеснок. Тщательно перемешайте, чтобы все ингредиенты хорошо соединились.

Перелейте смесь в маленькую кастрюлю и нагрейте на среднем огне.

В отдельной миске разведите крахмал в небольшом количестве воды и добавьте в кастрюлю со соусом.

Постоянно помешивая, доведите соус до кипения и варите на среднем огне, пока он не загустеет и не приобретет консистенцию глазури.

Готовый соус можно использовать для запекания мяса или рыбы.

Приятного аппетита!

Соус Сырный



Соус Сырный – это богатый и ароматный соус, который идеально подходит для многих блюд. Он обладает глубоким сырным вкусом и кремовой текстурой, которая прекрасно сочетается с многими ингредиентами, такими как паста, овощи, картофель и мясо. Это простой и быстрый рецепт, который можно приготовить дома всего за несколько минут. Соус Сырный – отличный выбор для тех, кто ищет что-то быстрое, легкое и вкусное!

Ингредиенты:

50 гр сливочного масла

2 столовые ложки муки

500 мл молока

150 гр тертого сыра (можно использовать любой сыр на ваш вкус)

соль и перец по вкусу

Приготовление:

Растопите сливочное масло в кастрюле на среднем огне.

Посыпьте муку в кастрюлю и быстро перемешайте, чтобы избежать комков. Готовьте смесь муки и масла, помешивая, 1-2 минуты, чтобы образовалась рú, то есть загустелая смесь из муки и жира.

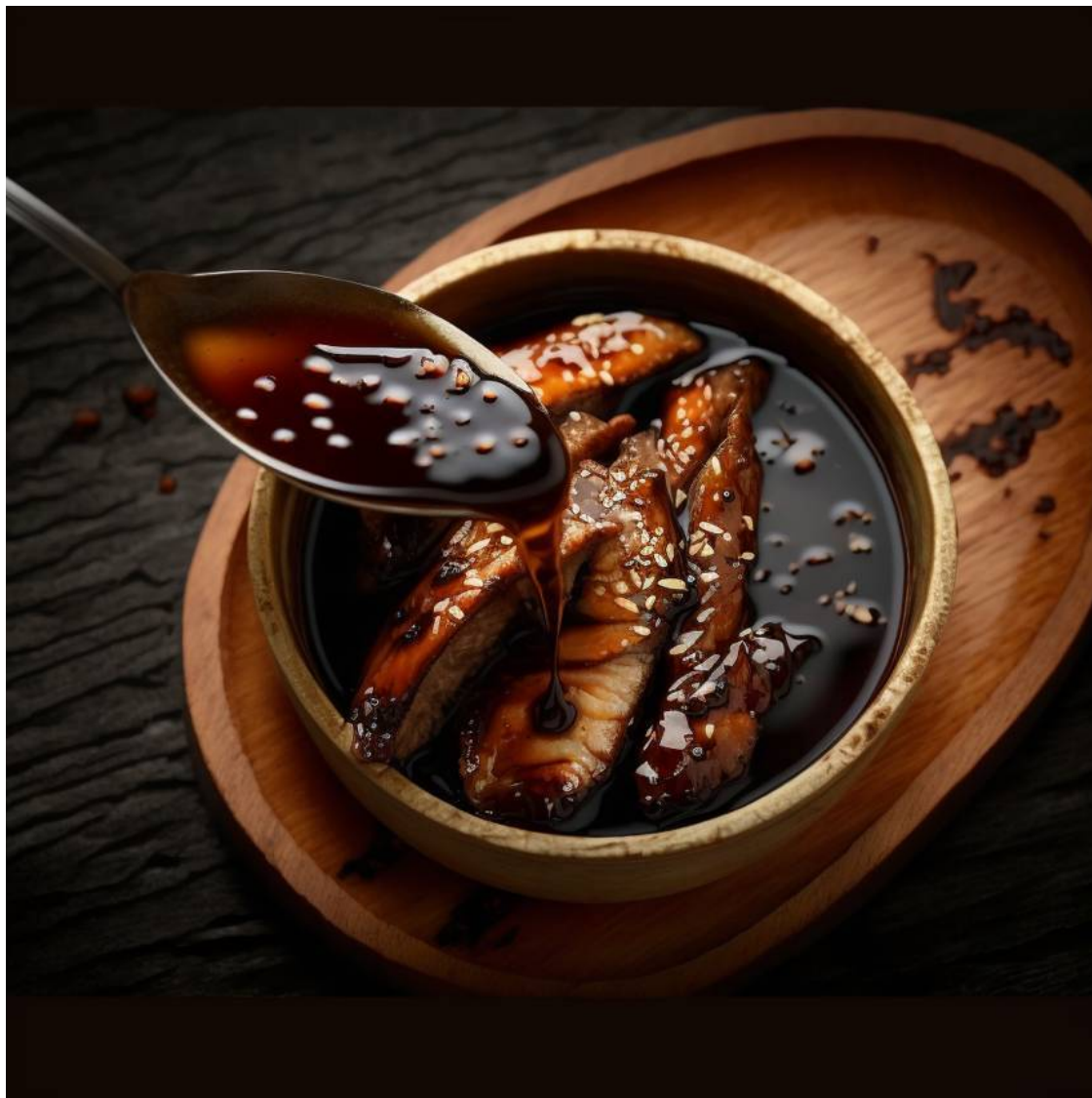
Постепенно добавьте молоко, продолжая помешивать, чтобы избежать образования комков. Доведите смесь до кипения, постоянно помешивая.

Уменьшите огонь и добавьте тертый сыр. Постоянно помешивая, дайте сыру растопиться и соединиться с молочным соусом.

Добавьте соль и перец по вкусу, перемешайте и снимите с огня.

Соус Сырный готов! Он отлично подходит для пасты, картофеля, овощей и многих других блюд. Приятного аппетита!

Соус унаги



Соус унаги – это традиционный японский соус, который используется для глазурирования угря или угревого ролла. Он имеет богатый сладкий вкус с легкой горчинкой и приятной консистенцией. Соус унаги также может использоваться как дип для роллов и суши.

Ингредиенты:

- 1 чашка кефира
- 1/2 чашки меда
- 1/4 чашки соевого соуса
- 2 столовые ложки рисового уксуса
- 1/2 чайной ложки молотого имбиря
- 1/2 чайной ложки молотого чеснока

1 столовая ложка кукурузного крахмала
1/4 чашки воды

Приготовление:

В сотейнике смешайте кефир, мед, соевый соус, рисовый уксус, молотый имбирь и молотый чеснок.

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.