

БЛЮДА НА ГРИЛЕ И МАНГАЛЕ

МОЯ
КУЛИНАРНАЯ
КНИГА



Книга-подарок
для каждой настоящей женщины

Сергей Павлович Кашин
Блюда на гриле и мангале
Серия «Слишком полезно не бывает!»

Текст предоставлен правообладателем.

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6666067

Блюда на гриле и мангале / [сост. С. П. Кашин]. : РИПОЛ классик;

Москва; 2012

ISBN 9785386111335

Аннотация

Когда на дворе тёплые и солнечные дни, трудно противиться естественному желанию вырваться из города, насладиться хорошей погодой, отдохнуть в компании близких на природе. Но какой же отдых без шашлыка, хрустящей курочки, сочной и нежной рыбки и других наивкуснейших блюд?

В нашей книге собрана коллекция разнообразных рецептов приготовления отменных блюд на мангале и гриле, и мы уверены, что среди них каждый читатель обязательно найдёт "тот самый" шашлык, который станет его любимым!

Содержание

Предисловие	4
Шашлык	4
Гриль	8
Шашлык из мяса	17
Шашлык из баранины	18
Шашлык из баранины по-кавказски	18
Шашлык по-карски	19
Шашлык из баранины с луком и помидорами	21
Шашлык из баранины с чесноком, луком и зеленью	23
Шашлык из баранины с помидорами	24
Шашлык из баранины с цукини	25
Шашлык из баранины с водкой	26
Шашлык из баранины с гранатовым соком	28
Шашлык из баранины с минеральной водой или томатным соком	29
Конец ознакомительного фрагмента.	30

Блюда на гриле и мангале

Составитель Кашин С. П

Предисловие

Шашлык

Рецепт шашлыка у каждого свой, иногда его, подобно фамильной драгоценности, передают из поколения в поколение. Главное здесь – хорошее мясо и маринад. Кто-то маринует в кефире, кто-то – в уксусе, а кто-то – в вине. Все это прекрасно, но все же это еще далеко не шашлык.

Конечно, самым популярным способом приготовления блюд из мяса на природе в России является жаровня. Чтобы шашлык получился на славу, а ваши гости восхитились вашим мастерством повара, понадобится хорошая жаровня.

Согласно словарю Даля, мангал – это жаровня на Кавказе и в Персии. Само это слово было заимствовано из арабского языка. Впрочем, мангал давно уже преодолел обозначенные географические рамки.

Можно, разумеется, настрогать шампуры из веточек, сложить подобие очага из кирпичей у огня... Но, во-первых, в лесу или на берегу реки порой довольно трудно найти необ-

ходимые материалы, а во-вторых, это вообще не наш способ, уж если готовить шашлык, то по всем правилам – на хорошем, «правильном» мангале. Но каким он должен быть?

Сегодня весьма популярны складные или сборно-разборные мангалы, состоящие из тонких стальных листов. Однако такие жаровни нельзя назвать оптимальными. Дело в том, что они плохо держат тепло, и в них быстро прогорают дрова, да и угли в таких мангалах прогорают быстро. По этой причине в процессе приготовления, как правило, приходится создавать дополнительную тягу импровизированным опахалом для того, чтобы угли не потухли. Но вот мясу на шампурах от этого будет только хуже: с одной стороны оно может сильно обуглиться, а с другой получится сухим.

Прежде чем применять даже такое, казалось бы, простое устройство, как мангал, стоит прочитать прилагаемую инструкцию.

Необходимо учитывать, что в большинстве складных или сборно-разборных мангалов импортного производства в принципе нельзя жечь дрова. В этом случае вам понадобятся специальные угли, которые в настоящее время можно приобрести практически в любом супермаркете. Нарушение данного правила грозит выходом мангала из строя, поскольку его стенки могут деформироваться. Более того, есть жаровни, в которых нельзя разжигать даже магазинный уголь, его следует класть уже разогретым. Чтобы не делать это где-нибудь на земле, а потом не засыпать угли в мангал лопатой,

используют так называемый стартер – специальную кружку емкостью 3–5 л с удобной ручкой.

Некоторые отечественные производители мангалов утверждают, что их продукция позволяет использовать дрова. Но все же лучше не рисковать и ограничиться розжигом уже готовых углей, и тогда мангал прослужит вам дольше.

Кроме того, у сборно-разборного мангала есть еще один минус – его относительная ненадежность. Например, если установить его не на твердую и ровную поверхность, то он может просто развалиться в процессе приготовления шашлыка. Такое случается нечасто, но риск этого существует. Согласитесь, довольно неприятно лишиться ароматного, уже практически готового шашлыка, сэкономив на мангале.

В общем, складные и сборно-разборные разновидности – не самый лучший выбор. Однако у них есть два преимущества: они недороги и очень удобны при транспортировке.

Кроме того, бывают одноразовые мангалы, которые в последнее время стали очень популярными в Европе. Их можно купить даже на заправочной станции по пути к месту отдыха.

Одноразовый мангал представляет собой запаянный лоток из алюминиевой фольги. Его вес может зачастую не превышает 500 г (в зависимости от размера). В нем есть все, что может понадобиться для приготовления шашлыка: уголь, тонкая металлическая решетка и подставка из проволоки. В прилагающейся к нему инструкции указано, как правильно

устанавливать и разжигать такой мангал.

Обычно время работы, на которое рассчитаны подобные устройства, составляет 1–1,5 часа. Этого вполне достаточно для приготовления шашлыка из 4–5 кг мяса.

Конечно, такие «игрушечные» жаровни рассчитаны в большей степени на сосиски или куриные крылышки. Настоящий ароматный сочный шашлык на таком мангале приготовить довольно сложно.

Гриль

Во многих европейских странах есть одна очень верная примета наступления лета: на лужайках перед домами и даже на балконах появляются грили, на которых, аппетитно шипя, запекаются мясо, рыба, сосиски и т. д.

Последнее время данный способ приготовления блюд на открытом воздухе стал весьма популярным и в России, особенно среди владельцев загородных домов и участков.

Искусство приготовления продуктов на гриле берет свое начало с древних времен, когда первобытные люди научились нанизывать добычу на прут и готовить пищу над костром. Эта простая кулинарная техника дошла до наших дней.

Что же представляет собой гриль? В основном это переносная или стационарная установка, предназначенная для приготовления блюд на углях или жару. Кроме того, продаются газовые плиты и микроволновые печи с функцией «гриль». Вообще, данный термин подразумевает приготовление пищи над источником тепла. От обычного жаренья на сковороде гриль отличается тем, что не требует использования какой-либо посуды: чаще всего блюда готовятся на решетке. В качестве источников жара используются угли или керамические брикеты, которые подогреваются с помощью газовой горелки. Это делается для того, чтобы избежать

непосредственного воздействия огня на продукты, поскольку они могут быстро обгореть. Именно по этой причине мясо, запеченное таким способом, обладает характерным насыщенным ароматом и плотной, хрустящей корочкой.

Пища, приготовленная на гриле, считается более полезной, чем обжаренная на сковороде. Так, мясо на гриле под воздействием живого огня пропекается в 2–2,5 раза быстрее, чем в духовке. Благодаря сокращению термической обработки в нем сохраняется гораздо больше витаминов и питательных веществ. Кроме того, такое мясо теряет на 15 % меньше сока и жира, чем при любых других способах приготовления. Было установлено, что мясо, запеченное на гриле, характеризуется низким уровнем холестерина, в связи с чем его могут употреблять в пищу даже люди, страдающие сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Однако при выборе необходимой вам модели гриля следует учитывать некоторые тонкости.

Ниже приведены основные виды грилей.

1. *Мобильные грили.* Это наиболее простой и распространенный вариант. Разнообразие форм и размеров в данном случае может поразить даже самого искушенного потребителя: круглые, квадратные, овальные, в виде чемодана, бочонка, телеги и т. д. Большинство моделей оснащены теплоотражающей крышкой для поддержания постоянной температуры в процессе приготовления пищи. Для их изготовления может использоваться более легкий, но менее проч-

ный металлический сплав, или же они могут быть чугунами. Жаровня металлических грилей состоит из неглубокой емкости для сгорания топлива и решетки. Последняя, как правило, регулируется по высоте для выбора оптимального температурного режима. Однако в подобных моделях возможно использование только специального угля. Данное правило не действует в отношении чугунных грилей, главным преимуществом которых является их способность выдерживать высокие температуры, поэтому в них можно разжигать обычные дрова. Это придает процессу приготовления блюда неповторимый колорит, однако вам придется подождать некоторое время, чтобы они прогорели.

2. *Стационарные бетонные грили.* Как следует из названия, такие устройства являются противоположностью мобильных моделей. Их размещение и установка требуют соблюдения жестких правил: они должны находиться на расстоянии не менее 5–6 м от жилых помещений и деревьев, а во избежание осадки их необходимо ставить на устойчивую платформу из бетона или кирпича. Несмотря на это стационарные грили просты в использовании, не требуют особого ухода и достаточно объемные, что позволяет готовить блюда даже для весьма большой компании.

3. *Гриль-коптильня.* Этот вариант является практически универсальным. Такой гриль чаще всего имеет сферическую или прямоугольную форму. Как правило, в таких моделях предусмотрены два отверстия для вентиляции – на крышке

и дне котла, – с помощью которых можно регулировать температурный режим в процессе приготовления блюд. Универсальность гриля-коптильни заключается в том, что его можно использовать как обычное барбекю, коптильню или духовку. В качестве топлива можно применять только древесный уголь или специальные прессованные брикеты.

Конструкция сферического гриля с плотно прилегающей крышкой позволяет готовить тремя разными способами:

- как обычный гриль (мясо располагается на решетке непосредственно над углями);
- с помощью бокового огня (угли находятся по краям барбекю, а мясо лежит на решетке в центре). Крышка гриля должна быть закрыта. При таком способе пища поджаривается медленнее, чем на открытом огне;
- копчение. Угли в этом случае располагаются так же, как и в предыдущем, но между ними в центр помещается противень с горячей водой, а на них (после того как они прогорят) следует положить специальные древесные опилки или щепки: ароматизированный дым придаст блюду дополнительный аромат и привкус.

Сориентировавшись в типах гриля, вы можете выбрать наиболее подходящий для вас. При этом рекомендуем обратить внимание на следующие факторы.

Устойчивость. Если при малейшем толчке устройство может опрокинуться, такой агрегат весьма опасен. На неровной поверхности гриль на трех ножках более устойчив, чем

на четырех. Однако площадь опоры у него будет меньше, вследствие чего он становится не столь устойчивым.

Особенности конструкции. Гриль должен быть сконструирован так, чтобы его элементы и вспомогательные инструменты (за исключением вертелов и шампуров) не имели колющих и режущих краев. Кроме того, в нем должны быть отверстия для доступа воздуха к углям. Очень важным является вопрос защищенности жаровни от стекания в нее выделяющегося при приготовлении блюд жира, поскольку его попадание на угли ведет к образованию канцерогенных веществ, с другой – чем заслонить угли, источающие жар, от выложенного на решетку мяса? Если такой заслонки нет, лучше готовить продукты в алюминиевой фольге или специальных ванночках для гриля. Предпочтительнее всего использовать жаровни с полированной поверхностью, поскольку они лучше концентрируют жар и дольше его сохраняют. Кроме того, их легче очистить от нагара, что немаловажно в случае выезда на природу или пикника на даче.

Регулятор высоты. Наличие этого механизма делает модель более удобной в обращении. Обязательно убедитесь, регулируется ли высота ножек и есть ли возможность изменять расстояние между решеткой и источником тепла. Существуют модели с несколькими решетками. Расположение их друг над другом позволяет не только одновременно готовить несколько порций или разных блюд, но и поддерживать определенную температуру. Очень удобной является склад-

ная решетка: она позволяет досыпать угли, не прерывая процесс приготовления.

Материал, использующийся для изготовления гриля. Наиболее надежными являются конструкции из нержавеющей стали. Этот материал способен противостоять воздействию окружающей среды (влага, высокие, низкие температуры и т. д.), тем самым обеспечивая более длительное время эксплуатации гриля.

Необходимо также помнить о том, что приготовление разных видов продуктов на гриле имеет свои особенности.

Главные условия удачного приготовления мяса – степень его свежести и маринад. Остальное зависит лишь от вашего вкуса и пожеланий.

Запеченное на гриле мясо должно быть слегка поджаренным, с небольшой корочкой, мягким и сочным внутри. Этот способ приготовления ближе всего к обжариванию пищи на открытом огне, так как мясо кладется на решетку, а воздух свободно циркулирует вокруг, что придает ему особый аромат. Если вы боитесь набрать лишний вес или соблюдаете диету, запекайте продукты на гриле без использования масла. Если же снижение калорий не является для вас приоритетом, лучше предварительно смазать постное мясо, например свиные стейки, сливочным маслом, а филе – растительным.

Мясо птицы идеально подходит для приготовления на гриле. Оно менее калорийное и запекается довольно быстро. Его можно мариновать таким же способом, как и обычное,

только вместо лука лучше использовать чеснок, а время маринования следует сократить вдвое.

Небольшой совет: если вы готовите куриные ножки или крылышки, то через некоторое время после выкладывания на решетку следует закрыть фольгой их кончики, иначе они могут пригореть.

Рыбу для жарки на гриле необходимо подготовить в такой последовательности:

- выпотрошить;
- хорошо промыть;
- натереть солью и смесью перцев;
- сбрызнуть лимонным соком и оставить на 10–15 минут или замариновать.

Для приготовления на гриле идеально подходит жирная рыба с плотным мясом. Это позволит создать роскошное блюдо, которое вызовет массу восторгов у гостей и домашних, а ваше мастерство попросту не сможет остаться незамеченным. Главное преимущество приготовления рыбы на гриле заключается в том, что во время обжаривания удаляются лишний жир и вредные продукты горения. А на стол вы можете подать вкусное, полезное и сытное блюдо, достойное кухни лучших европейских ресторанов.

Невероятно вкусными и полезными на гриле получаются овощи. Но есть некоторые особенности их приготовления.

Прежде чем выложить сладкий перец на решетку гриля, разрежьте его вдоль на 4 части, удалите семена и сердцевин-

ну, а затем слегка полейте оливковым маслом. Это позволит избежать деформации овоща. Держать его на решетке нужно до тех пор, пока кожица не потемнеет и не начнет трескаться (примерно 5–7 минут). Сладкий перец отлично сочетается с мясом, птицей, рисом и макаронами, а также является ароматным дополнением к пицце и сэндвичам.

Кабачок более капризен, чем сладкий перец. Перед тем как готовить его на гриле, необходимо полностью удалить кожуру. В зависимости от предпочтений можно разрезать кабачок кружочками или полосками. Жарить его нужно примерно 8 минут. Подавать кабачок можно с любым видом мяса, в салате сочетать с козьим сыром и медом, а также со сметаной.

Мы привыкли к «луковым» слезам и непобедимому запаху, но с помощью гриля можно быстро и просто превратить обычный репчатый лук в сладкое и ароматное блюдо. Для начала очистите его, помойте, разрежьте пополам, посолите и полейте оливковым маслом. Готовить лук нужно около 15 минут, при этом он должен расслоиться и приобрести темно-золотистый цвет. С запеченным на гриле луком можно делать салат с тунцом и картофелем, тосты с ржаным хлебом и сыром и многие другие блюда.

Баклажаны стали особенно популярными в последнее время. Готовить этот овощ на гриле довольно просто: нарежьте его кружками шириной несколько сантиметров, посолите, поперчите, обязательно полейте маслом и выклады-

вайте на решетку гриля. Как только мякоть потемнеет (примерно через 5 минут), блюдо готово. Баклажаны, запеченные на гриле, можно подать как самостоятельное блюдо, с лимонным соком и тмином либо с моцареллой в томатном соке.

Приготовление кукурузы займет больше времени. Сначала хорошо очистите початки и замаринуйте их в растопленном сливочном масле и специях. Затем выложите кукурузу на гриль и обжаривайте в течение 15 минут. Зерна должны стать золотистыми и мягкими. Кукуруза является отличным гарниром к мясу и рыбе, ее можно также подать на стол отдельно.

Сельдерей необходимо очистить от листьев и промариновать в оливковом масле с соевым соусом, после чего посыпать специями и разрезать на несколько частей. Запекать его нужно в течение 20 минут, регулярно переворачивая до образования золотистой корочки.

Сельдерей, приготовленный на гриле, принято подавать с мясным рагу, добавляя в салат из свежих овощей с кедровыми орешками и сыром.

Как видите, существует множество вариантов использования гриля. Выбирайте то, что вам по вкусу, – и на природу!

Шашлык из мяса

Шашлык можно готовить из свинины, говядины, баранины. В качестве дополнительных продуктов часто используют лук, помидоры, баклажаны и другие овощи.

Продукты для приготовления шашлыка должны быть свежими. Не следует использовать замороженное мясо – в этом случае блюдо получится невкусным. Парное мясо также не подходит, а дичь следует перед употреблением выдержать в прохладном месте в течение 1–2 суток.

Обычно шашлык приготавливают следующим образом. Мясо режут небольшими кусками, добавляют специи, лук, пряную зелень согласно рецепту и маринуют в течение нескольких часов.

Для маринада можно использовать уксус, лимонный сок, сухое вино, кисломолочные продукты в сочетании с различными специями и пряными травами. При приготовлении шашлыка с использованием спиртных напитков следует помнить о том, что в такой маринад не следует добавлять уксус или лимонный сок.

Маринованное мясо нанизывают на шампуры и готовят над углями в течение 10–15 минут, периодически переворачивая, чтобы продукты равномерно прожаривались. Готовый шашлык должен иметь румяную корочку и при этом оставаться сочным внутри.

Шашлык из баранины

Шашлык из баранины по-кавказски

Ингредиенты

Баранина – 1600 г, помидоры – 500 г, сало баранье топленое – 50 г, лук репчатый – 100 г, лук зеленый – 100 г, уксус 3 %-ный – 100 мл, соус ткемали – 100 г, барбарис сушеный – 20 г, лимон – 1 шт., зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Баранину промывают, лук очищают и моют, зелень, помидоры и лимон моют. Мясо баранины нарезают кубиками весом 30–40 г, солят, посыпают перцем, мелко нарезанным или натертым на терке репчатым луком и измельченной зеленью петрушки, добавляют уксус перемешивают, укладывают в неокисляющуюся емкость и ставят на холод на 4–6 ч.

По истечении указанного срока куски мяса нанизывают на шампуры, смазывают салом и жарят в мангале.

Готовые кусочки шашлыка снимают с шампуров и укладывают на блюдо, затем гарнируют репчатым луком из мариныда, дольками помидоров и лимона и украшают перьями зеленого лука.

Отдельно подают к столу соус ткемали, а также сушеный молотый барбарис.

Шашлык по-карски

Ингредиенты

Баранина – 500 г, почки бараньи – 2 шт., лук репчатый – 30 г, лук зеленый – 100 г, кетчуп или соус томатный – 50 г, зелень петрушки – 20 г, уксус – 25 мл, лимон – 1 шт., соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Баранину (почечную часть) промывают, срезают пленки и сухожилия, делают надрезы, чтобы во время жаренья мясо не стягивалось, и нарезают кусками весом примерно 250 г каждый. Почки также промывают, очищают от пленок, разрезают пополам и удаляют протоки, репчатый лук очищают, моют. Зелень и лимон моют. Подготовленные баранину и почки складывают в емкость, солят, посыпают перцем, мелко нарезанным репчатым луком частью измельченной зелени петрушки, сбрызгивают уксусом или лимонным соком и в таком виде оставляют на 2–3 ч. для маринования. Перед жареньем каждый кусок баранины надевают на шампур, добавляют с обеих сторон по половинке почки и жарят над углями без пламени. Во время жаренья шампуры необходимо периодически переворачивать, чтобы баранина прожаривалась равномерно.

Готовый шашлык снимают с шампуров и подают целым куском вместе с почками, положив на тарелку кружочки ли-

мона. Сверху шашлык посыпают измельченным зеленым луком и оставшейся зеленью петрушки.

Подают с томатным соусом или кетчупом.

Шашлык из баранины с луком и помидорами

Ингредиенты

Баранина – 500 г, помидоры – 200 г, лук репчатый – 50 г, лук зеленый – 100 г, уксус – 25 мл, масло сливочное – 25 г, лимон – 1 шт., соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Баранину (почечную часть или мякоть задней ноги) промывают, нарезают небольшими кусочками, складывают в эмалированную емкость, солят, посыпают перцем, добавляют предварительно половину очищенного, вымытого и мелко нарезанного лук, а также уксус, все перемешивают. Емкость накрывают крышкой и на 2–3 ч. ставят в холодное место, чтобы баранина промариновалась.

Перед жареньем замаринованные куски баранины нанизывают на металлический вертел попеременно с оставшимся луком, предварительно очищенным, вымытым и нарезанным кольцами. Жарят шашлык над горящими без пламени углями в течение 15–20 мин., периодически поворачивая шампуры, чтобы баранина равномерно прожарилась, помидоры, зеленый лук и лимон моют.

Готовый шашлык снимают с шампура, выкладывают на блюдо, поливают растопленным сливочным маслом и гарнируют зеленым луком, помидорами, нарезанными дольками,

и кусочками лимона. Кроме того, на гарнир к шашлыку можно подать отварной рис и сушеный молотый барбарис или гранатовый сок.

Шашлык из баранины с чесноком, луком и зеленью

Ингредиенты

Баранина (мякоть) – 2 кг, репчатый лук – 8 шт., чеснок – 1 головка, лимонный сок – 80 мл, базилик – 0,5 пучка, эстрагон – 0,5 пучка, зелень петрушки и укропа – 1 пучок, красный и черный молотый перец, соль по вкусу.

Способ приготовления

Лук нашинкуйте, чеснок пропустите через чеснокодавилку. Зелень петрушки и укропа, базилик и эстрагон мелко нарубите.

Баранину нарежьте порционными кусочками, посолите, поперчите, выложите в эмалированную емкость, добавьте лук и чеснок, сбрызните свежесжатым лимонным соком и держите в прохладном месте 12–14 ч.

Маринованное мясо нанижите на шампуры и жарьте над углями.

Готовый шашлык перед подачей на стол посыпьте измельченной зеленью.

Шашлык из баранины с помидорами

Ингредиенты

Баранина (мякоть задней ноги) – 1,5 кг, репчатый лук – 8 шт., помидоры – 6 шт., лимон – 1 шт., курдючное сало – 120 г, ткемали – 30 г, столовый уксус – 20 мл, вода – 200 мл, зелень петрушки – 2 пучка, сушеный барбарис – 20 г, черный молотый перец и соль по вкусу.

Способ приготовления

Лук нарежьте кольцами, добавьте уксус и воду и перемешайте.

Баранину промойте и нарежьте порционными кусочками, затем посолите, поперчите, выложите в эмалированную емкость, залейте полученным маринадом и накройте крышкой. Придавите сверху небольшим грузом и держите в прохладном месте 5 ч.

После этого мясо нанижите на шампуры, чередуя с луком, смажьте растопленным курдючным салом и жарьте на углях до готовности.

Готовый шашлык посыпьте измельченным барбарисом, украсьте кружками лимона и помидоров.

Подайте с соусом ткемали и измельченной зеленью петрушки.

Шашлык из баранины с цукини

Ингредиенты

Баранина (мякоть задней ноги) – 2 кг, цукини – 3 шт.,
зелень укропа – 0,5 пучка, соль по вкусу.

Способ приготовления

Баранину нарежьте крупными кусками и натрите солью. Цукини помойте, нарежьте кружочками средней толщины и посолите.

Подготовленные ингредиенты нанижите на шампуры, чередуя мясо и цукини, и жарьте над углями в течение 10–15 мин. После этого немного остудите баранину, снимите с шампуров и выложите на блюдо, сверху украсьте цукини, посыпьте нашинкованной зеленью укропа и подайте на стол.

Шашлык из баранины с водкой

Ингредиенты

Баранина – 500 г, лук репчатый – 100 г, помидоры – 90 г., сало курдючное – 50 г, водка – 20 мл, зелень петрушки и кинзы – по 0,5 пучка, соль и перец красный молотый по вкусу.

Способ приготовления

Мякоть жирной баранины промывают, нарезают кусками диаметром 100–150 мм и толщиной 30–40 мм, солят, посыпают перцем, очищенным, вымытым и мелко нарезанным репчатым луком и половиной вымытой и измельченной зелени. Затем кладут в неокисляющуюся емкость, поливают водкой, перемешивают, уплотняют и оставляют на 6–8 ч. на холоде.

По прошествии указанного времени куски баранины накладывают на шампуры попеременно с ломтиками сырого курдючного сала и жарят, периодически переворачивая. После того как мясо прожарится на глубину примерно 8—10 см, с помощью острого ножа отрезают от него тонкие ломтики, а оставшееся мясо продолжают жарить, после чего вновь срезают тонкие ломтики, и так до тех пор, пока все мясо не прожарится.

При подаче к столу ломтики мяса выкладывают на блюдо и украшают помидорами, вымытыми и нарезанными кусоч-

ками и оставшейся петрушкой и кинзой.

Шашлык из баранины с гранатовым соком

Ингредиенты

Баранина (мякоть) – 1000 г, помидоры – 500 г, лук репчатый – 500 г, сок гранатовый – 200 г, сахар – 50 г, зелень укропа и кинзы, соус томатный, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления

Мясо промывают, нарезают небольшими кусочками. Лук очищают и моют. Помидоры и зелень моют. Баранину солят, посыпают сахаром, перцем и смешивают со 100 г измельченного репчатым луком. Затем баранину заливают гранатовым соком и выдерживают в течение 15–20 мин. На приготовленные шампуры нанизывают попеременно маринованное мясо, оставшийся лук, нарезанный тонкими кольцами, и помидоры. Шашлык жарят над раскаленными углями до полной готовности.

К столу блюдо подают, украсив измельченной зеленью укропа и кинзы. Отдельно подают томатный соус.

Шашлык из баранины с минеральной водой или томатным соком

Ингредиенты

Баранина – 1000 г, сало курдючное – 100 г, лук репчатый – 70 г, вода минеральная (сок томатный) – 40 мл, зира – 10 г, кориандр и соль по вкусу.

Способ приготовления

Мякоть баранины и курдючное сало промывают и нарезают тонкими ломтиками весом 15 г. Лук очищают, моют, нарезают кольцами и смешивают с мясом.

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.