

НАТАЛЬЯ СТРИЖ

Горячие блюда ИЗ ПТИЦЫ



Наталья Стриж
Горячие блюда из птицы

«Издательские решения»

Стриж Н.

Горячие блюда из птицы / Н. Стриж — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-514336-5

Мне очень нравится готовить и экспериментировать на кухне. В этой книге я делюсь не только любимыми рецептами, но и своими проверенными фишками, секретами в приготовлении блюд.

ISBN 978-5-00-514336-5

© Стриж Н.
© Издательские решения

Содержание

Введение	6
Для приготовления блюд вам понадобится	7
Гуляш из куриной грудки	12
Цыпленок корнишон с розмарином	13
Голень в духовке на овощной подушке	15
Ариса	17
Индейка с луком порей и морковью	19
Индейка в кунжутном соусе	21
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Горячие блюда из птицы

Наталья Стриж

© Наталья Стриж, 2023

ISBN 978-5-0051-4336-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Приветствую тебя, мой читатель!

Мне очень нравится готовить и экспериментировать на кухне, я хотела и хочу создать свою копилку по-настоящему вкусных и любимых рецептов.

Я не профессионал, не шеф-повар, но мне всегда хотелось вкусно и сытно накормить тех, кто мне дорог.

В этой книге я делюсь не только любимыми рецептами, но и своими проверенными фишками, секретами в приготовлении блюд.

Блюда готовятся из обычных продуктов, которые можно купить в любом магазине.

Очень важный момент: в первый раз не отступайте от рецепта, только тогда у вас все получится.

Для приготовления блюд вам понадобится



Разделочная доска



Набор ножей



Чеснокодавилка



Орехокол



Набор посуды



Очень много специй



Красивая посуда для подачи

Гуляш из куриной грудки



Нам понадобится:

- 500 г куриной грудки
- 1 болгарский перец -или по ½ красного и желтого
- 2 помидора
- 1 уп. сыра Янтарный
- 200 мл сметаны
- соль, перец по вкусу
- укроп свежий

Приготовление:

Мелко нарезать грудку. Обжарить до золотистого цвета.

Очень мелко порезать перец.

Добавить к грудке и потушить под крышкой.

Мелко нарезать помидоры так же потушить до готовности.

Солим, перчим.

Затем добавляем сыр и сметану.

Так же тушим минут 5—10.

В самом конце укроп.

На гарнир идеально подходит пюре.

Приятного аппетита!

Цыпленок корнишон с розмарином



Нам понадобится:

- цыпленок
- 50—80 г сливочного масла
- 2 веточки розмарина
- 1 ч.л. копченой паприки
- щепотка соли

Приготовление:

В размягченное масло, не растопленное, добавляем листики розмарина без веточек.

Листочки помните и разорвите руками.

Туда же добавляем копченую паприку и соль.

Все хорошо перемешать.

Цыпленка разрезаем по грудке, вырезаем ключицы.

Немного придавливаем его по спинке.

Наша задача аккуратно отделить кожу от мяса.

Делаем это пальцами.

Кожа на мясе остается только на крыльях.

Дальше мы берем наше ароматное масло и маленькими кусочками пропихиваем под кожу.

Масло нужно распределить по всему цыпленку.

Остатки масла нанесите на другую сторону цыпленка.

В сковороду наливаем оливковое масло и хорошо его прогреваем.

Цыпленка начинаем жарить со стороны кожи, это важно.

Потом переворачиваем на другую сторону.

Цыпленка жарим только для красивой кожицы, не до полной готовности.

Далее перекладываем цыпленка в жаропрочную посуду и отправляем в духовку на 180 гр на 8—15 минут.

Через 8—10 минут проверьте цыпленка.

Возможно уже будет готов.

Главное его не передержать.

Приятного аппетита!

Голень в духовке на овощной подушке



Нам понадобится:

- 6 крупных куриных голеней
- 3—4 крупных картофелин
- 1—2 баклажана
- 2 небольшие морковки
- 2 средние луковицы
- 2—3 сладких перца
- 300 мл кефира 3,2%
- соль
- специи для курицы
- 2—3 ст. л растительного масла
- зелень для подачи

Приготовление:

Маринад для мяса.

Натираем голени солью, специями для курицы, добавляем крупно нарезанный лук, слегка приминаем.

Заливаем всё кефиром, смешиваем и убираем в холодильник на пару часов, можно на ночь.

Подготавливаем все овощи, я использовала нож для фигурной нарезки, получилось очень красиво.

Баклажаны заранее очистить, посолить и залить небольшим количеством воды, оставила под гнётом на 20 минут, затем отжала всю лишнюю влагу.

К нарезанным овощам, добавляем кавказские травы, соль и растительное масло, хорошо всё перемешиваем.

В форму для запекания поверх овощей выкладываем замаринованные куриные голени, заливаем маринадом с луком.

Накрываем фольгой, желательно чтобы фольга особо не касалась мяса, и отправляем в разогретую до 200'С духовку.

Готовность мяса проверяем зубочисткой, прокалываем ею голень в середине в районе косточки. Если сок вытекает из прокола прозрачный, то мясо готово, а если розовый – то сырое.

Нужно форму отправить снова в духовку и довести мясо до готовности. #

Затем снимаем фольгу и готовое блюдо чуть зарумяниваем, снизив температуру в духовке до 180»С

Подаём к столу с пылу с жару, украсив зеленью – получается мега сочно и вкусно!

Приятного аппетита!

Ариса



Это армянское национальное блюдо.
Один раз попробовав, я уверена, что вы захотите его ещё и ещё!

Нам понадобится:

- 1 кг дзавара можно, но не желательно заменить пшеничной крупой, не путайте с пшеном
- 1,5 кг курицы
- 2—3 л воды
- 5 головок лука репчатого
- масло подсолнечное – для за жарки;
- соль по вкусу

Приготовление:

Курицу поставить на плиту.

Посолить.

Обязательно снимать пенку.

Я ещё добавляю лавровый лист, смесь перцев горошком, и пару гвоздик.

Знаю, что многие добавляют только соль, но так вкус блюда более богатым получается.

Пшеницу заранее промыть и замочить.

Мясо варим долго, около часа, на медленном огне.

Вынимаем курицу, когда мясо будет отходить от костей.

Бульон сцеживаем и ставим обратно на плиту.

В кастрюлю добавляем дзавар.

Мясо отделяем от костей, размельчаем, добавляем в кастрюлю и варим до вязкого, кашеобразного состояния.

И от того, что часто перемешиваем, мясо превращается в тоненькие ниточки.

Вариться будет примерно 3 часа.

Лук режем полукольцами и обжариваем на сковороде до золотистого цвета, можно добавить чуть-чуть сахарного песка для красивого цвета лука.

Готовую арису подаём горячей, добавляя кусочек сливочного масла и обжаренный лук.

Приятного аппетита!

Индейка с луком порей и морковью



Нам понадобится:

- 350 г филе
- 1/2 белой части стебля лука порея
- 1/2 луковицы
- 1 морковка
- несколько веточек петрушки
- 40 г масла гхи (это топленое масло)
- 100 мл бульона или воды
- 1 ст. л. рисовой муки
- 1 ч.л. тимьян
- соль, перец

Приготовление:

Мясо нарезать на кусочки, белую часть лука-порея – кольцами, морковь – брусочками.

Луковицу очистить и разрезать пополам.

В сковороде растопить половину масла гхи и 5 минут обжарить мясо.

Добавляем половину луковицы (не нарезаем), морковь, веточки петрушки, посыпаем тимьяном, солим, перчим.

Заливаем половиной бульона.

Уменьшаем огонь, накрываем крышкой и оставляем на 20 минут.

В маленькой кастрюле растопим оставшееся масло, посыпаем мукой, быстро перемешаем и добавляем оставшийся бульон.

Мешаем до загустения соуса 30—60 секунд.

Из мяса достаём половину луковицы и выбрасываем.

Лук-порей и петрушка уже превратились практически в пюре.

Добавляем соус, перемешиваем и оставляем ещё на минуту.

Выкладываем на тарелку с любым гарниром и посыпаем зеленью. #

Примечание: лук-порей можно добавить за 10 минут до конца и тогда он сохранит свою форму.

Приятного аппетита!

Индейка в кунжутном соусе



Нам понадобится:

- 250 г филе индейки или голени
- 100 мл тахини
- 50 мл соевого соуса
- 1 луковица большая
- 3—4 веточки петрушки

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.