

Юлия Евдокимова

Странствия по рецептам мира

Сделаем все быстро,
просто и вкусно!
Давайте не париться!)



Юлия Евдокимова
Странствия по рецептам
мира. Сделаем все
быстро, просто и вкусно!
Серия «Еда, города, истории.
Книги со вкусом путешествий»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70280980

Странствия по рецептам мира. Сделаем все быстро, просто и вкусно!:

ISBN 978-5-04-197929-4

Аннотация

По рецептам Юлии Евдокимовой люди учатся готовить, а потом присылают ей в чат горячие благодарности, что все получается очень вкусным! Юлия решила, что пришла пора написать книгу рецептов, простых и аппетитных, с доступными в любом магазине продуктами, простыми в приготовлении рецептами и малыми временными затратами. Конечно, без историй и иллюстраций она не могла обойтись, но в отличие от 14 других ее книг, в новой – более 200 рецептов. Варианты со всего мира омлетов и фрикаделек, блюд из картофеля, кабачков и огурцов; пасты и ризотто, бутерброды, сэндвичи и сконы, чайные и кофейные напитки. Все получается, и без заморочки!

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Вступление	7
Глава 1	16
Испанская тортилья – Tortilla Española или tortilla de patatas	21
Морщинистый картофель в мундире – Papas arrugadas	24
Картофельное пюре с перцем – Pape Patatas	25
Пюре бедняков – patatas a los pobres	28
Картофель с чесноком и лимоном – Patatas salteadas al ajo y limon	30
Паста и картошка – pasta e patate	32
Картофель с грецкими орехами	34
Идеальное пюре	35
Картофельная пицца	38
Картофель, запеченный в духовке, – вечная классика	40
Запеканка из картофеля и кабачков	41
Картофельный гратен	43
Неожиданно:	44
Картофельные драники Bramboráky,	46
Картофель rasott krumpfi,	48
Маленькие пиццетты из картошки,	51
Картофельно-морковные бомбочки	54

**Юлия Владиславовна
Евдокимова**

**Странствия по рецептам
мира. Сделаем все
быстро, просто и вкусно!**

© Ю. Евдокимова, текст, фото, 2023

© ООО «Издательство «Эксмо», 2024

Вступление

Кулинария – это искусство использования продуктов для создания счастья.

Теодор Зельдин

Может ли еда сделать человека счастливым? Конечно, сколько бы ни утверждали обратного. Кофе под теплым пледом, когда за окном дождь... Или аромат свежее испеченного хлеба – он так и манит в двери пекарни. Но в нашей жизни не так много времени для приготовления фундаментальных блюд, и немногие из нас готовы наполнить дом ароматом пиროгов. «Я лучше закажу еду в ресторане», – часто слышала я от молодых девушек, да и не только от молодых. И дело тут совсем не в лени.

– Пришла с работы – и ужасно захотелось лазаньи, – позвонила мне как-то вечером подруга. – Но сил нет. Помнишь, ты рассказывала о ленивой лазанье? Поделись рецептом!

Конечно, поделилась. А потом на одной из встреч с читателями подошел пожилой мужчина:

– Я по вашим рецептам начал готовить. Получается очень вкусно, родственники удивляются: где ты научился? Но я самое простое готовлю.

А ведь получается, что лучшие рецепты – простые и не

требующие много времени на готовку. Но обязательно вкусные – ведь, если не вкусно, зачем вообще готовить! И сколько бы мы ни утверждали, что едим, чтобы жить, когда тепло на желудке – и дома тепло.

Поэтому я решила выбрать из своих записей самые простые рецепты вкусных блюд, которые порадуют и сэкономят время. Это рецепты разных стран и разных кухонь, но при этом никаких дорогих или экзотических продуктов, лишь те, которые мы можем купить в обычном супермаркете по дороге домой.

Главный ингредиент мы позаимствуем у итальянцев, и это – любовь! К тем, для кого готовим, а еще к себе – мы же не будем тратить много времени и сил.

Еще один ингредиент – хорошее настроение. А если оно плохое – то мы это быстро поправим, ведь запах кофе или свежее испеченного кексика – это лучшая ароматерапия!

Я научу вас готовить идеальную пасту, а к ней 50 соусов, и даже больше, ведь именно соусы делают пасту вкусной. А еще идеальное ризотто, в разных вариантах оно каждый раз становится новым блюдом.

Мы испечем один кекс, который сегодня будет золотым, согревающим сердце осенним ароматом тыквы, а завтра – оранжевым, как апельсиновое солнышко, или чернильным, как свежая голубика.

Мы воспользуемся идеями со всего света, чтобы удивить вкуснейшей картошкой в неожиданных вариантах. Придума-

ем интересные варианты для огурцов и кабачков, приготовим омлеты и множество разных фрикаделек.

И даже попьем чай с мисс Марпл и узнаем, что любил есть на завтрак Шерлок Холмс.

Секретный ингредиент – это магия! Мы узнаем, какую травку посадить в офисе, чтобы дела пошли хорошо, а какую положить в кошелек – собственно, для тех же целей, а заодно еще и очаруем кого-нибудь.

Никаких закруток, высиживания опары для теста, долгих часов у плиты и сложных слоев крема для заморского пирожного! На приготовление большинства блюд вы потратите не больше получаса.

Эта книга для тех, кто занят на работе и растит детей, для тех, кто всегда боялся сложных кулинарных экспериментов или просто не хочет проводить много времени на кухне. Но хочет главного – вкуса и красоты.

Давайте скажем честно: мы с удовольствием листаем красивые цветные кулинарные книги, читаем про гастрономические приключения в прекрасной Италии, жаркой Испании или изысканной Франции, рассматриваем картинки и... ставим книги на полку. Да и в русской кухне никто не обещал простых рецептов, мы даже в гастрономии не ищем легких путей.

Вот и давайте... не париться! Давайте сделаем все быстро и просто, но прежде всего – вкусно. Это самое важное: вкус и радость. В сочетании вкуса и простоты рождается удоволь-

ствие.

Просто очень вкусно – поставьте запятую сами!

ОПРЕДЕЛЯЕМСЯ С ТЕРМИНАМИ:

Паста – это макароны, лапша, спагетти и прочее. Конкретный вид добавляется там, где это принципиально. Ребристая паста с дырочками идеальна для насыщенных мясных соусов; бабочки, пружинки, а также гладкие и без дырочек – для более легких овощных соусов или холодной пасты.

Я использую только **оливковое масло**. Оно легко заменяется другим растительным, например рафинированным подсолнечным для жарки и нерафинированным в салатах, если вам нравится его вкус. Это важно: вкус нерафинированного масла при приготовлении горячего убьет вкус блюда.

Томатный соус – это всегда либо приготовленный дома, либо мякоть спелых свежих томатов, либо готовый в баночках, никогда не томатная паста и не кетчуп. Единственное, куда можно добавить кетчуп, это картофель фри и гамбургер.

Майонеза в рецептах нет, он появляется лишь изредка в бутербродах, там, где этого не избежать. Давайте заботиться о своем здоровье! Очень редко я ем его на бутербродах или – каюсь! – со свежими помидорами (ужасно вкусно и ужасно вредно).

Базилик всегда зеленый.

Вино в рецептах всегда белое сухое. Я использую недорогое из картонной коробочки из супермаркета,

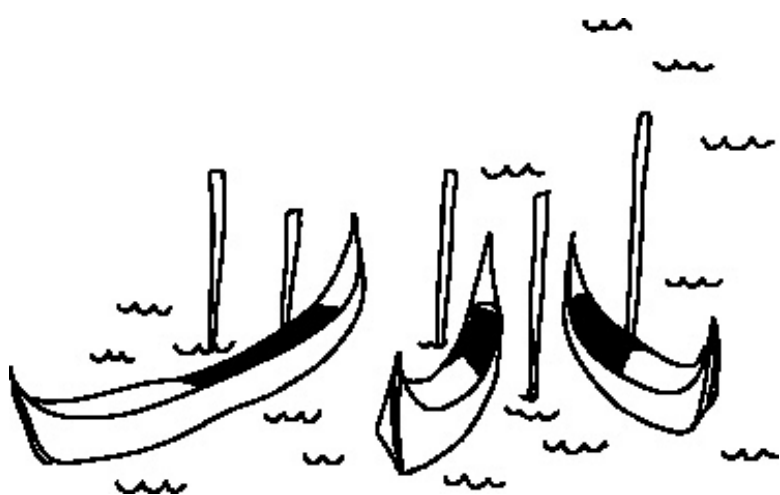
хорошие вина жалко тратить на приготовление блюд.

*Я в основном использую **свежие травы**, они доступны круглый год, но в зимних рагу и иногда в соусах и омлетах использую сушеные из пакетиков или из мельнички. После того как итальянки разрушили мои стереотипы, я без сомнений использую бульонные кубики и сухие смеси для выпечки кексов.*









Коломна



Деревянная Россия

Глава 1

Самая русская еда – картофель

Самая вкусная жареная картошка – когда ты ешь ее руками со сковородки, пока никто не видит.

Анонимный источник

Казалось бы, нет более русского блюда, чем картофель. И более простого. Сварил картошку, порезал селедку, капусточку квашеную холодненькую положил в салатник – что может быть вкуснее!





Уголок Суздаля

На самом деле картофель в русской кухне появился очень поздно, его место раньше занимали другие овощи, в первую очередь репа.

Не секрет, что картофель родом из Латинской Америки и в Европу его привез конкистадор Франсиско Писарро в 1537 году как пищу для животных: в то время считалось, что все, что поступает из земли, ядовито и не может быть пригодно для людей. Пришлось ждать лет двести, пока картофель не «распробовали». Его долго путали со сладким картофелем:

считается, что испанское слово «пататас» – картофель – производное от батата.

Индийцы не только употребляли картофель в пищу, но и поклонялись ему, считая одушевленным существом!

Окончательно картофель укоренился в европейской кухне благодаря французскому агроному Антуану-Огюсту Пармантье (1737–1813). Он доказал, что картофель – это вкусно и питательно, ввел его в кухню Франции, что позволило победить голод и вывести цингу. В честь Пармантье названо несколько блюд, основным ингредиентом которых является картофель.

Начало разведения картофеля в России обычно связывают с именем Петра I. Существует версия, что Петр I, познакомившись с этим овощем в Голландии и оценив его достоинства, послал графу Шереметеву мешок клубней со строгим наказом разводить эту культуру в России.

Принято считать, что с этого мешка и началась история выращивания картофеля в России. Однако о дальнейшей судьбе этой царской посылки нет никаких исторических сведений. Если она существовала в реальности, то «Америки не открыла», из исторических документов известно, что в середине XVIII в. крестьяне уже разводили картофель.

Первое время в России картофель подавали как редкое и лакомое блюдо на дворцовых балах и банкетах. И знаете, в каком виде? Посыпав сахаром!

Двести с лишним лет назад в журнале «Сочинения и переводы, к пользе и увеселению служащие» говорилось, что «земляные яблоки» (так первое время называли картофель) – это приятное и здоровое кушанье. Указывалось, что из картофеля можно печь хлеб, варить каши, готовить пирожки и клецки.

Современную кухню без картофеля мы уже не представляем.

Традиционно картофель очень популярен в Испании, в испанской гастрономии множество очень простых, но при этом очень вкусных блюд.

Во всех следующих рецептах картофель, благодаря интересным добавкам, превращается в новое и вкусное блюдо на ужин или на обед.

Испанская тортилья – Tortilla Española или tortilla de patatas

Любимое блюдо моего сына в детстве.

ИНГРЕДИЕНТЫ

Обязательно – сковорода для запекания с бортиками не менее пяти сантиметров.

Классическое соотношение: 6 яиц на 700–750 г картофеля.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Наливаем в сковороду оливковое масло, чистим картофель и режем его небольшими полумесяцами примерно по полсантиметра толщиной. Подсаливаем, обжариваем.

Разминаем вилкой обжаренный картофель. Но не в пюре, а неровными кусочками – они должны быть заметны в «пироге», когда тортилья будет готова.

Взбиваем яйца в большой миске, подсаливаем, добавляем картофель, перемешиваем – и снова на сковороду.

Когда хорошо подрумянилась одна сторона, осторожно переворачиваем другой стороной.

ГЛАВНОЕ: *тортилья – омлет, но она не имеет ничего общего с тем омлетом, который мы представляем при этом слове; у нас получится скорее картофельно-яичный пирог, который режут на кусочки, их можно есть*

руками, как кусочки пирога.

Едят остывшей, как пирог, выкладывая на тарелки треугольные кусочки.

Совет: переворачивать тортилью удобно с помощью деревянной крышечки или блюда; когда меня учили ее делать, то посоветовали еще более простой способ: после того как обжарится до корочки одна часть, разогреваем масло в такой же сковороде и просто переворачиваем туда нашу сковороду с тортильей необжаренной стороной.

Идеи: в тортилью можно добавлять любые ингредиенты, что только в голову придет – от сосисок до оливок, помидоров, ветчины, лука, чеснока. Но нет ничего лучше простой тортильи без всяких добавок!

История главного испанского блюда

Впервые яйца и картофель смешали, как это часто бывает, случайно... По одной версии, это сделали жители Памплоны в регионе Наварра в начале XIX века, по другой – некоего опять же наваррского крестьянина посетил важный генерал, который проходил зимней ночью через эти места со своим отрядом. На просьбу что-нибудь поесть крестьянин смог лишь смешать то, что было в доме. Генералу блюдо так понравилось, что он разрекламировал его среди своих войск, – так началась замечательная история тортильи.

Приходилось не раз слышать поговорку: «Два блюда правят в испанской кухне. И если гаспачо – король, то торти-

ля – королева.

Вариантов тортильи столько же, сколько испанских хозяек.

Морщинистый картофель в мундире – *Paras arrugadas*

Берем средние картофелины, желательной гладкой формы – без «сучков». Количество – по желанию.

Моем, кладем их в кастрюлю, заливаем водой и засыпаем крупной морской солью, ее нужно много, 250 г соли на 1 кг картофеля.

Варим почти до готовности и оставляем потомиться на медленном огне минут 20, кожица должна сморщиться – отсюда и название.

Сливаем воду и оставляем картофель обсушиться, готовая картошка должна быть покрыта легкой соляной шубкой.

Дальше мы делаем с картофелем все, что хочется, – чистим и кладем на тарелку целиком, нарезаем нечищеными ломтиками или нарезаем очищенными ломтиками – или просто чистим руками уже в своей тарелке и макаем в соус.

Картофельное пюре с перцем – Pere Patatas

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 красных сладких перца

1 кг картофеля, очищенного и порезанного пополам

1 луковица, очищенная и порезанная пополам

1 зубчик чеснока очищенный

Щепотка семян укропа

2 ст. л. оливкового масла

Пара веточек свежей петрушки, порезанной мелко

Соль, перец – по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Разогреваем духовку и в течение 10–15 минут запекаем перцы на бумаге для запекания, переверачивая. Главное – не сжечь! Кожура должна сморщиться и слегка почернеть.

Вынимаем, выкладываем на пергамент, даем остыть.

Пока перцы запекаются и остывают, отвариваем картофель, лук и чеснок в кастрюле с подсоленной кипящей водой до мягкости; сливаем воду.

Смешиваем перцы, семена укропа, картофель, лук, чеснок и оливковое масло; взбиваем в пюре в блендере или просто разминаем толкушкой, подсаливаем и перчим, посыпаем петрушкой. Приправляем солью и черным молотым перцем

и украшаем петрушкой.

Примечание: семена укропа хорошо бы слегка подавить в ступке или просто ножом – появится аромат, которого нет в сухом виде.



Картофель с чесноком и лимоном, стр. 23



Испанская тортилья, стр. 18

Пюре бедняков – patatas a los pobres

ИНГРЕДИЕНТЫ НА 4 ПОРЦИИ

1 кг картофеля, очищенного и нарезанного тонкими ломтиками

2 зеленых перца, порезанных пополам, очищенных и нарезанных

2 мелко порезанные луковицы

3 зубчика чеснока, раздавленных, как в кухне итальянской, большим пальцем на разделочной доске

3 ст. л. порезанной свежей петрушки

2 лавровых листа

½ ст. л. сладкой паприки

140 мл оливкового масла

½ стакана сухого белого вина

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Промазываем маслом форму для духовки и укладываем слоями картофель, перец и лук, посыпая каждый слой чесноком и петрушкой. Перед последним слоем картофеля кладем лавровые листики.

Посыпаем паприкой и сбрызгиваем оливковым маслом. Нагреваем на плите, пока масло не закипит.

Добавляем вино и затем воду. Достаточно, чтобы жидкость доходила до середины запеканки. Ставим в духовку,

разогретую до 180°C , примерно на 30–40 минут, пока картошка не станет мягкой, с золотистой корочкой.



Картофель с чесноком и лимоном

– Patatas salteadas al ajo y limon

ИНГРЕДИЕНТЫ

9 средних, примерно одинаковых картофелин

2 ст. л. оливкового масла

2 ч. л. размягченного сливочного масла

Сок лимона ¼ стакана

Щепотка орегано

Щепотка сладкой паприки

3 зубчика чеснока

Соль, перец – по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Моем картофель и кладем в кастрюльку в холодную воду целиком, в мундире, отвариваем.

После того как картофель сварится почти до готовности, вынимаем, чуть остужаем, чистим и режем пополам каждую картофелину.

На сковороде разогреваем 2 ст. л. оливкового масла, добавляем чуть-чуть сливочного масла, укладываем в сковороду половинки картофелин, подсаливаем, перчим и обжариваем до золотистой корочки, переворачивая.

В серединку сковороды кладем 1 чайную ложку сливочного масла, режем мелко 3 зубчика чеснока, выкладываем в

масло, чуть-чуть обжариваем и перемешиваем с картофелинами.

Делаем огонь совсем маленьким, посыпаем сушеным орегано и щепоткой молотой сладкой паприки, даем еще немного всему вместе потомиться.

Вливаем $\frac{1}{4}$ стакана лимонного сока, хорошенько перемешиваем, выключаем огонь, даем немного пропитаться – картофельная закуска к чему угодно готова!

Паста и картошка – pasta e patate

Классическое неаполитанское блюдо. Все дети – и взрослые тоже – любят макаронны. И часто думаешь, что бы еще такое с ними придумать?!

А если смешать пасту и... картошку? Получится блюдо из Неаполя!

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 средняя луковица

1 средняя морковка

Картофель из расчета 100 г на человека

Томатный соус из расчета 2 ст. л. на человека

2 ст. л. оливкового масла

300 мл овощного бульона (или горячей воды)

Тертый твердый сыр – по вкусу

Паста любая

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Обжариваем в нагретом оливковом масле нарезанную мелко луковицу и морковку, натертую на крупной терке. Как только морковь станет золотой, добавляем нарезанный кубиками очищенный картофель и томатный соус – либо готовый из банки, либо мякоть спелых помидоров.

Вливаем немного горячей воды или овощного бульона, ту-

шим все вместе примерно 5 минут.

Затем добавляем еще немного бульона (он должен покрывать картофель) и остатки всей пасты, которая имеется в доме: макароны, лапша, вермишель – все что угодно. Длинную пасту ломаем, и это единственное блюдо, где позволяется ломать пасту!

Теперь тушим до готовности пасты, посыпав в конце обильно тертым сыром.

Иногда вместе с луком тушат бекон или грудинку, а иногда за пару минут до готовности, посыпав сверху сыром, ставят в духовку на несколько минут до образования сырной корочки!

Бульон должен почти весь выкипеть, но блюдо не должно быть сухим, просто очень густым.

Картофель с грецкими орехами

Идеальный в пост или для вегетарианцев

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 крупных грецких ореха

2 веточки петрушки

½ ч. л. крупной морской соли

Количество картофеля берем так, чтобы поместился в вашу сковороду, нарезанный средними ломтиками

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Режем ломтиками очищенный картофель, обжариваем мелко порезанный лук в оливковом масле, добавляем картофель и на слабом огне тушим 20 минут, помешивая деревянной ложечкой. Именно тушим, здесь жареная корочка не нужна!

Пока тушим, блендером измельчаем (не в муку, а в мелкие кусочки – прекрасно получается и в ступке) очищенные от скорлупы и пленок грецкие орехи.

Смешиваем с очень мелко нарезанными листьями 2 веточек петрушки, ½ ч. л. крупной морской соли.

Готовый картофель выкладываем на блюдо и посыпаем сверху ореховой смесью.

Вкусно!

Идеальное пюре

А существует ли эталон картофельного пюре?

Простое блюдо, которое мы готовим на бегу, стало одним из рецептов французской *haute cuisine* – высокой кухни, – а его автор Жюль Робюшон считается одним из лучших поваров всех времен.

Я не думаю, что мы все кинемся колдовать над идеальным пюре Робюшона.

Но если кому-то захочется повторить...

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 кг картофеля

250 г сливочного масла

150 мл молока

Специи (мускатный орех) – по вкусу

Соль морская – по вкусу

Соль, перец – по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Сливочное масло режем кусками и убираем в морозилку.

Картофель белый, желательно одинакового размера, хорошо моем, на противень насыпаем крупную морскую соль (она будет впитывать лишнюю влагу из картофеля) и выкладываем картофель.

Запекаем картофель в мундире в духовке при 180°C до готовности.

Остужаем картофель, завернув в полотенце, остужаться будет дольше чем на воздухе, но не отдаст аромат.

Очищаем остывший картофель и натираем на крупной терке.

Разогреваем сухую сковороду на медленном огне, выкладываем в нее натертый картофель и обжариваем в течение 5 минут, помешивая, без масла и жира!

Достаем из холодильника замороженное сливочное масло, заранее нарезанное кубиками.

Добавляем его в картофель по кусочкам, постепенно, активно перемешивая, втирая в картофельную массу.

В маленькую сковородку наливаем молоко и доводим до кипения.

Вливаем молоко в картофель.

Перемешиваем все аккуратно до однородности.

Солим, перчим по вкусу, добавляем щепотку мускатного ореха.

Идеальное пюре готово!

Это адаптированный рецепт, так как Робюшон брал определенный сорт картофеля, много мускатного ореха (им забивали вкус картошки, который не любили французы).

Идеи: на основе этого рецепта я несколько раз делала пюре – отваривала картофель в мундире, натирала и затем делала пюре как обычно, с

добавлением молока или сливок и сливочного масла.
Совсем другой вкус!

В Боливи есть легенда о картофеле

Сапаллы были мирным и процветающим народом, но их земли завоевал воинственный народ кари, поработил население и довел до нищеты.

Чоке, молодой потомок последнего касика (правителя) сапаллов, воззвал о помощи к отцу богов Пачакамаку. Тот услышал прошение юного Чоке и показал ему несколько семян растения, неизвестного людям того времени, велел посадить семена, а когда вырастут, съесть корни, но никогда не прикасаться к росткам, цветам или листьям, так как они ядовиты.

Сапаллы сделали, как им сказали, но кари нашли новые плантации, забрали весь урожай и съели все, что выросло, кроме... корней.

Они заболели и ослабли, бывшие рабы устроили восстание и победили врага, изгнали его со своей земли.

Новое растение считали даром богов и называли рара (patata).

Картофельная пицца

ИНГРЕДИЕНТЫ НА 8 ПОРЦИЙ

Для основы:

450 г картофеля очищенного

1 яйцо

1 ст. л. муки

1 зубчик чеснока (по вкусу, можно не брать)

Сухие травы – по вкусу

Соль и перец – по вкусу

Для начинки

80 г ветчины, или бекона, или даже колбасы

1–2 средних помидора

½ луковицы

10 шт. оливок без косточек

150 г сыра моцарелла для запекания

3 ст. л. помидорной мякоти

1 зубчик чеснока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Очищенный картофель натираем на терке, выкладываем в марлю и хорошенько отжимаем. Добавляем яйцо, соль и травы. Перемешиваем.

Добавляем муку и еще раз хорошенько перемешиваем до

однородного состояния.

Нагреваем сковороду, смазанную оливковым маслом. Выкладываем картофельную массу равномерно на дно.

Обжариваем на сильном огне 2 минуты, затем накрываем крышкой, убавляем огонь до слабого и оставляем еще минут на пять.

Переворачиваем и обжариваем другую сторону.

Чеснок мелко режем и смешиваем с мякотью помидоров.

Лук нарезаем тонкими кольцами.

Лук и чеснок можно убирать из рецепта смело, если не любите!

Помидоры и ветчину нарезаем кружочками (ветчину можно ломтиками или квадратиками).

Натираем на крупной терке сыр.

Выкладываем картофельную основу в форму для запекания, сверху выливаем томат с чесноком, выкладываем лук, помидоры, ветчину и равномерно разбрасываем оливки. Посыпаем тертым сыром.

Ставим форму в духовку, нагретую до 180 °С. Запекаем 10–15 минут, как только сыр наверху запечется – вынимаем.

Уберите лук и чеснок – и сытное блюдо понравится детям.

Картофель, запеченный в духовке, – вечная классика

Его можно запечь в форме веера. Давайте сделаем вкусный и красивый при подаче гарнир!

ИНГРЕДИЕНТЫ

10 картофелин (желательно одного размера)

50 мл растительного масла плюс для смазывания противня

2 зубчика чеснока

Пара веточек свежего укропа или петрушки

Соль и перец – по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Картофель хорошо промываем, делаем глубокие надрезы, но не до конца. Это удобно делать, положив картофелину в столовую ложку.

Противень застилаем бумагой для выпечки, смазываем ее растительным маслом. Выкладываем сверху картофель, солим и перчим. Запекаем в духовке при 180°C примерно 40 минут.

Чеснок очищаем, через давилку выдавливаем в растительное масло. Зелень нарезаем мелко и также высыпаем в масло. Перемешиваем.

Вынимаем готовый картофель и поливаем его приготовленной смесью. Оставляем пропитаться на несколько минут.

Запеканка из картофеля и кабачков

ИНГРЕДИЕНТЫ

600 г картофеля

2 кабачка

150 г нарезанного кубиками бекона (ветчины)

100 г сливочного сыра типа «Президент» в ванночке или

моцарелла для запекания

60 г любого тертого сыра

1 яйцо

50 мл молока

Соль, перец – по вкусу

Оливковое масло

Панировочные сухари для посыпки формы сверху

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Разогреваем пару капель оливкового масла в большой сковороде, затем добавляем нарезанные мелкими кубиками кабачки и бекон и обжариваем все на сильном огне пару минут, добавив щепотку соли. Как только кабачки покрылись золотистой корочкой, выключаем огонь и остужаем.

Пока обжариваются кабачки, отвариваем картофель, разминаем вилкой, добавляем 50 мл молока и тертый сыр.

Солим, но чуть меньше, чем обычно, так как добавление бекона и сыра даст соленый вкус. Смешиваем все ingredi-

енты вилкой до получения однородной смеси.

Добавляем обжаренные кабачки и бекон, затем кубики моцареллы или сливочный сыр (понемногу чайной ложечкой). Аккуратно перемешиваем, пока ингредиенты не будут равномерно распределены.

Примечание: прежде чем добавить сыр, остудите смесь, иначе сыр расплавится слишком рано.

Перекладываем в смазанную маслом форму для запекания, выравниваем. Посыпаем сверху панировочными сухарями. Можно оставить как есть, а можно вилкой сделать волны или другие узоры.

Выпекаем в духовке, разогретой до 180 °С, примерно 30–40 минут. Перед подачей остужаем минут 10.

Картофельный гратен

ИНГРЕДИЕНТЫ

500 г картофеля

2–3 зубчика чеснока

500 мл сливок, не слишком жирных

80 г любого сыра

Щепотка мускатного ореха

Соль и перец – по вкусу

Пара веточек укропа или сушеные травы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Картофель очищаем, нарезаем кружочками по 2–3 мм толщиной, обсушиваем бумажным полотенцем.

Сковороду натираем чесноком и укладываем картофель слоями. Каждый слой посыпаем солью и перцем, мускатным орехом (щепотка) и заливаем сливками.

Слои поливаем по чуть-чуть, последний слой «топим» в сливках.

Сковороду ставим на плиту на сильный огонь. Как только сливки соберутся закипать, огонь убавляем до медленного и готовим примерно 25 минут до мягкости картофеля.

Посыпаем укропом, чего никогда не делают в Европе, но вполне вкусно получается в России.

Неожиданно: Сладкий картофельный пирог

ИНГРЕДИЕНТЫ

300 г вареного картофеля, сырого и очищенного от кожуры

90 г сахара

2 яйца

цедра 1 лимона, натертая

Горсть изюма

Немного сахарной пудры

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Отвариваем картофель.

Разделяем белки и желтки яйца в разные мисочки. Взбиваем миксером белки до пиков.

Желтки смешиваем с сахаром и взбиваем до легкого и «пушистого» состояния.

Вареный картофель разминаем вилкой, смешиваем с желтками, изюмом и цедрой 1 лимона.

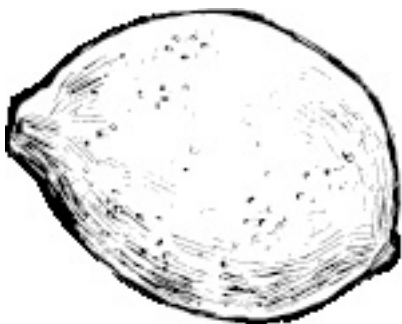
Все перемешиваем венчиком и добавляем белки, взбивая снизу вверх, иначе опадут.

Выливаем смесь в форму (диаметром примерно 18 см), покрытую пергаментом или смазанную маслом и присыпанную мукой, запекаем в духовке, разогретой до 170 °С при-

мерно 40 минут.

Вынимаем, охлаждаем, посыпаем сахарной пудрой.

Едят теплым и холодным, нарезают как пирог. Можно хранить до 3 дней.



Картофельные драники *Vramboráky*,

рецепт чешский

Которые едят по всей Центральной и Восточной Европе.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 кг очищенного сырого картофеля

120 г муки

1 яйцо

4 зубчика чеснока

Соль, перец по вкусу

Щепотка майорана

Растительное масло для жарки

Соль, перец по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Натираем сырой картофель: крупная или мелкая терка – зависит от вашего вкуса, в Белоруссии я распробовала драники из картофеля, тертого на мелкой терке, и теперь другие кажутся невкусными.

Добавляем яйцо, муку, перец, майоран, мелко порезанный чеснок и соль.

Тщательно до однородности теста смешиваем все ингредиенты вместе. Выливаем как оладьи на сковороду с разогретым маслом, обжариваем до золотистого цвета с обеих сторон.

Желательно есть сразу же и не оставлять, так как остывшие и разогретые драники теряют вкус.



Картофель *racott krumplic*,

который готовят для детей в Венгрии

ИНГРЕДИЕНТЫ

900 г картофеля

2 крупных луковицы, нарезанных кубиками или полумесяцами

3 ст. л. масла

4 яйца вкрутую

100 г сметаны

Щепотка сладкой паприки

Соль и перец – по вкусу

$\frac{3}{4}$ стакана любого тертого сыра

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Отвариваем картофель в мундире, когда остынет, нарезаем кружочками или дольками.

Лук режем и обжариваем в большой сковороде с маслом, пока он не карамелизируется.

Смазываем маслом дно формы для выпечки, укладываем слой картофеля, приправляем солью, перцем и паприкой.

Сверху укладываем лук.

Далее слой сметаны.

Потом порезанные яйца, сваренные вкрутую.

И снова следующий слой.

Верхний слой – картофель, посыпанный солью, перцем и паприкой.

Накрываем форму крышкой и ставим в духовку на 45 минут при 150 °С.

Вынимаем, посыпаем тертым сыром и оставляем немного настояться.

Подаем с салатом из свежих помидоров с базиликом.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Варить и печь картофель лучше всего, не очищая от кожицы, так как она предотвращает потерю полезных веществ, большинство которых находится близко к поверхности картофеля.

Картофель – почти идеальная еда, он состоит лишь на 0,01 % из жира и содержит витамины В6, С, Е, К и минералы, такие как калий, магний и фосфор.

Вымачивание картофеля в воде также приводит к потере части веществ, которые в небольшом количестве растворяются в воде.

Отравление картофелем наступает в результате употребления в пищу его листьев или стебля, в которых содержится вещество соланин.

Отравление этим веществом несет за собой такие последствия, как боль в районе живота, лихорадка, тошнота, головная боль и рвота. Проявление симптомов наступает в течение 8–10 часов после попадания вещества в организм.

Картофель с ростками можно есть, и это не вызовет никаких осложнений.

Картофель безопасен, пока он твердый на ощупь, поэтому можно удалить ростки и спокойно его есть.

Миллиард человек съедает одну картофелину каждый день.

Маленькие пиццетты из картошки,

которые с удовольствием едят дети

ИНГРЕДИЕНТЫ

8 средних картофелин

250 мл томатного пюре (мякоти, соуса)

225 г тертого сыра

30 мл оливкового (любого растительного) масла

8 листиков базилика

Щепотка сушеного орегано

Соль и перец – по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Отвариваем картофель в кожуре до мягкости. Остужаем, очищаем.

Кладем на противень на расстоянии друг от друга.

Берем обычный стакан и разминаем каждую картофелину, не обязательно в пюре, они просто должны немного осесть, превратившись в основу для пиццы.

Смешиваем томатное пюре с оливковым маслом, солью, перцем и орегано.

Заливаем каждую картофелину соусом, как это делают с обычной пиццей.

Запекаем 15 минут в духовке, разогретой до 180 °С.

Посыпаем тертым сыром и готовим еще 10 минут.

Чуть-чуть остужаем и украшаем каждую пиццетту листиком базилика.

Желательно съесть сразу. Оставить можно не больше чем на день и потом разогреть чуть-чуть.





Картофельно-морковные бомбочки

Картофельно-морковные бомбочки – мягкие и вкусные крокеты, которые очень легко приготовить, они идеально подходят в качестве закуски или вкусного второго блюда.

ИНГРЕДИЕНТЫ

500 г картофеля

500 г моркови

50 г муки

30 г кукурузного крахмала

Пучок зеленого лука

1 ½ ст. л. растительного масла

1 ч. л. сладкой молотой паприки

Если нет аллергии – можно добавить 1 ч. л. арахисового масла

Соль – по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Отвариваем картофель в кожуре, очищаем и разминаем вилкой.

Добавляем мелко нарезанный лук и тертую морковь, все хорошо перемешиваем.

Отдельно смешиваем кукурузный крахмал, муку, соль, паприку, масло и затем добавляем к картофелю. Смешиваем до однородности.

Формируем руками бомбочки любого размера по вашему желанию. Обжариваем как сырники, но в большом количестве очень горячего растительного масла (оно должно покрывать половину бомбочек) до золотистого цвета, переворачиваем, чтобы обжарились обе стороны.

Затем вынимаем шумовкой и выкладываем на бумажные полотенца, чтобы ушло лишнее масло.

Подаем горячими.

Можно добавить любые специи и ароматные травы по вашему вкусу.

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.