

Кулинарная энциклопедия

том 7



Г — Д (Граппа — Датские булочки)

Кулинарная энциклопедия (ИД «Комсомольская правда»)

**Кулинарная энциклопедия. Том
7. Г-Д (Граппа – Датские булочки)**

«ИД Комсомольская правда»

2015

Кулинарная энциклопедия. Том 7. Г-Д (Граппа – Датские булочки) / «ИД Комсомольская правда», 2015 — (Кулинарная энциклопедия (ИД «Комсомольская правда»))

ISBN 978-5-4470-0043-1

Кулинарная энциклопедия – многотомное, богато иллюстрированное издание, рассказывающее о кулинарии и самых популярных блюдах разных стран мира, начиная с салатов и супов и заканчивая десертами. Для каждого блюда приводятся рецепт, описание процесса приготовления и данные о калорийности блюда и продуктов. Кроме того, энциклопедия содержит статьи о посуде и кухонных приспособлениях, облегчающих жизнь кулинара, правилах сервировки стола, выдающихся поварах всех времен и народов, самых популярных диетах.

ISBN 978-5-4470-0043-1

, 2015

© ИД Комсомольская правда, 2015

Содержание

Г		6
	Граппа	6
	Гратар	8
	Цыплёнок под чесночным соусом, жаренный на гратаре	8
	Гратен	10
	Гратен с мясным фаршем и картофелем	10
	Гратен с цветной капустой, брокколи и макаронами	11
	«Графские развалины»	14
	Гребешки	16
	Гребешки «Сен-Жак»	17
	Грейпфрут	19
	Волованы с творогом, апельсином, грейпфрутом и киви	20
	Салат с грейпфрутом и авокадо	21
	Конец ознакомительного фрагмента.	22

Кулинарная энциклопедия. Том 7. Г-Д (Граппа – Датские булочки)

Руководитель проекта: *Ольга Ивенская*

Составители: *Надежда Бондаренко, Наталья Шинкарёва*

Фотографы: *Павел Леляев, Татьяна Горелкина, Ирина Завьялова*

Консультант: *шеф-повар Сергей Болотов*

© АО «Издательский дом «Комсомольская правда», 2015

© При подготовке макета использовались материалы фотобанков Shutterstock и Depositphotos

Г

Граппа



Крепкий итальянский алкогольный напиток класса бренди. Название происходит от итальянского *grappa* – виноградный жмых. Изготавливается путём перегонки виноградного жмыха, оставшегося при производстве вина. Напитку более полутора тысяч лет, изначально из жмыха, косточек и плодоножек путём выгонки производили самогон, который впоследствии использовали для медицинских целей. Позже в итальянском городе Бассано дель Граппа в производимый напиток в процессе выгонки стали добавлять соль и местные травы, а после перегонки выдерживали в дубовых или вишнёвых бочках, вкус напитка смягчился и устоялся. С тех пор родиной граппы считается именно эта местность Италии. Наибольшую популярность напиток завоевал в 60–70 гг. XX века в связи с нарастающей мировой популярностью итальянской кухни. С 1997 года граппой могут называться только напитки, которые произведены на итальянской территории и из итальянского сырья.

Существует несколько видов граппы: свежая, выдержанная полгода, год и полтора года. Также различают граппу по сортам винограда и количеству сортов, вошедших в основу напитка.

За счёт большой крепости граппа часто используется в качестве дезинфицирующего средства, на её основе делают лечебные настойки.

Пьют граппу в чистом виде, также её добавляют в кофе. Граппа часто входит в рецепты итальянской кухни: её используют при фламбировании мяса, креветок, в составе маринадов для мяса и рыбы, а также при изготовлении коктейлей и десертов.



Гратар

Толстая решётка на ножках, которую в молдавской кухне используют для жарки мяса на открытом огне или над углями. В любых рецептах гратар может быть заменён на аналогичные приспособления: мангал или барбекю.



Цыплёнок под чесночным соусом, жаренный на гратаре

На 4 порции

Время приготовления: 40 мин + маринование

1 средний цыплёнок
1 луковица
1 ч. л. молотого острого красного перца
1 стакан белого сухого вина
1 ст. л. сливочного масла

Для соуса

5 зубчиков чеснока
0,5 ч. л. соли
1 стакан воды

Калорийность: 209 ккал

- Цыплёнка вымыть, обсушить и уложить в широкую миску спинкой вниз. Лук очистить, мелко нарезать. Засыпать цыплёнка луком, красным перцем, залить вином и поставить мариноваться в прохладное место на 2 часа.

- Для соуса очищенный чеснок истолочь с солью, развести кипячёной водой до консистенции жидкой сметаны.

- Цыплёнка разрезать пополам, смазать сливочным маслом и обжарить на гратаре около 20 минут, до румяной корочки. Готового цыплёнка полить чесночным соусом.



Гратен

(от фр. *gratin* – корочка)

Гратен во французской кухне – это не какое-либо конкретное блюдо, а способ приготовления. Подготовленные продукты укладываются в форму, помещаются в разогретую духовку и запекаются под грилем до золотистой корочки. Чтобы корочка получилась более хрустящей, гратен посыпается панировочными сухарями или тёртым сыром. Самые известные французские гратены – дофинуа (из нарезанного кружочками картофеля, залитого сливками) и савуа, или савойский (из картофеля, запечённого с луком и сыром).

Интересно, что в старину корочку, которая образовывалась на гратене, подавали отдельно, как лакомство, а сам гратен – как самостоятельное блюдо.

При приготовлении гратена важно подобрать правильный температурный режим, для этого блюдо сначала держат в духовке при умеренной температуре, а для образования корочки температуру увеличивают за 5–10 минут до готовности гратена или, как вариант, подрумянивают под грилем.

Гратен с мясным фаршем и картофелем

На 4–6 порций

Время приготовления: 1 час

4 крупные картофелины
2–3 зубчика чеснока
300 г мясного фарша
300 г твёрдого сыра
1 ст. л. сливочного масла для смазывания формы
150 мл молока
1 куриное яйцо
соль и перец по вкусу

Калорийность: 155 ккал

• Очистить и тонко нарезать картофель. Чеснок очистить мелко порубить. Сыр натереть на мелкой тёрке. Форму для запекания смазать сливочным маслом. В форму слоями уложить картофель, фарш и сыр. Посыпать чесноком и тёртым сыром.

• Запечь в духовке при температуре 180 °С, 30 минут.

• В отдельной посуде смешать молоко, яйцо, соль и перец. Получившимся соусом залить картофель с фаршем. Запечь в духовке при температуре 200 °С, 10 минут.



Гратен с цветной капустой, брокколи и макаронами

На 4–6 порций

Время приготовления: 30 мин

200 г цветной капусты

200 г капусты брокколи

300 г макарон

100 г сыра твёрдых сортов
1 ст. л. сливочного масла
200 мл сливок
2 яйца
1 щепотка тёртого мускатного ореха
соль по вкусу

Калорийность: 103 ккал

- Цветную капусту и брокколи разделить на соцветия, промыть. Отварить 5 минут в подсоленной воде. Макароны отварить в подсоленной воде до состояния аль денте, воду слить. Сыр натереть на мелкой тёрке.
- В отдельной посуде смешать сливки, яйца и половину тёртого сыра, добавить соль, перец и мускатный орех.
- Форму для запекания смазать сливочным маслом, положить в форму цветную капусту, брокколи и макароны, залить сливочной смесью. Запекать в духовке при 200 °С в течение 20 минут.



«Графские развалины»

Торт, роль коржей в котором исполняет безе. Считается, что торт «Графские развалины» появился как аналог знаменитого «Киевского» торта, который готовится примерно так же, однако из-за того, что в 50–х годах прошлого века рецептура настоящего «Киевского торта» была засекречена, повсеместно в СССР стали выпускать похожие кондитерские изделия под другими названиями. Романтическое название «Графские развалины» было взято из повести Аркадия Гайдара «На графских развалинах» и со временем прижилось, а рецепт стал классическим.

На 6–8 порций

Время приготовления: 2,5 часа + охлаждение

Для безе

4 яичных белка

1 стакан сахарной пудры

0,5 ч. л. ванильного сахара

Для крема

200 г сливочного масла

8 ст. л. сгущённого молока

Для украшения

100 г тёмного шоколада

5–6 грецких орехов

Калорийность: 404 ккал

• Приготовить безе. Яичные белки взбить до состояния пены, постепенно добавить сахарную пудру и ванильный сахар, взбивая массу до устойчивых пиков. Противень застелить пергаментом, с помощью чайной ложки выложить на противень маленькие лепёшки. Запечь в духовке при температуре 100–110 °С в течение 2 часов. Достать безе из духовки, остудить.

• Приготовить крем. Размягчённое сливочное масло взбить до пышности, добавить сгущёнку, взбить до однородной консистенции. Остывшее безе обмазать со всех сторон кремом и выложить на блюдо горкой.

• Шоколад растопить на водяной бане, шоколадной глазурью полить торт.

• Орехи измельчить и обсыпать ими поверхность торта. Поставить в холодильник на 2–3 часа.



Гребешки

см. Морские гребешки.

Гребешки «Сен-Жак»

Традиционное блюдо французской, точнее, нормандской кухни. Морские гребешки, запечённые в соусе морне под сыром. Блюдо подаётся в порционных формочках – кокильницах или в собственных раковинах морских гребешков.

На 6–8 порций

Время приготовления: 2 часа

1 стакан воды
100 г креветок
200 г шампиньонов
12–16 свежих морских гребешков
1 лавровый лист
5–6 горошин душистого перца
2 веточки петрушки
2–3 листочка эстрагона
0,5 стакана сухого вермута
2 ч. л. лимонного сока
100 г твёрдого сыра

Для соуса

2 луковицы шалота
2 ст. л. сливочного масла
2 ст. л. пшеничной муки
1 стакан сливок более 40 % жирности
щепотка тёртого мускатного ореха
соль по вкусу

Калорийность: 139 ккал

- В кастрюле вскипятить воду, положить креветки, варить на слабом огне под крышкой 1 час. Процедить отвар через марлю, креветки отложить для другого блюда. Шампиньоны очистить и нарезать крупно.

- Гребешки освободить от раковин, мясо положить в кастрюлю с отваром из креветок, добавить лавровый лист, душистый перец, петрушку, эстрагон и грибы, влить в кастрюлю вермут и лимонный сок. Довести до кипения и варить под крышкой 3–4 минуты. Извлечь гребешки из кастрюли.

- Бульон процедить и уварить на среднем огне до объема в три четверти стакана.

- Приготовить соус. Лук-шалот очистить, мелко нарезать, обжарить на сливочном масле до золотистого цвета. Муку просеять, добавить к луку и готовить, постоянно помешивая, пока смесь не станет тёмно-золотистой. Тонкой струйкой ввести, помешивая, в сковороду уваренный бульон, затем сливки. Когда соус немного загустеет, посолить, добавить мускатный орех, положить в соус гребешки, перемешать, снять с огня.

- Раковины гребешков обдать кипятком, промыть под холодной водой и разложить на противне. В каждую положить 1–2 ст. ложки мяса гребешков с соусом. Запечь в духовке при 170 °С в течение 5–7 минут.

- Сыр натереть на мелкой тёрке. Достать блюдо из духовки, посыпать тёртым сыром, поставить обратно в духовку запечь при температуре 230 °С в течение 1–2 минут.



Грейпфрут

(от англ. *grape* – виноград и *fruit* – фрукт)



Плод вечнозелёного дерева рода Цитрус. В 1650 году грейпфрут был впервые обнаружен на Барбадосе. Ботаник, нашедший его, назвал новый цитрус «запретным плодом». Однако в 1814 году ямайские торговцы переименовали фрукт. С 1880 года в США начали выращивать грейпфрут в промышленных масштабах, в основном для экспорта. Сегодня грейпфрут выращивают также в Израиле и на Кипре. Считается что грейпфрут – это естественный гибрид помело и апельсина. На основе грейпфрута были выведены новые сорта цитрусовых: минеола и танжело.

Грейпфрут считается диетическим продуктом, это связано с тем, что в его состав входят вещества, способные расщеплять и выводить холестерин, ускорять обмен веществ и снижать уровень сахара. Кроме того, грейпфрут положительно влияет на деятельность нервной системы, укрепляет иммунитет и снимает отёки. Нельзя есть грейпфрут лишь тем, кто страдает от повышенной кислотности желудочного сока, и при некоторых заболеваниях печени и почек.

В кулинарии грейпфрут используется для приготовления соков, коктейлей, фруктовых салатов, варенья, соусов и маринадов. Кожуру грейпфрута используют в ликёроводочном производстве.

Как выбирать

Чем краснее кожура грейпфрута, тем слаще мякоть. Покупать нужно упругий, тяжёлый плод с тонкой и блестящей кожицей.

Как хранить

Целый грейпфрут после покупки можно хранить в холодильнике на нижней полке до 10 дней, разрезанный – не дольше 12 часов.

Подготовка

Перед приготовлением очистить от кожуры и белого слоя, а также плёнок, которые сильно горчат.

Волованы с творогом, апельсином, грейпфрутом и киви

На 6–8 порций

Время приготовления: 2 часа

1 упаковка готового слоёного теста или покупные волованы
1 грейпфрут
1 апельсин
2 крупных киви
10 крупных ягод винограда без косточек
200 г творога 5 % жирности
100 г сахара
1 ч. л. ванильного экстракта

Калорийность: 331 ккал

- Из теста приготовить волованы без крышечек (см. Волованы) или использовать покупные.
- Грейпфрут разрезать на две половины, одну очистить от кожуры, нарезать тонкими полукольцами. Из второй половины выжать сок. Апельсин и киви очистить, нарезать поперёк тонкими кружочками. Виноград вымыть, разрезать каждую ягоду пополам.
- Творог взбить с сахаром с помощью миксера в течение 4–5 минут. Продолжая взбивать, ввести сок грейпфрута. Выключить миксер, добавить ванильный экстракт и тщательно перемешать.
- В каждый волован положить 1–2 ст. ложки творожной начинки, сверху украсить половинкой ягоды винограда, кусочками апельсина, лимона и киви.



Салат с грейпфрутом и авокадо

На 2–3 порции

Время приготовления: 30 мин

1 крупный красный грейпфрут
1 крупное спелое авокадо
1 ст. л. лимонного сока
100 г салата корн
2–3 ст. л. зёрен граната
1 ст. л. оливкового масла
соль и перец по вкусу

Калорийность: 109 ккал

- Грейпфрут очистить, захватывая ножом белый слой, закрывающий мякоть. Собрать выделившийся при очистке сок. Мякоть нарезать поперёк на круглые ломтики.
- Авокадо разрезать пополам, удалить косточку, очистить от кожуры. Мякоть нарезать кубиками, сбрызнуть лимонным соком, чтобы не потемнела. Промыть и обсушить салат корн.
- Выложить на тарелку авокадо, сверху разложить ломтики грейпфрута и листочки салата. Посыпать зёрнами граната.
- Соединить собранный сок грейпфрута с оливковым маслом, добавить соль и перец по вкусу. Перемешать и сбрызнуть салат приготовленной заправкой.

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.