

ДОМАШНИЙ ПОВАР

№6 / 2024

ПРАЗДНИЧНОЕ АССОРТИ



Фото: Chudo2307 / Shutterstock.com

ISSN 2587-8816



12+

Подписной индекс в каталоге «Почта России» **П5927**

СЛЕДУЮЩИЙ ВЫПУСК ЖУРНАЛА «ДОМАШНИЙ ПОВАР» В ПРОДАЖЕ С 24 ЯНВАРЯ



Дорогие друзья!

В серии «Домашний повар» готовится к выходу в свет наш новый сборник рецептов «Блины и блинчики».

В этом журнале вы найдете:

- рецепты самых разнообразных блинов и блинчиков: больших и маленьких, пышных и кружевных, сладких и несладких;
- рецепты блинов с припеком и начинкой;
- рецепты блинчиков из круп, овощей и других продуктов;
- рецепты низкокалорийных и постных блинов и блинчиков;
- рецепты начинок для блинов – сладких, сытных и постных;
- рецепты оладий;
- рецепты блинов и оладий национальных кухонь мира;
- рецепты сладких и несладких соусов к блинам, блинчикам и оладьям;
- рецепты вкуснейших блюд из блинов – курников, бабок, блинных пирогов.

А также: количество порций и время приготовления, калорийность и полезные советы по выбору муки и других ингредиентов для приготовления блинов и блинчиков.

С удовольствием включим и ваши любимые рецепты блинов и блинчиков. Готовьте вместе с нами и ни один блин не выйдет комом!

От редакции	4
-------------------	---

САЛАТЫ

Салат с маринованными опятами	6
Салат Охотничий	7
Шведский салат с сельдью	7
Теплый салат с куриной печенью	8
Азиатский салат из тыквы	9
Арабский салат Фаттуш	9
Салат деревенский по-итальянски	10
Теплый салат из картофеля с копченой рыбой	11
Турецкий салат Гавурда	11
Теплый мясной салат по-корейски	12
Итальянский теплый салат из «перьев» с ветчиной и овощами	13
Легкий салат с заправкой «винегрет»	13
Теплый салат из чечевицы с креветками	14
Салат эльзасский	15
Салат Беловежский	15

ЗАКУСКИ

Террин из телятины с оливками	18
Закусочный пирог с капустой	19
Фаршированные яйца	19
Заливной карп	20
Суфле из индейки	21
Суфле из семги	21
Кимчи из капусты и дайкона по-корейски	22
Тыква запеченная	23
Сельдь маринованная с яблоками	23
Холодец из куриных лапок	24
Холодец из свиных ножек и птичьих потрохов	25
Горячая закуска из куриной печени	25

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Праздничный кролик по-французски	28
Запеченные цыплята-корнишоны	29
Стейки из лосося в духовке	29
Свинина по-нормандски	30
Утиная печень форрестер	31
Говяжья печень пикато	31
Запеченный свиной окорок	32
Филиппинская Афритада	33
Котлеты Валленберг	33
Судак под сливочным соусом	34

Рыба запеченная по-гречески	35
Рыба в кунжуте по-китайски	35
Шукрут с двумя видами капусты	36
Рагу из индейки в тыкве	37

ПРАЗДНИЧНЫЕ ПОСТНЫЕ БЛЮДА

Тайский салат с пекинской капустой	40
Салат из молодой капусты	41
Грузинский салат газпахули	41
Салат из моркови и грейпфрута	42
Салат из свеклы по-татарски	43
Теплый салат с зеленой фасолью	43
Рагу со сладким бататом	44
Соте с баклажанами по-французски	45
Пудинг из ржаного хлеба с яблоками	46
Каша Северная	47
Шведский ночной хлеб	47

НА ДЕСЕРТ

Итальянская Кассата с орехами и сухофруктами	50
Домашнее сливочно-черничное мороженое	51
Малиновое гранита	51
Банановый пай	52
Парфе из манго с йогуртом	52
Нежный мусс на молочном шоколаде	53
Кейк-попсы с кокосовой стружкой	53
Кокосовые пирожные без выпечки	54
Шоколадно-медовый хлеб	55
Клубничный десерт с мятным йогуртом	55
Австрийское шоколадное суфле	56
Французское яблочное суфле	57
Лимонный сорбет	57

СЛАДКИЕ ПРЕЗЕНТЫ

Пряники медовые	60
Португальское печенье «Сахарные палочки»	61
Печенье из йогурта	61
Упаковка сладких подарков	62
Помадка из сгущенки	64
Постные конфеты из сухофруктов	65
Постное рассыпчатое печенье	65
Французское печенье Бретон	66



Домашний повар, № 6 (69)/2024
Праздничное ассорти

Журнал зарегистрирован Федеральной службой
по надзору в сфере связи, информационных
технологий и массовых коммуникаций
Свидетельство ПИ № ФС 77-77744 от 29.01.2020 г.

Учредитель, редакция и издатель:

© ООО «Издательская группа «КАРДОС»

Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.

Адрес редакции:

127018, Россия, г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4
email: telek@kardos.ru

Адрес издателя: 111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская,
д. 13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор ВАВИЛОВ А.Л.

Тел. 8-495-580-95-77

зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.

выпускающий редактор ЖУЧКОВА С.С.

билд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

верстка-дизайн НАЙДЕНОВ А.А.

Заместитель генерального директора

по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.

Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru

Отдел подписки

тел. 8-495-937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора

по рекламе и PR

ДАНДЫКИНА А.Л.

**Ведущий менеджер по работе
с рекламными агентствами** ЖУЙКО О.В.,

телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273

Ведущий дизайнер: НЕМЫКИН Н.Н.

Телефон департамента рекламы: +7 (495)-792-47-73,

e-mail: reklama@kardos.ru

Время подписания в печать по графику:

17.00 17.10.2024 г., фактическое: 17.00 17.10.2024 г.

Дата производства: 27.10.2024 г.

Дата выхода в свет: 01.11.2024 г.

Отпечатано в типографии ООО «РОСПРЕСС»

606034, Нижегородская обл.,

г. Дзержинск, пр-т Циолковского, д. 66, кв. 26

Тираж 254 500 экз. Номер заказа 397.

Для читателей старше 12 лет. Объем 3 п. л.

Розничная цена свободная.

Фото предоставлены Shutterstock/FOTODOM

Редакция не несет ответственности за достоверность ре-

кламных материалов. Сайт журнала www.kardos.media

Подписной индекс П5927 в каталоге «Почта России»

и на сайте <https://podpiska.pochta.ru>

Редакция имеет право публиковать любые присланные

в свой адрес произведения, обращения читателей,

письма, иллюстрационные материалы. Факт пересылки
означает согласие их автора на использование присланных
материалов в любой форме и любым способом в изданиях

ООО «Издательская группа «КАРДОС».

Копирование без указания источника запрещено.

ОТ РЕДАКЦИИ

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ, ЦЕНИТЕЛИ ПРИГОТОВЛЕННОГО СВОИМИ РУКАМИ!

В нашей серии «Домашний повар» вышел
очередной помощник для любителей го-
товить – журнал рецептов «Праздничное
ассорти».

В этом сборнике мы постарались собрать
не только вкусные рецепты на праздник из
архивов редакции, но и как всегда, доба-
вили те, которыми вы, дорогие читатели,
регулярно делитесь с нами. Для удобства
сборник состоит из разделов: салаты, заку-
ски, горячие блюда, постные праздничные
блюда, блюда на десерт. Также в сборнике
есть рецепты сладких презентов, которые
можно не только повесить на елку, но и пре-
поднести в качестве подарка. Целый раздел
посвящен таким рецептам, из которых мож-
но приготовить сладкие подарки, а также
идеям для их упаковки. Причем делать такие
милые сувениры можно не только взрос-
лым, но и вместе с детьми.

По сложившейся традиции каждый рецепт
сопровождается информацией о количестве
порций, калорийности и времени пригото-
вления.

**СОЗДАВАЙТЕ СЕБЕ ПРАЗДНИЧНОЕ
НАСТРОЕНИЕ ВМЕСТЕ
С НАШИМИ РЕЦЕПТАМИ.**



САЛАТЫ

- **Рецепты**
- **Секреты приготовления**
- **Полезные советы**

Салатов на праздничном столе может быть сколь угодно много, особенно если застолье ожидается долгое. К новогоднему столу многие хозяйки традиционно подают оливье и селедку под шубой. Мы предлагаем внести в эту славную традицию немного разнообразия и приготовить еще два-три салата по нашим рецептам.

Салат с маринованными опятами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г картофеля
150 г маринованных опят
1 луковица
2 яйца
2-3 веточки укропа
1 ч. л. горчицы
2 ст. л. сметаны
растительное масло
соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Картофель тщательно вымыть, сварить в мундире, очистить, нарезать мелкими кубиками.
- 2 Яйца сварить вкрутую, очистить, нарезать такими же кубиками.
- 3 Грибы нарезать крупно (часть оставить для украшения), лук – очень мелкими кубиками, укроп некрупно порубить.
- 4 Лук обжарить на растительном масле до прозрачности, дать полностью остыть.
- 5 Сделать заправку: смешать сметану с горчицей.
- 6 Смешать все ингредиенты, выложить на десертные тарелки с помощью кулинарного кольца, посыпать укропом, сверху выложить грибы.
- 7 Поместить салат в холодильник не менее чем на 1 час. Снимать кольцо лучше перед подачей салата.

СОВЕТ

Выбирать для украшения лучше грибы одного размера. Выкладывать грибы как украшение лучше, когда салат будет помещен в кулинарное кольцо. Чтобы выровнять верх грибов для украшения, можно несильно приложить сверху кольца плоскую тарелку.



Салат Охотничий

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г белокочанной
капусты
4 небольших
маринованных огурчика
1 крупная морковь
1 крупная луковица
2-3 зубчика чеснока
1 красный сладкий перец
3-4 веточки укропа
2-3 ст. л. маринада
из-под огурцов
0,5 ч. л. сахара
молотый черный перец
соль



6
порций



25
кКал



10
часов

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Капусту тонко нашинковать, посыпать солью, помять руками до появления сока, оставить на 10-15 минут.

2 Морковь, перец и огурцы нарезать тонкой соломкой, лук – тонкими полукольцами, чеснок измельчить, укроп очень мелко нарубить.

3 Сделать заправку: маринад от огурцов довести до кипения, добавить сахар, размешать до его растворения, посолить, поперчить, добавить укроп, перемешать.

4 Соединить все ингредиенты, залить горячей



заправкой, перемешать, дать полностью остыть, убрать в холодильник на 8-10 часов.

Шведский салат с сельдью

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 сельдь с/с
1 свекла
3-4 картофелины
1 луковица
2 соленых огурца
1 лимон
3-4 веточки укропа
160 мл жирной сметаны
1 ч. л. меда
соль



4
порции



116
кКал



1 час
30 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Картофель и свеклу запечь в духовке до готовности (или сварить), дать остыть, очистить.

2 Снять с сельди филе, нарезать небольшими кусочками.

3 Лук нарезать тонкими полукольцами, остальные овощи – небольшими кубиками, укроп некрупно порубить.

4 Из лимона выжать 1 ст. л. сока.

5 Сделать заправку: соединить сметану, лимонный сок и мед, хорошо взбить.

6 В одной емкости соединить сельдь, лук, карто-



фель, свеклу и огурец, посолить, перемешать, заправить, посыпать укропом.



Теплый салат с куриной печенью

ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г куриной печени
10-12 помидорок черри
1 апельсин
30 г сушеной клюквы
150 г салатных листьев
1 небольшой пучок зелени
1 ст. л. сливочного масла
растительное масло
1 ч. л. сахара
молотый черный перец
соль
кунжут



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 С апельсина снять цедру на мелкой терке; из 1/2 части мякоти выжать сок, залить клюкву вместе с цедрой. Оставшуюся часть мякоти очистить от пленок, порезать.
- 2 Яблоки освободить от жесткой сердцевины, нарезать крупными ломтиками, зелень мелко порубить.
- 3 Печень вымыть, обсушить, нарезать крупными кусками, обжарить на смеси масел (половина сливочного и 2 ст. л. растительного) до готовности, в самом конце посолить, поперчить; извлечь из сковороды, сохранять теплой. В эту же сковороду положить клюкву (вместе с соком), добавить 1-2 ст. л. растительного масла, слегка посолить и поперчить; прогреть, помешивая, 2-4 минуты.
- 4 В другой сковороде разогреть оставшееся сливочное масло, выложить яблоки, посыпать сахаром, обжарить до золотистого цвета с двух сторон.
- 5 На большое блюдо разложить салатные листья, на них выложить ломтики яблок, куски печени и апельсины перемешать, выложить сверху, полить заправкой с клюквой, посыпать зеленью и кунжутом.

СОВЕТ

Вместо сушеной клюквы можно взять горсть зерен граната.

Азиатский салат из тыквы

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г мякоти тыквы
300 г пекинской капусты
2 апельсина
несколько листочков
руколы
3-4 пера зеленого лука
2 ст. л. семян кунжута
1 ст. л. меда
1 ст. л. соевого соуса
1 ст. л. растительного
масла
3 ст. л. майонеза
1 ч. л. горчицы
0,5 ч. л. куркумы, соль
молотый черный перец



4
порции



49
ккал



1 час
30 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Тыкву нарезать небольшими брусочками толщиной 3-4 см, выложить на противень.

2 Сделать маринад: соединить соевый соус, мед и растительное масло, посолить, поперчить, взбить до однородности; смазать ломтики тыквы.

3 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке до мягкости (40-45 минут).

4 Из одного апельсина выжать сок, со второго срезать цедру (вместе с белым слоем), острым ножом аккуратно вырезать мякоть.

5 Сделать заправку: смешать майонез, горчицу и сок, добавить куркуму, посолить, поперчить.



6 Капусту нарезать тонкой соломкой, лук мелко на рубить, руколу порвать руками; добавить кунжут, перемешать, заправить половиной заправки.

7 Запеченную тыкву разложить по порционным салатникам, сверху выложить капусту и кусочки апельсиновой мякоти, полить заправкой.

Арабский салат Фаттуш

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 нетонкий лаваш
1 лимон, 1 длинный огурец
3-4 помидора
2 зубчика чеснока
1 небольшой пучок
зеленого лука
1 небольшой пучок
петрушки, соль
1 ст. л. сушеной мяты
растительное масло
молотый черный перец



4
порции



64
ккал



30
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Лаваш разрезать на 2 части, запечь в духовке до румяной корочки, дать остыть, наломать руками на небольшие кусочки.

2 Чеснок пропустить через пресс, залить 1 ст. л. лимонного сока.

3 Помидоры и огурцы нарезать небольшими ломтиками, зелень мелко нарубить.

4 Сделать заправку: в чесночно-лимонную смесь влить 6-7 ст. л. растительного масла, хорошо взбить.



5 Соединить помидоры, огурцы, кусочки лаваша и рубленую зелень, посыпать сушеной мятой, посолить, поперчить, заправить полученным соусом.



Салат деревенский по-итальянски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г мелких макаронных изделий
1 небольшой кабачок
2 баклажана
3 небольших сладких перца (лучше разного цвета)
1 крупная морковь
2-3 зубчика чеснока
100 г маслин б/к
горсть кедровых орехов
1-2 веточки базилика
растительное (оливковое) масло
молотый черный перец
соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Макароны сварить в подсоленной воде до состояния аль денте, откинуть на дуршлаг.
- 2 Морковь, цукини, баклажаны и перцы нарезать небольшими кубиками, листики базилика – тонкой соломкой, маслины – колечками, чеснок раздавить плоской стороной ножа.
- 3 В сотейнике разогреть 4 ст. л. масла, положить чеснок, нагреть до отчетливого запаха, извлечь чеснок.
- 4 На чесночном масле обжарить морковь (2 минуты), добавить перец, жарить еще 3 минуты, добавить баклажаны, жарить 2 минуты, добавить цукини, посолить, перемешать, жарить 5-7 минут.
- 5 Добавить в сотейник маслины и базилик, перемешать, снять сотейник с огня, накрыть крышкой, через 5 минут. добавить макаронные изделия, перемешать.
- 6 Дать содержимому сотейника полностью остыть, переложить в лоток с крышкой, убрать в холодильник на 2 часа.
- 7 Перед подачей проверить на соль (досолить при необходимости), поперчить, добавить 1-2 ст. л. масла, перемешать.

калорийность указана на 100 г продукта

Теплый салат из картофеля с копченой рыбой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г картофеля
200 г рыбы г/к
3 стебля сельдерея
1 пучок зеленого лука
2 ст. л. зернистой горчицы
1 ст. л. растительного
масла
майонез
молотый черный перец
соль



4
порции



149
ккал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Картофель тщательно вымыть, сварить в подсоленной воде до готовности.
- 2** Сельдерея нарезать тонкими дольками, зеленый лук – колечками, рыбу разобрать руками на небольшие кусочки.
- 3** Сделать заправку: смешать горчицу, масло и майонез. Картофель нарезать кубиками, смешать с заправкой.
- 4** Добавить рыбу, сельдерея, зеленый лук, посолить, поперчить, перемешать. Подавать немедленно (теплым) или охлажденным.



Турецкий салат Гавурда

ИНГРЕДИЕНТЫ:

3 помидора, 1 перчик чили
1 красный сладкий перец
1 красная луковица
горсть грецких орехов
0,5 ч. л. сушеной мяты
4-5 веточек петрушки
2-3 веточки базилика
2 ст. л. соуса наршараб
растительное масло
лимонный сок, соль
молотый черный перец
хлопья острого перца



4
порции



53
ккал



20
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Орехи крупно нарубить, подсушить на сухой сковороде, дать остыть.
- 2** Лук нарезать тонкими перьями, сладкий перец – соломкой, острый перец – тонкими колечками, помидоры – крупными дольками, листики базилика – тонкими полосками, петрушку мелко нарубить.
- 3** Лук выложить в салатник, залить гранатовым соусом, оставить на 10-15 минут.
- 4** Добавить в салатник остальные ингредиенты, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным со-



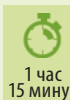
ком, заправить растительным маслом, перемешать, посыпать орехами.



Теплый мясной салат по-корейски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г говядины
2 длинных огурца
1 луковица
1 сладкий (болгарский) перец
1-2 зубчика чеснока
3 ст. л. растительного масла
4 ст. л. соевого соуса
2 ст. л. уксуса (5%)
1 ч. л. сахара (с горкой)
1 ч. л. молотого кориандра
1 ч. л. молотого чили перца
1 ч. л. соли



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Огурцы разрезать вдоль пополам, каждую половинку – еще раз пополам, каждую получившуюся «палочку» – на 3-4 части; сложить в миску, посыпать солью, оставить на 15 минут.
- 2 Мясо нарезать очень тонкой соломкой, лук – полукольцами, чеснок натереть на мелкой терке (или пропустить через пресс).
- 3 Огурцы отжать (сок слить), посыпать сахаром, перцем чили и кориандром, добавить чеснок, перемешать.
- 4 В воке (или сотейнике с толстым дном) хорошо разогреть растительное масло, обжарить на сильном огне мясо до румяности, добавить лук, жарить еще 1 минуту, добавить соевый соус, готовить при постоянном помешивании еще 2 минуты; все содержимое вока выложить сверху на огурцы.
- 5 Сладкий перец нарезать тонкой соломкой, выложить на мясо, полить уксусом, оставить на 5 минут.
- 6 Салат перемешать; подавать теплым или охлажденным до комнатной температуры.

СОВЕТ

Чтобы нарезать мясо тонко, его можно слегка подморозить.

калорийность указана на 100 г продукта

Итальянский теплый салат из «перьев» с ветчиной и овощами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 г макаронных изделий
«перья», 12 оливок б/к
1 небольшой кабачок
1 сладкий перец
8 помидорок черри
150 г ветчины
1-2 зубчика чеснока
1 небольшой пучок
петрушки
1 ст. л. сушеного орегано
растительное масло
молотый черный перец
соль



4
порции



112
кКал



30
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 «Перья» сварить в подсоленной воде согласно инструкции на упаковке, откинуть на дуршлаг.
2 Ветчину, кабачок и перец нарезать небольшими кубиками, помидорки и оливки разрезать пополам, чеснок измельчить, петрушку мелко порубить.
3 Кабачок и перец обжарить на растительном масле до мягкости (4-5 минут).
4 Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, посыпать орегано, сбрызнуть растительным маслом, перемешать; подавать немедленно.



Легкий салат с заправкой «винегрет»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г помидорок черри
200 г смеси салатных
листьев
50 г кедровых орехов
1 небольшой пучок
петрушки
100 мл растительного
масла
2 ст. л. винного уксуса
2 ч. л. дижонской горчицы
молотый черный перец
соль



4
порции



68
кКал



20
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Орехи подсушить на сухой сковороде. Помидорки черри разрезать пополам, петрушку мелко нарубить.
2 Сделать заправку винегрет: соединить растительное масло, винный уксус и горчицу, взбить до состояния жидкой сметаны, добавить рубленую петрушку, перемешать.
3 Соединить в одной емкости салатные листья и черри, посолить, поперчить, заправить полученным соусом, перемешать, разложить по порционным салатникам, посыпать орехами.





Теплый салат из чечевицы с креветками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 г зеленой чечевицы
200 г очищенных креветок
1 сладкий перец
50 г стручковой фасоли
1 луковица
2-3 зубчика чеснока
1 пучок зелени (петрушка,
укроп)
1 лимон/лайм
растительное масло
молотый черный перец
соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Чечевицу сварить до готовности.
- 2 Лук нарезать тонкими перьями (или полукольцами), перец – небольшими полосками, чеснок измельчить, зелень некрупно порубить, из лимона выжать 1-2 ч. л. сока.
- 3 Чеснок обжарить на растительном масле (30 с), добавить креветки, жарить все вместе 2 минуты, добавить чечевицу, перемешать, прогреть 1-2 минуты.
- 4 Одновременно в другой сковороде обжарить лук до прозрачности, добавить фасоль и перец, жарить еще 1 минуту.
- 5 Соединить чечевицу с креветками и лук с фасолью и перцем, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком, перемешать, разложить по порционным салатникам, посыпать зеленью; подавать немедленно.



калорийность указана на 100 г продукта

Салат эльзасский

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 отварное куриное филе
- 2 зеленых яблока
- 1 луковица, соль
- 1 пучок салатных листьев
- 2 маринованных огурчика
- 1 ст. л. яблочного уксуса
- 1 ст. л. дижонской горчицы
- 2 ст. л. растительного масла, 2 веточки мяты
- 2 веточки петрушки
- 1-2 веточки свежего тимьяна
- молотый черный перец

6
порций73
кКал15
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Филе разобрать на небольшие кусочки, лук нарезать тонкими полукольцами, огурцы и яблоки – маленькими кубиками, мяту и петрушку (только листики) мелко нарубить, с тимьяна снять листики, салатные листья порвать руками.

2 Сделать заправку: взбить масло, уксус и горчицу до состояния соуса, посолить, поперчить, добавить мяту, петрушку и листики тимьяна.

3 Соединить все ингредиенты, перемешать, полить заправкой.



Салат Беловежский

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г печени индейки
- 3 соленых огурца
- 5 яиц
- 100 г сушеных белых грибов
- 2 луковицы
- растительное масло
- майонез

4
порции138
кКал2 часа
30 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Печень, грибы и яйца сварить до готовности, остудить. Печень, грибы, огурцы и лук мелко нарезать, яйца мелко порубить или натереть отдельно желтки и белки.

2 Лук пожарить на растительном масле до золотистого цвета.

3 Выложить печень, лук, белки, грибы, огурцы, желтки, смазывая слегка слои майонезом, убрать в холодильник на 1-3 часа.

СОВЕТ

Вместо печени индейки можно использовать куриную, говяжью, телячью.



ДОМАШНИЙ ПОВАР СВ

№4 / 2024

100 ВКУСНЫХ рецептов

НА ПРАЗДНИК



12+

ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ С БОГАТЫМИ ИЛЛЮСТРАЦИЯМИ И ПОШАГОВЫМ ОПИСАНИЕМ

- ✓ В каждом выпуске **100 вкусных рецептов** проверенных и популярных блюд
- ✓ Все блюда можно приготовить **из доступных продуктов**, купленных в обычном магазине
- ✓ Каждый рецепт **имеет информацию** о калорийности, количестве персон и времени приготовления блюда
- ✓ Каждый выпуск содержит **секреты и советы** по приготовлению

**ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 6 ДЕКАБРЯ. СПРАШИВАЙТЕ
В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ
ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:**



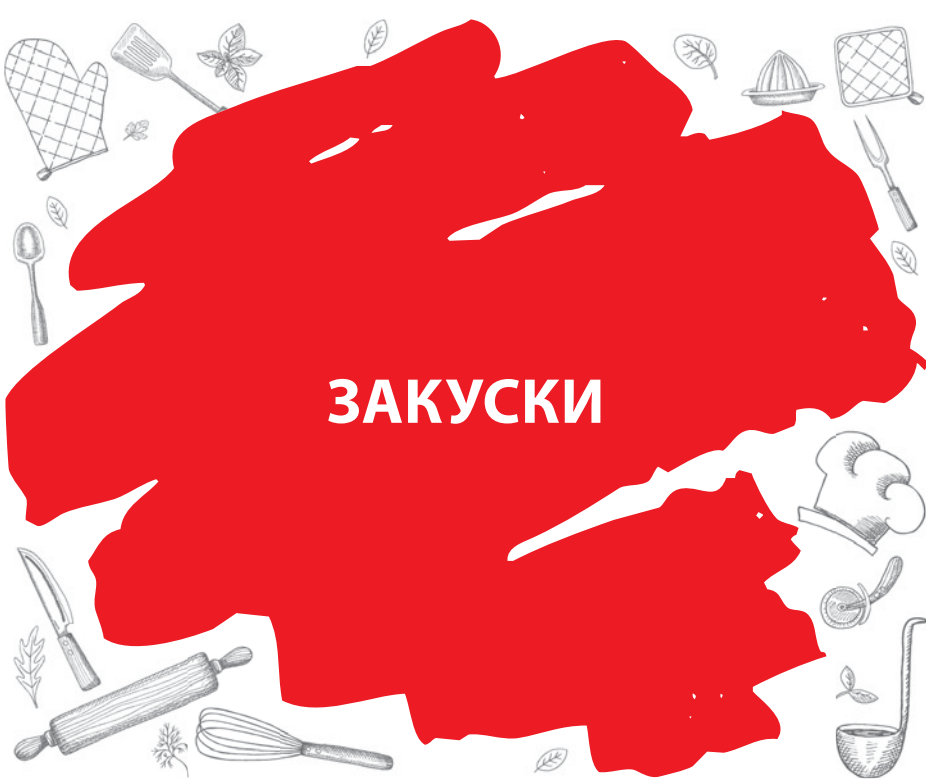
WILDBERRIES
wildberries.ru¹

На сайте маркетплейса
наберите в поисковой
строке полное
наименование:

**Издательская группа
КАРДОС**

Реклама 12+

¹ ООО «Вайлдбери». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449



ЗАКУСКИ

- **Рецепты**
- **Секреты приготовления**
- **Полезные советы**

У закусок особая ответственность – они должны быть вкусными и разнообразными. Ведь именно на закусках «стоит» новогодний стол до подачи главного блюда, которое появляется на столе, как правило, уже после полуночи. В этом разделе вы найдете рецепты закусок на любой вкус.

Террин из телятины с оливками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

700 г фарша из телятины
 200 г тонких ломтиков бекона
 150 г оливок б/к
 2 луковицы
 3-4 зубчика чеснока
 100 мл сливок
 100 г панировочных сухарей
 5-6 веточек петрушки
 специи
 молотый черный перец
 соль



6
порций



112
ккал



2
суток

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лук и чеснок нарезать как можно мельче, оливки – кружочками.
- 2 В фарш добавить лук и чеснок, панировочные сухари, сливки, специи, посолить, поперчить, тщательно вымесить, убрать в холодильник на 12-24 часа.
- 3 В прямоугольную форму для выпечки выложить ломтики бекона так, чтобы они свисали с бортиков, на бекон выложить половину фарша, затем – оливки и петрушку, накрыть оставшимся фаршем, покрыть поверхность террина беконом.
- 4 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 60-80 минут (террин должен уплотниться).
- 5 Слить вытопившийся из бекона жир, дать террину полностью остыть, затянуть пищевой пленкой, сверху разместить небольшой груз, убрать в холодильник на 12-48 часов.



калорийность указана на 100 г продукта

Закусочный пирог с капустой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г белокочанной
капусты

3 стакана муки

1 ч. л. разрыхлителя

3 яйца

1 ч. л. сахара

70 мл растительного
масла

молотый черный перец

соль



8
порций



148
кКал



1 час
20 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Капусту мелко нашинковать, обжарить в небольшом количестве масла (~10 минут), посолить, поперчить, перемешать, дать остыть.

2 Яйца взбить (миксером или венчиком) с сахаром и щепоткой соли до пышной пены, тонкой струйкой (не переставая взбивать) влить оставшееся масло, всыпать просеянную муку с разрыхлителем, еще раз взбить.

3 Добавить в тесто капусту, перемешать, выложить в форму для запекания. Выпекать в разогретой до



180 градусов духовке до уверенного румянца (~40 минут).

Фаршированные яйца

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 крупных яйца

50 г сушеных белых
грибов

1 маленькая луковица

1 ст. л. сливочного масла

1 ст. л. растительного
масла

2 помидора

майонез

молотый черный перец

соль



4
порции



143
кКал



1 час
10 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, разрезать вдоль пополам.

2 Грибы залить кипятком, оставить на 20 минут, отжать, нарезать мелкими кубиками; настой процедить, вернуть грибы, варить 10-15 минут, откинуть на дуршлаг.

3 Лук нарезать мелкими кубиками, обжарить на смеси масел до прозрачности, добавить грибы, жарить 10-15 минут, дать остыть.

4 Извлечь из яиц желтки, размять вилкой, соединить с грибами, заправить майонезом, перемешать, нафаршировать белки.



5 Яйцо поставить начинкой вниз, обрезать верх яйца, отрезать часть помидора, приложить его к яйцу и зубочисткой и майонезом сделать «точки».



Заливной карп

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 крупный карп (~1 кг)
- 25 г желатина
- 1,5 ст. л. меда
- 50 г изюма
- 1 луковица
- 2 лимона
- 1 стебель сельдерея
- 1 морковь
- 1 лавровый лист
- 1 перчик чили
- 6-8 горошин душистого перца
- соль



4
порции



81
ккал



4
часа

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Изюм промыть, залить 1 стаканом горячей воды, довести до кипения, добавить мед, перемешать, снять с огня, оставить на 30 минут.
- 2** Желатин замочить в холодной воде.
- 3** Из одного лимона выжать сок, второй нарезать тонкими кружками, перчик чили нарезать тонкими колечками.
- 4** Лук, морковь и сельдерея очистить, нарезать крупными кусками, залить 1,5 л воды, подсолить, довести до кипения, варить 10 минут.
- 5** Карпа очистить от чешуи, выпотрошить, снять филе, нарезать порционно, положить в кастрюлю с овощами, довести до кипения, добавить лавровый лист, варить 8 минут.
- 6** Выложить куски рыбы на тарелку, бульон процедить, добавить отжатый желатин, перемешать до его полного растворения, влить лимонный сок и медовый отвар с изюмом, еще раз перемешать.
- 7** Кусочки рыбы выложить в форму, вокруг разложить кружки лимона и колечки чили, осторожно залить бульоном с изюмом; убрать в холодильник до полного застывания.



калорийность указана на 100 г продукта

Суфле из индейки

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г фарша из индейки
150 г корня сельдерея
50 мл жирных сливок
(или сметаны)
4 яйца
1 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. муки
щепотка орегано
0,5 ч. л. сушеного тимьяна
молотый черный перец
соль

4
порции75
кКал1 час
15 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Корень сельдерея крупно нарезать, залить кипящей водой, сварить до готовности (20 минут), пюрировать.

2 Соединить пюре сельдерея и фарш, добавить сливки и специи, посолить, перемешать.

3 Отделить желтки от белков; белки взбить в крепкую пену, осторожно ввести в полученную массу.

4 Формочки смазать маслом, обсыпать мукой, разложить «тесто» для суфле, поставить формочки в глубокий противень (или форму для запекания),



заполненный водой. Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 40 минут; подавать немедленно.

Суфле из семги

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г филе семги
2 яйца
100 мл жирных (от 20 %) сливок
50 г сливочного сыра
1 лимон
3-4 веточки укропа
щепотка мускатного ореха
молотый черный перец
соль

4
порции158
кКал1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Из филе удалить все косточки, нарезать филе небольшими кусочками, измельчить в блендере.

2 Отделить желтки от белков; белки взбить в крепкую пену.

3 Укроп мелко нарубить, из четверти лимона выжать сок.

4 Соединить рыбный фарш, сливки, сыр, желтки, укроп и лимонный сок, добавить мускатный орех, посолить, поперчить, перемешать.

5 Ввести в полученную массу белки, разложить по смазаным маслом формочкам.



6 Поместить формочки в пароварку, готовить 25 минут.



Кимчи из капусты и дайкона по-корейски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г капусты
(молодой или китайской)
500 г дайкона
1 пучок петрушки
3-4 пера зеленого лука
1 ч. л. муки
20 г красного молотого
перца
соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Капусту нарезать небольшими квадратиками, дайкон – кусочками в виде листьев ивы, лук и чеснок измельчить, стебли петрушки (листья не понадобятся) разрезать на 2-3 части.
- 2 Соединить капусту, дайкон, стебли петрушки, лук и чеснок, посолить, посыпать красным перцем, перемешать.
- 3 Сделать рассол: муку развести в небольшом количестве воды, довести до кипения, дать немного остыть, добавить соль по вкусу.
- 4 Залить овощи рассолом, убрать в холодильник на сутки.



калорийность указана на 100 г продукта

Тыква запеченная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг мякоти тыквы
3 ст. л. растительного
(оливкового) масла
2-3 ст. л. бальзамического
уксуса
2 ст. л. молотого
кориандра
соль

4
порции52
ккал1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Тыкву нарезать тонкими ломтиками (0,5-1 см), сложить в глубокую миску.
2 Полить тыкву маслом и бальзамиком, посолить, посыпать кориандром, перемешать, выложить на противень.
3 Запекать в разогретой до 160 градусов духовке 40-45 минут, в процессе 1-2 раза перемешать.

СОВЕТ К РЕЦЕПТУ

Запеченную тыкву можно использовать в качестве закуски, в салатах и в качестве гарнира к мясу, птице или рыбе.



Сельдь маринованная с яблоками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 филе с/с сельди
1 красное яблоко
0,5 ст. л. меда, 1 лимон
0,5 ст. л. нарезанного
укропа
1 небольшая красная
луковица
100 мл натурального
йогурта
1,5 ст. л. белого винного
уксуса, соль
1,5 ст. л. растительного
масла, 1 лавровый лист
молотый черный перец

4
порции115
ккал1
сутки

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 С половины лимона снять цедру (на мелкой терке), выжать сок.
2 Лук нарезать тонкими полукольцами, яблоки – небольшими кубиком, филе сельди – порционно; сложить все в миску, добавить лавровый лист.
3 Сделать маринад: соединить йогурт, лимонный сок, цедру, масло, уксус, мед и укроп, посолить, поперчить, хорошо перемешать.
4 Залить продукты в миске маринадом, убрать в холодильник минимум на сутки.



Холодец из куриных лапок

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг куриных лапок
400 г куриных бедер
1 луковица
2 моркови
3-4 зубчика чеснока
3-4 горошины черного
перца
3-4 горошины душистого
перца
1 лавровый лист
соль



6
порций



94
ккал



5
часов

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Куриные лапки тщательно вымыть, срезать когти, опустить на 3 минуты в кипящую воду, откинуть на дуршлаг, счистить верхний слой кожи, еще раз промыть.
- 2 Сложить куриные лапки в кастрюлю, туда же положить бедра, залить 2,5 л холодной воды, довести до кипения, снять пену, варить на самом слабом огне не менее 4-х часов.
- 3 За 1 час до окончания варки добавить в кастрюлю очищенные лук и морковь, перцы, лавровый лист, бульон посолить.
- 4 Готовый бульон процедить, проверить на соль.
- 5 Куриное мясо снять с костей, нарезать мелко, выложить в формы для холодца, добавить пропущенный через пресс чеснок, перемешать, залить бульоном.
- 6 Когда содержимое форм полностью остынет, убрать их в холодильник до полного застывания.

СОВЕТ К РЕЦЕПТУ

Чтобы бульон получился прозрачным, необходимо как можно чаще снимать пену и всплывающий на его поверхность жир. По этой же причине варить бульон следует на самом малом огне.

калорийность указана на 100 г продукта

Холодец из свиных ножек и птичьих потрохов

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 свиные ножки
500 г птичьих потрохов
(печень, желудки,
сердечки)
2 яйца
2 луковицы
2 моркови
1 ч. л. черного перца
горошком
соль

6
порций103
кКал6
часов

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Свиные ножки тщательно вымыть, залить холодной водой, оставить на сутки.

2 В кастрюлю сложить свиные ножки, птичьи потроха, очищенные овощи, перец горошком, залить водой, довести до кипения, посолить, варить 4-6 часов на самом малом огне.

3 Яйца сварить вкрутую, нарезать кружочками.

4 Готовый бульон процедить, проверить на соль.

5 Снять мясо со свиных ножек, нарезать мелко вместе с потрохами, раз-



ложить по формам для холодца, сверху выложить кружки яиц, залить бульоном.

Горячая закуска из куриной печени

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г куриной печени
1 луковица
1 стакан сметаны
70 г сыра
1 ст. л. (с горкой) муки
растительное масло
соль

4
порции146
кКал40
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Печень промыть, освободить от пленок, нарезать небольшими кусочками.

2 Лук нарезать мелкими кубиками, сыр натереть на терке. Обжарить на растительном масле лук до прозрачности, добавить печень, жарить до румяной корочки (5-8 минут).

3 В небольшом ковшике смешать сметану и 1 стакан воды, посолить, поперчить, довести до кипения, всыпать муку, размешать (следить, чтобы не образовывались комочки), прогреть 1-2 минуты.

4 Печень разложить по порционным формочкам,



залить сметанным соусом, посыпать сыром.

5 Запекать в разогретой до 180-190 градусов духовке до золотистой корочки (10-15 минут).



НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✓ Более 100 проверенных хозяйками рецептов в каждом номере
- ✓ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве персон
- ✓ Советы по выбору и хранению продуктов
- ✓ Интересные истории создания блюд, ставшие легендами кулинарного творчества
- ✓ Варианты меню для праздников
- ✓ Советы по приготовлению блюд для детей

**ЖУРНАЛ УЖЕ В ПРОДАЖЕ. СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТЕ:



WILDBERRIES
wildberries.ru¹

На сайте маркетплейса
наберите в поисковой
строке полное
наименование:
**Издательская группа
КАРДОС**

¹ 000 «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449



ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

- **Рецепты**
- **Секреты приготовления**
- **Полезные советы**

Горячее блюдо – «гвоздь» любого праздничного стола. Однако новогодний стол, как правило, отличается от других и наполнением, и длительностью застолья. Поэтому каким именно будет горячее блюдо, не особенно важно – важно вовремя и красиво его подать. Не жалейте свежих овощей и зелени, выберите подходящий гарнир, и гости будут в восторге.



Праздничный кролик по-французски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 тушка кролика
1 куриная грудка
200 г подкопченного бекона
1 луковица, 1 морковь
2-3 зубчика чеснока
100 мл жирных сливок (или сметаны)
растительное (оливковое) масло
1 лавровый лист
сушеные прованские травы по вкусу
молотый черный перец
соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Кролика обмыть, обсушить, нашпиговать чесноком, натереть солью и перцем, внутрь положить лавровый лист, убрать в холодильник на сутки.

2 Куриную грудку нарезать очень мелкими кусочками (или пропустить через мясорубку), бекон – крупными кубиками, лук – мелкими кубиками, морковь натереть на терке.

3 Бекон вытопить, на вытопленном жире спассеровать лук и морковь (если жира мало, добавить растительное масло).

4 Соединить куриную грудку, бекон и пассерованные овощи, посолить, поперчить, добавить 1-2 ст. л. сливок (или сметаны) и прованские травы по вкусу, тщательно перемешать.

5 Кролика нафаршировать, брюшко зашить (или заколоть зубочистками), обмазать оставшимися сливками, выложить в сбрызнутую растительным маслом форму для запекания.

6 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке до готовности (1,5-2 часа), периодически поливая выделяющимся соком.

Запеченные цыплята-корнишоны

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 цыпленка-корнишона
1 лимон
6 зубчиков чеснока
6 веточек тимьяна
100 г сливочного масла
2 ст. л. сахара
соль



4
порции



143
кКал



2
часа

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Приготовить рассол: растворить в 1,5 л воды сахар и 3 ст. л. соли.

2 Цыплят поместить в рассол на 30-40 минут, затем промыть под проточной водой, обсушить, натереть солью (очень осторожно) и перцем.

3 В сковороде разогреть сливочное масло, положить 2 раздавленных зубчика чеснока и 2 веточки тимьяна, слегка обжарить (1-2 минуты); масло процедить, смазать цыплят.

4 Внутри цыплят поместить по четверти лимона, оставшиеся чеснок и тимьян.



5 Поместить цыпленка в форму для запекания.

6 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке, периодически поливая выделяющимся соком, 30 минут (если румяная корочка не образовалась, поместить под гриль на 3-5 минут).

Стейки из лосося в духовке

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 стейка из лосося
(семга, форель)
растительное масло
молотый черный перец
соль



4
порции



156
кКал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Стейки натереть солью, оставить при комнатной температуре на 30-40 минут.

2 Стейки хорошо промыть под проточной водой, тщательно обсушить.

3 Форму для запекания сбрызнуть растительным маслом, застелить бумагой для выпечки, выложить стейки.

4 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке 7-15 минут (в зависимости от толщины стейка).

5 Готовые стейки выложить на тарелки, поперчить; подавать немедленно.



Свинина по-нормандски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

800 г свинины (шея)

2 зеленых яблока

1 луковица

1 стебель лука-порей

1 морковь

150 мл жирных сливок
(или сметаны)

400 мл яблочного сока

1 ст. л. крахмала

1 ст. л. дижонской горчицы
растительное (оливковое)
масло

1-2 лавровых листа
молотый черный перец
соль



4
порции



235
ккал



1 час
50 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Мясо нарезать небольшими кусочками, лук – кубиками, морковь – тонкими кружками, порей – кусочками 3 см; яблоки разрезать на 6-8 частей, удалив сердцевину.

2 Мясо обжарить на растительном масле до уверенной корочки, переложить в кастрюлю с толстым дном.

3 На той же сковороде обжарить репчатый лук до прозрачности (2 минуты), добавить порей, жарить еще 1 минуту; переложить в кастрюлю к мясу.

4 Добавить в кастрюлю морковь и лавровый лист, влить подогретый яблочный сок, довести до кипения, тушить на небольшом огне под крышкой почти до готовности мяса (30-40 минут).

5 В небольшом ковшике соединить сливки (сметану) и горчицу, перемешать, всыпать крахмал, еще раз перемешать, томить на минимальном огне, постоянно помешивая, 2 минуты.

6 Добавить в кастрюлю яблоки, тушить до мягкости, влить соус, готовить, помешивая, до загустения (5-7 минут).

7 Подавать с картофельным пюре или рисом.

Утиная печень форрестер

ИНГРЕДИЕНТЫ:

800 г утиной печени
10 свежих шампиньонов
2 крупных помидора
1 луковица
1 зубчик чеснока
1 ст. л. муки
1 ст. л. сливочного масла
растительное масло
1 ч. л. паприки
1 ч. л. прованских трав
молотый черный перец
соль



4
порции



136
кКал



30
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Печень очистить от пленок, обсушить, нарезать ломтиками, обвалять в муке.

2 Лук нарезать полукольцами, грибы – пластинами, чеснок измельчить; с помидоров снять шкурку, нарезать крупными кубиками.

3 В сотейнике на смеси масел обжарить грибы (1-2 минуты), вынуть шумовкой из сотейника, отложить.

4 В этом же сотейнике обжарить лук и чеснок (2 минуты), отложить.

5 Долить немного растительного масла, хорошо прогреть, обжарить, постоянно помешивая, печень (5 минут), отложить.

6 Влить в сотейник 0,5 стакана воды, добавить прованские травы и паприку,



уварить полученный соус (5-7 минут).

7 Вернуть в сотейник печень, лук и чеснок, грибы, перемешать, посолить, поперчить, хорошо прогреть, снять с огня, добавить помидоры, перемешать и немедленно подавать.

Говяжья печень пикато

ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 г говяжьей печени
100 г пармезана
2 яйца
3 ст. л. крахмала
щепотка мускатного ореха
растительное масло
молотый черный перец
соль



4
порции



199
кКал



30
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Печень вымыть, обсушить, освободить от пленок и протоков, нарезать ломтиками, слегка отбить, поперчить, сложить в миску, залить 2 ст. л. масла, оставить на полчаса.

2 Пармезан натереть на мелкой терке, смешать со взбитыми до однородности яйцами и мускатным орехом.

3 Ломтики печени обвалять сначала в крахмале, затем – в сырной смеси.



4 Жарить на хорошо разогретом масле по 2 минуты с каждой стороны.

Запеченный свиной окорок

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1,5 кг свинины б/к (окорок)
- 2 луковицы
- 3-4 зубчика чеснока
- 1 ст. л. меда, 1 лимон
- 2 ст. л. горчицы
- 1 ст. л. меда
- 1 ч. л. семян кориандра
- 1/2 ч. л. черного перца горошком
- 2 лавровых листа
- 3 ст. л. уксуса, 3 ст. л. соли
- растительное масло
- молотый черный перец



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Нагреть (но не кипятить) 2 л воды, положить лавровый лист, 0,5 ч. л. черного перца, соль, довести до кипения, снять с огня, дать остыть.
- 2** Добавить в маринад мед, перемешать.
- 3** Лук, чеснок и лимон нарезать крупно, добавить в маринад вместе с уксусом.
- 4** Мясо погрузить в маринад и убрать в холодильник на 24-48 часов.
- 5** Достать мясо из маринада, обсушить, обмазать горчицей, смешанной с молотым черным перцем и кориандром, выложить в форму для запекания, сбрызнуть растительным маслом, запечатать форму фольгой.
- 6** Запекать в разогретой до 200 градусов духовке 1 час, снять фольгу, уменьшить температуру в духовке до 180 градусов, запекать еще 1-1,5 часа, периодически поливая выделяющимся соком.
- 7** Перед подачей нарезать порционно.



калорийность указана на 100 г продукта

Филиппинская Афритада

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 куриных окорочка
300 г картофеля
1 луковица
1 морковь
2 сладких перца (лучше разноцветных)
4-5 зубчиков чеснока
1 банка консервированных томатов в с/с (400 г)
100 г замороженного зеленого гороха
1-2 ст. л. соевого соуса
растительное масло
молотый красный перец
соль



4
порции



133
ккал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Лук нарезать мелкими кубиками, картофель, перец и морковь – кубиками среднего размера, чеснок измельчить.
2 В глубоком сотейнике обжарить куриные окорочка на растительном масле до румяной корочки, отложить.
3 В том же сотейнике обжарить картофель и морковь (4-5 минут), отложить.
4 Обжарить до прозрачности лук, добавить чеснок, жарить 30 секунд, добавить помидоры (с соком), хорошо прогреть, вернуть в сотейник картофель и морковь, перемешать.
5 Выложить в сотейник окорочка, посолить, поперчить, накрыть сотейник крышкой, тушить 15 минут.



6 Добавить сладкий перец, влить соевый соус, осторожно перемешать, готовить под крышкой еще 10 минут, проверить на соль, всыпать горошек (не размораживать), готовить еще 3-5 минут (под крышкой).

Котлеты Валленберг

ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 г говяжьей вырезки
3 яйца
250 мл жирных (35 %) сливок
панировочные сухари
сливочное масло
молотый белый перец
соль



4
порции



172
ккал



40
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Отделить желтки от белков (белки не понадобятся).
2 Мясо 3 раза пропустить через мясорубку (использовать решетку с отверстиями для мелкого помола).
3 В фарш добавить желтки и сливки, посолить, поперчить, взбить венчиком до однородности.
4 Сформировать небольшие котлетки (лучше делать это мокрыми руками),



обвалять в панировочных сухарях, обжарить на сливочном масле.

Судак ПОД СЛИВОЧНЫМ СОУСОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1,2 кг филе судака
(на коже)
6 крупных яиц
240 г сливочного масла
1 большой пучок укропа
молотый черный перец
соль



6
порций



136
ккал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Кожу судака очистить от чешуи, натереть солью и перцем, оставить при комнатной температуре.
- 2 Яйца сварить вкрутую, белки и 3 желтка нарезать мелкими кубиками.
- 3 Укроп мелко нарубить.
- 4 Половину масла растопить, растереть с целыми желтками и щепоткой соли, добавить рубленые яйца и укроп, перемешать.
- 5 Филе нарезать порционно, приготовить на пару.
- 6 За 2 минуты до готовности судака соус подогреть, добавить оставшееся масло, дать ему полностью растаять.
- 7 Готовое филе выложить на тарелки, полить сливочным соусом.



калорийность указана на 100 г продукта

Рыба запеченная по-гречески

ИНГРЕДИЕНТЫ:

800 г филе рыбы (минтай, хек, судак, пикша)
1 зеленое яблоко
150 г феты (или брынзы)
1 ст. л. (с горкой) муки
1 яйцо
1 ст. л. сметаны
2 ч. л. лимонного сока
растительное масло
молотый черный перец
соль



4 порции



105 ккал



40 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Филе посолить, поперчить, обвалять в муке, обжарить, выложить в форму для запекания, сбрызнуть лимонным соком.

2 Фету натереть на терке (или разломать руками на небольшие кусочки), выложить на рыбу.

3 Яблоко очистить, натереть на терке, выложить поверх феты.

4 Отделить желток от белка (белок не понадобится), смешать со сметаной, выложить поверх яблока.

5 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 20-25 минут.



Рыба в кунжуте по-китайски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

800 г филе рыбы
7 см корня имбиря
150 г кунжутных семечек
1 лимон
2 ст. л. соевого соуса
2 ст. л. меда
2 ст. л. кунжутного масла
растительное масло



4 порции



127 ккал



3 часа

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Имбирь очистить, натереть на мелкой терке, из лимона выжать сок.

2 Сделать маринад: соединить имбирь, лимонный сок, соевый соус, кунжутное масло и мед, хорошо перемешать.

3 Рыбу нарезать крупно, залить маринадом, оставить на 2 часа.

4 Обвалять кусочки рыбы в кунжуте, обжарить на растительном масле до готовности (по 2-4 минуты с каждой стороны).

5 Оставшийся маринад вылить на сковороду, слегка выпарить, полить полученным соусом готовую рыбу.





Шукрут с двумя видами капусты

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г свиной вырезки
400 г свиных ребрышек
300 г бекона
1 небольшой кочан
капусты
500 г квашеной капусты
4 луковицы
300 мл овощного бульона
(или воды)
2 ст. л. коричневого сахара
20 ягод можжевельника
молотый черный перец
соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Вырезку нарезать поперек волокон тонкими (1 см) кусками, натереть каждый перцем и солью.
- 2 Ребра разрезать по одному, бекон и лук нарезать небольшими кубиками, капусту тонко нашинковать.
- 3 В глубоком жаропрочном сотейнике вытопить бекон, обжарить ребра и куски вырезки до уверенной корочки, переложить вместе с остатками бекона на тарелку.
- 4 На оставшемся жире обжарить лук до золотистого цвета, положить оба вида капусты (квашенную предварительно отжать), вернуть в сотейник бекон, ребра и вырезку, влить бульон (или воду), добавить можжевельник, посолить, поперчить, перемешать.
- 5 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 2 часа; подавать очень горячим.



8
порций



93
ккал



3
часа



Рагу из индейки в тыкве

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Рис залить холодной водой, оставить на полчаса.
- 2** Мясо нарезать небольшими кубиками, морковь и перец – соломкой, лук – мелкими кубиками, чеснок измельчить.
- 3** В глубоком сотейнике разогреть растительное масло, распустить в нем сливочное, обжарить до прозрачности лук, добавить морковь и сладкий перец, жарить еще 3-5 минут.
- 4** Добавить в сотейник мясо, жарить до подрумянивания, всыпать рис, добавить тимьян и чеснок, посолить, поперчить, влить 1 стакан горячей воды, томить под крышкой на небольшом огне 10-15 минут.
- 5** У тыквы срезать верхушку, извлечь семечки; выложить внутрь рагу, накрыть срезанной частью.
- 6** Запекать в разогретой до 200 градусов духовке 2 часа.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 крупная тыква
600 г мяса индейки
100 г риса
2 моркови
2 сладких перца
1 луковица
1-2 зубчика чеснока
50 г сливочного масла
2 ст. л. растительного масла
2 веточки тимьяна
молотый черный перец
соль



6 порций



83 ккал



3 часа

ДОМАШНИЙ ПОВАР^{сн}

КУХНИ НАРОДОВ МИРА

Салаты и закуски со всего света



Реклама. 12+

НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✔ Более 100 рецептов самых популярных национальных блюд в каждом номере
- ✔ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве порций
- ✔ Рассказы о том, как эти блюда появились и какими стали в наши дни
- ✔ Советы по приготовлению
- ✔ Секреты национальных приправ
- ✔ Подробности выбора посуды для приготовления и подачи национальных блюд

**ЖУРНАЛ УЖЕ В ПРОДАЖЕ. СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

ЗАКАЗЫВАЙТЕ, НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА, НА САЙТЕ:



WILDBERRIES
wildberries.ru¹

На сайте маркетплейса
наберите в поисковой
строке полное
наименование:
Издательская группа
КАРДОС

¹ 000 «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449



ПРАЗДНИЧНЫЕ ПОСТНЫЕ БЛЮДА

- **Рецепты**
- **Секреты приготовления**
- **Полезные советы**

Празднование Нового года в нашей стране выпадает на постные дни. Для тех, кто соблюдает пост, мы подобрали рецепты очень вкусных постных блюд, вполне достойных праздничного стола. Подойдут эти блюда также и для вегетарианцев, которые вполне могут оказаться среди ваших гостей.



Тайский салат с пекинской капустой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г пекинской капусты
300 г замороженной спаржевой фасоли
2 крупные моркови
2 сладких перца
1 пучок петрушки
0,5 стакана арахиса
2-3 пера зеленого лука

Для заправки:

3 ст. л. растительного масла
1 зубчик чеснока
1 см корня имбиря
1,5 ст. л. соевого соуса
1 ст. л. уксуса
2 ст. л. меда
1 ч. л. лимонного сока
1 ст. л. кунжутного масла



4
порции



44
ккал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Чеснок и имбирь натереть на мелкой терке.
- 2 Все ингредиенты заправки соединить в банке с заворачивающейся крышкой, потрясти до образования однородного соуса.
- 3 Фасоль опустить в кипящую воду (не размораживая), варить 3 минуты, откинуть на дуршлаг, обдать ледяной водой.
- 4 Пекинскую капусту нарезать тонкой соломкой, сладкий перец – соломкой, морковь натереть на крупной терке, зелень не крупно нарубить.
- 5 Орехи измельчить с помощью блендера или кофемолки до мелкой крошки.
- 6 В салатнице соединить пекинскую капусту, сладкий перец, морковь, фасоль, зелень и орехи, перемешать и заправить полученным соусом.



калорийность указана на 100 г продукта

Салат из молодой капусты

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 небольшой кочан молодой капусты
- 2 зеленых яблока
- 2 стебля сельдерея
- 3 ст. л. меда
- 1 ст. л. яблочного уксуса
- растительное масло
- молотый черный перец
- соль



4 порции



42 ккал



15 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Капусту тонко нашинковать, яблоки очистить, вырезать жесткую сердцевину, мякоть нарезать тонкой соломкой, сельдерея мелко нарезать.

2 Сделать заправку: мед смешать с уксусом и маслом, слегка взбить венчиком.

3 Соединить капусту, сельдерея и яблоки, посолить, поперчить, перемешать, заправить медовой заправкой.



Грузинский салат «Газапхули»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 свежих огурца
- 2 зеленых яблока
- 1 лимон
- 2-3 зубчика чеснока
- 0,5 пучка зеленого лука
- 0,5 пучка укропа
- 1 ст. л. растительного масла
- винный уксус
- молотый черный перец
- соль



4 порции



52 ккал



20 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Яблоки натереть на крупной терке, сбрызнуть лимонным соком.

2 Огурцы очистить, нарезать тонкой соломкой (или натереть на крупной терке).

3 Лук нарезать некрупно, укроп (только листья, без стеблей) и чеснок мелко нарубить.

4 В одной миске смешать яблоки, огурцы и зелень с чесноком, посолить, поперчить, заправить маслом и уксусом, перемешать.





Салат из моркови, грейпфрута

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 крупная морковь
1 грейпфрут
0,5 стакана очищенных орехов
салатный микс
1 ст. л. меда
3 ст. л. растительного масла
молотый черный перец
соль



4
порции



98
ккал



30
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Орехи подсушить на сухой сковороде, остудить, нарубить некрупно.
- 2 Морковь нарезать тонкой соломкой или натереть на крупной терке, салатные листья порвать руками.
- 3 С грейпфрута срезать шкурку, захватывая белую часть, тонким ножом вырезать мякоть, разделить на небольшие кусочки; из оставшегося «жмыха» выжать сок.
- 4 Смешать грейпфрутовый сок и мед; влить, постоянно взбивая, растительное масло до образования соуса, посолить, поперчить, перемешать.
- 5 Соединить морковь, мякоть грейпфрута и орехи, перемешать, заправить, посыпать листьями салата.



калорийность указана на 100 г продукта

Салат из свеклы по-татарски

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 крупная вареная
(или запеченная) свекла
1 крупная зеленая редька
1 небольшое яблоко
1 пучок зеленого лука
1 лимон
растительное масло
молотый черный перец
соль

4
порции34
ккал1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Свеклу, редьку и яблоко почистить и нарезать тонкой длинной соломкой, зеленый лук – тонкими колечками, из лимона выжать 1 ст. л. сока.

2 Редьку посолить, оставить на 10-15 минут, после чего отжать, сбрызнуть растительным маслом, оставить еще на 10 минут.

3 Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, перемешать, убрать в холодильник на 15-20 минут.



Теплый салат с зеленой фасолью

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г вареной
(или 2-3 запеченной свеклы)
400 г замороженной
стручковой фасоли
2-3 зубчика чеснока
горсть тыквенных семечек
(очищенных)
1 ч. л. лимонного сока
растительное масло
молотый черный перец
соль

4
порции96
ккал30
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Свеклу очистить, нарезать небольшими кубиками, семечки подсушить на сухой сковороде.

2 Фасоль опустить на 3 минуты в кипящую воду, откинуть на дуршлаг.

3 Чеснок раздавить плоской стороной ножа (не очищая), обжарить на растительном масле до явного аромата (1-2 минуты), извлечь из сковороды.

4 На «чесночном» масле обжарить фасоль (2-3 минуты), соединить со свеклой, посолить, поперчить, сбрызнуть маслом, перемешать, посыпать семечками; подавать немедленно.



Рагу со сладким бататом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 батат
2 кабачка
2 сладких перца
2 помидора
1 огурец
2 луковицы
1 морковь
100 мл растительного (оливкового) масла
2 ст. л. соевого соуса
1 ст. л. куркумы
сушеные пряные травы (базилик, тимьян, розмарин)



8
порций



53
ккал



40
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Все овощи нарезать крупными кубиками.
- 2 В воке (или в глубоком сотейнике с толстым дном) хорошо разогреть растительное масло, обжарить батат.
- 3 Добавить морковь, обжарить до перемены цвета.
- 4 Добавить лук, обжарить до прозрачности.
- 5 Добавить кабачки и огурец, обжаривать еще 3-5 минут.
- 6 Добавить сладкий перец, жарить еще 2-3 минуты.
- 7 Добавить помидоры, жарить 2-3 минуты, добавить соевый соус и специи, при необходимости влить немного (60-100 мл) горячей воды, тушить до готовности.

СОВЕТЫ

- Главное при приготовлении блюд в воке – это постоянно помешивать его содержимое, чтобы все овощи обжаривались равномерно.
- Соевый соус можно заменить солью, компенсируя при этом недостаток жидкости горячей водой.



калорийность указана на 100 г продукта



Соте с баклажанами по-французски

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Перцы разрезать пополам, аккуратно удалить семена и перегородки, баклажаны разрезать пополам вдоль, лук нарезать мелкими кубиками, чеснок – очень мелкими кубиками, морковь – тонкой соломкой (или натереть на крупной терке), петрушку некрупно нарубить.
- 2 Выложить баклажаны, перцы и помидоры на застеленный бумагой для выпечки противень, сбрызнуть растительным маслом; запекать в разогретой до 200 градусов духовке 25 минут.
- 3 Помидоры и перцы извлечь из духовки, дать немного остыть; баклажаны оставить в духовке еще на 15-20 минут.
- 4 Лук обжарить на растительном масле до прозрачности, добавить морковь, жарить до перемены цвета.
- 5 Нарезать перцы, помидоры и баклажаны небольшими одинаковыми кубиками, сложить в кастрюлю с толстым дном, добавить чеснок, обжаренные лук и морковь, всыпать орегано и листики тимьяна, влить 2-3 ст. л. растительного масла и немного (~50 мл) горячей воды, посолить, аккуратно перемешать, готовить 5-6 минут.
- 6 При подаче поперчить и посыпать петрушкой.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 баклажана
2 сладких перца
2 помидора
1 морковь
1 крупная луковица
1-2 зубчика чеснока
1 небольшой пучок петрушки
1-2 веточки тимьяна
щепотка орегано
растительное (оливковое) масло
молотый черный перец
соль



4
порции



47
кКал



1 час
10 минут

Пудинг из ржаного хлеба с яблоками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г яблок
250 г подсохшего ржаного хлеба
7 ст. л. меда
100 мл растительного масла
молотая корица
кардамон

4
порции162
ккал1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яблоки очистить, нарезать небольшими кубиками, переложить в сотейник, влить 2-3 ст. л. воды и половину меда, тушить, помешивая, до пюреобразного состояния.
- 2 Хлеб натереть на терке, подсушить на сухой сковороде до румяности, добавить масло, оставшийся мед и специи, хорошо перемешать, через 3-5 минут снять с огня.
- 3 В форму для запекания выложить половину хлебной массы, затем – яблочное пюре, сверху – оставшуюся хлебную массу; разровнять и сбрызнуть растительным маслом, запечатать форму фольгой.
- 4 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 25-30 минут, за 10 минут до готовности фольгу с формы снять.



калорийность указана на 100 г продукта

Каша Северная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

100 г гречки
100 г риса
1 свекла
1 морковь
2-3 зубчика чеснока
горсть сушеных белых грибов
1 ч. л. уксуса (или лимонного сока)
растительное масло
соль



4 порции



63 ккал

1 час
15 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Гречку подсушить на сухой сковороде, рис промыть и обсушить.

2 Овощи натереть на крупной терке, свеклу сбрызнуть уксусом; чеснок измельчить.

3 Дно чугунного казана (или кастрюли с толстым дном) сбрызнуть растительным маслом и выложить слоями: гречку, половину грибов, половину чеснока, свеклу, рис, оставшиеся грибы, чеснок, морковь.

4 Посолить и налить столько воды, чтобы она покрывала содержимое казана на два пальца.

5 Накрыть казан крышкой и поставить в разогретую



до 180 градусов духовку на 1 час.

6 В готовую кашу влить 2-3 ст. л. растительного масла, перемешать и немедленно подавать.

Шведский ночной хлеб

ИНГРЕДИЕНТЫ:

450 мл (266 г) пшеничной муки
10 г свежих (или 5 г сухих) дрожжей
2 ч. л. сахара
3 ст. л. семян льна
3 ст. л. кунжута
1 ч. л. соли
растительное масло для смазывания формы



4 порции



297 ккал



1 час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Дрожжи развести в 250 мл теплой воды, добавить остальные ингредиенты, всыпать просеянную муку, перемешать.

2 Форму для выпечки смазать маслом, выложить полученную смесь, затянуть форму пищевой пленкой, смазанной маслом, поставить в холодильник на ночь.

3 Утром поставить форму в холодную духовку, включить нагрев, довести до 220 градусов, печь до готовности (40-45 минут).





**ЖУРНАЛЫ
В ПРОДАЖЕ
С 22 НОЯБРЯ.
СПРАШИВАЙТЕ
В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ
ОТДЕЛЕНИЯХ**

Реклама

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:



OZON
ozon.ru¹



WILDBERRIES
wildberries.ru²



Я Market
market.yandex.ru³

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: **Издательская группа КАРДОС**

¹ ООО «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741.

² ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

³ ООО «ЯНДЕКС». 119021, г. Москва, ул. Льва Толстого, д.16. ОГРН 1027700229193.

A large, irregular teal shape serves as a background for the title. It is surrounded by various line drawings of baking tools and ingredients: a checkered oven mitt, a spatula, a sprig of basil, a leaf, a citrus squeezer, a checkered cloth, a fork, a spoon, a knife, a rolling pin, a whisk, a sprig of rosemary, a small bowl, a spoon, a leaf, and a small bowl.

НА ДЕСЕРТ

- **Рецепты**
- **Секреты приготовления**
- **Полезные советы**

На сладкое в новогоднюю ночь можно подать один большой торт или маленькие пирожные, порционные десерты или мороженое. В этом разделе вы найдете идеи на любой вкус. Причем ни для выпечки торта, ни для того, чтобы сделать мороженое, никаких особых умений вам не понадобится.



Итальянская Кассата с орехами и сухофруктами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 мл жирных сливок
100 г сахара
4 яйца
2 ст. л. изюма
100 г кураги
100 г орехов
1 лимон



4
порции



138
ккал



1 час
30 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Изюм залить кипятком, оставить на 20 минут, отжать.
- 2 Курагу нарезать мелкими кубиками, с лимона аккуратно снять цедру на мелкой терке.
- 3 Орехи подсушить на сухой сковороде, дать остыть, не крупно нарубить.
- 4 Отделить желтки от белков (желтки не понадобятся).
- 5 Сахар всыпать в небольшой ковшик, влить 40 мл горячей воды; нагревать, помешивая, до полного растворения сахара.
- 6 Сливки взбить до пышной устойчивой пены, убрать в холодильник.
- 7 Белки взбить в пышную пену; не прекращая взбивать, очень тонкой струйкой влить горячий сироп; продолжать взбивать белки до твердых пиков.
- 8 Во взбитые белки аккуратно ввести взбитые сливки.
- 9 Добавить лимонную цедру, изюм, курагу и орехи, еще раз аккуратно перемешать.
- 10 Выложить полученную массу в форму, устланную пищевой пленкой, разровнять, убрать в морозилку до полного застывания.



калорийность указана на 100 г продукта

Домашнее сливочно-черничное мороженое

ИНГРЕДИЕНТЫ:

150 г черники
70 г сахара
300 мл охлажденных
жирных сливок
1 яйцо



6 порций



170 ккал



20 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Чернику и сахар сложить в чашу блендера, пробить до растворения сахара.
2 Сливки взбить в пышную пену.
3 Отделить желток от белка; белок взбить до твердых пиков.
4 Осторожно соединить чернику, сливки и белок, разложить по формам для мороженого, убрать в морозилку до застывания.



Малиновая гранита

ИНГРЕДИЕНТЫ:

700 г малины
(свежей
или замороженной)
300 г сахара



4 порции



102 ккал



1 час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Сахар растворить в 400 мл горячей воды, дать полностью остыть.
2 Малину пробить в блендере до состояния пюре, протереть через сито.
3 Соединить малиновое пюре и сахарный сироп, перемешать до однородности, выложить в контейнер, поставить в морозилку.
4 Через 2 часа граниту перемешать, затем перемешивать каждые 30-40 минут.
5 Готовую граниту разложить по креманкам или бокалам и подавать.





Баноффи пай

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Масло растопить и остудить, печенье измельчить, смешать с маслом. Бананы нарезать кружочками.
- 2 Бортик разъемной формы поставить на большую плоскую тарелку, выложить смешанное с маслом печенье, утрамбовать.
- 3 Вареную сгущенку слегка подогреть, выложить на основу, разровнять, сверху выложить бананы.
- 4 Сливки взбить, выложить на бананы; убрать в холодильник на 1-2 часа.
- 5 Шоколад растопить, слегка остудить, полить баноффи пай перед подачей.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 3 спелых банана
- 300 г печенья
- 1 банка вареной сгущенки
- 300 мл сливок 30 %
- 80 г сливочного масла
- 60 г шоколада



Парфе из манго с йогуртом

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Орехи подсушить на сухой сковороде, остудить, нарезать некрупно.
- 2 Манго очистить от кожуры, удалить косточки, небольшую часть нарезать для украшения, остальное пюрировать.
- 3 Добавить к пюре из манго сахарную пудру и йогурт, еще раз взбить.
- 4 Извлечь семена из коробочек кардамона, растолочь, добавить в пюре, хорошо перемешать.
- 5 Разложить пюре по креманкам, посыпать орехами и кусочками манго, убрать в холодильник на несколько часов.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 спелых манго
- 2 коробочки кардамона
- 400 мл натурального йогурта
- 2 ст. л. сахарной пудры
- 40 г орехов



Нежный мусс на молочном шоколаде

ИНГРЕДИЕНТЫ:

100 г молочного шоколада
80 г молока
1 ст. л. сахарной пудры
5 г желатина
150 г жирных сливок
свежие ягоды
или шоколадная стружка
для украшения



4 порции



156 ккал



30 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 В небольшом ковшике нагреть (но не доводить до кипения) молоко с желатином, снять с огня, добавить измельченный шоколад; перемешивать до полного растворения.

2 Сливки взбить с сахарной пудрой до загустения, добавить шоколадную массу, перемешать.

3 Разлить мусс по креманкам или высоким бокалам, убрать в холодильник до полного застывания.

4 При подаче украсить шоколадной стружкой, взбитыми сливками, листиками мяты или свежими ягодами.



Кейк-попсы с кокосовой стружкой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 г песочного печенья
50 г цукатов
200 г белого шоколада
150 г сыра маскарпоне
50 г кокосовой стружки
70 г декоративной посыпки
деревянные шпажки



8-10 порций



290 ккал



40 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Измельчить печенье. Слегка потолочь цукаты, смешать с печеньем.

2 Постепенно вмешивать маскарпоне, чтобы получилась пластичная масса.

3 Сформировать из полученной массы шарики диаметром 4-5 см, в каждый воткнуть шпажку.

4 Поместить заготовки в холодильник на 1 час.

5 На водяной бане растопить белый шоколад. Кокосовую стружку смешать с посыпкой. Охлажденные шарики покрыть с помощью кондитерской кисточки шоколадом, затем обмакнуть в смесь



кокосовой стружки и посыпки. Установить шарики вертикально до полного высыхания.

Кокосовые пирожные без выпечки

ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г печенья
3 ст. л. какао-порошка
80 г сахара
150 г размягченного
сливочного масла
150 г сахарной пудры
2 ст. л. кокосовой стружки



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Печенье измельчить, смешать с какао-порошком.
- 2 Сахар растворить в 50 мл воды, влить в полученную смесь, хорошо перемешать.
- 3 Сливочное масло взбить с сахарной пудрой и кокосовой стружкой.
- 4 Расстелить на столе пищевую пленку, выложить на нее смесь из печенья (хорошо утрамбовывая), разровнять.
- 5 Сверху выложить масляно-кокосовую смесь, разровнять.
- 6 Свернуть полученный пласт рулетом (помогая себе пленкой), завернуть в эту же пленку, убрать в морозилку на 1 час.
- 7 Застывший рулет нарезать ломтиками желаемой толщины.



калорийность указана на 100 г продукта

Шоколадно-медовый хлеб

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан пшеничной муки
0,5 стакана ржаной муки
20 г сухих дрожжей
200 г меда
1 яйцо
50 г сахара
100 мл молока
1,5 ст. л. какао-порошка
3 ст. л. сливочного масла
соль

6
порций386
кКал2
часа

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Муку просеять, смешать с какао и дрожжами.
2 Яйцо растереть с сахаром до бела, влить теплое молоко и слегка подогретый мед, перемешать.
3 В яично-молочную смесь всыпать мучную, замесить однородное тесто, оставить в теплом месте на 1 час, после чего переложить в форму для выпечки.
4 Выпекать в разогретой до 170 градусов духовке 45-50 минут; готовый хлеб извлечь из формы и дать полностью остыть на решетке.



Клубничный десерт с мятным йогуртом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г клубники
300 мл натурального йогурта
2 ст. л. сахара
1 пакетик ванильного сахара
2-3 веточки свежей мяты

4
порции70
кКал20
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Оборвать и измельчить листики мяты.
2 Смешать йогурт, сахар (включая ванильный) и измельченную мяту.
3 Ягоды нарезать тонкими пластинами, разложить по креманкам, полить йогуртовым соусом.

СОВЕТ

Десерт будет вкуснее, если использовать охлажденные ингредиенты.



Австрийское шоколадное суфле

ИНГРЕДИЕНТЫ:

70 г шоколада
70 г фундука
4 яйца
80 г размягченного сливочного масла
2 ст. л. сахарной пудры
1 ст. л. коричневого сахара
соль



4 порции



430 ккал



2 часа

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Фундук подсушить на сухой сковороде, дать слегка остыть, ссыпать в полотенце и энергично потереть, чтобы осыпалась шелуха; измельчить в кофемолке в муку.
- 2 Шоколад растопить на водяной бане (или в микроволновке).
- 3 Отделить желтки от белков.
- 4 В растопленный шоколад ввести 70 г сливочного масла, ореховую муку и сахарную пудру, перемешать, добавив по одному желтки, каждый раз хорошо перемешивая.
- 5 Белки взбить в крепкую пену со щепоткой соли, аккуратно ввести в шоколадную массу.
- 6 Формочки обильно смазать маслом, обсыпать коричневым сахаром, заполнить шоколадной массой на $\frac{3}{4}$.
- 7 Поставить формочки в форму для запекания, заполнить водой (так, чтобы формочки на $\frac{1}{3}$ были в воде).
- 8 Выпекать в разогретой до 170 градусов духовке 1 час; подавать немедленно.



калорийность указана на 100 г продукта

Французское яблочное суфле

ИНГРЕДИЕНТЫ:

700 г яблок
4 яйца
140 г сахара
35 г сливочного масла
щепотка корицы



4
порции



109
ккал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яблоки тщательно вымыть, удалить сердцевину, запечь в разогретой до 200 градусов духовке до мягкости (15 минут), натереть на терке (без шкурки).
- 2 Добавить в получившееся яблочное пюре сахар, варить, помешивая, до загустения, дать слегка остыть, добавить корицу, перемешать.
- 3 Отделить желтки от белков; белки взбить в крепкую пену и осторожно ввести в яблочное пюре.
- 4 Разложить полученную массу по смазанному маслом формочкам.
- 5 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 10-15 минут; подавать немедленно.



Лимонный сорбет

ИНГРЕДИЕНТЫ:

6 лимонов
300 г сахара



4
порции



110
ккал



30
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 С двух лимонов снять цедру на мелкой терке, из всех лимонов выжать сок.
- 2 Из сахара и 1 стакана воды сварить сироп, остудить.
- 3 Добавить в сироп лимонный сок и цедру, перемешать, выложить в контейнер, убрать в морозилку.
- 4 Когда сорбет начнет застывать, доставать его из морозилки и перемешивать каждые 30-40 минут.



ВСЕ НОМЕРА ЖУРНАЛА «ДОМАШНИЙ ПОВАР СПЕЦВЫПУСК ПРАЗДНИЧНОЕ ЗАСТОЛЬЕ»



Реклама 12+

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Новогодний праздник – это праздник изобилия. Люди хотят в наступающем году жить лучше, чем в уходящем. И поэтому, наверное, в народе появилась традиция устраивать богатый стол, готовя для него заранее все самое-самое. Подготовить настоящий пир непростое занятие. Оно требует настоящего мастерства, чувства меры, такта, изящества и конечно же радушия хозяев. Один из основных элементов праздника, это, конечно праздничное меню. Обычно оно включает в себя салаты, закуски, основное блюдо из мяса или птицы, рыбы или морепродуктов, а также выпечки и десертов. Не зря родилась поговорка, что не красна изба углами, а пирогами. И здесь все в ваших руках!

Мы постарались собрать в наших сборниках простые и сложные блюда, которые можно приготовить из ассортимента продуктов, купленных в супермаркете, советы и предложения по новой подаче традиционных блюд, по их приготовлению, хранению после праздника.

И мы всегда благодарны читателям, которые делятся с нами своими рецептами, ведь у каждой хозяйки в любом рецепте есть своя изюминка.

Творческих вам находок в оформлении традиционных блюд и новых вкусов!

**ЖУРНАЛЫ УЖЕ В ПРОДАЖЕ. СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**



СЛАДКИЕ ПРЕЗЕНТЫ

- **Рецепты**
- **Секреты приготовления**
- **Полезные советы**

Сладкие подарки – это то, что можно преподнести гостям в качестве милых сувениров. А можно повесить их на елочку на ярких лентах, чтобы дети угощались сладкими пряниками, хрустящими печеньями или домашними конфетами. Привлекайте детей к их выпечке и упаковке – радости не будет конца.



Пряники медовые

ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 г муки 1-го сорта
1 ч. л. разрыхлителя
250 г меда
400 г сахара
60 г сливочного масла
4 ч. л. лимонного сока
специи (корица, молотая
гвоздика)
соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Довести до кипения 130 мл чистой воды, добавить мед и 150 г сахара, прогреть до полного его растворения, добавить щепотку соли и масло, перемешать, снять с огня, дать немного остыть (до 80-85 градусов).

2 Муку с разрыхлителем и специями просеять в глубокую миску, добавить медовую «заварку» и 2 ч. л. лимонного сока; замесить однородное вязкое тесто, скатать в шар, обернуть пищевой пленкой, убрать в холодильник как минимум на трое суток.

3 Раскатать тесто в пласт толщиной 12 мм, вырезать небольшие круглые пряники (диаметром 5-6 см), выложить на противень.

4 Выпекать в разогретой до 220 градусов духовке 8-12 минут.

5 Сварить сироп для глазури: довести до кипения 100 мл воды, всыпать оставшийся сахар, размешать до полного растворения, варить 3-5 минут, в самом конце влить оставшийся лимонный сок.

6 Готовые пряники покрыть со всех сторон глазурью; выложить на решетку до полного остывания и застывания глазури.



Португальское печенье «Сахарные палочки»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан (170 г) муки
100 г размягченного сливочного масла
5 ст. л. сахара
1 яйцо



4 порции



457 кКал



1 час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Отделить желток от белка (белок не понадобится).
- 2 4 ст. л. сахара соединить с маслом и желтком, хорошо растереть (вилкой или руками).
- 3 Добавить муку, замесить однородное тесто.
- 4 Отщипывать от теста небольшие кусочки и скатывать их в длинные «колбаски».
- 5 Обвалять заготовки в сахаре и выложить на противень, устланный бумагой для выпечки.
- 6 Выпекать в разогретой до 200 градусов духовке 10-15 минут (зависит от толщины заготовок).



Печенье из йогурта

ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 г муки
0,5 ч. л. разрыхлителя
120 мл густого йогурта
50 г размягченного сливочного масла
50 г сахара
1 ч. л. ванильного сахара
соль



6 порций



357 кКал



1 час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Масло взбить с сахаром (включая ванильный), йогуртом и солью до однородности.
- 2 Добавить муку, замесить однородное тесто, затянуть емкость с тестом пищевой пленкой, убрать в холодильник на 20-30 минут.
- 3 Раскатать тесто в пласт толщиной 5-7 мм, вырезать формочками разные фигурки (или просто нарезать полосками или ромбиками).
- 4 Выложить заготовки на противень, устланный бумагой для выпечки.



- 5 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке до золотистого цвета (15-20 минут).

Упаковка сладких подарков

Традиция ходить в гости со сладкими презентами, а также дарить их своим гостям, еще совсем молода, но уже очень популярна. Красиво упакованные пряники, печенья, домашние конфеты большого ущерба бюджету не нанесут, а праздничное настроение создадут. Кроме того, это еще один способ продемонстрировать свои успехи в кулинарии.

К выпечке можно привлечь детей – они с удовольствием будут вырезать заготовки для печенья и пряников из теста, заворачивать в красивые бумажки самодельные конфеты, помогут раскладывать сладости в упаковку.

Для индивидуальных презентов можно использовать самую разнообразную упаковку. Самый простой, но не самый бюджетный вариант – жестяная коробочка, которая и после праздника будет напоминать гостю о вашем подарке.



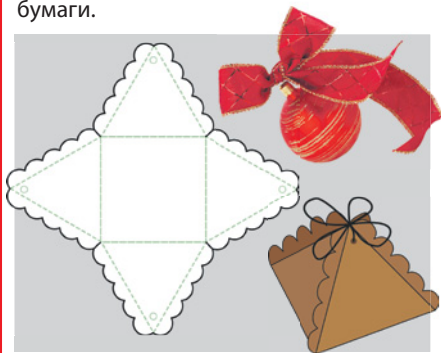
Можно упаковать сладкие подарки в прозрачные мешочки, завязав их яркой лентой.



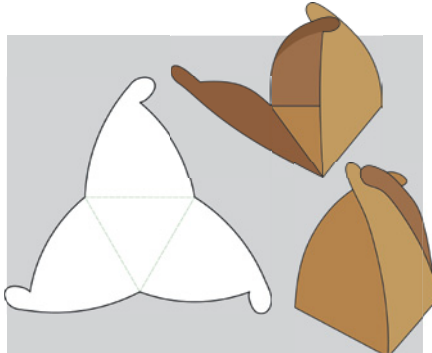
Можно сшить мешочки из красивой ткани самостоятельно



Можно сделать пирамидку из плотной бумаги.



Есть еще один вариант пирамидки.



Очень эффектный вариант – небольшие стеклянные баночки.



Наконец, печенье или пряники можно просто собрать стопкой и связать нарядной лентой.





Помадка из сгущенки

ИНГРЕДИЕНТЫ:

150 г сгущенного молока
(с сахаром)

150 мл молока от 3 %

75 г сливочного масла

300 г сахара



6
порций



431
ккал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 В кастрюле смешать все ингредиенты, довести до кипения при постоянном помешивании.
- 2 Варить на самом слабом огне до карамельного цвета.
- 3 Перенести кастрюлю в емкость с холодной водой, содержимое взбить миксером (не менее 5 минут).
- 4 Выложить смесь в форму, устланную пищевой пленкой, дать полностью остыть, убрать в холодильник на 30 минут.
- 5 Извлечь застывший пласт из формы, снять пленку, нарезать порционно; хранить в сухом темном месте при комнатной температуре.

СОВЕТ

Можно при наличии места выдавить смесь из кондитерского мешка в виде отдельных конфет



калорийность указана на 100 г продукта

Постные конфеты из сухофруктов

ИНГРЕДИЕНТЫ:

70 г фиников б/к
40 г кураги
40 г чернослива
30 г орехов
1 вафельная пластина
10 мл грейпфрутового сока



4
порции



34
ккал



1 час
30 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Все сухофрукты и орехи пропустить через мясорубку, влить сок, тщательно перемешать, убрать в холодильник на 1 час.

2 Охлажденную смесь разделить на равные кусочки, каждый из которых скатать в небольшой шарик и обвалять в натертой вафельной крошке.



Постное рассыпчатое печенье

ИНГРЕДИЕНТЫ:

350 г муки
150 г крахмала
1 ч. л. разрыхлителя
180 г сахара
1 пакетик ванильного сахара
150 мл растительного масла (без запаха)
соль



6
порций



268
ккал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Муку просеять, соединить с крахмалом и разрыхлителем.

2 Сахар (включая ванильный) растворить в 150 мл воды.

3 В мучную смесь влить масло и воду с растворенным сахаром, замесить однородное тесто.

4 Раскатать тесто в тонкий (3 мм) пласт, вырезать формочками различные фигурки, выложить их на противень, устланный бумагой для выпечки.

5 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке 12-15 минут.





Французское печенье Бретон

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан муки
0,5 стакана сахара
100 г размягченного сливочного масла
3 яйца
1 ст. л. молока



4
порции



408
ккал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Отделить желтки от белков (белки не понадобятся).
- 2 Масло взбить с сахаром до пышной белой пены; не прекращая взбивать, добавить 2 желтка.
- 3 Всыпать в масляную смесь просеянную муку, замесить однородное тесто.
- 4 Отщипывать от теста небольшие кусочки, раскатывать в тонкие пластинки произвольной формы, выкладывать на противень, устланный бумагой для выпечки.
- 5 Оставшийся желток смешать с молоком, густо смазать поверхность печений.
- 6 С помощью зубочистки нарисовать на желтково-молочной глазури красивые узоры.
- 7 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке 10-15 минут.



калорийность указана на 100 г продукта

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Продолжается подписка на 1-е полугодие 2025 года
на журнал «Домашний повар».

Оформить подписку до почтового ящика можно
во всех почтовых отделениях.

СТОИМОСТЬ ПОДПИСКИ на журнал «ДОМАШНИЙ ПОВАР» на 1-е полугодие 2025 года

на 2 месяца (за 1 номер)	на 4 месяца (за 2 номера)	на 6 месяцев (за 3 номера)
53,69 ₽ *	107,38 ₽ *	161,07 ₽ *

Журнал выходит 3 раза в полугодие
Подписной индекс **П5927**

ВНИМАНИЕ: подписку можно оформить на любые понравившиеся вам номера (для этого при оформлении подписки выберите соответствующие месяцы). * Цены указаны по каталогу «Почта России» для жителей г. Москвы (с доставкой до почтового ящика). Цена может незначительно меняться в зависимости от региона доставки. Уточняйте стоимость подписки в отделениях связи и на сайте <https://podpiska.pochta.ru>



ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также **НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА**

как подписаться,
сидя дома или на даче,
без посещения
почтового
отделения

Онлайн на сайте
Почты России
<https://podpiska.pochta.ru>
или через мобильное
приложение
«Почта России»



инструкция онлайн-подписки
на сайте podpiska.pochta.ru
и через мобильное приложение
«Почта России»

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите журнал (по индексу – П5927 или названию – «ДОМАШНИЙ ПОВАР»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

Отсканируйте
QR-код,
перейдите
на сайт Почты России
и оформите
подписку
на издание
«ДОМАШНИЙ ПОВАР»



ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

Возникли вопросы по подписке? Звоните в редакцию: 8 (495) 937-95-77 (доб.237)

