

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ Твой рецепт нужен всем!

20
руб.
Рекомендуемая Цена

ЛЮБЛЮ ГОТОВИТЬ!

№ 3 МАРТ 2017

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «БУРДА»

САЛАТ «МИМОЗА»

от Светланы Сидоренко



с. 34

МОРКОВНО-ТВОРОЖНЫЙ ДЕСЕРТ

от Алины Фисенко



с. 59

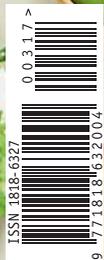
МАСТЕР-КЛАССЫ

- РИС С ГРИБАМИ
- КУРИНОЕ ФИЛЕ С ПЕРСИКАМИ
- КОНФЕТЫ ИЗ СУХОФРУКТОВ

Семья
СЛОБОДЯН
из Москвы угощает:

«СВИНЬЯ В АПЕЛЬСИНАХ»

с. 22-24



ISSN 1818-6327



9 771818 632004
* Рекомендуемая Цена

ЧИТАЙ В ЭТОМ НОМЕРЕ:

ПОСТНЫЕ БЛЮДА	4-13	МАМА НАУЧИЛА	46-47
С. 11		БАБУШКИНА ШКОЛА	48-49
		С ВЫДУМКОЙ	50
		СЛАДКАЯ ЖИЗНЬ	54-63
		С. 56	
МЕНЮ СЕЗОНА	14-20	МАСТЕР-КЛАСС	
В ГОСТЯХ У ЧИТАТЕЛЕЙ		Рис с грибами	12-13
С зимой прощаясь	22-24	Куриное филе с персиками	36-37
БЫСТРО И НЕДОРОГО	26-28	Конфеты из сухофруктов	62-63
ПРАЗДНИЧНОЕ ЗАСТОЛЬЕ	30-37	ДО ВСТРЕЧИ!	
ГОТОВИМ В УМНОЙ ТЕХНИКЕ	38-41	Все блюда номера	64
НАШИ КУЛИНАРНЫЕ ТРАДИЦИИ		Наши победители	65
Город у Тихого Дона	42-43	Конкурсный купон	66
НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ	44-45		



СОТРУДНИК РЕДАКЦИИ
ОПЫТНЫЙ ШЕФ-ПОВАР
ИРИНА ЖУКОВА

ПРИШЛА ВЕСНА!

Как бы ни пугала напоследок зима метелями и морозами, мы знаем, что теплое время года не за горами. Встретим же весну хорошим настроением и свежими кулинарными идеями! Март традиционно совпадает с Великим постом, и если вы соблюдаете его, то внимательно изучите рецепты, собранные нами в специальном разделе. Там действительно много интересного! А из блюд «Праздничного застолья» можно составить отличное меню для семейного обеда в честь 8 Марта. Отдельное спасибо тем, кто рассказывает о своем родном крае: благодаря вам мы можем каждый месяц совершать виртуальное путешествие в тот или иной российский город. Читайте наш весенний номер, пробуйте готовить, делитесь своими впечатлениями. Мы всегда рады вашим письмам!

ПРИЗЫ И КОНКУРСЫ

Следующий номер журнала выйдет 21 марта. Как всегда, он будет составлен из писем наших читателей-кулинаров. Присылай и ты рецепт и фото по адресу: 127521, Москва, а/я 60, «Люблю готовить!». В письме расскажи немного о себе и обязательно укажи свои паспортные данные, адрес с индексом, телефон, дату рождения и конкурсную рубрику. **ИНН ОБЯЗАТЕЛЕН!** Авторы всех опубликованных рецептов ждет денежный приз – 500 рублей. Когда ты получишь его почтовым переводом, пожалуйста, напиши об этом в редакцию или сообщи нам по электронной почте: gotovte@burda.ru

ПОДПИШИТЕСЬ НА ЖУРНАЛ!

"ПРЕССА РОССИИ" И "РОСПЕЧАТЬ" — 18127
"ПОЧТА РОССИИ" — П2943

И без мяса вкусно!

Из грибов можно приготовить немало разнообразных блюд, например, такие оладьи. Попробуйте и оцените!

НАТАЛИЯ ГРЕСЕВА, ВОРОНЕЖСКАЯ ОБЛ.



Картофельные оладьи с грибами

- 1 кг картофеля • 3 луковицы
- 400 г грибов • мука • соль
- 5 зубчиков чеснока • 100 мл грибного бульона • молотый черный перец • кориандр
- растительное масло для жаренья

1. Картофель, половину лука и чеснока очистить и хорошо вымыть. Овощи пропустить через мясорубку, приправить солью и молотым черным перцем. Всыпать муку, столько, чтобы получилась не слишком густая масса. Все хорошо перемешать до однородной массы.

2. На чугунной сковороде разогреть растительное масло. Столовой ложкой выложить картофельную массу, немного разравнивая лепешку.

3. Обжаривать с двух сторон до румяной корочки.

4. Грибы нарезать пластинами, оставшийся лук нарезать полукольцами, все обжарить на масле.

5. Добавить бульон, размешать, приправить специями, подержать на огне 5–7 мин.

6. Глиняный горшочек наполнить холодной водой и оставить на 30 мин.

7. Воду слить, салфеткой протереть внутри. Обмазать внутренние стенки маслом и пропущенным через пресс оставшимся чесноком.

8. Обжаренные оладьи уложить в горшочек, прослаивая грибной массой, заполняя до горлышка.

9. Поставить горшочек в разогретую до 180° духовку на 15 мин.



Конкурс

Присылай свой лучший рецепт постного блюда. **Приз за публикацию – 500 руб.**

Рецепты с фото присылай по e-mail или в письме.

Заполни купон на с. 66.



Попробуйте!
ВАДИМ ЯКИМЕНКО,
Г. МОСКВА

Картофельная запеканка

- 1 кг картофеля
- 3 луковицы
- 3 моркови • 300 г грибов • панировочные сухари • соль
- молотый перец
- приправы
- постный майонез
- зелень • растительное масло

1. Картофель вымыть, отварить в мундире. Очистить и размять в пюре, добавив немного картофельного отвара и соли. Морковь вымыть, очистить и натереть на средней терке. Лук очистить, мелко нарезать. Лук и морковь спассировать, посолить, поперчить и приправить. Грибы вымыть, нарезать и обжарить.

2. Дно и стенки формы смазать маслом и посыпать сухарями. Пюре разделить на две части. Одну выложить в форму. Положить на нее начинку. Накрывать второй частью пюре. Запекать 30 мин в духовке при 200°. Украсить постным майонезом и зеленью.

Очень аппетитная, полезная и сытная икра. Идеально в пост.

ИРИНА ЦЫПИНА, Г. БАРНАУЛ

Овощная икра



- 1 кабачок • 2 баклажана • 1 большая луковица • 1 большая морковь • 1 болгарский перец • 2 больших помидора
- 0,5 ч. л. сахара • 0,5 ч. л. уксуса • 1–2 зубчика чеснока
- соль, специи, зелень, растительное масло по вкусу

1. Кабачок, баклажаны, морковь, болгарский перец, помидоры вымыть, обсушить и очистить.

2. Сладкий перец очистить от плодоножки и семян.

3. Перец нарезать небольшими кубиками.

4. Морковь нарезать тонкой соломкой. Лук порубить.

5. Баклажаны и кабачок нарезать маленькими кубиками.

6. Чеснок очистить и нарезать очень мелко или пропустить через чесночный пресс.

7. На сковороде разогреть растительное масло, положить морковь и обжаривать в течение 3 мин.

8. Затем добавить в сковороду к моркови кабачок, баклажаны, лук, посолить, добавить сахар, приправить, хорошо перемешать и готовить еще 5 мин.

9. Добавить в сковороду к овощам лук и перец, влить уксус и готовить еще в течение 5–7 мин. Все хорошо перемешать.

10. Помидоры разрезать пополам, удалить плодоножку. Помидоры нарезать крупными кубиками.

11. Нарезанные томаты добавив в сковороду к овощам, хорошо перемешать и тушить, периодически помешивая, 20 мин.

12. Зелень вымыть, обсушить и мелко порубить.

13. Плитку выключить, добавить в сковороду измельченный чеснок, перемешать и дать постоять под крышкой 10 мин.

14. Овощную икру разложить по тарелкам, посыпать рубленой зеленью и подать на стол.



Отличная закуска!
МАРИНА МАЖАЕВА, Г. МОСКВА

Капуста со свеклой и морковью

- 1 кг белокочанной капусты • 1 свекла • 1 морковь
- 100 мл яблочного уксуса • 100 мл растительного масла
- 100 г сахара • 0,5 л воды • 1 ст. л. соли • 1 лавровый лист
- по 3 шт. гвоздики и душистого перца

1. Капусту нарезать квадратами. Свеклу и морковь натереть на средней терке.
2. Овощи соединить и перемешать.
3. Для маринада воду, масло, соль, сахар, перец, приправы соединить в кастрюле.

4. Довести до кипения, варить 3 мин.
5. Выключить и влить яблочный уксус. Маринадом залить капусту с овощами. Поставить под гнет.
6. Через сутки переставить в холодильник.



- 1 кабачок • 1 баклажан • 1 морковь
- чеснок • 1 помидор
- 1 луковица • 1 сладкий перец • зелень
- соль • 1 ст. л. томатного соуса • масло

Приятного аппетита!

МАРИНА ВИРЧЕНКО, Г. СОЧИ

Тушеные овощи

1. В кастрюлю налить растительное масло и затем слоями уложить крупно нарезанные овощи. Каждый можно немного посолить и поперчить. Полить соусом.
2. Накрывать крышкой и довести до кипения. Тушить на медленном огне 1–1,5 ч. После приготовления блюдо посыпать мелко нарезанной зеленью и чесноком.



Настоящее лакомство.
ОЛЬГА МАЙДАНОВА,
Г. БЕЛГОРОД

Тыква с сухофруктами

- 600 г тыквы • 200 г чернослива • 100 г изюма • 200 г тофу
- 1 ст. л. сахарной пудры • 1 стакан соевого молока

1. Тыкву вымыть и нарезать небольшими брусочками.
2. Изюм и чернослив хорошо промыть.
3. Тофу соединить и размять с молоком и сахарной пудрой.
4. Ингредиенты выкладывать в горшочки слоями: тыква – сухофрукты – тофу.
5. Залить соевым молоком.
6. Горшочки поставить в холодную духовку. Накрывать крышками.
7. Духовку разогреть до 200°.
8. Запекать в течение 30 мин.
9. За 5 мин до окончания приготовления крышки снять, дать запеканке немного подрумяниться.
10. При желании перед подачей на стол можно полить медом.



Картофель по-деревенски

Это простое блюдо – любимейший гарнир нашей семьи: муж и дети его обожают!

ИРИНА ИВАНОВА, г. СВЕТЛОГОРСК



- 1 кг картофеля
- 1 ст. л. молотой паприки
- 1 ч. л. пряных сушеных трав (например, базилика, тимьяна и майорана)
- растительное масло
- соль
- перец

1. Картофель тщательно вымыть щеткой. Молодой картофель можно не очищать, а старый лучше все-таки очистить. Клубни нарезать крупными дольками.

2. В большой кастрюле вскипятить воду, добавить не-

большое количество соли.

3. Опустить в нее подготовленные дольки картофеля, снова довести до кипения и варить 5–7 мин до полуготовности.

4. Затем воду слить, картофель переложить в форму для запекания. Полить

растительным маслом, добавить паприку и сушеные пряные травы. Посолить, поперчить по вкусу и аккуратно перемешать.

5. Духовку нагреть до 200°. Картофель запекать 30–40 мин до полной готовности и румяной корочки.

Совет Ирины Жуковой

• Чтобы картофель приобрел хрустящую корочку, дольки следует разложить на полотенце и дать им хорошо обсохнуть перед жареньем.

• Особенно красивый, золотистый цвет и пряный аромат картофелю придадут куркума или порошок карри. Стоит попробовать!

Иногда какой-нибудь неожиданный ингредиент делает обычное блюдо ну очень вкусным.

МАРИЯ АЗАРКИНА,
Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

Свекольный салат с тыквенными семечками

- 4 средние свеклы
- 50 г очищенных тыквенных семечек
- пучок петрушки
- 3 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. лимонного сока
- 2 зубчика чеснока
- соль
- черный молотый перец

1. Свеклу тщательно вымыть щеткой, затем отварить, дать немного остыть, очистить от кожицы и нарезать небольшими кубиками.

2. Зелень петрушки вымыть, обсушить бумажным полотенцем, потом мелко порубить.

3. Чеснок очистить и пропустить через пресс.

4. Тыквенные семечки очистить от кожуры и немного



подсушить на сухой сковороде.

5. Для заправки оливковое масло, лимонный сок, измельченный чеснок, соль, молотый черный перец соединить и хорошо перемешать или слегка взбить.

6. Свеклу, зелень, тыквенные семечки переложить в миску и полить приготовленной заправкой.

7. Все хорошо перемешать и убрать в холодильник на 30 мин. Перед подачей на стол украсить по желанию.

Ароматная, хрустит!

МАРИНА ВОДОЛАЗСКАЯ, Г. БИЙСК

Самая вкусная капуста



- 2 кг капусты
- 400 г моркови
- 400 г лука
- 120 г сахара
- 100 мл столового уксуса
- 100 мл растительного масла
- 1 ст. л. соли

1. Капусту вымыть и нашинковать.

2. Лук очистить и нарезать тонкими полукольцами. Морковь вымыть, очистить

и натереть на средней терке. Для маринада масло, уксус, соль, сахар соединить и перемешать.

3. Овощи соединить в большой миске, полить маринадом и аккуратно перемешать руками. Не мять!

4. Капусту с овощами разложить по стерилизованным банкам.

5. Накрывать салфетками и оставить на сутки при комнатной температуре.

6. Разложить по банкам и убрать в холодильник.