

ЛЮБИМЫЕ БЛЮДА

БЛЮДА ИЗ МЯСА



ММ
Миллион Меню



ТЕЛЯТИНА С РИСОМ И ГРИБАМИ ►

на 4 порции

- мякоть телятины **500 г**
- рис **200 г**
- лисички **200 г**
- вешенки **200 г**
- лук репчатый **2 головки**
- сметана **½ стакана**
- бульон **7 стаканов**
- зелень петрушки **2 пучка**
- чеснок **1 зубчик**
- масло растительное **2 ст. ложки**
- соль, перец черный молотый

- Одну луковицу мелко нарежьте, обжарьте на части масла, положите в кипящий бульон, добавьте рис и варите его до готовности. Затем рис откиньте на сито (1).
- Телятину нарежьте небольшими кусочками, жарьте с оставшимся мелко нарезанным луком до готовности (2), посолите.
- Петрушку ошпарьте, измельчите в блендере, добавив рубленый чеснок, соль, перец и оставшееся растительное масло (3).
- Грибы мелко нарежьте, обжарьте, добавьте мясо, тушите 10 минут, залейте сметаной.
- При подаче рис выложите на блюдо, сверху уложите телятину с грибами и соус из петрушки.



1



2



3

время приготовления: 50 минут





КОТЛЕТЫ С СЕКРЕТОМ

на 4 порции

- мякоть телятины **600 г**
- ветчина **100 г**
- яйца вареные **2 шт.**
- сливки густые **4 ст. ложки**
- масло сливочное **2 ст. ложки**
- сок лимонный **4 ч. ложки**
- соль,
перец черный
молотый

- Телятину нарежьте порционными кусками, отбейте, посолите, поперчите, сбрызните соком лимона (1).
- На каждый кусок мяса положите по ломтику ветчины и половинке яйца (2). Сверните мясо рулетами и перевяжите каждый ниткой (3).
- Жарьте котлеты на масле 10 минут, добавьте сливки и тушите под крышкой еще 5–7 минут.
- Подавайте котлеты с отварным рисом, оформив зеленью.



1



2



3

время приготовления: 40 минут

СВИНАЯ КОРЕЙКА ПОД СОУСОМ ►

на 4 порции

- корейка свиная
- листья капусты белокочанной
- грибы
- лук репчатый
- крупа гречневая «Макфа» вареная
- клюква
- мед
- мука пшеничная
- масло растительное
- перец сладкий желтый
- чеснок
- соль, перец черный молотый

800 г

8 шт.

250 г

1 головка

200 г

1 стакан

1 ст. ложка

1 ст. ложка

2 ст. ложки

1 шт.

4 зубчика

- Корейку натрите перцем, солью и чесноком. Запеките.
- Листья капусты отварите, отбейте (1). Лук и грибы нарежьте и обжарьте.
- Кашу, грибы и лук перемешайте, уложите на листья (2), сверните их конвертиками, слегка обжарьте.
- Из клюквы отожмите сок (3) и разведите им муку. Выжимки и оставшуюся клюкву залейте стаканом кипятка, уварите, протрите. Положите мед, доведите до кипения, добавьте муку с соком, посолите и варите до загустения.
- Перец испеките, мякоть протрите, поперчите. Добавьте в соус.
- Корейку гарнируйте капустными «конвертиками», подлейте соус.

время приготовления: 1 час 30 минут



МАКФА

КРУПА
ГРЕЧНЕВАЯ
ЯДРИЦА

800 г

всего 10 минут



◀ ГОВЯДИНА С ПЕРЦЕМ И ГРИБАМИ

на 4 порции

- мякоть говядины (толстый край) **800 г**
- шампиньоны **200 г**
- масло растительное **3 ст. ложки**
- масло сливочное **3 ст. ложки**
- коньяк **2 ст. ложки**
- сметана **1 стакан**
- перец черный свежемолотый

- Говядину нарежьте, отбейте (1). Натрите каждый кусок перцем.
- Разогрейте часть растительного и сливочного масла и обжарьте нарезанные ломтиками грибы до золотистого цвета (2). Грибы переложите в другую посуду.
- В сковороду добавьте оставшееся масло, разогрейте его, положите мясо и жарьте до готовности.
- Переложите мясо в другую посуду, слейте со сковороды жидкость, налейте коньяк, доведите его до кипения, добавьте сметану и кипятите минуту. Положите грибы (3) и доведите соус до готовности.
- При подаче мясо полейте соусом, оформите зеленью.



1



2



3

время приготовления: 50 минут

СВИНИНА ПОД СОУСОМ



на 4 порции

- корейка свиная без косточки
- тимьян
- яблоки
- лук репчатый
- масло сливочное
- сметана
- горчица
- корень хрена тертый
- соль, перец черный молотый

900 г

2 шт.

1 головка

1 ст. ложка

1 стакан

1 ст. ложка

1 ст. ложка

- Натрите мясо специями и жарьте в духовке до готовности (1).
- Лук нарежьте полукольцами, яблоки, очистив от кожицы и семян, мелко нарежьте (2).
- Растопите сливочное масло, пассеруйте на нем лук и яблоки до готовности (3), слегка остудите их и измельчите в блендере. Добавьте соль, сметану, перец, хрен, горчицу и перемешайте.
- Готовую свинину нарежьте ломтиками, гарнируйте зеленью и яблоками. Отдельно подайте горячий соус.



1



2



3

время приготовления: 1 час 10 минут





МЯСО ПО-МОСКОВСКИ

на 2 порции

- мякоть говядины
- майонез
- лук репчатый
- сыр твердый
- маргарин
- лавровый лист
- перец черный
горошком

300 г

1 стакан

1 головка

70 г

2 ст. ложки

1 шт.

- Говядину сварите с добавлением специй в небольшом количестве подсоленной воды (1). Слегка охладите в бульоне, выньте, нарежьте поперек волокон на порции (2) и выложите на смазанный маслом противень.
- Сверху разложите пассерованный на маргарине лук, нарезанный ломтиками сыр (3), залейте мясо майонезом и запекайте до образования румяной корочки.
- Можно подать мясо со сложным гарниром, жареным картофелем, свежими или солеными овощами.



1



2



3

время приготовления: 2 часа

БАРАНИНА ЗАПЕЧЕННАЯ



на 3 порции



1



2



3

- отбивные из баранины **6 шт.**
- лук репчатый **2 головки**
- чеснок **2 зубчика**
- базилик рубленый **2 ст. ложки**
- зелень петрушки рубленая **2 ст. ложки**
- картофель вареный **3 шт.**
- масло растительное **1 ч. ложка**
- масло сливочное **1 ч. ложка**
- соль, перец черный молотый
- Вареный картофель нарежьте кружочками (1).
- Три квадрата фольги смажьте маслом.
- Смешайте рубленый чеснок, зелень, соль и перец.
- Отбивные обжарьте на смеси растительного и сливочного масла до образования коричневой корочки (2).
- На каждый квадрат фольги уложите слой картофеля, две отбивные, слой лука, посыпьте чесночной смесью (3), заверните конвертики и запекайте в духовке до готовности.

время приготовления: 1 час 30 минут





СВИНИНА ГЛАЗИРОВАННАЯ

на 6 порций

- свинина
(грудинка
или корейка)
- джем
абрикосовый
- соус соевый
- кетчуп

2 кг

½ стакана

½ стакана

½ стакана

- Свинину обжарьте куском, влейте стакан воды и тушите 45 минут под крышкой (1).
- Для глазури перемешайте джем, соевый соус, кетчуп и несколько ложек воды (2).
- Переложите мясо на противень или на решетку гриля и обжаривайте на умеренном огне 20 минут, переворачивая и периодически смазывая глазурью (3).
- Подавайте, нарезав порционными кусками, с маринованными фруктами и ягодами.



1



2



3

время приготовления: 2 часа

БИФСТЕКС С СОУСОМ ИЗ ГРИБОВ ►

на 6 порций

- | | | |
|------------------------------|--------------------|--|
| • мякоть говядины | 600 г | • Мясо нарежьте поперек волокон, отбейте, придайте форму овала, посолите, поперчите, смажьте горчицей, обжарьте на масле. |
| • лисички | 100 г | • Картофель нарежьте кружочками и обжарьте с луковицей, нарезанной полукольцами, посолите, поперчите. |
| • картофель вареный | 4 шт. | • Для соуса лисички отварите, крупно нарежьте, обжарьте на масле с мелко рубленным оставшимся луком, добавьте соль, перец, сметану и тушите 2–3 минуты. |
| • лук репчатый | 2 головки | • При подаче на середину каждой тарелки выложите картофель, крутон, на крутон положите бифштекс. Оформите маринованными огурцами. Соус подайте отдельно. |
| • крутоны из хлеба | 4 шт. | |
| • огурцы маринованные | 2 шт. | |
| • горчица | 1 ст. ложка | |
| • масло растительное | 2 ст. ложки | |
| • сметана | ½ стакана | |
| • соль, перец черный молотый | | |

время приготовления: 1 час







ШНИЦЕЛЬ ОРИГИНАЛЬНЫЙ

на 8 порций

- | | | |
|------------------------------|------------------|--|
| • мякоть свинины | 1,5 кг | • Свинину нарежьте поперек волокон на 8 ломтиков, отбейте, посолите, поперчите. |
| • чеснок | 2 зубчика | • Чеснок измельчите, натрите им ломтики свинины, запанируйте их в муке. |
| • мука | 1 стакан | • Сыр натрите, взбейте с яйцами и обмакните в эту смесь шницели, затем снова запанируйте их в муке и обжарьте на разогретом масле до образования золотистой корочки. Доведите до готовности в духовке. |
| • яйца | 6 шт. | • Подавайте со сметаной, оформив зеленью. |
| • сыр твердый | 150 г | |
| • масло растительное | 1 стакан | |
| • зелень петрушки и укропа | 20 г | |
| • сметана | 1 стакан | |
| • соль, перец черный молотый | | |

время приготовления: 45 минут



на 4 порции

- мякоть говядины **500 г**
- орехи грецкие рубленые **50 г**
- чернослив без косточек **75 г**
- сухари панировочные **2 ст. ложки**
- яйца **3 шт.**
- масло растительное **2 ст. ложки**
- соль, перец черный молотый

- Мясо нарежьте поперек волокон ломтиками толщиной 1 см, отбейте, посолите, поперчите. На середину каждого кусочка мяса положите нарезанный чернослив, смешанный с грецкими орехами, и сверните рулеты. Обваляйте в муке, обмакните во взбитое яйцо и запанируйте в сухарях. Обжарьте на масле и доведите до готовности в духовке.
- Подавайте с жареным картофелем, оформив зеленью. Можно гарнировать консервированными огурцами, маринованными грибами.

время приготовления: 45 минут





ГОВЯДИНА С ГРИБАМИ

на 6 порций

- мякоть говядины **600 г**
- шампиньоны вареные **200 г**
- сыр твердый **100 г**
- маргарин **2 ст. ложки**
- лук репчатый **1 головка**
- соль,
- перец черный молотый

- Говядину нарежьте поперек волокон по одному ломтику на порцию, отбейте, посолите, поперчите и обжарьте на части маргарина до полуготовности.
- Лук нарежьте полукольцами и обжарьте на оставшемся маргарине до золотистого цвета.
- На противень уложите подготовленное мясо, сверху – жареный лук, нарезанные ломтиками грибы, посыпьте тертым сыром и запеките в духовке до готовности.
- Подавайте мясо горячим, оформив зеленью.

время приготовления: 45 минут

ЛУК, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ ►

на 6 порций

- | | | |
|------------------------------|--------------------|--|
| • мякоть говядины | 400 г | • Говядину пропустите через мясорубку вместе с луком (50 г), добавьте воду, соль и перец. |
| • лук репчатый | 5 головок | • Крупу предварительно замочите и соедините с фаршем, рубленой зеленью, перемешайте. |
| • зелень петрушки и укропа | 25 г | • Лук, срезав донца (1 головку оставьте для соуса), отварите в подсоленной воде. Разберите на отдельные луковые оболочки и заполните их фаршем. |
| • морковь | 1 шт. | • Для соуса нашинкованные луковичу и морковь обжарьте на жире, добавьте томат, немного воды, посолите, поперчите и тушите под крышкой 35–40 минут. |
| • вода | 1 стакан | • При подаче подлейте приготовленный соус, оформите зеленью. |
| • крупа пшеничная «Макфа» | ½ стакана | |
| • жир топленый | 3 ст. ложки | |
| • пюре томатное | 2 ст. ложки | |
| • соль, перец черный молотый | | |

время приготовления: 1 час





на 8 порций

- мякоть говядины **300 г**
 - мякоть свинины **300 г**
 - мякоть курицы **300 г**
 - грибы жареные **150 г**
 - сыр твердый **100 г**
 - лук репчатый **1 головка**
 - маргарин **2 ст. ложки**
 - соль,
 - перец черный молотый
- Говядину, свинину и куриное мясо отбейте, посолите, поперчите и обжарьте на маргарине до образования золотистой корочки.
 - Уложите на фольгу слоями говядину, грибы, свинину, пассерованный лук и курицу. Посыпьте тертым сыром. Заверните в фольгу и запеките до готовности в духовке.
 - Подавайте мясо в фольге, оформив зеленью.

время приготовления: 1 час

ГРУДИНКА ФАРШИРОВАННАЯ



на 6 порций

- грудинка телячья **600 г**
- мякоть телятины **300 г**
- язык говяжий **200 г**
- шпик свиной **50 г**
- масло топленое **2 ст. ложки**
- соль,
перец черный
молотый

- Вдоль реберных костей у грудинки изнутри прорежьте пленки, срежьте с хрящей грудную кость. Во всю длину грудинки, начиная с тонкого ее конца, между наружным слоем мяса и слоем мяса, прилегающим непосредственно к ребрам, прорежьте пленки, чтобы получилось пространство в виде кармашка.
- Наполните кармашек фаршем из телятины, шпика и языка, посолите, поперчите.
- Грудинку посолите, смажьте маслом и жарьте в духовке, поливая выделяющимся сочком.
- От готовой грудинки отделите реберные кости, нарежьте ее на куски и полейте мясным сочком.

время приготовления: 1 час 45 минут

