

Кулинарная книга любимых рецептов семей 7 «Б» класса



ПОШАГОВЫЙ РЕЦЕПТ

Шаг 1

Первым делом нарезаем луковицу средним кубиком и обжариваем на разогретой сковороде до появления золотистой корочки.

Шаг 2

Готовый мясной фарш добавляем к луку, жарим, хорошо перемешивая. Посолите и поперчите по вкусу.

Шаг 3

Когда фарш дойдет до готовности, в смесь можно будет добавить томатное пюре. Тушим смесь в течение 10 минут, пока вся влага не испарится, добавьте зелень.

Шаг 4

Готовим "Бешамель". Для него топим сливочное масло на сковороде с толстым дном. На небольшом огне добавляем в растопленное масло муку, тщательно перемешиваем, после постепенно вливаем молоко и продолжаем мешать. Держим на огне в течение 5-ти минут до загустения, добавляя соль, перец и мускатный орех.

Шаг 5

Готовим форму для запекания, предварительно смазав ее маслом, выкладываем листы лазаньи на дно. Сверху поливаем соусом "Бешамель", затем выкладываем мясной фарш и накрываем листом. Повторяем действия, на последнем слое поливаем все соусом.

Шаг 6

Посыпаем лазанью тертым пармезаном и ставим в разогретую до 190 градусов духовку на 30 минут, прикрывая верх слоем фольги.

2. Семья Бутько

Блюдо «Паста Карбонара»



Пошаговый рецепт

1. Спагетти варить 7-10 минут в кипящей подсоленной воде и откинуть на дуршлаг.
2. В сковороде разогрейте оливковое масло, положите чеснок и слегка подрумяньте.
3. Ветчину/бекон мелко нарежьте, добавьте к чесноку и обжаривайте 5 минут.
4. Сыр пармезан натрите на мелкой терке. Желтки взбить со сливками, немного подсолить.
5. Спагетти переложить в сотейник с чесноком и ветчиной/беконом.
6. Добавить взбитые желтки и тёртый сыр, перемешать. Держать на огне 3 минуты.
7. Посыпать молотым перцем, украсить зеленью и подавать на стол.

3. Семья Годзиных

Блюдо «Греческий салат»



Пошаговый рецепт

- 1.** В небольшой банке смешайте оливковое масло, лимонный сок, измельченный чеснок, соль, перец и орегано. Закройте крышкой и хорошо встряхните, чтобы все перемешалось.
- 2.** В большую миску выложите нарезанные небольшими дольками помидоры, нарезанный полукруглыми кусочками огурец, нарезанный тонкими кольцами красный лук, нарезанный тонкими полосками зеленый перец, нарезанную кубиками фету и маслины.
- 3.** Перед подачей полейте заправкой, аккуратно перемешайте и посыпьте сверху свежемолотым черным перцем.

Блюдо «Варенный рис с жареной куриной»



Пошаговый рецепт

1.Замаринуйте курицу. Куриное филе нарежьте небольшими кубиками размером 2-4 сантиметра, посыпьте 0,3 ч. л. соли, щепоткой черного перца, перемешайте и оставьте на 10 минут немного промариноваться.

2.Обжарьте яйца. Куриные яйца разбейте в небольшую емкость и взбейте вилкой или венчиком. В сковороде разогрейте 1 ст. л. подсолнечного масла, вылейте яйца и сразу же перемешайте лопаткой, чтобы яйца обжаривались мелкими хлопьями. Готовые яйца переложите на тарелку.

3.Обжарьте курицу и овощи. В сковороду налейте еще 1 ст. л. растительного масла, разогрейте на среднем огне и выложите курицу. Обжаривайте кусочки филе 4-5 минут, а затем переложите на отдельную тарелку. В сковороду положите нарезанный лук, обжаривайте 1 минуту, затем к луку добавьте чеснок и имбирь и жарьте еще 30 секунд до появления аромата. Добавьте морковь, обжаривайте ее 2-3 минуты, а затем добавьте 0,3 ч. л. соли и перемешайте.

5.Обжарьте рис. В сковороду к овощам высыпьте вареный рис и лопаткой разбейте комочки. К рису добавьте нарезанный зеленый лук, кусочки курицы, жареные яйца, гвоздику и черный перец. Обжаривайте рис, часто помешивая, в течение 4-5 минут. Затем влейте соевый соус, кунжутное масло, снова перемешайте и сразу снимите с огня.

5. Семья Готкович

Блюдо «Голубцы с картофелем»



Пошаговый рецепт

1. Для приготовления голубцов с картошкой необходимо взять белокочанную капусту, картофель, мясной фарш, лук репчатый, морковь, томатную пасту, масло растительное, соль и измельченный черный перчик.
2. Картофель промыть и удалить кожицу. Нарезать на средние кусочки, залить водой из-под крана и отварить до мягкости, примерно 20-25 минут.
3. Почистить половинку лука и мелко нашинковать. Обжарить на растительном масле до мягкости.
4. Добавить любой мясной фарш. Перемешать и обжарить до готовности.
5. С вареного картофеля слить отвар. Картошку хорошо размять до консистенции пюре.
6. Добавить обжаренный фарш. Перемешать. Посолить и поперчить по вкусу. Немного остудить.
7. Снять с капусты верхние листы. Прорезать ножом у основания капусты. Отправить в микроволновку на 6 минут при мощности 800 Вт, чтобы размягчить листья.
8. Разделить капусту на отдельные листочки.
9. Опустить в закипевшую воду на 4-5 минут. Потом достать из кипятка и остудить, чтобы удобно было работать.
10. Нарезать вторую половину лука небольшими кусочками, морковку измельчить на крупной терке. Обжарить до мягкости.
11. Добавить томатную пасту, залить воду или картофельный отвар. Перемешать и довести до кипения. Приправить по вкусу солью, измельченным перцем и, если понадобится, сахаром.
12. Нафаршировать картофельной начинкой подготовленные капустные листы.
13. Сложить голубцы в кастрюлю и добавить томатно-овощную заливку. Отправить на огонь. После закипания варить 40-60 минут до готовности.
14. Голубцы картошкой готовы.

6. Семья Павлючек

Блюдо «Салат Цезарь»



Пошаговый рецепт

1. Промыть, просушить и нарезать на небольшие кусочки листья салата, отложить в холодильник.
2. В горячую сковородку положить 1 столовую ложку сливочного масла. После того, как оно полностью расплавится и начнет шипеть, кинуть нарезанный на пластины зубчик чеснока.
3. Куриную грудку нарезать на кусочки приблизительно 1х3 см. Положить в сковороду к чесноку и маслу. Обжаривать на сильном огне приблизительно 10 минут до румяной корочки. Снять с огня.
4. В ту же сковородку добавить еще одну столовую ложку сливочного масла и второй зубчик чеснока. В это время нарезать на небольшие кубики хлеб. Положить в сковороду и обжаривать до румяной корочки. Желательно непрерывно помешивать, чтобы не подгорело.
5. Достать листья салата, туда же положить обжаренную куриную грудку, помидоры, нарезанные тонкой соломкой. Заправить соусом «Цезарь». Перемешать. Сверху положить получившиеся сухарики и натереть сыр.

7. Семья Коротких

Блюдо «Паста Болоньезе»



Пошаговый рецепт

1. Помидоры вымыть, сделать крестообразные надрезы, опустить на 1 минуту в кипящую воду, затем вынуть и снять кожицу.
2. Помидоры натереть на терке или измельчить при помощи блендера в пюре.
3. Лук очистить и мелко нарезать.
4. Чеснок очистить и мелко порубить.
5. Зелень вымыть, обсушить и порубить.
6. В разогретой с оливковым или растительным маслом сковороде обжарить лук и половину чеснока 2-3 минуты.
7. Добавить фарш и жарить, периодически помешивая, 5 минут.
8. К фаршу добавить измельченные томаты, соль и перец. Перемешать, накрыть крышкой и готовить при слабом кипении 7-10 минут.
9. Выключить, добавить зелень базилика и петрушки, оставшийся чеснок, перемешать, накрыть крышкой и оставить в тепле.
10. В кастрюлю с кипящей подсоленной водой (воды должно быть много) положить спагетти, довести до кипения и варить 8-10 минут.
11. Готовые спагетти откинуть на дуршлаг.
12. На тарелку выложить спагетти, сверху положить соус "Болоньезе" и украсить листиками базилика.

8.Семья Пресняк



Блюдо «Картофель по-деревенски»

Пошаговый рецепт

- 1.** Хорошо промыть картофель и нарезать небольшими ломтиками.
- 2.** Посыпать специями (по вкусу).
- 3.** Добавить подсолнечное масло (3-4 ст.л.) и хорошо перемешать.
- 4.** Выпекаем картофель в разогретой до 180 градусов духовке 30-40 минут.
- 5.** Готовую картошку посыпаем зеленью.



Пошаговый рецепт

1. Перед тем как начать, убедитесь, что у вас есть все необходимые ингредиенты. Вам понадобятся яйца, молоко, растительное масло, мука, разрыхлитель, сахар, соль. Все ингредиенты должны быть комнатной температуры, чтобы обеспечить равномерное смешивание. В глубокой миске смешайте яйца, молоко и растительное масло. Используйте венчик или миксер, чтобы добиться однородной массы. Постепенно добавляйте сахар, продолжая взбивать смесь.

2. В отдельной миске смешайте муку, разрыхлитель, соль. Если вы хотите добавить в тесто ванильный сахар для аромата, сделайте это сейчас. Постепенно добавляйте сухие ингредиенты в жидкую смесь, аккуратно перемешивая до образования однородного теста для классических американских панкейков.

3. Разогрейте сковороду с антипригарным покрытием на среднем огне. Используйте ложку или половник для наливания теста на сковороду, формируя круглые панкейки диаметром 7-8 см. Жарьте каждый панкейк отдельно, чтобы обеспечить равномерное пропекание. Когда на поверхности появятся пузырьки, аккуратно переверните их лопаткой и обжаривайте с другой стороны до золотистой корочки.



Пошаговый рецепт

1. Первым делом нужно отварить картофель, морковь и яйца. Отваренные продукты остудить и почистить. На мелкой тёрке натереть картошку, морковку, белки, желтки и сыр (всё в отдельных мисочках или тарелках). В салатницу выложить рыбу с маслом и размять вилкой по всей поверхности дна посуды. Сверху смазать небольшим количеством майонеза.

2. На рыбу сверху разложить натёртые белки, смазать майонезом.

3. Сверху на белки выложить натёртую морковь и опять смазать небольшим слоем майонеза.

4. Лук мелко нарезать, залить кипятком и дать настояться в течении 5-10 минут для удаления горечи. Сверху на морковь положить лук, на лук - картофель, немножко посолить и смазать майонезом.

5. Сверху мелко натереть сыр и смазать майонезом.



Пошаговый рецепт

1. Отварить картофельное пюре.

2. Добавить соль, перец, 5 специй и мелко нарезанную чоризо. Перемешать.

3. Мерной ложкой взять пюре, положить внутрь кусок сыра и скатать шарик.

4. Повторить процедуру, пока не закончится пюре. 5. Обмакнуть шарик в кляр и сразу обвалять в сухарях панко.

6. Обжарить во фритюре, разогретом до 180 градусов в течении 3х минут.



Пошаговый рецепт

1. Для маринада выложите в чашу соус барбекю и влейте к нему соевый соус.
2. Затем вмешайте растительное масло, горчицу и соевый соус. Горчицы я беру совсем немного, чтобы она сильно не чувствовалась, давала легкий вкусовой оттенок.
3. Подсыпьте соль и специи. Учитывайте, что соевый соус уже соленый. Все ингредиенты для маринада смешайте между собой.
4. Свиные ребрышки полностью обмажьте получившимся маринадом, чтобы он равномерно покрывал их со всех сторон. Оставьте мариноваться на 2-3 часа.
5. Форму для запекания можно застелить фольгой - так её потом будет легче отмыть. Выложите маринованные ребра в форму и поставьте в духовку, разогретую до 180 градусов, на 45-60 минут. Во время запекания свиных ребрышек барбекю в духовке можно верх прикрыть фольгой. Полностью упаковывать не надо. Только, чтобы не подгорал верх.
6. Свиные ребрышки в соусе барбекю готовы. Извлеките их из духовки, переложите на блюдо и подавайте к столу.



Пошаговый рецепт

1. В глубокую тарелку выкладываем творог, сметану и куриные яйца. Массу пробиваем блендером до однородности.
2. Затем добавляем соль, сахар, соду и манку. Смесь еще раз пробиваем блендером и оставляем на 20 минут для разбухания манки.
3. Форму для запекания смазываем размягченным сливочным маслом и присыпаем манкой. Выкладываем в нее тесто и отправляем запекаться в разогретую до 180 градусов духовку на 40 минут.
4. За это время запеканка должна подняться и подрумяниться. Как только это произойдет, готовность блюда проверяем зубочисткой или деревянной шпажкой, которая должна быть сухой.
5. Достаем запеканку из духовки, даем ей полностью остыть, а затем выкладываем из формы, нарезаем на порционные кусочки и подаем к столу.