

18+

АЛЕКСЕЙ ВЫДРИН

Рецепты из фарша



Алексей Выдрин

Рецепты из фарша

<https://litres.ru/74156392>

ISBN 9785007029308

Аннотация

Фарш — штука удобная. Он не требует долгой подготовки, как целый кусок мяса, стоит недорого, и из него можно приготовить гораздо больше разных блюд, чем кажется. Эта книга как раз о том, что из него получается. Не о том, как правильно выбрать нож или подать блюдо к столу, а именно о самом фарше: как его жарить, тушить, запекать, заворачивать в тесто и смешивать с гарниром.

Содержание

Введение	5
РЕЦЕПТЫ	12
1. Классические блюда из фарша	12
Рецепт 1. Котлеты пожарские	12
Рецепт 2. Тефтели по-шведски	18
Рецепт 3. Фрикадельки по-датски	24
Рецепт 4. Кёнигсбергские клопсы	30
Рецепт 5. Альбондигас	38
Рецепт 6. Птичий молоток (Cordon Bleu из фарша)	45
Рецепт 7. Мясной хлеб	53
Рецепт 8. Пастуший пирог (Cottage Pie)	60
Рецепт 9. Макароны с мясом (запеканка)	68
Рецепт 10. Спагетти с фрикадельками	75
Конец ознакомительного фрагмента.	80

Рецепты из фарша

Алексей Выдрин

© Алексей Выдрин, 2026

ISBN 978-5-0070-2930-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Почему фарш — это не «дешёво и сердито»

Часто фарш воспринимают как что-то второсортное. Мол, настоящее мясо — это стейк, антрекот или хотя бы кусок на кости. А фарш — для котлет, когда денег нет.

Это неправда.

Фарш — это другая вселенная. Из одного куса мяса вы можете сделать одно блюдо. Из фарша — десятки. Котлеты, зразы, рулеты, тефтели, фрикадельки, мясной хлеб, люля-кебаб, манты, чебуреки, беляши, голубцы, болоньезе, запеканки. Это только начало.

Фарш даёт контроль. Вы сами решаете, какой будет текстура: нежная или упругая. Какой жирности. Какие специи добавлены. Будет ли внутри хрустящая корочка или мягкий томлёный край.

Фарш прощает ошибки. Пережарили стейк — сухой и жёсткий. Пережарили котлету — но она всё ещё сочная, особенно если в фарше есть лук или немного воды. Пересолили — можно добавить хлеб, картошку, кабачок или рис.

Так что фарш — это не про экономию. Это про выбор. Про возможность приготовить итальянскую пасту, и турецкую кёфту, и русские зразы из одной и той же пачки фарша.

Как выбрать мясо для фарша

Лучший фарш — тот, который вы сделали сами. Но не у всех есть мясорубка или время, поэтому будем честными: и хороший готовый фарш существует.

Если крутите сами

Берите мясо с жирком. Для свинины — шея, лопатка, грудинка. Для говядины — лопатка, грудинка, голяшка (мякоть). Чистое филе без жира (вырезка, окорок) даст сухие котлеты.

Классическое соотношение для котлет: 70% говядины +30% свинины. Говядина даёт вкус и упругость, свинина — сочность и мягкость.

Для люля-кебаба нужна баранина с курдючным жиром. Без него люля просто развалится.

Для куриных котлет берите филе бёдер, а не грудки. Груд-

ка сухая. Бёдра сочные и жирные.

Прокручивайте мясо дважды. Первый раз крупной решёткой, второй — мелкой. Так фарш будет нежнее, а котлеты — пышнее.

Если покупаете готовый

Смотрите на цвет. Свино-говяжий фарш — розовый, не серый, не коричневый. Куриный — нежно-розовый. Если фарш тёмный, он долго лежал.

Читайте состав. Должно быть только мясо. Без сои, крахмала, клетчатки, антибиотиков в списке.

Понюхайте (если покупаете на развес). Запах — свежий, мясной. Без кислинки, без аммиака.

Потрогайте. Фарш не должен быть водянистым или расплзаться. Хороший фарш — упругий, держит форму, не липнет к рукам как сумасшедший.

Главное правило: если видите фарш ярко-розового цвета — остановитесь. Это красители и фиксаторы цвета. Настоящий фарш розовый, но не кислотный.

5 законов сочных котлет

Закон первый. Не кладите яйцо в котлетный фарш.

Яйцо склеивает белок, делает котлету резиновой и плотной. Для сочности нужен жир и вода, а не яйцо. Если фарш рассыпается, то проблема не в яйце, а в том, что фарш слишком постный или плохо вымешан.

Вместо яйца используйте:

хлеб, вымоченный в молоке (только мякоть, без корки) — 1—2 куска на 500 г фарша

тёртый кабачок или картошку — для сочности и мягкости

ледяную воду — 2—3 столовые ложки на 500 г

Закон второй. Используйте чёрствый хлеб, не свежий.

Свежий хлеб превратится в клейстер, котлеты будут резиновыми. Чёрствый батон или булка дают нужную структуру: они впитывают влагу и отдают её при жарке, сохраняя сочность.

Пропорция: 200 г хлеба на 1 кг фарша. Не больше, иначе

получится не котлета, а хлеб с мясом.

Закон третий. Много лука — не враг.

Лук даёт сочность и сладость. На 500 г фарша можно брать 1—2 средние луковицы. Лучше не резать ножом, а пробить блендером или прокрутить через мясорубку вместе с мясом. Так он не будет хрустеть в готовой котлете.

Если лук сырой — котлета будет сочнее. Если обжарить лук до прозрачности — вкус станет мягче и слаще. Оба варианта работают.

Закон четвёртый. Вымешивайте фарш, но не переусердствуйте.

Фарш нужно вымешивать как тесто. Минуты 2—3. Вручную, с усилием. Мясной белок должен начать клеиться. Если этого не сделать, котлеты будут разваливаться при жарке.

Как понять, что готово: фарш становится однородным, гладким, перестаёт крошиться. Но если вымешивать дольше 5—6 минут, котлеты станут плотными и жесткими.

После вымешивания обязательно отбейте фарш. Возьмите весь ком в руку и бросьте его в миску с высоты 20—30 см.

Повторите 10—15 раз. Это выгоняет воздух и делает фарш более упругим.

Закон пятый. Не жарьте котлеты на слабом огне.

Многие боятся, что котлеты подгорят, и включают маленький огонь. В итоге котлеты долго жарятся, сок вытекает, и они становятся сухими и серыми.

Правильно так: раскалить сковороду с маслом. Выложить котлеты. Жарить на среднем или чуть выше среднего огне до румяной корочки — по 1.5—2 минуты с каждой стороны. Корочка запечатает сок внутри. После этого убавить огонь до минимума, накрыть крышкой и довести до готовности ещё 4—5 минут.

Котлета готова, когда при нажатии вилкой вытекает прозрачный сок, а не розовый или красный.

Ещё несколько полезных вещей

Как исправить пересоленный фарш

Добавьте тёртый сырой картофель, немного сахара или ещё порцию фарша без соли. В крайнем случае — промойте фарш в холодной воде и отожмите.

Как исправить жидкий фарш

Откиньте на дуршлаг, дайте стечь. Или добавьте пару ложек панировочных сухарей, манки или тёртого картофеля. Если время есть — поставьте в холодильник на час: холодный жир становится твёрже и фарш легче лепится.

Как хранить фарш

В холодильнике — не больше суток. В морозилке — до трёх месяцев. Замораживайте порционно, чтобы не размораживать всю пачку из-за двух котлет.

Размораживайте на нижней полке холодильника, не в горячей воде и не в микроволновке. При быстрой разморозке фарш теряет сок и становится сухим.

РЕЦЕПТЫ

1. Классические блюда из фарша

Рецепт 1. Котлеты пожарские

Почему они так называются

Это не потому, что котлеты «пожарские» — то есть горячие или острые. Название идёт от фамилии владельца гостиницы в Торжке, где эти котлеты подавали. Дарья Пожарская, по легенде, приготовила их для самого Александра I, когда император заехал на станцию перекусить, а мяса в доме не оказалось. Рубленые куриные котлеты с сухарями так понравились, что рецепт разошёлся по всей России.

В отличие от обычных котлет из фарша, пожарские делаются из куриного мяса, но не обязательно перекрученного в пасту. Важная деталь: в фарш добавляют сливки или молоко и много белых сухарей, поэтому котлеты получаются пышными, золотистыми и удивительно сочными.

Пожарские — это грань между котлетой и суфле.

Ингредиенты на 4—5 котлет

Куриный фарш — 500 г. Лучше из филе бёдер. Из грудки будет суше.

Хлеб белый (батон) — 100—120 г. Только мякоть, корки не нужны.

Молоко или сливки 20% — 100 мл. Сливки дают более нежный результат.

Масло сливочное — 50 г. Очень холодное, почти из морозилки.

Соль — 1 чайная ложка (без горки).

Перец чёрный молотый — по вкусу.

Сухари панировочные белые — 100 г. Не покупные ярко-жёлтые, а лучше сделанные из сушёного белого хлеба, молотого в крошку.

Масло растительное для жарки — 3—4 столовые ложки.

Приготовление

Шаг 1. Замочить хлеб.

Отрежьте корки от батона, оставьте только мякоть. Положите её кусочками в миску. Залейте молоком или сливками. Оставьте на 10 минут.

Шаг 2. Подготовить масло.

Сливочное масло нарежьте мелкими кубиками (примерно 5x5 мм). Поставьте в морозилку. Оно должно оставаться твёрдым до момента добавления в фарш.

Шаг 3. Смешать фарш.

В большой миске соедините куриный фарш, размоченный хлеб (вместе с остатками молока), соль и перец.

Шаг 4. Вымесить.

Вымешивайте фарш рукой в течение 2—3 минут. Он должен стать однородным, почти клейким. Не бойтесь месить — куриный фарш без яйца требует работы.

Шаг 5. Добавить масло.

Достаньте масло из морозилки. Быстро вмешайте кубики в фарш. Здесь важно: не перегрейте масло руками, работайте быстро. Масло должно остаться вкраплениями.

Шаг 6. Сформировать котлеты.

Смочите руки холодной водой. Возьмите порцию фарша (чуть больше куриного яйца). Скатайте шарик, затем придайте форму округлой котлеты толщиной 2—2.5 см. Не делайте слишком плоскими: внутри должно остаться пространство, чтобы масло плавилось и пропитывало мякоть.

Шаг 7. Панировка.

Обваляйте каждую котлету в панировочных сухарях. Обжатиe плотное, по всей поверхности. Лишние сухари стряхните.

Шаг 8. Жарка.

Разогрейте сковороду с растительным маслом. Огонь — чуть выше среднего. Выложите котлеты. Жарьте 2 минуты до золотисто-коричневой корочки. Переверните. Жарьте ещё 2 минуты с другой стороны.

Шаг 9. Довести до готовности.

Убавьте огонь до минимума. Накройте крышкой. Томите 4—5 минут, пока при нажатии на котлету не потечёт прозрачный сок (не розовый).

Шаг 10. Отдохнуть.

Снимите сковороду с огня. Пусть котлеты постоят 2—3 минуты под крышкой. Это распределит сок внутри.

Как подавать

Пожарские котлеты хороши горячими, прямо из-под крышки.

Гарнир: картофельное пюре, тушёные овощи, гречка с маслом.

Соус: сметана с зеленью, грибной соус или просто кусочек сливочного масла сверху.

Ошибки, которых избежать

Котлеты разваливаются при жарке. Фарш плохо вымешан или в нём слишком много жидкости. Уберите лишнее молоко, если хлеб не впитал его полностью.

Котлеты вышли сухими. Вы использовали куриную грудку вместо бёдер. Или пережарили. Следующий раз добавьте больше масла внутрь.

Котлеты бледные. Сковорода была недостаточно горячей. Разогревайте её до первого дымка, только потом кладите котлеты.

Корочка отваливается вместе с панировкой. Вы панировали мокрыми руками. Обсушите котлеты перед панировкой или обмакните в муку сначала.

Внутри сырое масло. Масло было крупно нарезано. В следующий раз мельче.

Варианты

Вместо курицы можно взять фарш из индейки. Результат будет чуть плотнее, но тоже сочным.

В фарш можно добавить мелко рубленую зелень (укроп, петрушку) — 1—2 столовые ложки.

Для более сливочного вкуса замените молоко жирными сливками (33%).

Пожарские в духовке. Сформованные и запанированные котлеты выложите на противень с пергаментом, сбрызните маслом. Запекайте при 200 градусах 15—20 минут, один раз перевернув. Корочка будет мягче, но котлеты получатся почти диетическими.

Рецепт 2. Тефтели по-шведски

Тефтели по-шведски — это те самые, которые подают в IKEA с брусничным соусом и картофельным пюре. Но задолго до мебельных магазинов их готовили в каждой шведской семье.

Главное отличие от обычных тефтелей — в фарш добавляют не рис или хлеб, а размоченные панировочные сухари и мелко рубленый репчатый лук, обжаренный до мягкости. Второе отличие — соус. Не томатный и не сметанный, а сливочный с каплей соевого соуса и горчицы. Третье — подача. Обязательно с брусничным вареньем, которое режет жир и добавляет кисло-сладкую ноту.

Шведские тефтели делаются маленькими, чуть больше грецкого ореха. Это важно: в такой размер легко попадает вилкой, и они пропитываются соусом равномернее, чем крупные.

Ингредиенты на 20—25 маленьких тефтелей

Для тефтелей:

Фарш мясной (свинина + говядина 50/50) — 500 г. Можно взять чистую свинину для сочности или чистую говядину для вкуса, но смесь лучше.

Лук репчатый — 1 средняя луковица (100—120 г).

Сухари панировочные — 3 столовые ложки с горкой.

Сливки 20% — 80 мл.

Яйцо — 1 шт.

Соль — 1 чайная ложка (без горки).

Перец чёрный молотый — по вкусу.

Мускатный орех молотый — 1/4 чайной ложки. Это важный шведский штрих.

Для жарки:

Масло сливочное — 30 г.

Масло растительное — 1 столовая ложка.

Для соуса:

Сливки 20% — 200 мл.

Бульон мясной или вода — 100 мл.

Соевый соус — 1 столовая ложка.

Горчица дижонская — 1 чайная ложка.

Соль — по вкусу.

Перец чёрный — по вкусу.

Мука пшеничная — 1 столовая ложка.

Для подачи:

Брусничное варенье — обязательно. Если нет брусничного, подойдёт клюквенное.

Картофельное пюре — классический гарнир.

Приготовление

Шаг 1. Замочить сухари.

Залейте панировочные сухари сливками. Перемешайте. Оставьте на 10 минут, пока сухари не впитают жидкость и не набухнут.

Шаг 2. Обжарить лук.

Лук нарежьте очень мелко (или пробейте в блендере, но не до кашицы, а мелкими кусочками). Разогрейте сковороду, добавьте 10 г сливочного масла (отдельно, не из основных 30 г). Обжаривайте лук на среднем огне 3—4 минуты до мягкости и лёгкой прозрачности. Не жарьте до золотистого цвета — лук должен остаться почти белым, сладким, без горечи.

Шаг 3. Смешать фарш.

В большой миске соедините фарш, набухшие сухари со сливками, яйцо, обжаренный лук, соль, перец и мускатный

орех.

Шаг 4. Вымешать.

Вымешивайте фарш рукой в течение 2—3 минут, пока он не станет гладким и клейким. Шведские тефтели не должны разваливаться, но и резиновыми быть не должны — золотая середина.

Шаг 5. Сформовать тефтели.

Смочите руки холодной водой. Отщипывайте фарш размером с крупный грецкий орех (примерно 25 г). Скатывайте в шарики. Старайтесь делать их одинаковыми, чтобы прожарились равномерно.

Шаг 6. Обжарить тефтели.

Разогрейте большую сковороду. Добавьте 30 г сливочного масла и 1 столовую ложку растительного. Смесь масел не даст сливочному пригореть. Выложите тефтели на сковороду — не вплотную, с промежутками, иначе они будут тушиться, а не жариться. Обжаривайте на среднем огне, периодически встряхивая сковороду или переворачивая тефтели, чтобы они подрумянились со всех сторон. На это уйдёт 6—8 минут. Тефтели не должны быть готовы внутри — они дойдут в соусе.

Шаг 7. Приготовить соус.

Выньте тефтели из сковороды на тарелку. В той же сковороде (на среднем огне) добавьте муку и быстро перемешайте венчиком, не давая комкам образоваться. Мука должна немного поджариться — 1 минуту. Влейте бульон или воду, продолжая мешать. Добавьте сливки, соевый соус, горчицу, соль и перец. Мешайте до однородности. Соус должен загустеть до состояния жидкой сметаны.

Шаг 8. Собрать блюдо.

Верните тефтели в сковороду с соусом. Убавьте огонь до минимума. Тушите под крышкой 5—7 минут, пока тефтели полностью не приготовятся и не пропитаются соусом.

Шаг 9. Подача.

Выложите картофельное пюре на тарелку. Сверху или рядом — тефтели с соусом. Щедрую ложку брусничного варенья — сбоку.

Как подавать

Классика — картофельное пюре (очень нежное, с маслом и горячим молоком). Брусничное варенье — обязательно. Нет брусничного — клюквенное или смородиновое, но вкус будет уже не тот. Можно добавить маринованные огурчики или корнишоны — они дают приятную кислинку.

Ошибки, которых избежать

Тефтели разваливаются при жарке. Вы плохо вымешали фарш. Вернитесь к шагу 4. Или переборщили с жидкостью — уменьшите количество сливок при замачивании сухарей.

Тефтели вышли сухими. Вы пережарили их на первом этапе. Они должны только подрумяниться, а не прожариться до конца. Всё остальное доделает соус.

Соус получился с комками. Вы добавили муку в слишком жидкую основу или плохо мешали. В следующий раз сначала поджарьте муку на сухой сковороде, а потом вливайте жидкость.

Соус слишком жидкий. Дайте ему увариться ещё 2—3 минуты, он загустеет. Слишком густой — добавьте немного сливок или бульона.

Тефтели получились пресными. Скорее всего, не хватило соли или мускатного ореха. Шведские тефтели без мускатного ореха — как борщ без свёклы.

Варианты

В фарш можно добавить 100 г мелко нарубленного бекона — тефтели станут ещё сочнее.

Для диетической версии запеките тефтели в духовке (200 градусов, 15 минут), а соус приготовьте отдельно.

Сливочный соус можно заменить на сметанный — смешать сметану, бульон, горчицу и соевый соус. Вкус будет другим, но тоже хорошим.

Вместо картофельного пюре можно подать пасту или отварной рис.

Этот рецепт даёт мягкие, нежные, сливочные тефтели — совсем другой мир по сравнению с советскими котлетами.

Рецепт 3. Фрикадельки по-датски

Дания — страна, где фрикадельки (frikadeller) являются национальным блюдом. Их готовят в каждой семье, подают в ресторанах и продают в уличных киосках. Датские фрикадельки отличаются от шведских тефтелей и от обычных фрикаделек, которые мы знаем.

Главное отличие — форма. Датские фрикадельки делаются не круглыми, а плоскими и вытянутыми, как маленькие овальные котлетки. Их не панируют, а жарят прямо так. Второе отличие — текстура. Фрикадельки по-датски должны быть рыхлыми, нежными, почти воздушными, с характерной пористой структурой. Третье отличие — специи. В датские фрикадельки обязательно добавляют душистый перец и часто — мускатный орех. Лук в них не жарится перед добавлением, а кладётся сырым и очень мелко рубленным.

Важная деталь: в классическом датском рецепте используется телятина или смесь телятины со свиной, плюс мно-

го яиц и газированная вода для рыхлости.

Ингредиенты на 15—18 фрикаделек

Для фрикаделек:

Фарш телячий — 300 г.

Фарш свиной — 200 г. Жирность свинины даст сочность.

Лук репчатый — 1 крупная луковица (150 г).

Яйца — 2 шт.

Мука пшеничная — 3 столовые ложки.

Молоко — 100 мл.

Газированная вода (сильногазированная) — 50 мл. Это секрет рыхлости.

Соль — 1 чайная ложка.

Перец чёрный молотый — по вкусу.

Перец душистый молотый — 1/2 чайной ложки.

Мускатный орех молотый — 1/4 чайной ложки.

Для жарки:

Масло сливочное — 50 г.

Масло растительное — 2 столовые ложки.

Для подачи:

Картофель отварной с укропом.

Солёные огурцы (корнишоны) — по желанию.

Соус ремеррод (или любой красный ягодный соус, напри-

мер, смородиновый или клюквенный).

Приготовление

Шаг 1. Подготовить лук.

Лук очистите и нарежьте максимально мелкими кубиками. Идеально — почти в кашицу. Датчане трут лук на мелкой тёрке или пробивают в блендере импульсами, чтобы не превращать в пюре. Лук должен чувствоваться, но не хрустеть.

Шаг 2. Смешать сухие ингредиенты.

В маленькой миске смешайте муку, соль, чёрный перец, душистый перец и мускатный орех.

Шаг 3. Соединить жидкую основу.

В большой миске смешайте яйца, молоко и газированную воду. Вода должна быть сильно газированной, прямо пузырящейся. Взбейте вилкой до лёгкой пенки.

Шаг 4. Собрать фарш.

Добавьте к жидкой основе оба вида фарша, мелко рубленный лук и смесь сухих ингредиентов.

Шаг 5. Вымесить до рыхлости.

Вымешивайте фарш ложкой или лопаткой — не рукой.

Рука слишком сильно уплотнит массу. Нам нужна рыхлая текстура. Мешайте круговыми движениями 2—3 минуты, пока всё не соединится. Не переусердствуйте: чем меньше вымешивания, тем нежнее фрикадельки.

Шаг 6. Дать фаршу отдохнуть.

Накройте миску плёнкой или полотенцем. Уберите в холодильник на 30 минут. За это время мука набухнет, а пузырьки газировки равномерно распределятся по фаршу.

Шаг 7. Сформовать фрикадельки.

Достаньте фарш из холодильника. Смочите ложку холодной водой. Зачерпните фарш ложкой (примерно как на котлету). Второй ложкой или пальцами придайте форму овальной, слегка приплюснутой лепёшки. Длина — 6—8 см, толщина — 1.5—2 см. Не старайтесь сделать их идеально гладкими. Шероховатая поверхность будет лучше хрустеть при жарке.

Шаг 8. Разогреть сковороду.

Возьмите большую сковороду с толстым дном. На среднем огне разогрейте смесь сливочного и растительного масел. Сливочное масло даст вкус, растительное не даст ему пригореть. Масла должно быть достаточно, чтобы фрикадельки свободно в нём плавали, но не тонули.

Шаг 9. Обжарить фрикадельки.

Выложите фрикадельки на сковороду с промежутками 2—3 см. Жарьте на среднем огне 2—3 минуты до золотисто-коричневой корочки. Переверните. Жарьте ещё 2—3 минуты. Огонь не убавляйте: корочка должна схватиться быстро, а внутри остаться нежный и рыхлый фарш.

Шаг 10. Проверить готовность.

Готовые фрикадельки при нажатии упругие, но мягкие. Сок при проколе — прозрачный. Если сок розовый, убавьте огонь и держите под крышкой ещё 2 минуты. Не пережаривайте: датские фрикадельки должны оставаться сочными и рыхлыми, не становиться сухими и плотными.

Как подавать

Классическая датская подача — с отварным картофелем, посыпанным свежим укропом, солёными огурцами (корнишоны) и красным ягодным соусом. Картофель — лучше мелкий, молодой, очищенный, отваренный целиком. Соус — смородиновый, клюквенный или брусничный. Не варенье, а именно соус, почти жидкий, кисловато-сладкий.

В Дании фрикадельки часто едят холодными — в бутербродах с ржаным хлебом, солёными огурцами и ремуладом (соусом на основе майонеза с каперсами).

Ошибки, которых избежать

Фрикадельки получились плотными и тяжёлыми. Вы перевымешали фарш или месили его руками. Датские фрикадельки требуют деликатного обращения. В следующий раз мешайте ложкой и меньше времени.

Фрикадельки разваливаются при жарке. Фарш был слишком жидким. Добавьте ещё 1 столовую ложку муки и оставьте в холодильнике на час.

Фрикадельки получились сухими. Вы жарили их слишком долго. 4—6 минут достаточно для такого размера. Или сковорода была слишком маленькой — фрикадельки выделили сок и начали тушиться, а не жариться.

Нет характерной пористости. Вы забыли газированную воду. Или вода была слабогазированной. Берите сильногазированную, почти шипучую.

Фрикадельки пригорели снизу, а внутри сырые. Сковорода была слишком горячей. Убавьте огонь до среднего. Или фрикадельки получились слишком толстыми — расплющивайте их больше.

Варианты

Вместо смеси телятины и свинины можно взять только свинину (более сочные) или только телятину (более нежные). Куриный фарш для этого рецепта не подходит — будет сухим.

В фарш можно добавить 50 г мелко нарезанного бекона — копчёный привкус сделает фрикадельки ещё интереснее.

Для вегетарианской версии используйте фарш из нута и грибов, растительное молоко и кокосовые сливки.

Вместо красного ягодного соуса можно подавать тёртый хрен со сметаной — острый вариант.

Фрикадельки по-датски — это рыхлые, нежные, почти воздушные, с хрустящей корочкой и контрастом от кисло-сладкого ягодного соуса. Совсем другая текстура, чем у плотных шведских тефтелей.

Рецепт 4. Кёнигсбергские клопсы

Кёнигсбергские клопсы — это блюдо из Восточной Пруссии, города Кёнигсберг (сегодня — Калининград). В XIX веке их подавали в каждом трактире города, а потом рецепт

разошёлся по всей Германии. Сегодня это одно из самых узнаваемых немецких блюд наряду с колбасками и шницелем.

Главное отличие — соус. Не томатный, не сметанный, а белый соус на мясном бульоне со сливками и каперсами. Клопсы варятся в бульоне, а не жарятся. Второе отличие — анчоусы. В классическом рецепте в фарш добавляют мелко рубленые анчоусы или анчоусную пасту. Это даёт тонкий солёный и умами вкус, совсем не рыбный. Третье отличие — подача. Клопсы подают с отварным картофелем, посыпанным петрушкой, и обязательно с каперсами в соусе.

Кёнигсбергские клопсы делают размером с небольшое яйцо. Их варят, отчего они становятся невероятно нежными, почти тающими.

Ингредиенты на 15—18 клопсов

Для клопсов:

Фарш свиной — 300 г.

Фарш говяжий — 200 г.

Булка белая (черствая) — 2 ломтика (80—100 г).

Молоко тёплое — 100 мл.

Лук репчатый — 1 маленькая луковица (50—70 г).

Яйцо — 1 шт.

Анчоусы — 4—5 филе (или 1 чайная ложка анчоусной пасты).

Соль — 1/2 чайной ложки (анчоусы уже солёные, не пересолите).

Перец белый молотый — 1/2 чайной ложки.

Лимонная цедра — 1/2 чайной ложки (по желанию).

Для варки:

Бульон мясной (говяжий или куриный) — 1.5 литра.

Лук репчатый — 1 шт.

Лавровый лист — 1—2 шт.

Перец душистый горошком — 5—6 шт.

Соль — по вкусу.

Для соуса:

Бульон, в котором варились клопсы — 500 мл.

Сливки 30% — 200 мл.

Сливочное масло — 30 г.

Мука пшеничная — 2 столовые ложки.

Каперсы — 2 столовые ложки (вместе с жидкостью).

Лимонный сок — 1 столовая ложка.

Яичный желток — 1 шт. (по желанию, для загустения).

Соль — по вкусу.

Перец белый молотый — по вкусу.

Для подачи:

Картофель отварной (мелкий или нарезанный крупно).
Петрушка свежая рубленая.

Приготовление

Шаг 1. Замочить булку.

Срежьте корки с булки. Мякоть поломайте кусочками в миску. Залейте тёплым молоком. Оставьте на 10 минут.

Шаг 2. Подготовить лук и анчоусы.

Лук очистите и нарежьте максимально мелкими кубиками, почти в кашу. Анчоусы мелко нарубите ножом.

Шаг 3. Смешать фарш.

В большой миске соедините свиной и говяжий фарш, размоченную булку (вместе с остатками молока), яйцо, рубленый лук, рубленые анчоусы, соль, белый перец и лимонную цедру. Перец обязательно белый — чёрный даст слишком резкий вкус.

Шаг 4. Вымесить.

Вымешивайте фарш рукой в течение 2—3 минут до однородности. Фарш должен стать клейким и эластичным.

Шаг 5. Сформовать клопсы.

Смочите руки холодной водой. Формуйте шарики разме-

ром с крупный грецкий орех (около 30—40 г). Старайтесь делать их одинаковыми.

Шаг 6. Приготовить бульон для варки.

В большой кастрюле доведите до кипения мясной бульон. Добавьте очищенную луковицу целиком (не резать), лавровый лист, душистый перец. Посолите. Убавьте огонь до слабого кипения.

Шаг 7. Сварить клопсы.

Осторожно опустите клопсы в кипящий бульон, по одному, чтобы не слиплись. Варите на самом слабом кипении 12—15 минут. Клопсы всплывут на поверхность и увеличатся в размере — это нормально. Готовность проверьте: при нажатии клопс должен быть упругим, внутри — не розовым.

Шаг 8. Вынуть клопсы и сохранить бульон.

Шумовкой достаньте клопсы из кастрюли. Выложите на тарелку, накройте фольгой, чтобы не остывали. Бульон не выливайте — он понадобится для соуса. Процедите 500 мл бульона через сито.

Шаг 9. Приготовить соус.

В сотейнике растопите сливочное масло. Добавьте муку. Жарьте на среднем огне 1—2 минуты, помешивая венчиком, до золотистого цвета (не коричневого, а кремового). Влей-

те процеженный бульон, продолжая интенсивно мешать венчиком, чтобы не было комков. Соус начнёт густеть. Добавьте сливки, каперсы вместе с жидкостью из банки, лимонный сок. Перемешайте. Убавьте огонь до минимума. Варите 3—4 минуты, пока соус не станет похож на жидкую сметану.

Шаг 10. Добавить клопсы в соус (по желанию).

Верните клопсы в соус, прогрейте 1—2 минуты. Можно подать и отдельно: клопсы на тарелке, соус сверху или рядом.

Как подавать

Классическая подача — отварной картофель (мелкий, молодой, очищенный или картофель, нарезанный крупными дольками), посыпанный рубленой петрушкой. Сверху или рядом — клопсы с белым соусом и каперсами. Соуса должно быть много, почти как супа.

В Германии к кёнигсбергским клопсам часто подают свекольный салат или маринованную свёклу — кисло-сладкое дополнение к нежному фаршу и солёным каперсам.

Обязательно подавайте ложку — соус едят до последней капли.

Ошибки, которых избежать

Клопсы развалились при варке. Фарш был слишком жидким или плохо вымешан. Добавьте больше булки или немного манной крупы. Или варите при более низкой температуре — кипение должно быть едва заметным.

Клопсы получились сухими. Вы использовали постный фарш (чистую говядину) или переварили. Берите смесь свинины и говядины, не варите дольше 15 минут.

Соус получился с комками. Вы добавили муку в жидкость, а не обжарили её сначала в масле. Всегда сначала ру, потом жидкость. Если комки уже есть — пробейте соус блендером.

Соус слишком жидкий. Добавьте ещё 1/2 столовой ложки муки, растворённой в холодной воде. Прогрейте. Слишком густой — разбавьте бульоном или молоком.

Нет характерного вкуса каперсов и анчоусов. Скорее всего, положили мало. В следующий раз смелее: каперсов — 3 столовые ложки, анчоусов — 7—8 филе.

Клопсы получились пресными. Вы забыли соль или не добавили лимонный сок в соус. Кислота балансирует жирность и соль.

Варианты

Без анчоусов. Если не любите или нет под рукой — замените 1 столовой ложкой соевого соуса и 1/2 чайной ложки вустерширского соуса. Вкус будет другим, но тоже интересным.

С яичным желтком в соусе. В конце приготовления соуса, перед добавлением клопов, снимите соус с огня, вмешайте желток. Соус станет ещё более нежным и бархатистым. Но не кипятите после этого, иначе желток свернётся.

С рисом вместо картофеля. Тоже допустимый вариант, хотя классика — картофель.

Лёгкая версия. Не варите клопы, а запеките их в духовке (200 градусов, 12 минут). Соус подайте отдельно. Вкус будет менее насыщенным, но блюдо получится диетическим.

Кёнигсбергские клопы — это нежный, элегантный вкус с кислинкой от каперсов и лимона, солоноватой нотой от анчоусов и шелковистым сливочным соусом. Совсем другая история по сравнению с жареными котлетами и тефтелями.

Рецепт 5. Альбондигас

Альбондигас (albóndigas) — это испанские и мексиканские фрикадельки. Само слово пришло из арабского *al-bunduq*, что означает «лесной орех» — из-за характерного небольшого размера. В Испании их подают в густом томатном или миндальном соусе, в Мексике — в супе или с рисом.

Главное отличие альбондигас от других фрикаделек — в фарш добавляют рис (сырой или полуготовый) и много чеснока с зеленью. Второе отличие — соус. Испанские альбондигас готовятся в соусе из миндаля, томатов и хереса. Это необычное сочетание — ореховая сладость, томатная кислинка и аромат выдержанного вина. Третье отличие — способ подачи. Альбондигас едят как второе блюдо с хлебом или как тапас (закуску) — по одной-две штуки с зубочисткой.

Испанский вариант — более изысканный и пряный, чем советские тефтели. Миндаль даёт густоту и ореховый оттенок, херес добавляет сложность.

Ингредиенты на 20—25 маленьких альбондигас

Для альбондигас:

Фарш мясной (свинина + говядина 50/50) — 500 г. Можно взять только свинину для сочности или добавить 100 г ветчины для вкуса.

Рис круглозёрный — 50 г (2 столовые ложки с горкой).

Чеснок — 3—4 зубчика.

Петрушка свежая — большой пучок (30—40 г).

Яйцо — 1 шт.

Панировочные сухари — 2 столовые ложки (по желанию, для плотности).

Соль — 1 чайная ложка.

Перец чёрный молотый — 1/2 чайной ложки.

Паприка копчёная (сладкая) — 1 чайная ложка (опционально, для аромата).

Для соуса (испанский вариант с миндалем):

Томаты в собственном соку (или свежие, очищенные) — 400 г.

Миндаль сырой (очищенный) — 50 г (полстакана).

Лук репчатый — 1 средняя луковица.

Чеснок — 2 зубчика.

Херес (сухой) — 100 мл. Можно заменить сухим белым вином или хересным уксусом + водой.

Оливковое масло — 2 столовые ложки.

Лавровый лист — 1 шт.

Соль — по вкусу.

Перец чёрный — по вкусу.

Сахар — 1/2 чайной ложки (если томаты кислые).

Для жарки альбондигас:

Оливковое масло — 3—4 столовые ложки.

Приготовление

Шаг 1. Приготовить рис.

Рис отварите до полуготовности — 7—8 минут в подсоленной воде. Он должен оставаться чуть твёрдым внутри, потому что дойдёт в соусе. Откиньте на дуршлаг и дайте стечь.

Шаг 2. Подготовить зелень и чеснок.

Петрушку мелко порубите. Чеснок раздавите ножом и тоже мелко нарубите. В испанских альбондигас чеснока должно чувствоваться много.

Шаг 3. Смешать фарш.

В большой миске соедините фарш, полуготовый рис, рубленую петрушку, чеснок, яйцо, соль, перец и копчёную паприку. Если фарш кажется жидким, добавьте панировочные сухари. Если сухим — 2 столовые ложки ледяной воды.

Шаг 4. Вымешать.

Вымешивайте фарш рукой 1—2 минуты до однородности. Не переусердствуйте — альбондигас должны оставаться

нежными, а не резиновыми.

Шаг 5. Сформовать альбондигас.

Смочите руки холодной водой. Скатайте маленькие шарики размером с грецкий орех (20—25 г). Чем мельче, тем лучше — это тапасный формат.

Шаг 6. Обжарить альбондигас.

Разогрейте большую сковороду с оливковым маслом. Огонь — средний. Выложите альбондигас, не скученно. Обжаривайте со всех сторон до румяной корочки — 4—5 минут. Они должны подрумяниться, но не прожариться до конца. Выньте на тарелку.

Шаг 7. Приготовить соус.

В той же сковороде (масло осталось) на среднем огне обжарьте мелко рубленый лук и чеснок — 3 минуты до мягкости. Добавьте миндаль. Жарьте ещё 2 минуты до лёгкого золотистого цвета. Влейте херес, выпарите алкоголь (1—2 минуты). Добавьте томаты (если целыми — разомните лопаткой), лавровый лист, соль, перец, сахар. Если томаты слишком густые, добавьте 100 мл воды или бульона.

Шаг 8. Сделать соус гладким (опционально).

Классический испанский вариант — соус должен быть однородным. Пробейте его погружным блендером до гладко-

сти. Или оставьте с кусочками томатов и миндаля — это более деревенский, тоже вкусный вариант.

Шаг 9. Потушить альбондигас в соусе.

Верните обжаренные альбондигас в сковороду с соусом. Убавьте огонь до минимума. Тушите под крышкой 12—15 минут. За это время рис дойдёт, а фрикадельки пропитаются соусом.

Шаг 10. Проверить готовность.

Альбондигас должны стать мягкими, почти нежными. Соус загустеет от миндаля и томатов. Выключите огонь, дайте постоять 5 минут под крышкой.

Как подавать

В Испании альбондигас подают как тапас — в маленькой глиняной мисочке, по 3—4 штуки на порцию, с куском хлеба, чтобы макать в соус. Как второе блюдо — с рисом, картофелем фри или просто так, с большим количеством соуса.

Сверху можно посыпать рубленой петрушкой и поджарить на сухой сковороде ещё горсть миндальных лепестков.

Обязательно подавайте лимонную дольку — сок лимона освежает и балансирует жирность и сладость миндаля.

Ошибки, которых избежать

Альбондигас развалились при тушении. Фарш был слишком постным или вы плохо вымешали. В следующий раз добавьте яйцо или панировочные сухари.

Рис в альбондигас хрустит. Вы не доварили рис или положили слишком много. Варите его до мягкости хотя бы наполовину. Норма — 50 г на 500 г фарша, не больше.

Соус получился горьким. Вы пережарили миндаль. Он должен стать только слегка золотистым, не коричневым. Если подгорел — начните заново, пережаренный миндаль даёт горечь.

Соус слишком жидкий. Миндаль недостаточно измельчён или вы добавили много воды. Пробейте соус блендером ещё раз и уварите 5—7 минут без крышки.

Альбондигас получились сухими. Фарш был слишком постным (чистая говядина) или вы пережарили их перед тушением. Добавьте в фарш 2 столовые ложки оливкового масла или берите смесь со свининой.

Нет орехового вкуса. Вы положили мало миндаля или он

невкусный. Попробуйте миндаль перед добавлением — он должен быть свежим, чуть сладковатым. Можно заменить фундуком или грецкими орехами.

Варианты

Мексиканские альбондигас. В фарш добавьте 1 нарезанный перчик чили, кумин и кориандр. Вместо миндального соуса — томатный с чили, кинзой и кукурузой. Подавайте с рисом и тортильями.

С картофелем вместо риса. Натрите 1 сырой картофель на мелкой тёрке, отожмите. Добавьте в фарш вместо риса. Альбондигас станут ещё нежнее.

Без хереса. Замените сухим белым вином или хересным уксусом — 1 столовая ложка уксуса на 100 мл воды.

В супе. Сварите овощной бульон, опустите в него сырые альбондигас, добавьте кукурузу, картофель, чили. Получится альбондигас-суп — очень популярное в Мексике блюдо.

Альбондигас — это маленькие, пряные, очень ароматные фрикадельки с ореховой густотой, томатной сладостью и виноградной кислинкой. Они полностью меняют представление о том, что фрикадельки — это скучно и банально.

Рецепт 6. Птичий молоток (Cordon Bleu из фарша)

Почему он так называется

Птичий молоток — это смешное и точное название. Котлета по-киевски делается из целого куриного филе, а здесь мы берём обычный фарш, расплющиваем в лепёшку, внутрь — сыр и ветчину. По форме и содержанию это действительно напоминает классический кордон блю (Cordon Bleu), который делают из отбивной. Но так как основа — фарш, в народе прижилось название «птичий молоток». Не официальное, но понятное и весёлое.

Главное отличие этой котлеты от остальных — начинка. Не просто сыр, а полноценная ветчинно-сырная сердцевина, которая плавится внутри. Второе отличие — панировка. Котлета панируется дважды: сначала в муке, потом в яйце и сухарях. Это даёт очень хрустящую корочку, которая держит форму и не даёт начинке вытечь. Третье отличие — способ жарки. Сначала её обжаривают на сильном огне до румяной корочки, а потом доводят до готовности в духовке (или под крышкой на очень медленном огне). Это важно, чтобы фарш внутри пропёкся, а сыр не вытек раньше времени.

Птичий молоток — это эффектное блюдо. Разрезаешь — а оттуда течёт сырная и мясная река. Дети его обожают, гости удивляются, а готовится он не сложнее обычных котлет.

Ингредиенты на 4—5 птичьих молотков

Для котлет:

Фарш мясной (свинина + говядина 50/50 или куриный + свиной) — 600 г. Лучше смесь: свинина для сочности, курица или говядина для вкуса.

Чеснок — 2 зубчика.

Соль — 1 чайная ложка (без горки).

Перец чёрный молотый — 1/2 чайной ложки.

Паприка сладкая — 1/2 чайной ложки (по желанию).

Ледяная вода — 2 столовые ложки (для сочности).

Для начинки:

Сыр твёрдый (гауда, эдам, чеддер) — 100 г.

Ветчина (или бекон, или карбонад) — 100 г.

Можно добавить немного зелени (укроп, петрушка) — по желанию.

Для панировки:

Мука пшеничная — 50 г (примерно 4—5 столовых ложек).

Яйца — 2 шт.

Панировочные сухари (белые, мелкие) — 100 г.

Соль — щепотка в яйца.

Для жарки и запекания:

Масло растительное для жарки — 3—4 столовые ложки.

Сливочное масло (для духовки) — 20 г (по желанию, можно кусочек на каждую котлету).

Приготовление

Шаг 1. Подготовить начинку.

Сыр нарежьте длинными брусочками толщиной 1х1 см и длиной 4—5 см. Ветчину нарежьте такими же брусочками или чуть тоньше. Если используете бекон, его можно слегка обжарить заранее, но не до хруста — он дойдёт внутри. Отложите начинку в сторону.

Шаг 2. Сделать фарш.

В миске смешайте фарш, пропущенный через пресс чеснок, соль, перец, паприку. Добавьте ледяную воду. Вымешивайте фарш 2—3 минуты, пока он не станет гладким и немного липким. Это важно: хорошо вымешанный фарш не даст трещин при жарке, и начинка не вытечет.

Шаг 3. Разделить фарш на порции.

Смочите руки холодной водой. Разделите фарш на 4—5

равных частей (по 120—150 г). Каждую часть скатайте в шарик.

Шаг 4. Сформировать лепёшку.

Возьмите один шарик фарша. Расплющите его в лепёшку толщиной 1—1.5 см на ладони или на доске, смоченной водой. Лепёшка должна быть достаточно большой, чтобы в неё можно было завернуть начинку и защипнуть края, как пирожок.

Шаг 5. Заложить начинку.

В центр лепёшки положите 1—2 брусочка сыра и 1—2 брусочка ветчины. Можно чередовать: сначала ветчина, потом сыр, или смешать. Не жалейте начинки — на 600 г фарша уйдёт примерно 100 г сыра и 100 г ветчины.

Шаг 6. Защипнуть края.

Соберите края лепёшки над начинкой и хорошо защипните, как пирожок или хинкали. Шов должен быть плотным, без дырочек. Потом аккуратно придайте котлете форму овальной или круглой плоской лепёшки. Следите, чтобы начинка не прорвала фарш нигде.

Шаг 7. Приготовить панировку.

В три тарелки разложите: в первую — муку, во вторую — взбитые вилкой яйца с щепоткой соли, в третью — паниро-

вочные сухари.

Шаг 8. Запанировать котлеты.

Каждую котлету сначала обваляйте в муке со всех сторон. Потом окуните в яйцо, чтобы оно покрыло всю поверхность. Потом обваляйте в сухарях. Для особо хрустящей корочки можно повторить пару «яйцо-сухари» ещё раз.

Шаг 9. Обжарить до румянца.

Разогрейте сковороду с растительным маслом на среднем-сильном огне. Масла должно быть достаточно, чтобы котлеты свободно в нём лежали. Выложите котлеты. Обжаривайте по 2 минуты с каждой стороны, до золотистой и даже чуть коричневой корочки. Котлеты должны подрумяниться, но внутри остаться сырыми.

Шаг 10. Довести до готовности.

Есть два способа.

Первый (лучший): переложите обжаренные котлеты в форму для запекания. На каждую положите маленький кусочек сливочного масла. Поставьте в разогретую до 180 градусов духовку на 10—12 минут.

Второй (на сковороде): после обжарки убавьте огонь до минимума, накройте сковороду крышкой и томите котлеты ещё 7—8 минут. Переверните в последние 2 минуты, если надо.

Шаг 11. Дать отдохнуть.

После духовки дайте котлетам постоять 2—3 минуты под фольгой. Сок внутри распределится, сыр слегка стабилизируется и не вытечет моментально при разрезании.

Как подавать

Птичий молоток подаётся горячим, целиком на тарелке. При разрезании из него должна вытекать сырная и мясная струя — это самый эффектный момент.

Гарнир лучше всего лёгкий: овощи на гриле, свежий салат, картофельное пюре или рис. Ничего слишком жирного или тяжёлого, чтобы не перебивать вкус.

Полить котлету можно тем, что выделилось на противне, или соусом из сметаны с зеленью.

Предупреждайте едоков, что внутри горячий сыр. Он держит температуру дольше, чем мясо.

Ошибки, которых избежать

Начинка вытекла при жарке. Вы плохо защипнули края или сделали начинку слишком большой. Защищывайте как

вареники, можно смочить края фарша водой для лучшего склеивания.

Котлеты развалились. Фарш был слишком жидким или вы плохо его вымешали. Добавьте пару ложек сухарей в фарш и вымешивайте дольше.

Сыр вытек раньше времени. Вы пережарили котлеты на сковороде. Их задача — только зарумяниться и запечатать сок. Вся готовность внутри достигается в духовке или под крышкой на медленном огне.

Корочка отваливается. Вы плохо закрепили панировку или панировали мокрыми руками. Обмакивайте котлету в муку сухими руками, потом в яйцо, потом в сухари. Дайте запанированной котлете полежать 5 минут, панировка прилипнет лучше.

Котлеты получились сухими внутри. Фарш был постным. Добавьте в фарш 2—3 столовые ложки ледяной воды или немного тёртого кабачка. Следите, чтобы начинки было достаточно — жир от сыра и ветчины тоже даёт сочность.

Варианты

С грибами вместо ветчины. Обжарьте мелко рубленые

шампиньоны с луком, остудите, смешайте с сыром. Получится постная, но очень ароматная версия.

Острые птичьи молотки. В фарш добавьте чили или красный перец. В начинку положите маринованный халапеньо вместе с сыром.

С беконом. Ветчину замените сырым тонко нарезанным беконом — при запекании он отдаст жир и сделает котлету ещё сочнее.

В сухарях с кунжутом. Добавьте в панировочные сухари горсть белого или чёрного кунжута — будет красиво и хрустяще.

Запечённый вариант без жарки. Сразу выложите сформированные и запанированные котлеты на противень, сбрызните маслом. Запекайте 20—25 минут при 200 градусах, один раз перевернув. Корочка будет не такой хрустящей, но котлеты почти диетическими.

Птичий молоток — это котлета-сюрприз. Снаружи хрустящая корочка, внутри сочный фарш, а в самом центре — горячая сырно-ветчинная начинка. Разрезаешь — и она течёт, соединяясь с мясным соком. Никто не останется равнодушным.

Рецепт 7. Мясной хлеб

Мясной хлеб (meatloaf) — это американская классика. Название он получил за форму: фарш укладывают в прямоугольную форму для хлеба или придают ему руками форму бруска, а потом запекают целиком. Потом нарезают ломтями, как хлеб. Отсюда и название.

Главное отличие мясного хлеба от других блюд из фарша — он запекается единым куском, без панировки и без предварительной обжарки. Второе отличие — глазурь. Классический мясной хлеб сверху покрывают смесью кетчупа, коричневого сахара и горчицы, которая запекается в сладкую липкую корочку. Третье отличие — текстура. Мясной хлеб должен быть плотным, но не резиновым, чтобы его можно было нарезать на аккуратные ломти, не разваливаясь.

В Америке мясной хлеб готовят в каждой семье, и у каждого свой рецепт. Но основа всегда одна: фарш (обычно говяжий или смесь говядины со свиной), размоченные панировочные сухари, лук, яйца, кетчуп и приправы.

Ингредиенты на 1 мясной хлеб (4—6 порций)

Для мясного хлеба:

Фарш говяжий — 600 г.

Фарш свиной — 200 г. Свинина нужна для сочности и жирности.

Лук репчатый — 1 средняя луковица (150 г).

Чеснок — 2 зубчика.

Панировочные сухари — 100 г (примерно 1 стакан).

Молоко — 120 мл.

Яйца — 2 шт.

Кетчуп — 3 столовые ложки (в фарш).

Вустерширский соус — 1 столовая ложка (по желанию, можно заменить соевым соусом + каплей лимона).

Соль — 1 чайная ложка.

Перец чёрный молотый — 1/2 чайной ложки.

Паприка сладкая — 1 чайная ложка.

Тимьян сушёный — 1/2 чайной ложки (по желанию).

Для глазури:

Кетчуп — 4 столовые ложки.

Коричневый сахар — 2 столовые ложки (можно заменить обычным).

Горчица дижонская или обычная — 1 столовая ложка.

Яблочный уксус (или обычный) — 1 чайная ложка (по желанию, для кислинки).

Дополнительно:

Масло сливочное — немного для смазки формы.

Петрушка для подачи.

Приготовление

Шаг 1. Подготовить лук и чеснок.

Лук и чеснок мелко нарубите. В мясном хлебе лук не должен хрустеть, но и не должен превращаться в пюре — нужен баланс. Можно обжарить лук на сковороде с небольшим количеством масла до мягкости (3—4 минуты), а потом остудить. Это усилит сладость и сделает текстуру мясного хлеба более нежной. Но можно класть и сырой — тогда он добавит сочности.

Шаг 2. Замочить панировочные сухари.

В миске смешайте панировочные сухари с молоком. Дайте постоять 5—10 минут, пока сухари не впитают жидкость.

Шаг 3. Смешать все ингредиенты для мясного хлеба.

В большой миске соедините говяжий и свиной фарш, размоченные сухари, яйца, 3 столовые ложки кетчупа, вустерширский соус, подготовленный лук с чесноком, соль, перец, паприку, тимьян.

Шаг 4. Вымесить фарш.

Вымешивайте фарш рукой 3—4 минуты. Он должен стать однородным, липким и немного плотным. Если фарш ка-

жется жидким, добавьте пару столовых ложек сухарей. Если слишком сухим — немного молока или ложку кетчупа.

Шаг 5. Приготовить форму.

Возьмите форму для хлеба (прямоугольную) размером примерно 20x10 см. Смажьте её сливочным маслом. Для верности можно застелить дно пергаментом, оставив края свисающими — тогда мясной хлеб будет легче достать.

Шаг 6. Уложить фарш в форму.

Плотно утрамбуйте фарш в форму рукой или ложкой. Сверху разровняйте. Можно сделать небольшое углубление по центру (не обязательно), чтобы глазурь не стекала.

Шаг 7. Приготовить глазурь.

В маленькой миске смешайте 4 столовые ложки кетчупа, коричневый сахар, горчицу и уксус. Коричневый сахар лучше растворится, если его слегка подогреть. Но можно и холодным.

Шаг 8. Нанести глазурь.

Ложкой или кисточкой покройте мясной хлеб глазурью сверху. Толстым слоем. Глазурь не должна стекать по бокам слишком сильно — только немного.

Шаг 9. Запечь.

Разогрейте духовку до 180 градусов. Поставьте форму с мясным хлебом в духовку. Запекайте 50—60 минут. Готовность проверьте термометром: внутри должно быть 70—72 градуса. Если термометра нет — воткните нож в центр, подержите 10 секунд. Нож должен быть горячим (не просто тёплым), а сок из прокола — прозрачным.

Шаг 10. Дать отдохнуть.

Достаньте мясной хлеб из духовки. Оставьте в форме на 10 минут. За это время сок распределится, и мясной хлеб станет плотнее, его будет легче нарезать.

Шаг 11. Достать и нарезать.

Подденьте края ножом. Переверните форму на доску или просто выньте мясной хлеб, помогая свисающими краями пергамента. Нарежьте ломтями толщиной 1.5—2 см.

Как подавать

В Америке мясной хлеб подают с картофельным пюре и подливкой (из сока от запекания, смешанного с небольшим количеством бульона и муки). Хорош он и с отварным картофелем, и с овощами на пару, и просто на бутерброде холодным — остатки мясного хлеба наутро часто едят именно так.

Сверху можно посыпать рубленой петрушкой. Дополнительный кетчуп подавать рядом.

Ошибки, которых избежать

Мясной хлеб разваливается при нарезке. Фарш был слишком постным или вы не дали ему отдохнуть после запекания. Добавьте в фарш больше свинины и обязательно выдержите 10 минут в форме.

Мясной хлеб получился сухим. Перепекли или фарш был слишком постным. Берите смесь с жирной свининой, не перепекайте — 60 минут при 180 градусах для килограмма фарша достаточно. Можно добавить в фарш немного тёртой моркови или кабачка — они дадут сок.

Глазурь пригорела. Сахар в глазури может подгореть при длительном запекании. Если видите, что глазурь темнеет слишком быстро, накройте мясной хлеб фольгой в последние 15—20 минут.

Мясной хлеб не вынимается из формы. Вы забыли смазать форму. На следующий раз смазывайте щедро, а дно выстилайте пергаментом с запасом по краям.

Внутри мясной хлеб сырой, а сверху уже готов. Темпера-

тура духовки слишком высокая. Убавьте до 160 градусов и запекайте дольше — до 70—80 минут.

Фарш внутри розовый, а температура уже 72 градуса. Мясо может оставаться розовым из-за специй (паприка, тимьян) или кетчупа в фарше. Ориентируйтесь на температуру и прозрачный сок, а не на цвет.

Варианты

Мясной хлеб по-итальянски. Добавьте в фарш 50 г тёртого пармезана, горсть рубленой петрушки и 1 столовую ложку орегано. Вместо глазури — томатный соус с базиликом.

С начинкой. Уложите в форму половину фарша. Сверху положите очищенные варёные яйца (целые) или полоски сыра и ветчины. Накройте второй половиной фарша, защипните края.

Из курицы или индейки. Вместо свинины и говядины возьмите куриный фарш из бёдер. Добавьте 2 столовые ложки оливкового масла и больше лука — курица суше. Глазурь остаётся той же.

Без глазури (для детей или диет). Просто смажьте мясной хлеб сверху сметаной или кетчупом без сахара. Или вовсе

ничем.

С беконом. Оберните мясной хлеб полосками сырого бекона до запекания, уложив их внахлёт. Бекон даст жир, защитит от пересыхания и создаст хрустящую корочку.

Мясной хлеб — это плотное, сытное, уютное блюдо. Оно не требует панировки и жарки, запекается само, а глазурь делает его почти десертно-мясным. Ломтик мясного хлеба с пюре — классика американского домашнего обеда.

Рецепт 8. Пастуший пирог (Cottage Pie)

Пастуший пирог — это английская классика. Название cottage pie появилось в XVIII веке, когда бедные сельские жители (cottagers) придумали запекать остатки мяса под слоем картофельного пюре. Позже появился вариант с бараниной — его стали называть shepherds pie (пастуший пирог, от shepherd — пастух). Но в современном английском языке оба названия часто путают. Суть одна: фарш в соусе, покрытый картофельным пюре и запечённый до золотистой корочки.

Главное отличие пастушьего пирога от других запеканок — соус. Фарш тушится не просто с томатом или сметаной, а в густом мясном бульоне с добавлением вустерширского

соуса и муки, получается почти подливка. Второе отличие — картофельная шапка. Пюре делается густым, с яичным желтком и маслом, чтобы при запекании оно подрумянилось и покрылось хрустящей корочкой. Третье отличие — овощи. В начинку обязательно добавляют морковь, сельдерей и иногда горошек — для сладости и объёма.

Пастуший пирог — это английский комфорт-фуд. Он уютный, сытный и не требует гарнира, потому что картофель уже в нём.

Ингредиенты на форму 20x30 см (4—6 порций)

Для мясной начинки:

Фарш говяжий или бараний — 600 г. Для классического cottage pie — говядина, для shepherds pie — баранина.

Лук репчатый — 1 крупная луковица (200 г).

Морковь — 1 средняя (100 г).

Корень сельдерея или стебель — 50—70 г.

Чеснок — 2 зубчика.

Мука пшеничная — 2 столовые ложки.

Бульон мясной (говяжий или куриный) — 400 мл.

Вустерширский соус — 1 столовая ложка (можно заменить соевым соусом + каплей лимона).

Томатная паста — 1 столовая ложка.

Лавровый лист — 1 шт.

Тимьян сушёный — 1/2 чайной ложки.

Соль — по вкусу.

Перец чёрный молотый — по вкусу.

Масло растительное — 2 столовые ложки для жарки.

Горошек замороженный — 100 г (по желанию, добавляется в конце).

Для картофельной шапки:

Картофель — 1.2 кг (примерно 8—10 средних картофелин).

Масло сливочное — 100 г.

Молоко или сливки — 100 мл.

Желток яичный — 1 шт.

Соль — по вкусу.

Мускатный орех молотый — 1/4 чайной ложки (по желанию).

Для запекания:

Сливочное масло — небольшой кусочек для смазки формы (или масло для смазывания шапки сверху).

Приготовление

Шаг 1. Приготовить картофельное пюре.

Картофель очистите, нарежьте крупными кусками. Залейте холодной водой, доведите до кипения. Посолите. Варите

15—20 минут до мягкости. Слейте воду, дайте картофелю обсохнуть в кастрюле без крышки 2—3 минуты. Разомните в пюре. Добавьте сливочное масло, тёплое молоко, желток, мускатный орех и соль. Перемешайте до однородности. Пюре должно быть густым — это не гарнир, а шапка, которая не должна проваливаться.

Шаг 2. Подготовить овощи для начинки.

Лук, морковь, сельдерей и чеснок мелко нарубите. Морковь и сельдерей можно тереть на крупной тёрке или резать маленькими кубиками — как вам удобнее. Важно, чтобы они прожарились и почти растворились в соусе.

Шаг 3. Обжарить овощи.

Разогрейте большую сковороду или кастрюлю с толстым дном. Добавьте растительное масло. Обжаривайте лук, морковь и сельдерей на среднем огне 5—7 минут до мягкости. Добавьте чеснок, жарьте ещё 1 минуту.

Шаг 4. Обжарить фарш.

Увеличьте огонь до чуть выше среднего. Добавьте фарш. Жарьте, разбивая лопаткой комки, пока фарш не изменит цвет и не начнёт румяниться — 5—6 минут. Фарш должен быть не серым, а поджаристым.

Шаг 5. Добавить томатную пасту и муку.

Добавьте томатную пасту и муку. Перемешайте. Жарьте 1—2 минуты, помешивая. Мука подрумянится и загустит соус.

Шаг 6. Добавить жидкость и специи.

Влейте бульон и вустерширский соус, помешивая, чтобы не было комков. Добавьте лавровый лист, тимьян, соль и перец. Доведите до кипения.

Шаг 7. Потушить начинку.

Убавьте огонь до минимума. Тушите 15—20 минут, иногда помешивая. Соус должен загустеть до состояния густой подливки. В конце, за 5 минут до готовности, добавьте замороженный горошек (если используете). Лавровый лист уберите.

Шаг 8. Разогреть духовку.

Разогрейте духовку до 190 градусов.

Шаг 9. Собрать пастуший пирог.

Возьмите форму для запекания (лучше прямоугольную или круглую глубокую). Смажьте дно и стенки сливочным маслом. Выложите мясную начинку, разровняйте. Сверху аккуратно выложите картофельное пюре. Начинайте с краёв, чтобы пюре не продавило начинку. Разровняйте вилкой или лопаткой. Вилкой же можно сделать бороздки — они подру-

мянутся и будут красиво выглядеть.

Шаг 10. Нанести финишный слой.

Кусочком сливочного масла или кисточкой слегка смажьте верх пюре. Можно посыпать щепоткой паприки или сыром (пармезан или чеддер), но классический вариант — просто масло.

Шаг 11. Запечь.

Поставьте форму в духовку. Запекайте 20—25 минут до золотистой корочки. Если верх румянится слишком быстро, а начинка внутри ещё не прогрелась — прикройте фольгой и запекайте ещё 10 минут.

Шаг 12. Дать отдохнуть.

Достаньте пастуший пирог из духовки. Дайте постоять 5—10 минут. За это время он стабилизируется, и порции будут лучше держать форму при нарезке.

Как подавать

Пастуший пирог подаётся горячим, прямо в форме или порционно. Это блюдо самодостаточное — гарнир не нужен. Можно подать с кисло-сладким соусом (клюквенным, брусничным) или просто с куском хлеба, чтобы вымазать остатки соуса.

Сверху можно посыпать рубленой петрушкой или зеленым луком — для цвета.

Если вы готовите в большой форме, нарежьте пирог на квадраты, как лазанью. Каждый кусок должен быть с мясной начинкой и картофельной шапкой.

Ошибки, которых избежать

Начинка получилась жидкой, и пюре в неё провалилось. Вы не уварили соус или добавили слишком много бульона. Соус должен быть густым, почти как паста. Перед сборкой дайте начинке остыть 10 минут — холодная начинка не продавится.

Картофельная шапка поплыла. Пюре было жидким. Добавьте больше масла и меньше молока. Желток тоже помогает стабилизировать массу.

Пюре сверху подгорело, а внутри холодное. Духовка слишком горячая. Убавьте до 170 градусов и накройте фольгой в середине запекания.

Начинка получилась сухой. Фарш был слишком постным или вы пережарили его до состояния крошки. Не жарьте

фарш долго — как только он изменил цвет, добавляйте муку и жидкость.

Фарш безвкусный. Вы забыли вустерширский соус или томатную пасту. Они дают глубину. Обязательно добавляйте соль и перец с запасом — картофель сверху «съест» часть соли.

Варианты

С бараниной (Shepherds Pie). Замените говядину на баранину. Добавьте в соус веточку розмарина вместо тимьяна. Вкус станет более ярким, прямо-таки пастушьим.

С чечевицей для объёма. Добавьте в начинку 100 г красной чечевицы (промытой и отваренной до полуготовности). Она увеличит объём, сделает начинку более сытной и сэкономит фарш.

С сырной шапкой. Смешайте пюре с тёртым чеддером (50 г) и посыпьте сверху ещё сыром перед запеканием. Получится сырная корочка.

С бататом. Замените обычный картофель на батат — пюре получится сладковатым и необычным.

Пюре в мешочек. Если пюре получилось слишком мягким, переложите его в кондитерский мешок или пакет с отрезанным уголком и отсадите на начинку в виде спирали или полосок — будет очень красиво.

Пастуший пирог — это уют в квадратных сантиметрах. Мясная начинка в густой подливке и нежная картофельная шапка с румяной корочкой. Настоящая английская классика, которая не стыдна поставить ни в будний день, ни на воскресный обед.

Рецепт 9. Макароны с мясом (запеканка)

Макароны с мясом в виде запеканки — это американская классика школьных обедов и домашних ужинов. У неё нет какого-то вычурного названия вроде «паститсио» или «лазанья». Это просто макароны с мясом, запечённые под сырной корочкой. В Америке её часто называют «American goulash» (американский гуляш) или просто «beef and macaroni casserole».

Главное отличие от макарон по-флотски — запекание. Макароны не просто смешиваются с фаршем, а запекаются в духовке с яйцом, молоком и сыром. Получается плотная, сочная запеканка, которую можно резать на куски. Второе отличие — соус. Фарш тушится в томатном соусе с овощами

до состояния густой болоньезе, а не просто обжаривается с луком. Третье отличие — текстура. Запеканка должна держать форму, поэтому макароны варятся до полуготовности (*al dente*), чтобы они впитали соус и яичную заливку, но не развалились.

Это блюдо — палочка-выручалочка для большой семьи. Дешево, сытно, готовится из того, что есть в холодильнике, и вкусно даже на следующий день.

Ингредиенты на форму 25x35 см (6—8 порций)

Для мясной части:

Фарш мясной (свинина + говядина 50/50) — 700 г.

Лук репчатый — 1 крупная луковица (200 г).

Чеснок — 3 зубчика.

Болгарский перец — 1 шт. (по желанию, для сладости).

Томатная паста — 2 столовые ложки.

Томаты в собственном соку (или свежие очищенные) — 400 г.

Соль — 1 чайная ложка.

Перец чёрный молотый — по вкусу.

Паприка сладкая — 1 чайная ложка.

Орегано сушёный — 1 чайная ложка.

Масло растительное — 2 столовые ложки.

Для макарон:

Макароны (трубочки, перья, спирали) — 400 г. Лучше брать короткие, чтобы удобно было нарезать запеканку.

Для заливки:

Яйца — 2 шт.

Молоко — 300 мл.

Сметана — 100 г (по желанию, для нежности).

Соль — 1/2 чайной ложки.

Перец — по вкусу.

Для сырной шапки:

Сыр твёрдый (чеддер, гауда, российский) — 150—200 г.

Дополнительно:

Масло сливочное для смазки формы.

Петрушка или укроп для подачи.

Приготовление

Шаг 1. Приготовить макароны.

Вскипятите большую кастрюлю воды. Посолите (1 столовая ложка соли на 4 литра воды). Добавьте макароны и варите на 2 минуты меньше, чем указано на упаковке. Они должны быть *al dente* — чуть твёрдыми внутри, потому что дойдут в духовке. Откиньте на дуршлаг, промойте холодной во-

дой (чтобы не слипались). Смешайте с 1 столовой ложкой растительного масла.

Шаг 2. Приготовить мясную начинку.

Лук нарежьте мелкими кубиками. Чеснок мелко порубите. Болгарский перец (если используете) нарежьте мелкими кусочками. Разогрейте большую сковороду с 2 столовыми ложками растительного масла. Обжаривайте лук, перец и чеснок на среднем огне 4—5 минут до мягкости.

Шаг 3. Обжарить фарш.

Добавьте фарш к овощам. Увеличьте огонь до среднего-сильного. Жарьте, разбивая лопаткой комки, 5—6 минут, пока фарш не подрумянится и не изменит цвет. Не просто серый, а с румяными краешками.

Шаг 4. Добавить томаты и специи.

Добавьте томатную пасту. Жарьте 1 минуту, помешивая. Затем добавьте томаты в собственном соку (если целые — разомните лопаткой или руками), соль, перец, паприку, орегано. Доведите до кипения. Убавьте огонь до минимума. Тушите 10—15 минут, пока соус не загустеет и не перестанет быть водянистым.

Шаг 5. Приготовить заливку.

В миске смешайте яйца, молоко, сметану (если использу-

ете), соль и перец. Взбейте вилкой до однородности.

Шаг 6. Подготовить сыр.

Сыр натрите на крупной тёрке.

Шаг 7. Собрать запеканку.

Разогрейте духовку до 180 градусов. Форму для запекания смажьте сливочным маслом. На дно выложите половину макарон. Сверху — половину мясной начинки, разровняйте. Посыпьте половиной сыра. Затем второй слой: макароны, мясная начинка. Залейте сверху заливкой из яиц и молока, стараясь распределить её равномерно. Посыпьте оставшимся сыром.

Шаг 8. Запечь.

Поставьте форму в разогретую духовку. Запекайте 25—30 минут до золотистой корочки и пока заливка не схватится (если воткнуть нож в центр, он должен выходить чистым, без жидкой заливки).

Шаг 9. Дать отдохнуть.

Достаньте запеканку из духовки. Дайте постоять 10 минут. За это время она станет плотнее, и её будет легче нарезать.

Шаг 10. Подать.

Нарежьте на квадраты или прямоугольники. Подавайте горячей. Сверху можно посыпать рубленой зеленью.

Как подавать

Запеканка подаётся как самостоятельное блюдо. Гарнир не нужен. Хороша с салатом из свежих овощей или солёными огурцами — они добавляют кислоту и освежают вкус. Можно подать сметану или кетчуп рядом, на любителя.

Холодная запеканка тоже вкусная — на следующий день она становится плотнее, и её можно есть даже как перекус.

Ошибки, которых избежать

Запеканка получилась жидкой и разваливается. Вы переборщили с заливкой или макароны были слишком мягкими. Убавьте молоко до 200 мл и варите макароны до *al dente*, не до полной мягкости. Слейте воду с макарон хорошо.

Макароны в запеканке слиплись в комок. Вы не промыли макароны после варки холодной водой или не добавили масло. После промывки обязательно сбрызните их маслом и перемешайте.

Фарш получился сухим. Пережарили или использовали

постный фарш. Берите смесь со свининой. Добавьте в мясную начинку немного воды или бульона при тушении.

Сыр сверху пригорел, а внутри холодно. Духовка слишком горячая. Убавьте до 160—170 градусов. Или поставьте форму ближе к низу духовки.

Запеканка получилась пресной. Не жалейте соли и специй в мясной начинке, добавляйте орегано, паприку, чёрный перец. Можно добавить 1 чайную ложку сахара в томатный соус — он уберёт кислоту и сбалансирует вкус.

Варианты

С грибами. Обжарьте 200 г шампиньонов с луком отдельно, добавьте к фаршу. Вкус станет более насыщенным и грибным.

Острая версия. Добавьте в фарш 1—2 нарезанных перчика чили или 1 чайную ложку хлопьев чили. К сыру добавьте немного пармезана для пикантности.

С беконом. Обжарьте 100 г нарезанного бекона до хруста, выньте. В этом же жире обжарьте лук и фарш. В конце вмешайте бекон обратно.

Запеканка с брокколи. К макаронам добавьте 200 г отварной брокколи, разобранной на соцветия. Получится мясо-овощная версия.

Диетическая (лёгкая). Используйте куриный фарш из бедер, томаты без сахара, молоко 1%, а сыр замените на сулугуни или адыгейский (меньше жира). Вместо заливки из яиц и молока — просто 2 яйца и 100 г йогурта без добавок.

Макароны с мясом в виде запеканки — это настоящая королева быстрых ужинов. Она не требует высокой кулинарной техники, прощает ошибки, стоит копейки и нравится почти всем. Особенно детям. И особенно на следующий день, разогретая в микроволновке.

Рецепт 10. Спагетти с фрикадельками

Спагетти с фрикадельками — это итало-американское блюдо. В самой Италии вы почти не встретите спагетти с большими фрикадельками. Там, скорее, подадут пасту с небольшими шариками фарша (polpette) как отдельное блюдо или в супе. А вот в США итальянские иммигранты превратили это в культовую классику: длинная паста, крупные сочные фрикадельки и много томатного соуса.

Главное отличие спагетти с фрикадельками от других

блюдо из фарша — способ подачи. Фрикадельки жарятся отдельно, потом тушатся в соусе, а паста варится отдельно и уже на тарелке соединяется с соусом и фрикадельками. Второе отличие — размер. Фрикадельки для спагетти делаются крупными, размером с теннисный мячик (50—60 г), чтобы они были сытным акцентом, а не просто приправой к пасте. Третье отличие — фарш. В классических итало-американских фрикадельках используется смесь говядины, свинины и иногда телятины, плюс много сыра пармезан и петрушки.

Это блюдо — настоящий ресторанный хит домашней кухни. Оно выглядит эффектно, готовится без особых сложностей и нравится всем без исключения.

Ингредиенты на 4—6 порций (12—14 крупных фрикаделек)

Для фрикаделек:

Фарш говяжий — 400 г.

Фарш свиной — 200 г.

Пармезан (или другой твёрдый сыр) — 50 г (натереть на мелкой тёрке).

Петрушка свежая — большой пучок (30 г), мелко порубить.

Чеснок — 3 зубчика, мелко порубить.

Яйцо — 1 шт.

Панировочные сухари — 60 г (примерно 4 столовые ложки с горкой).

Молоко — 60 мл.

Соль — 1 чайная ложка.

Перец чёрный молотый — 1/2 чайной ложки.

Орегано сушёный — 1/2 чайной ложки (по желанию).

Для томатного соуса:

Оливковое масло — 2 столовые ложки.

Лук репчатый — 1 средняя луковица (150 г), мелко нарезать.

Чеснок — 2 зубчика, мелко порубить.

Томаты в собственном соку (или свежие очищенные) — 800 г (две банки по 400 г).

Томатная паста — 1 столовая ложка.

Соль — по вкусу.

Перец чёрный молотый — по вкусу.

Сахар — 1/2 чайной ложки (если томаты кислые).

Базилик сушёный — 1 чайная ложка.

Орегано сушёный — 1/2 чайной ложки.

Лавровый лист — 1 шт.

Для пасты:

Спагетти — 400 г (или любые длинные макароны).

Соль для варки пасты — 1 столовая ложка на 4 литра воды.

Для обжарки фрикаделек:

Оливковое масло (или растительное) — 3—4 столовые ложки.

Для подачи:

Пармезан (тёртый) — для посыпки.

Петрушка или базилик свежий — для украшения.

Приготовление

Шаг 1. Замочить панировочные сухари.

В маленькой миске залейте панировочные сухари молоком. Перемешайте и оставьте на 5—10 минут, пока сухари не впитают жидкость.

Шаг 2. Смешать фарш для фрикаделек.

В большой миске соедините говяжий и свиной фарш, тёртый пармезан, рубленую петрушку, рубленый чеснок, яйцо, набухшие сухари, соль, перец и орегано.

Шаг 3. Вымесить фарш.

Вымешивайте фарш рукой 2—3 минуты до однородности. Фарш должен быть мягким, но не липким. Если слишком липнет к рукам — добавьте ещё 1 столовую ложку сухарей.

Шаг 4. Сформовать фрикадельки.

Смочите руки холодной водой. Отщипывайте фарш по 50—60 г (размером с теннисный мячик или чуть больше). Скапывайте в шарики, плотно, без трещин. Должно получиться 12—14 штук.

Шаг 5. Обжарить фрикадельки.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.