

Манник, гороховый кисель и петровский лапоть

ПРЕДЛАГАЕМ РЕЦЕПТЫ ЛЕТНЕЙ КУХНИ

Лето дает массу возможностей для кулинарной фантазии: свежие овощи, фрукты, ягоды и грибы изящно вписываются в умело приготовленные блюда и придают им неповторимый вкус. Насладиться — полдела, главное — напитать любимый организм витаминами и другими полезными веществами, которые он как пригодятся ему зимой в пору простуд и разных других инфлюэнций. На прошедшем недавно в нашем городе фестивале, где лучшие рестораны демонстрировали свои лучшие угощения, наши корреспонденты выведали у шеф-поваров эксклюзивные рецепты летнего меню и отобрали из них самые простые и недорогие. Кстати, некоторые рецепты — это хорошо забытое старое, взятое из старинных книг русской национальной кухни.



МАННИК

Ингредиенты: килограмм манки, два яйца, два с половиной стакана сливок, полстакана сахара, килограмм любых фруктов — груш, яблок, персиков, некислых слив, 200 г орехов.

Манку заливаем литром воды и даем настояться до тех пор, пока крупа не разбухнет. Затем, если образовалась лишняя вода, сливаем ее, в манку разбиваем два яйца, добавляем стакан сливок и сахар. Все это взбивается миксером до однородной тестовой массы.

Полтора стакана сливок выливаются на противень, на который постелена пергаментная бумага, и

запекаются в духовке до коричневатого цвета. Затем на чистый, смазанный маслом противень выкладывается слой манного теста, сверху загустевшие сливки, поверх сливок выкладывается слой нарезанных тонкими дольками фруктов (яблоко, груш, персиков, к ним прибавляются толченые не очень мелко орехи — грецкие, фундук), затем сверху выкладывается еще один слой манного теста, на него — снова фрукты и орехи. И все это отправляется в духовку. Запекается 25 минут. Десерт готов.

ПЕТРОВСКИЙ ЛАПОТЬ

Ингредиенты на 4 порции: полкило лисичек, 2 — 3 зубчика чеснока, зелень (петрушка, укроп) — полпучка, 4 — 6 столовых ложек сметаны, луковица, растительное или сливочное масло для жарки, четыре крупные картофелины, 100 г тертого сыра.

Лисички замочить в прохладной воде на 20 — 30 минут, промыть. Нарезать крупными кусочками. Опустить в кипящую воду, варить 10 — 15 минут. Воду слить. Лук нарезать полукольцами. Чеснок измельчить. Лук и чеснок обжарить в масле до смягчения. Добавить на сковороду грибы. Обжаривать на среднем огне 20 минут. Посолить. Добавить сметану. После этого еще две-три минуты держать на огне. Как только сметана станет творожистой — выключить.

Пока жарятся грибы, отварить картошку в мундире, но не до полной готовности. Оставить ее слегка сыроватой. Воду слить, картошке дать остыть. После чего каждую картофелину разрезать пополам и вынуть серединку, так чтобы осталось еще достаточно картошки по краям. Столовой ложкой заложить внутрь картофелины пожаренные лисички, посыпать тертым сыром, выложить картошку на противень и поставить в разогретую духовку запекаться на 5 — 7 минут. По готовности вынуть и посыпать зеленью.

ВАРЕНЬЕ КЛУБНИЧНО-РЕВЕНОВОЕ



Ингредиенты: килограмм клубники, полкило ревеня, полтора килограмма сахара.

Крупную клубнику разрезать пополам, мелкую оставить целой. Ревень нарезать кусочками, соразмерными клубнике. Все сыпать в трехлитровую кастрюлю, добавить полтора килограмма сахара — один к одному — и поставить на очень маленький огонь. Довести до кипения и варить еще пять минут. Варенье готово.



МЯТНЫЙ ЛИМОНАД

Ингредиенты: литр холодной кипяченой воды, пол-лимона, 20 г мяты.

Лимон нарезать кружками, растолочь их с мятой, чтобы они дали сок, и добавить получившуюся массу в кувшин с водой.

Модный гастрономический тренд в этом сезоне — холодные кипящие напитки. Эффект достигается добавлением в стакан кубика сухого льда. Картина получается завораживающая: холодный напиток дымит плотным белым паром, как некий волшебный сосуд.

Сухой лед — это диоксид углерода твердого вида, который при нормальной температуре воздуха, минуя фазу жидкого состояния, сразу же становится паром. С настоящим льдом этот продукт роднит только название. Сухой лед вполне безопасен для здоровья продукт. Однако употреблять его в большом количестве, даже в составе коктейлей, все же не рекомендуется. Если сухой лед подержать в руке несколько секунд, вреда он не принесет, но если дольше, то можно получить холодный ожог. Сухой лед можно найти в некоторых аптеках.



ГОРОХОВЫЙ КИСЕЛЬ (ЖЕЛЕ)

Ингредиенты: килограмм гороховой муки (продается в крупных сетевых магазинах), соль по вкусу, 100 граммов растительного масла, луковица, 200 г малосольных огурчиков.

Гороховая мука заливается 600 мл кипятка, добавляется соль по вкусу, 100 г растительного масла, все это тщательно перемешивается. По мере остывания масса загустевает до желеобразного состояния. Лук нарезается кольцами и обжаривается в растительном масле. Гороховое желе режется на кусочки, выкладывается на тарелку и украшается луком и нарезанными тонкими кружочками малосольными огурчиками.



ГЕДЗА (ЯПОНСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ)

Ингредиенты: 1,5 стакана пшеничной муки, для начинки: 300 г капусты, пучок лука-порея, долька чеснока, небольшой корешок имбиря, соль по вкусу.

Приправа для начинки: 1 ст. ложка соевого соуса, соль по вкусу, 2 ч. ложки кунжутного масла, перец по вкусу, 0,5 чайной ложки сахара. Растительное масло для жарки.

В муку добавить 100 мл горячей воды, тщательно перемешать. Замесить тесто как для пельменей. Вымешивать его несколько минут, пока оно не станет эластичным. Положить тесто в целлофановый пакет и оставить на 30 минут. В итоге тесто не должно прилипать к рукам.



Приготовить начинку. Мелко нашинковать капусту, посолить щепоткой соли. Оставить на 5 — 6 минут. Мелко нарезать лук. Очистить имбирь и дольку чеснока, натереть их. Помыть капусту, образовавшийся сок слить. Добавить к ней лук и натертые имбирь с чесноком. Затем добавить 1 ст. ложку соевого соуса, четверть чайной ложки соли, кунжутное масло, немного перца и сахар. Все перемешать.

Раскатать тесто тонким слоем. стаканом нарезать из него кружки. В центр каждого кружка накладывать по две чайные ложки начинки и заплывать края, так чтобы получился полумесяц.

Разогреть сковороду. Налить в нее 1 ч. ложку растительного масла и положить пельмени. Жарить на среднем огне. Когда пельмени поджарятся с одной стороны до золотисто-коричневого цвета, налить в сковороду 1 стакан кипятка и накрыть крышкой. Тушить пельмени под крышкой 6 — 7 минут. Снять крышку, прибавить огонь и дать выпариться остаткам жидкости. Когда жидкость почти вся испарится, влить 2 ч. ложки растительного масла и поджарить пельмени еще немного до хрустящей корочки. Готовые пельмени можно полить соевым соусом.

Также можно приготовить их во фритюре.

Подготовила Светлана ЯКОВЛЕВА