













## РЕЦЕПТЫ БЛЮД СО СПЕЦИЯМИ







Кухня любой страны — это всевозможные сочетания разнообразных вкусов и ароматов. Рецепты любимых блюд записываются и передаются из уст в уста, из поколения в поколение.

В этой книге собраны самые интересные рецепты блюд со специями: чесноком, укропом, анисом, розмарином, перцем, имбирем, мускатным орехом и т.д. Вы сразу ощутите преимущества блюд, приготовленных с ароматными приправами и специями.

Новых вкусовых ощущений!

## Содержание

## Салаты и закуски

- 9 Закуска «куриное рафаэлло»
- 11 Творожные рулетики из лаваша
- 13 Индийская виноградная закуска
- 15 Салат по-мароккански
- 17 Салат с перепелиными яйцами и малиной
- 19 Салат с соевой спаржей по-корейски

## Первые блюда

- 21 Острый ореховый африканский суп
- 23 Гаспачо
- 25 Гороховый суп с копченостями и острыми гренками
- 27 Холодный острый суп с овощами и лапшой
- 29 Суп по-пекински
- 31 Острый мексиканский суп
- 33 Острый куриный суп с фасолью

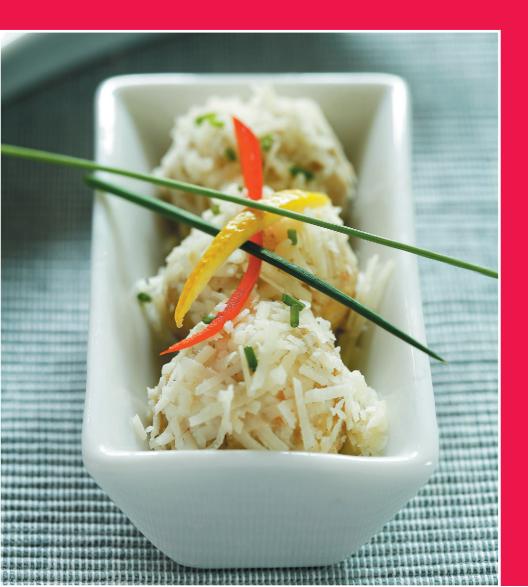
## Вторые блюда

- 35 Овощи по-тайски
- 37 Стручковая фасоль под острым соусом
- 39 Тушеные помидоры с индийской тонкой жареной вермишелью
- 41 Итальянская овощная пицца «Пеперони»
- 43 Крылья «Буффало с соусом «Тартар»

- 45 Куриный шашлык «кучерявый»
- 47 Куриные бедра в остром арахисовом соусе с брокколи
- 49 Цыплята «табака»
- 51 Курица с чесноком по-провансальски
- 53 Жаркое из куриных сердечек
- 55 Острая куриная печенка по-наваррски
- 57 Мясо в остром кисло-сладком соусе
- 59 Рулетики с начинкой из острого перчика, чернослива и орехов
- 61 Тушеная говядина с зеленым соусом
- 63 Огурцы, фаршированные бараниной по-грузински
- 65 Рулетики по-русски
- 67 Телятина в «сюртуке»
- 69 Корона из свиных ребрышек
- 71 Свинина «Гусарская баллада»
- 73 Жареная баранья нога с мятно-луковой корочкой
- 75 Свинина в кляре
- 77 Телятина в пряном соусе
- 79 Рыбка «Спрут» по-тайски
- 81 Рыба по-мексикански, запеченная на гриле
- 83 Карп, запеченный с помидорами и сыром

## Напитки и десерты

- 85 Шоколадные горшочки с имбирем
- 87 Чай по-узбекски с перцем («мурч-чой»)
- 89 Кофе по-турецки
- 91 Кокосовое молоко со специями и жгучим красным стручковым перцем чили
- 93 Горячий шоколад с чили



# Салаты и закуски

## Закуска «куриное рафаэлло»

#### Ингредиенты

150 г филе отварной куриной грудки 300 г твердого сыра 100 г майонеза красный молотый острый перец на кончике ножа 2–3 зубчика чеснока



- Куриное филе пропустить через мясорубку, чеснок – через пресс.
- Добавить 150 г сыра, натертого на мелкой терке, перец, тщательно перемешать, заправить майонезом.
- Из полученной массы скатать шарики, обвалять их в оставшемся натертом сыре.
- Подавать к столу, украсив тонкими перышками лука.



## Творожные рулетики из лаваша

## Ингредиенты

100 г творожного сыра

100 г сметаны

1 филе отварной куриной грудки

50 г твердого тертого сыра

3 листа тонкого лаваша

1 красный сладкий перец

2 перышка зеленого лука

1 упаковка зеленого листового салата

1 ч. л. соуса «Табаско»

1 пучок укропа

100 г майонеза

## 4 порций



- Творожный сыр комнатной температуры смешать со сметаной и соусом «Табаско».
- Курицу, перец, зеленый лук и укроп мелко нарезать. Добавить тертый на мелкой терке сыр.
- Салат порвать руками и заправить майонезом.
- Лист лаваша смазать творожным сыром со сметаной и «Табаско». Выложить еще один лист, на который намазать куриную смесь. Верхний лист лаваша смазать зеленым салатом с майонезом. Завернуть все в плотный рулет.
- Готовый рулет завернуть в пищевую пленку или фольгу, положить на 2 часа в холодильник.
- Подавать на стол, предварительно нарезав на порционные кусочки.



## Индийская виноградная закуска

### Ингредиенты

10 лимонов
3 зубчика чеснока
30 г свежего имбиря
7 мелких луковиц
100 г белого винограда
1 ст. л. горчицы
5 щепоток красного перца
1/2 ч. л. молотого тмина
3 ст. л. сахара
2 ст. л. оливкового масла
3 ст. л. уксуса



- Вымытые лимоны нарезать на кружочки, затем разрезать еще пополам. Косточки удалить. Выложить в стеклянную салатницу и посыпать солью. Перемешать, накрыть и поставить в холодильник на 7 часов.
- Промыть кусочки лимонов и обсушить их с помощью впитывающей бумаги. Имбирь очистить и натереть на мелкой терке.
   Луковицы очистить и разрезать каждую на 4 части. Виноград разобрать на ягоды.
- Смешать горчицу, перец, тмин, сахарный песок и оливковое масло. Подогревать смесь на сковороде с толстым дном в течение 3 минут, постоянно помешивая. Влить 100 мл воды, добавить чеснок, пропущенный через пресс, лук, виноград и лимон. Варить в течение получаса, постоянно помешивая. Разложить по банкам и поставить в холодильник.
- Подавать к блюдам из птицы, мяса и холодной рыбе.



## Салат по-мароккански

## Ингредиенты

400 г очищенных креветок 2 манго 2 луковицы 50 г руколы 30 г свежего имбиря 3 ст. л. сока лайма 5 г соуса «Табаско» 3 ст. л. оливкового масла Перец, соль по вкусу



- Отварить креветки в подсоленной воде,
   3 минуты.
- Лук очистить, порезать и переложить в салатник. Добавить масло, сок лайма и соус «Табаско», посолить, поперчить. Имбирь очистить, натереть на терке над салатницей. Все тщательно перемешать.
- Положить креветки сверху в салатник и поместить его на 1 час в холодильник, предварительно закрыв крышкой.
- Смешать содержимое салатника, выложить на тарелки. Вымыть и обсушить руколу.
- Подавать на стол, посыпав сверху руколой и украсив дольками лайма.



## Салат с перепелиными яйцами и малиной

## Ингредиенты

150–200 г свежей малины 6–8 листьев салата-латука 8 перепелиных яиц 100–150 г пармезана 4 ст. л. белого винного уксуса 1–1,5 ч. л. меда 1 ч. л. крупнозернистой горчицы 50 мл оливкового масла 1/2 ч. л. черного крупномолотого перца



- Вымыть листья салата, немного обсушить, нарвать руками на небольшие кусочки в миску.
- Отварить яйца, очистить и порезать на четвертинки или половинки. Натереть сыр
- Сделать заправку: хорошо перемешать винный уксус, горчицу, мед. Затем добавить оливковое масло и еще раз хорошо перемешать. Добавить крупный черный молотый перец.
- Выложить порционно листья салата на тарелки. Следующим слоем посыпать тертый сыр, использовав половину.
   Следующий слой – нарезанные яйца и малина. Остатки сыра – последний слой.
- Подавать на стол, предварительно полив сверху заправкой.



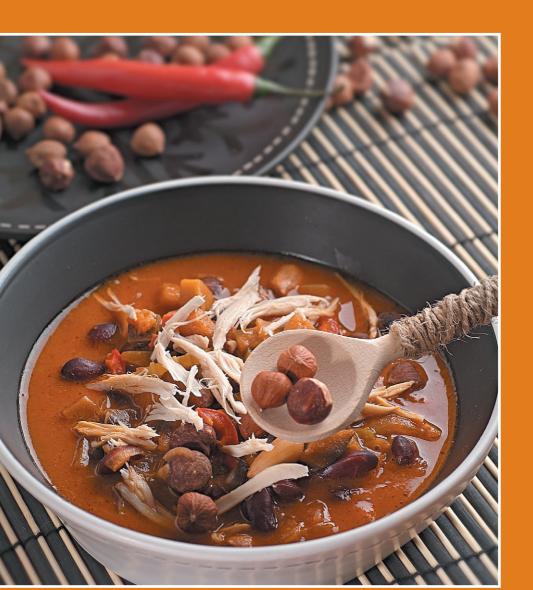
## Салат с соевой спаржей по-корейски

### Ингредиенты

250 г соевой спаржи
3 маленькие моркови
2 огурца
3—4 зубчика чеснока
2 ст. ложки соевого соуса
100 мл рафинированного растительного масла
1 ч. л. разбавленного уксуса
1 ч. л. острого молотого перца
по 1/2 ч. л. черного молотого перца
и молотого кориандра
по 1/2 пучка укропа, петрушки и зеленого лука
куссчек репчатой луковицы



- Соевую спаржу залить холодной водой и оставить на 1–2 часа. Воду 2 раза нужно сменить. Варить в слегка подсоленном кипятке 10–15 минут, затем обдать холодной водой, нарезать кусочками в 1,5–2 см.
- Морковь и огурец по отдельности нашинковать на терке для корейской моркови.
   Морковь слегка посолить и сбрызнуть уксусом, перемешать и оставить на 20– 25 минут
- Зелень и чеснок измельчить. Все овощи, спаржу и зелень смешать, добавить специи и соевый соус.
- В сковороде раскалить растительное масло, бросить кусочек луковицы и прожарить до коричневого цвета. Вынуть лук. Полить маслом салат. При необходимости добавить по вкусу соль и уксус. Еще раз перемешать, уплотнить и дать настояться 20 минут
- Подавать к столу, украсив зеленью.



## Первые блюда

## Острый ореховый африканский суп

### Ингредиенты

1 куриная грудка

1-1,5 горсти красной фасоли (отварить заранее)

2-3 маленьких баклажана

3 помидора

0,5 л томатного сока

2 луковицы

3 черешка сельдерея

5-6 зубчиков чеснока

300 мл козьего молока

50 г свежего натертого имбиря

1–2 стручка перчика чили

1–1,5 горсти сырого арахиса

1–1,5 горсти сушеного или сырого фундука

2 ч. л. молотого кориандра

1 ч. л. мускатного ореха

4 ст. л. оливкового масла зелень, соль по вкусу



- Сварить куриный бульон, вынуть куриную грудку.
- Нарезать кубиками баклажаны, лук, сельдерей, все пожарить на сковородке. Натереть имбирь, чеснок, нарезать чили и всю эту острую смесь отправить тушиться к овощам. Перемешать, накрыть крышкой и тушить примерно 3–5 минут. Нарезать и добавить помидоры. Посолить. Тушить еще минуты две. Залить овощи в сковородке козьим молоком. Накрыть крышкой и тушить еще минуту. Дальше добавить томатную пасту, сок или мякоть помидоров и фундук.
- Поставить куриный бульон на огонь. Добавить в бульон мускатный орех, кориандр, заранее отваренную фасоль, арахис. Варить примерно 6—8 минут на небольшом огне.
- Соединить тушеные овощи и бульон.
   Разобрать отваренную куриную грудку на волокна, добавить в суп. Посолить.
   Накрыть крышкой и оставить вариться еще на 10 минут.



## Гаспачо

## Ингредиенты

### Для зеленого пюре

2 небольших огурца без кожицы и семян 1 авокадо 1 небольшой зубчик чеснока 2 ст. л. натурального йогурта 2 ст. л. оливкового масла несколько капель соуса «Табаско» 1 ч. л. сока лимонного несколько перьев лука зеленого

## Для красного пюре

2 средних помидора
1 крупный красный болгарский перец
1 небольшой зубчик чеснока
1 ч. л. лимонного сока
1 ст. л. оливкового масла
соль по вкусу



- Смазать перец растительным маслом и запекать в духовке до легкого обугливания, положить в пакет и оставить в духовке еще минут на 10, очистить от кожицы и семян.
- Помидоры ошпарить, снять кожицу, нарезать дольками, сок и семена удалить.
- Взбить в блендере перец, чеснок и помидоры, заправить оливковым маслом и лимонным соком, посолить по вкусу.
- Огурчики очистить, удалить семена, вместе с авокадо, йогуртом, чесноком и зеленым луком измельчить в блендере. Приправить «Табаско», солью, лимонным соком и оливковым маслом. Получится красное и зеленое пюре.
- Охладить по отдельности в холодильнике и подавать на стол, выложив слоями в порционные стаканчики.



## Гороховый суп с копченостями и острыми гренками

### Ингредиенты

250 г копченого бекона 350 г зеленого сухого гороха 150 г белого хлеба 2 ст. л. сливочного масла

- 1 копченая курица
- 1 луковица
- 1 стебель черешкового сельдерея
- 1 морковка
- 2 ст. л. растительного масла соль, черный перец по вкусу



- Горох залить водой и оставить на 2 часа. 200 г бекона и нарезанную крупными кусками курицу залить 2 л воды и довести до кипения. Снять пену, уменьшить огонь до минимума и варить 20 минут.
- Вынуть бекон и курицу, бульон процедить. Добавить в бульон горох, довести до кипения, уменьшить огонь и варить 30 минут.
- Лук, морковь, сельдерей мелко нарезать.
   Обжаривать в масле в течение 15 минут.
- Куриное мясо нарезать кусочками и положить в суп вместе с овощами. Приправить по вкусу. Варить 50 минут.
- Хлеб нарезать брусочками, оставшийся бекон – кусочками. Обжарить бекон до хрустящей корочки.
- Кубики хлеба обжаривать до золотистого цвета, посыпать красным перцем. Смешать с беконом. Суп разлить по тарелкам и подать на стол вместе с сухариками.



## Холодный острый суп с овощами и лапшой

## Ингредиенты

1 помидор
1/4 красной луковицы
1 зубчик чеснока
1 ст. л. натертого редиса
горсть листьев салата
острый томатный соус по вкусу
пара щепоток соли
горсть лапши
100 г куриного филе
щепотка красного или черного острого перца
несколько капель соуса «Табаско»
1 лавровый лист



- Овощи вымыть, натереть на крупной терке (лук и чеснок на мелкой) и переложить в глубокую посуду, добавить нарезанные листья салата.
- Мясо нарезать тонкими ломтиками, выложить в кастрюлю, залить стаканом воды, довести до кипения, снять образовавшуюся пену и добавить горсть лапши, лавровый лист, соль, перец, «Табаско». Варить еще около 10 минут после закипания.
- Залить нарезанные овощи получившимся бульоном с лапшой и мясом, остудить и поставить в холодильник на 2–3 часа.
- Разлить в тарелки и подавать на стол.



## Суп по-пекински

## Ингредиенты

2 куриных бедра
1,5 л куриного бульона
1 ст. л. крахмала
1 горсть молотых сушеных грибов
1 горсть тертой моркови
60 г рисовой лапши
1 ст. л. 9%-ного уксуса
1 ч. л. соуса «Табаско»
2 ч. л. соевого соуса
1 ч. л. сахарного песка
перец молотый черный и красный по вкусу
соль, лук зеленый по вкусу

- Отделить мякоть от костей. Куриное филе нарезать кубиками. В кипящий бульон положить морковь и грибы, курицу варить 10 минут.
- Положить лапшу, влить уксус, соус «Табаско». Добавить соль, сахарный песок и оба вида молотого перца.
- Крахмал развести в стакане воды, ввести в суп, постоянно помешивая. Добавить в суп соевый соус.
- Подавать на стол, посыпав зеленым луком.





## **Острый** мексиканский суп

## Ингредиенты

1 л куриного бульона
3/4 л томатного сока
400 г красной фасоли
1 луковица
4 зубчика чеснока
2 шт. сладкого перца
2 шт. перчика чили
3 ст. л. томатной пасты
2 ч. л. соуса «Чили»
1 ст. л. растительного масла



- Красную фасоль замочить на ночь в холодной воде. Воду слить. Положить фасоль в кипящий бульон, добавить томатную пасту и соус «Чили».
- Лук и чеснок очистить и мелко нарезать, пассеровать на растительном масле.
- Перец чили и паприку нарезать, обжарить. Перцы и пассеровку добавить в суп, довести до кипения, уменьшить огонь и варить 30 минут.
- Влить томатный сок, довести до кипения, посолить. Слегка охладить измельчить в блендере до состояния пюре.
- Подавать на стол, посыпав зеленью.



## Острый куриный суп с фасолью

## Ингредиенты

300 г куриных копченых крыльев 500 мл томатного сока 1,5 л воды 1 банка консервированной фасоли 2 ст. л. сливочного масла 1 луковица 2 перчика чили

соль, кориандр, орегано по вкусу



- Обжарить нарезанный лук на сливочном масле до мягкости.
- Копченые крылья залить водой, прокипятить 5 минут, 100 мл бульона отлить в другую емкость.
- В суп добавить томатный сок, фасоль (жидкость предварительно слить), очищенный от семян перец, лук.
- В остуженных 100 мл бульона растворить муку и, постоянно помешивая, влить в суп.
- Проварить до загустения, посолить, приправить кориандром и орегано.
- Подавать на стол, посыпав зеленью.



# Вторые блюда

## Овощи по-тайски

## Ингредиенты

- 1 цукини
- 1 баклажан
- 2 болгарских перца
- 2 больших помидора сок 1/4 лимона
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 ч. л. соевого соуса
- 1/4 ч. л. соуса «Табаско»
- горсть вешенок пучок зелени



- Овощи и грибы вымыть и нарезать тонкими ломтиками, помидоры нарезать чуть крупнее, чтобы они не превратились в кашу.
- Разогреть сковороду с маслом и обжаривать нарезанные овощи, помешивая резкими движениями, в течение
   5 минут.
- Добавить соус «Табаско», соевый соус, рубленую зелень и сок лимона и еще раз перемешать.
- Подавать на стол горячими в качестве гарнира к мясу и курице.



# **Стручковая фасоль** под острым соусом

#### Ингредиенты

200 г стручковой фасоли
1 ч. л. с горкой кукурузной муки
1/4 стакана йогурта
1 ч. л. сливочного масла
1/2 ч. л. горчицы (лучше зернистой)
1/2 ч. л. свежего имбиря
щепотка красного острого перца
1/2 ч. л. куркумы
щепотка сахара
сок четвертинки лимона
1 щепотка соли
1 помидор



- Фасоль отварить на пару или в 200 мл кипятка около 10 минут, пока она не станет мягкой. Откинуть на дуршлаг, воду сохранить.
- В воду, в которой варилась фасоль, добавить муку, хорошенько помешивая, чтобы не образовались комочки, затем влить йогурт и довести соус до кипения.
- Когда соус закипит, добавить в него горчицу, имбирь, перец, куркуму, сахар, сок лимона, соль и сливочное масло, уменьшить огонь и варить в течение 5 минут, медленно помешивая, пока соус не загустеет.
- Добавить в соус отваренную фасоль
  и снова довести до кипения. Снять
  с огня, выложить на тарелку и украсить
  дольками помидора.
- Подавать горячей в качестве гарнира.



### Тушеные помидоры с индийской тонкой жареной вермишелью

#### Ингредиенты

6 помидоров
100 г тонкой лапши,
в составе которой нет яиц
1 ст. л. сливочного масла
щепотка корицы
1/2 ч. л. кумина
1 лавровый лист
1 л молока
1 ч. л. свежего натертого имбиря
щепотка острого стручкового
нарезанного перца
пара щепоток соли
щепотка сахара
горсть листьев петрушки
1/2 стакана йогурта



- Помидоры ошпарить кипятком и очистить их от кожицы, затем измельчить в блендере до пюреобразного состояния.
- В маленькой кастрюле на сливочном масле обжарить помидоры, имбирь, добавить все специи, соль и сахар, убавить огонь и тушить еще минут 15.
- Вскипятить молоко и снять с огня. Всыпать в него тонкую индийскую жареную вермишель и дать постоять минут 5, затем откинуть на дуршлаг.
- Свернуть вермишель в виде гнездышек и опустить в томатный соус вместе с листьями петрушки и с йогуртом, тушить еще минуты 3, снять кастрюлю с огня.
- Выложить на тарелки, подавать на стол в качестве гарнира.



## Итальянская овощная пицца «Пеперони»

#### Ингредиенты

200 г теста для пиццы
3 сладких перца желтого, красного и зеленого цвета;
1 помидор
1 луковица
2 дольки чеснока
100 г тертого сыра «Пармезан» перец красный молотый соль по вкусу зелень петрушки и укропа по вкусу



- Лук, чеснок и помидор нарезать мелкими кусочками. Обжарить лук и чеснок на половине масла до золотистого цвета, добавить соль, перец, помидор, перемешать и тушить еще 5 минут, затем остудить.
- Перец очистить, нарезать полукольцами. Зелень нашинковать. на смазанную маслом основу выложить томатную массу, разровнять, посыпать половиной сыра, разложить полукольца перца, посыпать оставшимся сыром и зеленью.
- Выложить пиццу на смазанный маслом противень, поместить в разогретую до 200°С духовку и выпекать 10 минут.
- Подавать на стол горячей, разрезав на порционные кусочки.



# Крылья «Буффало» с соусом «Тартар»

#### Ингредиенты

1 кг куриных крыльев 150 г соуса «Барбекю» 1 ст. л. соуса «Табаско» 1 ст. л. сливочного масла

#### Covc:

100 г майонеза 100 г кетчупа 2 маринованных огурца пучок зелени (петрушка, укроп)



- Смешать соусы «Барбекю» и «Табаско».
- Крылышки промыть и замариновать в смеси соусов на 2 часа.
- Противень смазать сливочным маслом, выложить крылышки вместе с соусом.
   Запекать в духовке при температуре 180°C 25 минут.
- Соус «Тартар»: смешать майонез и кетчуп, добавить в него мелконарезанные огурцы и зелень.
- Готовые крылышки подавать к столу с соусом «Тартар».



## **Куриный шашлык** «кучерявый»

#### Ингредиенты

1 кг филе куриной грудки 300–400 г грудинки 1 лимон 2 ст. л. соевого соуса 3–5 зубчиков чеснока 1/2 стакана воды комнатной температуры 50 мл растительного масла 1/2 ч. л. красного острого молотого перца соль, приправа для курицы, пряные травы по вкусу



- Куриное филе промыть, обсушить, разрезать на две половинки, каждую из них разрезать еще раз вдоль пополам.
- Филе завернуть в пищевую пленку и отбить.
- Грудинку нарезать тонкими ломтиками.
- Курицу посолить и поперчить.
- На куриное филе выложить несколько кусочков грудинки и свернуть рулетик.
   Острым ножом разрезать рулет на 3 части, которые нанизать на шпажки.
- Сок лимона смешать с соевым соусом, водой и приправами, добавить пропущенный через пресс чеснок. Мариновать шашлычки в смеси в течение 3 часов.
- Обжаривать шашлычки со всех сторон на растительном масле под крышкой.
- Подавать на стол, не снимая со шпажек.



# **Куриные бедра** в остром арахисовом соусе с брокколи

#### Ингредиенты

700 г куриных бедер 400 мл куриного бульона 200 г капусты брокколи 100 г репчатого лука

#### Coyc:

3 ст. л. растительного масла 100 г арахисового масла 1 ч. л. тмина 1 ч. л. кориандра 1 ч. л. куркумы 1 ч. л. острого молотого чили соль по вкусу



- Обжарить куриные бедра до румяной корочки. Отдельно обжарить мелко нарезанный лук.
- В сотейник влить бульон, добавить арахисовое масло, специи, посолить и поперчить, варить на небольшом огне
   5 минут.
- Бедра и лук выложить в форму для запекания, добавить брокколи, залить приготовленным соусом и запекать в духовке 20 минут при температуре 180°C.
- При подаче на стол можно гарнировать отварным картофелем или дополнительной порцией отварной брокколи.



### Цыплята «табака»

#### Ингредиенты

2 цыпленка весом не более 600 г каждый 50 мл растительного масла 2 щепотки молотого кориандра 4 щепотки хмели-сунели 1 щепотка острого молотого чили 2 щепотки душистого молотого перца соль по вкусу



- Цыплят вымыть, удалить «пальцы», гузку и оставшиеся перья. Насухо обтереть, разрезать вдоль по грудке и распластать.
- Смешать специи с солью и тщательно натереть цыплят. Оставить на 20 минут.
- На сковороде разогреть масло, уложить цыпленка грудкой вверх, закрыть крышкой и поместить сверху груз.
   Жарить 10–15 минут на небольшом огне, затем перевернуть и жарить еще 10 минут под грузом, до готовности.
- Подавать на стол целиком на большой тарелке.



## **Курица с чесноком** по-провансальски

#### Ингредиенты

1 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. оливкового
или другого растительного масла
курица, нарезанная крупными кусками
1/2 стакана куриного бульона
1/2 стакана сухого красного вина
1 ч. л. орегано
40 зубчиков чеснока (примерно
3,5 большие головки), нечищенные
1 чайная ложка тимьяна
3/4 ч. л. майорана
3/4 ч. л. чабреца
1/2 ч. л. молотого черного перца
1/2 ч. л. острого молотого
красного перца



- На сковороде в сливочном и оливковом масле обжаривать курицу, предварительно разделанную на куски, со всех сторон примерно 10 минут. Переложить курицу в форму для выпечки.
- Слить со сковороды жир, оставив там примерно 1 ст. л. Добавить на сковороду куриный бульон, вино, чеснок, орегано, тимьян, майоран, чабрец и перец. Довести бульон до кипения.
- Перелить содержимое сковороды в посуду, где уже лежит курица. Плотно прикрыть кастрюлю алюминиевой фольгой и/или крышкой. Тушить курицу 50−60 минут, до тех пор, пока чеснок не станет мягким.
- Подавать на стол вместе с зубчиками чеснока.



# **Жаркое из куриных сердечек**

#### Ингредиенты

500 г куриных сердечек 500 г шампиньонов 500 г картофеля 500 г помидоров 2 луковицы 3 ст. л. растительного масла 1 ч. л. красного острого молотого перца соль, черный молотый перец по вкусу



- Куриные сердечки промыть и вырезать сосуды.
- Отварить в подсоленной воде до готовности.
- Шампиньоны крупно нарезать, обжарить на растительном масле, пока не испарится вся жидкость, добавить нарезанный ломтиками картофель и полукольца репчатого лука.
- За пару минут до готовности картофеля добавить в сковороду отваренные сердечки и разрезанные на 4 части помидоры, обжаривать вместе несколько минут, посолить и поперчить.
- При подаче на стол посыпать зеленью.



## Острая куриная печенка по-наваррски

#### Ингредиенты

200 г куриной печенки

100 мл сливок

2 ст. л. оливкового масла

4 шампиньона

2 клубня картофеля

2 помидора

1 луковица

2 зубчика чеснока

1 веточка петрушки

1 веточка орегано

1/2 маленького стручка острого перца соль по вкусу

- Картофель нарезать толстыми кружками, лук и помидор – тонкими кольцами, грибы – пластинами.
- Печенку обжаривать на оливковом масле 1 минуту, добавить мелко нарезанный перец, шампиньоны, соль и специи, готовить 5 минут.
- В жаропрочную посуду положить кружочки отварного картофеля, сверху выложить печенку с грибами и луком, кусочки помидора и запекать в духовке 10 минут при температуре 180°С.
- Подавать на стол, выложив на листья салата.





## Мясо в остром кисло-сладком соусе

#### Ингредиенты

500 г свинины
300 г консервированных помидоров
2 ст. л. растительного масла
2 ст. л. 9%-ного уксуса
3 ст. л. томатной пасты
1 ст. л. меда
3 зубчика чеснока
1 луковица
соль по вкусу



- Свинину нарезать небольшими кубиками, с помидоров снять кожицу и мелко нарезать, лук и чеснок измельчить.
- Свинину обжаривать на растительном масле в сковороде 7 минут, вынуть.
- В ту же сковороду добавить лук и чеснок, обжаривать 3 минуты, затем добавить помидоры, томатную пасту, перец, уксус и мед, перемешать, довести до кипения.
- Добавить свинину, уменьшить огонь и тушить 20 минут.
- Подавать на стол лучше всего с отваренным рисом в качестве гарнира.



# Рулетики с начинкой из острого перчика, чернослива и орехов

#### Ингредиенты

600 г свиных отбивных (4 шт.) 100 г чернослива 50 г грецких орехов 50 г сыра 2 ст. л. майонеза 2 ст. л. растительного масла 1 стручок острого красного перца соль, специи по вкусу



- Чернослив, орехи и острый перец измельчить, добавить майонез и перемешать.
- Мясо отбить, натереть солью и специями. Сыр натереть на терке.
- На каждый кусок свинины положить начинку и распределить ее по всей поверхности. Свернуть рулетики и закрепить шпажками.
- Выложить рулетики на противень, полить растительным маслом и посыпать сыром.
- Запекать в духовке при температуре 180°C 25 минут.
- Подавать на стол, выложив на листья салата.



### Тушеная говядина с зеленым соусом

#### Ингредиенты

500 г говядины
100 мл гранатового сока
1 ст. л. аджики
1 ст. л. соуса «Табаско»
2 ст. л. уксуса
5 ст. л. растительного масла
5 зубчиков чеснока
1 зеленый перец
пучок кинзы
пучок укропа
пучок базилика
пучок сельдерея
соль по вкусу

- Говядину нарезать небольшими кусочками. Зелень, зеленый перец и чеснок измельчить.
- Растительное масло разогреть, обжаривать говядину на сильном огне 5 минут, затем убавить огонь и тушить 40 минут.
- Смешать зелень, зеленый перец, чеснок, гранатовый сок, аджику, уксус и «Табаско».
- Добавить в соус мясо, перемешать и тушить еще 15 минут.
- Подавать на стол, посыпав зеленью.





## Огурцы, фаршированные бараниной по-грузински

#### Ингредиенты

4 огурца
400 г бараньего фарша
1 луковица
1 зубчик чеснока
2 ст. л. растительного масла
150 г несладкого йогурта
1 желток
1 ст. л. листьев измельченной мяты
1 ст. л. лимонной цедры
4 кусочка бекона
150 мл сухого вина
красный острый молотый перец 1/2 ч. л.
соль по вкусу



- Огурцы очистить от кожуры, разрезать пополам продольно, ложкой удалить часть мякоти и 2 минуты бланшировать в кипящей воде, затем обсушить.
- Измельченную луковицу и чеснок слегка обжарить в растительном масле, добавить бараний фарш и продолжать обжаривать, помешивая, в течение 5 минут, поперчить, посолить.
- Для начинки миксером взбить йогурт и яичный желток, добавить мяту, лимонную цедру, фарш и перемешать.
- Нафаршировать 4 половинки огурцов, а оставшимися половинками накрыть их. Завернуть каждую порцию в полоску бекона, полить белым вином и запекать 45 минут в духовке при 180°C.
- Подавать на стол, гарнировав зеленым салатом.



### Рулетики по-русски

#### Ингредиенты

8 говяжьих антрекотов 8 полосок бекона сырокопченого в нарезке 2 соленых огурца 2 головки репчатого лука 1 ст. л. томатной пасты 1 ст. л. горчицы 1/2 ч. л. красного острого молотого перца



- Мясо вымыть, обсушить, накрыть пищевой пленкой, отбить, посолить, поперчить, смазать горчицей, сверху выложить ломтики бекона.
- Огурцы нарезать ломтиками, лук очистить и разрезать на 8 частей. Лук и огурцы положить на мясные ломтики, свернуть в рулетики, скрепить зубочистками.
- Рулетики обжаривать в сковороде с маслом 5 минут на сильном огне.
- В 3,5 стакана воды развести томатную пасту, добавить в сковороду, накрыть крышкой и тушить на медленном огне до мягкости мяса.
- Подавать на стол вместе с отварным картофелем или рисом.



### Телятина в «сюртуке»

#### Ингредиенты

500 г телятины
2 помидора
2 баклажана
2—3 зубчика чеснока
50 г твердого сыра
0,5 л сухого вина
1/2 ч. л. острого молотого красного перца
соль по вкусу
шпажки



- Залить телятину вином на 12 часов или оставить на ночь.
- Промариновавшееся мясо нарезать пластинами толщиной не более 1см. и отбить.
   Каждый кусочек посолить и поперчить.
   Пока мясо будет впитывать соль, баклажаны нарезать вдоль тонкими пластинами, посолить и дать выделиться горькому соку.
- На каждый кусочек мяса положить мелко нарезанный чеснок. Баклажаны промокнуть от сока и припечь с двух сторон на сухой сковороде. Они станут гибкими, и в них легко можно будет завернуть мясные рулетики. Чтобы «сюртук» не распахнулся, нужно закрепить его шпажкой.
- Переложить в жаропрочную посуду подготовленные шпажки с рулетиками, посыпать каждый сыром, налить немного винного маринада и отправить в духовой шкаф запекаться до золотистой сырной корочки.
- Подавать на стол, посыпав зеленью.



## **Корона из свиных** ребрышек

#### Ингредиенты

1–1,5 кг свиных ребрышек
1 зубчик чеснока
перец черный молотый
перец красный сладкий молотый по вкусу
перец красный острый молотый по вкусу
сушеный розмарин по вкусу
сушеный чеснок по вкусу



- Ребрышки промыть, обсушить, посолить и поперчить.
- Связать в корону, как на фото, а сверху натереть смесью из перцев, розмарина и чеснока. Внутрь положить чеснок целой долькой, выдержать 2—3 часа в холодном месте или оставить на ночь.
- Поместить в форму для запекания, накрыть крышкой или фольгой и запекать в духовке на умеренном огне до полуготовности. Фольгу снять и допечь до готовности, чтобы образовалась румяная корочка.
- Вместе с ребрышками на гарнир к столу можно подать запеченный картофель, морковь, цветную капусту и брокколи, посыпанные твердым сыром.



# Свинина «Гусарская баллада»

#### Ингредиенты

1, 5 кг свинины
100 г майонеза
100 г кетчупа
800 г картофеля
200 г твердого сыра
6 помидоров
2 луковицы
подсолнечное масло для смазывания формы
1/2 ч. л. красного острого молотого перца
соль по вкусу



- Свинину нарезать на порционные куски.
   Смешать майонез, кетчуп, соль, мясо,
   перец и поместить все в холодильник
   на несколько часов, а лучше на ночь.
- Картофель отварить в мундире, остудить и натереть на крупной терке. Лук мелко нарезать. Помидоры залить на несколько минут кипятком, снять кожицу и нарезать кружочками. Сыр натереть на терке.
- Форму для запекания смазать растительным маслом. Выложить слоями: свинину с соусом, лук, слегка присоленную картошку, сыр, помидоры. Сверху посыпать перцем.
- Запекать при температуре 200
   °C 1 час в предварительно нагретой
  духовке, потом переставить на самый
  верхний уровнь духовки на 5–7 минут
  и запекать при 250 градусах до румяной
  корочки.



### Жареная баранья нога с мятно-луковой корочкой

### Ингредиенты

баранья нога 1/2 пучка рубленой мяты пучок зеленого лука по 60 г сливочного и растительно масла 3 кусочка черствого хлеба

### Для маринада:

4 крупных зубчика чеснока

1 ч. л. сушеной мяты

1 ч. л. сушеного розмарина

3 ч. л. соли

1 ч. л. красного острого молотого перца



- Баранину очистить от пленок и жира, жир не выкидывать. Чеснок тонко нарезать, сделать в ноге надрезы и нашпиговать. Смешать соль, перец, сушеную мяту, розмарин и натереть мясо. Оставить на ночь в холодильнике.
- Духовку разогреть до 170°С. на противень или в форму положить срезанный жир, а сверху мясо. Запекать приблизительно 1,5 часа молодой барашек готовится быстрей, а старый подольше. Проверить готовность, проткнув ножом в самом толстом месте куска.
- Измельчить в крупную крошку хлеб, лук и мяту мелко нарезать. Пассеровать лук 1 минуту, затем добавить хлеб и мяту, перемешать, прогреть еще минуту и выключить.
- Выложить эту смесь на мясо, придавливая ложкой, чтобы не обсыпалась, и покрывая весь верх. Далее запекать до золотистой корочки, еще 15–20 минут.



### Свинина в кляре

### Ингредиенты

400 г свинины
150 г крахмала
100 мл растительного масла
3 ст. л. томатной пасты
1/2 ч. л. молотого перца чили
1 ст. л. 9%-ного уксуса
2 ч. л. сахара
2 сладких перца
2 яйца
1 огурец
корень имбиря (3 см)



- Свинину нарезать тонкими пластинами поперек волокон, слегка расплющить.
- Каждый кусочек свинины обвалять в крахмале с солью и перцем, затем в яйце, свернуть в шарик и снова обвалять в крахмале.
- Свинину обжарить в кипящем масле, по 5 минут с каждой стороны, вынуть и дать стечь маслу.
- Перец и огурец крупно нарезать, имбирь очистить и измельчить. Перец обжаривать на 1 ст. л. масла 5 минут.
- Приготовить соус: в томатную пасту добавить 100 мл воды, уксус, сахар, соль и имбирь, довести до кипения и варить 5 минут.
- Добавить свинину и овощи, прогревать 5 минут, не доводя до кипения.
- Подавать на стол без гарнира (его заменяют овощи).



### Телятина в пряном соусе

### Ингредиенты

500 г телятины
200 г стручковой фасоли
150 г помидоров
100 мл белого сухого вина
4 ст. л. соевого соуса
3 ст. л. растительного масла
2 ст. л. семян кунжута
1 ст. л. меда
1 луковица
1/2 ч. л. красного острого молотого перца соль

- Телятину нарезать небольшими кубиками и замариновать в смеси перца, соевого соуса, меда и цедры лимона. Лук нарезать кольцами, помидоры – дольками.
- Телятину обжаривать на масле 5 минут, добавить вино, соевый соус, мед, перемешать и тушить 10 минут.
- Добавить помидоры, фасоль, семена кунжута, накрыть крышкой и тушить еще 5–7 минут.
- Подавать на стол, посыпав зеленью.





# Рыбка «Спрут» по-тайски

### Ингредиенты

600 г филе морской рыбы
3 яйца
1 лимон
1/2 стакана длиннозерного риса мука для панировки
50 мл водки
1 ст. л. специй для рыбы масло для фритюра

### Для маринада:

1 перчик чили 1 ст. л. сахара 1/2 стакана соевого соуса 3 ст. л. горячей воды



- Соевый соус смешать с половиной сока лимона или лайма, мелко нарезанным перцем чили без семян, ложкой сахара и добавить очень горячей воды и рюмку водки. В этом соусе на 15 минут замариновать нарезанное ломтиками филе морской рыбы.
- Сварить обычный рис и добавить в него сухие специи.
- Яйца взбить с половинкой лимонного сока. Промаринованную рыбу обвалять в муке, яйцах и выложить в рис. Мокрыми руками обвалять в рисе, хорошо придавливая. на 3–5 минут поставить в морозилку.
- Разогреть масло для фритюра и обжаривать рыбу 2 минуты, чтобы рис стал золотистым. Подать с соевым соусом и маринованным имбирем.



## Рыба по-мексикански, запеченная на гриле

### Ингредиенты

1 целая рыба ( скумбрия, форель, морской окунь, камбала)
1 перчик чили
1 лайм

1 ч. л. кориандра соль по вкусу



- Мелко нарезать перчик чили, выжать сок из лайма, смешать с оливковым маслом, солью и кориандром.
- Замариновать на 1 час в получившемся маринаде тушку рыбы.
- Запекать под грилем в течение 30 минут.
- Подавать на стол с овощами.



# **Карп, запеченный** с помидорами и сыром

### Ингредиенты

200 г сыра «Сулугуни»
2 ст. л. растительного масла
1 ст. л. сока лимона
1 карп
3 помидора
1/2 ч. л. молотого перца чили



- Сыр натереть на крупной терке. Помидоры нарезать толстыми кружками.
- Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить и промыть в холодной воде, натереть солью, специями и сбрызнуть соком лимона.
- Помидоры выложить в форму, смазанную растительным маслом, затем положить рыбу, снова помидоры и сбрызнуть растительным маслом.
- Запекать в духовке при температуре 220°С 10 минут.
- Вынуть, посыпать сахаром и поставить обратно в духовку еще на 10 минут.
- Подавать на стол целиком, а затемразрезать на порционные кусочки.



# Напитки и десерты

# **Шоколадные** горшочки с имбирем

### Ингредиенты

50 г шоколада 2 яйца 50 г сахара 25 г консервированного имбиря 200 мл сливок



- Растопить на водяной бане шоколад.
   Смазать формочки для выпекания маслом и отделить белки от желтков.
- Желтки перемешать с сахаром и взбивать миксером в течение 1 минуты, добавить растопленный шоколад.
- Взбить яичные белки и перемешать их с шоколадной смесью. Переложить в формочки.
- Посыпать формочки имбирем и запекать при температуре 180°С в течение 15 минут.
- Смешать сливки с имбирем. Перед подачей на стол выложить крем на десерт.
- Подавать в теплом виде, посыпав какао.



# Чай по-узбекски — с перцем («мурч-чой»)

### Ингредиенты

50 г черного чая 500 мл воды 10 горошин черного перца (на 1 л)

- Залить чай кипятком и дать настояться.
- Раздавить горошины черного перца.
- Добавить в горячий чай перец.
- Подавать на стол сразу же.





## Кофе по-турецки

### Ингредиенты

1,5 г черного перца 4 ч. л. молотого кофе 500 мл холодной воды



- Турку разогреть на огне, в нагретую турку насыпать черный перец, кофе. Размешать.
- Залить 100 мл воды. Довести до кипения, добавить еще 150 мл воды, снова довести до кипения, влить еще 250 мл воды, кипятить 5–10 минут и сразу подавать.



# Кокосовое молоко со специями и жгучим красным стручковым перцем чили

### Ингредиенты

250 мл молока
250 мл кокосового молока
1,5 ст. л. коричневого сахара
2 слегка размятых кусочка аниса
1 небольшой красный перчик чили
125 мл жирных сливок
обжаренные кокосовые хлопья

- Выложить все ингредиенты в кастрюлю кроме сливок. Подержать на слабом огне в течение 10 минут, затем довести до кипения. Разлить в 2 чашки.
- Взбить сливки и ложечкой выложить в чашку.
- При подаче посыпать небольшим количеством кокосовых хлопьев.





### Горячий шоколад с чили

### Ингредиенты

2 ч. л. какао-порошка без сахара 600 мл цельного молока (или смешать 300 мл молока с 300 мл нежирных сливок) 1 ч. л. молотого (сухого) чили или 0,5 ч. л. измельченного свежего перца чили сахар по вкусу



- В стеклянную теплостойкую чашку высыпать какао-порошок и добавить
   1 ст. л. молока. При помощи деревянной ложки перемешать, чтобы у вас получилась паста.
- Оставшееся молоко или смесь молока со сливками влить в другую кастрюлю и вместе с чили довести до кипения.
   Затем аккуратно через тонкое сито влить кипящее молоко в шоколадную пасту и интенсивно перемешать.
- Перед подачей на стол немного остудить.

# Указатель

Авокадо 22 Анис 90

Баклажаны 20, 34 Баранья нога 72 Бекон 24, 62, 64 Белый хлеб 24 Бульон куриный 28, 30, 44, 50

Вино белое сухое 62, 66, 76 Вино красное сухое 50 Виноград белый 12 Водка 78

Говядина 60, 64 Горох 24 Горчица 12, 36, 64 Горчица 16 Грецкие орехи 58 Грибы вешенки 34 Грибы сушеные 28 Грибы шампиньоны 52, 54 Грудинка 44

Зеленый салат 10, 26

Имбирь 12, 14, 36, 38, 74 Имбирь маринованный 84 Йогурт 22, 36, 62

Капуста брокколи 46

Карп 82 Картофель 54, 70 Кетчуп 42, 70 Кинза 60 Кориандр 20, 46, 80 Корица 38 Кофе молотый 88 Красный молотый острый перец 8, 12, 26, 28, 36, 40, 44, 46, 48, 50, 52, 62, 64, 66, 68, 70, 72, 74, 76, 82, 92 Крахмал 28 Креветки 14 Крылья куриные 42 Крылья куриные копченые 32

Куриные бедра 28, 46 Куриные сердечки 52 Куриной грудки филе 8, 10,

20, 26, 44

Кумин 38

Кунжут 76

Курица копченая 24

Курица целиком 50 Куркума 46

Лаваш 10 Лайм 14, 80 Лапша 26, 38 Лапша рисовая 28 Лимон 12, 44, 78, 82 Лимонный сок 22, 34 Листовой салат 10 Лук зеленый 10, 22, 72 Лук красный 26 Лук репчатый 12, 14, 18, 24, 40, 46, 52, 54, 56, 62, 64, 70, 76

Майоран 50 Малина 16 Манго 14 Масло сливочное 24, 32, 36, 72 Мед 16, 56, 76 Молоко 38, 90, 92 Молоко кокосовое 90 Морковь 18, 28 Морковь 24 Мускатный орех 20 Мята 62, 72

Майонез 8, 42, 58, 70

Огурцы 18, 22, 60 Огурцы маринованные 42, 74 Огурцы соленые 64 Оливковое масло 12, 14, 16, 20, 22, 50 Орегано 50, 54

Паста томатная 30, 64, 74 Перчик красный чили 30, 32, 38, 54, 58, 78, 80, 90 Петрушка 38, 40, 42, 54 Печенка куриная 54 Помидоры 20, 22, 26, 34, 38, 40, 52, 54, 66, 70, 76, 82 Помидоры консервированные 56

Редис 26 Рис 78 Розмарин 68, 72 Рукола 14 Рыба морская 78, 80

Салат-латук 16 Свинина 58, 70, 74

Свиные ребрышки 68 Сельдерей 24, 60 Сладкий перец 10, 30, 34, 40, 60,74 Сливки 54, 84, 90 Сметана 10 Соевая спаржа 18 Соевый соус 18, 28, 44, 76, 78 Сок томатный 20, 30, 32 Соус «Барбекю» 42 Соус «Табаско» 10, 14, 22, 26, 28, 42, 60 Соvc «Чили» 30 Сыр «Пармезан» 16, 40 Сыр «Сулугуни» 82 Сыр творожный 10

Твердый сыр 8, 10, 58, 70 Телятина 66, 76 Тесто для пиццы 40 Тимьян 50 Тмин 12, 46

Укроп 10, 18, 40, 42, 60 Уксус 12, 18, 28, 56, 74 Уксус винный белый 16 Фарш бараний 62 Фасоль консервированная 32 Фасоль стручковая 36, 76 Фасоль сухая 20, 30 Филе куриной грудки 8, 10, 20, 26, 44

Хлопья кокосовые 90 Хмели-сунели 48

Цукини 34 Цыплята 48

Чабрец 50 Чернослив 58 Черный молотый перец 16, 18, 48, 50, 52, 68, 88 Черный перец горошком 86 Черный чай 86 Чеснок 8, 12, 18, 22, 26, 40, 44, 50, 54, 56, 60, 68, 72

Шоколад 84

Яйца куриные 62, 74, 78, 84 Яйца перепелиные 16

### Р 45 **Рецепты** блюд со специями. — М.: Эксмо, 2012. — 96 с.: ил.

В этой книге собраны наиболее интересные и необычные рецепты острой кухни, ее страницы благоухают ароматами различных специй: чеснока, укропа, аниса и кориандра. Вам предоставляется уникальная возможность, приподняв завесу обыденности, шагнуть в мир ароматных фантазий.

УДК 641/642 ББК 36.997

ISBN 978-5-699-55293-1

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2012

В книге представлены рецепты А. Дымы
В оформлении использованы фото А. Моргунова, К. Филипповой
Макет Л. Антоновой
Оформление переплета А. Марычева

Издание для досуга

### РЕЦЕПТЫ БЛЮД СО СПЕЦИЯМИ

Ответственный редактор *Е. Левашева* Художественный редактор *А. Марычев* 

В оформлении обложки использованы фото: Anna Subbotina, Aleksei Potov, RoxyFer / Shutterstock.com Используется по лицензии от Shutterstock.com

ООО «Издательство «Эксмо» 127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21. Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru



Подписано в печать 16.02.2012. Формат  $70x120^1/_{32}$ . Печать офсетная. Усл. печ. л. 4,67. Тираж экз. Заказ

# Перед вами четвертая книга серии, в которую вошли самые модные кулинарные темы



Рецепты красивого стола Рецепты роскошного праздника Вкусные рецепты для стройной фигуры Рецепты для вкусного пикника Рецепты для здорового питания





В этой книге вы познакомитесь с рецептами блюд с различными специями: острым перцем, тмином, кориандром, мускатным орехом, имбирем, орегано, майораном...
В ней вы найдете салаты, закуски, первые и вторые блюда, десерты и напитки.

