

В. Н. Петров

ОРИГИНАЛЬНЫЕ БЛЮДА ИЗ ПАРОВАРКИ

Москва, 2017

УДК 641/642
ББК 36.996
ПЗ0

Петров, В. Н.

ПЗ0 Оригинальные блюда из пароварки / В. Н. Петров. – М. :
T8RUGRAM / РИПОЛ классик, 2017. – 256 с.

ISBN 978-5-519-61677-5

С помощью пара можно быстро и вкусно приготовить еду из абсолютно любых продуктов. Полученные блюда отличаются лёгкостью в приготовлении, красивым видом и несомненной пользой для здоровья человека любого возраста, поскольку в них сохраняются все витамины и минералы.

Современные электрические пароварки просты и удобны в использовании, в них можно одновременно приготовить несколько блюд.

В нашей книге вы найдёте оригинальные и неожиданные рецепты и будете приятно удивлены простотой их исполнения.

Приятного аппетита!

УДК 641/642
ББК 36.996
BIC WBS
BISAC SKB000000

© T8RUGRAM, оформление, 2017
© ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2017
ISBN 978-5-519-61677-5

Содержание

ВВЕДЕНИЕ. ЧУДЕСНАЯ СИЛА ПАРА	13
ГЛАВА 1. БЛЮДА ИЗ ПАРОВАРКИ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ ЗАВТРАКИ	
Каши.....	16
Рис со специями	17
Каша из ячменных хлопьев с сухофруктами.....	17
Тыквенная каша	18
Рисовый торт.....	18
Молочная рисовая каша.....	19
Гречневая каша с топленым маслом	20
Каша перловая.....	20
Каша гороховая с морковью.....	21
Шарики из манной крупы.....	21
Рис с помидорами	22
Жур по-деревенски из геркулесовых хлопьев	23
Гречка с овощами.....	23
Котлеты из манной крупы.....	24
Каша пшенная со шкварками.....	25
Пшенная каша с тыквой.....	26
Чечевичная каша с луком	26
Омлеты.....	28
Омлет с колбасой	29
Омлет по-французски.....	29
Омлет с крекерами.....	30
Омлет с грибами.....	30
Омлет с говяжьим фаршем.....	31
Омлет сливочный.....	31
Омлет с овощами.....	32
Омлет из крапивы	32
Кабачки в омлете.....	33
Блюда из творога	34
Творожный пудинг с рисом и вареньем	35
Творожные батончики по-белорусски	35
Лепешки из творога.....	36
Творожные шарики с изюмом	37
Сырники с манной крупой	37

Суфле творожное.....	38
Галушки творожные.....	38
Начинки для бутербродов.....	40
Морковно-творожная.....	41
Сливочно-куриная.....	41
Имитация красной икры	42
Сырно-чесочная.....	42
Мясная	43
Селедочная	44
ОБЕДЫ	
Супы и борщи.....	45
Бульон куриный классический	46
Русская похлебка с перловой крупой	46
Рассольник русский с гусиными потрохами	47
Красный фасолевый суп	48
Суп овощной	48
Суп-пюре гороховый.....	49
Суп-пюре из курицы.....	50
Летний суп из щавеля.....	50
Сырный суп-пюре.....	51
Суп-лапша из говядины	52
Бульон с клецками	52
Грибной суп.....	53
Суп молочный с вермишелью	54
Сливочный суп с огурцами и шпикачками	54
Борщ из квашеной капусты с грибами.....	55
Томатный суп с фрикадельками.....	56
Луковый суп	57
Суп-пюре из речной рыбы	58
Свекольный борщ	58
Тыквенный суп с корицей	59
Суп из овсяных хлопьев.....	60
Вторые блюда	
Рыбные котлеты с макаронами	61
Почки в сметане	62
Котлеты куриные с овощами.....	62
Куриные шейки с рисом	63
Булочки с сосисками и сыром.....	64
Баранина с сыром	65

Фасоль стручковая с помидорами	65
Курица с перловой крупой	66
Картофель с ветчиной	67
Молодой картофель с тмином.....	67
Морской язык в горчичном соусе	68
Картофельные лепешки.....	69
Караси в омлете	69
Филе цыпленка в вине	70
Курица с капустой	71
Паровой цыпленок табака.....	72
Бешбармак по-татарски	72
Ленивые голубцы.....	73
Картофель в бульоне	74
Рулет рыбный	75
Колбаски в остром соусе	76
Рыба паровая классическая	76
Рулет из печени	77
Котлетки из баранины с рисом	78
Мозги паровые со специями	79
Тефтели классические с картофелем.....	79
Салаты.....	81
Салат-коктейль из креветок	82
Салат картофельный с сельдью	82
Салат из курицы с виноградом	83
Салат из индейки со сливками	83
Салат грибной с курицей	84
Салат-закуска из баклажан с грибами	85
Салат из куриных желудков.....	85
Горячий салат из фасоли	86
Салат из свекольной ботвы с орехами и аджикой.....	87
Салат свекольный со сметаной.....	87
Тыквенный салат.....	88
Фруктовые закуски.....	89
Персиковый самбук.....	90
Тосты с грушами и персиками	90
Крокеты фруктовые	91
Яблочный пудинг с орехами.....	92
Апельсины в портвейне	92
Банановый хлеб	93

Чернослив со сливками	93
УЖИНЫ	
Макароны.....	95
Лапшевник по-русски.....	96
Макароны с грибами.....	96
Рожки с зеленым горошком	97
Спагетти с лечо	97
Цветные ракушки	98
Макароны, фаршированные зеленью	99
Вермишель с сыром	100
Вермишель с яйцами.....	100
Макароны-перья с куриным филе	101
Запеканки.....	102
Из картофеля с грибами	103
Из макарон с колбасой	103
Греческая запеканка из картофеля с брынзой и сливками.....	104
Из цветной капусты с ветчиной и фиолетовым луком	105
Из спаржи.....	105
Из свеклы и картофеля.....	106
Из макарон с мясом	107
Из капусты с сухарями.....	107
Из картофеля с паприкой.....	108
Из творога с изюмом	109
Из моркови, риса и яблок	109
Рыбная запеканка.....	110
Из творога с морковью.....	111
Из баклажан с перцами и помидорами.....	111
Блюда из овощей	113
Икра из баклажан по-домашнему	114
Лук с копченой грудинкой.....	114
Болгарский перец с сырной начинкой.....	115
Овощные рулеты.....	115
Фаршированные маринованные перцы.....	116
Закуска из жареных овощей с брынзой.....	117
Картофель с сыром.....	118
Капуста с яблоками	118
Фаршированные помидоры по-армянски	119

Баклажаны с ореховой подливкой.....	120
Кабачок в томате	121
Помидоры с яйцом	121
Молодой картофель с розмарином	122
МЯСНЫЕ И РЫБНЫЕ ПАШТЕТЫ	
Паштет классический из говяжьей печени	124
Паштет из куриной печени с фруктовым соусом	124
Домашний паштет из шпрот	125
Паштет из свинины с черносливом.....	126
Паштет из говядины в пиве.....	126
Рыбно-мясной паштет	127
Паштет с опятами	128
Паштет из куриной печени с шампанским.....	128
Паштет свиноговяжий с копченым салом	129
ПЕЛЬМЕНИ, МАНТЫ, ВАРЕНИКИ, КЛЕЦКИ	
Ленивые вареники	132
Пельмени из говядины со свеклой	132
Вареники с картофелем	133
Вареники с творогом	134
Манты с картофелем	135
Ушки по-башкирски	136
Манты классические	138
Пельмени гусиные с яблоками.....	139
Хинкали	140
Клецки с брынзой	141
Галушки со сметаной	142
Вареники с вишней	142
ГЛАВА 2. ПРАЗДНИЧНЫЕ БЛЮДА ИЗ ПАРОВАРКИ	
МЯСНЫЕ ДЕЛИКАТЕСЫ	
Индейка в беконе.....	145
Рулет из телятины с чечевицей	145
Барашек в конвертиках	146
Свинина по-русски.....	147
Свинина с ананасами.....	148
Кролик в красном вине	148
Утиная печень с ягодами и виноградом	149
Сердце по-семейному	150
Рулет из свиной печени.....	151

Говядина с пряниками.....	151
Утка с репой и капустой в горшочке	152
Курица с грибами	153
Жаркое из свинины	153
Ножки индейки в белом вине	154
Цыплята в горшочках	155
Рулет из телячьей грудинки	155
Шницель говяжий.....	156
Телятина с клюквой.....	157
Окорок в вишневом соусе	157
Рулеты из свинины с оливками.....	158
Рулет из баранины.....	159
Кебабы с кефирным соусом	160
Курица фаршированная.....	161
Печень с картофелем	162
Кролик с овощами	163
Телятина с краснокочанной капустой	164
РЫБНЫЕ ФАНТАЗИИ	
Минтай по-восточному	165
Форель с грибным соусом.....	166
Палтус с грибами	166
Хек под томатным маринадом	167
Щука с хреном	168
Филе сома с корицей.....	168
Лосось с болгарским перцем.....	169
Камбала в сметане.....	170
Карп в сметане	170
Осетр под овощным соусом.....	171
Лосось с кориандром.....	172
Окунь под горчичным соусом	172
Котлеты из лосося	173
Копченая скумбрия с овощами	174
Уха по-казачьи	175
Бигос из судака по-польски	175
Фаршированная щука	176
Шарики из форели.....	177
Лосось с картофелем	178
Треска в сметане	178
Судак с яблоками	179

АССОРТИ ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

Фаршированные кальмары.....	180
Салат из курицы с кальмарами	180
Запеканка с кальмарами	181
Креветки с маслинами	182
Салат из морепродуктов	183
Котлеты из морепродуктов	183
Салат из брокколи с мидиями	184
Суп с морепродуктами	185
Крабовые шарики.....	186
Кальмары с брусникой	187
Котлеты из кальмаров.....	187
Раковые шейки с морской капустой	188
Мидии с оливками	189
Болгарский перец с крабовыми палочками.....	190
Крабовые палочки с овощами	190

ОВОЩНАЯ МОЗАИКА

Кабачковая икра с изюмом.....	192
Овощной плов.....	193
Помидоры, фаршированные овощами.....	193
Моцарелла с помидорами	194
Цимес из моркови с черносливом	195
Репа с растительным маслом	195
Овощная радуга.....	196
Картофельные котлеты с черносливом.....	197
Медальоны из овощей	197
Репа, фаршированная рисом.....	198
Кугель из картофеля	199

ГРИБНАЯ СКАЗКА

Шампиньоны с яйцами	201
Солянка грибная	201
Крокеты из грибов с макаронами.....	202
Галки картофельные с грибами.....	203
Грибное рагу в вине	204
Грибная закуска.....	204
Опята с сельдереем	205
Маслята с овощным соусом.....	206
Вешенки под маринадом	206
Белые грузди по-суздальски.....	207

Шампиньоны в мясном бульоне	207
Маслята с рисом	208
ЗАГАДОЧНЫЕ СОУСЫ	
Закат над степью	210
Тайна леса	211
Луковая симфония	211
Аромат Франции	212
Сливовый оттенок.....	212
Белые ночи.....	213
Утренняя свежесть	214
Оригинальный.....	214
Сладкая жизнь	215
СЛАДКИЙ КАЛЕЙДОСКОП	
Торт из зефира с черносливом	216
Творог с шоколадом	217
Бисквиты с персиками	217
Цитрусовый бисквит.....	218
Ягодный торт	219
Чизкейк из сдобного печенья с шоколадно-творожной начинкой.....	220
Медовый напиток	221
Мандарины в сиропе	221
Яблочный джем	222
Восточная сладость гозинах	222
Горячий шоколад.....	223
Монастырский пирог.....	224
Чизкейк с имбирем.....	224
Мазурок лимонный	225
ГЛАВА 3. БЛЮДА ИЗ ПАРОВАРКИ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ	
БЛЮДА ИЗ ФАРША	
Цветной бульон с фрикадельками.....	227
Тефтели из сазана	227
Биточки классические с зеленью	228
Долма в виноградных листьях.....	228
Куриные фрикадельки в сливочном соусе	229
Котлеты из курицы с мандаринами.....	230
Котлеты из печени «Медвежонок»	231
Котлеты паровые.....	231