

Е. В. ДОБРОВА

ОРИГИНАЛЬНЫЕ РУЛЕТЫ НА ЛЮБОЙ ВКУС

МОСКВА, 2017

УДК 641/642
ББК 36.991
Д56

Доброва, Е. В.

Д56 Оригинальные рулеты на любой вкус / Е. В. Доброва. – М. : T8RUGRAM / РИПОЛ классик, 2017. – 256 с. : ил.

ISBN 978-5-519-61120-6

Рулет – универсальное блюдо, которым можно украсить любой стол. Для его приготовления можно использовать практически любые продукты и при этом импровизировать.

Благодаря нашей книге вы научитесь приготовлению оригинальных рулетов с аппетитной начинкой. Вы найдёте замечательные рецепты блюд, включающих ингредиенты различных продуктов – мяса, птицы, рыбы, овощей, грибов, ягод, фруктов, творога и всегда сможете удивить своих гостей.

Приятного аппетита!

УДК 641/642
ББК 36.991
ВІС WBA
BISAC SKB101000

ISBN 978-5-519-61120-6

© T8RUGRAM,
оформление, 2017
© «Абсолют-Юни», 2014
© ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2017

ВВЕДЕНИЕ

Кулинария — это особое искусство, которым должна владеть каждая современная женщина. Еще 10 лет назад считалось нормальным покупать полуфабрикаты и готовить на скорую руку. Сегодня этот вопрос пересмотрен. Не только женщины, но и мужчины с удовольствием берутся за приготовление различных блюд — от простого омлета до рождественской индейки.

Почетное место на праздничном и повседневном столе занимают рулеты. Для их приготовления можно использовать практически любые продукты и при этом импровизировать. Например, для торжества подойдет запеченный в духовке рулет из нескольких видов мяса. По желанию в него добавляются зелень, горчица, зира и другие специи.

Самые простые рулеты получаются из блинов и лаваша. Нужно только сделать начинку, и аппетитная закуска готова! В качестве дополнения к завтраку можно сделать рулеты из омлета, поместив внутрь плавленый сыр, мелко нарубленную зелень, тушеные грибы и др. Если вы готовите блюдо для детей, то в качестве начинки можно использовать нежирный творог, приготовленные на пару овощи, отварное мясо индейки и кролика, телятину или запеченные в духовке фрукты.

Современный ритм жизни практически не оставляет времени на встречи с друзьями. Организация званого ужина, где все могли бы собраться за одним столом, — дело непростое и хлопотное. А фуршет не требует много времени и больших материальных затрат. Помимо

канапе и бутербродов, идеальной закуской на таких мероприятиях являются мини-рулеты. Способ их приготовления не отличается от обычных рулетов. Разница заключается только в размере изделий.

Чтобы рулет получился не только красивым, но и вкусным, необходимо придерживаться некоторых правил, о которых будет рассказано ниже.

Субпродукты, предназначенные для будущего кулинарного изделия, необходимо заранее подготовить. Почки следует тщательно промыть, после чего варить 1–1,5 часа. Готовый продукт можно измельчить или пропустить через мясорубку.

Говяжий язык нужно варить 2–2,5 часа, затем выложить в холодную воду и оставить на 5 минут. После этого его следует очистить и нарезать в соответствии с рецептом. Если язык приготовлен заранее, его лучше хранить в бульоне.

Мозги варятся в течение 25–30 минут. В кастрюлю можно добавить корень петрушки или сельдерея, а также лавровый лист и душистый перец. Сердце нужно варить целиком в течение 35–40 минут.

Печень нарезается небольшими кусочками и припускается 2–3 минуты. Более длительная кулинарная обработка сопровождается уплотнением тканей продукта, в результате чего он становится жестким. Затем печень нужно пропустить через мясорубку или натереть на крупной терке.

Мясо рекомендуется предварительно мариновать. Для рулета используется один или несколько кусков примерно одинаковой толщины. Для лучшего пропитыва-

вания их рекомендуется проколоть вилкой или ножом в нескольких местах. Самый простой вариант маринада — измельченный чеснок, молотый черный перец и соль. Ими следует тщательно натереть мясо, после чего свернуть его в рулет и оставить в холодильнике на 1–2 суток. Разумеется, со специями можно экспериментировать по собственному желанию.

Если мясо используется в качестве начинки с основой из теста, то его нужно пропустить через мясорубку (или мелко нарубить) и обжарить с луком (или потушить, приготовить на пару).

Яйца, предназначенные для рулета, предварительно отвариваются вкрутую. Обычно они добавляются в начинку в целом виде. Брокколи и цветную капусту рекомендуется обдать кипятком и разобрать на соцветия, белокочанную капусту — варить 10–12 минут.

Рыба не должна иметь много мелких костей. Если она используется в качестве основы, то лучше отдать предпочтение филе форели или морского черта. Для начинки желательно брать нежирную рыбу (минтай, судак, треска, сазан и др.).

Морепродукты — удачная начинка для рулета из теста. Если изделие будет готовиться на пару или запекаться в духовке, то их можно не подвергать кулинарной обработке, а просто измельчить, предварительно удалив пленку, панцирь и т. д. Для придания морепродуктам пикантного вкуса рекомендуется маринование в белом вине или соке лайма в течение 20–30 минут. Дополнить такую начинку можно зеленью, луком-пореем, кедровыми орешками, рисом другими подходящими ингредиента-

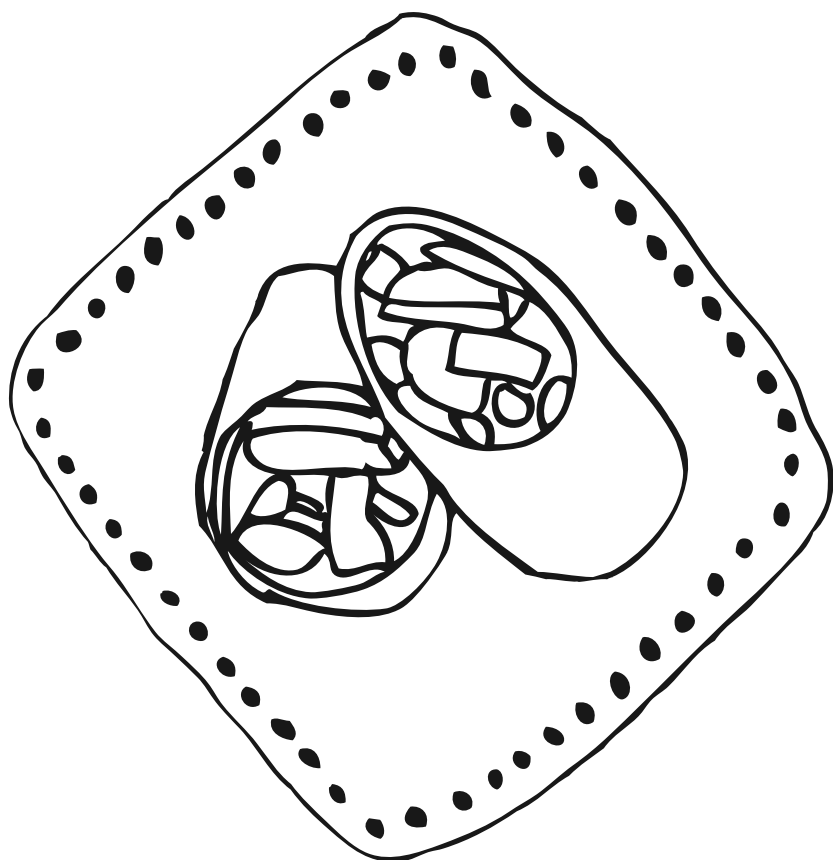
ми. В качестве специй для морепродуктов используются лавровый лист, укроп, белый перец, мускатный орех и др.

Если в рецепт рулета входит крупа, то ее нужно отварить до готовности (или полуготовности в зависимости от кулинарной обработки остальных ингредиентов).

Блюдо, предназначенное для праздничного стола, обязательно нужно украсить. Самый простой способ — выложить на тарелку кольца лука-порей и сладкого перца разных цветов, кружочки яиц, половинки маслин или оливок, фигурно нарезанные овощи, тертый сыр и т. п. Главное, чтобы украшение сочеталось с блюдом по вкусу. Например, мини-рулеты из форели и лаваша можно разложить по кругу, а в центр поместить ломтики авокадо.

Эта книга станет хорошим помощником на кухне. На ее страницах представлено множество вкусных рыбных, мясных, сырных, овощных, творожных и других рулетов на любой вкус.

**РУЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ,
СВИНИНЫ, КУРИЦЫ
И СУБПРОДУКТОВ**



Рулет из говядины с филе курицы

Филе говядины — 1 кг

Филе курицы — 800 г

Крошки хлебные — 100 г

Яйцо — 1 шт.

Перец острый красный — 20 г

Зелень петрушки — 40 г

Масло растительное — 100 мл

Соль, перец черный молотый по вкусу

Мясо разложить на разделочной доске, сделать острым ножом глубокий надрез по центру вдоль волокон, оставив до края 1,5 см, и развернуть. Правую половину разрезать поперек волокон на 2 части, не дойдя до края 1 см, расширить надрез, после чего так же разделить левую половину.

По всей поверхности мяса нанести ножом неглубокие насечки вдоль волокон и, накрыв его пищевой пленкой, отбить в тонкий пласт. Выложить его на 2 слоя пищевой пленки, посолить и поперчить. Филе курицы нарезать тонкими пластинами, накрыв пленкой, отбить и разложить поверх пластов говядины.

Зелень петрушки промыть, обсушить и измельчить до пюреобразного состояния. Красный острый перец, удалив семена, мелко нарубить, смешать с пюре из петрушки, добавить хлебные крошки и яйцо.

Массу тщательно перемешать, выложить поверх куриного мяса и распределить ровным слоем. После чего свернуть все рулетом, перевязать ниткой, выло-

жить на противень, смазанный 40 мл растительного масла, полить оставшимся маслом, поставить противень в разогретую до 200° С духовку и запекать изделие 20 минут. Затем уменьшить температуру до 180° С, накрыть рулет фольгой и держать в духовке еще 30 минут.

Готовый рулет вынуть из духовки, оставить на 15 минут, затем, сняв фольгу и нитки, выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из говядины с ветчиной

Филе говядины — 500 г
Ветчина вареная — 500 г
Шампиньоны — 100 г
Морковь — 100 г
Лук репчатый — 80 г
Чеснок — 30 г
Сметана — 80 г
Масло растительное — 50 мл
Сок лимонный — 100 мл
Молоко — 200 мл
Зелень сельдерея — 20 г
Соль по вкусу

Репчатый лук очистить и мелко нарубить. Зубчики чеснока пропустить через чеснокодавилку.

Говядину нарезать кусками средней величины и пропустить через мясорубку. В полученный фарш до-

бавить сметану, лук и измельченный чеснок, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

Морковь очистить и нарезать кубиками, так же как и ветчину. Сельдерей промыть, обсушить и нарубить. Измельченную морковь и сельдерей обжаривать в разогретом растительном масле в течение 5 минут, затем остудить. Добавить морковь, зелень и ветчину в фарш и вымешать его. Шампиньоны очистить, нарезать крупными кусками, выложить в сотейник, влить молоко, поставить на сильный огонь, довести до кипения, уменьшить огонь и уваривать, периодически помешивая, до полного выпаривания жидкости. После чего ввести грибы в фарш и еще раз перемешать его.

Полотняное полотенце намочить, отжать и расстелить на столе, тщательно расправив. Выложить на ткань ровным слоем приготовленный фарш. Затем, приподнимая ближний край обеими руками, свернуть фарш рулетом, обернуть полотенцем и перевязать концы ниткой.

На сильном огне довести до кипения воду, влить в нее лимонный сок, опустить завернутый в полотенце рулет, убавить нагрев до минимального и варить изделие 2 часа. После чего вынуть его из кастрюли, остудить и снять полотенце. Готовый рулет выложить на блюдо и нарезать порционными кусками.

Рулет из говядины с морковью

Филе говядины — 2 кг

Морковь — 500 г