

**Алькаев Эдуард**

**Лучшие блюда  
из картофеля**

ББК 36.997  
А56

Охраняется Законом РФ об авторском праве.  
Воспроизведение всей книги или любой ее части  
воспрещается без письменного разрешения издателя.  
Любые попытки нарушения закона  
будут преследоваться в судебном порядке.

*Оформление художника*  
*И.А. Озерова*

**А56      Алькаев Э.Н.**  
Лучшие блюда из картофеля. Разнообразные  
меню для будней и праздников. — М.: ЗАО  
Центрполиграф, 2003. — 303 с.

ISBN 978-5-519-73265-9

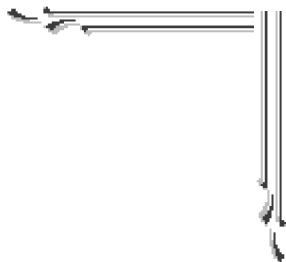
Книга предлагает более 650 рецептов блюд из картофеля. Традиционные, необычные и экзотические, они помогут хозяйкам разнообразить рацион и удивить домочадцев и гостей кулинарными изысками. Рецепты соусов и подлив, супов и выпечки, вторых и сладких блюд заново откроют ставший таким привычным продукт.

**ББК 36.997**

ISBN 978-5-519-73265-9

© Алькаев Э.Н., 2003  
© ЗАО «Центрполиграф», 2003  
© Художественное оформление,  
ЗАО «Центрполиграф», 2003

# О КАРТОФЕЛЕ



Мы настолько привыкли к картофелю, что и не задумываемся, как давно жители России стали употреблять его в пищу, где его родина. Какой долгий и полный приключений путь из Южной Америки он проделал, пока впервые не попал на стол к русским людям, и что первые его употребления не вызвали восторга у славян. Попробовав в сыром виде, его сразу же выплевывали. И лишь спустя некоторое время догадались варить, а затем и приготавливать удивительной вкусноты блюда.

Еще в XVII веке польские аптекари растили картофель лишь для лекарственных целей. Считают, что первым в Россию его привез Петр Первый. В конце XVIII века в голодающие губернии клубни выдавались вместе с инструкцией по выращиванию. А сейчас в каждом огороде обязательно располагается плантация этого растения.

Картофель — это корнеплод травянистого растения семейства пасленовых. Причем вершки, т.е. ягоды, которые созревают после цветения, ядовиты и в пищу не употребляются. В 100 г картофеля содержится 75 г воды, 2 г белков, 0,1 г жиров, 19,7 г углеводов, 568 мг калия, 58 мг фосфора и полный набор основных витаминов.

Один из основных показателей качества картофеля — процент содержания крахмала: чем выше, тем вкуснее продукт и соответственно блюдо.

На вкус картофеля влияет способ кулинарной обработки, а также форма его разделки. Широкая гамма способов кулинарной обработки создает большое разнообразие блюд из картофеля. Картофель

вкусен, питателен и очень необходим человеческому организму.

Употребление картофеля в пищу человека — неременное условие здоровья.

Блюда из картофеля позволяют создавать интересный, целебный и сравнительно дешевый рацион питания. Главное, что их действительно несложно приготовить. И чтобы улучшить и расширить ваш рацион, мы предлагаем нашу книгу, содержащую более 650 рецептов блюд из картофеля не только традиционных, но и необычных, и экзотических.

Надеемся, она поможет хозяйкам стать виртуозными кулинарами и удивить своих домочадцев и гостей такими изысками, которые они еще не видели и не едали.

Конечно, есть общие кулинарные правила, которые необходимо знать и всегда помнить, когда начинаем готовить то или иное блюдо из картофеля. Во-первых, картофель не следует мыть задолго до приготовления или в теплой воде, а также держать долго очищенным в ней, т. к. это ведет к потере крахмала. Во-вторых, блюда из картофеля нужно подавать горячими, за редким исключением, когда указано, что охлаждается. Вторичное разогревание ведет к частичной потере вкусовых качеств. В-третьих: нельзя соединять картофель с кислыми продуктами, т. к. при этом он твердеет и теряет свои положительные свойства.

Итак, знакомьтесь с нашей книгой и вы убедитесь, что она станет незаменимым помощником на кухне для любого случая, будь то каждодневный обед или праздничный стол.

# И ПОДЛИВЫ

## *Соус картофельный*

Лук очистим, промоем, мелко нарежем, слегка поджарим на масле, сюда же добавим муку, поджарим. Когда лук с мукой слегка остынут, разведем бульоном. Картофель очистим, ополоснем, очень мелко порежем, зальем 1/4 л кипятка, сварим, не разваривая. Смешаем с заправкой и все вместе прокипятим, постоянно помешивая. По вкусу приправим лимонным соком, перцем, солью. Посыплем мелко нарезанной зеленью.

*Состав:* картофель — 500 г; жир — 40 г; лук репчатый — 20 г; мука — 20 г; бульон — 1/3 л; перец душистый — 2–3 горошка; зелень петрушки — 1 ст. ложка; сахар, лимон или лимонная кислота, соль по вкусу.

## *Соус белый (основной)*

На разогретую с маслом сковороду высыпая муку и, помешивая, слегка обжариваем ее. Подливая горячий процеженный бульон, разводим муку так, чтобы не было комков. Варим соус 35–40 минут, следя за тем, чтобы он не подгорел. Снимаем с огня, заправляем солью.

Если после варки в соусе будут комки, его следует процедить. Этот соус считается основным и применяется как основа, на которой готовят другие соусы с различными добавками.

**На 500 г соуса:** бульон или вода — 2–2,5 стакана; мука — 1 ст. ложка; сливочное или топленое масло — 1 ст. ложка; соль по вкусу.

### **Белый соус с яйцом**

Приготовим белый соус (как указано в рецепте выше). Яйца сварим вкрутую, очень мелко нашинкуем и добавим в горячий соус. Заправим соус лимонным соком или разведенной лимонной кислотой.

Добавим измельченную зелень петрушки, соль и молотый перец.

**Состав:** белый соус — 2 стакана; яйца — 3 шт.; зелень петрушки, соль, лимонный сок или лимонная кислота, перец по вкусу.

### **Молодой картофель с медом**

Молодой мелкий картофель заливаем кипящей водой, тщательно моем, вынимаем и обсушиваем полотенцем. Картофелины легко чистятся после такой обработки, кожица легко снимается.

Мед с ванильным сахаром ставим на огонь, даем закипеть. Кладем туда картофель. Варим до тех пор, пока он не набухнет и не сварится.

Подать в теплом или холодном виде.

**Состав:** картофель мелкий — 500 г; мед — 400 г; ванильный сахар.

### **Соус красный (основной)**

Приготавливаем соус на основе мясного бульона с добавлением красной пассеровки, томата-пюре и

кореньев. Мясной бульон варим из обжаренных в духовке нарубленных костей. (Их складывают в посуду, заливают холодной водой и кипятят 6—8 часов на не-большом огне).

На жире, оставшемся после обжарки костей, жарим до золотистого цвета репчатый лук и коренья. Кладем в бульон вместе с перцем, лавровым листом и чесноком за один час до готовности. Готовый бульон процеживаем через мелкое сито, снимаем с поверхности жир иправляем солью.

Красную пассеровку разводим мясным бульоном, подогретым до 80 градусов, и хорошо растираем. Затем кладем спассерованный томат-пюре и варим еще час.

Цвет готового соуса должен быть темно-красным, вкус — слегка кисловатым, аромат — жареных кореньев.

В красный соус для придания еще большей ароматности можно прибавить мадеру из расчета 100 г вина на 1 л соуса.

**На 500 г соуса:** мясной бульон — 400 г; пассеровка красная — 50 г; томат-пюре — 40 г; петрушка — 15 г; морковь — 15 г; лук репчатый — 10 г; сельдерей — 10 г; жиры — 25 г; специи — 4 г; соль, перец, лавровый лист по вкусу.

### ***Американский красный***

Два стакана бульона вливаем в кастрюлю и ставим на слабый огонь. Десяток шампиньонов мелко рубим, всыпаем в бульон вместе со 100 г масла. Все это томится в закрытой посудине с измельченными корнишаонами, влив еще пять ложек красного соуса (см. рецепт выше). Затем еще добавляем пять ложек томатного пюре. Как только грибы сварятся,правляем мукой, лимонной кислотой и сахаром по вку-

су. И лишь после этого вливаем немного вина типа мадеры.

Можно добавить оливки без косточек.

### ***Венский томатный соус***

Обжариваем лук и петрушку в разогретом жире. Прибавляем нарезанные дольками помидоры и тушим до мягкости (около 15 минут). Полученную массу протираем через сито. Растопим сливочное масло, высыплем муку, перемешаем. Прибавим бульон или воду, протертые помидоры, соль, сахар, лимонный сок и вино. Варим 5 минут на слабом огне.

***Состав:*** помидоры — 1,5 кг; репчатый лук — 2 ст. ложки нарезанного; зелень петрушки — 2 ст. ложки измельченной; жир — 2 ст. ложки; сливочное масло — 100 г; мука — 2–3 ст. ложки; бульон или вода — 1 стакан; лимонный сок — 1 ст. ложка; красное вино — 0,5 стакана; соль и сахар по вкусу.

### ***Соус красный с луком и грибами (охотничий)***

Мелко нарубленный лук слегка пассеруем, добавляем нашинкованные грибы и жарим 3–5 минут. Поджаренные лук и грибы кладем в красный основной соус и варим 10–15 минут. В конце варки в соус вливаем прокипяченное вино и доводим его до кипения. Затем добавляем нарезанную зелень петрушки и эстрагона и заправляем жиром.

***На 500 г соуса:*** соус красный основной — 400 г; лук репчатый — 170 г; грибы белые — 100 г; сало свиное топленое или маргарин — 2,5 г; вино виноградное сухое — 50 г; зелень петрушки — 7 г; эстрагон — 15 г; масло сливочное — 16 г; соль по вкусу.



### **Соус грибной**

Лук нашинкуем и поджарим. К пассерованному луку добавляем вареные грибы, измельченные так же, как и лук, и продолжаем поджаривать еще в течение 3–5 минут. Пассерованную муку соединяем с грибным бульоном и варим в течение 45 минут — 1 часа. Затем соус солим, процеживаем, кладем в него подготовленный лук с грибами и варим еще 10–20 минут.

После того как соус немного остынет, заправляем сливочным маслом.

**На 500 г соуса:** бульон грибной — 325 г; маргарин столовый — 35 г; мука — 20 г; грибы сушеные — 20 г; лук репчатый — 275 г; масло сливочное — 15 г; соль по вкусу.

### **Соус «Метрдомель»**

Обжариваем лук в масле. Прибавляем грибы и зелень и тушим 5 минут, после чего всыпаем муку, перемешиваем, вливаем бульон и доводим до кипения. Добавив уксус, сметану, соль и перец, снова прокипятим.

**Состав:** репчатый лук — 1 ст. ложка нарезанного; сливочное масло — 2 ст. ложки; грибы, вареные и мелко порезанные — 0,5 стакана; пряные травы и зелень петрушки — по 1 ст. ложке; бульон или вода — 1 стакан; мука — 6 ст. ложек (если надо гуще, прибавьте по необходимости); уксус — 1–2 ст. ложки; сметана — 0,5 стакана; соль и перец по вкусу.

### **Соус из помидоров**

Отобранные помидоры хорошо вымоем, разрежем и поставим варить.

Сваренные помидоры протрем через сито, прибавим соль, сахар, сливочное масло и листик сельдерея. Опять поставим на огонь и продержим на огне, пока не загустеет. Перед подачей вынуть сельдерей.

**Состав:** помидоры — 500 г; масло сливочное — 1 ч. ложка; сахар — 1 ч. ложка; сельдерей — 1 листик; соль по вкусу.

### **Соус голландский**

В небольшую кастрюлю наливаем уксус, кладем крупно дробленный черный перец горошком и мелко нашинкованный репчатый лук. Эту смесь надо уварить до полного испарения уксуса. Затем вливаем молоко или сливки и яичные желтки. Непрерывно помешивая доводим смесь до консистенции жидкой сметаны.

Кастрюлю снимаем с огня и постепенно вливаем, непрерывно помешивая, растопленное сливочное масло, почти холодное. Заправим соус солью по вкусу и лимонным соком, полученным из 0,5 лимона. И снова хорошенько размешаем. Смесь процедим через сито для устранения кусочков репчатого лука и черного перца.

Готовый соус должен быть слегка кисловатым, средней густоты.

**На 500 г соуса:** яичные желтки — 4 шт.; масло сливочное — 325 г; уксус — 10 г; перец черный — 2 г; лук репчатый — 8 г; молоко — 100 г; лимон — 1 шт.; соль по вкусу.

### **Соус зеленый**

В готовый майонез прибавляем шпинат, листики эстрагона и зелень петрушки, растертые в ступке. Заправляем столовой горчицей и тщательно размешиваем.