

# **БЛЮДА**

**ИЗ КУРИЦЫ, ИНДЕЙКИ,  
УТКИ И ГУСЯ**



РИПОЛ  
КЛАССИК

УДК 641/642  
ББК 36.997  
Б71

*Составитель А. В. Нестерова*

**Б71      Блюда из курицы, индейки, утки и гуся / [сост. А. В. Нестерова]. — М. : РИПОЛ классик, 2008. — 256 с. : ил.**

ISBN 978-5-386-00475-0

Какие блюда и из какой домашней птицы лучше всего приготовить? Ответы на эти и многие другие вопросы можно найти на страницах этой книги. Приведенные в ней советы и рекомендации наверняка пригодятся и тем, кто готовит обычный обед, и тем, кто составляет меню праздничного ужина. В книге есть все, начиная с того, как правильно выбрать птицу для определенного блюда, и заканчивая наиболее подходящим или даже изысканным способом ее приготовления.

**УДК 641/642  
ББК 36.997**

ISBN 978-5-386-00475-0

© ООО Группа Компаний  
«РИПОЛ классик», 2008

# ВВЕДЕНИЕ

Курица, индейка, утка и гусь — именно эти виды домашней птицы чаще всего используются для приготовления различных блюд. В продажу любая домашняя птица поступает уже ощипанной и замороженной, но не всегда выпотрошенной. Немороженая птица продается обычно уже потрошенной или наполовину выпотрошенной. При выборе птицы для приготовления блюд лучше остановиться на молодых животных. Их мясо более нежное, сочное и имеет плотный внутренний жир. Старую или же не очень свежую птицу лучше всего варить, поскольку жаренье не обеспечивает полного уничтожения микробов, находящихся в толще мяса. К тому же мясо старой птицы более жесткое и сухое, поэтому требует длительной тепловой обработки, желательно с добавлением бульона, воды и т. п.

Свежая тушка домашней птицы должна быть покрыта кожей желтоватого или розоватого цвета. Мясо при этом остается плотным и упругим. У кур и индеек оно имеет светло-розовый цвет, а у уток и гусей — красноватый. Поверхность свежей тушки должна быть слегка влажной, но не липкой. У гусей и уток лапки должны быть желтыми и блестящими. Ножки молодой индейки гладкие и имеют сероватый оттенок.

Определить возраст курицы или петуха можно по состоянию кончика грудной кости: у молодой птицы он обычно гибкий и эластич-

ный, у старой — твердый, при надавливании ломается, а не гнется.

Молодых кур можно смело использовать для жаренья, а из старых лучше всего варить супы и бульоны или использовать их мясо для приготовления рубленых котлет. Если очень хочется подать к столу жареную курицу, а кроме старой птицы ничего нет, можно сначала отварить тушку, а затем обжарить в масле или жире.

Уток и гусей, как правило, фаршируют, а также жарят целиком с фруктами и овощами. Из утиных и гусиных потрохов, голов, крылышек и лапок часто готовят рассольники или солянки и другие блюда. Чтобы смягчить специфический вкус жира утки или гуся, можно подать блюда из этой птицы с кисловатым гарниром. Это может быть квашеная капуста, маринованные плоды и ягоды, моченые яблоки или соленые овощи. Во время приготовления блюд из гуся и утки также можно добавлять эти продукты. Именно поэтому из этих видов домашней птицы часто готовят рассольники, щи, борщи и солянки. Из нежирной птицы можно варить заправочные супы, упитанные же тушки лучше всего жарить, поскольку они имеют своеобразный аромат, который не всем нравится.

Мясо индейки относится к деликатесным продуктам, поскольку оно достаточно жирное и сочное. Из индейки можно приготовить жаркое, супы, бульоны, салаты и многие другие

блюда. Добавив в салат мясо индейки, можно придать ему новый необычный вкус. Из потрохов, горла, крыльев, головы и ножек хорошо готовить заливные блюда. Индейка под майонезом или с каштанами считается самым изысканным кушаньем.

Если птицу необходимо ощипать, начинать лучше с шеи. Чтобы не повредить при этом кожу, ее следует слегка растягивать в том месте, откуда выдергивается перо. Разрывы на коже при последующей тепловой обработке приведут к быстрому высыханию, обезвоживанию и обезжириванию мяса. В итоге блюдо получится жестким и невкусным.

После того как тушка ощипана, ее следует опалить, чтобы удалить оставшийся пух. Вначале нужно расправить тушку птицы, разглаживая складки на коже, затем обсушить бумажным полотенцем и натереть мукой. После этого птицу можно опалить над открытым огнем, следя за тем, чтобы она не закоптилась. Затем нужно отрубить шею и лапки, осторожно выпотрошить, стараясь не задеть желчный пузырь.

Подготовленную тушку надо тщательно промыть, удаляя сгустки крови, а также выдернуть пеньки, оставшиеся после ощипывания (их особенно много у уток и гусей).

После этого можно приступить к приготовлению пищи. Жарить домашнюю птицу можно на сковороде, в сотейнике, духовом шкафу, над углями и т. д. Продолжительность жаренья будет зависеть от возраста и размера птицы. Что-

бы получить на поверхности тушки румяную корочку, можно предварительно обильно смазать ее сметаной, а затем обжарить в горячем жире. Если тушку птицы жарили целиком, перед подачей к столу ее необходимо разрубить на порционные куски и выложить в виде целой тушки на большое блюдо, украсив кушанье зеленью и гарниром, либо разложить мясо по тарелкам. Тушку сначала нужно разрезать пополам вдоль грудки, затем отделить ножки и разделать тушку на порционные куски.

В продаже можно найти полуфабрикаты и консервы из мяса птицы, а также копчености (крылышки, голени, окорочка и т. п.). Их тоже можно использовать для приготовления некоторых блюд.

# БЛЮДА ИЗ КУРИЦЫ

---

## Первые блюда

### Консоме (бульон из курицы с кореньями)

#### *Ингредиенты*

300 г филе грудки курицы, 200 г телячьих костей, 80 г корней петрушки, 80 г моркови, 60 г репчатого лука, 80 г корней сельдерея, 50 г зелени укропа и петрушки, 2–3 яичных белка, 8 горошин черного перца, 1–2 лавровых листа, соль по вкусу.

#### *Способ приготовления*

Телячьи кости и куриные грудки промыть, залить 3 л воды и довести до кипения, варить до готовности мяса, затем филе вынуть и нарезать порционными кусками, кости вынуть, бульон процедить. Морковь, репчатый лук, корни сельдерея и петрушки вымыть, очистить, нарезать и выложить в бульон. Добавить перец горошком, лавровый лист, соль, варить 15–20 мин. Затем бульон вновь процедить. Яичные белки смешать с небольшим количеством слегка охлажденного бульона, взбить и ввести оттяжку в бульон. Когда она свернется, вынуть ее с помощью шумовки, бульон процедить в третий раз. Перед подачей к столу выложить в тарелки порционные куски филе курицы, налить консоме, посыпать вымытой, нарубленной зеленью укропа и петрушки.

## Куриный бульон с кнелями

### *Ингредиенты*

1 л куриного бульона, 15 мл растительного масла, 20 г зелени петрушки, 10 г вареного шпината, соль и специи по вкусу.

*Для кнельной массы:* 150 г филе курицы, 80 мл молока, 10 г сливочного масла, 1 яичный белок.

### *Способ приготовления*

Филе курицы промыть, мелко нарезать или пропустить через мясорубку. Полученную массу выложить в кастрюлю, поставить ее на лед и взбивать веселкой, постепенно вводя масло, яичный белок и вливая небольшими порциями охлажденное молоко. Продолжать взбивать, пока не образуется однородная пышная масса. Разделить массу на кнели с помощью двух чайных ложек или переложить полученную массу в кондитерский мешок и отсадить в виде маленьких пуговок на смазанный растительным маслом противень. Затем залить кнели горячей водой, добавить соль и специи и нагреть до кипения. Готовые кнели вынуть шумовкой, переложить в кастрюлю, добавить немного бульона и оставить на водяной бане. Куриный бульон подогреть. Перед подачей к столу в тарелку положить кнели, налить куриный прозрачный бульон, посыпать вымытой и нарубленной зеленью петрушки и мелко нарезанным вареным шпинатом.

Таким же способом можно приготовить куриный бульон с разноцветными кнелями. Для



этого кнельную массу следует поделить на три части и окрасить в разные цвета, добавив в нее томат-пюре (красный цвет) или протертый шпинат (зеленый цвет). Третью часть кнельной массы можно не окрашивать.

### **Прозрачный суп из курицы с луком, кореньями и лапшой**

#### *Ингредиенты*

500 г мяса курицы, 60 г репчатого лука, 1 яичный белок, 60 г моркови, 50 г корней петрушки, 50 г сливочного масла, 90 г домашней лапши, 15 г рубленой зелени петрушки и укропа, 1–2 лавровых листа, соль и перец по вкусу.

#### *Способ приготовления*

Мясо курицы промыть, нарезать порционными кусками, залить 3 л воды и варить до готовности. Репчатый лук, морковь и корни петрушки очистить, вымыть, нашинковать. Лук пассеровать в масле, добавить овощи в суп, варить 20 мин. Затем вынуть мясо, отделить филе от костей, бульон процедить, снова поставить на огонь и осветлить с помощью яичного белка, предварительно взбитого с небольшим количеством теплого бульона. Осветленный бульон вновь довести до кипения и ввести в него лапшу, соль и перец. Готовый суп снять с огня, добавить в него лавровый лист. Перед подачей к столу выложить в тарелки кусочки филе курицы, налить суп с лапшой и посыпать его рубленой зеленью укропа и петрушки.

## Суп из курицы с орехами по-грузински

### *Ингредиенты*

500 г мяса курицы, 40 г сливочного масла, 60 г репчатого лука, 40 г зеленого лука, 100 г толченых грецких орехов, 50 мл винного уксуса, 30 г зелени петрушки и укропа, 2 г корицы, соль по вкусу.

### *Способ приготовления*

Мясо курицы промыть, нарезать порционными кусками, залить 3 л воды и варить до готовности. Затем мясо вынуть, отделить филе от костей, бульон процедить. Довести его до кипения, добавить очищенный, вымытый, нашинкованный и спассерованный в масле репчатый лук. Добавить толченые орехи, уксус, а также вымытую и нарубленную зелень укропа и петрушки. Довести суп до кипения, посолить и посыпать корицей, варить на слабом огне 3–5 мин. Перед подачей к столу выложить в тарелки филе курицы, налить суп и посыпать его вымытым и мелко нарубленным зеленым луком.

## Суп из курицы по-молдавски

### *Ингредиенты*

500 г мяса курицы, 500 г картофеля, 50 г моркови, 50 г корней петрушки, 40 г столового маргарина, 50 г сметаны, 25 мл столового уксуса, 10 г зелени петрушки, 8 г муки, 1 г красного молотого перца, соль и перец по вкусу.