

Очень просто!

БЛЕНДЕР ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ



Санкт-Петербург

Терция

Москва

ЭКСМО

2013

УДК 641/642
ББК 36.997
Б 68

Составитель *Г. С. Выдревич*

Оригинал-макет подготовлен
ООО «Издательский Дом «Терция»

Блендер. Лучшие рецепты / сост. Г. С. Выдревич. — М.:
Б 68 Эксмо; СПб.: Терция, 2013. — 64 с. — (Очень просто).

ISBN 978-5-699-63387-6

Блендер — ближайший «родственник» миксера и кухонного комбайна. Он поможет вам приготовить пюре из свежих фруктов, вкуснейшие коктейли из разных соков, разнообразные фруктовые и овощные салаты, сохранив при этом все витамины и минеральные вещества, ибо процесс приготовления — очень короткий. Кроме того, вы сможете приготовить паштет, суп-пюре, нежный десерт или соус. Особенно пригодится блендер мамам с маленькими детьми.

В этой книге приведено много самых разных рецептов, при освоении которых блендер незаменим.

УДК 641/642
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-63387-6

© Составление, «Терция», 2007
© Оформление, «Терция», 2013
© ООО «Издательство «Эксмо», 2013

ПРЕДИСЛОВИЕ

Блендер — это прибор для измельчения и взбивания продуктов. Первые блендеры, появившиеся около 100 лет назад, скорее, напоминали шейкер — то есть с их помощью можно было приготовить лишь коктейли. Такое «однобокое» использование продолжалось довольно долго: лишь в 1970-е годы на основе блендера был создан кухонный комбайн, который стал настолько популярным, что о блендере на долгое время попросту забыли. А напрасно: он позволяет приготовить самые разнообразные блюда в малом количестве, что очень удобно для небольших семей и для мам с маленькими детьми.

Пюре из свежих фруктов, смеси разнообразных соков, салаты из очень мелко нарезанных овощей — для подобных блюд блендер просто незаменим. И быстро, и вкусно, и чрезвычайно полезно, ибо сохраняются все витамины и минеральные вещества, которые содержатся в этих продуктах.

Кроме комбайна у блендера есть еще один «родич» — миксер. Миксер оснащен двумя венчиками, может взбивать сливки, муссы, суфле, кремы и даже тесто. Блендер же более легкий и компактный, венчик у него один, и пироги с его помощью не приготовишь.

Современные блендеры выпускают в двух разновидностях — стационарные и погружные.

В стационарных есть панель управления, высокая чаша-кувшин объемом до 2 литров и нож-насадка, расположенный у основания чаши (в некоторые модели



входит также нож для колки льда). Эти приборы смешивают напитки, готовят коктейли, соусы, кремы, пюре, перемешивают жидкое тесто для блинчиков. Могут они и измельчать продукты, но это не очень удобно, так как кусочки разлетаются по стенкам.

Пользоваться таким блендером просто: надо залить в чашу жидкость, положить небольшие кусочки овощей или фруктов и включить прибор. Мощность стационарных блендеров — до 400 Вт (если нет функции колки льда, тогда мощность может достигать 550 Вт).

Погружной блендер похож на пестик с насадкой из нержавеющей стали. Его погружают в емкость с продуктами, нажимают кнопку на корпусе, и он начинает работать. Может он измельчать продукты, готовить пюре, соусы и подливки, взбивать сливки, кремы, муссы, коктейли. Скорость вращения насадок и возможность справляться с твердыми продуктами зависят от мощности. Она бывает от 350 до 750 Вт. В комплект такого блендера обычно входят не только насадки, но и стакан для смешивания, мерная емкость и настенный крепеж. Существуют также погружные блендеры с дополнительными насадками, которые делают прибор универсальным. В набор входят сам блендер, венчик для взбивания, насадка-нож, мерный стаканчик, дополнительная емкость большего размера.

Современные блендеры обладают несколькими плавно регулируемыми скоростями — до шести, и даже турборежимом, который позволяет увеличивать любую из выбранных вами скоростей. Благодаря этому готовить можно быстрее и расширять «ассортимент».

Итак, выбор вида блендера зависит только от ваших кулинарных предпочтений, а его модели — от того, какая фирма вам больше нравится, ибо эти приборы выпускают практически все известные производители бытовой техники.

ЗАКУСКИ



Грибной паштет

300 г свежих грибов, 1 луковица, растительное масло, зелень, соль.

Грибы очистить, вымыть, нарезать и отварить в подсоленной воде. Лук нарезать, обжарить в горячем масле до золотистого цвета. Ингредиенты остудить, сложить в блендер, добавить немного грибного бульона. Измельчить до однородной консистенции. Готовый паштет посыпать измельченной зеленью.



Гуакамоле

2 авокадо, 1 долька чеснока, 1 маленький помидор, 4 ст. ложки сметаны, 0,5 пакетика приправ для гуакамоле, 0,3 ч. ложки кайенского перца.

Авокадо разрезать пополам, удалить косточки, затем очистить от кожицы и нарезать дольками.



Измельчить в блендере. После этого добавить чеснок, снова измельчить, положить помидор и сметану и опять измельчить — до однородного состояния. Получившуюся массу поперчить, добавить приправы и тщательно перемешать.



Паштет из печени

150 г печени (говяжьей, свиной или телячьей), 0,5 моркови, 0,5 небольшой луковицы, 1 ст. ложка сливочного масла, соль.

Печень нарезать небольшими кусочками. Морковь очистить и натереть на крупной терке. Лук мелко нарезать. Ингредиенты сложить в сковороду, добавить немного воды, посолить по вкусу. Закрыть посуду крышкой и тушить на слабом огне до готовности печени.

Заготовку остудить, выложить в блендер, добавить размягченное сливочное масло. Измельчать до образования однородной массы.

Готовый паштет охладить.



Паштет из баклажанов

6

2 небольших баклажана, 3–4 дольки чеснока, 100 г брынзы, зелень, растительное масло, соль.