

Анастасия Третьякова



БУРГЕРЫ



СОДЕРЖАНИЕ

Из мяса

- 16 Классический бургер
- 18 Бургер с прошутто и перцем
- 20 Греческий бургер
- 22 Греческий гиро
- 24 Бургер а ля русс
- 26 Гавайский бургер
- 28 Итальянский бургер
- 30 Мексиканский бургер
- 32 Бургер в индийском стиле с фисташковым соусом
- 36 Бургер из баранины с кускусом
- 38 Бургер с бараниной, баклажаном и мятным йогуртом
- 40 Бургер на завтрак с яйцом
- 42 Бургер вителло тонато
- 46 Бургеры-фахитос
- 50 Бургер с хрустящим яблочным салатом

Из птицы

- 54 Бургер из курицы с кедровыми орешками и соусом из айвы
- 56 Бургер из индейки с кабачками и фетой



- 58** Бургер из индейки с яблоками и сельдереем
- 60** Бургер из курицы с грушей и перечным мармеладом
- 62** Бургер из курицы-тандури
- 64** Бургер из курицы с клюквенным соусом и сыром бри
- 66** Бургер из курицы с абрикосовым чатни
- 68** Бургер из индейки с сальса верде
- 70** Бургер из индейки с чеддером
- 72** Бургер из индейки с пряным соусом
- 74** Бургер из курицы с помидорами-гриль
- 76** Бургер-брускетта с моцареллой
- 78** Бургер из курицы с беконом и сыром
- 80** Цезарь-бургер
- 82** Бургер из курицы с маринованными сливами

Из рыбы и морепродуктов

- 86** Бургер из лосося с яйцом и мятно-огуречным соусом
- 88** Бургер «кровавая мэри» с сальсой из манго
- 92** Открытый фишбургер с тилапией и арбузной сальсой
- 94** Бургер с лососем, шпинатом и имбирем
- 96** Бургер из лосося с манго и ананасом





- 98** Бургер с нежной котлетой из лосося и соусом тар-тар
- 100** Бургер-буйабес с шафрановым майонезом и томатной сальсой
- 104** Бургер из тунца с имбирем и шиитаке
- 106** Бургер из тунца с кунжутно-имбирным соусом с тофу
- 108** Бургер из тунца с апельсиново-кунжутной глазурью
- 110** Бургер со стейком сибаса и соусом из сладкого перца
- 112** Тако с сибасом и легким сливочным соусом
- 114** Открытый бургер с лососем с горчичным соусом
- 116** Бургер с лососем в маковой панировке с лаймовым маслом
- 118** Бургер с креветками и треской

Вегетарианские

- 122** Быстрый вегетарианский бургер с нутом и фисташками
- 124** Вегетарианский бургер с портобелло
- 126** Пицца на гриле
- 128** Бургер «Parmigiana di Melanzane»
- 130** Бургер из свеклы
- 134** Бургеры из чечевицы с пряным томатным джемом

- 138** Веджибургер с тыквой-гриль и халуми
- 140** Открытый бургер с фалафелем
- 142** Веджибургер с тофу, соусом с оливками и спаржей
- 144** Грибной веджибургер

Гарниры

- 150** Овощные чипсы
- 148** Картофель по-деревенски с розмарином и лимоном
- 152** Теплый салат из овощей-гриль
- 153** Овощи-гриль с бальзамико
- 154** Табуле
- 155** Кукуруза-гриль с пармезановым маслом
- 156** Полента-гриль с грибами и сыром
- 158** Баклажаны-гриль в соевом соусе
- 160** Жареный сладкий картофель-гриль с луково-горчичной заправкой
- 162** Лук-конфи с сушеной клюквой
- 163** Салат из красного риса
- 164** Быстрые маринованные баклажаны
- 166** Маринованные сливы
- 167** Перечный мармелад





Выражаю искреннюю благодарность
Ивану Лебедеву за помощь и продукты для съемок,
Марку и Юлии Левиным за предоставленную для съемок дачу,
компании «Барбекю Хауз» за замечательный гриль.

Бургеры

Бургеры... За последний год все чаще и чаще вы можете встретить их в меню самых модных ресторанов. А все потому, что бургер перестал быть фастфудом, в основе которого котлета и булочка с кетчупом. Он стал новой конструкцией еды, позволяющей развернуться фантазии самых креативных шеф-поваров. Самые смелые сочетания умещаются на мягкой булочке, превращая вроде бы простое блюдо в произведение гастрономического искусства.

Давайте коснемся основных правил приготовления бургеров, хотя развитие бургеров как отдельного направления еды стало ломать устоявшиеся традиции, и теперь даже самое святое — булочка уже перестала быть обязательным атрибутом. Ее теперь заменяют тортильей, питой, листовым салатом...

1.

Приготовление фарша

Начнем с традиционного варианта бургера, в основе которого лежит, безусловно, большая сочная котлета из мяса, а точнее — из правильного мяса.

Что такое правильное мясо для бургера? Изначально это говядина с пропорцией содержания жира 20 на 80, а лучше 30 на 70. Такие пропорции может дать мясо мраморных пород. Если же вы предпочитаете похо-

ду в супермаркет посещение рынка, более того, у вас доверительные отношения с мясником — попросите его подготовить вам передок, филей и грудинку. В этом случае можно будет примерно добиться нужного соотношения постной мякоти и жира.

Почему мы тут столько говорим о жире, который вроде бы так вреден? Да потому, что именно жир придает такой яркий, незабываемый вкус бургеру и жареному мясу. Не только из-за нежности ценятся стейки из мраморного мяса, но и сочности и вкуса, которые дают жировые прожилочки в нем! Вспомните, какой шашлык вкуснее! Поэтому не стесняйтесь и добавляйте жир в предлагаемых пропорциях, а лишний и вредный жир все равно вытопится.

При использовании мяса птицы (курицы, индейки, страуса) старайтесь выбирать части с большим количеством красного мяса (например, бедра), оно более сочное.

Для приготовления правильного мясного фарша можно использовать либо острый нож высокого качества, либо мясорубку (механическую или электрическую). Нож в форме креста позволяет нарезать мясо на кусочки оптимального размера, позволяющего сохранить котлете сочность и форму.

Однако некоторые ценители категорически отрицают мясорубку, которая мнет мясо, лишая его структуры и сочности.

2.

Формование котлет

Быстро и нежно! Так звучит основное правило, которого нужно придерживаться при работе с фаршем. Слишком долгое формование котлеты может сделать ее слишком плотной. После добавления в фарш ваших любимых специй его нужно как следует вымесить руками для равномерного распределения специй, а затем несколько раз выбить котлету о рабочую поверхность. Выбиваем для того, чтобы удалить воздушные полости и сохранить форму котлеты при жарке, сделав ее более плотной, хорошо держащей форму. Чтобы фарш не прилипал к рукам, смочите их холодной водой.

Сформируйте из мясного фарша шар и выложите его на рабочую поверхность. Затем поворачивайте будущую котлету обеими ладонями, одновременно прижимая фарш, формируя бортики. Затем осторожно надавите на верхнюю часть котлеты ладонью, придавая ей плоскую форму.

Котлеты быстро и удобно лепятся при помощи специального пресса. Так котлеты будут одинаковой формы, четко подходящей к размеру булочки. Не переживайте, что этот гаджет будет часто стоять без дела, с помощью этого пресса можно делать сырники идеальной формы, картофельные draniki, тар-тар.

Если фарш кажется вам недостаточно жирным, вы можете положить кусочек сливочного масла внутрь котлеты, чтобы она получилась очень сочной. Но будьте внимательны! Тщательно спрячьте масло в фарш, чтобы предохранить его от вытекания во время обжаривания.

Во время жарки котлеты могут вздуться, поэтому сделайте на них по центру углубление, используя либо мерную ложку, либо

большой палец. Это позволит котлете сохранить свою форму. Не жадничайте, котлету весом более 200 г прожарить будет сложно.

3.

Приготовление на гриле

Перед приготовлением дайте сформованным лепешкам постоять при комнатной температуре в течение 5 минут. Мясо должно быть прохладным на ощупь, но не холодным. Если мясо будет очень холодным, гамбургер не прожарится равномерно. Не следует прижимать гамбургер лопаточкой, когда он готовится. При этом мясо потеряет сок, который сделал бы его мягким и ароматным.

Чтобы быстрее приготовить котлету, добавьте 1 ст. л. ледяной воды на каждые 140–170 г мясного фарша. Как это работает? Во время жарки вода соединится с мясными соками и парами (и помимо жарки как бы тушится). При этом вода сделает бургер более сочным.

Для жарки используйте решетку, сковороду для барбекю или сковороду с толстым дном, слегка смазанную маслом. Для этого удобно использовать растительное масло в виде спрея.

Совет: мясные бургеры, содержащие достаточное количество жира, которые вы собрались жарить на сковороде, — жарьте без масла.

4.

Лучший сыр для бургера

Каким должен быть лучший сыр для бургера? Который легко плавится, который подчеркивает вкус мяса и других ингредиентов. С моей точки зрения, лучшими сырами для приготовления бургеров будут:





1. Чеддер — островатый, с легким ореховым привкусом, этот сыр прекрасно плавится и при этом не теряет форму.

2. Эмменталь — расплавляется по серединке, но края остаются упругими и плотными, будет неплохо сочетаться с котлетами из мяса с выраженными структурой и вкусом — говядина, баранина.

3. Бри — сыр с нежной шелковистой текстурой подойдет для бургеров из мяса птицы.

4. Горгонзола (или дор блю) — яркий выразительный вкус этого сыра будет хорош в сочетании с деликатными вкусами шпината, груши, персиков, тыквы, свеклы или ярким вкусом котлет из говядины.

5. Моцарелла — мягкая, тянущаяся, нейтральная по вкусу, отлично подчеркнет вкус спелых помидоров, баклажанов на гриле.

6. Мягкий козий сыр — его свежий островатый вкус отлично гармонирует с запеченными овощами, подчеркивает вкус сладкого перца и спелых томатов.

5.

Собираем бургер

Прежде чем собирать бургер, нам необходимо слегка поджарить булочки на гриле (или на сковороде) с плоской (внутренней) стороны. Мы делаем это для того, чтобы булочка не размокла от соуса и мясного сока и бургер не развалился.

Также предохранить булочку от размокания могут салатный лист, листики шпината или рукколы. Фабричные булочки для бургеров производятся с повышенным содержанием сахара, который при обжарке, дополнительно карамелизуясь, сохраняет обжариваемую поверхность.

Сыр кладем на котлету, чтобы он слегка подплавился от ее тепла. Причем сыр можно выкладывать на котлету, когда она еще на гриле — буквально за минуту до готовности.

Затем выкладываем остальные ингредиенты и завершаем бургер верхней частью булочки.

Как правило, нижнюю часть булочки смазывают каким-либо густым соусом или накрывают листом салата, чтобы она не мокла, и по той же причине традиционный помидор, например, кладут уже сверху котлеты.

6.

Подаем бургер

Подаем бургеры как можно быстрее, с пылу с жару! Гарнируем. Зачастую бургеры подают с картофелем-фри, но на самом деле существует огромное количество интересных и небанальных гарниров, которые не утяжеляют трапезу и гармонично сочетаются с бургерами.

Не забудьте перед употреблением сжать бургер сверху и снизу, чтобы вкусы и сочность всех слоев соединились! Это главное правило вкусного бургера!

И последнее... некоторые едят бургеры руками, некоторые — при помощи ножа и вилки... Мне кажется, что руками — гораздо вкуснее, хотя кому-то это может показаться неэстетичным. Но разве это так важно, когда ТАК вкусно и вы все равно уже его сжали руками?

Готовьте, пробуйте, удивляйте, фантазируйте, делитесь, восхищайтесь... и пусть вам будет вкусно!



ИЗ МЯСА

