

ПРОСТО И СО ВКУСОМ



✉ Подскажите рецепт праздничного блюда из курицы.
Диана Бекетова, Симферополь

соль, молотый черный перец.

Приготовление. Подготовь 3 тарелки: в первую высыпь муку, во вторую вылей слегка взбитые яйца, в третью положи миндаль. Куриные ножки посоли, поперчи, запанируй в муке, затем обмакни в яйца и обваляй в миндале. Выложи на сковороду с разогретым растительным маслом и жарь, периодически переворачивая, до появления румяной корочки.

✉ Как приготовить сироп гренадин?
Александра, Киев

Очень просто! Нужно соединить гранатовый сок с сахаром в пропорции 1:1. Поставить на слабый огонь и варить, помешивая, 10 минут. Получившийся сироп следует охладить, разлить по бутылкам и плотно закупорить.

Школа кулинара

ЧТО ТАКОЕ МАСЛИНЫ, И С ЧЕМ ИХ ЕДЯТ?



Такой вопрос «ТГ» получил от одного из читателей. Выяснить тонкости средиземноморской кухни нам помогла ТМ «Микадо», которая привозит в Украину вкусные и качественные консервированные продукты со всего мира*.

Оливки — по-гречески, маслины — по-нашему

Оказалось, что маслины называют маслинами только в славянских странах, а во всем остальном мире это черные оливки. И маслины, и оливки — плоды одного и того же дерева, только разной степени зрелости. Именно этот факт, в конечном счете, определяет их предназначение.

На вкус и цвет товарищей нет

Черные оливки имеют слабый аромат и чуть сладковатый вкус, который легко перебить. Именно поэтому их не фаршируют, а едят в «чистом» виде и используют для при-

готовления разных яств. В горячих блюдах вкусовые качества плодов усиливаются, и их можно сочетать даже с «пахучими» копченостями, например, в солянке и пицце. А в холодных закусках компания маслинам могут составить продукты с более

нежным вкусом: вареная курица, мягкий сыр, свежие овощи, зелень.

Зеленые же оливки, обладающие ярко выраженным запахом и кисловатым вкусом, чаще всего используются как закуска. Они могут быть как «пустыми», так и фаршированными различными продуктами — целыми кусочками или пастой. Самыми популярными наполнителями считаются миндаль, лимоны, красный перец, анчоусы, семга, креветки.

* Ананасы, персики, клубника, абрикосы, грибы, корншоны, томаты, зеленый горошек, фасоль, спаржа и многое другое — в ассортименте «Микадо».



380 ккал/порция
8 порций, 2 часа 30 мин.



МАСЛИНЫ В СЛОЙКЕ

Ингредиенты: 200 г сливочного масла, 2 стакана муки, 2/3 стакана воды, по щепотке сахара и соли, баночка маслин без косточек (314 г), деревянные шпажки.

Приготовление. В большую миску насыпь горкой муку, добавь соль и сахар. Сверху положи кусочки размягченного сливочного масла и хорошенько поруби ножом. Влей холодную воду. Вымеси тесто. Накрой его влажным полотенцем и поставь в холодильник на 2 часа. Раскатай 2–3 раза, каждый раз складывая тесто в 3–4 слоя. нарежь его узкими длинными полосками, оберни каждую маслину и нанижи на шпажки. Выпекай в духовке 20 минут.

320 ккал/порция
6 порций, 45 мин.



КАРТОФЕЛЬНЫЙ КРЕМ-СУП С ГРИБАМИ

Ингредиенты: 7–8 картофелин, 1 литр мясного бульона, 2 луковицы, 3 зубка чеснока, зелень петрушки, щепотка мускатного ореха, соль, молотый черный перец, 100 г резаных стерилизованных шампиньонов, 20 г сливочного масла.

Приготовление. Картофель и лук очисти, разрежь на несколько частей, положи в кастрюлю, залей бульоном, поставь на огонь и доведи до кипения. Посоли, поперчи, добавь щепотку мускатного ореха. Вари до готовности картошки. При помощи блендера преврати суп в пюре. Добавь в него обжаренные в разогретом сливочном масле грибы, рубленый чеснок и нарезанную петрушку.

350 ккал/порция
4 порции, 30 мин.



САЛАТ С КУРИЦЕЙ И АНАНАСОМ

Ингредиенты: 500 г куриного филе, 1 банка консервированного ананаса кусочками (580 г), 4 яйца, 100 г твердого сыра, 1 упаковка легкого майонеза, листья салата.

Приготовление. Филе отварить в подсоленной воде. Яйца также отварить, остудить и очистить. Все порежь крупными кусочками, сложи в миску. Добавь консервированные ананасы, предварительно слив сок, и нарезанный кубиками сыр. Заправь майонезом и аккуратно перемешай. Переложить салат на блюдо, устланное листьями салата.

ПРИШЛИ ВОПРОС НА OLEKSUGER@GMAIL.COM
И ПОЛУЧИ СОВЕТ НА СТРАНИЦАХ «ТЕЛЕГИДА»