

Рецепты • Напитки • Сервировка • Техника для кухни • Продукты • Рестораны

КУШАТЬ

ПОДАНО!

№4(4)
2006

Аппетитная
капуста

Блюда из яиц

- ✓ омлет
- ✓ рулет
- ✓ запеканка

Томатный
праздник

Капуста с апельсинами
и утиной грудкой по-французски.
Лук придает пикантность,
апельсиновые дольки – свежесть,
а перец – остроту.

Мастер-класс:
Готовим воскресный обед

ГОТОВЬТЕ С УДОВОЛЬСТВИЕМ ПО НАШИМ РЕЦЕПТАМ!



кушать подано!



4 Новости

6 Помидор или райский овощ?
Закуски с помидорами

10 Супы
Первые среди равных

14 Wellness -меню
Капуста без границ

22 Белок, желток и компания
Легко, быстро, красиво

27 Рецепты от Gallina Blanca
В главной роли – макароны!

37 Старинные рецепты
Ковбаса, ковбик, кендюх...

41 Аксессуары
Эх, закатаем!

42 Мастер-класс
Готовим праздничный обед

48 В гостях у Нептуна
Рыба по-новому

52 Техника
Загружаем холодильник!

53 Тестируем оливки
Кому острее, кому – пикантнее

54 Для гриля и не только
Готовим на скорую руку

62 Напитки
Кофе по-эфиопски

64 Легкий десерт
Фрукты в бокале

66 Сервировка
В стиле осени

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Светлана Островская

АРТ-ДИРЕКТОР
Вячеслав Марченко
ДИЗАЙНЕР
Наталья Недзведская

ЗАМЕСТИТЕЛИ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА
Ольга Озолина, Наталья Нерослова
РЕДАКТОР
Светлана Гончаренко
КОНТРОЛЬНЫЙ РЕДАКТОР
Ольга Волынчик

ФОТОГРАФ
Владимир Хомяков

ФОТОРЕДАКТОР
Евгений Пелиховский
ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ
Ольга Бондаренко, Татьяна Кожанова,
Оксана Кож, Марина Рыбченко,
Виктория Адолина, Наталья Фоменко
ОТДЕЛ РЕАЛИЗАЦИИ
Мария Котовская

Журнал «Кушать подано!», №4 (4) 2006
Свидетельство о регистрации КВ №11145-25Р
от 10.04.2006 г.
Выходит 12 раз в год.
Издается с апреля 2006 г.
Учредитель и издатель –
ООО «Блиц-Пресс»
Директор – Николай Москаленко

За содержание и достоверность рекламной информации
ответственность несет рекламодатель.
Мнение редакции не всегда совпадает с точкой зрения авторов.
Полная или частичная перепечатка материалов допускается
только с письменного разрешения редакции.
Цветоделение и печать – ООО «СЭМ»,
Киев, ул. Бориспольская, 15; тел. 425-1254
Цена свободная. Тираж 30 000 экз.

Адрес редакции и издателя: 02140, Киев, ул. Мишуги, 3-в, оф. 19
Телефон редакции: (044) 501-4860, факс: (044) 501-4863
E-mail: office@imedia.org.ua

По вопросам размещения рекламы обращайтесь, пожалуйста,
по телефонам: (044) 501-4860, 501-4861
© «Блиц-Пресс», 2006 г.
Все права защищены.

Первые среди равных

В мировой кулинарной практике известно полторы сотни типов супов, которые, в свою очередь, подразделяются более чем на 1000 видов, а каждый вид имеет еще и несколько подвидов или вариантов. Почему так много? Да потому, что приготовленный по всем правилам суп – это украшение стола, действительно первое по своим вкусовым качествам блюдо.

Овощной суп

На 1 порцию:

- 50 г цветной капусты
- 10 г моркови
- 10 г лука
- 20 г свежей спаржи
- 25 г стручковой фасоли
- 10 г болгарского перца
- 30 г капусты брокколи
- 2 ч.л. растительного

масла

- базилик, соль, перец

1 Овощи нарезаем мелкими кубиками, кладем в сотейник с разогретым маслом и обжариваем. Затем заливаем кипятком и провариваем на медленном огне до готовности. Добавляем соль, перец по вкусу.

2 Подаем с рубленым зеленым базиликом.

Благодарим ресторан CARTEL за помощь в подготовке материала.



Супы

Суп «Буйабес»

На 1 порцию:

- 30 г морского окуня
- 40 г лосося
- 10 г стеблей сельдерея
- 10 г апельсиновой цедры
- 10 г болгарского перца
- 20 г помидоров черри
- 5 г репчатого лука
- 5 г моркови
- 20 мл белого сухого вина
- 2 щепотки шафрана

- 25 г лимона
- щепотка карри
- 45 г мидий в панцире
- 30 г тигровых креветок
- 1 ст.л. оливкового масла

1 Нарезаем морского окуня и лосося средними кубиками и обжариваем. Добавляем нарезанные соломкой: лук, морковь, болгарский перец, стебли сельдерея,

апельсиновую цедру и прожариваем.

2 Заливаем рыбным бульоном, добавляем тигровые креветки, мидии в панцире, белое вино и варим до готовности.

3 Заправляем карри, шафраном, перцем. Подаем с помидорами и долькой апельсина.



Когда-то такой суп варили бедные рыбаки из всего, что к вечеру оставалось от улова нераспроданным. Теперь же это – классический французский густой суп, который готовят по особым случаям.

Рулеты с яйцом по-мексикански

На 1 порцию:

- 2 яйца
- 1 ст. л. воды
- по 1/4 ч.л. молотой сладкой паприки, чесночной соли, тмина
- 3 ст.л. масла
- 1 тоноко нарезанный болгарский перец
- 2 стебля зеленого лука
- 2 тортильи или армянского лаваша

- 2 ст.л. сметаны
- 30 г сыра чеддер, нарезанного кубиками
- 1 небольшой помидор, нарезанный кубиками
- перец чили по вкусу

1 Взбейте яйца с водой, солью, сладким и острым перцем. Отставьте в сторону.

2 В сковороде на масле протушите 3 минуты болгарский перец. Добавьте

лук и тушите еще 2 минуты. Отставьте в сторону.

3 Приготовьте из яичной смеси омлет. Готовый омлет переложите на теплую тарелку и нарежьте полосками по 1 см.

4 На каждую тортилью выложите омлет, перец и лук. Сверху смажьте сметаной, положите кусочки сыра и помидора. Заверните края тортильи и сразу подавайте.

15
минут

586
ккал

1
порция

Вкусное, сытное и быстрое блюдо отлично подойдет для завтрака. К тому же оно такое яркое и красивое, что зарядит вас оптимизмом на весь день.