

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

кушать

подано!

№7(14)
2007

ISSN 1819-8910



07>

4 821819 891063

Жаркое Время закусок

- * паста народов мира
- * мексиканская кухня
- * фруктовые торты
- * меню для здоровья
- * мясные салаты

Выбирайте украинское меню: холодная окрошка, сытная мясная солянка или легкий суп с фрикадельками. В этом номере вы найдете рецепты шести самых разных супов — от экзотических до традиционных.

60
РЕЦЕПТОВ

+ 1 РЕСТОРАН

украинских
4 супа

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС ЖУРНАЛА 95474

кушать подано!

№7(14) '2007



56



44



32



64



8



13

ШЕФ-РЕДАКТОР
Светлана Островская

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Сергей Яковенко

АРТ-ДИРЕКТОР
Вячеслав Марченко
ДИЗАЙНЕРЫ
Наталья Недзведская, Михаил Килеса

РЕДАКТОР
Светлана Гончаренко
ЛИТЕРАТУРНЫЙ РЕДАКТОР
Ирина Журина

ФОТОГРАФ Владимир Хомяков

КОНТРОЛЬНЫЕ РЕДАКТОРЫ
Ольга Волинчик, Дарья Федотова

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ Татьяна Кожанова,
Виктория Адонина, Оксана Корж,
Наталья Фоменко
ОТДЕЛ РЕАЛИЗАЦИИ
Мария Котовская, Марина Ченская

Журнал «Кушать подано!», №7 (14) 2007
Свидетельство о регистрации КВ №11145-25Р
от 10.04.2006 г.
Подписной индекс 95474
Выходит 12 раз в год. Издаётся с апреля 2006 г.
Учредитель и издатель — ООО «Блиц-Пресс»
Директор — Николай Москаленко

- 4 Новости
- 6 За покупками
Майонез
- 8 Первые блюда
Супы по-украински
- 13 Сладости
Обаяние фруктов
- 18 Быстрые завтраки
Элегантные... бутерброды
- 22 Национальная кухня
С миру по пасте...
- 26 Готовим в июле
Мексиканские страсти
- 32 Сытный обед
От супа до закуски
- 37 Старинные украинские рецепты
Варим, жарим, выпекаем...
- 41 Мастер-класс
С яблочной начинкой
- 44 Праздничная кухня
Мясо и компания
- 48 Приготовьте в уикенд
Сытные закуски
- 56 Wellness-меню
Идеи для хорошего самочувствия
- 60 Напитки
Сладость с горчинкой
- 63 Аксессуары
Для овощей и фруктов
- 64 Техника
Витаминизация
- 65 Посуда
Волшебный набор
- 66 Сервировка
У-Дачный прием

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 — 
Киев, ул. Бориспольская, 15; тел. 425-1254
Цена свободная. Тираж 45 000 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 телефону: (044) 501-4860, 501-4861
© «Блиц-Пресс», 2007 г.
Все права защищены.

international media
издательские дома

Первые блюда

Юшка грибная

На 1 порцию:

- 1 бульонный кубик
- 50 г очищенного картофеля
- 20 г моркови
- 20 г лука
- 10 г растительного масла
- 50 г белых грибов
- 30 г готовых галушек
- 1/2 пучка мелкорубленого укропа
- 1 буханка хлеба
- 1 яичный белок
- соль, перец по вкусу

1 Грибы нарежьте кубиками, обжарьте на растительном масле. Выложите.

2 Картофель, морковь, лук нарежьте кубиками. Обжарьте на растительном масле до золотистой корочки.

3 В кипящую воду выложите овощи и грибы. Готовьте на маленьком огне 15 минут. Добавьте

бульонный кубик, посолите, поперчите.

4 В хлебе удалите мякоть. Высушите хлеб в духовке и смажьте взбитым яичным белком его внутреннюю поверхность. Подсушите смазанный хлеб, чтобы белок свернулся и образовал плотную пленку.

5 В хлеб выложите отваренные галушки, добавьте юшку и посыпьте укропом. Подавайте сразу.

30
минут

190
ккал

1
порция

Эффектней всего подавать грибную юшку в буханке в форме гриба. Главный секрет подачи: хлеб должен быть достаточно сухим. Лучше всего его просушить в печи или оставить на несколько дней, чтобы он зачерствел.

Первые блюда

Куриный бульон с фрикадельками

На 2 порции:

- 400 г куриного бульона
- 100 г тонкой лапши
- 150 г куриного филе
- 100 г мелко нарезанного репчатого лука
- 1 яйцо
- 100 г тертой моркови
- 1/2 пучка мелкорубленого укропа
- 1/2 пучка мелкорубленого зеленого лука

20
минут

150
ккал

2
порции

- 2 ст.л. растительного масла
- соль, перец по вкусу

1 Отварите лапшу до полуготовности.

2 Пропустите филе и 30 г лука через мясорубку. Добавьте яйцо, посолите, поперчите. Перемешайте. Сформируйте фрикадельки.

3 В кипящий бульон выложите фрикадельки.

Посолите, поперчите. Готовьте на маленьком огне 15 минут.

4 Обжарьте на растительном масле оставшийся репчатый лук до золотистой корочки, добавьте морковь. Готовьте 5 минут. Выложите смесь в бульон.

5 За 5 минут до готовности выложите в суп лапшу. Перед подачей на стол посыпьте суп укропом и зеленым луком.

Вместо лапши для этого бульона можно использовать рис. К супу отлично подойдут тосты из черного хлеба.



20
минут

210
ккал

4
порции

По одной из версий, название этой пасты пришло из Неаполя и обозначает горячее блюдо, приготовленное женщиной для любовной прелюдии.

Пряная паста путанеска по-итальянски

На 4 порции:

- 250 г пасты тальятелле
- 4 ст.л. оливкового масла
- 100 г анчоусов
- 1 луковица
- 5 измельченных зубков чеснока
- 100 г оливок без косточек
- 2 ст.л. каперсов
- 400 г помидоров
- 50 г тертого сыра пармезан
- соль, красный, черный перец по вкусу

1 Дляпряного соуса: нарежьте лук мелкими кубиками, оливки – на половинки, помидоры – крупными кубиками. Обжарьте на оливковом масле анчоусы, лук, чеснок, пока лук не станет мягким. Добавьте красный перец, оливки и каперсы, перемешайте, готовьте 1 минуту. Добавьте помидоры и доведите смесь до кипения. Уменьшите огонь и готовьте 5 минут.

2 Отварите пасту в соответствии

с рекомендациями на упаковке. Слейте воду, полейте пасту оливковым маслом.

3 Добавьте пасту к соусу, перемешайте. Посолите, поперчите. Посыпьте сверху сыром пармезан.