

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

КУШАТЬ ПОДАНО!

www.appetite.org.ua

№11(49)
2010

ISSN 1819-8910



1 1>

4 821819 891063

Позитив и кулинария

- грибные супы
- рыбные канапе
- мясные пироги
- яблочные десерты
- овощные коктейли

Эту сырную закуску можно смело назвать «хамелеоном». На первый взгляд, она предназначена для детей – веселая и яркая. Но после прочтения ингредиентов вы поймете: от сырных тычков даже в большом восторге будут представители сильной половины! Мужская компания обязательно оценит ваш креативный подход (рецепт на стр. 31).

55
рецептов

ОРАНЖЕВОЕ
настроение

кушать подано!

№11 (49) '2010



- 4 **Новости**
- 6 **За покупками**
Хрустящие огурчики
- 8 **Первые блюда**
Грибы на первое
- 12 **Готовим в ноябре**
Рыбная закуска
- 16 **Домашняя кухня**
Сворачиваемся!
- 18 **Продукт месяца**
Капуста налегке
- 22 **Гурман-клуб**
Необычное лакомство
- 24 **Закуски**
Любителям рыбки
- 28 **Сытный обед**
Картофельное соло
- 31 **Рецепт с обложки**
Закуска «Сырные тыквочки»
- 32 **Национальная кухня**
В греческом зале
- 37 **Мастер-класс**
Итальянская выдумка
- 40 **Мясное изобилие**
И сытно, и вкусно
- 44 **Десерты**
На вес золота
- 48 **Соусы**
Создатель вкуса
- 50 **Напитки**
С бодрым утром!
- 54 **Искусство карвинга**
Тыквенная ваза
- 56 **Специи**
Цвет муската
- 60 **Аксессуары**
Блюдо общения
- 62 **Техника**
Утро... Кофе!
- 64 **Сервировка**
Яркий и национальный
- 66 **Кулинарные хитрости**
3 способа проверить свежесть рыбы

www.appetite.org.ua

ШЕФ-РЕДАКТОР
Светлана Островская

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Татьяна Волховская
kp@media.ua

АРТ-ДИРЕКТОР
Вячеслав Марченко

ДИЗАЙНЕРЫ
Марина Рец, Тарас Темченко

КОНТРОЛЬНЫЕ РЕДАКТОРЫ
Елена Агаркова,
Валентина Лихтина

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ
Татьяна Кожанова

МЕНЕДЖЕР ПО РЕКЛАМЕ
Татьяна Бондаренко

ОТДЕЛ РЕАЛИЗАЦИИ
Мария Котовская, Ольга Петрусь

Журнал «Кушать подано!», №11 (49) 2010
Свидетельство о регистрации
КВ №13373-2257ПР от 06.11.2007 г.
Подписной индекс 95474
Выходит 10 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 «Арт Студия Друку»
Киев, ул. Бориспольская, 15
Цена свободная. Тираж 55 000 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,
http://www.appetite.org.ua

По вопросам размещения рекламы обращайтесь, пожалуйста,
по телефонам: (044) 501-4860, 501-4861
© «Блиц-Пресс», 2010 г.
Все права защищены.

iMedia
ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

Крем-суп из белых грибов

На 6 порций:

- 500 г белых грибов
- 3 моркови
- 2 репчатые луковицы
- 2 картофелины
- 3 ст.л. оливкового масла
- 50 мл молока
- 300 г сливок (22% жирности)
- 3 веточки петрушки
- соль, белый перец по вкусу

1 Грибы очистите и промойте. 2–3 гриба оставьте для украшения, остальные нарежьте ломтиками. Картофель, морковь и лук очистите. Морковь и лук нарежьте и обжарьте на растительном масле в разогретой сковороде.

2 Затем добавьте грибы и жарьте в течение 20 минут на небольшом огне, до испарения жидкости.

3 Картофель отварите в воде с добавлением молока и соли. Слейте воду и сделайте пюре. Грибы, оставленные для украшения, тонко нарежьте на пластины и обжарьте, слегка присолив, на сильном огне.

4 В блендере измельчите остывшие грибы. Соедините картофельное пюре, грибное пюре и сливки. Размешайте до однородного состояния, поставьте на маленький огонь и подогрейте.

Готовый суп разлейте по тарелкам, украсьте пластинками жареных грибов, зеленью и оливковым маслом.

45
минут

280
ккал

6
порций

Рыбная закуска

В мире очень мало продуктов, богатых незаменимыми аминокислотами и омега-3 жирными кислотами. К таким исключительным продуктам относятся рыба, в том числе консервированная. Предлагаем несколько вариантов несложных салатов с рыбными консервами – быстро, вкусно и полезно!

Готовьте салат только с остывшим рисом.

Рисовый салат с сардиной и овощами

На 4 порции:

- 200 г риса
- пучок зеленого лука
- 3 веточки петрушки
- 1 большой огурец
- банка консервированных сардин в масле
- 1/2 стакана консервированной кукурузы
- 1/2 стакана консервированного зеленого горошка
- 4–6 помидоров черри
- соль по вкусу

1 Рис отварите до готовности и в самом конце варки положите немного соли. Остудите.

2 Зеленый лук и несколько веточек петрушки хорошо промойте и мелко нарежьте. Огурец очистите от кожуры и нарежьте брусочками. Консервированную сардину в масле разделите вилкой на кусочки, смешайте с готовым рисом. К смеси добавьте лук и петрушку, нарезанный огурец, консервированную кукурузу и зеленый горошек. Аккуратно все перемешайте.

3 Украсьте блюдо разрезанными на 4 части помидорами черри и подавайте.

30 минут 167 ккал 4 порции

Бутерброды с лососем и черной икрой

На 4 порции:

- 4 ломтика черного хлеба
- 60 г сливочного сыра
- 1/3 пучка зеленого лука
- 4 ломтика соленого лосося
- 1–2 сваренных вкрутую яйца
- 4 ч.л. черной икры
- укроп для украшения

1 Ломтики черного хлеба смажьте сливочным сыром.

2 Посыпьте сверху зеленым луком, нарезанным на кусочки длиной 1,5–2 см.

3 Сверху положите кусочек лосося.

4 Яйца разрежьте на кусочки вдоль. Положите на рыбу.

5 Сверху выложите икру. Украсьте бутерброды веточкой укропа.

15
минут

192
ккал

4
порции

Зелень и лосось представляют собой прекрасное вкусовое сочетание. А если добавить еще и черную икру, получится поистине королевская закуска.