

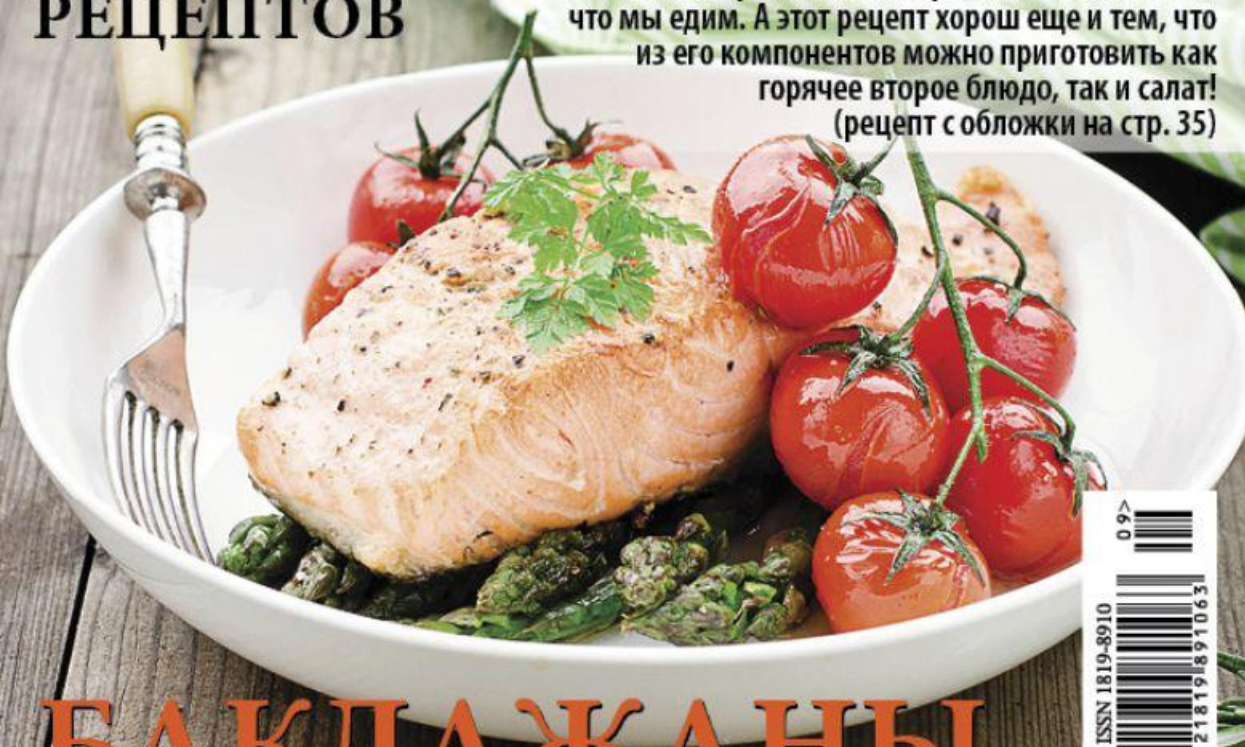
КУШАТЬ ПОДАНО!

№9 (77)
'2013

68
РЕЦЕПТОВ

Лосось со спаржей и помидорами

Хорошее домашнее блюдо должно быть простым, чтобы хозяйка не утомилась, а все составляющие могли раскрыть свои вкусовые качества. И конечно, красивым и здоровым – ведь мы то, что мы едим. А этот рецепт хорош еще и тем, что из его компонентов можно приготовить как горячее второе блюдо, так и салат! (рецепт с обложки на стр. 35)



БАКЛАЖАНЫ

Итальянская кухня • Вареники • Грибные супы • Тирамису
Десерты со сливой • Сулугуни в лаваше • Моченый арбуз



кушать подано!

№9 (77) '2013

4 Новости

10 Супы с грибами

Из леса – в тарелку!

16 Салаты

Совершенно новые вкусы!

22 Продукт месяца

Баклажаны

30 Вторые блюда

Мясо и рыба с овощами

36 Закуски

Есть чем удивить гостей

40 Вареники

Из духовки и на пару

46 Десерты со сливой

Фиолетовые фантазии

52 Напитки

Освежаемся!

52 Подписка

И подарки!

55 Кулинарная библиотека

Итальянская кухня

61 Рецепт холодца

Сулугуни в лаваше

62 Славянские рецепты

Моченый арбуз

64 Wellness-меню

Просто и полезно

66 Своими руками

Тирамису



10



16



22



40



46

www.appetite.org.ua

ШЕФ-РЕДАКТОР

Светлана Островская

РЕДАКТОР

Марина Блюс
kp@imedia.ua

АРТ-ДИРЕКТОР

Александр Касимов

ДИЗАЙНЕР

Марина Рец

КОНТРОЛЬНЫЙ РЕДАКТОР

Валентина Лихтина

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ

Татьяна Кожанова

ОТДЕЛ РЕАЛИЗАЦИИ

Мария Котовская

Журнал «Кушать подано!», №9 (77) '2013

Свидетельство о регистрации
КВ №13373-2257ПР от 06.11.2007 г.

Подписной индекс в Украине – 95474, в России – 22128
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.

Цветопечать и печать – Типография «Олби-Принт»

Киев, ул. Василенко, 1; тел. (044) 456 19 82

Цена свободная. Тираж 96 000 экз.

Адрес редакции и издателя:

02140, Киев, ул. Мишуги, 3в, оф. 19

Телефон редакции: (044) 501-48-60, факс: (044) 501-48-63

E-mail: office@imedia.ua,

<http://www.appetite.org.ua>

По вопросам размещения рекламы обращайтесь, пожалуйста,

по телефонам: (044) 501-48-60

© «Блиц-Пресс», 2013 г.

Все права защищены.

iMedia
ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ



Белые и польские грибы, сыроежки, маслята, подосиновики, вешенки, лисички варят до 30 минут. А вот опята и подберезовики будут готовы через час.

Грибной суп с морковью

Если вы готовите суп с шампиньонами, достаточно проварить их пять минут. С остальными грибами немного сложнее.

60 минут
107 ккал
6 порций

На 6 порций:

- 3 л воды
- 500 г свежих грибов
- 300 г моркови
- 150 г репчатого лука
- 2–3 лавровых листа
- петрушка
- соль, перец по вкусу

1 Грибы помойте, очистите и нарежьте пластинками. В кастрюле вскипятите воду, бросьте в нее грибы, посолите, поперчите и варите 20–30 минут.

2 Лук мелко порубите и добавьте к грибам. Морковь нарежьте

крупными полукольцами и тоже отправьте в кастрюлю. Варите суп до готовности моркови.

3 В конце приготовления добавьте лавровый лист. При необходимости посолите и поперчите. Выключите огонь, через 15 минут удалите лавровый лист. Подавайте суп в порционных тарелках, украсив рубленой петрушкой.



Если вы берете сушеные грибы, перед приготовлением замочите их на несколько часов в холодной воде, а затем отварите, пока не осядут на дно.

25
минут

365
ккал

4
порции

Грибной суп с тостами

Если сию минуту у вас под рукой нет белых грибов, смело берите шампиньоны и готовьте это блюдо из них.

На 4 порции:

- 200 мл молока
- 2 репчатые луковицы
- 2 ст.л. растительного масла
- 500 г свежих белых грибов
- 30 г муки
- 375 мл овощного бульона
- зелень тимьяна и петрушки
- сухарики из белого хлеба
- соль, перец по вкусу

1 Лук и грибы очистите, мелко нарежьте. Разогрейте в кастрюле растительное масло и обжарьте в нем лук 2 минуты. Добавьте грибы.

2 Помешивая, готовьте все 5–7 минут. Половину грибов выньте и отложите. Оставшиеся грибы с луком посыпьте мукой и готовьте еще

1 минуту. Влейте к ним молоко и овощной бульон.

3 Помешивая, доведите до кипения на слабом огне и дайте чуть остыть. Измельчите суп блендером, приправьте солью и перцем.

4 Разлейте суп по тарелкам, добавьте в каждую отложенные грибы. Украсьте тимьяном, петрушкой и сухариками. Подавайте к столу.

Баклажаны с орехами

Эта остренькая закуска хороша холодным осенним вечером: согреет мгновенно!

На 2 порции:

- 1 баклажан
- 5 помидоров черри
- 1/3 стакана вяленых помидоров
- 2 горсти рукколы
- 2/3 стакана кедровых орехов
- половина перца халапеньо
- сушеные орегано и розмарин
- свежие листья базилика
- оливковое масло
- соль по вкусу

1 Баклажан помойте, очистите от плодоножки и нарежьте тонкими колечками. Посолите и дайте постоять 15 минут. Промойте, чтобы убрать горечь. Разогрейте духовку до 190°С.

2 Поместите баклажан на противень, смазанный оливковым маслом. Посолите, посыпьте сушеными орегано и розмарином. Запекайте 20 минут, время от времени переворачивая.

3 Помидоры нарежьте мелкими кубиками и поместите в кастрюлю с листьями базилика, вялеными помидорами, мелко нарезанным перцем халапеньо,

оливковым маслом и солью. Разогрейте кастрюлю на медленном огне и томите все около 10–15 минут. За 5 минут до готовности добавьте кедровые орешки.

4 Смешайте баклажаны с соусом. Разложите их по порционным тарелкам, добавьте рукколу и подавайте к столу.

30
минут

248
ккал

2
порции

Чеснок – лучший друг баклажана: он делает вкус ягоды ярким. Но не менее прекрасно баклажаны сочетаются с кинзой и грецкими орехами.

