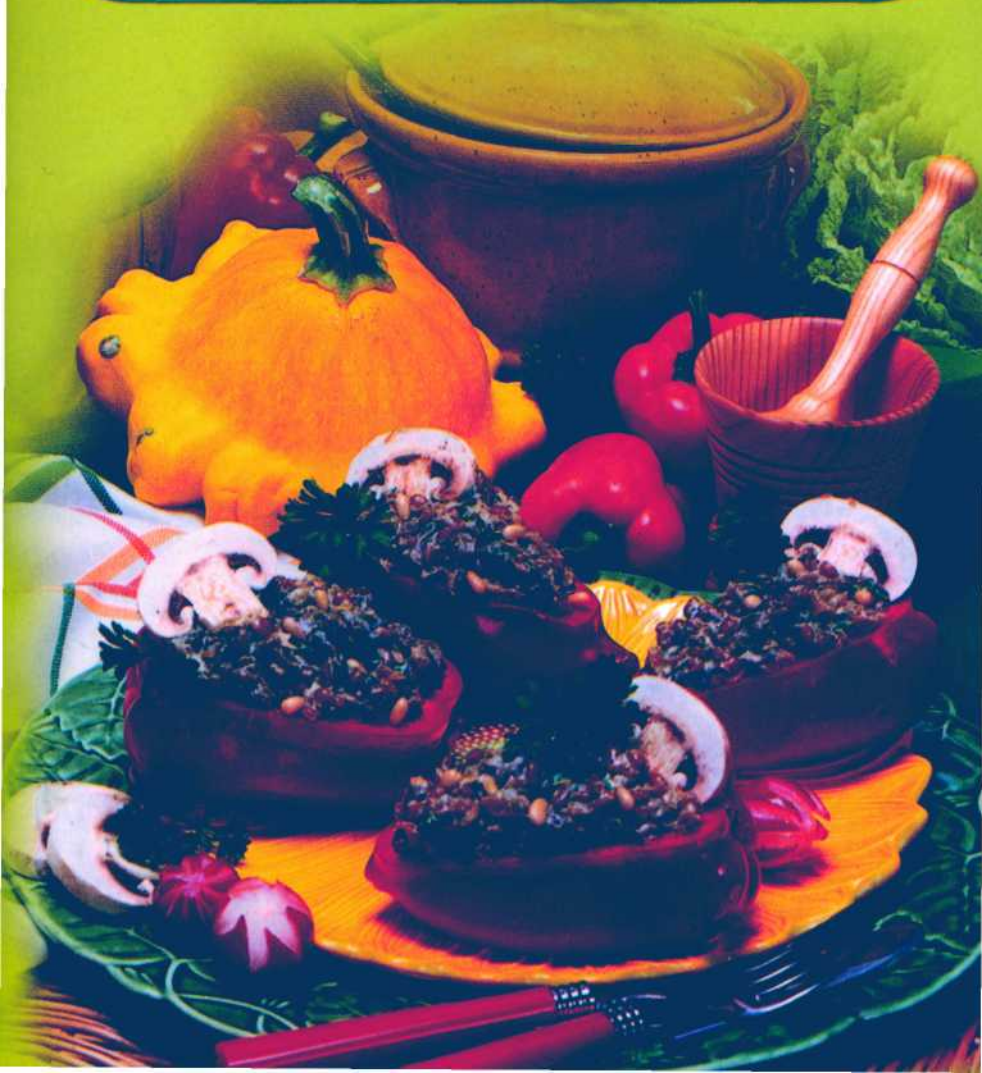




Фаршированные БЛЮДА





Фаршированные блюда

Содержание



4. Сладкий перец, фаршированный рисом и овощами
5. Корзиночки из помидоров
6. Перец, фаршированный яйцами
7. Помидоры, фаршированные грибами
8. Помидоры, фаршированные сыром
9. Помидоры по-домашнему
10. Омлет, фаршированный печенью
11. Помидоры, фаршированные яйцами и луком
12. Печень, фаршированная салом
13. Луковицы, фаршированные сельдью
14. Фаршированный картофель
15. Яйца, фаршированные ветчиной
16. Печень, шпикованная морковью, чесноком и макаронами
17. Грибы, фаршированные сыром и орехами
18. Перец фаршированный, тушеный
19. Перец, фаршированный рисом и грибами
20. Фаршированная стерлядь
21. Фаршированные кальмары
22. Кабачки, фаршированные мясом и рисом
23. Баклажаны, фаршированные овощами
24. Гусь, фаршированный гречневой кашей
25. Свинина, фаршированная сыром
26. Форель, фаршированная черносливом и эстрагоном
27. Судак, фаршированный картофелем, чесноком и укропом
28. Утиная грудка, фаршированная яблоками
29. Фаршированное филе индейки
30. Фаршированные караси
31. Печеные яблоки, фаршированные лесными ягодами



СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ И ОВОЩАМИ

- 1 луковица
- 1 сладкий перец
- 80 г консервированной кукурузы
- 3 дольки огурца
- 80 г отварного риса
- 3 ст. л. майонеза
- соль
- перец черный молотый
- зелень

Лук очистить и нарезать мелкими кубиками. Перец разрезать пополам, и одну из половинок нарезать полосками.

Огурец нарезать кусочками и выложить в миску с измельченным перцем, перемешать и добавить консервированную кукурузу.

В подготовленную овощную смесь положить нарубленный лук и отварной рис. Все тщательно перемешать, добавить специи и заправить майонезом.

Выложить фарш во вторую половинку болгарского перца и украсить зеленью.



В болгарском перце
содержатся кальций, магний,
фосфор, железо, алюминий,
а также витамины В₁, В₂, С,
РР и др.





20 мин

КОРЗИНОЧКИ ИЗ ПОМИДОРОВ

- 5—6 помидоров
- 1—2 яйца
- 1 банка консервированного мяса крыля
- 1 ст. ложка нарезанной зелени
- 100 г сливочного масла
- 1 ст. ложка майонеза
- 1 стакан измельченного лука
- соль

У помидоров срезать верхушку, удалить мякоть и внутри посыпать солью. Вареные яйца мелко порубить, соединить с мясом крыля,



Эту закуску можно приготовить заранее и хранить в холоде в закрытой посуде.

нашинкованным зеленым луком, заправить майонезом и перемешать. Подготовленные помидоры заполнить фаршем, выложить на блюдо. Сверху корзиночки украсить кремом из взбитого масла с рубленой зеленью.



ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ЯЙЦАМИ

- 4 сладких болгарских перца
- 4 яйца
- 2 репчатые луковицы
- 1/2 стакана майонеза
- по 4 ч. ложки уксуса и горчицы
- 1 помидор или огурец
- соль по вкусу
- зелень петрушки

С сырых стручков перца срезать крышечку, вычистить изнутри, наполнить начинкой. Начинку приготовить из сваренных вкрутую яиц, мелко нарубленных и смешанных с мелко нарезанным

луком, солью, уксусом, горчицей и майонезом. Прежде чем закрыть стручок крышечкой, украсить его кружочком помидора или ломтиком огурца, зеленью петрушки. Майонез подать отдельно.



В некоторых сортах перца количество витамина С в 3–4 раза больше, чем в лимонах.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ

- 8 красных помидоров
- 150 г майонеза
- 100 г грибов (свежих, соленых, маринованных)
- 50–60 г ветчины
- 30 г лука репчатого
- черный молотый перец
- соль
- зелень петрушки



Грибы содержат большое количество протеина, поэтому могут служить заменой мясных продуктов.

Подобрать твердые красные помидоры. Отрезать со стороны плодоножки «крышечки», вынуть ложечкой мякоть.

К майонезу добавить мелко нарезанные сваренные грибы,

ветчину, лук, перец, петрушку, посолить. Смесью наполнить «чашечки» помидоров, сверху полить майонезом.



- 800 г помидоров
- 50 г сливочного масла
- 120 г сыра
- 60 г сметаны
- 30 г лимонного сока
- соль
- перец
- 10 г зелени укропа и петрушки

У помидоров срезать верхушку и осторожно вынуть мякоть. Плоды

слегка посолить и перевернуть, чтобы вытек сок.

Массу взбить.

Наполнить фаршем помидоры, каждый накрыть срезанной верхушкой, украсить веточками петрушки и укропа.

Фарш: в растертое масло добавить тертый сыр, сметану, лимонный сок и перец.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ



Сыр следует хранить отдельно от других продуктов, в герметичной упаковке.



ПОМИДОРЫ ПО-ДОМАШНЕМУ



Свежие помидоры
следует резать острым
ножом — меньше
вытекает сока.

30 мин



- 8 помидоров
- 2 луковицы
- 200 г свежих грибов
- 4 ст. ложки молотых сухарей
- 4 ст. ложки растительного масла
- 4 дольки чеснока
- молотый черный перец
- соль по вкусу
- зелень петрушки

У помидоров срезать верхушку и выбрать сердцевину. Поджарить мелко нарезанный репчатый лук и, когда он зарумянится, добавить

в сковороду измельченные грибы, мякоть помидоров, поперчить, посолить и тушить до готовности грибов. Перед окончанием тушения смесь приправить растертым с солью чесноком. Подготовленные помидоры заполнить фаршем, прикрыть срезанными верхушками и уложить на смазанный маслом противень. Сверху сбрызнуть помидоры растительным маслом, обсыпать молотыми сухарями. Готовые помидоры украсить зеленью петрушки.

Омлет, фаршированный печенью

Для омлетной смеси:

- 3 яйца
- 50 мл молока или воды
- 10 г маргарина
- 5 г сливочного масла
- соль по вкусу

Для фарша:

- 50 г сырой или 40 г готовой печени
- 5 г маргарина
- 30 г муки
- 30 г сметаны
- соль по вкусу

Приготовить омлет и фаршировать его печенью.



Чтобы омлет
был более густой, необходимо
добавить муку.

Фарш: подготовленную печень
нарезать ломтиками, обжарить с
маргарином, добавить сметану и
муку, перемешать, посолить и варить
1—2 минуты.





30 мин

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦАМИ И ЛУКОМ

- 2 помидора
- 2 вареных яйца
- зелень лука
- 50 г майонеза
- перец черный молотый
- соль
- зелень

С двух сторон каждого помидора аккуратно сделать надрезы таким образом, чтобы осталась дужка, как у лукошка.

Сваренные вкрутую яйца мелко нарезать и смешать с измельченным луком. Подготовленную смесь посолить, добавить перец и заправить

майонезом. Из помидоров извлечь мякоть. Помидоры заполнить подготовленным фаршем. При подаче к столу украсить блюдо листьями салата и веточками петрушки.



Чтобы аккуратно удалить сердцевину у помидоров, рекомендуется использовать только острые ножи с тонким лезвием.



ПЕЧЕНЬ, ФАРШИРОВАННАЯ САЛОМ

- 250 г телячьей печени
- 1 луковица
- 50 г копченого сала
- 1 яйцо
- 10 ст. ложек сметаны
- 2 ст. ложки растительного масла
- 1 ст. ложка панировочных сухарей
- перец черный молотый
- соль
- зелень петрушки
- листья салата для украшения

Копченое сало нарезать мелкими кубиками.

Зелень петрушки нашинковать.

Очищенный лук измельчить, выложить в сковороду вместе с копченым салом и петрушкой, посыпать панировочными сухарями, перемешать, добавить растительное масло и жарить 3 мин. Затем



Чтобы печень во время жаренья не теряла сочности, ее рекомендуется запанировать в молотых сухарях.

добавить сметану и взбитое яйцо, перемешать и тушить 3 минуты. Печень очистить от пленок, сделать глубокий продольный надрез и положить внутрь начинку. Подготовленную печень посыпать перцем, солью и обжаривать. Дать печени отстояться, нарезать порционными кусочками, выложить на блюдо и украсить листьями салата и веточками петрушки.

ЛУКОВИЦЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЕЛЬДЬЮ

- 2 соленые сельди
- 4 крупные белые луковицы
- 2 небольшие красные луковицы
- 3 болгарских перца красного, желтого и зеленого цветов
- 100 г сметаны
- 50 г сливочного масла
- молотая паприка
- зелень укропа и петрушки



Лук, запеченный в микроволновой печи, сохраняет все полезные свойства и становится менее горьким.

Белые луковицы очистить, срезать верхушки и вынуть сердцевину, оставив в качестве стенок не больше двух слоев. Луковую сердцевину измельчить. Болгарские перцы нарезать кубиками. Лук нарезать тонкими полукольцами. Луковые чашечки запекать со сливочным маслом в микроволновой печи 15 минут. Зелень петрушки и укропа

нашинковать. Филе сельди нарезать мелкими кусочками. Соединить все подготовленные ингредиенты, заправить паприкой и сметаной, перемешать. Полученной массой нафаршировать луковые чашечки. Подавать закуску с запеченным картофелем.



ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЬ

- 6 средних клубней картофеля
- 150 г говяжьего фарша
- 1 луковица
- 50 г сыра
- 2 ст. ложки майонеза
- 1 ст. ложка растительного масла
- перец молотый черный
- соль
- зелень петрушки для украшения

Сыр натереть на мелкой терке. С подготовленных клубней срезать донышки и верхушки, вынуть сердцевину так, чтобы получились «бочонки». Донышки и вынутую картофельную сердцевину мелко нарубить.

Лук мелко нарезать, положить в фарш, добавить тертый сыр, рубленый картофель, посолить и поперчить.



Это блюдо
прекрасно сочетается
с любым соусом — майонезом,
кетчупом или специально
приготовленным грибным.

Тщательно вымесить фарш до получения однородной массы. Керамическую форму для запекания смазать растительным маслом. Приготовленной смесью нафаршировать картофельные «бочонки», накрыть их «крышечками», смазать майонезом, выложить в форму и запекать в течение 10—11 минут. Дать блюду отстояться около 5 мин, украсить веточками петрушки.





30 мин

ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ВЕТЧИНОЙ

- 4 вареных яйца
- 50 г ветчины
- 50 г сыра
- 50 г белого хлеба
- 1 ст. ложка майонеза
- перец черный молотый
- соль
- зелень укропа и петрушки
для украшения

Сыр натереть на мелкой терке.

Яйца разрезать каждое вдоль на 2 половинки и отделить желтки от белков.

Ветчину нарубить. Отделить хлебный мякиш от корки и мелко раскрошить.

Яичные желтки растереть, смешать с половиной тертого сыра. Добавить к желткам с сыром ветчину, хлеб,



Чтобы яйца отварить в микроволновой печи, их нужно предварительно осторожно проколоть игой с двух концов.

майонез, соль, перец и тщательно вымесить. Подготовленной массой наполнить половинки яиц, посыпать оставшимся тертым сыром, запекать в течение 2 минут.

Готовые яйца украсить зеленью и воткнуть в каждое декоративную шпажку.



ПЕЧЕНЬ, ШПИГОВАННАЯ МОРКОВЬЮ, ЧЕСНОКОМ И МАКАРОНАМИ

- 1 морковь
- 2 дольки чеснока
- 50 г макарон
- 200 г печени
- зелень петрушки и лука
- 3 ст. ложки растительного масла
- соль
- перец черный молотый

Дольки чеснока нарезать тонкими ломтиками.

Морковь очистить и нарезать длинными тонкими брусочками. Макароны отварить в подсоленной воде. Ножом в куске сырой печени сделать отверстия и поместить туда

кусочки моркови, чеснока и отдельные трубочки макарон. Печень посолить, поперчить и жарить до готовности. Перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью петрушки и лука.



Очищать овощи рекомендуется незадолго до приготовления блюда, так как, заранее очищенные, они теряют аромат и увядают.

ГРИБЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ И ОРЕХАМИ

- 250 г шампиньонов
- 100 г очищенных орехов
- 3 ст. ложки тертого сыра
- 650 г панировочных сухарей
- 2 ст. ложки сливочного масла
- соль



Для этого блюда
следует выбирать крупные
грибы.

Грибы почистить, промыть и отделить ножки от шляпок. Ножки мелко нарезать, поместить в посуду и прогревать до тех пор, пока они не станут мягкими. Затем смешать их с тертым сыром, измельченными орехами, 2/3 измельченных сухарей и все посолить. Этой смесью

наполнить шляпки грибов, посыпать оставшимися сухарями, орехами и сыром. Шляпки выложить на смазанное маслом огнеупорное блюдо и запекать в течение 10–15 минут.



30 мин

ПЕРЕЦ ФАРШИРОВАННЫЙ, ТУШЕННЫЙ



Молотый перец
нужно добавлять незадолго
до окончания жарки, так как
при длительной обработке
перец горчит.

- 3–4 стручка перца
- 3–4 ст. ложки томата-пасты
- 1/2 стакана сметаны
- зелень петрушки или укропа
- 1 ст. ложка муки
- 2 ст. ложки масла

Для начинки:

- 200 г мясного фарша
- 1/2 стакана отваренного риса
- 2 луковицы
- соль
- черный молотый перец

Перец разрезать пополам вдоль, удалить сердцевину, уложить в смазанную жиром форму и каждую половинку заполнить начинкой. Заполненные начинкой половинки перца залить смесью из муки,

сметаны и томата-пасты, сверху положить кусочек масла. Противень с перцем поместить в хорошо разогретую духовку. При подаче сверху посыпать зеленью.

Начинка: отварной рис смешать с фаршем, мелко нарезанным луком, солью, перцем.





30 мин

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ И ГРИБАМИ

- 1 кг сладкого стручкового перца
- 200 г риса
- 500 мл воды
- 200 г свежих грибов
- 100 г репчатого лука
- 120 мл растительного масла
- 250 г помидоров
- черный молотый перец
- соль

Лук, часть помидоров, грибы мелко нарезать. Добавить промытый рис. Смесь пожарить в растительном масле несколько минут, посолить, поперчить, добавить 300 мл горячей воды и варить до полуготовности



Душистый перец лучше всего хранить в герметичной упаковке.

риса. Плоды перца промыть, срезать плодоножку, удалить семена. Наполнить смесью подготовленные стручки перца, уложить в кастрюлю, добавить натертые помидоры, масло, 200 мл горячей воды. Тушить на слабом огне.

- 1 стерлядь (0,8–1 кг)
- 200 мл сливок
- 2 клубня картофеля
- 1 пучок зелени укропа
- 1 лимон
- соль
- смесь приправ для рыбы

Стерлядь очистить, выпотрошить, вымыть.

Предварительно очищенный и вымытый картофель нарезать

кубиками. Нашинковать зелень укропа. Стерлядь посолить, сбрызнуть соком лимона и нафаршировать смесью картофеля и укропа. Подготовленную рыбу выложить на разогретую сковороду брюшком вниз, залить смесью сливок со специями и запекать в духовке на среднем огне в течение 20–25 минут. К столу подавать в горячем виде, украсив веточкой укропа.



Стерлядь разваривается быстрее всех других осетровых рыб.

ФАРШИРОВАННАЯ СТЕРЛЯДЬ



ФАРШИРОВАННЫЕ КАЛЬМАРЫ



Кальмаров нужно готовить не более 3 мин. В противном случае мясо будет жестким.



40 мин

- 500 г кальмаров
- 100 г грибов
- 150 г капусты
- 50 г рыбы
- 200 г сливок
- 1 луковица
- 2 дольки чеснока
- 1 помидор
- 200 г копченого сала
- зеленый лук
- соль
- перец черный молотый

Копченое сало нарезать мелкими кубиками и обжарить на нем нашинкованную капусту, мелко

нарезанные лук, грибы, рыбу. Помидор и чеснок мелко нарезать, добавить к уже обжаренным овощам, все перемешать, ввести специи и жарить еще 5—7 минут. Кальмаров промыть, удалить внутренности, хрящ, снять пленку. Заполнить кальмаров подготовленным фаршем. Выложить моллюсков в кастрюлю, посолить, залить сливками и тушить 3—4 минуты. Перед подачей к столу блюдо посыпать рубленой зеленью лука.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И РИСОМ

- 1,5 кг кабачков
- 150 г сыра (тертого)
- соль
- молотый черный перец по вкусу
- 400 г вареной говядины или баранины
- 250 г отварного риса
- 120 г лука репчатого
- 40 г маргарина

Кабачки очистить от кожицы, разрезать поперек на куски, удалить часть мякоти с семенами и отварить в подсоленной воде до полуготовности. Подготовленные кабачки наполнить фаршем, уложить на противень, смазанный



К кабачкам
можно подать кислое
молоко.

маргарином, посыпать тертым сыром и запекать в духовке.

Фарш: вареное мясо пропустить через мясорубку, соединить с пассерованным луком, отваренным рассыпчатым рисом, добавить соль, перец и перемешать.





30 мин

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩАМИ

- 4 баклажана
- 2 луковицы
- 2 помидора
- 1,5 пучка петрушки
- 4 зеленых болгарских перца (мягких)
- 4 дольки чеснока
- 8 ст. ложек оливкового масла
- 1/4 л воды
- 0,5 ч. ложки сахара
- соль

Баклажаны промыть, срезать полоски кожицы. На одной из полос сделать глубокий длинный надрез. На 15 минут положить в холодную подсоленную воду.



В процессе тушения баклажаны нужно смазывать растопленным сливочным маслом.

Обжаривать баклажаны с 3 ст. ложками оливкового масла 5—7 минут. Лук обжарить в 2 ст. ложках оливкового масла, затем добавить кусочки помидоров, порезанную петрушку, соль, сахар и 3 ст. ложки оливкового масла, все перемешать. Наполнить надрезы на баклажанах овощной начинкой, добавить чеснок. Положить на баклажаны по 2 половинки перца. Влить 1/4 л воды. Тушить 5 минут на слабом огне.



Гусь, фаршированный ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ

- 1 тушка гуся
- 300 г гречневой крупы
- 2 крупных яблока
- 1 луковица
- 50 г растительного масла
- соль
- черный молотый перец
- листья салата для украшения



Фаршированные тушки птиц для жарки укладываются спинкой вниз. Если тушка птицы слишком жирная, то во время жарки ее нужно поливать водой.

Лук нарезать крупными кубиками, у яблок удалить сердцевину и нарезать их дольками. Обжарить лук, выложить на сковороду отваренную до полуготовности гречневую крупу, жарить 3—5 минут при непрерывном помешивании. Обработанную тушку гуся натереть солью и перцем с обеих сторон. Нафаршировать гуся гречневой

кашей, смешанной с дольками яблока, зашить и жарить в духовке не менее 1 часа на среднем огне, постоянно поливая вытапливающимся жиром. Удалить нитки из готовой тушки. Для подачи на стол гуся выложить на блюдо, выстеленное листьями салата, гарнировать дольками яблока и кашей.

СВИНИНА, ФАРШИРОВАННАЯ СЫРОМ

- 200 г филе свинины
- 4 ст. ложки тертого сыра
- 2 ст. ложки рубленой зелени укропа
- 1 долька чеснока
- по 1 ст. ложке приправы для свинины, сливочного масла и соли
- перец черный молотый

Для украшения:

- листья салата
- ломтики свежего огурца
- 1 помидор
- зеленый лук
- укроп

Сыр натереть на мелкой терке. Зелень укропа нарубить и смешать с сыром и чесноком. Ломтики свинины посолить, поперчить и выложить на блюдо. Выложить начинку на середину ломтика, сложить его пополам и плотно



Рубленое мясо нужно солить только тогда, когда оно почти готово.

прижать обе половинки друг к другу. Сверху рулетик посыпать приправой для свинины. На сковороде растопить сливочное масло и жарить свинину 15—20 мин на несильном огне. При подаче к столу на плоское блюдо выложить листья салата, на каждый из них поместить нарезанный кубиками помидор, в центр выложить обжаренную свинину и сверху украсить зеленью укропа, лука и дольками огурцов.

45 мин



ФОРЕЛЬ, ФАРШИРОВАННАЯ ЧЕРНОСЛИВОМ И ЭСТРАГОНОМ



*Аромат эстрагона,
зеленого лука придаст
фаршированной форели
неповторимый вкус.*



- 1 тушка форели
- пучок эстрагона
- пучок зеленого лука
- 1 мандарин
- 4 чернослива
- листья салата
- растительное масло
- соль
- перец черный молотый

Рыбу выпотрошить и тщательно промыть. Аккуратно сделать надрез по животу.

Зелень лука и эстрагона измельчить. Чернослив замочить в горячей воде на 2 часа, после чего обсушить и нарезать мелкими кусочками. Тушку форели нафаршировать сначала черносливом, а потом зеленью. Зашить брюшко, посолить, поперчить и жарить на масле. Готовую рыбу выложить на блюдо, выстеленное листьями салата, и украсить дольками мандарина.

- 2 клубня картофеля
- пучок зелени укропа
- 4 дольки чеснока
- 2 тушки судака
- 100 г растительного масла
- соль
- перец черный молотый
- 1 огурец для украшения

Картофель нарезать кубиками, обжарить. Чеснок и зелень укропа измельчить. В отдельной посуде смешать жареный картофель, измельченный укроп и чеснок, все посолить и поперчить.

Рыбу очистить, выпотрошить. Разрез в брюшке не следует делать слишком большим, иначе начинка может выпасть.

Приготовленной смесью набить брюшко, выложить рыбу на противень и обильно полить растительным маслом. Противень поставить в духовку и готовить при температуре 150—180 °С в течение 10—15 минут.

При подаче к столу рыбу выложить на плоское блюдо, посыпать рубленой зеленью укропа и украсить цветками из огурца.

СУДАК, ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЕМ, ЧЕСНОКОМ И УКРОПОМ



Перед жареньем рыбу нужно посолить, посыпать перцем и готовить на сковороде с раскаленным маслом.

30 мин



УТИНАЯ ГРУДКА, ФАРШИРОВАННАЯ ЯБЛОКАМИ



*Если утка старая
и ее мясо слишком жесткое,
то при фаршировании нужно
добавить измельченный
свиной шпик или немного
сливочного масла.*

- 1 тушка утки
- 1 яблоко
- 100 г брусники
- 50 г растительного масла
- 2 клубня картофеля
- 2 моркови
- перец черный молотый
- соль
- зелень укропа и петрушки для украшения

С обработанной тушки утки срезать 2 куска грудки.

Яблоко очистить от кожицы, удалить сердцевину и нарезать мелкими кубиками. Сделать в кусках грудки по два продольных надреза.

Нафаршировать один из надрезов

яблоками. Другой надрез заполнить брусникой. Сколоть мясо шпажками, натереть каждый кусок солью и перцем и жарить на растительном масле.

К столу грудки подавать, нарезав порционными кусками, вместе с гарниром из отварных моркови и картофеля с зеленью.





45 мин

ФАРШИРОВАННОЕ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ

- 300 г филе индейки
- 100 г брынзы
- 3 болгарских перца разных цветов
- 100 г консервированных маслин без косточек
- 50 г сливочного масла
- 2 ст. ложки растительного масла
- 1 яйцо
- 2 ст. ложки панировочных сухарей
- 1 ч. ложка базилика
- черный молотый перец
- соль

У болгарских перцев удалить плодоножку и сердцевину и половину красного нарезать мелкими кусочками, а все остальное — кольцами. Половину маслин измельчить.

Брынзу натереть на терке и смешать с маслинами и болгарским перцем. Сделать продольный надрез в филе и натереть его со всех сторон солью



Если филе индейки слишком жесткое, то для его фарширования нужно использовать сыр твердых сортов.

и перцем. Заполнить надрез начинкой и зашить поварской нитью. Взбить яйцо с базиликом и обмакнуть в него подготовленное мясо. Запанировать филе в сухарях, выложить в форму с разогретой смесью растительного и сливочного масел и обжарить. Готовое филе нарезать ломтиками, выложить на блюдо, гарнировать кольцами болгарского перца, маслинами и подать к столу.



ФАРШИРОВАННЫЕ КАРАСИ

- 2 карася
- 3 помидора
- 2 клубня картофеля
- 1 лимон
- 2 луковицы
- 50 г сметаны
- 3 ст. ложки растительного масла
- перец черный молотый
- соль
- зелень укропа и петрушки

Лук очистить, помидоры нарезать ломтиками.
Лук нарезать полукольцами.
Зелень нашинковать. Карасей очистить от чешуи, выпотрошить, промыть, обсушить, сбрызнуть соком половины лимона, натереть солью, перцем и нафаршировать помидорами, оставив несколько ломтиков для украшения.
Положить внутрь карасей немного зелени. Нарезанный кубиками



Если предназначенные для фарширования помидоры оказались слишком сочными, то нужно после нарезки дать им немного постоять и слить образовавшийся сок.

картофель выложить в центр формы с растительным маслом, по краям расположить карасей, посыпать луком, полить сметаной, накрыть пленкой и запекать 10 мин.
В середине приготовления картофель и рыбу аккуратно поменять местами.
Готовое блюдо украсить ломтиками лимона и помидора.

ПЕЧЕННЫЕ ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЛЕСНЫМИ ЯГОДАМИ



- 2 яблока
- 3 ст. ложки сливок
20%-ной жирности
- 3 ст. ложки черники и голубики
- 1/4 лимона
- сахар по вкусу

Для фарширования
яблок можно использовать
фруктово-ягодное варенье,
медовые, ликерные, молочные
и ореховые начинки.

У яблок срезать верхнюю часть
и удалить сердцевину и мякоть.
Из яблочного пюре удалить семечки
и смешать его со сливками и сахаром.
Выложить начинку в яблоки.
Сверху поместить лесные ягоды
и при желании все еще раз посыпать

сахаром. Фаршированные яблоки
выложить на противень и запекать
при температуре 150—180°C
в течение 15 минут.



25 мин



Ф 24 Фаршированные блюда. — М.: Эксмо, 2007. — 32 с: ил.

ISBN 978-5-699-09721-0

В наше время фаршированные овощи, рыба, птица стали особенно популярны. В книге представлены рецепты холодных и горячих фаршированных закусок, которые украсят праздничный и повседневный стол. Ценные советы и рекомендации позволят быстро приготовить блюда и придать им аппетитный вид.

УДК 641/642
ББК 36.99

ISBN 978-5-699-09721-0
www.natahaus.ru

© ООО «Издательство «Эксмо», 2007

ФАРШИРОВАННЫЕ БЛЮДА

Ответственный редактор *Т. Радина*
Художественный редактор *Н. Кудря*
Технический редактор *М. Печковская*
Компьютерная верстка *С. Карпунин*

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.
Home page: **www.eksmo.ru** E-mail: **info@eksmo.ru**

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:
ООО «ТД «Эксмо», 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: **reception@eksmo-sale.ru**

**По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми
покупателями** обращаться в отдел зарубежных продаж ООО «ТД «Эксмо»
E-mail: **foreignseller@eksmo-sale.ru**

International Sales: For Foreign wholesale orders, please contact International Sales Department at
foreignseller@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг «Эксмо» в специальном оформлении
обращаться в отдел корпоративных продаж ООО «ТД «Эксмо» E-mail: **project@eksmo-sale.ru**

**Оптовая торговля бумажно-беловыми
и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:**
Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2,
Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).
e-mail: **kanc@eksmo-sale.ru**, сайт: **www.kanc-eksmo.ru**

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:
В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е. Тел. (812) 365-45-03/04.
В Нижнем Новгороде: ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3. Тел. (8312) 72-36-70.
В Казани: ООО «НКП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (843) 570-40-45/46.
В Ростове-на-Дону: ООО «РДЦ-Ростов», пр. Стачки, 243А. Тел. (863) 268-83-59/60.
В Самаре: ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел. (846) 269-66-70.
В Екатеринбурге: ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а. Тел. (343) 378-49-45.
В Киеве: ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9. Тел./факс: (044) 537-35-52.
Во Львове: ТП ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Бузкова, д. 2. Тел./факс (032) 245-00-19.
В Симферополе: ООО «Эксмо-Крым» ул. Киевская, д. 153. Тел./факс (0652) 22-90-03, 54-32-99.

Мелкооптовая торговля книгами «Эксмо» и канцтоварами «Канц-Эксмо»:
117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (495) 411-50-76.
127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 2. Тел.: (495) 780-58-34.

Полный ассортимент продукции издательства «Эксмо»:
В Москве в сети магазинов «Новый книжный»:
Центральный магазин — Москва, Сухарева пл., 12. Тел. 937-85-81.
Волгоградский пр-т, д. 78. тел. 177-22-11; ул. Братиславская, д. 12, тел. 346-99-95.
Информация о магазинах «Новый книжный» по тел. 780-58-81.

В Санкт-Петербурге в сети магазинов «Буквоед»:
«Магазин на Невском», д. 13. Тел. (812) 310-22-44.

Подписано в печать 24.07.2007
Формат 60х100^{1/16}. Гарнитура «Светлана».
Печать офсетная. Бумага мелованная. Усл. печ. л. 1,8.
Доп. тираж 7 000 экз. Заказ 1346.

Отпечатано на ОАО «Альянс «Югполиграфиздат», полиграфкомбинат «Офсет»
400001, г. Волгоград, ул. КИМ, 6.
Тел./факс (8442) 97-48-21, 97-49-40, 26-60-10
ipk-ofset@t-k.ru

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления! Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена!