



# Урок : « БЛЮДА ИЗ СУБПРОДУКТОВ»

# Куриные сердечки, тушёные в сметане

## Ингредиенты:

Лук (репчатый) – 1 головка

Чесночные дольки – 2  
штуки

Масло (подсолнечное) – 20  
мл

Сметана – 100 грамм

Куриное сердце – 600 грамм

Соль – 1/2 ложки чайные

Перец (молотый, черный) –  
1/2 ложки чайные

Рис – 200 грамм

Масло (сливочное) – 20  
грамм

Прованские травы (сушеная  
смесь) – 1 ложка чайная.



## Рецепт приготовления

- Не очень крупно нарежьте чеснок и лук. Не давая поджариться, пассеруйте их до прозрачности, в небольшом количестве масла (подсолнечного).
- Сердечки куриные промойте под холодной проточной водой, весь мешающий жир и сосуды срежьте и переложите сердечки в сковороду. Отправьте на средний огонь вариться, при этом не забывайте постоянно помешивать. Готовьте до тех пор, пока сердечки не потеряют привычный розовый оттенок.
- К сердечкам добавьте сметану, по вкусу посолите и поперчите. Все эти ингредиенты тщательно перемешайте, огонь сделайте медленнее и на протяжении 30 минут продолжайте тушить, крышку лучше плотно закрыть. Пока сердечки тушатся, сварите рис, чтобы подать его в виде гарнира к столу и заправьте рис маслом (сливочным).
- Когда сердечки станут более мягкими, откройте крышку и дайте образовавшейся жидкости немного испариться. Сюда же можете добавить специй, травы (в сухом виде). Перед подачей на стол, выложите рис в большую тарелку. Овощной салат также станет отличным дополнением к блюду.

# Блинный торт с куриными потрошками (сердечками и желудочками)

Необходимые продукты:

Сердце куриное - 500 гр.

Желудки куриные -300 гр.

Грибы сушеные – 50 гр.

Лук - 3 шт.

Сметана - 150 - 200 гр.

Яйцо - 4 шт.

Молоко - 1 стакан.

Сахар 1 ч. л.

Мука 3 - 4 ст. л.

Растительное масло - 200 гр.

Масло сливочное - 50 гр.

Соль, перец по вкусу.



## Рецепт приготовления блинного торта

- Прежде всего, следует отварить куриные сердечки и желудки, бульон, при этом, следует посолить и приправить специями. Варятся куриные потроха достаточно долго – 1,5 – 2 часа, поэтому это можно сделать заранее. Грибы так же следует отварить, займет эта процедура у вас не более получаса. Далее, все это остужаем и пропускаем через мясорубку, добавив в фарш репчатый лук.
- Далее, тщательно перемешиваем готовый фарш и добавляем в него бульон. Не стоит лить сразу весь бульон, вливаем понемногу для того, чтоб фарш не был сухим. После этого его следует обжарить на большом количестве растительного масла.
- Затем, мы замешиваем тесто на блины. Берем муку, немножко соли и сахара, все перемешиваем и вбиваем 2 яйца, так же перемешиваем и добавляем молоко, все тщательно взбиваем венчиком, чтобы не было комков. После этого нам нужно нагреть три столовых ложек растительного масла и, также, добавить в блинное тесто. Перемешать. Блины должны получиться достаточно тонкими.
- Готовые блинчики следует выкладывать слоями, каждый из них промазывать готовым фаршем. Заканчивать блинный торт следует слоем блина, в окончании, смазать его сметаной и присыпать мелко нарезанными вареными яйцами.
- Так же вы можете украсить ваш тортик рубленой зеленью или оливками и теперь, когда ваш оригинальный блинный тортик с потрошками будет полностью готов, можете подавать к столу.

# Заливное из говяжьего языка

Ингредиенты:

Язык говяжий не крупный

примерно 1 кг

Морковь 1 шт.

Лук репчатый 1 шт.

Корень сельдерея (можно и без него) 50 г.

Лавровый лист 2 шт.

Душистый перец 2-3 гор.

Перец черный 10 гор.

Соль по вкусу

Быстрорастворимый желатин 60 г

Для украшения:

Клюква

Зелень

Маринованный огурец



## Рецепт приготовления

- Говяжий язык хорошо почистите щеткой и промойте водой.
- Говяжий язык залейте холодной водой, доведите до кипения, снимите пену, варите на медленном огне примерно 2,5 часа.
- Очистите верхний слой луковицы, самый нижний слой шелухи оставьте — это придаст бульону красивый золотистый цвет.
- Морковь очистите.
- Через 1,5 часа варки языка, добавьте в бульон целую морковь, луковицу, лавровый лист, перец горошком, перец душистый, соль. Доведите до кипения и варите на медленном огне еще час.
- Достаньте язык из бульона, поместите его под холодную воду, очистите от кожи, начиная с толстого края.
- Положите очищенный язык в бульон и прокипятите 2-3 минуты.
- Достаньте язык из бульона, положите в емкость, закройте крышкой и охладите — так будет его намного проще нарезать.
- Охлажденный язык нарежьте тонкими ломтиками.
- Желатин залейте 200 миллилитрами горячего бульона, перемешайте до полного растворения. Соедините его с 500 миллилитрами бульона. Бульон процедите через сито.
- В форму налейте тонкий слой желе и поставьте в холодильник на 15 минут.
- Из овощей вырежьте украшения.
- На застывшее желе уложите морковь, зелень укропа, украшение из огурца, клюкву, сверху — ломтики языка. Залейте желе и поставьте на холод до застывания.
- Заливное из говяжьего языка готово.

# Мясной рулет из свиных ушей

Ингредиенты:

Уши свиные 4 шт.

Свинина нежирная 1-1,2 кг.

Морковь 2 шт.

Лук репчатый 1 шт.

Смесь специй для мяса

Соль

Лавровый лист

Перец душистый горошек

Гвоздика

Семена укропа

Желатин 30 г





# Рецепт приготовления

- Уши свиные замочите в холодной воде на 2-3 часа.
- Мякоть свинины обмойте, обсушите, разрежьте вдоль на несколько кусков, натрите солью, специями и оставьте мариноваться.
- Уши тщательно вымойте под проточной водой, положите в кастрюлю, залейте водой, доведите до кипения, воду слейте, уши еще раз обмойте.
- Опять сложите свиные уши в кастрюлю, залейте холодной водой, доведите до кипения, огонь убавьте, положите лук, морковь, добавьте соль, душистый перец, гвоздику, семена укропа и варите 1 час на медленном огне, в конце положите лавровый лист.
- Уши достаньте из бульона, срежьте утолщенные основания и лишний жир.
- На пищевую пленку выложите в нахлест два уха верхушками к центру, слегка посолите, посыпьте желатином.
- Оставшуюся морковь очистите, обмойте, нарежьте на длинные полоски.
- Затем на уши положите мякоть свинины, морковь, посыпьте желатином и сверху накройте оставшимися ушами.
- Аккуратно сверните уши со свининой в рулет (может понадобится помощь друга) и хорошо заверните в пищевую пленку.
- Рулет свяжите толстой нитью, поместите в кастрюлю с водой и варите с момента закипания 3-4 часа на очень медленном огне.
- Рулет достаньте, выложите на противень, накройте разделочной доской и на ночь поставьте под хороший гнет.
- Готовый рулет поместите в холодильник для полного охлаждения.
- Мясной рулет из свиных ушей освободите от пленки, нарежьте на тонкие кусочки и подавайте, украсив зеленью.

# Теплый салат с куриными печенками и тыквой

Ингредиенты:

Куриная печень — 500г

Тыква — 250г

Винный уксус

Лимон

Оливковое масло

Чеснок (по желанию и  
обстоятельствам)

Листья салата

Кунжут

Соль, специи



## Рецепт приготовления

- Печень очистить от всего лишнего, промыть, обсушить. Обжарить на сковороде (сильно не жарить, лишь слегка «прихватить») Добавить нарезанную кубиками тыкву, посолить, добавить специи и протушить 15-20 мин. В самом конце добавить ложку винного уксуса.
- В это время подготовить тарелку. Выложить листья салата, сбрызнуть их лимонным соком, если ситуация располагает можно усилить вкусовые ощущения при помощи чеснока. Для этого натереть зубочек на терке, смешать с оливковым маслом и аккуратно нанести эту смесь поверх листьев. На подготовленное блюдо выложить печень с тыквой. Сверху в художественном беспорядке выложить ягоды винограда, посыпать кунжутом.

# Куриные сердечки с грецкими орехами

Ингредиенты:

Куриные сердечки 1  
упаковка (~700г)

Грецкие орехи 1 стакан

Репчатый лук 1 большая  
головка

Соль, перец

Масло растительное и  
масло сливочное по 2 ст.  
ЛОЖКИ



## Рецепт приготовления

- Сердечки промыть и дать жидкости стечь.
- В толстодонной сковороде разогреть растит.масло и выложить сердечки. Накрыть крышкой и готовить на небольшом огне минут 10.
- На сливочном масле обжарить нарезанный полукольцами лук. Добавить крупно порубленные грецкие орехи и жарить еще пару минут.
- Смешать орехи с сердечками и подержать в сковороде еще минуты 3-4. Подавать с рассыпчатым рисом и овощным салатом

# Фаршированный язык в тесте

Язык (говяжий весом около 1.5 кг.) — 1 шт  
Тесто слоеное бездрожжевое (примерно) — 500 г  
Шампиньоны — 200 г  
Лук репчатый (средний) — 1 шт  
Масло сливочное — 100 г  
Зелень (укроп или петрушка небольшой) — 1 пуч.  
Яйцо (для смазывания) — 1 шт  
Соль  
Смесь перцев  
Орехи грецкие (измельчить) — 0.5 стак.



## Рецепт приготовления

Язык вымыть, залить водой так, чтобы вода покрывала язык хорошо. Довести до кипения + соль, перец горошком (черный) и варить до готовности (примерно часа 2 - все зависит от величины языка).

Готовый язык вынуть и сразу же положить в ХОЛОДНУЮ воду на пару минут. После этого снимите кожу с языка. От такой быстрой перемены температуры воды кожа снимается хорошо. Дать немного остыть.

Шампиньоны и лук порезать кубиками.

Обжарить по отдельности грибы (до выпаривания жидкости) и лук (до золотистого цвета).

Соединяем вместе лук, грибы, измельченные орехи и зелень (тоже порезать).

Перемешиваем + соль и смесь перцев (по вкусу).

На языке делаем надрез поглубже (но не режем его пополам).

Фаршируем язык начинкой. Если начинка осталась - ничего страшного. Просто взять и выложить ее сверху, как бы на разрез. Все равно будет еще тесто.

Дальше берем тесто.

Эту процедуру можно сразу делать на противне. (я делала на столе, а потом переносила язык в тесте на противень). Так будет намного удобнее. Противень смазать маслом и положить одну часть теста. На него выложить сливочное сало, порезанное кусочками, и немного посыпать смесью перцев. Кладем сверху язык.

Сверху накрываем второй частью теста. Края хорошо защипить.

Если процедура проводилась на столе, то перекладываем язык на противень.

Взбиваем яйцо и смазываем сверху. Немного посыпать смесью перцев.

Выпекать при  $t$  180 до готовности. Это примерно минут 30. Т.к сам язык у нас готов, начинка почти тоже. Значит, нужно дождаться готовности и золотистого цвета теста.

Готовый язык немного остудить.

Его можно кушать также и в холодном виде. Подавать, порезав на кусочки.

# Рулетики из печени с начинкой с сыром

250-300 грамм печени любой,  
1 луковица,  
1 яйцо,  
50 грамм молока,  
3-4 столовые ложки муки,  
2 столовые ложки растительного масла в тесто,  
соль, перец по вкусу,  
100 грамм сыра (для начинки),  
2-3 зубчика чеснока (для начинки),  
3-5 веточки укропа (зелень) (для начинки),  
3-5 веточки петрушки (зелень) (для начинки),  
2-3 столовые ложки майонеза (для начинки),





## Рецепт приготовления

- Печень и лук очистить. Печень и лук пробить в блендере. В миске смешать печень с луком, яйцо и муку. Добавить соль, молоко, перец и масло. Хорошо взбить венчиком. Выпекать на разогретой сковороде, блинчики, хорошо раскатывая ложкой. Жарить с двух сторон до готовности. Сложить стопкой.  
Для начинки сыр натереть на терке, добавить мелко нашинкованную зелень, прессованный чеснок и заправить майонезом. Намазать начинкой каждый блинчик. Завернуть трубочкой и завязать двумя перышками лука. Разрезать на 2 части и выложить на блюдо. Украсить овощами и подавать к столу.

# Куриная печень с черничным соусом

Понадобится:

1 кг куриной печени,  
1 ст. черники (у меня была замороженная),  
1 большая луковица,  
5-6 зубчиков чеснока,  
30 гр. сливочного масла,  
3 ст. л. растительного масла,  
3 ст. л. муки,  
4 ст. л. светлого винного уксуса,  
4 ст. л. жирной сметаны (можно мягкого сыра),  
соль, перец, специи, сахар – по вкусу,  
молотый мускатный орех – щепотка.



## Рецепт приготовления

В оригинальном рецепте этого не было, но я заранее притрусил промытую и обсушенную куриную печень 0,5 ч. л. соды, перемешала и оставила в холодильнике на пару часов, как в этом рецепте. Сода делает печенку мягкой и нежной.

Затем в смеси растительного и сливочного масел спассеровать до мягкости измельченную луковицу, добавить к ней в сковороду запанированную в смеси муки, специй и соли куриную печень.

- По рецепту это нужно было делать в полиэтиленовом пакете, засыпав туда сыпучую смесь и выложив печенку, встряхнуть, чтобы панировка равномерно распределилась. Не скажу, что все было идеально, большая часть мучной смеси просто налипла комками на пакет. Печень вместе с луком обжарить до готовности в течение 7-10 минут (сначала накрывала крышкой и тушила, затем поджаривала без крышки).
- Затем печень переложить на блюдо, а в сковороду влить винный уксус.
- и, помешивая, выпарить его немного, чтобы получился густой соус.

Подмешать к нему сметану, всыпать ягоды черники и измельченный чеснок, добавить сахарку и соли, помешивая, тушить не больше 5 минут, чтобы часть ягод пустила сок, а часть – остались целыми. Соус готов.

- Подавать печень, пролив черничным соусом, пока все горячее.

# Домашнее задание

- Составить по рецептурам технологические схемы.
- Прочитать учебник Анфимова Н.А. Кулинария, стр.265-269

# Литература

- Анфимова Н.А. Кулинария. Учебник НПО.-М.: Академия, 2011.- 400 с.
- Интернет ресурсы:
  1. [tvcook.ru»...kurinye-serdechki...smetannom-souse.html](http://tvcook.ru/...kurinye-serdechki...smetannom-souse.html)
  2. [kuharka.ru»Рецепты»Блюда из мяса» Субпродукты»12249.html](http://kuharka.ru/Рецепты/Блюда из мяса/Субпродукты/12249.html)
  3. <http://www.povarenok.ru/recipes/show/64762/>