

*Куликарна
ециклопедия*

© В. „Всичко за семейството“, автор, 2017 г.

© Стефка Иванова, корица, 2017 г.

© Книгоиздателска къща „Труд“, 2017 г.

ISBN 978-954-398-511-1

ЯСТИЯ САТНЕШКО МЕСО

Вкусни рецепти, изпробвани
от вестник „Всичко за семейството“

◆ Съдържание ◆

◆ Агнешкото – българската класика ◆

- Как да изберете правилното месо / 11
- Хитрини да го сготвите сочно / 12
- Какви подправки му отиват / 13
- 3 особени начини за печене / 14
- Майсторски клас / 15

◆ Супи ◆

- С нахут / 16
- С магданоз / 16
- Със зеленчуци / 17
- Майсторски рецепти / 17
- С дафинов лист / 17
- Курбан от врат / 18
- Курбан-чорба с месо и дреболии / 18
- Великденска чорба / 19
- С дреболии и спанак / 19
- Рецепти на пророчицата Ванга / 20
- От кокали с боб / 21
- Чорба от агнешки главички с целина / 21

◆ Предястия ◆

- Топло / 22
- С печено / 22
- Вързопчета с плънка / 22

◆ Пълнено цяло агне ◆

- Класическа рецепта / 24
- Пълнено със зрял фасул / 24

◆ Бутче ◆

- Печено / 26
- Мариновано с мед / 26
- В ароматна коричка / 27
- В коричка от горчица и зеленина / 27
- Задушено с печурки / 28

Пълнено с орехи / 28
Пълнено с киви / 29
Пълнено с лимон и портокал / 29
Пълнено с бекон и босилек / 30
Пълнено с маслини / 30
Звездни рецепти / 31
Печено с бяло вино / 31
С гъбена смес / 32
Със зеленчуков сос / 32
Майсторски рецепти / 33
Със зеленчуци / 34
С пушен колбас / 34
С трохи / 35
С коняк и сушени сливи / 35
По испански / 36
Мекленбургско бутче / 36

◆Плешка◆

Печена / 37
Печена със зеленчуци / 37
Руло натюр / 37
Шпикована / 38
Пълнена с праз и мащерка / 38
Звездни рецепти / 39
Пълнена с кайма / 39
Пълнена със зеленчуци / 40
Пълнена с шунка / 40
Пълнена с дреболии / 41
Пълнена с пушени гърди и ябълки / 41
Майсторски рецепти / 42
Пълнена с гъби и жълтъци / 43
Пълнена със сос от майонеза / 43
С млечен сос и ризото / 44
Лопатка, маринована в кисело мляко / 44

◆Котлети◆

Задушени със зеленчуци / 46
Панирани с кашкавал / 46
Ароматно панирани / 47
Пържени / 47
Върху канапе от спанак / 48
Със синьо сирене / 48
Майсторски рецепти / 49
С билки / 50

- С розмарин и червени боровинки / 50
 - Със зелен лук / 50
 - С праз и вино / 51
 - С гъби / 51
- С кетчуп, кашкавал и вермут / 52
 - С домати сос / 52
 - С маслинен паста / 53
 - Върху ароматно канапе / 53
- ◆Джолани и ребърца◆
 - Джолан с много подправки / 55
 - Звездни рецепти / 56
 - Ребърца със зеленчуци / 57
 - Джолан с пресни картофи / 57
 - Корони / 58
- ◆Рецепти с месо◆
 - Задушено с гроздов сок / 59
 - Кебап с гъби / 59
 - С бяло вино и розмарин / 59
 - Каша / 60
 - Яхния, запечена с кашкавал / 60
 - Градинарска яхния / 60
 - Звездни рецепти / 61
 - Гювеч / 62
 - Капама / 62
 - Със зрял боб и с лимон / 62
 - С грах / 63
 - С екзотични подправки / 63
 - С къри / 63
 - Печено с мед и ароматни картофи / 64
 - Майсторски рецепти / 65
 - Сарма / 66
 - С лапад / 66
 - С киселец на фурна / 66
 - Зелена капама / 67
 - Хашлама / 67
 - Бял гювеч / 68
 - С кисело мляко / 68
 - Варено тербелия / 68
 - Шведско варено с копър / 69
 - По овчарски / 69
 - Печено с яйца / 70
 - С яйца и чесън / 70

По манастирски / 71
Запечатано в гърне / 71
С булгур / 71
С ориз и сметанов сос / 72
В гювечета с тиква / 72
Млечни гювечета / 73
По марокански / 73
С праз по френски / 74
Ризото по холандски / 74
Със зеле по норвежки / 75
По средиземноморски с жълтъци / 75
Със сметана по чешки / 75
С артишок по тоскански / 76
По кашмирски / 76
Индийско брияни / 77
Печено по индийски / 77
Арменски бозбаш / 78
Със зеленчуци / 78
Със зелени бадеми / 79
Пържоли с горчица / 79
Пържоли с бира / 80
Фарикал / 80
С кускус и телешко / 81
Елбасан тава / 81
Каре със сметана / 82
Медальони с ядки / 82
Медальони с плодов сос / 82

◆ В компанията на тесто ◆

Печено месо / 84
Завито ароматно бутче с розмарин / 84
Дроб сарма в бутер тесто / 85
Френско руло от бутер тесто / 85
Кълцано месо / 86
Пай с кайма и кайсии / 86
Щрудел с гъби и сусам / 87
Баница с месо / 87
Пай с целина / 88
Клин с кълцано агнешко / 88
Италианска пълнена пита / 89
Папарделе с рагу / 90

◆ На кайма ◆

Кюфтета "Сюрприз" / 91

Пържени кюфтета / 91
Сръбска плескавица в питка / 92
Кебапчета по турски / 92
Кравайчета / 93
Шницели / 93
Кюфтета с бял сос / 93
Мусака с картофи и босилек / 94
Мусака с ориз и тиквички / 94
Мусака със спанак / 95
Кебе / 95
Овчарски пай / 96
Сарми с лозов лист / 96

◆На скара◆

Хитрина / 98
Шишчета / 98
Пъстри пролетни шишчета / 98
По английски / 99
Котлети с млечен дресинг / 99
Котлети по турски / 100
Арабски шиш кебаб / 100
Пържоли с грозде по ирландски / 101
Кюфтета / 101
Кюфтета на шиш / 101
Карамелизирани ребърца / 102

◆Дреболии◆

С булгур / 103
Кокореци / 103
Пастет / 104
Рецепти от кулилари / 105
Сарми от дроб / 105
Дроб сарма на скара / 106
Чревца на фурна / 106
Плитка от чревца / 106
Чревца с лапад / 107
Рецепти от кулилари / 107
Крачета с кисело мляко / 108
Глава в шкембе / 108

◆Рецепти за начинаещи◆

Панирани котлети / 109
Котлети на фурна със зеленчуци / 109
Печено със сметанов сос / 110

Месо с картофи / 110
Кюфтета сос / 110
Шишчета / 111
Лесна дроб сарма / 111

◆ Глезотии за гости ◆

Котлети с пармезанова коричка / 112
Африканско чътни с кайсии и стафиди / 112
Пълнено бутче – три вида месо / 113
Майсторски рецепти / 114
Печено мариновано бутче със сок от нар / 115
Пържоли със сини сливи / 115
Печено върху лозови пръчки / 116
Тефтели / 116
Житена торта / 117

◆ Агнешкото – българската класика ◆

Агне, печено на чеверме, на жаравата в трап или на пещ с дърва – това наистина е романтичната българска класика. Вече не е лесно да се вкуси в автентичен вид, но рецептите са толкова много, че можете да си сготвите агнешко даже само един котлон да имате. И го направете – това месо е идеално през пролетта и се смята за много здравословно, защото не е тлъсто.

Как да изберете правилното месо

Опитните кулинали съветват, ако купувате цяло агне, да е 3-4 месечно. Тогава е сукалче, хранено само с мляко. Най-добре да тежи около 12-13 кг почистено и без карангията. Месото трябва да е бледорозово, а мазнината да е бяла. Бутчетата не бива да синее – това означава, че животното е много младо. Най-подходящо е да изберете бутче около 2-3 кг.

Колкото по-тъмноорозово е месото, а лойта – по-жълта, толкова по-сигурно е, че животното е по-възрастно – не агне под една година, а шиле или овца. Тогава има по-силен специфичен мирис и е по-жилаво.

В сравнение с бута (задните крака) плешката (предните) е по-крехка. Тя е и по-малка на тегло. Понеже при печенето агнешкото доста се стапя, още докато избирате месото, съобразявайте за колко човека трябва да готвите.

Цялото агне е най-добре да напълните и да изпечете във фурната. Бутчетата, плешката, джоланите също са вкусни печени. Могат да се обезкостят и да се направи руло.

Котлетите и ребрата стават и на скара. За шишчета е по-подходящо месо от плешката, защото е по-крехко, или от врата, защото е по-мазно. Най-бързо на скара или на грил

тиган се пекат стекове от бонфиле или от контрафиле – те са най-крехки.

С обезкостено месо се правят основни ястия и супи. То може да се накълца ситно или да се смели на кайма. Най-препоръчваният вариант е за нея да се смеси месо от бут и плешка 50:50.

Карантията – дробове, сърце, бъбреци, черва, шкембе, се вари предварително и с нея се пълни цяло агне или се готви дроб сарма. Българска класика е всяка порция дроб сарма да е завита в парче було. В този случай то не се вари предварително, за да не се свие. Червата могат да се сплетат на плитки и да се изпекат.

Месото от агнешката главичка също е много вкусно. След като предварително се свари в подсолена вода с подправки, тя се изпича цяла или се обезкостява и се запича само месото.

Хитрини да го сготвите сочно

Агнешкото месо е сухо, затова е добре да се маринова поне няколко часа, а при топлинната обработка да му се сложи мазнина – най-подходящо е кравето масло. Ако печете цяло парче, може да го набодете на няколко места, да пъхнете вътре бучици масло, след това и отвън обилно да го намажете. Бутчето можете да шпикувате с чесън, морков, сланина или бекон.

Най-простата марината е от саламура – 1 с.л. сол на 1 литър вода. Месото става крехко и по-сочно, ако покисне една нощ в олио, сол, чесън и подправки на вкус. Отлична работа вършат киселите маринати – с оцет, лимонов сок, вино, кисело мляко. В тях на агнешкото са достатъчни и 2-3 часа.

Щом ще печете, шеф-готвачите препоръчват в началото фурната да е максимално загрята, да запечатите месото за около половин час, а после да намалите на около 150 градуса и да продължите готвенето на бавен огън. Може да запечатите бут или плешка от всички страни и на голям тиган, а после да пъхнете месото във фурната. Целта на тази

операция е да хване коричка и да не изтичат соковете му.

Цяло парче месо става най-крехко, ако го покриете с алуминиево фолио, за да се задушава в собствените си сокове и аромати. Накрая трябва да махнете фолиото и да обърнете месото от всички страни, за да получи апетитна препечена коричка. Някои майстори съветват точно тогава да го мажете с масло и червен пипер, а не предварително.

Преди печенето сипете в тавата малко вода, бульон, бира, вино или маринатата, в която е киснало. Може да пуснете подправки на вкус – зърна черен пипер, бахар, мащерка, джоджен, риган, мента, босилек, розмарин, и цели скилидки чесън, едри парчета лук, моркови, целина.

За да стане сочно месото, от време на време го поливайте със соса от печенето, особено щом през цялото време го готвите без фолио.

Агнешките дреболии задължително се варят предварително в подсолена вода, може и с подправки. Бульонът се добавя в ястията, след като се прецеди.

На печеното агнешко месо за гарнитура отиват зелени пролетни салати и пресни картофи. За ястията също са много подходящи пролетни зеленини – спанак, лапад, киселец, пресен лук.

Какви подправки му отиват

Класическите български подправки за маринати и за ястия с агнешко месо са магданоз, чубрица, джоджен, девесил, червен и черен пипер. Много му вървят риган и мащерка. Подходящи са мента, босилек и розмарин, но те придават по-специфичен аромат и трябва да сте сигурни, че всички ще ги харесат, особено щом готвите за гости. Същото се отнася и до по-екзотичните джинджифил, куркума, кардамон, бахар, канела, индийско орехче, дафинов лист.

Майстор готвачите съветват да не прекалявате с подправките, за да не убивате натуралния вкус на месото. Повечето българи харесват специфичния аромат на агнешкото и няма нужда да бъде задушаван. Обилните подправки са нужни по-скоро при шилешкото и овнешкото.

3 особени начини за печене

1. *В сено.* Сушените треви и билки от чиста планинска ливада придават неповторим аромат на месото. Ако можете да намерите био сено, точно така изпечете агнешкото – бут, плешка или едри парчета месо.

Накиснете сеното във вода за един час. Разстелете половината в дълбока тава, която предварително сте намазнили. Наредете месото, обилно намазано с масло и посолено. Не прекалявайте с други подправки, иначе няма да има смисъл от сеното. Покрийте месото плътно с останалото сено и печете на тих огън около 4 часа.

2. *В тиква.* Така месото идеално се загушава, а тиквата придава допълнителен аромат и сладост. Изрежете капак в голяма тиква и я издълбайте, за да я почистите от семките и конците. Напълнете я с агнешкото месо, нарязано на едри парчета и подправено на вкус, може и мариновано. Пъхнете парченца масло и налейте малко бяло вино. Похлупете с капака от тиквата. Печете на средна фурна, докато тиквата омекне.

3. *В тесто.* Месото става много крехко и сочно, защото соковете не изтичат от кората. Пригответе много гъста каша от брашно, вода и червен пипер. Намажете месото с масло, посолете, подправете на вкус. Сложете го в намазнена тава и го намажете от всички страни обилно с брашнената каша, така че да го запечатите. Печете на средна фурна. Може да използвате и готово бутер тесто или да разточите кора като за вита баница, която добре да намазните, след като завийте месото.

Майсторски клас

Агнешко Никола Обретенов По рецепта на журналистката Виза Недялкова

И ние си имаме едно историческо ядене, на което му знаем произхода, казва журналистката Виза Недялкова. Рецептата за това агнешко е описано в дневника на Никола Обретенов, който сега се пази в Държавния архив. Участникът в Ботевата чета вероятно го е научил от своята майка – Баба Тонка.

Част от този дневник попаднал преди години у колежка на Виза от Българското национално радио. Бил ѝ предоставен от русенка – наследничка на фамилията Обретенови, и после бил предаден в Държавния архив.

Продукти: 2-2,5 kg агнешко месо, лозови листа – пресни или консервирани, по 2-3 китки гъжджен, копър и пресен босилек, 4-5 връзки пресен лук, бял пипер, сол, олио.

Приготвяне: Месото нарежете на едри хапки. Прибавете нарязаните подправки и лука. Поръсете със смян бял пипер. Намачкайте и омесете добре с ръце. Половината от лозовите листа нарежете в намазнена тава с гладката повърхност нагоре – по гъното и стените, така че да стърчат леко над ръба на тавата. Плънката изсипете равномерно върху листата. Отгоре нарежете още листа, които добре загладете с ръка, намазана с мазнина. Подвийте и крайчетата, за да запечатате добре плънката от всички страни. Ястието изпечете в предварително загрята на 200 градуса за около 40 минути.