

Бова, Андрей Анатольевич.

Б72 Пять ужинов : простые рецепты с любовью для самых близких / Андрей Бова. — Москва : Эксмо, 2022. — 96 с. : ил. — (Кулинарное открытие).

«Быстро, просто, вкусно!» — под таким девизом выходит первая книга шеф-повара Андрея Бова, ведущего популярного кулинарного шоу «Пять ужинов» на телеканале «Домашний», в котором автор рассказывает о том, что можно приготовить на неделю вперед — на пять будних дней. В книгу вошли лучшие рецепты из передачи — простые в приготовлении, вкусные, небанальные, ингредиенты для которых или обычно всегда есть дома, или их можно купить в ближайшем магазине. Автор убедительно доказывает, что самые привычные блюда могут быть вкусными и интересными.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-156960-0

© АО «Новый канал», фото, 2021
© Шабардин И. Н., фото, 2021
© Снегирев С. П., фото, 2021
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2022

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

КУЛИНАРНОЕ ОТКРЫТИЕ

Бова Андрей Анатольевич

ПЯТЬ УЖИНОВ

ПРОСТЫЕ РЕЦЕПТЫ С ЛЮБОВЬЮ ДЛЯ САМЫХ БЛИЗКИХ

Ответственный редактор С. Ильичева

Редактор О. Ивенская

Художественный редактор Г. Булгакова

Корректор Р. Низяева

В оформлении обложки использованы иллюстрации и элементы дизайна:

Dooder, Ayunannas, momo sama,

WindOfHope / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com

Страна происхождения: Российская Федерация

Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Россия, город Москва, улица Зорге, дом 1, строение 1, этаж 20, каб. 2013.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндүрүш: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы,

123308, Ресей, қала Мәскеу, Зорге көшесі, 1 үй, 1 ғимарат, 20 қабат, офис 2013 ж.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Тауар белгісі: «Эксмо»

Интернет-магазин: www.book24.ru

Интернет-магазин: www.book24.kz

Интернет-дүкен: www.book24.kz

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импортаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды

қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС,

Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: RDC-Aldmaty@eksmo.kz

Әлемнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты: www.eksmo.ru/certification

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ

о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

www.eksmo.ru/certification

Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

book 24.ru

Официальный интернет-магазин издательской группы «ЭКСМО-АСТ»

В электронном виде книги издательства Вы можете купить на www.litres.ru

ЛитРес:
один клик до книг



Дата изготовления / Подписано в печать 23.11.2021.
Формат 72x92¹/₁₆. Печать офсетная. Усл. печ. л. 7,36.
Тираж экз. Заказ

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ!

ХЛЕБ*СОЛЬ

КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

МЫ В СОЦСЕТЯХ:

breadsalt.publisher

ISBN 978-5-04-156960-0



9 785041 569600 >

■ ЧИТАЙ · ГОРОД



ДОМАШНИЙ



Андрей Бова

Тяну Ужиню

Простые рецепты
с любовью для самых
близких

ХЛЕБ*СОЛЬ®

Москва 2022



СОДЕРЖАНИЕ



МЯСО

Руллет из говядины в беконе с ветчиной, сыром и шпинатом.....	10
Говяжья печень с зеленью, чесноком и печеным картофелем.....	12
Запеканка из картофеля с мясными фрикадельками и грибным соусом.....	15
Пряная свинина со стручковой фасолью и сливочным рисом.....	16
Тушеная капуста со свиной, беконом и тмином.....	19
Свинина в кисло-сладком соусе с ананасами.....	20
Рождественская буженина в медовой глазури с пряностями.....	23
Творожная запеканка с кроликом и брюссельской капустой.....	24
Жаркое из чечевицы с охотничьими колбасками.....	27
Спринг-роллы с сыром и салями с томатно-медовым соусом.....	28

ПТИЦА

Хрустящие куриные ножки со сливочной кукурузой.....	32
Куриные окорочка в апельсиново-медовом маринаде.....	35
Курица карри с ананасом, арахисом и кокосовым рисом.....	36
Куриные крылышки в томатно-имбирной глазури с соусом из голубого сыра.....	39
Хрустящие рулетики из лаваша с куриным филе и ветчиной.....	40
Куриная печень с гранатовым соусом и картофельным пюре с сыром Маасдам.....	43
Греческие шашлычки сувлаки из индейки с соусом дзадзики.....	44
Филе индейки, запеченное с грибами и пармезаном.....	47
Фрикасе из индейки в сливочном соусе с брокколи, кукурузой и бадьяном.....	48
Котлеты из индейки, говядины и свинины с сыром в хрустящей панировке.....	51

РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ

Судак с картофелем и лимонным соусом с эстрагоном.....	54
Рулетики из скумбрии с сыром и овощами.....	57
Рыбные фрикадельки, запеченные в сливочном соусе со шпинатом.....	58
Жаркое из морепродуктов в томатном соусе с маслинами, розмарином и чесночным хлебом.....	59
Конвертики с крабовыми палочками, сыром и соусом тартар.....	60

ОВОЩИ

Запеченный баклажан с томатным джемом и чесночной сметаной.....	64
Томатный рататуй с нутом, запеченным перцем, кардамоном и сливочным сыром.....	67
Запеканка из гречки с обжаренными овощами и сыром.....	68
Картофельные шаньги с подкопченным сыром и луковым джемом.....	71
Биточки из брокколи с семечками подсолнуха и сметанно-медовым соусом.....	72

ПАСТА И ЛАПША

Спагетти карбонара.....	76
Мак-н-чиз с пшеничной крошкой с беконом.....	79
Запеканка из пенне с ветчиной и сыром.....	80
Рисовая лапша с кальмарами и кунжутным соусом.....	83
Ачма (грузинская сырная лазанья).....	84

ВЫПЕЧКА

Киш лорен с копченой курицей и сладким перцем.....	88
Бельгийский флямекёш с картофелем и острыми колбасками.....	91
Хрустящие розочки из слоеного теста с ветчиной и сыром.....	92
Открытый пирог из слоеного теста с судаком, картофелем, сыром и брокколи.....	95



**Посвящается моей маме,
без которой у меня ничего бы не получилось**

Дорогие читатели!

Перед вами моя первая книга, подготовленная издательством «ХлебСоль». Она полностью состоит из рецептов к блюдам, которые я готовлю в программе «Пять ужинов» на телеканале «Домашний».

Кулинария стала неотъемлемой частью нашей жизни, и люди стали больше интересоваться процессом приготовления блюд. Просто съесть пельмени, чтобы убить голод, сегодня мало кого интересует. Люди стали экспериментировать у себя дома, пробовать блюда разных кухонь мира. Мне очень приятно, что культура еды растет не только в ресторанах, но и в семье, дома.

Повседневная готовка легко может стать захватывающим занятием! Как уверяют знатоки кулинарии – все дело в необычных вкусовых сочетаниях. Необычные блюда у многих ассоциируются с экзотическими продуктами и сложной технологией приготовления, но я поделюсь маленькими кулинарными хитростями, с помощью которых классические рецепты приобретут новые вкусовые сочетания. А еще расскажу о блюдах различных кухонь мира, которые можно приготовить из того, что лежит в холодильнике или продается в супермаркете возле дома. Надоевшая гречка и скучные котлеты станут настоящими деликатесами, если умело экспериментировать и не бояться смелых открытий.

Каждый рецепт придуман мною с душой и любовью, многие из них я взял из своего семейного архива, – это рецепты моей мамы и бабушки.

Давайте вместе расширим горизонты домашней кухни и узнаем, как из простых продуктов приготовить необычный ужин и превратить будничные вечера в настоящий праздник!

Ваш Андрей Бова



01

МЯСО



РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ В БЕКОНЕ С ВЕТЧИНОЙ, СЫРОМ И ШПИНАТОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Ветчина — 150 г

Сыр гауда — 150 г

Шпинат замороженный
(нерезаный) — 100 г

Майонез — 30 г

Бекон — 100 г

Фарш из говядины с яйцом
и специями — 300 г

Растительное масло для жарки

1. Для начинки ветчину нарезаем мелкими кубиками, сыр натираем на крупной терке, шпинат бланшируем в подсоленной воде. Смешиваем все ингредиенты с майонезом.
2. Ломтики бекона раскладываем на пищевой пленке. Сверху на бекон тонким слоем выкладываем фарш из говядины с яйцом и специями. В центр фарша помещаем начинку и плотно закручиваем рулет. Закрепляем края бекона зубочистками.
3. Обжариваем рулет на раскаленной сковороде на растительном масле со всех сторон до золотистого цвета.
4. Обжаренный рулет помещаем запекаться в духовку на 30 минут при 180 °С.





СОВЕТ:

При приготовлении любого фарша из птицы, мяса или рыбы, после того как вы замесали фарш со всеми ингредиентами, которые в него идут (лук, хлеб, овощи, молоко), его необходимо отбить прямо в той емкости, в которой вы его замешивали. Поднимайте и бросайте фарш обратно в миску несколько раз. Таким образом вы насыщаете его кислородом и все ваши блюда — котлеты, фрикадельки, рулет — получатся намного нежнее, потому что фарш будет воздушный.

ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ

С ЗЕЛЕНЬЮ, ЧЕСНОКОМ И ПЕЧЕНЫМ КАРТОФЕЛЕМ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Картофель отварной
в мундире — 300 г

Печень говяжья — 200 г

Растительное масло
для жарки

Лук репчатый — 150 г

Вино красное — 120 г

Чеснок — 5 г

Кориандр молотый — 1 г

Сливочное масло — 50 г

Соль и перец по вкусу

Сметана — 60 г

1. Отварной картофель в мундире заворачиваем в фольгу и запекаем в духовке.
2. Говяжью печень нарезаем крупными кубиками и обжариваем на сковороде с растительным маслом. Добавляем репчатый лук, нарезанный перьями.
3. После того как печень с луком обжарятся, вливаем красное вино. Добавляем натертый на мелкой терке чеснок и молотый кориандр.
4. Тушим на среднем огне 10–15 минут.
5. После того как соус загустеет, добавляем в него сливочное масло и специи.
6. Подаем готовую печень с печеным картофелем и сметаной.



