

Азбука национальной кулинарии



ГРЕЧЕСКАЯ КУХНЯ

доступно, быстро, вкусно



Азбука национальной кулинарии

С. В. СЕМЕНОВА

ГРЕЧЕСКАЯ КУХНЯ



РИПОД
КЛАССИК

Москва • 2013

УДК 641.642
ББК 36.992
С30

Семенова, С. В.

С30 Греческая кухня / С. В. Семенова. — М. : РИПОЛ классик, 2013. — 32 с. : ил. — (Азбука национальной кулинарии).

ISBN 978-5-386-06952-0

Традиционная кухня — это часть национальной культуры любого народа. Не исключение и греческая кулинария, которой посвящена данная книга. Прочитав ее, можно составить представление о гастрономических пристрастиях греков, а приготовив блюда по предложенным рецептам — почувствовать ее аромат и вкус.

УДК 641.642
ББК 36.992

ISBN 978-5-386-06952-0

© ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2013

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3	Сувлаки	17
Фаршированные оливки и маслины	4	Колокифокорфадес гемистес	18
Скордалия	5	Паститсио	19
Хумус	6	Стифадос	20
Сырная закуска	7	Гирос с цацики	21
Фета псити	8	Папуцаки	22
Пита с гиросом	9	Мусака	23
Греческий салат	10	Колокифокефтедес	24
Ревитья	11	Цацики	25
Гувеци	12	Лукум	26
Колокифакья гемиста	13	Меломакарона	27
Долмадес	14	Лукумадес	28
Бифтекья	15	Спанакопита	29
Прасоризо	16	Баклава	30
		Галатопита	31

ВВЕДЕНИЕ

Греческая кухня напоминает калейдоскоп — настолько разнообразны традиции, рецепты, блюда и способы их приготовления. В ее формирование внесло свой вклад население греческих провинций, имеющее собственные вкусовые пристрастия, сложившиеся на основе тех продуктов, которые получают в той или иной местности. Свою роль сыграло и влияние других народов и других традиций. Например, заметный след в традиционной греческой кухне оставила турецкая кулинария, что нашло отражение даже в названиях греческих блюд — «сувлаки», «мусака», «цацики» и др. Влияние Востока ощущается в приготовлении сладостей и мучных изделий с включением в них различных орехов (грецких, миндаля, фисташек), изюма, придающих блюдам специфический вкус. Заметно и воздействие венецианской кухни, вместе с которой пришла любовь к пасте и выпечке. Греческая кухня проста и изысканна одновременно. Ее основа — великолепное оливковое масло. Греки широко используют овощи и фрукты, свежую рыбу и мясо (как правило, баранину (след многовекового турецкого ига), хотя в настоящее время готовят и свинину), которые часто запекают в керамической посуде или жарят на вертеле.

Особое место занимают сыры, которые кладут в салаты (фета), жарят на гриле (халлуми), добавляют в сладкие и пряные блюда (амари) и др. Невозможно представить греческую кухню без йогурта. Он придает особую прелесть соусам, десертам и горячим блюдам. Греческие блюда чрезвычайно ароматны благодаря базилику, розмарину,

ЗНАЧЕНИЕ ПИКТОГРАММ

-  — время приготовления
-  — категория (закуска)
-  — категория (салат)
-  — категория (первое блюдо)
-  — категория (второе блюдо)
-  — категория (соус)
-  — категория (выпечка)
-  — категория (десерт)
-  — простое в приготовлении
-  — сложное в приготовлении

орегано, мяте, кориандру, укропу, петрушке, которые присутствуют практически во всех кушаньях. Примечательно, что блюда греческого стола, отличаясь своеобразным вкусом и запахом, не только не подавляют друг друга, а, напротив, складываются в единое целое.

На 4 порции

200 г козьего сыра
100 г копченой курицы
100 г маслин без
косточек
100 г оливок без
косточек
Душистый перец и соль
по вкусу

40
МИН

*

ФАРШИРОВАННЫЕ ОЛИВКИ И МАСЛИНЫ

- 1 Измельчить куриное мясо в блендере, посолить, поперчить, переложить в кондитерский мешок.
- 2 Нарезать сыр небольшими кубиками.
- 3 Нафаршировать маслины и оливки куриным мясом, нанизать на шпажки вперемешку с сыром.





СКОРДАЛИЯ

1 Нарезать картофель, репчатый лук, морковь и сельдерей крупными кусками, залить водой, посолить и сварить. Отдельно сварить свеклу, очистить и нарезать кружочками.

2 Приготовить из картофеля пюре, добавив 180 мл оливкового масла и лимонный сок.

3 Измельчить чеснок в блендере с добавлением оставшегося растительного масла. Соединить картофель с чесноком, поперчить, перемешать.

Готовое блюдо подать со свеклой, украсить маслинами.

На 10–12 порций

500 г картофеля
200 мл оливкового масла
200 г свеклы
70 мл лимонного сока
70 г моркови
70 г репчатого лука
70 г черешкового сельдерея
50 г чеснока
50 г маслин
Смесь перцев и соль по вкусу

40
МИН



*

5



Закуска

ХУМУС

На 4 порции

500 г нута (бараньего гороха)
100–200 мл оливкового масла
60–120 г тахинной пасты
15–50 г чеснока
35–100 мл лимонного сока
30 г зелени петрушки
Сливочное масло, молотые имбирь, красный перец, паприка, майоран, кумин, кунжут, тмин (выбрать из специй те, что нравятся), соль по вкусу

2–2,5
часа



*

1 Сварить нут, за 2–3 мин до готовности посолить, откинуть на дуршлаг.

2 Переложить горох в блендер, добавить тахинную пасту, лимонный сок, оливковое и сливочное масла, специи, чеснок и измельчить до состояния однородной массы.

Готовое блюдо подать на стол, украсив зеленью петрушки.





СЫРНАЯ ЗАКУСКА

- 1** Нарезать сыр одинаковыми брусочками, пропустить чеснок через чеснокодавилку, измельчить розмарин и перец чили.
- 2** Уложить сыр в банку слоями, перемежая оливками, маслинами, вялеными помидорами, розмарином, чесноком, перцем чили, молотым базиликом и смесью перцев.
- 3** Слегка подогреть оливковое масло, залить им сыр и поместить в холодильник на 1 день. Выложить готовую закуску на блюдо и подать на стол, украсив веточками базилика.

На 6 порций

50 г козьего сыра
500 мл оливкового масла
50 г вяленых помидоров
50 г чеснока
30 г маслин
30 г оливок
30 г базилика
30 г розмарина
Смесь перцев, молотый базилик, перец чили по вкусу

24
часа



*

7



Закуска

На 4 порции

200 г сыра фета
30 мл оливкового масла
160 г консервированных маслин

Смесь сушеных трав (орегано, базилик, кинза и др.), сушеный острый перец по вкусу

**15
МИН**

*

ФЕТА ПСИТИ

1 На фольгу налить немного оливкового масла, выложить на нее сыр, посыпать сушеными травами, острым перцем и завернуть.

2 Поместить подготовленный сыр в разогретую до 180° С духовку и запекать 10 мин.

Готовый сыр подать на стол, полив оставшимся оливковым маслом и украсив консервированными маслинами.





ПИТА С ГИРОСОМ

1 Растворить дрожжи в 100 мл теплой воды, добавить сахар и 1 ст.л. муки. Когда дрожжи поднимутся шапкой, перелить их в миску, добавить оставшуюся воду, всыпать соль, муку и замесить тесто. В последнюю очередь добавить масло и месить, пока тесто не станет гладким и эластичным. Накрывать миску и оставить тесто для подъема на 1–1,5 ч. За это время 1 раз обмять его. Разделить тесто на шарики, раскатать из них лепешки толщиной 5 мм, разложить на сухом противне и дать им подойти. Выпекать питу в духовке, предварительно разогретой до 250° С, 5 мин.

2 Нашинковать лук. Нарезать мясо полосками, отбить кухонным молотком, нарубить соломкой, переложить в миску, перемешать с луком, уксусом, оливковым маслом, солью, майораном, орегано, чабером, кориандром, перцем и мариновать 3 ч. Жарить мясо на сухой сковороде, чтобы оно подрумянилось.

3 Нарезать помидоры кружочками, картофель — брусочками. Жарить его во фритюре. Надрезать питу так, чтобы образовалась полость, влить 2 ст.л. цацики, положить помидоры, картофель и мясо.

На 4 порции

Для питы:

400 г муки
250 мл воды
20 мл оливкового масла
15 г дрожжей
10 г сахара
10 г соли

Для гироза:

500 г картофеля
200 мл оливкового масла
200 г помидоров
200 г соуса цацики
500 г мяса (куриного, телятины и др.)
100 г репчатого лука
20 мл белого винного уксуса
20 мл оливкового масла
Сушеные орегано, майоран, чабер, кориандр, перец чили, соль по вкусу

4
час



*

9



Закуска

На 6 порций

500 г помидоров
500 г огурцов
200 г сыра фета
100 мл оливкового
масла
100 г сладкого перца
красного цвета
70 г маслин
50 г репчатого лука
40 мл лимонного сока
Орегано, молотый
черный перец и соль
по вкусу

25
МИН

*

ГРЕЧЕСКИЙ САЛАТ

- 1** Нарезать огурцы и сладкий перец кусочками, лук — кольцами, помидоры — ломтиками, разложить на блюде, посыпать маслинами.
- 2** Соединить лимонный сок с солью и черным перцем, растереть до растворения соли, затем влить оливковое масло, добавить орегано, перемешать и полить овощи.
- 3** Нарезать сыр кубиками и разложить поверх остальных ингредиентов.





РЕВИТЬЯ

1 Замочить нут в холодной воде на 10–12 ч. Сварить мясной бульон, за 45 мин до готовности добавить нут и крупно нарезанный картофель. Вынуть мясо, нарезать его порционными кусочками, положить обратно в кастрюлю.

2 Нарезать лук кольцами, морковь — соломкой, спассеровать овощи в оливковом масле до золотистого цвета.

3 Когда картофель станет мягким, положить в бульон обжаренные овощи, лавровый лист, растертый кумин, соль, перец и оставить на небольшом огне еще на 5 мин.

При подаче на стол блюдо посыпать измельченной зеленью петрушки.

На 6 порций

600 г баранины на косточке
200 г нута
200 г картофеля
100 г моркови
100 г репчатого лука
30 г зелени петрушки
20 мл оливкового масла
Лавровый лист, кумин, молотый черный перец и соль по вкусу

2–2,5
часа



*

ГУВЕЦИ

На 4 порции

1 л мясного бульона
500 г свинины
300 г крифараки
150 г помидоров
100 г репчатого лука
100 мл вина
100 мл оливкового масла
70 г моркови
70 г сладкого перца
50 г чеснока
Лавровый лист, зелень петрушки, сушеный базилик, корица, молотый душистый перец, соль по вкусу

1,5–2
часа



*

- 1 Нарезать мясо брусочками, лук — кубиками, сладкий перец — кольцами, натереть морковь, измельчить петрушку, помидоры и чеснок.
- 2 Спассеровать лук в оливковом масле до золотистого цвета, поочередно положить морковь и сладкий перец. Добавить к овощам мясо, чеснок, посолить, поперчить, через 2–3 мин влить вино, держать на слабом огне, пока жидкость не выпарится.
- 3 Залить продукты бульоном, положить лавровый лист, помидоры, базилик, корицу и готовить 1 ч.
- 4 Насыпать в глиняные горшочки крифараки, залить мясным соусом (он должен покрыть макароны примерно на два пальца) и, не перемешивая, поместить в духовку, предварительно разогретую до 250° С, на 30 мин.

При подаче на стол блюдо украсить зеленью петрушки.





КОЛОКИФАКЪЯ ГЕМИСТА

- 1** Аккуратно вынуть из кабачков мякоть, оставив стенки толщиной не менее 5 мм. Нарезать мякоть кабачков, лук, зелень петрушки и укропа, соединить с фаршем и рисом, посолить, поперчить, перемешать и нафаршировать кабачки.
- 2** Положить кабачки в кастрюлю, влить оливковое масло и столько воды, чтобы она покрыла овощи. Варить 40 мин.
- 3** Отжать из лимонов сок, добавить яйца, влить 100 мл бульона, в котором варились кабачки, взбить и варить на слабом огне, не доводя до кипения, пока соус не загустеет.

При подаче на стол полить кабачки соусом, посыпать нарезанными кубиками помидорами и сладким перцем, украсить кольцами лука и зеленью укропа.

На 6 порций

1 кг кабачков
500 г бараньего фарша
120 г лимонов
100 г риса
100 мл оливкового масла
100 г репчатого лука
100 г сладкого перца
100 г помидоров
2 яйца
Зелень петрушки и укропа, молотый черный перец и соль по вкусу

1-1,5
часа



**

13

■ Второе блюдо

На 6 порций

500 г говяжьего
(свиного, бараньего)
фарша
250 мл йогурта
200 г виноградных
листьев
150 г риса
70 г репчатого лука
70 г зелени петрушки
70 г зелени укропа
70 г мяты
50 г грецких орехов
Тимьян, молотый
черный перец и соль по
вкусу

**2,5
часа**

*

ДОЛМАДЕС

- 1** Припустить рис, откинуть его на дуршлаг. Нашинковать лук, укроп, петрушку и мяту, измельчить орехи.
- 2** Соединить петрушку, укроп, мяту, лук, фарш, посолить, поперчить, добавить тимьян, перемешать. Залить кипятком виноградные листья, оставить на 5 мин, затем вынуть, обсушить, обрезать черешки.
- 3** Лист положить прожилками вверх, на него — 2 ст. л. фарша, завернуть в тугий цилиндр, заправить с обоих концов.
- 4** Выложить долмадес в кастрюлю, влить столько воды, чтобы она доходила до середины цилиндров, посолить, поперчить, придавить тарелкой и варить 40 мин.

При подаче на стол полить блюдо йогуртом.





БИФТЕКЪЯ

- 1** Измельчить в блендере лук и чеснок, соединить с фаршем, добавить орегано, кориандр, панировочные сухари, посолить, поперчить, перемешать и сформовать котлеты.
- 2** Разрезать клубни картофеля на несколько частей, полить оливковым маслом, посыпать солью, перцем, орегано.
- 3** Положить картофель в форму вперемешку с котлетами, влить воду, запекать в духовке, предварительно разогретой до 180° С, 60–70 мин. За 5 мин до готовности полить блюдо лимонным соком.

Гарнировать готовое блюдо помидорами черри, листьями салата и базилика.

На 4 порции

500 г мясного фарша (говяжьего, бараньего и др.)
500 г картофеля
150 г репчатого лука
100 г помидоров черри
50 г листьев салата
50 г чеснока
30 мл лимонного сока
45 г панировочных сухарей
40 мл оливкового масла
20 мл воды
Базилик, орегано, кориандр, молотый черный перец и соль по вкусу

1,5
часа



*

15

■ Второе блюдо

ПРАСОРИЗО

На 6 порций

500 г риса
300 г лука-порей
100 г сладкого перца
100 мл оливкового масла
100 г черешкового сельдерея
20–30 г томатной пасты
20 г чеснока
Молотый кориандр,
молотый черный перец
и соль по вкусу

40–60
МИН



*

- 1 Крупно нарезать сладкий перец, сельдерей и лук-порей.
- 2 Нагреть в кастрюле оливковое масло, жарить в нем лук-порей 2 мин, затем добавить чеснок, молотый перец, томатную пасту, сладкий перец и сельдерей, через 2–3 мин всыпать рис, влить воду (она должна быть выше примерно на 2 пальца), посолить.
- 3 Варить 30–35 мин на слабом огне, за 5 мин до готовности положить кориандр и перемешать.





СУВЛАКИ

1 Нарезать мясо кусочками, посолить, поперчить, полить оливковым маслом и лимонным соком, перемешать, оставить для маринования на 2,5 ч.

2 Нанизать мясо на шпажки и запекать в духовке или на гриле 15–20 мин.

Блюдо подать на стол с ломтиками лимона.

На 4 порции

800 г свинины
(куриного мяса и др.)
60 мл лимонного сока
50 мл оливкового
масла
Лимон, молотый
черный перец, соль
по вкусу

3
часа



17

■ Второе блюдо

На 2 порций

Цветки кабачков
500 г куриного филе
100 г репчатого лука
100 мл оливкового
масла
20 г базилика
Молотый черный
и красный перец, соль
по вкусу
Для кляра:
120 мл молока
2 яйца
Мука
Соль по вкусу

**45-60
МИН**

КОЛОКИФОКОР- ФАДЕС ГЕМИСТЕС

- 1** Удалить из цветков пестик и плотную часть чашелистиков.
- 2** Пропустить мясо с луком через мясорубку, посолить, поперчить, перемешать.
- 3** Положить в цветки по 1,5 чайной ложки фарша, запанировать в муке, обмакнуть в кляр и жарить в оливковом масле под крышкой до золотистого цвета.
- 4** Для приготовления кляра добавить в молоко яйца, посолить, всыпать столько муки, чтобы получилась масса, напоминающая по консистенции жидкую сметану.

Готовое блюдо украсить листиками базилика.





ПАСТИЦИО

1 Отварить букатини (на 2 мин меньше, чем по инструкции), влив в воду половину оливкового масла. Откинуть их на дуршлаг. Нагреть сковороду, обжарить фарш, всыпав корицу, орегано, красный и черный перец, соль.

2 Очистить помидоры от семян и кожицы, измельчить вместе с луком в блендере, добавить к фаршу, влить воду и тушить до испарения жидкости. Отдельно обжарить муку со сливочным маслом, влить струйкой молоко, растереть, чтобы не было комочков, посолить, поперчить, добавить мускатный орех и готовить, пока соус не загустеет. Взбить яйца и, непрерывно помешивая, ввести их в соус. Измельчить сыр на терке.

3 Смазать форму оставшимся оливковым маслом, ровным слоем разложить букатини, равномерно распределить мясо, полить соусом, посыпать сыром и запекать в духовке, предварительно разогретой до 180° С, 35–40 мин.

Подать блюдо со свежими помидорами и огурцами.

На 6 порций

600 г фарша (говяжьего и др.)
400 г помидоров
250 г букатини
100 г репчатого лука
100 мл воды
40 мл оливкового масла
Орегано, корица, молотый черный и красный перец, соль по вкусу

Для соуса:
500 мл молока
150 г пармезана
75 г сливочного масла
75 г муки
2 яйца
Молотый белый перец, мускатный орех, соль по вкусу

1
час



*

19

■ Второе блюдо

На 4 порции

700 г говядины
(баранины, мяса кролика)
300 г репчатого лука
300 г помидоров
200 мл сухого красного вина
200 мл воды
100 мл оливкового масла
Розмарин, лавровый лист, орегано, гвоздика, соль по вкусу

**2
часа**

*

СТИФАДО

- 1** Нарезать мясо кубиками среднего размера, обжарить в половине оливкового масла, влить вино, тушить под крышкой 1 ч.
- 2** Нарубить лук, очищенные от кожицы помидоры нарезать кубиками. Спассеровать лук в оставшемся оливковом масле до золотистого цвета, добавить помидоры и держать на среднем огне 3–5 мин.
- 3** Соединить мясо с овощами, добавить орегано, гвоздику, лавровый лист, соль, влить воду и томить на слабом огне 1 ч.

Блюдо подать на стол, украсив веточкой розмарина.





ГИРОС С ЦАЦИКИ

1 Нарезать мясо тонкими ломтиками, выложить на противень, застеленный бумагой для выпечки, посыпать солью, перцем и готовить в духовке, предварительно разогретой до 180° С, 30 мин.

2 Нарезать картофель брусочками и жарить во фритюре.

Подать мясо с картофелем и цацики, посыпав измельченной петрушкой и украсив кружочком огурца и веточкой розмарина.

На 4 порции

1 кг свинины
500 мл оливкового масла
400 г картофеля
200 г цацики (рецепт см. далее)
Розмарин, зелень петрушки, молотый черный перец, соль по вкусу

45
МИН



*

21

■ Второе блюдо

ПАПУЦАКИ

На 3 порции

800 г свиного фарша
800 г баклажанов
200 г помидоров
200 мл сухого красного вина
100 г репчатого лука
100 мл оливкового масла

1 палочка корицы
Базилик, молотый
черный перец и соль
по вкусу

Для соуса:

500 мл молока
75 г муки
75 г сливочного масла
2 яйца

Мускатный орех,
молотый черный перец,
соль по вкусу

1
час

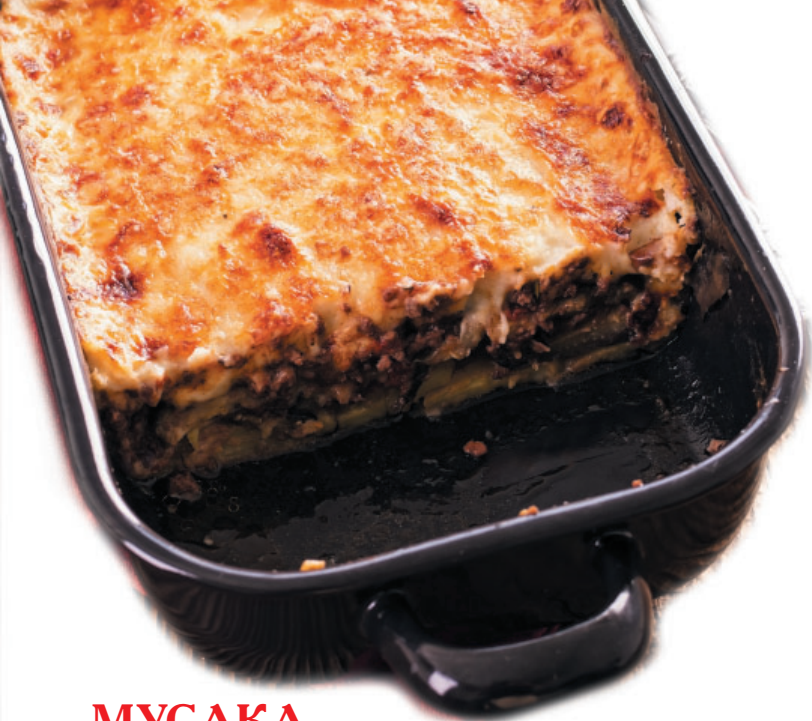


*

- 1 Разрезать баклажаны вдоль пополам, залить соленой водой и оставить на 30 мин.
- 2 Удалить из баклажанов часть мякоти. Нашинковать лук, очистить помидоры от кожицы и нарезать кубиками.
- 3 Нагреть оливковое масло, жарить в нем фарш с добавлением вина, лука, помидоров, корицы, соли и перца. Из готового фарша вынуть корицу.
- 4 Растопить сливочное масло, спассеровать муку до золотистого цвета, влить молоко и варить до загустения. Слегка остудить, добавить яйца, соль, перец, мускатный орех и перемешать.
- 5 Наполнить баклажаны фаршем, полить соусом и запекать в духовке, предварительно разогретой до 180° С, 30 мин.

Подать папуцаки с картофелем фри, помидорами, украсив зеленью базилика.





МУСАКА

1 Нарезать баклажаны кружочками, посолить, оставить на 20 мин, чтобы удалить горечь. Нарезать картофель кружочками, обжарить в половине оливкового масла, посолить, переложить в форму для запекания ровным слоем.

2 Нашинковать лук, спассеровать его в 50 мл масла до золотистого цвета, затем добавить нарезанный кольцами сладкий перец, фарш и держать на среднем огне 10 мин. Ввести помидоры, предварительно очищенные от кожицы и нарезанные кубиками, посолить, поперчить, готовить еще 15 мин, после чего выложить на картофель.

3 Измельчить мяту, орегано, петрушку, натереть сыр. Обжарить баклажаны в оставшемся масле, накрыть ими фарш, посыпать зеленью и сыром, полить соусом бешамель и запекать в духовке, разогретой до 180° С, 45–60 мин.

На 4 порции

500 г картофеля
300 г бараньего фарша
300 г соуса бешамель
200 г сыра
200 г баклажанов
200 мл оливкового масла
100 г помидоров
100 г сладкого перца
100 г репчатого лука
Мята, зелень петрушки, орегано, молотый черный перец и соль по вкусу

2
часа



*

23

■ Второе блюдо

На 4 порции

500 г цукини
50 г репчатого лука
150 г панировочных
сухарей
150 г сыра
100 мл оливкового
масла
2 яйца
Зелень укропа
и петрушки, мята,
молотый черный перец
и соль по вкусу

**30
МИН**

*

КОЛОКИФОКЕ- ФТЕДЕС

- 1** Натереть цукини и лук, посолить, отжать выделившийся сок. Измельчить на терке сыр, нарезать укроп, петрушку и мяту.
- 2** Соединить цукини, сыр, панировочные сухари, яйца, зелень, посолить, поперчить, перемешать.
- 3** В подогретое оливковое масло выкладывать массу из цукини ложкой и жарить до румяной корочки с двух сторон.





ЦАЦИКИ

- 1** Очистить огурцы от кожицы и натереть на крупной терке.
- 2** Измельчить укроп и петрушку. Чеснок растереть с солью.
- 3** Соединить огурцы с зеленью, чесноком и йогуртом, посолить, поперчить, влить оливковое масло и перемешать.

При подаче на стол соус украсить кусочками огурца и зеленью укропа.

На 6 порций

500 г огурцов
200 мл несладкого йогурта
50 г зелени укропа
50 г зелени петрушки
30 мл оливкового масла
20 г чеснока
Молотый черный перец
и соль по вкусу

10
МИН



**

25



Соус

На 3 порции

350 мл воды
300 г сахара
150 г сахарной пудры
50 г крахмала
2 г лимонной кислоты
Ванилин, пищевой
краситель по вкусу

**40
МИН**

*

ЛУКУМ

- 1** Обильно посыпать форму, в которой будет застывать лукум, сахарной пудрой.
- 2** Соединить сахар и крахмал, влить воду, перемешать, варить на среднем огне до загустения, затем добавить лимонную кислоту, ванилин и краситель, перемешать.
- 3** Когда масса загустеет настолько, что будет легко сохранять приданную форму, вылить смесь в форму с сахарной пудрой и разровнять.

Застывший лукум нарезать кубиками и посыпать сахарной пудрой.





МЕЛОМАКАРОНА

- 1** Добавить в воду сахар, корицу и разрезанный на 2 части апельсин, кипятить 1 мин, затем снять с огня, ввести мед и остудить.
- 2** Соединить апельсиновый сок, коньяк, оливковое масло, растопленное сливочное масло, апельсиновую цедру, сахарную пудру, всыпать муку, смешанную с содой, и замесить тесто, не допуская, чтобы на его поверхности выступило масло.
- 3** Сформовать из теста овалы, разложить их на противне, застеленном бумагой для выпечки, наколоть вилкой и выпекать в духовке, разогретой до 180° С, 25–30 мин. Процедить сироп, погрузить в него горячее печенье на 1 мин, обсушить на решетке.

Выложить печенье на блюдо слоями, смазывая каждое медом и посыпая измелченными грецкими орехами.

На 20 порций

1,2 кг муки
550 мл оливкового масла
400 мл апельсинового сока
100 г грецких орехов
50 г меда
50 г сливочного масла
50 мл коньяка
30 г сахарной пудры
20 г апельсиновой цедры
15 г пищевой соды

Для сиропа:
500 мл воды
500 г сахара
150 г апельсина
100 г меда
2 палочки корицы

1
час



*

27

Выпечка

ЛУКУМАДЕС

На 2 порции

650 г муки
500 мл молока (или воды)
500 мл оливкового масла
2 яйца
25–30 г дрожжей
5 г соли
5 г сахара
Молотая корица и грецкие орехи по вкусу
Для сиропа:
650 г сахара
320 мл воды
70 г меда
20 г лимонной цедры
5 мл лимонного сока

1–1,5
часа



*

1 Залить дрожжи теплой водой, всыпать сахар и немного муки. Когда дрожжи поднимутся, добавить молоко, яйца, соль, муку и замесить эластичное тесто. Оставить его в теплом месте для подъема.

2 В подогретом оливковом масле жарить пончики, опуская тесто ложкой во фритюр. Выложить готовые пончики на салфетку, чтобы стек лишний жир.

3 Сварить сироп из воды, сахара, лимонного сока и цедры, в конце (за 5–7 мин до готовности) добавить мед.

Полить пончики сиропом, посыпать корицей и орехами.





СПАНАКОПИТА

1 Нашинковать зеленый лук и лук-порей, порвать шпинат руками, припустить зелень в кастрюле на слабом огне. Когда она уменьшится в объеме, откинуть ее на дуршлаг. Измельчить укроп.

2 Раскрошить сыр, добавить зелень, яйца, поперчить, посолить, всыпать укроп и перемешать. Обильно смазать форму для запекания оливковым маслом.

3 Разделить тесто на две части (его можно разделить и в виде треугольных пирожков), поместить один пласт в форму, смазать маслом и повторять процедуру, пока не закончится первая часть теста. Равномерно распределить на нем начинку и накрыть оставшимся тестом, действуя так же, как и раньше.

4 Печь пирог 20 мин в духовке, разогретой до 200° С, потом снизить температуру до 170° С и готовить спанакопиту еще 15–20 мин.

На 8 порций

500 г теста «фило»
(или слоеного
дрожжевого теста)
100 мл оливкового
масла

Для начинки:

1 кг шпината
500 г лука-порея
500 г сыра фета
150 г зеленого лука
50 г зелени укропа
4 яйца
Молотый черный перец
и соль по вкусу

1
час



*

29



Выпечка

На 10 порций

500 г теста «фило»
300 г грецких орехов
250 г сливочного
масла
Молотая корица по
вкусу

Для сиропа:
250 мл воды
200 г сахара
20 мл лимонного сока

**1,5
часа********

БАКЛАВА

1 Всыпать в воду сахар, влить лимонный сок и варить сироп 10 мин. Измельчить орехи в блендере, но не до состояния муки.

2 Растопить сливочное масло, смазать им форму, поместить в нее 2 листа теста (остальное накрыть полотенцем, иначе оно быстро высохнет), смазать маслом. Выложить таким образом половину теста. Равномерно распределить на нем орехи и выложить оставшееся тесто, смазывая слои сливочным маслом. Надрезать всю заготовку примерно до половины в виде прямоугольников.

3 Выпекать баклаву в духовке, предварительно разогретой до 180° С, 25 мин, затем снизить температуру до 160° С и готовить еще 25 мин. Готовое изделие разрезать, ориентируясь на сделанные надрезы, налить по срезам сироп, накрыть фольгой и оставить на 4 ч при комнатной температуры, чтобы баклава пропиталась.





ГАЛАТОПИТА

1 Вскипятить молоко, добавить сахар, лимонную цедру, манную крупу и варить, пока масса не приобретет консистенцию густого крема. Слегка остудить, ввести сливочное масло и яйца, перемешать.

2 Выложить в смазанную оливковым маслом форму 4–5 пластов теста, каждый промазывая оливковым маслом. Сформовать бортики, заполнить углубление кремом, посыпать корицей или ванилином и выпекать в духовке, предварительно разогретой до 180° С, 45 мин.

Подать блюдо на стол, посыпав сахарной пудрой.

На 4 порции

1 л молока
500 г теста «фило» (или слоеного)
250 г сахара
200 мл оливкового масла
170 г сливочного масла
125 г манной крупы
50 г сахарной пудры
20 г лимонной цедры
3 яйца
Молотая корица или ванилин по вкусу

1,2
часа



*

31



Выпечка

*Практическое издание
Азбука национальной кулинарии*

Семенова Светлана Владимировна

Греческая кухня

Шеф-редактор *А. Боровик*

Редактор *Е. Биркина*

Выпускающий редактор *Е. Крылова*

Фотограф *В. Водяницкий*

В оформлении обложки использованы материалы

по лицензии © *shutterstock.com*

Компьютерная верстка: *Н. Кочетова*

Корректор *О. Боякова*

Издание подготовлено при участии ООО «Абсолют-Юни»

Издание не содержит в себе информацию, причиняющую вред здоровью и (или) развитию детей, и информацию, запрещенную для распространения среди детей. В соответствии с пунктом 4 статьи 11 Федерального закона от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ знак информационной продукции не ставится

Подписано в печать 23.09.2013 г.

Формат 60x90/16. Гарнитура «HeliosExtLight». Усл. печ. л. 2,0

Тираж 7000 экз.

Заказ №

Адрес электронной почты: info@ripol.ru

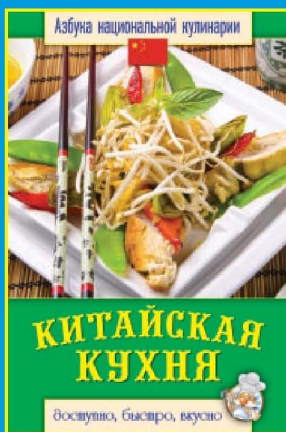
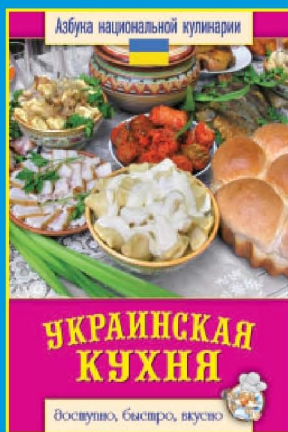
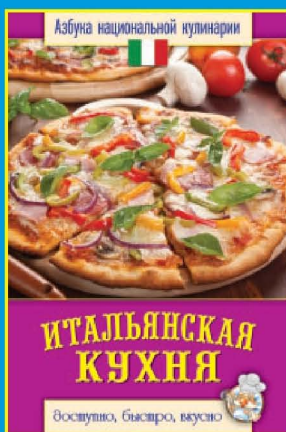
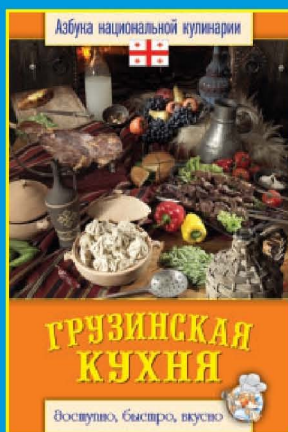
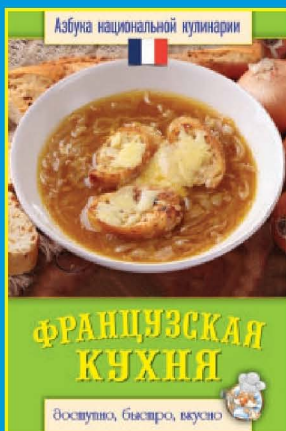
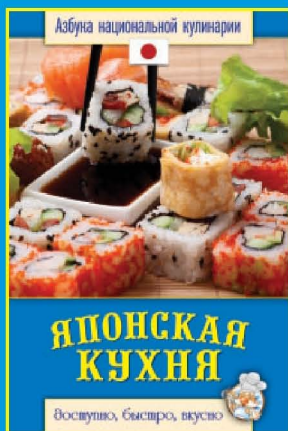
Сайт в Интернете: www.ripol.ru

ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик»
109147, г. Москва, ул. Большая Андроньевская, д. 23

Отпечатано в ОАО «Кострома», 156010, г. Кострома,
ул. Самоковская, д. 10



ГРЕЧЕСКАЯ КУХНЯ



ISBN 978-5-386-06952-0



9 785386 069520



РИТОЛ
КЛАССИК

