



# Рулет куриный с фисташками



## На 6–8 порций:

Цыпленок • 1 шт. (1–1,2 кг)

Сливки 33%-ные • 100 г

Фисташки • 2 ст. л.

Орех мускатный • ¼ шт.

Соль, перец • по вкусу

Белок • ½ шт.

Помидоры черри • 1–3 шт.

Зелень • по вкусу

## Кухонные

приспособления: блендер

1

Цыпленка промыть, обсушить, удалить две фаланги крыльев, оставив первые. Разрезать мякоть по спинке до позвоночной кости.

2

Подрезая, снять мякоть с кожей с костей. Удалить кости из оставшихся фаланг крыла и из ножек.



**3** Грудку срезать вдоль, примерно пополам. Срезанную мякоть произвольно нарезать, посолить, положить в блендер.

**4** Отделить яичный белок от желтка, влить белок в блендер. Натереть мускатный орех на мелкой терке прямо в смесь в блендере. Измельчить массу в блендере. В три приема ввести в нее сливки (по консистенции масса должна быть похожа на сметану).

**5** Фисташки бросить в небольшое количество кипящей воды. Проварить 1 мин. Воду слить. Орехи очистить от кожицы.

**6** Мякоть цыпленка посолить, поперчить (при желании натереть чесноком). Выложить сверху измельченную в блендере массу и разровнять по всей поверхности. На массу произвольно выложить очищенные фисташки. Массу свернуть рулетом.

**7** Завернуть в пищевую пленку, придав форму батона. Закрепить концы при помощи шпагата.

**8** Варить в кипящей воде 40 мин с момента закипания. Готовый рулет охладить под грузом, снять пленку, нарезать на кружочки. Украсить помидорами черри и зеленью. Отдельно подать соус, хрен или хрен со сливками.



## Соус из авокадо со сметаной и чесноком

Авокадо (мягкое) • 1 шт.

Сметана • 150 г

Укроп рубленый • 1–2 ст. л.

Чеснок • 1–2 зубчика

Соль • по вкусу

**Кухонные приспособления:** венчик

**1** Авокадо вымыть. Очистить от кожуры, протереть через сито, смешать со сметаной, солью, рубленым чесноком и зеленью.

**2** Взбить венчиком. По желанию можно добавить соус «Табаско» или красный молотый перец.



**Подавать к мясу, птице, отварным овощам.**





# Запеканка творожная с абрикосовым соусом

## На 2 порции:

Творог • 280 г  
Крупа манная • 1 ст. л.  
Сахар • 2 ст. л.  
Соль • щепотка  
Яйцо • 1 шт.  
Сметана • 1 ст. л.  
Цедра апельсина • ½ ч. л.  
Сметана для смазки • 1 ч. л.  
Курага • 10 шт.  
Масло сливочное • 10 г  
Ягоды • для украшения

**Кухонные приспособления:** блендер

**1** Взбить яйцо. Творог протереть через сито, влить яйцо. Смесь посолить, всыпать сахар. Добавить цедру апельсина.



**2** Добавить в смесь манную крупу, сметану, перемешать все ингредиенты. Выложить в смазанную маслом форму. Сверху смазать сметаной и запекать в духовке при температуре 160 °С 30 мин.

**3** Для соуса курагу промыть. Поварить в небольшом количестве воды до мягкости. Затем измельчить в блендере вместе с отваром. Украсить готовую запеканку ягодами и полить соусом.



**Если дрожжевое тесто** медленно поднимается, а времени ждать нет, сформируйте пирожки, а потом противень с ними поставьте на 45 мин в теплую духовку (40 °С), а после увеличьте температуру до 180 °С и выпекайте столько времени, сколько требуется по рецепту.

**Готовый пирог** можно разогреть в несильно нагретой духовке, подсунув кусочек сливочного масла под верхнюю корочку.

**Тесто не будет липнуть к рукам**, если их предварительно протереть растительным маслом.