

С81 100 лучших рецептов блюд из баклажанов и кабачков. — Москва : Эксмо, 2015. — 48 с. : ил. — (Кулинария. 100 лучших рецептов).

УДК 641/642
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-81027-7

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2015

Издание для досуга

КУЛИНАРИЯ. 100 ЛУЧШИХ РЕЦЕПТОВ

100 ЛУЧШИХ РЕЦЕПТОВ БЛЮД ИЗ БАКЛАЖАНОВ И КАБАЧКОВ

“

Авторы рецептов:

Бразовская Ю., Голенков П., Григорчик М., Дятлова Ж., Кабанов А., Каленик А., Король М., Лисецкая А., Мелюх И., Савкова Р., Чикилевский А., Савинова Н.

В книге использованы фото: *Рутковский В., Демура Д.*

Фото на переплете: *А. Васильев. Н. Серебрякова*

Ответственный редактор *А. Братушева*
Художественный редактор *В. Терещенко*

ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86, 8 (495) 956-39-21.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндіруші: «ЭКМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.
Тел. 8 (495) 411-68-86, 8 (495) 956-39-21
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru.

Тауар белгісі: «Эксмо»
Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.
Тел.: 8(727) 2 51 59 89,90,91,92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.
Сертификация туралы ақпарат сайтта: www.eksmo.ru/certification

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:
ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: reception@eksmo-sale.ru

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»
E-mail: international@eksmo-sale.ru

International Sales: International wholesale customers should contact
Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.
international@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном оформлении, обращаться по тел.: +7(495) 411-68-59, доб. 2261, 1257.
E-mail: ivanova.ey@eksmo.ru

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить по адресу: <http://eksmo.ru/certification/>

Өндірген мемлекет: Ресей
Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 21.05.2015. Формат 60x84¹/₈.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 5,6.

Тираж экз. Заказ

В электронном виде книга издательства Эксмо вы можете купить на www.litres.ru

ЛитРес:
Один клик до книги



ISBN 978-5-699-81027-7



БАКЛАЖАННЫЕ ПОЛОСКИ С ТРАВАМИ И ЧЕСНОКОМ



20 мин + 30 мин
на замачивание
баклажанов

2 баклажана, 2 ч. л. сухой смеси любых
пряных трав. **Соус:** 3 зубчика чесно-
ка, 2 ст. л. сметаны, 1 ст. л. майонеза,
1 ст. л. рубленого укропа, соль, свежемолотый
черный перец — по вкусу



4-6

1 Проткнуть баклажаны зубочисткой в нескольких местах и залить холодной очень соленой водой на 30 мин.

2 Обсушить баклажаны и нарезать вдоль пластинками толщиной не более 0,5 мм.

3 Хорошо разогреть сковороду гриль и подпечь баклажаны с двух сторон. Измельчить чеснок.

4 Смешать сметану с майонезом, чесноком, укропом, посолить и поперчить по вкусу.

5 Выложить готовые баклажаны в емкость в один слой, смазать соусом и обильно присыпать пряными травами.

6 Выложить следующий слой баклажанов, смазать соусом и присыпать пряными травами.

7 Перевернуть емкость с баклажанами на плоскую тарелку так, чтобы нижний слой овощей оказался сверху и подать.



БАКЛАЖАННЫЕ РУЛЕТКИ С ЧЕСНОКОМ, ЗЕЛЕНЬЮ И ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ



30 мин

1 баклажан, 50 мл растительного масла. **Начинка:**
1 помидор, 1 красная луковица, 2 зубчика чеснока,
50 г очищенных грецких орехов, 20 г рубленого
укропа, 20 г рубленой кинзы, 20 г рубленой петрушки,
соль, свежемолотый черный перец — по вкусу.



4

Для подачи: 1 стручок перца чили, 1/2 стакана
зерен граната

1 Нарезать баклажан вдоль тонкими пластинками, посолить и оставить на 5 мин, чтобы ушла горечь. Промыть пластинки баклажана, обсушить и обжарить на растительном масле до мягкости и золотистости.

2 Очистить помидор от кожицы. Мелко нарезать лук, перец чили — колечками. Измельчить помидор, чеснок и грецкие орехи по отдельности.

3 Перемешать измельченные помидор, чеснок, грецкие орехи, зелень, лук, посолить и поперчить.


4 Выложить начинку на ломтики баклажана и свернуть рулетики.

5 Украсить рулетики зернами граната, колечками перца чили и подать.





ПОСТНЫЕ РУЛЕТКИ ИЗ БАКЛАЖАНОВ С МОРКОВЬЮ

 20 мин : 1 баклажан, 50 г пшеничной муки, 50 мл растительного масла. **Начинка:** 1 морковь, 50 мл растительного масла, 2 зубчика чеснока, соль, свежемолотый черный перец — по вкусу. **Для подачи:** рубленый укроп

1 Нарезать баклажан вдоль тонкими пластинками, посолить и оставить на 5 мин, чтобы ушла горечь. Промыть пластинки баклажана, обсушить и обвалить в муке.

2 Обжаривать пластинки баклажана на растительном масле до мягкости и золотистости. Промокнуть бумажными полотенцами лишний жир.

3 Натереть морковь на крупной терке и обжаривать на растительном масле до готовности. Измельчить чеснок.

4 Посолить и поперчить морковь. Добавить в конце обжаривания чеснок.

5 Положить на каждую пластинку баклажана немного моркови.

6 Свернуть рулетики, посыпать укропом и подать.



«ПАВЛИНИЙ ХВОСТ»

 30 мин : 1 баклажан, 2 помидора, 2 огурца, 100 г маслин без косточек, 2 ст. л. пшеничной муки, 4 ст. л. растительного масла. **Соус:** 100 г майонеза средней жирности, 2 зубчика чеснока, рубленый укроп, соль, свежемолотый черный перец — по вкусу

1 Нарезать баклажан кружочками толщиной до 1 см, посолить и оставить на 5 мин, чтобы ушла горечь. Промыть кружочки баклажана, обсушить и обвалить в муке.

2 Обжаривать кружочки баклажана на растительном масле до мягкости и золотистости. Промокнуть бумажными полотенцами лишний жир.

3 Нарезать помидоры и огурцы тонкими кружочками.

4 Разрезать маслины вдоль пополам.

5 Мелко порубить чеснок.

6 Смешать майонез с чесноком и укропом, посолить и поперчить.

7 Выложить на блюдо друг на друга по одному кружочку баклажана, помидора, огурца и половинке маслины, промазывая слои майонезом, в виде веера.



Дип ИЗ БАКЛАЖАНОВ С ОРЕХАМИ И КОНСЕРВИРОВАННОЙ ФАСОЛЬЮ

🕒 30 мин

🍴 2

2 баклажана, 50 г консервированной красной фасоли без жидкости, 30 г грецких орехов, 20 мл оливкового масла, 1 зубчик чеснока, соль, свежемолотый черный перец — по вкусу. **Для подачи:** хлебные гренки, рубленая зелень

1 Разрезать баклажаны вдоль пополам. Нарезать чеснок пластинками.

2 Надрезать мякоть баклажанов и вложить в разрезы чеснок. Посолить, поперчить, сбрызнуть оливковым маслом половинки баклажанов и запекать 10 мин.

3 Слегка измельчить грецкие орехи и обжарить на сухой сковороде.

4 Извлечь мякоть из половинок баклажанов, поместить в чашу блендера, влить оставшееся оливковое масло и измельчить. Разделить массу пополам.

5 Добавить в одну половину баклажановой массы орехи, а в другую — консервированную фасоль. Отдельно перемешать массы, украсить зеленью и подать с гренками.



АДЖАПСАНДАЛИ

🕒 30–40 мин

🍴 4

3 баклажана, 2 помидора, 2 болгарских перца, 3 луковицы, 1 стручок перца чили, 2 зубчика чеснока, 40 мл растительного масла, рубленая зелень базилика и кинзы, соль — по вкусу

1 Запекать баклажаны и болгарские перцы 20 мин в духовом шкафу при 180 °С. Вынуть, остудить овощи и очистить от кожицы.

2 Крупно нарезать мякоть запеченных баклажанов и перцев.

3 Нарезать лук мелкими кубиками и ошпарить.

4 Измельчить чеснок.

5 Обдать кипятком помидоры, поместить в холодную воду, снять кожицу и крупно нарезать мякоть.


6 Смешать нарезанные ингредиенты и заправить растительным маслом.

7 Соединить овощи и зелень. Посыпать солью и мелко рубленным перцем чили, перемешать и подать.






САЦИВИ С БАКЛАЖАНАМИ

 1 ч : 4–5 баклажанов. **Соус:** 3 луковицы, 150 г очищенных грецких орехов, 200 мл воды, 100 мл гранатового сока, 3 ст. л. растительного масла, 1 стручок перца чили, 3–4 зубчика чеснока, 1 ч. л. хмели-сунели, соль — по вкусу. **Для подачи:** рубленая зелень кинзы и базилика

- 1 Сделать глубокие надрезы на баклажанах вдоль по середине.
- 2 Бланшировать баклажаны 20–25 мин в кипящей воде под крышкой на слабом огне.
- 3 Выложить отваренные баклажаны на дуршлаг, остудить и слегка отжать.
- 4 Измельчить орехи, чеснок, перец чили (без семян) и перемешать. Добавить хмели-сунели.
- 5 Влить в полученную смесь гранатовый сок и воду, посолить.
- 6 Мелко нарезать лук, обжаривать на растительном масле до золотистости. Добавить в сковороду орехово-гранатовый соус и довести до кипения.
- 7 Выложить баклажаны на тарелку. Ввести в надрезы орехово-гранатовый соус и дать остыть.
- 8 Украсить готовое блюдо зеленью. Подавать холодным.



ВЕРРИНЫ С БАКЛАЖАНАМИ И БРЫНЗОЙ

 40 мин : 1 баклажан, 50 г размятой брынзы, 2 зубчика чеснока, 1 ст. л. оливкового масла, 1 ч. л. бальзамического уксуса, 1 ч. л. ворчестерского соуса, рубленый укроп, щепотка тимьяна, соль, свежемолотый черный перец — по вкусу. **Для подачи:** гренки из черного хлеба

- 1 Разрезать баклажан вдоль пополам, надрезать мякоть острым ножом решеткой, не повреждая кожицу.
- 2 Сбрызнуть половинки баклажана оливковым маслом, посыпать тимьяном и запекать в духовом шкафу 20 мин при 180 °С. Вынуть, дать остыть и извлечь мякоть.
- 3 Измельчить чеснок.
- 4 Порубить мякоть баклажана и добавить чеснок.
- 5 Влить в смесь бальзамический уксус и ворчестерский соус, посолить и поперчить.
- 6 Выложить в стеклянный стакан баклажановую массу, сверху — брынзу и укроп. Подать с гренками.

