

Технологія приготування страв з птиці



**Методичний посібник «Технологія приготування страв з птиці»
Дмитришин І.В., 2020р**

Справжні котлети по-київськи



Інгредієнти:

куряче філе - 1 кг;
вершкове масло - 120 г;
кріп - 60 г;
сік лимона - 1 ст. л.;
яйця - 4-5 шт.;
панірувальні сухарі;
сіль;
чорний перець;
борошно;
рослинне масло.

Процес приготування справжніх котлет по-київськи.

1. Готуємо начинку. В розм'якшене вершкове масло додати подрібнений кріп і видавити сік лимона. Перемішати. Столовою ложкою формуємо начинку і викладаємо на тарілку, накрити харчовою плівкою. Відправляємо в морозильну камеру на 15-20 хвилин.



2. Підготуємо куряче філе. Велике куряче філе розріжемо уздовж і розріжемо посередині. Викладаємо його на дошку зовнішньою частиною вниз, накриваємо харчовою плівкою і відбиваємо його гладкою стороною молотка, щоб не пошкодити м'ясо. Відбиваємо куряче філе у пласт товщиною 3-4 мм.



3. Потім солимо і перчимо.



4. Заморожену начинку щільно загортаємо в мале куряче філе, потім перекладаємо на велике куряче філе і формуємо котлету.



5. Котлети обвалюємо в борошні з усіх сторін. Потім відправляємо 2-3 рази в яйце і панірувальні сухарі, щоб при смаженні масло залишалося всередині.



6. Підготовлені котлети відправляємо в розпечену рослинну олію і обсмажуємо 3-4 хвилини



7. Перекладаємо котлети у форму і відправляємо в розігріту до 200 градусів духовку на 15-20 хвилин.



Курячі рулетики з начинкою в духовці



Інгредієнти:

куряче філе - 800 г;
твердий сир - 100 г;
часник - 2-3 зубчики;
невелика морква - 1 шт.;
майонез (для начинки)- 1 - 1,5 ст. л.;
майонез (для змащування) - 1 ст. л.;
сметана (для змащування) - 1 ст. л.;
петрушка - невеликий пучок;
сіль, перець мелений - за смаком;
рослинна олія для обсмажування.

Процес приготування закуски курячі рулети з сиром.

Куряче філе нарізаємо на невеликі скибочки.



Через харчову плівку відбиваю їх трохи з одного боку.



Потім м'ясо зовсім небагато солимо і перчимо з двох сторін. Перекладаємо у миску, накриваємо харчовою плівкою і дамо йому настоятися хвилин 10-15.



А в цей час займемося начинкою. Подрібнюємо петрушку. Моркву і твердий сир натираємо на дрібній тертці. Тепер до сиру додаємо моркву, петрушку і столову ложку майонезу (можна покласти і сметану, це на ваш розсуд). Сюди ж додаємо

часник через прес. Ретельно перемішуємо.



На кожну скибочку м'яса кладемо приблизно 1 чайну ложку сирної суміші.



Звертаємо рулетиком і акуратно скріплюємо зубочисткою.



Рулети обсмажуємо на добре розігрітій сковороді на рослинному маслі з двох сторін до легкого рум'янцю (приблизно 1-2 хвилини).



Вийняти зубочистки, рулетики і покласти у форму для запікання, яку застелили фольгою. Тепер кожен рулет змащуємо сумішшю майонезу та сметани. Заливаємо трохи підсолоною гарячою водою (наполовину їх висоти). Ставимо запікатися в духовку розігріту до 230 градусів на 15-20 хвилин.



курячі рулетики готові.

Куряче філе в кисло-солодкому соусі



Інгредієнти:

куряче філе - 500 г;
соевий соус - 100 мл;
оцет - 1 столова ложка;
цукор - 30 г;
сіль - 5 г;
ананаси - 100 г;
крохмаль - 50 г;
томатна паста чи кетчуп – 20 г;
цибуля;
болгарський перець.

Процес приготування курки.

Куряче філе нарізаємо кубиками або брусочками. Перекладаємо в глибоку миску, в якій вона буде маринуватися. Курку потрібно залити соєвим соусом так, щоб він ледь її покрив. Залишаємо шматочки так маринуватися мінімум на півгодини.



Нарізаємо великими кубиками наші овочі: цибулю, болгарський перець.



Перед смаженням в мариновану курочку засипаємо крохмаль - це буде наш кляр. Саме він дасть золоту корочку. Трохи крохмалю залишимо для соусу.



В сковорідку наливаємо багато масла і, коли воно добре розігріється, невеликими порціями обсмажуємо в ньому курку. Буквально через 3 хвилини шматочки стають золотими, їх можна знімати з вогню.



Тепер в невеликій кількості масла потрібно обсмажити цибулю і перець. Сюди ж додаємо томатну пасту, оцет і ананаси. Солимо, додаємо цукор і крохмаль. Щоб соус був більш рідким, можна додати сік з ананасів або води.



Після того, як овочі посмажилися мінімум 5 хвилин, додаємо обсмажену курку. Готову курку в кисло-солодкому соусі з ананасами викладаю в центрі тарілки.

Курячі стегна в листковому тісті



Інгредієнти:

8 курячих стегон (можна гомілки);
8 скибочок сиру;
1 зубчик часнику;
сіль;
перець;
спеції за смаком (у мене щіпка сушеного чебреця);
400-500 г листкового тіста (бездріжджового);
яйце для змащування;
кунжут для посипання.

Приготування курячих стегон.

Курячі стегна помити і ретельно просушити паперовими рушниками. Також можна використовувати і курячі гомілки, приготування буде таким же. Посолити, поперчити, натерти подрібненим часником і чебрецем (або будь-якими спеціями за вашим смаком).



Листкове тісто розморозити. На посипаному борошном столі злегка розкачати тісто в одному напрямку по довжині. Порізати тісто на смуги шириною 1,5 см.



Під шкіру на кожному стегні акуратно вкласти по скибочці сиру.



Обмотати кожне стегно смужками тіста (приблизно 5-6 оборотів).



Викласти стегна на деко.



Змастити злегка збитим яйцем за допомогою пензлика. Посипати кунжутом. Поставити в розігріту до 180 градусів духовку, готувати приблизно 40-50 хвилин або до рум'яного кольору тіста і повної готовності м'яса.



Готово.



Можна подавати, як з простим овочевим салатом, так і з більш ситним гарніром, наприклад, картоплею.

Курячі гомілки запечені з мандаринами



Інгредієнти:

Гомілка куряча 7 шт.
Перець чорний мелений 2 щіпки
Сіль 0.75 ч. л.
Паприка солодка мелена 1 ч. л.
Свіжий імбир 20 г
Олія оливкова 2 ст. л.
Розмарин сухий 1.5 ч. л.
Мандарини 2 шт.
Цибуля біла 1 шт.
Цукор 1 ч. л.

Спосіб приготування:

Для приготування цієї страви нам знадобляться такі продукти: курячі гомілки, мандарини (великі і бажано без кісточок), корінь імбиру, розмарин (свіжий або сухий), біла цибуля, сіль, перець чорний мелений, оливкова олія, мелена паприка, цукор.

Цибулю чистимо, нарізаємо півкільцями і викладаємо на дно форми для запікання.



Мандарини миємо, один мандарин нарізаємо разом з шкіркою кільцями по можливості як можна тонше, викладаємо на цибулю.

Посипаємо «голочками» розмарину.



Курячі гомілки миємо, насухо витираємо паперовим рушником і викладаємо в форму на кільця мандарина.

Посипаємо гомілки сіллю, паприкою і чорним меленим перцем. Збризуємо оливковою олією. Ставимо форму з гомілками запікатись в заздалегідь розігрітій до 200 °С духовці близько 25 хвилин.



Поки гомілки запікаються, приготуємо мандариново-імбирний соус. Для цього другий мандарин очистити від шкірки і білих перегородок, м'якоть подрібнюємо в чашу блендера на високій швидкості до одержання однорідного пюре.

Корінець імбиру (приблизно 2 см) чистимо, нарізати тонкими скибочками, додаємо до мандариновому пюре і ще раз збиваємо.



Переливаємо мандариново-імбирну суміш у миску, додаємо цукор і щіпку солі. Перемішуємо.



Через 25 хвилин дістаємо курячі гомілки з духовки, яку поки не виключаємо.

Кожну гомілку поливаємо приготованим мандариново-імбирним соусом. Ставимо назад в духовку і запікаємо ще приблизно 10-15 хвилин.



Подаємо курячі гомілки, запечені з мандаринами і імбиром, в гарячому вигляді.

Террін з куркою



Інгредієнти:

Куряче філе 650 г
Цибуля 1 шт.
Часник 3 зубчика
Горіхи кедрові 3 ст. л.
Батон з висівками 0.5 шт.
Маслинова олія 3 ст. л.
Базилік зелений свіжий 1 пучок
Петрушка свіжа 0.5 пучок
Перець чорний мелений

Яйця курячі 1 шт.

Сіль.

Спосіб приготування:

Для приготування страви знадобиться куряче філе, половина несвіжого багета з висівками, цибуля, зелень, кедрові горішки і спеції. Цибулю порізати тонкими півкільцями, а часник пластинами. Розігріти 2-3 ст. л. оливкової олії та обсмажити цибулю з часником пару хвилин.



Потім додати горішки і потримати все разом ще 2-3 хвилини, важливо щоб горіхи несильно зарум'янилися.



На м'ясорубці перекрутити куряче філе і багет.



Петрушку і базилік добре промити, обсушити і дрібно порізати.
До фаршу додати яйце, зелень, обсмажену цибулю з горішками, дрібку солі і чорного меленого перцю. Добре все перемішати.



Застелити форму фольгою і рівномірно розподілити фарш.



Випікати в духовці розігрітій до 180 ° C - 45-50 хвилин.



Кручена курка



Інгредієнти:

Куряче філе 900 г

Лимон 0.5 шт.

Часник 1 зубчик

Мед 2 ст. л.

Олія соняшникова рафінована 4 ст. л.

Кунжут білий 2 ст. л.

Сіль 1.5 ч. л.

Спосіб приготування:

Куряче філе миємо, насухо витирають паперовим рушником, нарізаємо вздовж довгими смужками.



Готуємо маринад. У ємність виливаємо соняшкову рафіновану олію, рідкий мед, вичавлюємо сік половини лимона, додаємо подрібнений часник і сіль. Перемішуємо маринад.



Викладаємо в маринад куряче філе, ставимо на 1 годину в холодильник. За цей час потрібно буде пару раз перемішувати куряче філе, щоб воно промаринувалося рівномірно.

Через годину куряче філе готове до обсмажування.

Нанизуємо на кожную дерев'яну шпажку по дві смужки м'яса у вигляді гармошки.



Посипаємо кожен шампур білим кунжутом з двох сторін. Обсмажуємо на середньому вогні до золотистого кольору в невеликій кількості соняшникової рафінованої олії.



Подаємо до столу в гарячому вигляді з салатом.

Курячі крокети



Інгредієнти :

Філе куряче (охлаоджене) - 500 г

Яйце куряче - 1 шт.

Панірувальні сухарі - 100 г для панірування

Сіль - за смаком

Часник - 1-2 зубчики

Чорний перець мелений - за смаком
Масло рослинне для фритюру - 300-400 мл
Гірчиця (гостра) - 1 чайн. ложка

Спосіб приготування:

Куряче філе потрібно промити і очистити від плівок. Потім ріжемо його великими шматками.



Розбиваємо яйце в глибоку тарілку і ретельно збиваємо вінчиком або виделкою.



Часник очищаємо від лушпиння і тиснемо з допомогою часникодавки.



Куряче м'ясо подрібнити у фарш з допомогою блендера. А щоб додати курячому м'ясу аромату і прянощі, додамо в чашу блендера подрібнений часник, чайну ложку гострої гірчиці, сіль і перець. Як слід перемішати фарш блендером протягом **10-15 секунд**.



Формуємо курячі крокети



Для більшої зручності помістимо панірувальні сухарі в тарілку, а поруч з нею поставимо тарілку зі збитим яйцем. І, звичайно ж, нам потрібно тільки що приготований курячий фарш.



Ліпимо з курячого фаршу невеликі кульки, розміром з волоський горіх. Вмочуємо м'ясної кулька у збите яйце, а потім обвалюємо в сухарях.

Нам потрібно сотейник або глибока каструля, а також досить велику кількість рослинного масла - крокети повинні буквально **плавати** в ньому.



Спочатку необхідно розігріти масло, а вже потім опускати в нього по черзі зліплені курячі крокети. На обсмажування потрібно **8-9 хвилин**.

Готові крокети дістаємо шумівкою, даємо зайвому маслу стекти назад в сотейник, а крокети обсушуємо з допомогою паперових серветок.

Курячі рулетики в беконі



Інгредієнти :

Курка філе - 4 шт

Бекон - 4 шт

Сир вершковий - 4 ст. ложки

Часник - 2 зубчики або за смаком

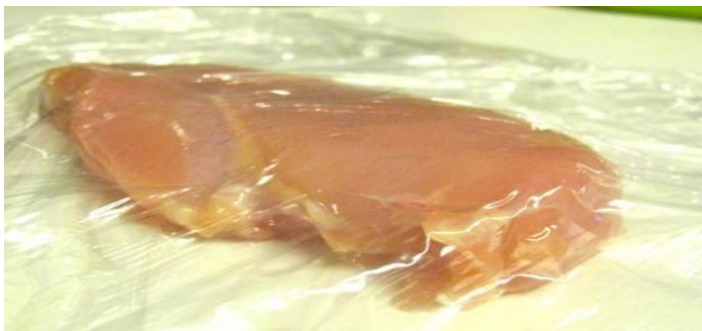
Зелень - за смаком

Перець чорний мелений - за смаком

Сіль - за смаком

Спосіб приготування:

Філе промиваємо під проточною водою, висушуємо кухонними рушниками чи серветками і викладаємо на обробну дошку. Після чого накриваємо м'ясо харчовою плівкою, озброюємося кухонним молоточком і відбиваємо курку. Сильно відбивати її не варто.



Часник очищаємо від лушпиння і на обробній дошці подрібнюємо дрібними шматочками довільної форми. Потім ділимо часник руками приблизно на 4 однакові частини.

Зелень для даного рецепта підійде будь-яка, головне - щоб вона подобалася за смаком. Універсальною для нашого столу можна вважати таку зелень: кріп, петрушка, зелена цибуля. Отже, обрану зелень промиваємо під проточною водою, струшуємо над раковиною, викладаємо на обробну дошку і гострим ножом дрібно шаткуємо. Після чого знову ж поділяємо її на 4 частини



Кожен відбитий шматочок змащуємо 1 столовою ложкою вершкового сиру.



Посипаємо філе 1 частини подрібненої зелені з часником, приправляємо чорним меленим перцем за смаком. І після того, як додали начинку у всі м'ясні шматочки, починаємо їх акуратно загорнути.



Загортати курку в рулет краще з вузького краю.



Потім отриманий рулет посипаємо сіллю, чорним меленим перцем і обертаємо пластом бекону.



В кінці скріплюємо всі зубочисткою і акуратно викладаємо у форму для запікання. Таким же чином загортаємо решта шматочки курки.



Запікаємо страву в духовці при температурі **200 градусів** протягом **35 - 40 хвилин** до повної готовності.



А щоб бекон сильніше підрум'явився можна злегка відкрити дверцята духовки і підвищити температуру до 210 градусів. Запекати кілька хвилин до утворення бажаної скоринки.



Готову страву дістаємо з духовки і залишаємо на 5 - 7 хвилин остигати. Після чого дістаємо зубочистки, розкладаємо по тарілках, додаємо будь-який гарнір, наприклад, овочевий салат, відварні макарони або картопляне пюре і подаємо до столу. Обов'язково сервіруємо ножом і виделкою.

Поради:

– В начинку можна додавати помідори, болгарський перець, ріпчасту цибулю або огірки.

– Якщо вам не подобається часник, тоді в страву можна його не додавати, а щоб начинка не здавалася надто простий, з сиром чудово поєднуються ананаси.

– Разом з чорним меленим перцем смак курки підкреслять такі як спеції чебрець, базилік, майоран.

Чахохбілі



Інгредієнти

Чорний перець
Цибуля 1 шт.
Часник 2 зубчика
Біле вино 50 мл.
Сіль
Помідори 1 шт.
Петрушка 1 пучок
Паприка мелена
Курка 500 г.
Спеції
Болгарський перець 1 шт.

Спосіб приготування:

Курку розрізати на великі порційні шматки. Шкіру не знімати. Розігріти суху сковорідку без олії та викласти на неї курку. Посипати дрібкою солі. Смажити з обох боків загалом упродовж 15 хвилин. Це одна з особливостей чахохбілі – птиця для цієї страви обсмажується тільки на сухій сковорідці. Обсмажена курка повинна бути підрум'янена, але не підгоріла.



Перекласти курку в глибоку сковорідку чи інший посуд із товстими стінками. Жир залишити на першій сковорідці. У ньому будемо обсмажувати всі овочі.

Нарізати цибулю напівкільцями. Обсмажити і викласти на курку.



Солодкий перець розрізати на смужки, видаливши перетинки та насіння, обсмажити. Додати до курки та цибулі.

Помідори подрібнити чи протерти. Взимку можна використовувати консервовані помідори чи замінити їх 1-2 ст. л. томатної пасти. Якщо на помідорі товста шкірка, зніміть її.



Влити вино. Потримати сковорідку відкритою на середньому вогні, щоб алкоголь випарувався і залишився тільки приємний винний присмак.



Накрити сковорідку кришкою. Нагрівання виставте на мінімальний рівень. Тушкувати 30 хвилин.

Часник пропустити через прес. Викласти його разом із приправами в сковорідку. Тушкувати ще 5 хвилин.



Із петрушки обірвати листочки, нарізати їх та всипати в сковорідку. Потримати сковорідку на вогні під кришкою ще 5 хвилин. Зелень тушкують усього декілька хвилин, щоб у ній ще залишався смак і аромат.



Залишилося додати сіль, можливо чорний перець на смак. Перемішати всі продукти востаннє. Страва повністю готова до подання. Шматки курки поливати рідиною зі сковорідки при поданні. Готувати окремий соус для чахохбілі не заведено.