Доматен сос

Необходими продукти за 4 порции

- ✓ 2 скилидки чесън
- ✓ 1 с. л. зехтин
- ✓ 1 консерва (400 г) белени домати на кубчета
- ✓ 2 с. л. доматено пюре
- ✓ 1 щипка фина бяла захар
- ✓ 12 листенца от свеж босилек (около 25 г)
- ✓ щипка черен пипер, щипка сол

Можете да приготвите соса с домати от консерва, чесън и свеж босилек. Лесно е и може да се използва за различни ястия – спагети, макарони, пица, бургери, рибени хапки и др. Ще намерите идеи и за други варианти, за да го направите точно по вкуса си.

1. Обелете скилидките чесън и ги смачкайте в тенджерка. Добавете зехтина, доматите, доматеното пюре, щипка захар, щипка сол и малко черен пипер.

2. Сложете тенджерката на средно силен котлон за около 15 минути, разбърквайте често, докато сосът се сгъсти.

3. Откъснете листенцата босилек от стъбълцата. Накъсайте ги на дребно и ги добавете към соса.

Други подправки

В стъпка 3 можете да замените босилека с листенца свежа мащерка. Ако не разполагате с никакви свежи подправки, още в стъпка 1 заедно със солта и пипера добавете 1 ч. л. сушен риган или сушена мащерка, или смес от подправки.

Доматен сос с лук

Допълнителни продукти: 1 голяма глава лук

Обелете лука, отрежете горната и долната част и го разрежете на две. Нарежете двете половини на тънко, а получените резени накълцайте на ситно. Сложете лука в тигана със зехтина и задушете на средна степен на котлона, докато омекне (около 5 минути), като разбърквате от време на време. Обелете чесъна и го смачкайте. Добавете го към лука заедно с доматите, доматеното пюре, захарта, щипка сол и малко черен пипер. Преминете към стъпки 2 и 3.

Спагети с кюфтенца и доматен сос

Допълнителни продукти: 1 филия хляб (може и безглутенов), 2 с. л. прясно мляко (или соево мляко), половин глава лук, 1.5 ч. л. балсамов оцет, 225 г телешка кайма и 350 г спагети (или спагети без алергени)

1. Загрейте фурната на 200°C или на степен 6 за газовите уреди. Намажете тавичката с малко мазнина.

2. Начупете хляба и го накиснете в купичка заедно с млякото и оцета. Оставете го така 3 минути и го намачкайте с вилица.

3. Накълцайте лука на ситно и го добавете в купичката заедно с каймата, щипка сол и малко черен пипер. Размесете всичко с ръце.

4. Оформете малки кюфтенца от сместа, като ги търкаляте между ръцете си. Наредете ги в тавичката и ги сложете във фурната за 15-20 минути.

5. Междувременно пригответе доматен сос по основната рецепта и сварете спагетите (вж. стр. 61).

6. Когато всичко стане готово, отцедете спагетите и ги пресипете в тенджерката с доматения сос. Добавете кюфтенцата и разбъркайте. По желание отгоре настържете пармезан.

Няколко думи за млечните продукти

Млечните продукти включват както мляко, така и всичко, което се прави от него – масло, кисело мляко, сметана, сирене, кашкавал и др. Съхраняват се в хладилник.

Мляко

Най-разпространено е кравето мляко, но в магазините ще срещнете също така овче, козе, биволско, а дори и т. нар. соево мляко и други подобни продукти от растителен произход. Когато в рецептата се включва мляко, става дума за краве мляко, освен ако изрично не е посочено друго. Най-много мазнина има в пълномасленото мляко; в нискомаслените и обезмаслените млека част от нея е премахната.

Сметана

Винаги използвайте такава сметана, каквато е посочено в рецептата. По-високомаслената сметана има по-богат вкус. Нискомаслената съдържа по-малко мазнини, но колкото и да се бие, тя не става на бита сметана.

Масло

Маслото се получава в резултат на „биене" на мляко, докато то се раздели на мазнини и водниста течност. Повечето масла, предлагани в магазините съдържат добавена сол, но за сладкишите е добре да потърсите безсолно масло.

Сирене и кисело мляко

Киселото мляко и сиренето се получават чрез ферментация на прясно мляко. В готварството най-често се използва обикновено, неовкусено кисело мляко, както и по-гъстото цедено кисело мляко. Сиренята могат да бъдат най-различни и да бъдат приготвени по различни начини – в рецептите ще видите как.

Как да настържете сирене

Настържете бучка сирене или парче кашкавал, като го движите нагоре-надолу по рендето. В рецептите е указано дали да използвате по-едро или по-ситно ренде.

Тънки парченца

В някои рецепти се налага да нарежете твърдо сирене или кашкавал на много тънки парченца. Това може да стане със специален уред или подходяща белачка за зеленчуци, като показаната на илюстрацията.

Как да разбиете сметана

1. Налейте течната сметана в голяма купа и разбийте енергично, докато се сгъсти.

2. За да проверите дали е достатъчно гъста, вдигнете бъркалката. Сметаната трябва да се задържи на върха. Ако прекалите с биенето, може да се сгъсти твърде много.

Как да размекнете масло

В хладилника маслото става доста твърдо. Ако в рецептата пише да използвате размекнато масло, извадете го около час по-рано, за да постои на стайна температура.

Шоколадов крем

Необходими продукти за 4 порции

- ✓ 250 мл високомаслена сметана
- ✓ 1 с. л. фина бяла захар
- ✓ 200 г тъмен шоколад

4 малки чашки или купички

С тази рецепта лесно ще приготвите вкусни шоколадови кремчета. Достатъчно е да загреете сметаната и шоколада и да разлеете сместа в четири подходящи чаши или купички. Ще намерите и съвет как да направите и крем с вкус на лимон или малини.

Лимонов крем

Необходими продукти:
1 лимон, 250 мл сметана и 75 г фина бяла захар
Изстискайте сока от лимона. Изпълнете стъпка 1. Намалете котлона и оставете да кълки още 3 минути, като постоянно разбърквате. Изключете котлона. Добавете три лъжици от лимоновия сок и разбъркайте. Продължете със стъпки 4 и 5.

1. Загрейте сметаната и захарта в тенджерка на средна степен на котлона. Разбърквайте сместа от време на време, докато не започне да бълбука.

2. Изключете котлона. Начупете шоколада на малки парченца и ги добавете към горещата сметана.

3. Оставете шоколада да се разтопи за около 2 минути и разбъркайте до получаването на гладка смес.

4. След като кремът се поохлади за десетина минути, разлейте го в чашките.

5. Когато изстинат, приберете ги в хладилника за най-малко 4 часа.

Настържете малко шоколад с белачка за зеленчуци.

Малинов крем

Необходими продукти:
275 г пресни малини, 250 мл сметана, 2 с. л. фина бяла захар
Сложете малините в купа и ги намачкайте с вилица. Изпълнете стъпка 1. Намалете котлона и оставете да кълки още 3 минути, като постоянно разбърквате. Изключете котлона. Добавете малините и разбъркайте. Продължете със стъпки 4 и 5.

Може да украсите плодовите кремчета с малини и листа от мента.

Канелени кифлички

Необходими продукти за 9 броя

- ✓ 250 г бяло брашно
- ✓ 7 г суха мая
- ✓ 1 ч. л. фина бяла захар
- ✓ ½ ч. л. сол
- ✓ 100 мл мляко
- ✓ 50 г масло
- ✓ 1 средно голямо яйце
- ✓ 50 г мека кафява захар
- ✓ 1 ½ ч. л. канела на прах
- ✓ 1 с. л. течен мед

Квадратна тавичка за торта с ширина 23 см и дълбочина 6.5 см

Тези вкусни кифлички се правят от тесто за хляб, поръсено с канелена захар и навито на спирала. Може да добавите и орехи.

1. Сложете хартия за печене в тавичката (вж. стр. 147).

2. Сипете брашното в голяма купа и го разбъркайте със солта, бялата захар и маята.

3. Сложете млякото и 25 г масло в тенджерка и загрейте на ниска степен на котлона, докато маслото се разтопи. Изключете котлона.

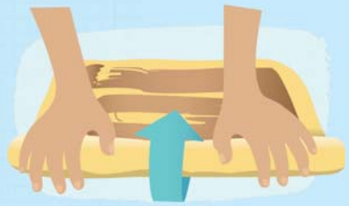
4. Счупете яйцето в чаша и го разбийте с вилица. Добавете го заедно с млякото към брашното и разбъркайте всичко.

5. Извадете тестото и го сложете върху набрашнена повърхност. Месете го около 10 минути (вж. стр. 123) или докато стане гладко и пружиниращо.

6. Ако бързате, преминете направо към стъпка 8. Ако ли не, сложете тестото в чиста купа, покрийте го с кърпа и го оставете на топло да втаса и да се надигне.

7. След 1½- 2 часа то ще е удвоило обема си. Върнете го на набрашнената повърхност и леко го размачкайте, за да премахнете въздушните мехурчета.

8. Загрейте останалите 25 г масло на ниска степен на котлона. Щом се разтопи, свалете тенджерката от котлона, добавете кафявата захар и канелата и разбъркайте.



9. Разточете тестото на правоъгълник със страни около 20x40 см. Намажете го цялото с канелената смес, без да стигате до ръбовете. Навийте го на руло, както е показано.

10. Нарежете рулото на 9 еднакви спирали. Подредете ги в тавичката на 3 реда по 3, покрийте я с чиста кърпа и оставете на топло да се надигнат.

11. Изчакайте обемът на кифличките да се удвои. Ако сте преминали през стъпки 6 и 7, това би трябвало да отнеме около 40 минути, в противен случай – около 1 1/2 - 2 часа.

12. Загрейте фурната на 220°C или степен 7 за газовите уреди. Махнете кърпата и сложете тавичката във фурната за 20-25 минути, докато кифличките добият златистокафяв цвят.

13. Оставете ги да изстинат 15 минути. После обърнете тавичката върху решетка и леко я разтръскайте, за да паднат. Обърнете кифличките и ги намажете с мед.

Кифлички с орехи

Допълнителни продукти:
100 г натрошени орехи (обикновени или пеканови), 1 с. л. кленов сироп вместо мед

Изпълнете стъпки 1-8 от основната рецепта. На стъпка 9 поръсете тестото с натрошените орехи и го навийте на руло. Продължете със стъпки 10-13, като замените меда с кленов сироп.

По желание намажете кифличките с глазура (вж. стр. 151, стъпка 8).