



Коллекция рецептов
Немецкой кухни
2012

Дорогие друзья!

Главное правило немецкой кухни: побольше да повкуснее.

При кажущейся простоте в каждом рецепте есть свой секрет.

Чтобы блюдо получилось отменным, педантичные немцы советуют четко следовать прописи.

Надеемся, что рационально подобранные рецепты помогут оценить немецкие кулинарные традиции

Готовьте вместе с нами,

Всегда ваши, коллектив «Rottapharm/Madaus» в странах СНГ

Январь • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Роздрамен

Розбратен

Порция 2
Калорийность 210 ККал
Время приготовления 30 мин



ИНГРЕДИЕНТЫ

Вырезка 650 г
Жир 50 г
Лук репчатый 350 г
Мука пшеничная 10 г
Перец черный молотый по вкусу
Соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Вырезку нарезать на порции и отбить.
- Посолить, посыпать перцем и обжарить до образования румяной корочки.
- Довести до готовности в духовом шкафу.
- При подаче на стол мясо выложить на тарелку.
- По желанию блюдо можно украсить кольцами жареного лука.

Февраль • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29				

Айттонф

Айнтопф



ИНГРЕДИЕНТЫ

Баранина 500 г
Вода 2 л
Картофель 500 г
Помидоры 350 г
Зеленый горошек 1 стакан
Фасоль 1 стакан
Сметана 250 г
Крахмал картофельный 2 чайные ложки
Соль, перец черный молотый, зелень по вкусу

Порция 4
Калорийность 280 ККал
Время приготовления 40 мин

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Баранину нарезать ломтиками, тушить на подсолнечном масле.
- Залить кипятком, посолить, добавить пряности. Варить почти до готовности.
- Добавить нарезанные помидоры, картофель и варить еще 10 минут.
- Отдельно отварить молодой горошек и молодую фасоль.
- Добавить горошек с фасолью в суп.
- Довести суп до кипения.
- Влить, постоянно помешивая, сметану, взбитую с крахмалом.
- Добавить в суп пряности и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Март • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Роллы

Роллы

Порция 2

Калорийность 250 ККал

Время приготовления 10 мин



ИНГРЕДИЕНТЫ

Филе сельди маринованной
Солёный огурец
Лук
Лавровый лист
Чёрный перец горошком
Винный уксус

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Замариновать луковые кольца в уксусе с лавровым листом и чёрным перцем на 45 минут.
- Нарезать солёные огурцы толстой соломкой.
- Обернуть огурец сельдью.
- Украсить маринованным луком.
- Подавать с клюквенным соусом и/или отварным молодым картофелем.

Апрель • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Шницель

Шницель



Порция 2

Калорийность 280 ККал

Время приготовления 20 мин

ИНГРЕДИЕНТЫ

Свинина для шницеля, филе 500 г

Молоко 20 г

Панировочные сухари 100 г

Яйцо 2 шт.

Оливковое масло

Соль, перец чёрный

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Отбить каждый кусок мяса молотком, так чтобы увеличить размер в 2 раза и разбить все плёнки и волокна.
- Мариновать в молоке не менее 2-х часов.
- Слить молоко, посолить, поперчить и обвалить во взбитом яйце и сухарях.
- Обжарить на растительном масле с двух сторон до румяной корочки.

Май • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Тушеная
капуста

Тушеная капуста



ИНГРЕДИЕНТЫ

Капуста белокочанная 1 кг
Грудинка копчёная 300 г
Белое вино 300 мл
Белый винный уксус 50 мл
Растительное масло 20 мл
Соль, молотый чёрный перец

Порция 2
Калорийность 300 ККал
Время приготовления 50 мин

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Нарезать грудинку на куски и обжарить на сковороде в небольшом количестве растительного масла.
- По достижении готовности грудинки, добавить нарезанную соломкой капусту.
- Посолить, поперчить и добавить белый винный уксус.
- Выпарить уксус (5 мин) и добавить белое вино.
- Тушить 35-40 минут на слабом огне, до полной готовности капусты.

Июнь • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Импульс

Штрудель

ИНГРЕДИЕНТЫ

Яблоки зеленые 4 шт.
Масло сливочное 30 г
Сок апельсиновый 2 ст. л.
Мед 1 ст. л.
Сахар 60 г
Изюм светлый 60 г
Тесто слоеное дрож. 500 г
Миндаль тертый 45 г
Яйцо 1 шт.
Сахар корич. 2 ст. л.
Корица молотая 1 ч. л.

Порция 4
Калорийность 220 ККал
Время приготовления 30 мин



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Разогрейте духовку до 220 градусов.
- Слегка смажьте маслом 2 противня.
- Очистите яблоки, вырежьте внутреннюю часть и нарежьте на тонкие кусочки.
- Растопите сливочное масло в кастрюле, добавьте яблоки и готовьте 2 минуты до золотистого цвета. Добавьте апельсиновый сок, мед, сахар и изюм. Готовьте на среднем огне, пока сахар не растворится и яблоки не станут мягкими. Переложите начинку в миску.
- Раскатайте тесто тонким слоем на льняном полотенце, осторожно растяните руками в разных направлениях до прозрачного состояния. Присыпьте миндалем.
- Из начинки слейте жидкость и распределите половину яблочной массы на 2/3 поверхности теста.
- С помощью полотенца сверните рулет так, чтобы место без яблок было завернуто последним.
- Осторожно выложите штрудель на противень, предварительно смазанный сливочным маслом.
- Смажьте сверху яйцом и посыпьте половиной коричневого сахара, смешанного с корицей.
- Повторите то же самое со второй половиной теста и оставшейся начинкой.
- Запекайте 20-25 минут до золотистой корочки.
- Подавайте горячим со сливками или мороженым.

Июль • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Суп из
ревеня

Суп из ревеня

Порция 4
Калорийность 180 ККал
Время приготовления 20 мин



ИНГРЕДИЕНТЫ

Ревень 950 г
Сахар 200 г
Крахмал картофельный 40 г
Сметана 80 г

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Стебли ревеня промыть 2-3 раза в холодной воде, нарезать кубиками, погрузить в кипящую воду и варить до готовности.
- Готовый ремень вместе с отваром протереть, добавить сахар и довести до кипения.
- Затем заварить крахмалом, разведенным в холодной кипяченой воде, и поставить в холодное место.
- Холодный суп заправить сметаной.

Август • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Умроўзець

ИНГРЕДИЕНТЫ

Для теста:

Сливочное масло, размягченное 150 г

Сахар 250 г

Яйцо 4 шт.

Мука 300 г

Разрыхлитель 2 ст. л.

Для штройзеля:

Мука 350 г

Сахар 250 г

Ванильный сахар 2 пакетика

Сливочное масло, размягченное 250 г

Для заливки:

Сливки, жирные ¼ л

Сахар 1 ч. л.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Тесто: Все сухие компоненты для теста смешать в миске ложкой. Добавить мягкое сливочное масло. Перетереть руками тесто в крошку. Добавить яйца и ложкой замесить липкое тесто. Выложить в форму с бумагой для выпечки.
- Штройзель: все сухие компоненты выложить в миску, добавить размягченное сливочное масло кусочками и перетереть в крошку. Если крошки получаются мелкими или очень

Штройзель

Порция 4

Калорийность 460 ККал

Время приготовления 40 мин



сухими — значит, масло имеет низкую жирность, тогда добавьте еще масла. Выложить штройзель на тесто в противне и выпекать в духовке при 200 градусах 25 минут до красивого цвета штройзеля.

- Вынуть штройзель из духовки и сразу пропитать сливками с сахаром.



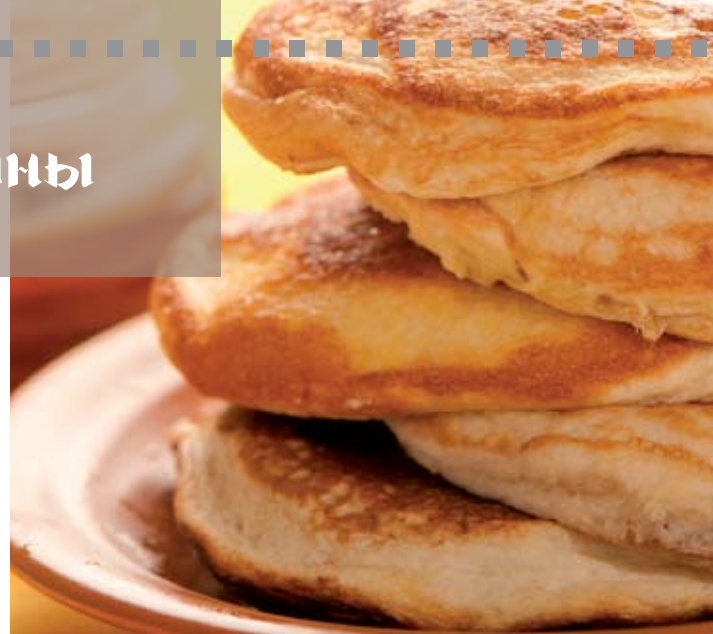
Сентябрь • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Блины

Блины

Порция 4
Калорийность 220 ККал
Время приготовления 20 мин



ИНГРЕДИЕНТЫ

Яйцо 3 шт.
Мука 120 г
Разрыхлитель 1 ч. л. с горкой
Молоко 3,2% 135 г
Сахарная пудра 2 ст. л.
Щепотка соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Белки отделить от желтков.
- К желткам добавить муку, сахарную пудру, разрыхлитель и молоко.
- Хорошо перемешать до образования густой массы.
- Белки взбить с щепоткой соли и добавить в тесто. Акку-

ратно перемешать снизу вверх.

- Жарить на тефлоновой сковороде без масла.
- Для первых блинов сковороду можно слегка смазать маслом.



Октябрь • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Претцели

Претцели



ИНГРЕДИЕНТЫ

Мука 250 г
Свежие дрожжи 20 г
Сахар 1/2 ч. л.
Теплая вода 150 мл
Соль 1/2 ч. л.
Сливочное масло комнатной температуры 10 г
Сода 1,5 ст. л.
Вода 1 л
Крупная соль

Порция 4
Калорийность 350 ККал
Время приготовления 70 мин

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Растворить дрожжи в тёплой воде и перемешать со сливочным маслом и мукой.
- Замесить тесто, добавить соль и тщательно вымесить.
- Сформировать «колбаску» и нарезать на 6 кусков. Из каждого полученного куска, раскатать длинный «шнурок», из которого сформировать крендель. Накрыть кухонным полотенцем и дать постоять 10 минут.
- В кастрюлю налить литр воды и довести до кипения.
- Окунуть крендели в кипяток на 30 секунд и вытащить шумовкой. После этого убрать крендели в холодное место на 30 минут.
- Запекать крендели в духовке 15 минут при 225 градусах.
- Смазать готовые крендели водой и посыпать крупной солью.

Ноябрь • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Дулька

Рулъка

ИНГРЕДИЕНТЫ

Свиные рульки и голяшки 4 шт.
Свиной жир 100 г
Томатная паста 2 ст. л.
Чеснок 10 зубчиков
Мука 1 ст. л.
Вино 1/2 стакана
Репчатый лук 2 шт.
Картофель 10 шт.
Перец

Порция 4
Калорийность 360 ККал
Время приготовления 60 мин

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Нарубленные рульки и голяшки вымыть, обсушить, посолить, обжарить со всех сторон и сложить в кастрюлю.
- Спассеровать мелко нарезанные лук и чеснок, добавить томатную пасту и влить теплую воду (1 л).
- Когда соус закипит, посолить, поперчить и положить в него обжаренные рульки и голяшки, закрыть кастрюлю крышкой и поставить в духовку.
- В полуготовое мясо положить очищенный картофель целиком, влить смешанное с мукой вино и оставить в духовке до готовности.
- Подавать в горячем виде, когда соус хорошо уварится.



Декабрь • 2012

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Глюэайн

Глюэйн

Порция 4
Калорийность 180 ККал
Время приготовления 20 мин



ИНГРЕДИЕНТЫ

Красное сухое вино 1 л
Корица 2 палочки
Апельсин 4 дольки
Гвоздика 20 шт.
Сахар 50 г

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- Перемешать все ингредиенты.
- Довести до кипения в большой кастрюле, перемешивая.
- Уменьшить огонь и варить 5-10 минут.
- Подавать горячим.