

Гриль-вечеринка

Меню

- Стейки
- Ароматное оливковое масло для стейков
- Валентиновский соус
- Кальмары на гриле в горчичном маринаде
- Кукуруза в листьях на гриле
- Эскаливада
- Соус чимичурри
- Ароматный кускус с миндалём
- Картофель на гриле с пряным сливочным маслом
- Соус вителло тоннато
- Салат из спелых помидоров с жареными семечками
- Персики гриль
- Карамельный соус с виски



КОРОЛИ и КАПУСТА
неКулинарный клуб

*"Короли и Капуста" в гостях у сообщества "Бати Новой Риги"
Суббота, 30 мая 2026г.*

Стейки

на 5 - 10 порции:

- 1 кг (рибай, стриплоин, скёрт-стейк или другой)
- 1 кг стейка мясника (hanging tender)
- 0,5 ч. л. оливкового масла
- соль и чёрный перец по вкусу

1. Выньте мясо из холодильника за 1-2 часа, чтобы довести до комнатной температуры. Жарить стейки нужно на очень горячей сковороде (выше 200С). Если мы будем жарить холодное мясо, верхний слой схватится и начнет пригорать, а середина остается сырой.

2. Не мойте мясо. Болезнетворные бактерии находятся на поверхности и будут уничтожены при соприкосновении с раскалённой сковородой. Кроме того, если помыть мясо, оно станет влажным, и румяная корочка не образуется.

3. На чём жарить? В идеале - сухая сковорода и жир, который делает мясо мраморным - при жарке он начинает вытапливаться. Если стейк недостаточно мраморный, смажьте его тонким слоем оливкового масла. Лить масло на сковороду необходимо лишь в одном случае - если плита слабая, а сковорода лёгкая и не сможет набрать и сохранить нагрев. Используйте масло с высокой

точкой дымления: виноградная косточка, рапсовое.

4. Используйте горячую сковородку. Чугунную, тяжёлую и разогретую до максимума. Как появится лёгкий дым - кладём мясо.

5. Не перегружайте сковороду - мясо выпустит сок и начнёт тушиться. Оставляйте 2 см между стейками.

6. Правильная прожарка. Мы знаем, что многие едят мясо well done (полностью прожаренное). Но искренне советуем степень прожарки, которая ценится во всем мире и считается идеальной - medium (средняя, 52-56 градусов).

7. Чтобы достичь равномерного прогрева и прожарки medium переворачивайте стейк каждые 15-30 секунд. Например, скёрт-стейк переверните два раза через 30 секунд, а затем каждые 15 секунд в течение 1,5 минут. Дайте отдохнуть на тёплой тарелке под фольгой три минуты. Нарежьте поперёк волокон. А стриплоин толщиной 2 см переверните дважды каждые 30 секунд и далее каждые 15 секунд ещё две минуты. Дайте отдохнуть 7 минут под фольгой.

8. Имейте в виду, что время может служить лишь примерным ориентиром, результат зависит от множества факторов, а навык приходит с опытом. Помните, что во время отдыха мясо наберёт ещё 2-3 градуса, так что стейк

нужно снимать со сковородки чуть раньше готовности.

9. Наконец, про соль. Соль вытягивает соки на поверхность, а влажная поверхность не даст сформироваться корочке. Мы советуем посолить мясо накануне, за несколько часов до жарки - или уже на тарелке.

Ароматное оливковое масло для стейков

на 400 мл:

- 400 мл оливкового масла
- 5 веточек розмарина
- 1 острый перец
- 40 г чеснока

1. Чеснок разобрать на зубчики, не чистить. Перец вымыть, оставить целым.

2. Соединить все ингредиенты в сотейнике. Прогреть до 90 градусов.

3. Дать настояться 2 часа.

Валентиновский соус

на 5 больших стейков, или 800 г (на 10 порций):

- 40 г лука-шалота
- 25 г петрушки
- 175 г сладких помидоров
- 50 г сливочного масла
- 1 лимон
- соль и чёрный перец по вкусу
- 800 г стейка (рибай, стриплоин, скёрт-стейк)

1. Шалот мелко порезать, промыть в сите и обсушить. Листья петрушки снять с веточек и порубить.

2. Глубокое керамическое блюдо слегка прогреть в духовке.

3. Помидор надрезать крест-накрест, опустить на 20-30 секунд в кипящую воду, затем сразу шумовкой переложить в воду со льдом, очистить от кожицы и семян, мелко нарезать, смешать с шалотом и петрушкой. Выложить на блюдо.

4. Нарезать масло кубиками и выложить на теплую тарелку - оно должно стать мягким, но не расплавиться.

5. Приправить солью и перцем, выжать сок лимона (по вкусу). Хорошо взбить ингредиенты двумя вилками до образования эмульсии и разровнять.

6. На гриле жарить мясо, сразу же нарезать его полосками и

немедленно выложить на блюдо поверх соуса, накрыть блюдо фольгой и дать постоять пять минут.

7. Перемешать мясо с соусом.

Кальмары на гриле в горчичном маринаде

на 5 - 10 порций:

- 600 г очищенных кальмаров
- 1 лимон
- 2 ст. л. мёда
- 1 ст. л. дижонской горчицы
- 70 мл оливкового масла
- соль по вкусу

1. Снять цедру с лимона, смешать с мёдом, горчицей и маслом, посолить, взбить венчиком до образования эмульсии, перемешать с кальмаром, оставить на 30 минут.

2. Поджарить кальмара на гриле 3-5 минут.

Кукуруза в листьях на гриле

на 8-10 порций

- 2 початка кукурузы
- 30 г сливочного масла
- 5 г петрушки
- 5 г укропа
- 2 г кинзы
- соль по вкусу

1. Снять самые верхние листья и удалить кукурузные рыльца (волокна) с початков кукурузы.

2. Замочить початки в холодной воде за 30 минут.

3. Разогреть предварительно гриль до T 200-250C.

4. Достать початки из воды и дать стечь лишней жидкости.

5. Выложить кукурузу на решетку гриля и жарить 15-20 минут, периодически поворачивая, до уверенных подпалин на листьях.

6. Зелень измельчить максимально мелко. Можно добавить любую другую зелень, кроме упомянутой в рецепте.

7. Готовую кукурузу очистить от листы, нарезать на шайбы 3 см, сложить в глубокую емкость, посолить, добавить сливочное масло, нашинкованную зелень, перемешать и подать к столу.

Эскаливада

На 10-15 порций

- 1 кг баклажанов
- 500 г красного болгарского перца
- 500 г желтого болгарского перца
- 1,5 зубчика чеснока
- 1 ст.л. красного винного уксуса
- 50 мл оливкового масла

1. Перцы и баклажаны запечь на гриле до мягкости.
2. Перцы положить под плотную крышку, остудить. Очистить от кожицы и семечек и нарезать полосками и посолить.
3. Баклажаны остудить, ложкой вынуть мякоть и нарезать полосками и посолить.
4. Чеснок мелко порубить.
5. На блюдо выложить по несколько полосок, чередуя: баклажан, красный перец, желтый перец и т.д. сохраняя последовательность. Сбрызнуть винным уксусом и оливковым маслом, припорошить рубленым чесноком по всей поверхности блюда.

Соус чимичурри

на 5-10 порций:

- 100 г петрушки
- 1 ч. л. сушёного орегано
- 2 зубчика чеснока
- 30 г репчатого лука
- 1 маленький перец чили без семечек
- 2 ст. л. лимонного сока
- 100 мл оливкового масла
- соль и чёрный перец по вкусу

1. Зелень, чили и лук очень мелко порубить, чеснок раскрошить в пасту, добавить все жидкости и хорошо перемешать.
2. Можно измельчить всё, кроме оливкового масла, в процессоре и затем добавить масло.

Ароматный кускус с миндалём

на 8 - 15 порций:

- 250 г кускуса
- 300 г репчатого лука
- 100 г изюма
- 80 г миндаля
- 15 г мяты
- 1 лимон
- 5 ст. л. оливкового масла
- 0,5 ч. л. молотой корицы
- 0,25 ч. л. молотого мускатного ореха
- соль и чёрный перец по вкусу

1. Порезать лук кубиками и поджарить на половине оливкового масла. Добавить специи, мелко порубленные орехи и изюм, перемешать.
2. В форму для запекания высыпать кускус, посолить. Залить 450 мл кипятка, добавить 3 ст. л. оливкового масла.
3. Оставить настояться на 10 минут, а затем отправить в духовку на 10 минут. Вынуть и взбить вилкой.
4. Готовый кускус смешать с поджаркой, заправить цедрой лимона, посолить, поперчить. Выложить кускус на блюдо, украсить мелко порезанной мятой.

Картофель на гриле с пряным сливочным маслом

На 8-10 порций

- 1 кг картофеля
- 30 г сливочного масла
- 5 г петрушки
- 5 г укропа
- 2 г кинзы
- 20 г растительного масла
- соль по вкусу

1. Картошку сварить в мундире, остудить, разрезать пополам вдоль.
2. Сложить картофель в миску, полить растительным маслом, аккуратно перемешать.
3. Зелень максимально мелко нашинковать.
4. Обжарить картофель на гриле, выложить в миску, посолить, добавить масло, зелень и перемешать.

Соус вителло тоннато

на 700 г соуса (30 порций):

- 3 желтка
- 1 ч. л. дижонской горчицы
- 1 ст. л. тёплой воды
- 300 мл рафинированного растительного масла
- 100 г филе тунца в собственном соку
- 10 филе анчоуса
- 100 мл сливок 33%
- 1 ст. л. лимонного сока
- соль и чёрный перец по вкусу

1. Отделить желток и аккуратно влить его в стакан для блендера.
2. Туда же аккуратно добавить горчицу, соль, воду.
3. Наступить ногой блендера на желток с горчицей, залить масло, включить блендер на полную мощность, не отрывая ногу от дна стакана, затем плавно поднять ногу. Через несколько секунд эмульсия будет готова.
4. Добавить тунец и анчоусы, взбить.
5. Влить сливки, лимонный сок, взбить до состояния гладкого пюре.
6. Посолить и поперчить по вкусу.

Салат из спелых помидоров с жареными семечками

на 5 - 10 порций:

- 1 кг спелых помидоров
- 100 г красного сладкого лука
- 30 г кинзы
- 50 мл нерафинированного подсолнечного масла
- крупная соль
- 1 перец чили
- 40 г семечек тыквы или подсолнечника

1. Лук нарезать тонкими стрелками, посолить, полить маслом, оставить.
2. Помидоры нарезать ломтиками, из чили вынуть семечки и мелко порубить, с кинзы снять листочки.
3. Семечки поджарить на сухой сковородке до золотистости.
4. Все смешать и заправить луком в масле и солью прямо перед подачей.

Персики гриль

На 5-10 порций

- 5 шт. не очень спелых персиков
- 80 мл кленового сиропа
- 15 г миндальных лепестков

1. Лепестки миндаля подпеките на сухой сковородке, помешивая, до золотистого оттенка. Готовые лепестки переложите в блюдо и остудите.

2. Персики помойте, разрежьте пополам, удалите косточку и сложите в миску.

3. Прогрейте гриль до T 200C, положите персики срезом на раскаленную решетку гриля, закройте крышку гриля и готовьте 4-5 минут (до умеренной мягкости).

4. Готовые персики снимите щипцами с решетки и положите на блюдо срезом вверх, полейте кленовым сиропом и посыпьте поджаренными миндальными лепестками.

Карамельный соус с виски

на 10 - 20 порций:

- 200 г сахара
- 70 мл воды
- 50 мл виски
- 1 лимон

1. Высыпать сахар в небольшую кастрюлю, добавить воду, растворить. Оставить на огне, не мешая, до того как смесь станет каштанового цвета.

2. Выжать сок лимона, добавить воду до 60 мл, если потребуется, и довести до кипения, осторожно вылить в карамель (осторожно, брызги!), снять с огня, перемешать. Добавить виски, снова перемешать.

3. Подавать холодным или горячим.



КОРОЛИ и КАПУСТА
неКулинарный клуб

неКулинарный клуб "Короли и Капуста"

Мы будем рады видеть вас снова и ответить на ваши вопросы :)

Москва, улица Восточная, дом 4, корпус 1, строение 10

www.kikclub.ru / info@kikclub.ru / [+7 \(499\) 110 - 19 - 79](tel:+74991101979)