Хотите оставить ваш отзыв или поделиться результатом? Напишите в наших группах:

Одноклассники: ok.ru/opencook | ВКонтакте: vk.com/opencook

Котлеты с молочным соусом

4 октября 2013 18:40 · https://open-cook.ru/recipes/kotlety-s-molochnym-sousom



Рецепт из “Книги о вкусной и здоровой пище”. Подкупил своей простотой и тем, что котлеты жарятся в духовом шкафу, что благоприятно для желудка Ильи Николаевича. Не смотря на то, что помимо котлет еще нужно готовить молочный соус, делается он легко, просто и быстро. Пока все готовится в духовке, можно заняться сервировкой, гарниром или салатом.

В книге фарш предлагается делать самим, но я все еще живу при отсутствии мясорубки, поэтому использовала готовый фарш из мясной лавки, которой доверяю.

Если вы готовите фарш сами, то в книге рекомендуется добавить к фаршу, первый раз пропущенному через мясорубку, белый хлеб, намоченный в холодной воде или молоке (на

500 гр мяса(мякоти – 125 гр белого хлеба). Посолить, перемешать и снова пропустить через мясорубку 1-2 раза, затем снова хорошо перемешать и растереть, подливая понемногу оставшееся от вымачивания молоко или воду. “Хлеб придает сочность котлетам благодаря тому, что сок, выделяемый мясом во время жарения, при наличии в фарше хлеба почти не уходит наружу, а собирается в порах хлебного мякиша. Лучше использовать немного черствый хлеб, срезав с него корки. Мясо следует брать с жиром, тогда котлеты получатся более сочными.”

Ну а теперь приступим к котлетам. На 6 средних котлет понадобится:

- 500-600 гр фарша (я использовала говяжий)
- 2 ст.л. тертого сыра (я брала больше, двух ложек мне не хватило)
- соль

Для молочного соуса:

- 1 ст.л. муки
- 1/2 стакана молока
- 3 ст.л. масла сливочного
- соль

Вот не сделала я все досконально по рецепту, можете за это поругать. Этот этап индивидуален и не обязателен, в книге его нет. Я в фарш добавила немножко измельченного лука, привычка от бабушки везде пихать лук или чеснок.



Как приготовить соус (простите, фото соуса нет, забыла):
Растопить на разогретой сковороде масло, добавить муку и слегка обжарить, добавить горячее молоко, соль и варить 10-15 минут на среднем огне до нужной густоты. Я уваривала соус до той густоты, чтобы его можно было вылить на котлету и он не выливался, т.е. густой должен быть.

Из фарша делаем котлеты (я разделила фарш на 6 равных части, а потом уже сформовала котлеты) и выкладываем их на сковороду или в форму. Форма котлет не уточняется, возможно, она была овальной. Чайной ложкой по всей длине котлет делаем в них небольшие углубления, которые заполняем густым молочным соусом.



Посыпаем котлеты натертым сыром, сбрызгиваем маслом и ставим в духовку на 10-20 минут. Так как в рецепте не указана температура духовки, то я запекала котлеты при 180 градусах 25 минут. Для надежности одну котлету надрезала, чтобы убедиться в ее готовности.



В книге рекомендовано подавать на гарнир к котлетам отварные стручки горошка или фасоли, зеленый горошек, картофельное пюре, брюссельскую капусту или спаржу. Я подавала с картофельным пюре (в пюре добавляла измельченный укроп).



Приятного аппетита!



Комментарии: 7

Татьяна Зыкина # 05:44 6.10.2013

Очень аппетитно и правда просто Мне про лучок понравилось И что нужно сверху соус положить !!! Очень здорово И хорошо что из говядины Вы молодцы !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

ЛедиМери # 17:10 9.07.2014

Котлетки отличные, идея с соусом поверх - замечательная, возьмём на вооружение.
Только вот картофельное пюре - самый неудачный гарнир. Поясняю.
В блюде уже есть крахмально-молочная составляющая - это соус. Зачем "добивать" ещё и крахмально-молочным пюре?
Гораздо вкуснее, полезнее, да и просто красивее подать на гарнир овощи - ту же стручковую фасоль, или цветную капусту, а лучше вообще разноцветное овощное рагу. *:)

мария # 12:25 21.09.2015

Очень классный саит. Даеще с фотками . ваще класно!!!!

Катерина # 14:28 7.11.2015

побежала делать!

Элина # 20:53 25.02.2016

большое спасибо за рецепт! очень необычно:)) я тоже добавляла лук и чеснок в фарш, в следующий раз попробую с хлебным мякишем.

Татьяна # 08:23 24.01.2017

Наверно это вкусно,пойду пробовать.

оля # 19:46 19.04.2019

вкусно.просто.спасибо