

У кулінарному арсеналі наших бабусь був відмінний швидкий рецепт - печінка в сметані. Про сучасний варіант старовинного страви з маринованими огірочками, грибами і солодкою цибулею - у цій публікації.

Печінка в сметані - стара російська страва. Наші бабусі цінували його за швидкість. На мій погляд, класичним рецептом не вистачає свіжості. Тому я до печінці додаю хрустких маринованих огірків, глив і солодкого червоного цибулі. А на гарнір буде китайська яечна локшина!

Печінка завжди зберігається в моїй морозилці. Вона готується за лічені хвилини - її можна не розморожувати, а просто нарізати і кинути на сковороду. В ній мінімальний вміст жиру, багато вітамінів і корисних речовин - не дарма ж печінку рекомендують при дієтичному харчуванні. А ще у неї особливий пряно-мускусний запах, який ми всі пам'ятаємо з дитинства.

На відміну від м'яса, печінка швидко псується, тому її радять готувати відразу ж або відправляти в морозилку. Найпоширеніша - яловича та куряча, але зустрічається теляча і навіть печінка ягняти - побачите, обов'язково купуйте! У молодих тварин печінка найделікатніша, ніжна і смачна. Яловича - трохи грубіше і напористо, немов бувалий УАЗик.

Печінку наріжте соломкою, як для бефстроганова. Маленьку хитрість, яка допоможе зробити це швидко, шукайте на відео. В результаті повинні вийти шматочки довжиною близько п'яти сантиметрів і не товщі сантиметра в діаметрі. Така печінка посмажити за пару хвилин, і головне, не перетримати її на сковорідці, інакше вона перетвориться на підшву кирзового чобота.

Замаринуйте червоний лук. Залийте оцтом і залиште хвилин на десять. Оцет погасить зухвалість цибулі, він стане солодкуватим і збереже хрусткість. Я часто користуюся цим прийомом. Буває, що в холодильнику тільки оберемок салатних листя - немає ні редиски, ні огірків, здавалося б, приготувати страву не з чого. Але варто замаринувати цибулю, додати до листя і виходить салат. До речі, залишився оцет я використовую для французької заправки вінегрет.

Підготуйте всі інгредієнти, в цьому рецепті у вас не буде часу одночасно різати і смажити. Саме так працюють китайські кухарі, оскільки [в азіатській кухні](#) більшу частину страв готують на розпеченому воке за лічені хвилини. Найзручніше шаткувати цибулю і огірочки в кухонному процесорі - ви дасте ради за хвилину! Потім візьміть велику сковороду і включіть конфорку.

Тільки спочатку поставте варитися тонку яечну локшину. Сильно солити воду не потрібно - на відміну від італійців, китайці додають сіль у лапшичне тісто. Наші азіатські сусіди першими стали робити пасту, хоч пшеницю почали вирощувати пізніше європейців. В III ст. до РХ китайський поет написав оду пшеничного локшини, в тому числі, і яечної. У ній

Вечеря за 20 хвилин: бефстроганов з печінки, грибів і солоних огірочків

Автор: rationalfeed
11.05.2014 13:43 -

також згадуються пельмені, без яких важко уявити національні кухні Росії та Італії.

Читайте також: [Светильник для дачи: секрет ефективності](#)

Обсмажте гриби і часник, а після цього надішліть на сковорідку печінку. Про те, як її грамотно підрум'янити, не пересушив шматочки, розповість наш відео. До речі, кухарі радять солити печінку в самому кінці, щоб зберегти крихку текстуру. Влийте соєвий соус, бленді, додайте огірки, цибуля, чорний перець і сметану. Прогрійте і відразу знімайте з плити.

Локшина чудово вбирає сметанно-соєвий соус печінки. До речі, європейці саме так подають наш знаменитий бефстроганов, а у цієї страви з печінкою схожий соус. Але ви можете взяти картопляне пюре або зварити склянку розсипчастого рису. Приємного апетиту!

Ще по темі: [Проекты домов разных стилей](#)