Министерство образования и науки

#### Республики Казахстан

Семипалатинский государственный университет имени Шакарима

ИНЖЕНЕРНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

Кафедра Технология мясных, молочных и пищевых продуктов

##### РЕФЕРАТ

ПО ДИСЦИПЛИНЕ КУХНИ НАРОДОВ МИРА

ТЕМА: АВСТРАЛИЙСКАЯ КУХНЯ

Семей – 2008г.

Содержание

1 СОВРЕМЕННАЯ КУХНЯ АВСТРАЛИИ

2 ТРАДИЦИОННЫЕ АВСТРАЛИЙСКИЕ БЛЮДА

3 АВСТРАЛИЙСКИЕ ДЕЛИКАТЕСЫ

#### 4 АВСТРАЛИЙСКИЕ ДЕСЕРТ

#### 5 АВСТРАЛИЙСКИЕ НАПИТКИ

6 ВИНА АВСТРАЛИИ

7 РЕЦЕПТЫ НЕКОТОРЫХ БЛЮД АВСТРАЛИЙСКОЙ КУХНИ

Список использованных источников

1 СОВРЕМЕННАЯ КУХНЯ АВСТРАЛИИ

Современная австралийская кухня - это сочетание абсолютно разных местных традиций. Азиатские специи, такие как лимонная трава, кориандр, чили и кардамон могут входить в традиционные местные блюда. В то же время азиатская кухня заменяет часть традиционных восточных ингредиентов на австралийские аналоги. Мы рекомендуем попробовать маринованное филе из говядины с карри-шпинатом, с beetroot (густой соус со свеклой), жареная груша с шафрановой palenta (кукурузная мука), смесь индийского и европейского стиля и ингредиентов.

Австралийская кухня - это приспособленная к местным условиям английская, но также очень широко распространены блюда итальянской и китайской кухонь.

С Австралией у большинства из нас ассоциируется кенгуру. Вот только мясо этого животного, скорее всего, на любителя. Жареное, впрочем, оно не сильно отличается по вкусу от мяса косули. Вообще же австралийцы — настоящие гурманы, а австралийская кухня — одна из самых экзотических и разнообразных в мире. Она объединила кулинарные пристрастия Востока и Запада, древние традиции аборигенов и рецепты эмигрантов со всего мира.

Возможности Австралийской кухни простираются от мясных пирожков и вегетарианских сэндвичей до филе кенгуру с молодыми побегами свекловицы и жареным луком.

Австралия поделена на несколько регионов, известных своими коронными блюдами: сливки Королевского Острова, устрицы Сиднея, манго из Боу, гребешки Коффин Бэй, семга из Тасмании. Сейчас в Австралии происходит настоящая кулинарная революция, что неудивительно — страна просто переполнена различными экзотическими животными, которых нет ни в Европе, ни в Азии.

Расцвет австралийской кухни начался совсем недавно - в 90-ых годах нашего века. Все крупнейшие города зеленого материка пережили появление множества новых ресторанов, выдержанных в духе "современной австралийской кухни". Успех местного кулинарного искусства был обусловлен двумя факторами: во-первых, разнообразием и необычностью блюд, во-вторых, дешевизной.

Австралийцы едят большое количество говядины и очень мало баранины. Мясо здесь хорошо прожаривают. На вопрос, какое блюдо следует считать национальным, австралиец непременно ответит: «Кусок мяса!». Причем кусок довольно внушительный. Жители материка потребляют много рыбы — в том числе и местные виды, такие, как шпепер (напоминающая по вкусу судака), барракуду (с довольно жестким мясом), вайтбейт — мелкая рыбешка, очень вкусная в жареном и консервированном виде. Довольно интересен австралийский способ жаренья рыбы: на тлеющие угли кладут толстый слой травы, на него рыбу, затем опять слой травы и покрывают его горячими углями. Мидии почти не используются в австралийской кухне, зато широко используются лангусты и устрицы.

Эмигранты со всего мира привезли в Австралию свои кулинарные пристрастия, кухня объединила восток и запад, а также привнесла свои древние традиции, успех получился колоссальный. Андре Куантро, президент парижского "Le Cordon Bleu", возможно, самого престижного кулинарного института, имеющего филиалы в Лондоне, Нью-Йорке, Токио и Сиднее, считает, что если 30 лет назад Франция была несомненным центром мировой гастрономии, то сейчас этот центр - Австралия.

«Австралия - это место, где развивается кухня 21-ого века", утверждает Куантро, полагая, что кулинарное искусство Австралии станет "классической кулинарией завтрашнего дня»

Австралия славится экзотическими фруктами, дарами моря, мясом быков, ягнят, а также сыром. Нельзя оставить без внимания пищу аборигенов, называемую «bush tucker». Такие блюда готовятся на углях, например, булочка «дампер» - смесь воды и муки, зажаренная на углях.

В последнее время в западной прессе нередко появляются восторженные статьи об австралийской кухне. Австралийская кухня считается одной из причин, по которой стоит посетить "пятый континент". То, что происходит в Австралии в настоящее время, многие по праву называют кулинарной революцией. Австралия стремительно врывается в ряд мировых кулинарных держав и нацелена только на первое место. Эта страна переполнена экзотическими животными и растениями, которых нет ни в Европе, ни в Азии, так что у нее есть все основания считаться первой в кулинарии.

Так же, как Италия и Франция, Австралия может быть разделена на несколько регионов, известных своими блюдам: сливки Королевского Острова, устрицы Сиднея, манго из Боу, гребешки Коффин Бэй, семга из Тасмании: У каждого «штата» есть свои коронные блюда.

Если суммировать все многообразие австралийской кухни, то ее можно разделить на современную австралийскую кухню, азиатскую кухню и традиционные австралийские блюда и "bush tucker".

Австралия смешала свои традиции с азиатскими. Острый и кислый суп «tom yam», китайский "жареный рис с курицей, нарезанной кубиками, и соленой рыбой" - это лишь начало огромного списка блюд, предлагаемых в Австралии.

2 ТРАДИЦИОННЫЕ АВСТРАЛИЙСКИЕ БЛЮДА

Некоторые блюда считаются типично австралийскими вот уже несколько десятилетий. Среди них, пожалуй, стоит выделить vegemite, lamingtons и бисквиты Арнотта.

Vegemite - самое австралийское из всех австралийских блюд. В 1922 году, австралиец Фред Волкер решил приготовить специальный "дрожжевой экстракт", да так, чтобы он был одинаково и питательным, и вкусным. Дрожжевой экстракт был смешан с несколькими другими компонентами: сельдереем, луком и солью. Получилось густая темная масса, которую можно намазывать на хлеб, а можно употреблять в качестве готового блюда. Во время второй мировой войны новый продукт входил в обязательный рацион австралийцев и в скором времени оказался настолько популярным, что стал дефицитным. Если будете в Австралии, обязательно попробуйте этот здоровый и вкусный хлебный продукт.

#### Кроме всех видов овощей, встречающихся в Европе, австралийские кулинары используют для приготовления блюд тропические фрукты, такие, как иньям, таро, папайа, бананы, ананасы. Бананы жарят и подают к мясным блюдам, сок ананаса используют для приготовления напитков, вымачивания птицы (то есть в качестве маринада). Однако наиболее распространены помидоры.

#### Завтрак в Австралии состоит из овощей, хлеба, яиц, сосисок, ветчины или одного горячего блюда.

#### Ленч также напоминает английский: бифштекс с картофелем или луком, мясной паштет или салат с майонезом, украшенный «честером». Однако австралийцы могут довольствоваться и несколькими сандвичами, которые они едят прямо на улице либо сидя на скамейке или на газоне в парке.

#### Ужин состоит из супа или закуски, мясного или рыбного блюда и десерта (чаще всего рулета с вареньем).

3 АВСТРАЛИЙСКИЕ ДЕЛИКАТЕСЫ

Секрет хорошего рецепта, по словам австралийских шеф-поваров, содержится в использовании необычных морепродуктов Австралии. Balmain bugs, похожие на лангустов, нередко появляются в меню.

Только в Австралии можно попробовать такие уникальные блюда, как кенгуру в соусе из quandong — фрукта, который называют «десертным персиком», губы акулы, мальки угрей, голубые крабы и пресноводные устрицы, а также мясо крокодила и опоссума. Не говоря уже о мясе кенгуру, отличающимся низким содержанием жира.

В Аделаиде, оживленном городке на южном побережье Австралии, вам могут предложить блюдо, которые вы не встретите нигде больше: кенгуру в соусе из quandong. Свободная продажа мяса кенгуру была разрешена сравнительно недавно, однако блюда стали необыкновенно популярными из-за низкого содержания жира в мясе этого животного.

Кенгуру давно уже не угрожает опасность вымирания, наоборот, Австралия страдает от резкого увеличения их популяции. Поэтому употребление мяса кенгуру в кулинарии, не только не угрожает экологическому балансу, но и способствует решению этой проблемы. Благодаря своему выгодному географическому положению, Аделаида занимает приметное место на кулинарной карте Австралии. Ее центральный рынок предлагает все разнообразие флоры и фауны, земли и воды. Только здесь водятся голубые крабы и пресноводные устрицы. По преданию, первые поселенцы умирали от голода, не зная, что находятся рядом с огромным количеством пригодных для еды продуктов. Сегодня уже известно, что из более 20000 видов растений, встречающихся в Австралии, около 20% съедобны.

Кроме того, в наши дни в ресторанных меню стали использовать новые продукты местного вегетарианского стола, такие, как riberries, орехи bunya, дикая розель, слива какаду и многое другое.

Новые растения включают в себя листья перца, анисовое семя и семена австралийской акации. Этот перечень новых ингредиентов включает в себя еще и мальков угрей, пресноводных yabbies и личинок witchetty, а также мясо крокодила и опоссума.

Австралийская кухня находится в стадии стремительного развития, и вполне возможно, что в будущем мы будем иметь возможность попробовать не только вышеперечисленные блюда, но и совершенно новые.

#### 4 АВСТРАЛИЙСКИЕ ДЕСЕРТЫ

Lamington - бисквит, облитый шоколадной помадкой и обсыпанный кокосовой крошкой. Сначала ламингтоны делались из бисквитного теста с начинкой из клубники или малины. Сегодня их обычно делают без джема, лишь иногда используют взбитые сливки в качестве начинки.

Бисквиты Арнота. В 1865году открылась маленькая палатка "Arnott", которая торговала пирожными. Сегодня компания "Arnott. Biscuit LTD" поставляет свои бисквиты почти в 40 стран мира. Бисквиты Арнота означают для местного населения не только высококачественные пирожные, миллионы австралийцев выросли на бисквитах Арнотта, и для них это часть истории и культуры Австралии.

В ресторанах сегодня также можно отведать блюда из серии Bush Tucker (приготовленные на углях), настоящую пищу аборигенов, для приготовления которой широко используются местные продукты: австралийские фрукты и традиционно запеченное мясо. "Чай в котелке" (чай, вскипяченный в походном котелке) удивит даже русского туриста. Вы также можете отведать одно из самых интересных блюд под названием "Суп из Anaboroo, Манго и Burrawong" , состоящий из трех ингредиентов: бык, жареный в эластичной сетке целиком, тропическое манго, и бурравон - местный орех.

#### 5 АВСТРАЛИЙСКИЕ НАПИТКИ

В основном австралийцы пьют чай, до которого они большие охотники. В почете и прохладительные напитки — фруктовые соки с добавлением лимона, листьев мяты и имбиря. Очень популярны молочные коктейли и мороженое. Пьют также кофе, молоко, фруктовые воды, пиво (обычно в пивных).

6 ВИНА АВСТРАЛИИ

Винная индустрия самая динамичная отрасль австралийского хозяйства, за последние 40 лет в ней произошли серьезные изменения. Если в 50-х годах среднестатистический австралиец выпивал в год только один стакан вина, то сейчас он выпивает около двух бутылок.

Надо отметить, что в 1965 году число виноделов было очень невелико, только шесть кампаний занимались производством столового вина, однако к 1999 их число возросло до 109. Сейчас доля Австралии на мировом винном рынке составляет 2%,однако к 2025 году ставится цель добиться 6.5%.

Вино является особо важной отраслью для Австралии. Австралийские вина изготовляют из культивируемых французских, испанских, португальских сортов винограда. Если шерсть, хлопок и говядина - традиционно австралийский экспорт - уходит за границу без какой-либо переработки, то виноделие способствует развитию смежных отраслей (виноградарства, производства упаковки, торговли), а, следовательно, решает проблемы безработицы.

Австралийское виноделие прошло долгий путь за последние десятилетия, и многие специалисты уверены, что к середине 21 века австралийские вина станут для нашего стола такими же привычными и естественными, как французские или итальянские.

7 РЕЦЕПТЫ НЕКОТОРЫХ БЛЮД АВСТРАЛИЙСКОЙ КУХНИ

Салат «Грация»

Ингредиенты: сельдерей (корень) — 40 г, яблоки — 40 г, перец сладкий красный — 20 г, перец сладкий зеленый — 20 г, майонез — 40 г, перец молотый черный — 0,1 г, соль.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Корень сельдерея и сладкий зеленый перец нарезают соломкой, сладкий красный перец колечками, яблоки ломтиками. Все это смешивают и заправляют майонезом, черным перцем и солью по вкусу.

Салат «австралийский»

Ингредиенты: ветчина — 50 г, помидоры. — 70 г, огурцы — 70 г, яблоки — 70 г, сельдерей (корень) — 70 г, сок апельсиновый — 20 г, майонез 50 г, салата — 15 г.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Тонкие куски ветчины сворачивают трубочками. Нарезанные кубиками свежие огурцы, яблоки и отварной корень сельдерея поливают апельсиновым соком, размешивают, укладывают горкой на блюдо, раскладывают бордюром ветчинные трубочки, четвертушки помидоров, листочки салата и поливают майонезом.

Суп куриный, заправленный мукой

Ингредиенты: 1/2 курицы (около 750 г), 2 ч. л. соли, 1 лавровый лист, 1 пучок кореньев для супа, 1 луковица, 4 помидора, 1 зубчик чеснока, 100 г копченой корейки или грудинки, 2 ст. л. сливочного масла, 5 ст.л. муки высшего сорта, по щепотке кайенского перца и мускатного ореха, 2 ломтя белого хлеба, 2 ч. л. сливочного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Курицу вымоем и в 2 л воды вместе с солью, лавровым листом, мелко нарезанными кореньями для супа и половинкой луковицы доведем до кипения. Под крышкой поварим курицу 1,5 — 2 часа. Отольем 1,5 л бульона. Помидоры, сняв кожицу, мелко порежем. Чеснок разотрем. Корейку нарежем кубиками и обжарим на масле, потом добавим помидоры и чеснок. Посыплем мукой, немного подрумяним, разведем бульоном и поперчим. У курицы снимем кожу и вынем кости, мясо нарежем соломкой и разогреем в супе. Белый хлеб нарежем кубиками и немного подрумяним на масле. Перед подачей на стол посыплем суп кубиками поджаренного хлеба.

Суп из говядины

Ингредиенты: картофель 0,5 кг , репчатый лук 3 головки, смальц 2 ложки, сладкий молотый перец 0,5 ч. л., говядина 0,5 кг, 1 зубчик чеснока, мука 2 чайных чашечки, соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Очистить лук, измельчить на терке и обжарить в кастрюле с 2 ложками смальца до образования золотистого цвета. Затем прибавить 1/2 ч. л сладкого красного молотого перца и влить 2 стакана воды. Варить лук 20 мин и протереть через сито. В кастрюлю положить 0,5 кг говядины, нарезать небольшими кусочками и тушить приблизительно 50 мин на слабом огне. Посыпать 2 кофейными чашечками муки и влить побольше воды. Доведя до кипения, прибавить по одной ложки тмина и майорана, 2 мелко нарезанных зубка чеснока и соли по вкусу. Минут через 20 положить картофель, очищенный и нарезанный кубиками.

Тушеный бараний окорок по-австралийски

Ингредиенты: 1 кг мяса молодого барашка без костей, по 1/2 ч.л. тертого мускатного ореха и молотой корицы, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 3 шт. гвоздики, 1 лавровый лист, 1,5 чашки сахарной пудры, 1/2 л виноградного уксуса, 3 чашки горячего мясного бульона, 2— 3 раза на кончике ножа соли, на кончике ножа черного перца

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Мясо вымоем, осушим, зачистим от пленок и натрем мускатным орехом и корицей. Лук нарежем колечками, чеснок разотрем. Мясо положим на слой лука, добавим чеснок, гвоздику и лавровый лист и накроем луком. Сахар растворим в уксусе и польем мясо. Накроем и 24 часа маринуем мясо в холодильнике, периодически его переворачивая. Духовку разогреем до 190 градусов. Мясо положим в глубокий сотейник. Маринад разведем 1 чашкой воды, польем мясо маринадом и под крышкой потушим в духовке до мягкости в течение 2-2,5 часов. Готовый окорок отставим в теплое место. Мясной сок разведем горячим бульоном, процедим, подсолим, поперчим и польем мясо.

Бифштекс «Сумчатый»

Ингредиенты: вырезка — 250 г, Для начинки: масло сливочное — 20 г, грибы свежие — 60 г, зелень петрушки — 3 г, сухари толченые — 10 г, цедра лимонная — 3 г, яйцо — 1/2 шт., соль, перец молотый черный и паприка.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Крупно нарезанные грибы жарят 5 минут в сливочном масле. Сухари, петрушку, цедру лимона и взбитое яйцо перемешивают и выливают на сковороду. Заправляют массу солью, черным молотым перцем и паприкой и хорошо вымешивают.

Кусок вырезки надрезают по длине, закладывают в надрез начинку, зашивают и обжаривают на масле с обеих сторон; затем мясо выдерживают 2 часа в жарочном шкафу на слабом огне, часто поливая образовавшимся соком. На гарнир: жареный картофель и зеленый салат.

Мозги по-матросски

Ингредиенты: мозги — 180 г, масло сливочное — 20 г, вино сухое красное — 30 г, лук репчатый — 150 г, грибы свежие — 60 г, соус — 50 г.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Отварные мозги нарезают кусочками и поливают растопленным сливочным маслом и красным вином. Гарнируют тушенными в масле луком и шляпками грибов, подают под соусом из красного вина.

Язык тушеный

Ингредиенты: язык — 180 г, масло сливочное — 20 г, лук репчатый — 20 г, морковь — 10 г, сельдерей (корень) — 10 г, мука — 5 г, сок томатный 20 г, уксус — 5 г, перец молотый черный — 0,2 г, лист лавровый, пюре картофельное — 150 г, пюре из шпината — 50 г, соль.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Подготовленный язык обжаривают с обеих сторон в кипящем масле и вынимают. В то же масло кладут мелко нарезанную морковь, корень сельдерея и лук, посыпают их мукой и поджаривают. Овощи соединяют с томатным соком, уксусом, кладут язык, заливают все бульоном или теплой водой, солят по вкусу, приправляют черным перцем, лавровым листом и тушат на слабом огне. Готовый язык вынимают, нарезают тонкими ломтиками, а соус протирают через сито и заправляют сливочным маслом. Соус должен быть не очень густым. На гарнир подают картофельное пюре и пюре из шпината.

Цыплята «Мельбурн»

Ингредиенты: цыплята — 220 г, масло оливковое — 30 г, масло сливочное — 15 г, вино сухое белое — 30 г, сок мясной — 50 г, томат-пюре 10 г, баклажаны — 250 г, мука — 10 г, масло сливочное — 10 г, помидоры — 20 г, чеснок — 4 г, картофель — 100 г, зелень петрушки, соль.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Филе и ножки цыпленка обжаривают на оливковом масле, заливают белым вином и мясным соком, добавляют томат-пюре, чтобы придать соусу розовый цвет, солят по вкусу, вводят ароматическую зелень и тушат. Подают цыпленка под соусом. На гарнир подаются очищенные и нарезанные кружками, посоленные, панированные в муке и поджаренные в смеси равных частей сливочного и оливкового масла баклажаны, на них кладут мелко нарезанные и поджаренные помидоры, чеснок для аромата; по обоим концам блюда укладывают поджаренный картофель, имеющий форму мелких орешков.

Капит — большой бифштекс

Ингредиенты: 1 кг говяжьей вырезки (кусок толщиной не менее 5 см), 60 г масла или маргарина, 3 устрицы (по желанию), 300 г грибов, 1/2 чайной ложки мелко нарубленной зелени петрушки, 40 г панировочных сухарей, 1/2 чайной ложки цедры лимона, 1 яйцо, соль, черный перец, красный перец.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Масло разогреть и обжарить в нем устриц и грибы в течение 5 мин. Добавить панировочные сухари, петрушку, цедру лимона, взбитые яйца. Начинку сильно поперчить и хорошо перемешать. Вырезку надрезать в виде кармана, наполнить начинкой и края зашить накрепко. Начиненный бифштекс зажарить с двух сторон на сковороде в большом количестве масла, затем поставить в духовку и запекать 2 ч на слабом огне, время от времени поливая образовавшимся соком. К бифштексу подать картофель фри и зеленый салат.

Австралийские бифштексы с бананами

Ингредиенты:

• 600 г хорошей говяжьей вырезки,

• 2 ст. ложки - масла или маргарина,

• 1 яйцо,

• 1 желток,

• 2 банана,

• 1 небольшая луковица,

• 3 ст. ложки сливок,

• 1 неполная столовая ложка муки,

• перец и соль,

• панировочные сухари,

• 1 ст. ложка тертого хрена,

• 1 щепотка сахара.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Мясо нарезать на довольно тонкие ломти и отбить молотком. На сковороду положить 1 ст. ложку сливочного масла и зажарить бифштексы с обеих сторон в течение 6—8 мин. Бананы разрезать вдоль на две части, обвалять в муке, посыпать солью и перцем, затем обмакнуть в яйце, обвалять в панировочных сухарях и обжарить в оставшемся жире. Бифштексы посолить, поперчить и отставить на край плиты. Сливки смешать с тертым хреном и желтком и, помешивая, соединить с соусом, оставшимся от жаренья бифштексов. Приправить по вкусу солью, перцем и сахаром и вылить получившуюся смесь на бифштексы.

Курица по-австралийски

Ингредиенты:

• курица - 1 шт.

• пиво светлое - 1/2 стакана

• лук репчатый - 1 головка

• морковь - 1 шт.

• лисички - 200 г

• горошек зеленый консервированный - 100 г

• чернослив без косточек - 100 г

• сметана - 1 стакан

• масло растительное - 6 ст. ложек

• зелень петрушки - 1 пучок

• чеснок рубленый - 1 ст. ложка

• приправа для курицы - 2 ст. ложки

• перец черный молотый, соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Курицу нарежьте порционными кусками, натрите приправой для курицы, солью, перцем и обжарьте на масле.

Морковь и грибы нарежьте ломтиками, лук — кубиками обжарьте на масле, добавьте курицу, влейте пиво. Тушите в духовке 40-50 минут, затем введите сметану, рубленую зелень, чеснок, чернослив, зеленый горошек и тушите еще 15 минут.

При подаче курицу вместе с овощами и черносливом выложите на блюдо, оформите зеленью.

Отбивные из телятины под ежевичным соусом с гарниром из моркови

Ингредиенты:

• ежевика свежая - 750 мл

• сливки - 60 мл

• телятина - 6 отбивных (по 180 г)

• перец черный молотый - 1/4 стакана

• масло сливочное - 1/4 стакана

• морковь , нарезанная соломкой - 450 г

• ананас измельченный - 1 стакан

• сок ананасовый

• манго - 1 стакан мякоти

• сахар - 1/4 стакана

• крахмал кукурузный - 1 1/2 ст. ложки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Из 2,5 стаканов (625 мл) ежевики сделайте пюре в кухонном комбайне. Пропустите полученную массу через сито, чтобы удалить семена. Нагрейте до кипения. Уменьшите огонь и варите, пока объем жидкости не уменьшится до 1/2 стакана (125 мл). Введите сливки при постоянном помешивании.   
Пока готовится ежевичный соус, натрите отбивные перцем.   
Разогрейте сливочное масло в большой сковороде и пожарьте отбивные до желаемой готовности. Положите отбивные на тарелки, полейте соусом и украсьте оставшейся ежевикой.

Для гарнира варите морковь на пару 12-15 минут. Переложите на сервировочное блюдо.

Сделайте пюре из ананаса и манго в кухонном комбайне. Пропустите через сито в небольшую кастрюлю. Добавьте сахар.

Смешайте кукурузный крахмал с 1/4 стакана (60 мл) ананасового сока. Добавьте к фруктовой массе. Готовьте на медленном огне, пока не загустеет.

Полейте морковь соусом и сразу подавайте к столу.

Лосось на ложе из запеченный томатов

Ингредиенты:

• 50 мл сухого хереса,

• 2 ст. л. жидкого меда,

• 1 долька чеснока, раздавленная,

• 1 лайм, тертая цедра и сок (можно заменить лимоном),

• 3 ст. л. соевого соуса,

• 750 г филе лосося без костей, разрезанного на 4 равные части,

• 600 г томатов (дамские пальчики), разрезанные на половинки,

• 5 ст. л. оливкового масла.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Для маринада смешать херес, мед, чеснок, корочку и сок лайма и соевый соус в небольшой мисочке.

Положить лосось в неглубокую посуду и залить маринадом. Накрыть пленкой и оставить в холодильнике мариноваться (предпочтительнее на ночь).

Разогреть духовку до 200 градусов. Поместить томаты срезанной стороной вверх на противень и полить немного оливковым маслом. Запекать 20-25 мин.

Тем временем разогреть немного оливкового масла в большой сковородке. Добавить лосось и обжаривать на большом огне в течение 2 мин. Перевернуть и жарить еще 2 мин. Приправить по вкусу. Разложить томаты по тарелкам, сверху поместить филе лосося, полить оставшимся маринадом.   
Подавать с кусочком лайма и вареным рисом.

Тасманийский глазированный лосось

Ингредиенты:

• 4 порционных куска филе лосося,

• 2 ст. л. растительного масла

Для маринада:

• 2 ст. л. сухого хереса,

• 1 ч. л. соевого соуса,

• 1 ст. л. натертого имбиря,

• 1 ст. л. китайского сливового соуса,

• 1 ч. л. кунжутного масла,

• 2 ч. л. тайского рыбного соуса,

• 1 ст. л. кунжутных семечек,

• 2 ст. л. меда

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Смешать все ингредиенты для маринада в миске. Выложить рыбу в плоскую посудину, залить маринадом, закрыть пленкой и поставить в холодильник на 2 ч.

Смазать противень растительным маслом и положить туда рыбу. Маринад необходимо тщательно удалить с поверхности рыбы, собрать в миску и отставить. Запекать в духовке при 180°С 10–15 мин. Как вариант это блюдо можно приготовить на гриле. При этом лосося достаточно обжарить по 3 мин. с каждой стороны. Во время запекания пару раз полить лосося оставшимся маринадом.

Треска по-австралийски

Ингредиенты:

• 800 г филе трески,

• 4 тигровые креветки,

• 600 г замороженного горошка,

• 4 высушенных на солнце помидора,

• 4 помидора черри,

• 2 ст. л. оливкового масла,

• перья зеленого лука,

• 0,5 лимона,

• соль, черный молотый перец.

Для соуса:

• 100 г лука-шалота, 2 зубчика чеснока,

• небольшой кусочек имбиря,

• 100 мл белого сухого вина,

• 100 мл рыбного бульона,

• 100 мл сливок 30%,

• 4 высушенных на солнце помидора,

• 1 ст. л. оливкового масла.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Сначала надо приготовить соус. Шалот, чеснок и имбирь очистить, мелко нарезать, обжарить на оливковом масле. Добавить белое вино, выпарить. Добавить рыбный бульон, выпарить. Влить сливки, помешивая, довести до загустения.

Сушеные помидоры нарезать и также добавить в соус. Помешивая, готовить еще 3 мин. Снять с огня, пропустить через блендер.

Горошек отварить до готовности, поместить в блендер, приготовить пюре и сбрызнуть его соком лимона.

Креветки отварить до готовности, очистить. Филе трески посолить, поперчить. На разогретую сковороду влить оливковое масло, треску обжаривать 10 мин.

На тарелку выложить пюре из горошка, сверху треску и на нее – креветку. Украсить блюдо сушеным помидором, перьями лука и помидором черри, вокруг полить соусом.

Австралийский томатный коктейль

Ингредиенты:

• 3 стакана томатного сока,

• 2 неполные чайные ложки сахара,

• 2 чайные ложки лимонного сока,

• 3 чайные ложки шерри или портвейна,

• 1 чайная ложка тертого лука,

• соль,

• перец,

• 2 стебелька свежей мяты.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Томатный сок смешать по вкусу с прочими продуктами. Стебельки мяты настоять в томатном соке в течение 1—2 ч. Затем удалить их и поставить коктейль на холод.

Чатни из яблок (яблочная паста) — острая пряная приправа

Ингредиенты:

• 250 г неспелых яблок,

• 75 г изюма,

• 40 г лука,

• 100 г помидоров,

• 200 г сахара,

• по щепотке порошка имбиря и гвоздики,

• горчица,

• винный уксус.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Яблоки очистить, освободить от сердцевины и потушить на слабом огне, добавив совсем немного воды. Изюм и лук мелко нарубить. Помидоры ошпарить кипятком и снять с них кожу. Все продукты сложить в одну кастрюлю и поставить тушить на слабом огне на 1 час. Разлить в стаканы и закрыть влажной пергаментной бумагой.

Подавать к холодному мясу или рыбе.

Сырный торт с шоколадными батончиками

Ингредиенты:

• 250 г шоколадного печенья,

• 150 г сливочного масла,

• 3 ч. л. желатина в порошке,

• 375 г мягкого сливочного сыра,

• 1 ч. л. ванильной эссенции,

• 0,5 стакана сахара,

• 300 мл сливок жирностью 35-40%,

• 3 шоколадных батончика (например, «Марс»)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Выложить форму для запекания диаметром 22 см фольгой. Печенье размолоть в комбайне и смешать со сливочным маслом. Равномерно распределить получившееся тесто по дну и стенкам формы. Накрыть пленкой и поставить в холодильник на 1 ч. Растворить желатин в 0,25 стакана горячей воды, дать остыть.

Взбить миксером сливочный сыр с сахаром и ванильной эссенцией в гладкую массу. В отдельной посуде взбить в пену сливки. Батончики «Марс» мелко порубить и смешать с сырной массой, добавляя туда желатин. При помощи лопаточки постепенно добавить туда же взбитые сливки. Выложить всю массу в форму с тестом и поставить в холодильник на 4–6 ч.

Банановые рогалики

Ингредиенты:

• 300 г муки высшего сорта,

• щепотка соли,

• натертая цедра от 1 лимона,

• 100 г сахара,

• 2 яйца,

• 100 г охлажденного сливочного масла,

• 8 небольших зрелых бананов,

• сок от 1 лимона,

• 6 ст. л. абрикосового мармелада,

• 2 ст. л. миндальных хлопьев

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Муку в смеси с солью просеем в миску, положим лимонную цедру, сахар и 1 яйцо. Добавим настроганное масло и быстро замесим песочное тесто, можно добавить 1 — 2 ст.л. молока. Поместим тесто на 60 минут в холодильник вылежаться. Бананы очистим и сбрызнем лимонным соком. Духовку разогреем до 180 градусов. Тесто тонко раскатаем и вырежем 8 квадратиков размером 8х8 см. У второго яйца белок отделим от желтка. Края квадратиков смажем белком. На каждый квадратик по диагонали положим по 1 банану и свободными концами теста их завернем. Хорошенько прижмем кончики теста. Взболтанным желтком смажем рогалики, уложим их на противень и минут на 20 поставим в духовку выпекаться.

Мармелад разогреем, смажем им горячие рогалики и в заключение посыплем их миндальными хлопьями.

Персиковый пирог

ИНГРЕДИЕНТЫ:

• персики нарезанные - 2 стакана

• сахар - 5 ст. ложек для теста и 3/4 стакана - для соуса

• молоко концентрированное - 2 стакана и пастеризованное - 2 стакана

• яйцо - 3 шт.

• мука пшеничная - 1/4 стакана

• яичный желток - 6 шт.

• цедра лимонная - 1 ч. ложка

• экстракт миндальный и ванильный - по 1/2 ч. ложки и лимонный - по 1 ч. ложки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Разогрейте духовку до 180'С. Посыпьте персики 2 ст. ложками сахара. Смажьте жиром круглую форму для выпечки диаметром 20 см. Положите в нее персики.

В кухонном комбайне перемешивайте оставшийся сахар, молоко, яйца, муку и экстракты до тех пор, пока масса не станет гладкой. Выложите массу на персики и запекайте 45 минут, или пока деревянная палочка, введенная в тесто, не будет сухой. Подавайте к столу теплым с соусом.

Для соуса в кастрюле с двойным дном взбейте сахар и яичные желтки, пока они не станут легкими и светлыми. Поместите кастрюлю в большую емкость над кипящей водой. Постепенно введите молоко. Готовьте, постоянно помешивая, до тех пор, пока соус не загустеет. Снимите с огня, введите экстракт и цедру.

Запеканка из сухарей с соком и фруктами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

• сухари молотые - 2 стакана

• масло сливочное - 2 ст. ложки

• сахар - 3/4 стакана

• яйца - 2 шт.

• мука пшеничная - 1 ст. ложка

• сода пищевая - 1/3 ч. ложки

• сок фруктовый - 1 стакан

• цедра - 1/2 лимона

• фрукты консервированные - 2 стакана

• маргарин - 1 ст. ложка

• корица молотая - по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Сливочное масло, сахар и яйца взбить в пену, добавить натертую лимонную цедру, молотые сухари, муку, пищевую соду, и все тщательно перемешать. Массу развести соком до консистенции крема. Половину этой массы выложить на смазанную маргарином и посыпанную панировочными сухарями форму, выложить сверху слой консервированных фруктов и залить оставшейся массой. Запекать в духовом шкафу при 180°С около 30 минут.

Запеканку посыпать сахарным песком, смешанным с корицей.

Австралийский кофе с приправами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

• цедра апельсиновая - 1 ст. ложка

• гвоздика - 8-10 шт.

• кофе молотый - 4 ст. ложки

• вода - 4 стакана

• сахар

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Положите апельсиновую и лимонную цедру вместе с гвоздикой на дно кофеварки. Заварите кофе так, чтобы струя горячего кофе падала на специи. Разлейте полученный кофе в четыре нагретые кружки.

Сахар кладут по вкусу.

Шоколадный торт «Бумеранг»

Ингредиенты:

• 150 г муки,

• 2 неполные кофейные ложки сухих дрожжей,

• 125 г сливочного масла или маргарина,

• 2 неполные столовые ложки мелко нарубленных кокосовых орехов,

• 2 неполные столовые ложки какао,

• 200 г сахара,

• 2 яйца,

• щепотка соли,

• 3 ст. ложки молока,

• 1/2 пакетика ванильного сахара.

Гарнировка:

• 1 граненый стакан сахарной пудры,

• 1 неполная столовая ложка какао,

• 4 ст. ложки размягченного сливочного масла,

• 1 чайная ложка с горкой молотого кофе,

• 1 ст. ложка мелко нарубленных кокосовых орехов,

• 1 чайная ложка ванильного сахара.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Масло, кокосовые орехи, какао, сахар и ванильный сахар хорошо перемешать. Не прекращая помешивать, добавить яйца. Затем добавить муку, сухие дрожжи, соль и в последнюю очередь постепенно влить молоко. Форму смазать маслом, выложить в нее тесто и выпекать при средней температуре в течение 40—45 мин. Все компоненты начинки перемешать, взбить венчиком до кремообразного состояния.

Остывший торт смазать полученным шоколадным кремом.

Анцакс—печенье из овсяных хлопьев

Ингредиенты:

• 125 г муки,

• 125 г сахара,

• 125 г растопленного масла,

• 125 г овсяных хлопьев,

• 125 г рубленых кокосовых орехов,

• 1/2 чайной ложки сухих дрожжей,

• 1 ст. ложка патоки.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Все продукты хорошо перемешать, сформовать небольшие шарики, выложить на противень и слегка приплюснуть сверху, чтобы получились небольшие лепешки. Выпекать на слабом огне в течение 15 мин.

Австралийский рисовый пудинг

Ингредиенты:

• 1 стакан риса,

• 2 стакана воды,

• 3 ст. ложки изюма,

• 100 г инжира,

• 100 г фиников,

• порошок имбиря на кончике ножа,

• сахар по желанию,

• 1 стакан молока,

• 2 белка,

• свежие или слегка проваренные фрукты.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Рис отварить в воде в течение 10 мин. Изюм, инжир, финики мелко нарезать, смешать с порошком имбиря и затем с отварным рисом, добавить сахар. Потушить на совсем слабом огне, влить стакан молока. Пудингу дать остыть, прибавить взбитые белки, выложить пудинг в миску, которую предварительно сполоснуть холодной водой, поставить на холод.   
Перед подачей на стол перевернуть пудинг на тарелку, поверхность его украсить свежими или вареными фруктами.

Австралийский фруктовый торт

Ингредиенты:

• 450 г различных фруктов,

• 150 г сливочного масла,

• 1 стакан сахара,

• 2 яйца,

• 1/2 чайной ложки цедры лимона,

• 1 пакетик ванильного сахара,

• 1/2 чайной ложки питьевой соды,

• 2,25 стакана муки,

• 1 полная чайная ложка сухих дрожжей.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Промытые, подготовленные фрукты, масло, сахар и приправы вложить в кастрюлю, залить 1 стаканом воды и проварить в течение 10 мин. Остудить и добавить питьевую соду и взбитые яйца, затем всыпать муку, смешанную с разведенными дрожжами, и все хорошо перемешать. Форму для торта диаметром 20 см выстлать промасленной пергаментной бумагой, выложить на нее приготовленную массу и при умеренной температуре выпекать торт в течение 1 часа.

Торт нарезать на второй или даже на третий день.

Желе из ежевики

Ингредиенты:

• 500 г ежевики,

• 120 г сахара,

• сок и корка половины лимона,

• 30 г желатина,

• 3 белка.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Ежевику сварить с сахаром и небольшим кусочком лимонной корочки в небольшом количестве воды. Затем протереть через сито. Желатин развести в небольшом количестве воды.

Приготовить фруктовый мусс, добавить сок лимона и такое количество воды, чтобы общее количество жидкости составляло 0,6 л. Блюдо поставить на холод.

Незадолго перед тем, как оно застынет, прибавить взбитые белки.

Австралийский торт безе

Ингредиенты:

Основа торта:

• 5 белков,

• 1 пакетик

• ванильного сахара,

• 150 г сахара,

• 70 г сахарной пудры,

• 4 ч.л. кукурузной муки

Гарнировка:

• 300 г клубники,

• 4 ст. л. сахарной пудры,

• 3/8 л жирных сливок,

• 1 ст. л. черешневой водки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Противень застелим пергаментной бумагой и нарисуем на ней круг диаметром 24 см. Духовку разогреем до 110 градусов. Белки с ванильным сахаром взобьем в пену. Постепенно добавим сахар и сахарную пудру. Продолжаем взбивать до тех пор, пока не образуется тугая пена и сахар растворится. Насыплем сверху кукурузную муку и осторожно подмешаем ее во взбитые белки. Половину этой массы с помощью кондитерского мешка выпустим в нарисованный круг на пергаменте — это будет основа торта. Вторую половину выпустим по краю основы в виде шариков. Дадим безе подсохнуть в духовке часа полтора, после чего дадим еще 15 минут вылежаться в выключенной духовке.

Клубнику промоем, половину протрем в пюре и смешаем с 2 ст.л. сахара. Сливки с остальной сахарной пудрой взобьем в крутую пену, сбрызнем черешневой водкой и наполним основу торта. Поверх взбитых сливок уложим цельные ягоды и намажем их клубничным пюре.