Автор: Administrator
16.04.2017 00:00 - Обновлено 06.05.2017 22:15



Уникальная история кушанья под названием пудинг будет, возможно, интересна многим любителям кулинарии. Пудинг с французского языка переводится как «маленькая колбаска». И это не удивительно, ведь когда то давно этим словом именовались блюда, приготовленные из мяса.

Существует ряд версий, касаемо приготовления этого кушанья. В соответствии с первой версией, пудинг представлял собой овсяную кашу, сваренную на говяжьем бульоне. К каше подмешивали мед, белый хлеб, творог, мясопродукты или рыба. Все это запекали в духовом шкафу, затем в горячем виде подавали на стол. Такой пудинг был популярен в 16 столетии.

Пудинг, приготовленный из куриного мяса, похож на суфле. В сущности, и первое и второе блюдо схожи по своему составу. В их составе имеется молотый куриный фарш с добавлением сыра, специй, различных трав и овощей.
Традиционный пудинг, популярный во Франции, будет превосходным аперитивом вашего обеда, а возможно и полностью составит ваш обеденный рацион, в случае соблюдения вами спортивного режима.

Рецепт куриного пудинга с сыром

Ингредиенты:
- филе куриное - 200 г;
- масло сливочное - 50 г;

- молоко 3,2% - 300 мл;
- козий сыр - 100 г;
- яйца куриные - 4 шт.;
- пшеничная мука - 50 г;
- пармезан - 50 г;
- лавровый лист - 1 шт.;
- лук скорода - 15 г.

Приготовление

Для начала необходимо приготовить куриный фарш. Филе режим на небольшие куски и с помощью мясорубки или блендера перемалываем до однородной массы. Затем в глубокую тарелку наливаем молоко и кладем туда лавровый лист, кусочек сливочного масла и чуть-чуть муки. На медленном огне, получившуюся смесь, доводим до кипения, постоянно помешивая. Как только молоко начнет закипать, нужно вынуть лавровый лист, а вместо него положить тертый пармезан и козий сыр. В полученный соус добавляем яичные желтки и измельченный лук. Тщательно все перемешав, соус добавляем в куриный фарш.

Чтобы пудинг получился легким и воздушным, следует аккуратно добавить в соус яичный белок, предварительно взбитый. Получившуюся основу уложить в предварительно смазанные формы из керамики.
Заполненные формы выкладываем в разогретую духовку до температуры 180оС и запекаем в течении 35 минут. Если у вас есть мультиварка, то пудинг можно приготовить и в ней. Для этого нужно выставить режим «Выпечка» и установить таймер на 40 минут.