



Эскалоп – мясное блюдо французской кухни. Оно готовится из ровного, тонкого куска мяса округлой формы, вырезанного из лучших частей туши. В отличие от отбивных, эскалоп обжаривается на сковороде или на гриле без панировки или кляра. Блюдо готовится очень быстро.

Порционные куски мяса слегка отбивают, посыпают солью и перцем и обжаривают с двух сторон. Главное не передержать мясо на огне, обжарив его только до появления золотистой корочки. Перед подачей к столу мясо кладут на гренку, добавляют гарнир и поливают мясным соком. В качестве гарнира может выступить картофель в любом виде, тушеные овощи и т.д.

В пищевой промышленности вес эскалопа обычно составляет 110-220 грамм.

Рецепт эскалопа из индейки

Ингредиенты:

- филе индейки – 500 г;
- масло сливочное – 35 г;
- масло подсолнечное рафинированное – 50 мл;
- лимон – 1 шт.;
- петрушка – 30 г;
- соль, черный молотый перец, другие специи – по вкусу

Приготовление

1. Филе индейки нарезать поперек волокон на кусочки толщиной 1-1,5 см. Мясо слегка

Эскалоп из индейки

Автор: Administrator

19.02.2019 00:00 - Обновлено 09.03.2019 19:34

отбить и посыпать солью со специями.

2. Разогреть на сковороде подсолнечное масло. Затем добавляем и растапливаем сливочное масло. Обжариваем мясо до румяной корочки с двух сторон. До полной готовности мясо прожаривать не нужно.

3. Далее берём неглубокий сотейник или кастрюлю и наливаем 100 мл кипятка. Добавляем в сотейник масло, в котором жарилось мясо, выдавливаем сок половинки лимона, добавляем вымытую и мелко нарубленную зелень петрушки.

4. В полученный соус помещаем эскалопы и тушим 3-4 минуты, не забывая переворачивать мясо.

5. К столу подаём горячими, полив топлёным маслом и посыпав зеленью.

Эскалоп из индейки в духовке

Ингредиенты:

- филе индейки – 700 г;
- подсолнечное масло – 50 мл;
- твердый сыр – 100 г;
- сухари панировочные – 50 г;
- желток – 1 шт.;
- чеснок – 2 зубчика;
- зелень укропа и петрушки – 30 г;
- соль, перец, другие специи – по вкусу.

Приготовление

1. Филе индейки нарезать на порционные куски толщиной 1-1,5 см поперек волокон. Слегка отбить мясо и натереть его солью и специями.

2. На растительном масле в сковороде обжариваем мясо до золотистой корочки с двух сторон.

3. На мелкой терке натираем сыр. Смешиваем его с сухарями, мелко нарубленной зеленью, желтком и чесноком, пропущенным через чеснокодавку. Всё хорошенько перемешиваем.

4. Смазываем противень растительным маслом и кладём на него мясо. Сверху мяса выкладываем сырную смесь. Помещаем противень в духовку, разогретую до 180°C на 10-15 минут.

5. Готовое блюдо подаем к столу горячим вместе с салатом из свежих овощей.