



www.dedoibaba.ru

пос. В.Синячиха

# Дедо и Баба

№ 43 (435)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

23 - 29 октября 2017 г.

## ◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

### КАБАЧКИ В КЛЯРЕ В ДУХОВКЕ

#### ИНГРЕДИЕНТЫ

Кабачки - 1 кг  
 Соль - 1 ч.л. +в кляр по вкусу  
 Сметана (густая) – 200 г  
 Яйцо куриное – 2 шт.  
 Сушеный чеснок – по вкусу  
 Паприка – по вкусу  
 Смесь сушеный итальянских трав – по вкусу  
 Красный перец, молотый – по вкусу  
 Мука пшеничная – 200 г  
 Растительное масло – 1 ст.л.  
 Крахмал кукурузный – 2 ч.л.  
 Сода – 0.5 ч.л.  
 Сыр – 100-150 г  
 Панировочные сухари «Панко» - 150-250 г (по необходимости)

Сметанный соус (по желанию):

Сметана - 200 г

Зелень - по вкусу

Соль - по вкусу

Черный перец молотый - по вкусу

Чеснок - по вкусу/по желанию

Время приготовления: 1 час

На 3 человек

163 кКал на 100 г

Хранить в прохладном месте



#### ПРОЦЕСС ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Приготовленные в духовке кабачки в кляре – это эффектная и вкусная закуска из доступных ингредиентов. Сочетание мягкости кабачков и воздушного, хрустящего кляра придется по вкусу всем ценителям контрастных вкусовых сочетаний. А приготовление блюда в духовке упростит и без того не слишком мудреный процесс приготовления. Окутанные пряным кляром, аппетитными нитями расплавленного сыра и хрустящим облаком панировочных сухарей, сочные и нежные на вкус ломтики кабачков получаются невероятно аппетитными как на вид, так и на вкус. Попробуйте!

Подготовьте ингредиенты по списку.

Разрежьте кабачки пополам, удалите семена и нарежьте брусочками толщиной примерно 1 сантиметр и длиной 5-7 сантиметров.

Уложите кусочки кабачков в миску, пересыпая солью. Перемешайте и оставьте при комнатной температуре на 1 час.

Приготовьте кляр. Соедините сметану и яйца и перемешайте до получения однородной массы.

Добавьте соль, сушеный чеснок, паприку, смесь сушеных итальянских трав и молотый красный перец по вкусу.

Постепенно вмешайте в смесь просеянную пшеничную муку. Готовый кляр по консистенции должен напоминать очень густую сметану.

Подготовленный кляр поместите в холодильник до момента, когда кабачки будут готовы к дальнейшему приготовлению.

Смажьте растительным маслом решетку для запекания.

Слейте сок, выделившийся из кабачков.

Смешайте натертый сыр и панировочные сухари «Панко».

В охлажденный кляр добавьте кукурузный крахмал и соду и хорошо все перемешайте. С добавлением крахмала кляр еще немного загустеет.

Окуните кусочки кабачков в кляр.

А затем обваливайте в смеси сыра и панировочных сухарей.

Выложите кусочки кабачков на подготовленную решетку. По желанию, сбрызните панировку небольшим количеством растительного масла. Это сделает ее еще более хрустящей.

Поместите кабачки в кляре в духовку, разогретую до 220 градусов, и выпекайте 20-25 минут, до золотистого цвета и готовности кабачков.

**Дорогие жители  
нашего поселка!**  
**Работает Первая частная  
библиотека!**

В магазине ДЕДО и БАБА

#### ВНИМАНИЕ!

**В качестве залога можно вносить  
и свои книги!!!**

Основные требования к залоговым книгам:

- 1) книги должны быть художественные;
- 2) книги должны иметь опрятный внешний вид;
- 3) книги должны быть в твердом переплете;
- 4) должно быть внесено 3 книги, это даёт вам право брать для чтения одну книгу за раз.

Залог является гарантом возврата взятой книги.

Все ингредиенты для приготовления блюд по рецептам, размещенным в нашей газете всегда можно купить в нашей торговой сети ТРИТОЛ. Товары закупаются оптовыми партиями – отсюда привлекательные цены для вас, но так как наша торговая сеть довольно крупная – все расходуется в основном в течение недели, чтобы минимизировать вероятность просрочки, и чтобы продукты были всегда свежими.

### Магазин ДЕДО и БАБА

Книги, канцелярские товары, газеты,  
рукоделия, бисер, мулине, вышивки,  
подарки ко дню рождения и другим  
торжествам.



Наш адрес:  
ул. Октябрьская 20-б.

