Поиск ПОИСК

Рубрики

- Выращивание вешенки дома
- Как начать грибной бизнес
- Производство субстратов
- Инкубация и выращивание
- Системы вентиляции. Микроклимат
- Мицелий и штаммы вешенки
- Болезни блоков и грибов. Санитария
- Книги по выращиванию и микроклимату
- Обо мне
- Продам оборудование

Свежие записи

- Можно ли грибницу вешенки обогреть кондиционером?
- Как сделать мицелий дома
- Технологический регламент предприятия по выращиванию вешенки
- Формирование примордий вешенки – особенности и фото
- Ошибки вентиляции в грибном помещении для вешенки
- Сколько растут вешенки в мешках и когда появляются грибы

Популярные записи

- Урожайность грибных блоков вешенки
- Выращивание вешенки дома в мешках
- Болезни вешенки: фото и описание деформаций плодовых тел
- Штаммы вешенки. Что такое штамм грибов
- Готовим субстрат вешенки дома
- Развитие грибных блоков по дням
- Термообработка субстрата вешенки: гидротермия и ксеротермия
- Проблемы развития блоков вешенки
- Приготовление субстрата вешенки. Общие рекомендации
- Вентиляция при выращивании вешенки

Онлайн обучение технологов

Вкусные блюда из грибов вешенок: мои любимые рецепты

Обо мне

Было время, я писала рецепты – статьи на сайт «Люблю грибы». Там их немного, пару десятков всего, зато авторские.
Каждое блюдо я сначала делала сама. Покупала грибы – шиитаке, зимние опята, эринги и вешенку, выдумывала сочетание продуктов.

Весь процесс фотографировала, и затем писала статью. Думаю, вы их узнаете по стилю, и фоткам одинаковых тарелок – розовых и зеленых. Несколько ссылок будет внизу статьи.

Так, вот… К чему я об этом вспомнила.

Одно из блюд мне понравилось так, что стало любимым. Поделюсь здесь, на своем сайте вешенка-эксперт.

Немного поменяла соотношение ингредиентов, и теперь готовлю именно так:

Рисовая запеканка с овощами и грибным фаршем

За что мне нравится эта запеканка – можно кидать в нее что угодно и в каких угодно пропорциях. В пределах разумного, конечно.
На сто грамм рисовой крупы я беру 200 грамм вешенки. Из овощей — одну перчину и крупную морковь – я люблю и то, и другое. Вы можете положить брокколи или цветную капусту, предварительно отварив, кабачок, тонко нарезанный и слегка обжаренный, кукурузу.
В общем – фантазируйте! На выставленном фото как раз мои фантазии – эксперименты с разными овощами. Специи — по вкусу, я предпочитаю приправу «Прованские травы» и кладу ее в грибы.

Обязательные элементы:

– фета. Ее нужно немного, всего 40-50 грамм, но именно она придает необычайный вкус,
— одно сырое яйцо,
— пучок петрушки, грамм 70-100 не меньше,
— питьевые сливки, 10-15%. По количеству – объясню ниже по тексту.
— тертый сыр, 50-70 грамм. Я кладу твердый, но вполне приемлемо положить брынзу или адыгейский сыр.
— пармезан, натертый на мелкую терку, 15-20 грамм.

Как готовлю:

Предварительно замачиваю рис, через 5-6 часов варю его до готовности.
Затем жарю вешенку и репчатый лук, нарезанные кубиками. Оставляю в сковороде, чтобы стекло лишнее масло, шумовкой перекладываю в блендер и взбиваю до состояния однородной массы. А в сковороду с маслом выкладываю морковь, порезанную тонкими полукольцами и небольшие квадратики красного сладкого перца. Доливаю немного воды и тушу под крышкой до мягкости.

Включаю духовку на 180 градусов – пусть пока разогревается.

Высыпаю грибной фарш, готовые овощи и петрушку в рис. Хорошо перемешиваю.

В миске разминаю вилкой фету и слегка взбиваю ее с яйцом и с двумя столовыми ложками сливок.

Вмешиваю в рисовую смесь, высыпаю натертый сыр, перемешиваю. Если масса суховата, прибавляю еще половину или целую ложку сливок.

Форму смазываю мягким сливочным маслом, высыпаю смесь и запекаю минут 15-20.

Смотрите по своей духовке – масса должна перестать «дрожать» и стать слегка золотистой по верху.

В таком состоянии посыпьте ее пармезаном, верните в духовку, сразу выключайте газ.

Вынимайте, когда сыр расплавится.

Это очень вкусно, грибной фарш в сочетании с фетой похож на мясной. Классное, сытное постное яство.

Я еще и эту смесь модернизировала, и стала готовить фаршированный перец.

Перец, фаршированный рисом и грибным фаршем

Убрала из продуктов овощи (кроме лука) и сливки – тут наоборот, хорошо, когда смесь суховата. Все остальные ингредиенты кладу в том же количестве.

И набиваю очень плотно перец, с которого срезана крышечка, и очищенный от семян.

Единственный недостаток – даже при плотной вертикальной укладке перца в кастрюле он все равно норовит лечь на бок, а рис частично вываливается. Пробовала делать без яйца и с ним – ситуация не меняется.

Но это небольшая проблема, я потом в готовом уже блюде ложкой рис собираю и вталкиваю обратно в перец.

В общем, уложили перчины, залили водой, чтобы полностью их покрыть и ставьте на огонь.

Закипит – варите на малом газе до мягкости перца, это где-то 25-30 минут по времени. Поставили – готовим зажарку. Я люблю, чтобы ее много было.

Поэтому беру:

— две большие репчатые луковицы, режу кубиками,
— среднюю морковку, одну штучку, тру на терке,
— кислое яблоко, хотя полусладкое тоже пойдет, его тоже натираю на крупную терку,
— томатную пасту 30-40 грамм или сок.

В сковороду наливаю три ложки оливкового масла и кидаю лук, присаливаю солью и пряностями.

Тушу его до прозрачного состояния, добавляю морковь, размешиваю, чтобы промаслилась, потом яблоко. Тушу минуты три – четыре, вливаю томатную пасту, смешанную с водой, или сок.

Закипит, выливаю в готовящийся перец, который к этому времени уже закипает.

Подливка выходит вкусная, мы сначала перец нею поливаем и съедаем. А на следующий день – этот соус, с плавающими в нем зернышками риса и фаршем, как суп едим.

И еще бесподобные пирожки и зразы с грибным фаршем выходят. Красный текст в предыдущем предложении – ссылки на мои авторские рецепты.

Можно ли кушать корни вешенки

Вот такой запрос мне попался в сети. Я думаю, имелся ввиду комель самой грозди, то есть место сочленения всех грибочков в одну большую массу белого цвета. Я ее обычно обрезаю, так как она жилистая и жесткая.

Если эта масса упругая и чисто белого цвета — без желтизны, пятен, не ватная и приятно пахнет — можно ее порезать мелкими кубиками, поджарить 4-5 минут на растительном масле, а затем приготовить фарш. Я делаю его в чаше блендера.

Если обжаренные кубики получились мякими — можно добавлять в суп или другие блюда без перемолки.

Или заморозить сами кубики, а когда нужно — достать из морозилки, разогреть на сковороде и перемолоть на фарш.

Маринованные вешенки, грибы в кляре и сметанном соусе — эти три рецепта ждут вас здесь.

Поделиться ссылкой:

Facebook • LinkedIn • Twitter • Telegram • WhatsApp • Skype •

Настроить кнопки

« Как приготовить вешенки вкусно и быстро — рецепты Климатическая установка для выращивания грибов вешенок »

© Все статьи на сайте авторские, размещение на сторонних ресурсах допускается только с разрешения автора.

Контакты по вопросам ПЛАТНЫХ консультаций

e-mail: veshenka.expert@gmail.com

Viber: +380503960696 Не звоните!

Напишите текстовое сообщение, с кратким изложением вопроса — я отвечу, когда смогу.
Как получить бесплатную консультацию смотрите здесь