

20 сентября

Фаршированный лук к Лукову дню

20 сентября Православная церковь отмечает день памяти святого Луки. На Руси же, в честь созвучия этого имени с названием овоща, прижилась традиция готовить лук. Оставив луковый суп французским кулинарам, русские хозяйки на Луков день готовили фаршированный фаршем лук. Повторим и мы этот рецепт, но внесем в него немного изменений — не все любят лук в больших количествах, поэтому к фаршировке мы подойдем аккуратно, чтобы не переборщить со вкусом.



Фото: по лицензии PxHere

Потребуется:

- крупный репчатый лук — 4 штуки;
- куриный рубленый фарш — 1 кг;
- морковь — 1 штука;
- топленое масло — 50 г;
- соль, перец, базилик.

Приготовление:



Фото: по лицензии PxHere

1. Лук почистить, сделать надрез вдоль роста пера по вертикали, опустить луковички в кипящую соленую воду на 3 минуты.
2. Морковь почистить, нашинковать на мелкой терке, обжарить на трети топленого масла.
3. Морковь добавить к фаршу, посолить, поперчить, насыпать $\frac{1}{2}$ ч. л. сушеного базилика, тщательно перемешать.
4. Луковицу аккуратно разобрать на лепестки.
5. Форму смазать топленым маслом, в каждый луковый лепесток уложить 1 ст л начинки и аккуратно завернуть. Выложить луковые «голубцы» в форму.
6. Остатками растопленного масла смазать фаршированные луковички и поставить форму в духовку на 200 градусов, на 40 минут. Ближе к окончанию готовки заглянуть в духовку и, при необходимости, включить конвекцию.

С обычным луком лучше использовать куриный фарш или классический — говядина + свинина, а вот с крымским красным луком отлично сочетается баранина. Экспериментируйте!

Приятного аппетита!



Олеся Тимофеева

Специально для Журнала Calend.ru

© 2005—2025 Проект «Календарь событий»

CALEND.RU
КАЛЕНДАРЬ СОБЫТИЙ

12+

