

# Грибная кулинария – ГОТОВИМ ЖУЛЬЕН



Центр Фунготерапии Ирины Филипповой



Сегодня мы с вами будем **УЧИТЬСЯ** готовить жульен из грибов. В этом рецепте используем шампиньоны, но можно взять любые другие грибы на ваш вкус, к примеру, с лесными грибами это блюдо получается очень ароматным.



Слово жульен родом из Франции, но на родине оно означает способ нарезки, и к названию данного блюда имеет очень отстраненное отношение, но не смотря на это, блюдо, с ЭТИМ дивным названием, получается очень вкусным, нарядным и праздничным. Жульен можно подавать на стол в качестве горячей закуски.



Есть несколько способов приготовления жульена. В первом случае мы заливаем начинку соусом бешамель и посыпаем сыром. Во втором случае мы готовим начинку сразу с ингредиентами для соуса.

Предлагаем  
· воспользоваться  
вторым  
способом  
приготовления  
жульена с  
грибами.



- Грибы 350 г
- Репчатый лук 300 г
- Сливочное масло 60 г
- Растительное масло 2 ст. л.
- Твердый сыр 100 г
- Пшеничная мука 1 ст. л.
- Сливки 150 мл
- Черный молотый перец 2 щепотки
- Соль 4 щепотки



# Шаг 1

Репчатый лук  
очистить и  
порезать  
очень тонкой  
соломкой,  
полукольцами  
или кубиками.



## Шаг 2

Грибы  
ПОМЫТЬ И  
порезать  
ТОНКИМИ  
пластинкам  
И.





## Шаг 3

Твердый  
сыр  
натереть на  
терке.



# Шаг 4

На  
разогретую  
сковородку  
наливаем  
растительно  
е масло.



## Шаг 5

Прогреваем растительное масло и добавляем грибы.



## Шаг 6

Обжариваем  
грибы на  
среднем или  
сильном огне  
и испаряем  
лишнюю  
жидкость.



## Шаг 7

Обжариваем шампиньоны до румяного цвета. Вместо шампиньонов можно использовать другие грибы. Обжаренные грибы перекладываем в другую емкость.



## Шаг 8

На сливочном масле обжариваем репчатый лук. Лук жарим на слабом огне в большом количестве сливочного масла.



## Шаг 9

Добавляем  
соль и  
перец по  
вкусу.



# Шаг 10

Репчатый лук  
обжариваем на  
слабом огне, он  
должен  
медленно  
томиться пока  
не приобретет  
золотистый цвет  
и не станет  
МЯГКИМ.





# Шаг 11

К обжаренному  
луку  
добавляем  
грибы и томим  
2-3 минуты.



## Шаг 12

Затем добавляем муку и обжариваем ее вместе с луком и грибами.

При желании можно не добавлять муку и сливки в грибы, а отдельно приготовить соус бешамель и залить грибы уже в кокотнице.



## Шаг 13

Обжариваем  
лук, грибы и  
муку.



# Шаг 14

Добавляем  
СЛИВКИ



## Шаг 15

Доводим массу до загустения, томим 2-3 минуты и убираем с огня.

Не забываем попробовать грибы на вкус и при необходимости добавить специй. Грибная масса формирует вкус готового блюда.



## Шаг 16

В кокотницах  
или небольших  
керамических  
формах  
объемом не  
более 100 мл  
формируем  
жульен.



# Шаг 17

На 2/3  
заполняем  
форму грибной  
массой, а  
сверху  
посыпаем  
тертым сыром.



Ставим жульен в разогретую до 180\*-190\*С духовку и запекаем при 180\*С в течение 5-10 минут.

В зависимости от особенностей вашей духовки время и температура приготовления может быть иной.

Наша основная задача чтобы сверху образовалась корочка из сыра.





## Шаг 19



Жульен подаем на стол  
в горячем виде.

**Приятного аппетита!**