

Russian Foodie

project



Лето 2015

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:



САЛАТ



ЗАКУСКА



СУП



ОСНОВНОЕ БЛЮДО



НАПИТОК



ВЫПЕЧКА



ДЕСЕРТ



СОУС



ВЕГАНСКОЕ БЛЮДО



СЛОЖНОСТЬ БЛЮДА

РЕЦЕПТ ЧИЗКЕЙКА
КАК НА ОБЛОЖКЕ
ИЩИТЕ НА
СТР. 140



ФОТО И СТИЛЬ
ОБЛОЖКИ:
**ЗЛАТА
ПАНЧЕНКО**

СЕЗОН

8 КАБАЧКИ И ЦУКИНИ
14 ПОМИДОР
18 ОГУРЕЦ
22 РЕДИС
26 БАЗИЛИК
32 ВИШНЯ
36 КЛУБНИКА
42 МАЛИНА

ВОПРОС-ОТВЕТ

51 РЕЦЕПТЫ С ЖЕЛТКАМИ
51 СЛИВОЧНЫЙ СЫР

КОЛОНКА РЕДАКТОРА

54 САХАРНАЯ ШАПОЧКА

ДОБРОЕ УТРО!

58 ЯГОДНЫЕ ЗАВТРАКИ

БЛЮДО ДНЯ

64 ЛЕТНИЕ САЛАТЫ
68 ХОЛОДНЫЕ СУПЫ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

72 НЕСКУЧНЫЕ ОВОЩИ
78 ПИТЬ ВОДУ - ВКУСНО

КРУПНЫМ ПЛАНOM

82 МАРМЕЛАД

ОБЗОР

86 «РУЗСКИЕ» СЛИВКИ 38%

FOODIE-ЛЮДИ

90 ИРИНА ЧАДЕЕВА





СОДЕРЖАНИЕ

ПОЛЕЗНОЕ ЗНАКОМСТВО

124 ДОМАШНЯЯ КОНДИТЕРСКАЯ
СЕРГЕЯ ЖУКОВА И РЕГИНЫ БУРД
CUPCAKE STORY

МУЛЬТИВАРКА

130 КАНИКУЛЫ В ДЕРЕВНЕ

ЛЕТНИЙ ДЕСЕРТ

138 СЛАДКАЯ ВИШНЯ

ПРОЕКТ

142 ИКРА MR.OSETROFF

КУЛИНАРНАЯ БИТВА

146 ГАЛЕТЫ

ПРОФИ

150 ЛИДА ЧЕРКАШИНА И MELISSA
SWEETS SHOP

ПОРТРЕТ

158 ЯРКИЙ ХЛЕБ

164 ПОПКОРН

КУЛИНАРНАЯ ШКОЛА

168 ИТАЛИЯ ЭЛЛЫ МАРТИНО

КУЛИНАРНЫЙ ИНТЕРНАЦИОНАЛ

178 ВЫПЕЧКА С ВИШНЕЙ

ОСОБОЕ МНЕНИЕ

182 БЕЗ ГЛЮТЕНА

ФОТО-FOODIE

190 СЕКРЕТЫ ФУД-ФОТОГРАФА ОТ
АННЫ ПУСТЫННИКОВОЙ

200 КАК ЭТО СНЯТО?

ГАСТРОТУРИЗМ

204 ПОРТУГАЛИЯ ОТ ПРОЕКТА
GOURMANISM

ЛЕТО! ЖАРА!

214 ХОЛОДНЫЙ ЧАЙ

220 ХОЛОДНЫЙ КОФЕ

226 АЛКОГОЛЬНЫЕ КОКТЕЙЛИ

230 ПИКНИК

236 ГРИЛЬ

ГОТОВЬ САНИ ЛЕТОМ

242 НАЛИВКИ И НАСТОЙКИ

248 ВАРЕНЬЕ

254 ЗАКАТКИ



ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

102 ВЫПЕЧКА ПО ГОСТУ

СЕКРЕТНЫЙ ИНГРЕДИЕНТ

108 МАТЧА

ВКУСНЫЙ ПОНЕДЕЛЬНИК

116 ДОМАШНЕЕ МОРОЖЕНОЕ



КОМАНДА



Татьяна Смирнова,
арт-директор

По образованию, я – преподаватель живописи, но думаю, что мои педагогические подвиги еще впереди, когда подрастет годовалая дочь. Всю сознательную жизнь работаю в журналах. Сначала дизайнером, потом арт-директором. На моем счету не один макет, придуманный с нуля. Искусство тоже не забрасываю. Пишу картины, рисую скетчи маркерами и черно-белую графику гелевой ручкой, участвую в выставках. Благодаря творчеству и Instagram, нашла этот замечательный проект.

smirnova@russianfoodie.ru,
Instagram: @tamtamtut



Янина Безрукова,
редактор

Журналы – моя страсть. Свою первую статью я написала в одиннадцатом классе, после чего, за месяц до выпускных экзаменов, перевернула все с ног на голову и, вместо выбранного финансового института, поступила совсем в другой и на гуманитарную специальность. Глянец, спорт, бизнес, свадьбы, – про что и для кого я только не писала. А потом «выросла» и занялась пиаром в крупной компании. Сейчас я в декрете, и это прекрасная возможность вспомнить любимое дело.

bezrukova@russianfoodie.ru,
Instagram: @be_yana



Наталья Шутова,
редактор

В кулинарный глянец я попала совершенно неожиданно для себя после пяти лет работы в журнале о туризме. Оглядываясь назад, с ужасом понимаю, какой пресной во всех смыслах была моя жизнь до этого. Изучаю кулинарию, как искусство. Здесь есть как поп-арт, так и высокое искусство. Люблю и то, и другое. Всегда есть место новым открытиям, но главное, что вкусная еда делает тебя чуточку счастливее. Сегодня все книжные полки в доме заставлены трудами культовых шеф-поваров и просто качественной кулинарной литературой с красивыми картинками на разных языках мира, которые я собираю для вдохновения. Все путешествия теперь неуклонно сводятся к изучению местной гастрономии, обожаю походы на рынки – они невероятно колоритны. Одним словом, про еду пишу, ее же снимаю и с большим удовольствием использую по назначению.

nasa20@ya.ru

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ:



ЗЛАТА ПАНЧЕНКО

Фотограф и фуд-стилист, владелица магазина винтажа и домашних сокровищ Foods and Woods.
foodandharmony.com
foodsandwoods.com
Instagram: @zpzlata



НАСТЯ ПОНЕДЕЛЬНИК

Фотограф и фуд-стилист, автор кулинарного портала и мобильного приложения Monday Delights.
mondaydelights.ru
Instagram: @n_ponedelnik



АННА ПУСТЫННИКОВА

Фотограф и фуд-стилист.
lifetastesgreat.livejournal.com
Instagram: @anya_pustynnikova



ЕЛЕНА ДЕМЬЯНКО

Фуд-блогер.
magicandginger.wordpress.com
Instagram: @elenademyanko



АЛЕНА ВЕСЕЛОВА

Фотограф и фуд-стилист.
fahrwasser.livejournal.com
Instagram: @fahrwasser



УЛЬЯНА ХОРУНЖА

Фотограф и фуд-стилист.
happyhomecook.livejournal.com
Instagram: @happyhomecook

КОМАНДА



МАРИЯ ШУМОВА

Фотограф, кулинар и фуд-блогер.
orange-dahlia.livejournal.com
Instagram: @m_shumova



НАТАЛЬЯ ХИНД-ВАССВИК

Фотограф и фуд-стилист.
facebook.com/pages/Food-and-Still-Life-Photographer-Natalja-Hind-Wassvik/392179110955510
Instagram: @noproblems1107



СВЕТЛАНА БУРДЮКОВА

Фуд-блогер.
Instagram: @a_violet_dream



КАТЕРИНА ТЮВЕЛЕВА

Фотограф и фуд-стилист, главный редактор сайта с рецептами для мультиварок.
timecook.ru
Instagram: @_timecook_



ЕЛЕНА МЕЛЬНИК

Фотограф.
vk.com/elenamelnik
Instagram: @melnik_photo



МАРИНА ЖУРАВЛЕВА

Фотограф, кулинар и блогер.
Instagram: @marinazhuravlevaphoto



МАША НЕМОВА

Фуд-блогер, автор сайта о домашней выпечке Mary Bakery и хозяйка одноименной домашней пекарни.
marybakery.ru
Instagram: @masha_nemova



АННА ФЕЛИКОВА

Кулинар, блогер и автор сайта о здоровых блюдах из нута Chickpeas.
chickpeas.ru
Instagram: @anochka413



АНЖЕЛИКА ЗОРКИНА

Фуд-фотограф.
sweet-melis.livejournal.com
facebook.com/angelika.lika07



АНАСТАСИЯ СЕРГЕЕВА

Дизайнер.
anatartan.com
Instagram: @anatartan



ИРИНА МЕЛЮХ

Кулинарный блогер.
saharisha.livejournal.com
Instagram: @saharisha



ДИНАРА СНИЖНЕВСКАЯ

Фотограф, фуд-стилист и фуд-блогер.
kamalasha.blogspot.com
Instagram: @dinara_snizhevskaya



ЕЛЕНА ТЯН

Фуд-блогер.
Instagram: @deliscake



ЕКАТЕРИНА ВОИНОВА

Блогер и кулинарный журналист.
katya-voinova.livejournal.com
Instagram: @katya_voinova



ИВАН ЗАБАВНИКОВ

Пекарь, фотограф и блогер.
vk.com/ivan_zabava
facebook.com/IvanZabavnikov
Instagram: @zabavnikov_ivan



НАТАЛИЯ БУБЕНЦОВА

Фотограф и блогер.
natalieboo.com
Instagram: @tato4kaboo



ДАРЬЯ ТОМШИНСКАЯ

Фуд-блогер.
Instagram: @tomshinka_d



КРИСТИНА ШТАЛЬ

Фуд-блогер и хозяйка магазина для кондитеров и кулинаров.
cook-n-food.ru
Instagram: @cook_n_food



ТАТЬЯНА ЗВЕРЕВА

Журналист.
oliver-oliv-e.livejournal.com

! Частичное или полное копирование материалов журнала разрешено только с письменного разрешения редакции. При размещении обязательна гиперссылка на выпуск журнала на сайте Issuu.



ето – это ма-
ленькая жизнь,
полная радости
и приключений.

Мы любим его еще со школьной скамьи, ведь его приход знаменовал не только сбор урожая любимых клубники и малины, поездки на бабушкину дачу и походы в лес за грибами, но и начало долгожданных каникул! И до сих пор с его наступлением нас охватывает приятное волнение и просыпается жажда открытий.

В кулинарном отношении лето – сезон изобилия, когда наши столы буквально ломятся от сочных молодых овощей и зелени и ароматных ягод и фруктов. Теплая и солнечная погода влечет нас на улицу, и проводить много времени за приготовлением еды совсем не хочется: мы стремимся к простоте, скорости и максимальной пользе. Учитывая это, в свежем номере нашего журнала мы собрали для вас лучшие летние рецепты разнообразных салатов и закусок, холодных супов и освежающих напитков, пирогов и легких десертов из сезонных ингредиентов и приправили их интересными интервью и полезными статьями. Мы надеемся, что наш выпуск, сделанный с вниманием и любовью, поможет вам все лето готовить вкусные и полезные блюда и радовать себя и своих близких. Желаем вам увлекательного чтения и приятного аппетита!



Анастасия Зурабова,
Издатель и главный редактор
editor@russianfoodie.ru
Instagram: @azourabova

RUSSIAN FOODIE В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:

Instagram: @russianfoodieproject

Facebook: www.facebook.com/russianfoodie

Vkontakte: www.vk.com/russianfoodie

РЕКЛАМА В ЖУРНАЛЕ:
info@russianfoodie.ru

ФОТО: **АНЖЕЛИКА ЗОРКИНА**

ЛЕТО – ЭТО АРОМАТ СПЕЛЫХ ЯГОД И ФРУКТОВ И
ОСВЕЖАЮЩИЕ НАПИТКИ, ПИКНИКИ НА ПРИРОДЕ И ПОХОДЫ
В ЛЕС ЗА ГРИБАМИ, ДЛИННЫЕ ДНИ И ТЕПЛЫЕ ВЕЧЕРА,
ЛЕГКИЕ ПЛАТЬЯ И ЛАСКОВОЕ МОРЕ, ОТКРЫТЫЕ ВЕРАНДЫ
КАФЕ И ПРОГУЛКИ ПО ГОРОДУ. ПРИШЛА ПОРА РАДОВАТЬСЯ
ТЕПЛЫМ ЛУЧИКАМ СОЛНЦА, ДАРИТЬ ВСЕМ УЛЫБКИ, ЗАБЫТЬ
О ПРОБЛЕМАХ И УСТРЕМИТЬСЯ НАВСТРЕЧУ ПРИКЛЮЧЕНИЯМ.

СЕЗОН



ЗЕЛЕНАЯ ТЫКВА

КАБАЧКИ И ЦУКИНИ - БЛИЖАЙШИЕ РОДСТВЕННИКИ ИЗ СЕМЕЙСТВА ТЫКВЕННЫХ. ОНИ ОДНИМИ ИЗ ПЕРВЫХ ОТКРЫВАЮТ ЛЕТНИЙ СЕЗОН СБОРА УРОЖАЯ. ИХ ГЛАВНОЕ ДОСТОИНСТВО – УНИВЕРСАЛЬНОСТЬ. МОЛОДЫЕ ПЛОДЫ ОТЛИЧНО ПОДОЙДУТ ДЛЯ ЗАКУСОК В СТИЛЕ ИСПАНСКИХ ТАПАС, ДОМАШНИХ ЗАГОТОВОК, НЕЖНЕЙШИХ КРЕМ-СУПОВ, НАЧИНОК ДЛЯ ПИЦЦЫ И ДАЖЕ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ОВОЩНОЙ «ЛАПШИ».

МАРИНОВАННЫЕ
ЦУКИНИ
И КАБАЧКИ – ГРИЛЬ



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **НАТАЛЬЯ ШУТОВА** СТИЛЬ: **АНТОН БУЛЫГИН**



Маринованные цукини и кабачки-гриль

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4 БАНОЧКИ ПО 250-300 Г.

Подойдут в качестве гарнира к мясу-барбекю, начинки для пиццы или закуски.

Ингредиенты: ● 3 небольших молодых кабачка ● 4 небольших цукини ● 1 головка молодого чеснока ● 300 мл оливкового масла ● 5-6 ст.л. белого винного уксуса ● тертая цедра 1 лимона ● небольшой пучок тимьяна ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Кабачки и цукини нарезать ломтиками толщиной 4-5 мм и жарить на хорошо разогретой сковороде-гриль на небольшом количестве оливкового масла до появления темных полосок.
2. Чеснок разделить на зубчики, но не очищать. Слегка обжарить на той же сковороде.
3. Оставшееся масло смешать с винным уксусом, тертой цедрой лимона, листиками тимьяна, солью и перцем.
4. Обжаренные овощи разложить в стерилизованные банки и залить маринадом. Хранить в холодильнике 3-4 дня.



Тапас с овощами и тунцом

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Подойдут для закуски на вечеринке или быстрого перекуса как дома, так и за городом. Если собираетесь на шашлыки, сделайте заготовку из тунца дома и заранее отварите яйца с картофелем, а все остальное быстро приготовится на месте. Идеальный способ заморить червячка в ожидании главных героев барбекю.

Ингредиенты: ● 1 небольшой багет ● 1 кабачок ● 1 цукини ● 150 г консервированного тунца в





КРЕМ-СУП ИЗ ЦУКИНИ

собственном соку ● 2-3 перепелиных яйца
 ● 2-3 отварные молодые картофелины ● 4 маринованных перца пикильо ● 2-3 редиски ● 2 ч.л. зернистой горчицы ● небольшой пучок петрушки ● сок $\frac{1}{4}$ лимона ● 4 ст.л. оливкового масла
 ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Петрушку мелко порубить (оставить пару веточек для подачи) и смешать с консервированным тунцом, горчицей, соком лимона. Посолить, поперчить и размять вилкой.
2. Перепелиные яйца варить 2 минуты в кипящей воде. Остудить, очистить и разрезать пополам.
3. Хорошо разогреть сковороду-гриль или бар-

бекю. Кабачок нарезать ножом или овощечисткой тонкими пластинками вдоль и обжарить на половине оливкового масла по 10 секунд с каждой стороны до появления темных полосок. Посолить и поперчить.

4. Цукини нарезать кружочками наискосок, картофель разрезать пополам (крупный - толстыми ломтиками) и обжарить на оливковом масле на сковороде-гриль (или гриле) до золотистого цвета. Посолить и поперчить. Маринованный перец крупно нарезать.

5. Багет нарезать ломтиками и обжарить на сковороде-гриль или гриле без масла до золотистого цвета.

6. В обжаренные ломтики кабачка завернуть по 2 ч.л. начинки из тунца, скрутить в рулетики и выло-



КАРТОФЕЛЬНАЯ
ПИЦЦА С ЦУКИНИ,
КАБАЧКОМ
И ТОМАТАМИ

ЛАПША ИЗ ЦУКИНИ
С КРЕВЕТКАМИ
В СЛИВОЧНОМ
СОУСЕ



жить на половину тостов вместе с тонкими кружочками редиски. Скрепить шпажкой, чтобы рулетики не развернулись. На оставшиеся тосты выложить ломтики картофеля, цукини, маринованного перца и половинки перепелиных яиц. Присыпать все тапас листиками петрушки и подавать.



Крем-суп из цукини

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20-25 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: ● 4 цукини ● 1 зубчик чеснока ● 1 веточка розмарина ● 100 мл сливок 33% ● сок ¼ лимона ● небольшой пучок петрушки ● 6-7 ст.л. оливкового масла ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Цукини мелко порубить (½ одного цукини оставить для подачи). Чеснок также мелко порубить и обжарить вместе с рубленым цукини и веточкой розмарина в широком сотейнике на оливковом масле до золотистого цвета.
2. Добавить воду (или овощной бульон) в таком количестве, чтобы она покрывала содержимое сотейника. Варить 10-15 минут. Вынуть розмарин, в суп добавить сливки, соль, перец и измельчить погружным блендером до однородности. Добавить сок лимона и перемешать.
3. Оставшийся цукини нарезать тонкой соломкой, петрушку мелко порубить. Крем-суп разлить по тарелкам, добавить в каждую немного свежего цукини и петрушки. Приправить свежемолотым черным перцем и сбрызнуть оливковым маслом.



Картофельная пицца с цукини, кабачком и томатами

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 1 СРЕДНЯЯ ПИЦЦА.

Картофель придаст тесту дополнительной нежности и сделает пиццу более сытной. По желанию немного картофеля можно также добавить и в начинку.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 120 г муки ● 50 мл воды ● 10 мл оливкового масла ● 2 г быстросовмещающих дрожжей ● 2 г соли ● 80 г отварного

картофеля *Для начинки:* ● ½ цукини ● 1 кабачок ● 2 зубчика чеснока ● 100 г помидоров черри ● 1 веточка розмарина ● 2 веточки фиолетового базилика ● 2 ст.л. оливкового масла

Приготовление:

1. Смешать все ингредиенты для теста, кроме картофеля. Накрыть пленкой и оставить подходить в теплом месте на 30-40 минут. Затем слегка обмять тесто и вмешать тертый картофель. Оставить еще на 20 минут.
2. Цукини и кабачок нарезать кружочками толщиной 5 мм и обжарить на сковороде-гриль на оливковом масле вместе с неочищенными целыми зубчиками чеснока до появления темных полосок. Также можно использовать домашние маринованные цукини и кабачки. Помидоры черри разрезать пополам.
3. Подошедшее тесто аккуратно раскатать в круглую лепешку и убрать в разогретую до 220 С духовку на 4 минуты. Затем выложить сверху ломтики цукини и кабачка, помидоры черри и чеснок. Присыпать листиками розмарина, сбрызнуть оливковым маслом и вернуть в духовку еще на 10-12 минут. Готовую пиццу украсить листиками базилика и подавать.



Лапша из цукини с креветками в сливочном соусе

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Главная тонкость этого блюда – не переготовить «лапшу», чтобы она стала чуть нежнее во время томления, но осталась хрусткой.

Ингредиенты: ● 2 кабачка ● 1 цукини ● 200 г очищенных тигровых креветок ● 2 зубчика чеснока ● 1 ст.л. вяленых томатов ● 4 веточки тимьяна ● 200 мл сливок 22% ● 4 ст.л. тертого пармезана или грюйера ● 5 ст.л. оливкового масла ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Кабачки и цукини нарезать ножом или при помощи терки или овощечистки тонкими пластинками вдоль, затем разрезать вдоль еще на 2-3 полоски. Чеснок и вяленые томаты мелко порубить.
2. Креветки с чесноком и томатами жарить на оливковом масле на небольшом огне 2-3 минуты. Добавить листики тимьяна, полоски цукини и кабачка, сливки и тертый сыр. Посолить, поперчить, перемешать и томить еще 2-3 минуты. Сразу подавать.

СЕНЬОР ПОМИДОР

ЭТОТ ОВОЩ НЕ ТОЛЬКО ОБЛАДАЕТ ПРЕВОСХОДНЫМ ВКУСОМ И АППЕТИТНЫМ ВНЕШНИМ ВИДОМ, НО И ЦЕНИТСЯ ЗА СВОИ ПИТАТЕЛЬНЫЕ И ДИЕТИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА - НЕСПРОСТА В ПЕРЕВОДЕ С ИТАЛЬЯНСКОГО «РОМО D'ORO» ОЗНАЧАЕТ «ЗОЛОТОЕ ЯБЛОКО». А САМОЕ ГЛАВНОЕ, В ТО ВРЕМЯ КАК ЕГО СОБРАТЬЯ ПО ГРЯДКЕ ПОСЛЕ ТЕРМООБРАБОТКИ ТЕРЯЮТ БОЛЬШУЮ ЧАСТЬ ВИТАМИНОВ, ПОМИДОР СТАНОВИТСЯ ТОЛЬКО ПОЛЕЗНЕЕ! ТАК ЧТО КОНСЕРВИРУЙТЕ, ЗАПЕКАЙТЕ И ТУШИТЕ ЭТОТ СОЧНЫЙ ОВОЩ ЧАЩЕ И УГОЩАЙТЕСЬ НА ЗДОРОВЬЕ.



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **НАТАЛЬЯ ХИНД-ВАССВИК**



Помидоры с рисом, картофелем и креветками 🍳🍳

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 20 МИНУТ.
ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: ● 8 не очень спелых помидоров ● 100 г картофеля ● 100 г риса Карнароли (или другого риса для ризотто) ● 500 г креветок ● 1 зубчик чеснока ● небольшой пучок петрушки ● 1 луковица белого репчатого лука ● 100 мл овощного бульона ● оливковое масло ● соль по вкусу

Приготовление:

1. Креветки очистить от панциря и промыть под проточной водой. В небольшой сковороде разогреть немного оливкового масла с целым зубчиком чеснока, затем добавить креветки. Накрыть

крышкой и готовить на медленном огне около 5 минут. Выключить огонь и добавить мелко рубленую петрушку. Дать креветкам остыть под крышкой и слить жидкость, отвар сохранить.

2. Помидоры вымыть и срезать верхушки-шапочки. При помощи ложки вынуть мякоть. Переложить мякоть в миску – она понадобится для приготовления ризотто. Вычищенные помидоры посолить изнутри, перевернуть и выложить на решетку, чтобы стекла лишняя жидкость.

3. Тем временем вымыть и очистить картофель. Нарезать его мелкими кубиками и отложить в сторону. Чтобы картофель не потемнел, поместить его в миску с холодной водой.

4. Приготовить ризотто. Репчатый лук мелко нарезать и обжарить на слабом огне с небольшим количеством масла. Добавить мякоть помидоров, предварительно пюрированную блендером. Добавить рис и потомить несколько минут. Туда же вылить отвар, полученный при приготовлении креветок. Добавить картофель и варить ризотто

A rustic dish featuring several large, ripe red tomatoes. Each tomato is cut open at the top and filled with a mixture of cooked rice, diced potatoes, and small pieces of shrimp. The tomatoes are arranged in a shallow, dark wooden bowl. The bowl sits on a rough, textured wooden surface. A silver fork with a wooden handle is placed diagonally in the foreground. Fresh green basil leaves are scattered around the bowl. The entire image is framed by a white border.

ПОМИДОРЫ С РИСОМ,
КАРТОФЕЛЕМ
И КРЕВЕТКАМИ

САЛАТ
ИЗ ПОМИДОРОВ
И СПАРЖИ



около 20 минут, периодически помешивая. По истечении 10 минут влить овощной бульон. В конце добавить соль по вкусу.

5. Подготовленные помидоры поместить в форму для запекания так, чтобы они соприкасались друг с другом и не опрокидывались. Заполнить помидоры ризотто, немного сбрызнуть их оливковым маслом и запекать в предварительно разогретой духовке при 180 °C около 30 минут. Затем включить в духовке гриль и запекать помидоры еще 10 минут. На этом этапе также можно запечь помидорные шапочки, поместив их рядом с формой на бумагу для выпечки. Готовые помидоры накрыть запечёнными шапочками и подавать с креветками.



Салат из помидоров и спаржи

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

В разгар летнего сезона, когда помидоры сочные и мясистые, самое время приготовить этот простой, но очень вкусный и довольно сытный салат.

Ингредиенты: *Для салата:* ● 4-5 помидоров ● 15-20 стеблей спаржи ● кедровые орешки *Для заправки:* ● 2 зубчика чеснока ● 4 ст.л. оливкового масла ● 1 ч.л. бальзамического уксуса ● несколько веточек свежего базилика ● 2 ч.л. меда ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. У спаржи срезать грубые кончики и отварить стебли в подсоленной воде в течение 10 минут, откинуть на дуршлаг. Помидоры разрезать на четыре части или нарезать крупными кусочками.
2. Кедровые орешки обжарить на сухой сковороде 1-2 минуты. Чеснок мелко порубить и обжарить на оливковом масле несколько минут. Затем добавить к нему бальзамический уксус и мед и перемешать.
3. Помидоры и спаржу разложить по тарелкам, сверху посыпать кедровыми орешками, приправить по вкусу солью и перцем. Полить заправкой и украсить веточками базилика.



Холодный суп сальморехо

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ + 2 ЧАСА В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. ПОРЦИИ: 4.

Сальморехо — холодный суп-пюре из томатов и хлеба родом из андалусской Кордовы. Обычно его подают с нарезанным хамоном и варёными яйцами.

ми. Вкусный и освежающий вариант для ужина в жаркий день.

Ингредиенты: *Для супа:* ● 1 кг спелых помидоров ● 100 г мякиша белого хлеба ● 3 зубчика чеснока ● соль, перец по вкусу ● 1 ст.л. винного уксуса ● 100 мл оливкового масла extra virgin *Для подачи:* ● 2-3 яйца ● 7-10 полосок хамона

Приготовление:

1. Помидоры очистить от кожицы и нарезать кубиками. Если кожица снимается с трудом, то необходимо предварительно залить их на несколько секунд кипятком.
2. Выложить помидоры в чашу блендера. Добавить хлеб, порезанный кубиками и 50 мл оливкового масла. Пюрировать до однородности в течение 1-2 минут. Добавить соль, перец, уксус, чеснок и оставшееся оливковое масло. Взбивать всё вместе еще 1-2 минуты до кремовой консистенции. Убрать суп в холодильник минимум на 2 часа.
3. Яйца отварить вкрутую и крупно нарезать. Полоски хамона порвать руками или скрутить в трубочки.
4. Охлаждённый суп разложить по тарелкам. На каждую порцию выложить сверху яйца и кусочки хамона. Перед самой подачей сбрызнуть оливковым маслом.

Примечание: Этот суп также хорошо подавать с поджаренными хлебцами.



ХОЛОДНЫЙ СУП
САЛЬМОРЕХО

ОГУРЕЦ – МОЛОДЕЦ

СМЫСЛ
«CRAZY
FROG»



ОГУРЕЦ – ОДИН ИЗ САМЫХ ПРОСТЫХ И ОБЫДЕННЫХ ДЛЯ НАС ОВОЩЕЙ, И МАЛО КТО ЗАДУМЫВАЕТСЯ О ТОМ, ЧТО ЭТО ПОЛЕЗНЫЙ ПРОДУКТ, БОГАТЫЙ КАЛИЕМ, КЛЕТЧАТКОЙ И СЛОЖНЫМИ ОРГАНИЧЕСКИМИ СОЕДИНЕНИЯМИ, ИГРАЮЩИМИ ВАЖНУЮ РОЛЬ В ОБМЕНЕ ВЕЩЕСТВ ЧЕЛОВЕКА. И, ПРИ НЕКОТОРОЙ ФАНТАЗИИ, ИЗ НЕГО МОЖНО ПРИГОТОВИТЬ НЕ ТОЛЬКО ВКУСНЫЕ САЛАТЫ, СОУСЫ, СОЛЕНИЯ, НО И ПОЛЕЗНЫЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ КОКТЕЙЛИ МОЛОДОСТИ И ОСВЕЖАЮЩИЕ ЛИМОНАДЫ.



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **НАТАЛЬЯ ХИНД-ВАССВИК**



Смузи «Crazy Frog»

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2-3.

Вкусный и полезный смузи, способствующий пищеварению и очищению организма. Незаменимый напиток в жаркий летний день.

Ингредиенты: ● 1 огурец ● 1 гроздь винограда ● 1 зеленое яблоко ● 1 киви ● ¼ небольшой дыни

Приготовление:

1. Фрукты и овощи хорошо вымыть, при желании очистить от кожуры. Виноград можно употреблять прямо с косточками, так как в них содержится много витаминов и минералов.

2. Ингредиенты нарезать крупными кусочками и сложить в блендер. Взбить до однородного состояния. Для дополнительной кислинки в готовый смузи можно добавить сок лимона или лайма. При подаче украсить веточкой свежей мяты.



Коктейль из креветок с огурцом

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: *Для коктейля:* ● 1 огурец ● 20-30 очищенных отварных креветок ● микс из зелёного и бордового салата ● 4 редиски ● не-

большой пучок укропа ● 4 ч.л. икры форели или мойвы ● 4 перепелиных яйца, сваренных вкрутую *Для майонеза:* ● 100 г корня хрена ● 4 зеленых перца чили ● 1 яйцо ● 1 яичный желток ● 2 ст.л. лимонного сока ● 2 ч.л. дижонской горчицы ● 500 мл рапсового масла ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Приготовить майонез. С помощью соковыжималки из хрена и перца чили отжать сок. В кухонном комбайне вместе взбить яйцо и желток. Добавить к ним дижонскую горчицу и лимонный сок. Затем к получившейся массе добавить половину сока из хрена и перца и, не переставая мешать, постепенно ввести масло. Посолить. После этого попробовать майонез на остроту и при необходимости добавить оставшуюся часть сока. Готовый майонез должен иметь вкус хрена с небольшой остринкой чили.

2. Огурец нарезать произвольно, редиску - тонкими кружочками. На дно неглубокого стакана или бокала выложить небольшое количество майонеза. Сверху выложить несколько кусочков огурца, немного листьев салата, несколько креветок, редис и одну веточку укропа. Повторить слои. Завершить небольшим количеством майонеза и креветками. Украсить веточкой укропа, перепелиным яйцом и икрой. По желанию сбрызнуть свежавыжатым соком лимона.

Примечание: Такой коктейль хорошо подавать с ломтиками вкусного свежего хлеба.



КОКТЕЙЛЬ
ИЗ КРЕВЕТОК
С ОГУРЦОМ



Соус дзадзики

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ + 2 ЧАСА В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. ПОРЦИИ: 4.

Дзадзики — блюдо греческой кухни, холодный соус-дип из йогурта, свежего огурца и чеснока.

Ингредиенты: ● 1 огурец ● 1 упаковка натурального греческого йогурта ● 1 зубчик чеснока ● 1 пучок свежего укропа ● 1 лимон ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Йогурт переложить в глубокую тарелку. Пару зубчиков чеснока натереть на мелкой терке или

использовать чеснокодавилку, добавить в йогурт.

2. Огурец покрошить как можно мельче или натереть на терке. Обязательно отжать лишний огуречный сок, чтобы соус не стал слишком водянистым.

3. Добавить в йогурт огурец, перемешать и посолить и поперчить по вкусу. Мелко нарезать свежий укроп и добавить его в готовый соус. По желанию добавить сок лимона, немного оливкового масла, а также петрушку или мяту.

4. Перед подачей соус необходимо охладить в холодильнике в течение 1-2 часов. Подавать как соус-дип с хлебом или овощами.

Примечание: Этот соус также часто подают к мясным блюдам, например, к гирос или сувлаки, или к жареной рыбе.

СОУС
ДЗАДЗИКИ

КОСМИЧЕСКИЙ ОВОЩ

САЛАТ С РЕДИСОМ,
ОЛИВКАМИ
И ФЕТОЙ



ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО РЕДИС - ОДНО ИЗ НЕМНОГИХ КУЛЬТУРНЫХ РАСТЕНИЙ, ВЫБРАННЫХ ДЛЯ ВЫРАЩИВАНИЯ НА МЕЖДУНАРОДНОЙ КОСМИЧЕСКОЙ СТАНЦИИ? И ЭТО НЕСЛУЧАЙНО, ВЕДЬ ОН СОДЕРЖИТ БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО ВИТАМИНОВ И ПОЛЕЗНЫХ ВЕЩЕСТВ, СПОСОБСТВУЮЩИХ УКРЕПЛЕНИЮ ИММУНИТЕТА. СОДЕРЖАЩЕЕСЯ В РЕДИСЕ ГОРЧИЧНОЕ МАСЛО УЛУЧШАЕТ АППЕТИТ, А КЛЕТЧАТКА СТИМУЛИРУЕТ ПИЩЕВАРЕНИЕ, ВЫВОДИТ ИЗ ОРГАНИЗМА ВРЕДНЫЙ ХОЛЕСТЕРИН И СПОСОБСТВУЕТ СНИЖЕНИЮ ВЕСА. К ТОМУ ЖЕ, ЧТО У РАСТЕНИЯ КОРОТКИЙ ВЕГЕТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД, И В ПИЩУ МОЖНО УПОТРЕБЛЯТЬ КАК САМ КОРНЕПЛОД, ТАК И МОЛОДЫЕ ЛИСТЬЯ. ВСЕ ЭТО ДЕЛАЕТ РЕДИС ОДНИМ ИЗ САМЫХ УДОБНЫХ ДЛЯ ВЫРАЩИВАНИЯ В НЕВЕСОМОСТИ ПРОДУКТОВ, СПОСОБНЫХ ПОДДЕРЖИВАТЬ ЗДОРОВЬЕ КОСМОНАВТОВ.



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **НАТАЛЬЯ ХИНД-ВАССВИК**



Салат с редисом, оливками и фетой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4-6.

Ингредиенты: ● 150 г редиса ● 250 г огурцов ● 100 г красного репчатого лука ● 200 г сыра фета ● 50 г оливок ● зеленый салат ● шнитт-лук ● перец чили по желанию ● соль и черный перец по вкусу ● растительное масло

Приготовление:

1. Редис и огурцы нарезать тонкими кружками или пластинами, лук – полукольцами, фету - кубиками. Зеленый салат порвать руками.
2. Смешать в миске редис, салат, лук, огурцы и фету. Посолить и поперчить по вкусу. Посыпать мелко нарезанным шнитт-луком и заправить маслом.



Салат с редисом, картофелем и беконом

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: ● Для салата: ● 300 г редиса ● 500 г картофеля ● 1 красная луковица ● салат-

ная смесь по вкусу ● 20 г сливочного масла

● 300 мл овощного бульона ● 150 г свежего бекона ● соль и черный перец по вкусу ● шнитт-лук ● семена чиа **Для заправки:** ● 100 мл оливкового масла ● 150 мл яблочного уксуса ● 50 г дижонской горчицы ● 15 г меда

Приготовление:

1. Картофель отварить до готовности. Остудить и очистить от кожуры. Нарезать кубиками со сторонами примерно 1 см.
2. Растопить на сковороде небольшое количество сливочного масла и обжарить в нём нарезанный тонкими полосками бекон до хрусткости.
3. Разогреть овощной бульон и полить им картофель. Оставить на 5 минут, чтобы он пропитался.
4. Для соуса смешать уксус с медом и горчицей. Взбивать, добавляя небольшими порциями оливковое масло. Приправить соус солью и перцем.
5. Редис нарезать крупными дольками (можно разрезать на четыре части). Лук нарезать полукольцами.
6. На каждую тарелку выложить сначала картофель, затем листья салата, редис и лук. Полить соусом и посыпать мелко нарезанным шнитт-луком и семенами чиа. Украсить хрустящим беконом.

САЛАТ С РЕДИСОМ, КАРТОФЕЛЕМ И БЕКОНОМ



Соус-дип из редиса

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 6.

Ингредиенты: *Для соуса:* ● 20 крупных редисок ● 400 г густого греческого йогурта ● 2-3 зубчика чеснока ● 10 листиков мяты ● соль и черный перец по вкусу *Для чипсов:* ● 1 лепёшка наан (или любая другая пресная лепешка) ● 1 ст.л. оливкового масла

Приготовление:

1. Разогреть духовку до 200 С. Лепёшку нарезать на треугольники, разложить на противне и смазать оливковым маслом. Запекать 7-10 минут до готовности.
2. Редиску натереть на терке, чеснок измельчить при помощи чеснокодавилки, мяту мелко нашинковать.
3. Смешать йогурт, редиску, мяту и чеснок, приправить солью и перцем по вкусу. Переложить в соусницу и подавать с чипсами.

Примечание: Соус также можно подавать с хлебом пита или любыми другими чипсами.

A top-down view of a white plate featuring a white ceramic bowl filled with a creamy dip. The dip is topped with finely shredded pink radish, chopped green chives, and a sprinkle of black pepper. To the right of the bowl is a small blue ceramic pot containing fresh green herbs. Below the bowl are three whole red radishes and a small bunch of green leafy herbs. In the bottom right corner, there is a pile of golden-brown, triangular pita bread pieces. A metal grater is partially visible on the right side of the plate.

СОУС - ДИП
ИЗ РЕДИСА

ЦАРЬ ТРАВ БАЗИЛИК

МАЛО КАКАЯ ПРЯНАЯ ЗЕЛЕНЬ ЗАСЛУЖИВАЕТ ТАКОЙ ЛЮБВИ КУЛИНАРОВ, КАК БАЗИЛИК. ЕЕ ПРИЯТНЫЙ АРОМАТ И НЕЖНЫЙ ВКУС УКРАШАЮТ И САЛАТЫ, И СУПЫ, И ПАСТУ, И СОУС, И ГОРЯЧЕЕ, И ДАЖЕ ДЕСЕРТЫ. БАЗИЛИК ПРИДАЕТ БЛЮДАМ СНАЧАЛА ГОРЧИНКУ, А ЗАТЕМ СЛАДКОВАТОЕ ПОСЛЕВКУСИЕ И СПОСОБЕН ПРЕВРАТИТЬ ДАЖЕ САМУЮ ОБЫЧНУЮ ЕДУ В ИЗЫСКАННОЕ ЛАКОМСТВО. НЕДАРОМ ОН АКТИВНО ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ВО МНОГИХ КУХНЯХ МИРА, В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ, В СРЕДИЗЕМНОМОРСКОЙ.



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **УЛЬЯНА ХОРУНЖА**



Яблочно-базиликовый смузи

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: ● 2 яблока ● 20-25 листьев базилика ● 3 стакана березового или светлого яблочного сока ● 2 ч.л. корня имбиря, натертого на мелкой терке ● 5-6 ст.л. лимонного или лаймового сока ● 2 ст.л. кленового сиропа или меда

Приготовление:

1. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать небольшими ломтиками и сложить в чашу блендера.
2. Добавить листья базилика и тертый имбирь.
3. Влить березовый сок и сок лайма, добавить кленовый сироп и взбить все ингредиенты в блендере.



Зеленый минестроне с соусом песто

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 3-4.

Ингредиенты: *Для супа:* ● 1 стакан зеленой стручковой фасоли ● 1 стакан лущеного зеленого горошка ● 1 маленький кабачок ● большая горсть зеленых бобов ● 3 клубня молодого картофеля ● несколько небольших соцветий цветной капусты и брокколи ● 1 небольшой лук-порей ● 1 большой зубчик чеснока ● 2-3 ст.л. оливкового масла ● ½ стакана некрупной пасты ● 1 л овощного бульона *Для песто:* ● 2 больших пучка свежего базилика ● 2 ст.л. оливкового масла extra virgin ● 2 зубчика чеснока ● 40-50 г сыра пармезан или пекорино ● 2 ст.л. кедровых орехов ● черный перец

ЯБЛОЧНО –
БАЗИЛИКОВЫЙ
СМУЗИ



A top-down view of a bowl of green minestrone soup. The soup is filled with pea tendrils, green peas, and a green pesto sauce. It is garnished with a fresh basil leaf, three small white daisies, and shredded white cheese. The bowl has a light blue patterned rim and sits on a white lace doily. In the background, there is a jar of pesto with a basil sprig, a green pea pod, and a daisy flower.

ЗЕЛЕНЫЙ
МИНЕСТРОНЕ
С СОУСОМ ПЕСТО

Приготовление:

- 1.** Приготовить соус песто. Кедровые орехи поджарить на сухой сковороде. Натереть сыр на мелкой терке. Очистить чеснок. Все ингредиенты для песто сложить в блендер и измельчить до состояния пюре. Хранить соус в банке в холодильнике.
- 2.** В отдельной кастрюле отварить пасту до состояния «аль денте».
- 3.** Все овощи очистить. Картофель и стручковую фасоль некрупно нарезать, залить овощным бульоном и варить до мягкости.
- 4.** Тем временем на сковороде с оливковым маслом обжарить до прозрачности лук-порей, добавить нарезанные кубиком цукини и бланшировать 7-8 минут.
- 5.** В конце варки супа добавить бобы, разделен-

ную на мелкие соцветия цветную капусту и брокколи и готовить 7-8 минут. Добавить зеленый горошек, бланшированный цукини, отваренные макароны, черный перец и варить еще 1-2 минуты.

- 6.** Подавать суп горячим с ложкой соуса песто.



Базиликовые ньюкки с лимоном от Джейми Оливера

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 30 МИНУТ.
ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: *Для ньокки:* ● 2 больших пучка базилика ● 250 г свежей рикотты ● 125 г мелко



БАЗИЛИКОВЫЕ
НЬОККИ С ЛИМОНОМ
ОТ ДЖЕЙМИ
ОЛИВЕРА

натертого сыра пармезан ● 2 яйца ● 1 яичный желток ● 80-90 г пшеничной муки ● манная крупа и мука для формирования ньокки **Для заправки:** ● 15 г сливочного масла ● несколько листьев базилика ● 1 лимон (сок и цедра) ● 30 г тертого сыра пармезан или пекорино для посыпки

Приготовление:

1. Базилик опустить на 1 минуту в кипяток, затем в холодную воду и хорошо отжать.
2. В чашу блендера сложить рикотту, базилик, яйца, желток, пармезан и муку. Смешать все ингредиенты - тесто должно получиться достаточно воздушным, мягким и влажным.
3. Разделочную доску присыпать пшеничной мукой, выложить на нее тесто, сформировать из него валик и нарезать на небольшие кусочки - ньокки.
4. Обмакнуть ньокки с каждой стороны в манную крупу, выложить на поднос и охладить в холодильнике в течение нескольких часов (Джейми рекомендует оставлять на ночь).
5. Приготовить лимонную заправку: в сковороде на небольшом огне растопить сливочное масло, выложить листья базилика и поджарить их до хруста. В конце добавить тертую лимонную цедру.
6. В кипящую подсоленную воду аккуратно опустить ньокки и варить их до тех пор, пока они не всплывут на поверхность (1-2 минуты).
7. Готовые ньокки выложить на тарелку при помощи шумовки, полить лимонным соком, приправить базиликово-лимонной заправкой и обильно посыпать натертым сыром пармезан или пекорино.



Пирожное с базиликовым муссом и клубничным конфи



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 6-7 ЧАСОВ + СУТКИ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. ПОРЦИИ: 5-6 ШТУК.

Ингредиенты: **Для бисквита Джоконда:**

● 38 г сахарной пудры ● 38 г миндальной муки ● 30 г белков (А) ● 20 г желтков ● 75 г белков (В) ● 45 г сахара ● 33 г муки **Для базиликового мусса:** ● 50 г сахара ● 10 г свежего зеленого базилика ● 250 мл сливок 10% ● 2 желтка ● 60 мл сливок 35 % ● 5 г желатина **Для клубничного конфи:** ● 250 г клубники ● 30 г сахара (А) ● 3 г пектина ● 10 г сахара (В) **Для зеркальной**

глазури: ● 12 г листового желатина ● 150 г сахара ● 75 г воды ● 150 г сиропа глюкозы ● 150 г белого шоколада хорошего качества ● 100 г сгущенного молока

Приготовление:

1. **Бисквит Джоконда.** Смешать сахарную пудру, миндальную муку, белки (А) и желтки. Взбить до светлой массы. Отдельно взбить белки (В) с сахаром до устойчивых пиков, после чего добавить их в миндальную смесь и аккуратно перемешать лопаточкой. Просеять муку и еще раз аккуратно перемешать до однородности. Выложить тесто на застеленный пергаментной бумагой противень и выпекать в разогретой до 220 С духовке 8 минут. Готовый бисквит остудить и вырезать из него круглые диски нужного диаметра.
2. **Клубничное конфи.** Клубнику пюрировать блендером, смешать с сахаром А, довести до кипения и смешать с сахаром В, предварительно соединенным с пектином. Остывшее конфи разлить по порционным формочкам или на противень и охладить в холодильнике.
3. **Базиликовый мусс.** Базилик растереть в ступке с половиной сахара, добавить сливки 10% и довести до кипения. Желтки взбить с сахаром. Аккуратно влить сливки в желтки, постоянно помешивая. Вернуть на огонь и нагревать до загустения. Замочить желатин в холодной воде на 10 минут, затем отжать, добавить его в горячий мусс и хорошо перемешать. Охладить, добавить взбитые сливки 35%, аккуратно размешать.
4. **Зеркальная глазурь.** Желатин замочить в воде. Белый шоколад поломать на кусочки и растопить на водяной бане или в микроволновой печи. В сотейнике соединить сахар, воду, сгущенное молоко и сироп глюкозы. Готовую смесь довести до кипения, но не кипятить, добавить отжатый желатин, хорошо перемешать и вылить полученную смесь на белый шоколад. Добавить краситель и при помощи погружного блендера пробить смесь до однородности, следя за тем, чтобы в ней не образовывались пузырьки. Накрыть глазурь пищевой пленкой и использовать через сутки, нагрев ее до 35-37 С и еще раз пробив блендером.
5. **Сборка.** Подготовить силиконовые полусферы для пирожных. На дно каждой полусферы выложить базиликовый мусс, поверх него уложить застывшее клубничное конфи, слегка вдавливая его в мусс, накрыть сверху бисквитными дисками. Убрать формы в морозильную камеру на 5-6 часов. Готовые пирожные достать из формы, покрыть зеркальной глазурью и украсить по желанию.

ПИРОЖНОЕ
С БАЗИЛИКОВЫМ
МУССОМ
И КЛУБНИЧНЫМ
КОНФИ



ВИШНЕВЫЙ САД

ВИШНЯ - ОДНА ИЗ САМЫХ ПОПУЛЯРНЫХ ЯГОД, И ЭТО СОВЕРШЕННО НЕУДИВИТЕЛЬНО. ВЕДЬ ОНА ОБЛАДАЕТ НЕ ТОЛЬКО ЯРКИМ И НЕЗАБЫВАЕМОМ ВКУСОМ, НО И ШИРОКО ПРИМЕНЯЕТСЯ В КУЛИНАРИИ: ЕЕ МОЖНО ЗАМОРАЖИВАТЬ, СУШИТЬ, ВЯЛИТЬ, ГОТОВИТЬ С НЕЙ АРОМАТНЫЕ ПИРОГИ И СОУСЫ К МЯСНЫМ БЛЮДАМ, ВАРИТЬ ИЗ НЕЕ ВКУСНЕЙШЕЕ ВАРЕНЬЕ, ДЕЛАТЬ НАСТОЙКИ, КОМПОТЫ, ЛИКЕРЫ И МНОГОЕ ДРУГОЕ! ИЗ ЛИСТЬЕВ ВИШНИ ПОЛУЧАЕТСЯ ОТЛИЧНЫЙ ВИТАМИННЫЙ ЧАЙ, И ИХ ДАЖЕ КЛАДУТ В ОВОЩИ ПРИ ЗАСОЛКЕ И ДОБАВЛЯЮТ В ВАРЕНЬЕ. ВИШНЯ ТАКЖЕ ОБЛАДАЕТ И ЦЕЛЕБНЫМИ СВОЙСТВАМИ, ТАК КАК СОДЕРЖИТ БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО АНТИОКСИДАНТОВ, КОТОРЫЕ УКРЕПЛЯЮТ КАПИЛЛЯРЫ, ПОНИЖАЮТ ДАВЛЕНИЕ, СНИЖАЮТ ВЕРОЯТНОСТЬ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ. ЭТА ЯГОДА ОЧЕНЬ БЛАГОТВОРНО ВОЗДЕЙСТВУЕТ И НА ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ, ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ЕЩЕ ОДНОЙ ПРИЧИНОЙ В ПОЛНОЙ МЕРЕ НАСЛАДИТЬСЯ ВИШНЕВЫМ СЕЗОНОМ.



ВИШНЕВО-
ВАНИЛЬНЫЙ
СМУЗИ

РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **АННА ПУСТЫННИКОВА**



Вишнево-ванильный смузи

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 5 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 2 стакана вишни без косточек (если вишня замороженная, то лучше ее слегка разморозить) ● 1-2 банана ● 1 стакан кокосового молока или кокосовой воды ● семена 1 стручка ванили или 1 ч.л. ванильного экстракта ● мед по вкусу

Приготовление:

1. Смешать в блендере все ингредиенты до получения однородной и гладкой массы.
2. Разлить по стаканам и подавать немедленно.



Утиные грудки с вишневым соусом

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 40 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: *Для грудок:* ● 2 крупные утиные грудки с кожей ● соль и черный перец по вкусу *Для соуса:* ● 1 стакан вишни без косточек (можно замороженной) ● 100 мл красного портвейна или красного сухого вина ● 1 ст.л. вишневого конфитюра ● 2 ч.л. соевого соуса ● 1 ч.л. бальзамического уксуса ● 2 ч.л. кукурузного крахмала ● соль и черный перец по вкусу *Для подачи:* ● руккола или любой другой салат по вкусу



УТИНЫЕ ГРУДКИ
С ВИШНЕВЫМ
СОУСОМ



САЛАТ С МАРИНОВАННОЙ
ВИШНЕЙ И ГРЕМОЛАТОЙ
ИЗ БАЗИЛИКА

Приготовление:

1. Утиные грудки с кожей обжарить с двух сторон на сухой сковороде до золотистого цвета. Начинать обжаривать кожей вниз. Немного поперчить и посолить. Положить грудки в огнеупорную форму и довести до нужной степени готовности в духовке при 180-190 С. Если у вас есть термометр, то температура внутри грудки должна быть 82 С. Если термометра нет, то это займет около 15-20 минут, но все будет зависеть от вашей духовки. Если вы любите не до конца прожаренное мясо, то можно обойтись без духовки и жарить на сковороде по 6-8 минут с каждой стороны. Как только утка будет готова, завернуть ее в фольгу и оставить на 5 минут, чтобы она стала сочнее и не остыла.
2. Пока готовится утка, приготовить соус. Если вишня замороженная, то необходимо сложить все ингредиенты (кроме крахмала) в сотейник и на среднем огне довести до кипения. Дать покипеть 5 минут, чтобы вишня полностью разморозилась, и алкоголь немного выпарился. Если вишня свежая, то лучше сначала дать жидким ингредиентам выпариться в течение 3-х минут, а затем уже добавить вишню и поварить еще 2 минуты. Крахмал развести в 1-2 ст.л. холодной воды и ввести в кипящий соус, постоянно помешивать, пока соус не загустеет. Посолить и поперчить. Выключить огонь и накрыть крышкой. Подавать лучше теплым.
3. Утиные грудки нарезать на ломтики. Выложить на тарелки салат, сверху красиво разложить кусочки утиной грудки, а рядом налить немного соуса.

бавить вишню, тщательно перемешать, накрыть крышкой и дать постоять минимум 30 минут (можно и дольше).

2. Все ингредиенты для гремолаты сложить в чашу блендера и измельчить до получения крупной крошки.

3. Выложить на тарелки зеленый салат, поломанный на небольшие кусочки сыр, вишню (вместе с выделившимся соком) и посыпать гремолатой. Сбрызнуть бальзамическим уксусом и оливковым маслом, посолить и поперчить. Подавать немедленно.



Гаспачо из вишни



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 5 МИНУТ. ПОРЦИИ: 8.

Ингредиенты: ● 4 стакана вишни без косточек ● сок 1 апельсина ● сок 1 лимона ● 2 зубчика чеснока (пропустить через пресс) ● 1 ст.л. мелко нарезанного лука-шалот (по желанию) ● 1 ст.л. мелко нарезанной свежей мяты ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Сложить все ингредиенты в блендер и пробить до получения однородной массы. Посолить и поперчить по вкусу.
2. Подавать охлажденным.



Салат с маринованной вишней и гремолатой из базилика



**ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ + 30 МИНУТ
НА МАРИНОВАНИЕ ВИШНИ. ПОРЦИИ: 6.**

Ингредиенты: Для маринованной вишни:

● 3 стакана вишни без косточек ● 1 ст.л. бренди (по желанию) ● 1-2 ст.л. бальзамического уксуса (светлого или темного) ● ¼ стакана оливкового масла extra virgin ● 1 ст.л. лимонного сока

Для гремолаты: ● ½ стакана очищенного миндаля ● мелко натертая цедра 1 лимона

● 1 зубчик чеснока ● 12 листьев зеленого базилика

Для салата: ● 150-200 г молодого сыра типа адыгейского ● 5 стаканов зеленого салата (рукколы, шпината, корн) ● 1 ст.л. светлого бальзамического уксуса ● 3 ст.л. оливкового масла extra virgin ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Смешать все ингредиенты для маринада, до-



КЛУБНИЧНОЕ ИСКУШЕНИЕ

РЕЦЕПТЫ И ФОТО:
СВЕТЛАНА БУРДЮКОВА

НАСТОЯЩЕЕ ЛЕТО НАЧИНАЕТСЯ
С АРОМАТА КЛУБНИКИ, ОДНОЙ
ИЗ САМЫХ ДОЛГОЖДАННЫХ
И ЛЮБИМЫХ ВСЕМИ ЯГОД.
«КОРОЛЕВА САДОВ» ОБЛАДАЕТ
МНОЖЕСТВОМ ПОЛЕЗНЫХ
СВОЙСТВ И ТОНКИМИ
ВКУСОВЫМИ КАЧЕСТВАМИ, А
ЕЕ ЯРКИЕ КРАСКИ НЕИЗМЕННО
ВДОХНОВЛЯЮТ НА НОВЫЕ
КУЛИНАРНЫЕ ЭКСПЕРИМЕНТЫ.
В СВЕЖЕМ ВИДЕ КЛУБНИКА
ПРЕКРАСНО ДОПОЛНИТ
СОБОЙ ЛЮБОЙ ДЕСЕРТ, А В
КАЧЕСТВЕ НАЧИНКИ ПРИДАСТ
НЕПОВТОРИМОЕ ОЧАРОВАНИЕ
СЛАДКОЙ ВЫПЕЧКЕ.

МАННЫЙ ПИРОГ
С КЛУБНИКОЙ



КЛУБНИЧНЫЕ ТАРТАЛЕТКИ С ФИСТАШКАМИ



Манный пирог с клубникой



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 40 МИНУТ.
ПОРЦИИ: 8.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 1 стакан муки
● 2 ст.л. сахара ● 100 г сливочного масла
● 1 яйцо ● 1/3 ч.л. корицы ● 1/3 ч.л. соли ● 1/3 ч.л.
соды *Для начинки:* ● 500 г манной крупы
● 450 мл сливок 30% ● 6 ст.л. сахара ● 1 ч.л.
ванильного сахара ● 1/2 ч.л. соли *Для украше-*
ния: ● 400 г клубники ● 1 ст.л. сахара

Приготовление:

1. Масло, сахар, яйцо и корицу перемешать до

получения однородной массы, добавить муку с содой и солью и замесить тесто.

2. Раскатать из теста круглый корж, уложить его на дно разъемной формы диаметром 18 см и выпекать при 230 С в течение 10 минут.

3. Тем временем приготовить начинку. Нагреть сливки, убавить огонь и тонкой струйкой, непрерывно помешивая, всыпать манную крупу. Добавить сахар, ванильный сахар, соль и варить до загустения около 5 минут.

4. Вынуть форму из духовки, равномерно распределить горячую начинку по поверхности коржа и поставить выпекать еще на 5-10 минут.

5. Готовый пирог охладить и украсить клубникой. Несколько ягод клубники перетереть с сахаром для получения ягодного сиропа. Пирог полить сиропом и посыпать сахарной пудрой.



Клубничные тарталетки с фисташками

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА. ПОРЦИИ: 8-10.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 350 г муки ● 150 г сливочного масла ● 150 г сахара ● 2 яйца ● 1 ч.л. соды ● 1 ч.л. сока лимона ● ванилин *Для начинки:* ● 400 г клубники ● 100 г фисташек ● 50 г сливочного масла ● 2 ст.л. сахара

Приготовление:

1. На рабочую поверхность просеять муку, добавить сахар, соду, гашенную лимонным соком, ванилин. Охлажденное масло нарезать кубиками и порубить ножом вместе с остальными ингредиентами. Добавить яйца и быстро замесить руками тесто до получения однородной массы. Скатать тесто в шар, накрыть салфеткой и оставить в холодильнике на 1 час.
2. Формы для запекания смазать сливочным маслом. Распределить тесто по формам диаметром 4-8 см и наколоть дно вилкой.
3. Сливочное масло нагреть на сковороде, добавить сахарный песок, нарезанную клубнику и слегка обжарить. В самом конце добавить фисташки.

4. Заполнить тарталетки клубничной начинкой и выпекать 25 минут при 220 С.



Чизкейк с клубникой в стакане

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: ● 500 г клубники ● 300 г песочного печенья ● 2 ст.л. сливочного масла ● 400 г творожного сыра ● 200 мл сливок 30-35% ● 120 г сахара + 2 ст.л.

Приготовление:

1. При помощи блендера или комбайна измельчить печенье в мелкую крошку, добавить растопленное сливочное масло и перемешать до образования сыпучей крошки.
2. В миске соединить творожный сыр, сливки, сахарный песок и взбить до получения густой, крепкой, однородной массы. Клубнику нарезать кубиками и смешать с 2 ст.л. сахарного песка.
3. На дно стакана выложить крошку из печенья, затем клубнику, закончить творожным слоем. Повторить все слои.
4. Убрать чизкейк в холодильник на 15 минут. Готовый десерт украсить листиком мяты и ягодой клубники.

ЧИЗКЕЙК С КЛУБНИКОЙ В СТАКАНЕ



СЛОЙКИ
С КЛУБНИКОЙ



КЛУБНИЧНЫЙ СУП С БАЗИЛИКОМ И МЯТОЙ



Слойки с клубникой



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 4 ЧАСА (С ГОТОВЫМ СЛОЕНЫМ ТЕСТОМ - 40 МИНУТ). **ПОРЦИИ:** 10-12.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 350 г муки ● 4 ч.л. сахара ● 1 яйцо ● 150 г сливочного масла ● 100 мл

молока ● 7 г дрожжей ● щепотка соли *Для начинки:* ● 300 г клубники ● 100 г сахарного песка ● 1 ст.л. крахмала ● 1 желток

Приготовление:

1. Дрожжи развести теплым молоком, добавить 175 г муки, перемешать и оставить подходить в теплом месте на 1-2 часа.
2. Яйцо перетереть с 2 ч.л. сахара и солью и доба-

вить в подошедшую опару. Всыпать оставшуюся муку, хорошо перемешать, добавить 50 г масла, замесить тесто и убрать его в теплое место еще на 1-2 часа. В течение этого времени тесто необходимо обмять 2-3 раза.

3. Оставшееся сливочное масло комнатной температуры положить на половину листа пергамент, накрыть его второй половиной и скалкой раскатать в пласт. Убрать в холодильник на 1 час.

4. Готовое дрожжевое тесто охладить и раскатать в пласт толщиной 5-10 мм чуть большего размера, чем пласт масла, так, чтобы края были немного тоньше середины.

5. Охлажденный пласт масла выложить на пласт теста так, чтобы он закрывал 2/3 поверхности теста. Посыпать сахаром. Свободной частью теста накрыть половину пласта масла, оставшейся незакрытой частью пласта масла накрыть сложенное вдвое тесто. Слегка присыпать тесто мукой и раскатать в пласт толщиной 2-3 мм и повторить процедуру еще раз, сначала загнув один край теста на 1/2 поверхности, затем вторым краем накрыв всю оставшуюся поверхность теста. Повторить это действие 2-3 раза. Важно, чтобы температура теста была не выше 20 С. Если необходимо, перед раскатыванием тесто можно убрать в холодильник на 1-2 часа.

6. Готовое тесто раскатать в пласт и нарезать на квадратики 10х10 см. Клубнику разрезать на 4 части и перемешать с крахмалом и сахаром. Выложить клубнику в один угол теста и накрыть другим, свободным от начинки. Тщательно защипать края, чтобы начинка не вытекла во время выпекания. Посередине треугольников сделать несколько надрезов. Сверху смазать желтком.

7. Застелить противень пергаментной бумагой и выложить на него слойки. Выпекать в разогретой до 200 С духовке 25-30 минут.



Клубничный суп с базиликом и мятой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 5 МИНУТ. ПОРЦИИ: 3.

Ингредиенты: ● 500 г клубники ● 100 г сахара ● 150 мл воды ● 1 ст.л сока лайма ● 2 веточки мяты ● 3-4 листочка зеленого базилика ● 3 шарика ванильного мороженого для подачи

Приготовление:

1. Клубнику вымыть, очистить от плодоножек.
2. Поместить в чашу блендера ягоды, воду, сок лайма, сахарный песок, мяту и листики базилика и измельчить до однородной массы.
3. Разлить суп по тарелкам и добавить по шарiku ванильного мороженого.



Клубничное суфле

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 5.

Ингредиенты: ● 400 г клубники ● 5 ст.л. воды ● 250 мл жирных сливок ● 150 г сахара ● 1 ч.л. сока лимона ● 18 г желатина

Приготовление:

1. Залить желатин 5 ст.л. холодной воды и оставить на 20 минут для набухания. Нагреть смесь на огне до полного растворения желатина и остудить.
2. Клубнику измельчить блендером в пюре и протереть через сито. Добавить к ягодам сок лимона и сахарный песок.
3. Отдельно взбить сливки и соединить их с клубничным пюре. Добавить желатин и перемешать.
4. Разлить клубничную массу по креманкам и убрать в холодильник на 2-3 часа.

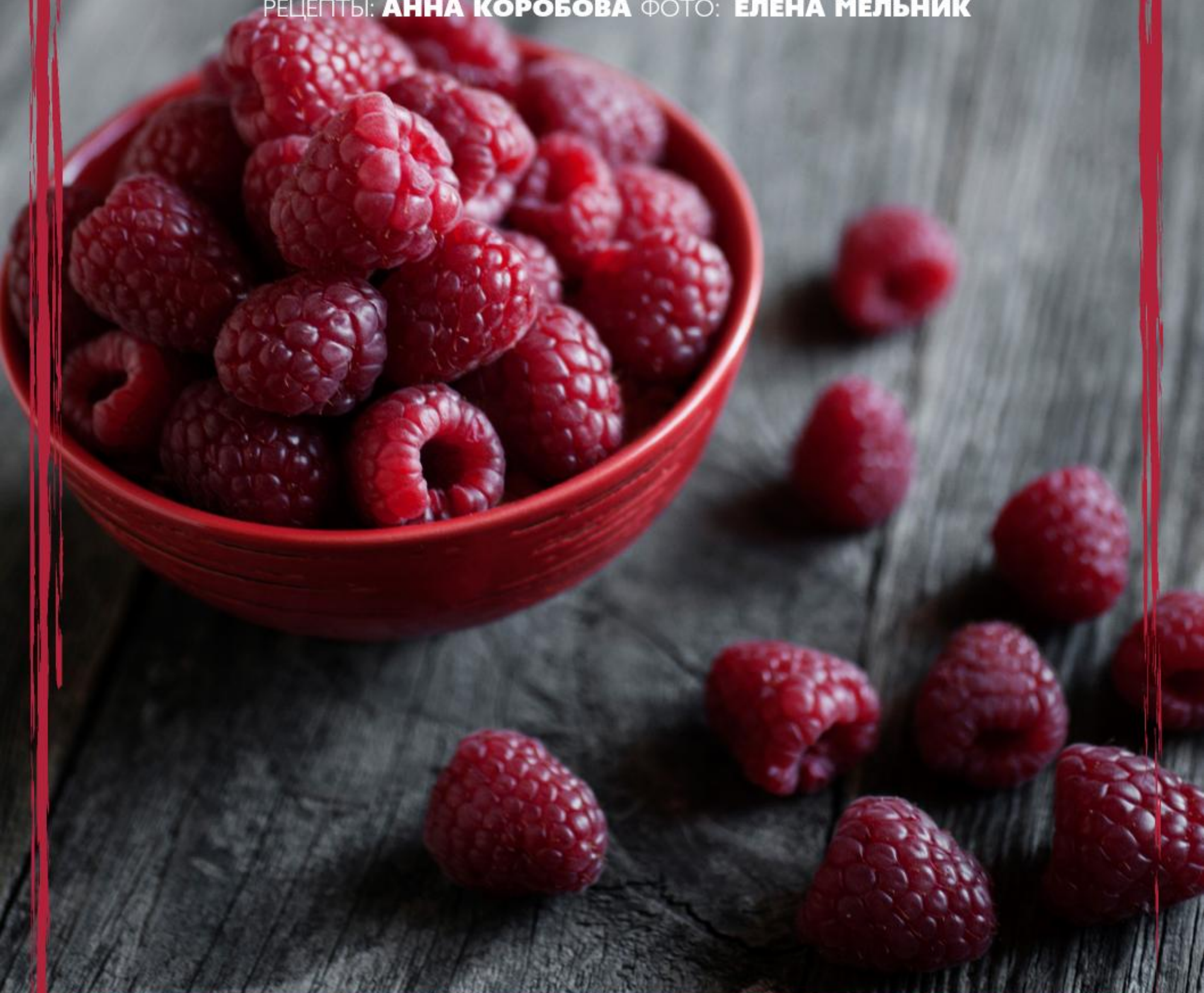


ЯГОДА- МАЛИНА

ПРЕВОСХОДНЫЙ ВКУС, НЕЖНЫЙ АРОМАТ, КЛАДЕЗЬ ВИТАМИНОВ И ЛЕЧЕБНЫХ СВОЙСТВ - СПИСОК ЕЕ ДОСТОИНСТВ МОЖНО ПРОДОЛЖАТЬ БЕСКОНЕЧНО. ВСЕ ЭТО О НЕЙ, ЯГОДЕ-МАЛИНЕ!



РЕЦЕПТЫ: **АННА КОРОБОВА** ФОТО: **ЕЛЕНА МЕЛЬНИК**





Пирог с малиновым вареньем и панна коттой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 30 МИНУТ + 4 ЧАСА НА ЗАСТЫВАНИЕ. ПОРЦИИ: 6-8, НА ФОРМУ ДИАМЕТРОМ 24 СМ.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 150 г сливочного масла ● 100 г сахарной пудры ● 30 г миндальной муки ● ванилин на кончике ножа ● 1 яйцо ● щепотка соли ● 250 г муки *Для начинки:* ● 50 г белого шоколада ● 100 г малинового варенья *Для панна котты:* ● 100 мл молока ● 10 листиков мяты ● 230 мл сливок 33% ● 70 г сахара ● сок 1 лайма ● 4 г желатина в пластинках

Приготовление:

1. Приготовить тесто. Взбить сливочное масло с сахарной пудрой в пышную массу. Добавить все оставшиеся ингредиенты, кроме муки. Перемешать. Всыпать муку и быстро замесить тесто, совершая минимум движений. Накрыть пергаментом и убрать в холодильник на 2 часа.

2. Форму для выпечки смазать маслом и при-

сыпать мукой. Охлажденное тесто раскатать и уложить в форму. Убрать в холодильник еще на 30 минут.

3. Духовку разогреть до 170 С. Форму с тестом достать из холодильника, накрыть пергаментом и насыпать сверху сухую фасоль. Поставить в духовку на 20 минут. Затем снять бумагу с фасолью и выпекать еще 10 минут до золотистого цвета. Полностью остудить, затем нанести кисточкой растопленный белый шоколад, чтобы тесто не получилось влажным от начинки. Сверху равномерно распределить малиновое варенье.

4. Приготовить панна котту. В молоко добавить мяту и довести до кипения. Снять с огня и оставить на 15 минут настояться. Добавить сливки, сахар и сок лайма. Снова довести до кипения, снять с огня и удалить мяту.

5. Желатин замочить в холодной воде на 10 минут. Отжать и добавить в горячее молоко. Быстро перемешать погружным блендером и дать остыть. Затем вылить на пирог поверх варенья. Убрать в холодильник на 2 часа до застывания панна котты.

6. Готовый пирог можно украсить свежей малиной, листьями мяты и цедрой лайма.



ПИРОГ С МАЛИНОВЫМ
ВАРЕНЬЕМ И ПАННА
КОТТОЙ



Тарталетки с шоколадом, кремом Дипломат и свежей малиной 🍰🍰

ПОРЦИИ: 12 ШТУК. ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 200 г сливочного масла ● 2 стакана муки ● 2 яйца ● щепотка соли *Для шоколадного наполнителя:* ● 100 мл сливок 33% ● 200 г темного шоколада *Для крема Дипломат:* ● 40 г сахара ● 15 г крахмала ● 160 мл молока ● 15 г сливочного масла ● 1 яйцо ● 250 мл сливок 33% ● 1 ч.л. желатина ● 30 мл воды ● щепотка соли ● 5 г ванильного сахара

Приготовление:

1. Приготовить тесто: смешать все ингредиенты, скатать тесто в шар и накрыть пергаментом. Убрать в холодильник на полчаса. Тем временем приготовить наполнитель и крем.

2. Для наполнителя сливки довести до кипения,

добавить шоколад и перемешать, пока он не растает. Слегка остудить.

3. Для крема смешать половину сахара и крахмал в миске. Добавить треть молока, яйцо и тщательно перемешать. В кастрюлю налить оставшееся молоко, добавить вторую половину сахара и соль. Довести до кипения и снять с огня. Половину горячего молока вмешать в молочно-яичную смесь в несколько приемов, постоянно помешивая. Затем вернуть в кастрюлю с оставшимся молоком и поставить на средний огонь. Варить, постоянно помешивая, до загустения. Снять с огня и добавить сливочное масло. Тщательно перемешать.

4. Желатин замочить в холодной воде. Затем прогреть до полного растворения. Ввести желатиновую воду в заварной крем, хорошо перемешать, накрыть пищевой пленкой и оставить остывать.

5. Сливки взбить с ванильным сахаром до получения пышного плотного крема. Половину взбитых сливок добавить в заварной крем, аккуратно перемешать в одном направлении и смешать с оставшимися взбитыми сливками.

6. Формы для тарталеток смазать маслом и при-



ШОКОЛАДНЫЕ ФОНДАНЫ
С МАЛИНОВЫМ
КОНФИТЮРОМ И БЕЛЫМ
ШОКОЛАДОМ





ТАРТ С МАЛИНОЙ
И МИНДАЛЬНЫМ
ФРАНЖИТАНОМ

сыпать мукой. Раскатать охлажденное тесто до толщины не менее 5 мм и вырезать из него круги чуть большего диаметра, чем размер формочек. Уложить тесто в формочки и разровнять по дну и стенкам. Вырезать из пергамента небольшие круги по размеру формочек, накрыть тесто, сверху насыпать сухой горох или фасоль. Выпекать 20 минут при температуре 200 С. Остудить, достать из форм, наполнить одну половину тарталеток кремом, а вторую половину - шоколадом, украсить свежими ягодами.



Шоколадные фонданы с малиновым конфитюром и белым шоколадом 🍰🍰

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 50 МИНУТ. ПОРЦИИ: 12.

Ингредиенты: ● 3 яйца ● 80 г сахара ● 80 г муки ● 10 г разрыхлителя теста ● 100 г сливочного масла ● 100 г темного шоколада ● 60 г белого шоколада ● 40 г малинового конфитюра

Приготовление:

1. Взбить яйца с сахаром в светлую пышную массу. Всыпать муку с разрыхлителем в несколько заходов и тщательно перемешать.
2. Темный шоколад растопить на водяной бане вместе со сливочным маслом и добавить в тесто. Перемешать.
3. Заполнить тестом формочки на две-третьи, добавить кусочки белого шоколада и конфитюр. Покрыть тестом. Выпекать 12 минут при 180 С. Остудить, перевернуть фонданы на тарелку вверх дном и снять формочки. Подавать к столу.



Тарт с малиной и миндальным франжипаном 🍰🍰

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 6-8.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 200 г муки ● 2 ст.л. сахарной пудры ● 100 г сливочного масла ● 1 яйцо ● 1 ч.л. лимонного сока ● 2 ч.л. холодной воды *Для франжипана:* ● 100 г сливочного масла ● 100 г сахарной пудры ● 2 яйца ● 50 г муки ● 75 г миндальной муки (или молотого миндаля) ● миндальный экстракт *Для начинки:* ● 100 г малинового варенья ● 100 г малины ● 20 г лепестков миндаля ● сахарная пудра

Приготовление:

1. Приготовить тесто. Смешать муку и сахарную пудру в миске. Добавить сливочное масло и перетереть руками в крошку.
2. Смешать яйцо с лимонным соком и 2 ч.л. холодной воды. Добавить в тесто и замесить, пока оно не станет гладким. Сформировать шар, обернуть пленкой и убрать в холодильник на 30 минут.
3. Разогреть духовку до 200 С. Раскатать тесто на слегка присыпанной мукой поверхности в пласт толщиной 3 мм и уложить в прямоугольную форму для выпечки размером 36х12 см или круглую диаметром 23 см так, чтобы тесто слегка свисало по краям. Накрыть листом пергамента и засыпать сухой фасолью. Убрать в духовку на 12-15 минут. Затем снять бумагу с фасолью и вернуть корж в духовку еще на 5 минут, чтобы он стал золотистым. Обрезать излишки теста по краям. Уменьшить температуру духовки до 180 С.
4. Для франжипана взбить сливочное масло с сахарной пудрой в легкую воздушную массу. Вмешать яйца по одному. Добавить обычную и миндальную муку, миндальный экстракт и тщательно все перемешать.
5. Смазать корж вареньем и выложить сверху малину. Затем равномерно покрыть франжипаном и выпекать 10 минут. Присыпать миндальными лепестками и поставить в духовку еще на 15 минут, пока начинка не станет золотистой.
6. Готовый тарт остудить, достать из формы и порезать на порционные кусочки. Перед подачей посыпать сахарной пудрой.



Кокосовые капкейки с малиновым кули 🍰🍰

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 6.

Ингредиенты: *Для капкейков:* ● 120 мл сливок 30% ● 2 ст.л. ванильного сахара ● 1 яйцо ● 100 г сахара ● щепотка соли ● 120 г муки ● 30 г кокосовой стружки ● малиновое варенье *Для малинового кули:* ● 300 г малины ● 120 г сахара ● 2 ч.л. кукурузного крахмала ● ½ стакана воды

Приготовление:

1. Приготовить малиновый кули. Малину с сахаром измельчить блендером и протереть через мелкое сито, чтобы избавиться от косточек. В полученное пюре добавить воду и крахмал. Все тщательно перемешать и поставить на медленный огонь. Варить 10 минут до загустения, постоянно помешивая. Остудить.
2. Приготовить капкейки. Охлажденные слив-

ки взбить с ванильным сахаром до устойчивых пиков. Отдельно взбить яйцо с сахаром и щепоткой соли на высокой скорости до образования пышной светлой массы. Снизить скорость миксера до минимальной и ввести муку в несколько заходов, тщательно вымешивая каждую порцию. К полученной смеси добавить кокосовую стружку и взбитые сливки. Аккуратно перемешать до однородности.

3. Разогреть духовку до 180 С. Заполнить формочки тестом до половины. Добавить по чайной ложке малинового варенья и покрыть тестом. Выпекать 20-30 минут. Остывшие капкейки полить малиновым кули и подавать к столу.



Закрытый пирог с малиной



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА. ПОРЦИИ: 6-8.

Ингредиенты: ● 500 г муки ● 350 г сливочного масла ● 200 г сахара ● 4 яичных желтка ● 1 лимон ● щепотка соли ● 200 г малины ● 100 г сахара

Приготовление:

- 1.** Муку смешать с размягченным сливочным маслом. Сделать в центре углубление, ввести желтки, сахар, соль и цедру лимона. Замесить тесто и убрать в холодильник на 30 минут.
- 2.** Разогреть духовку до 180 С. Малину смешать с сахаром. Достать из холодильника тесто и разделить на 2 неравные части. Большую часть раскатать в тонкий пласт, выложить на дно формы и утрамбовать. Сверху выложить ягодную начинку.
- 3.** Раскатать вторую часть теста и накрыть начинку. Края теста защипнуть и сделать на поверхности небольшие надрезы. По желанию верх пирога можно смазать яичным желтком. Выпекать 60 минут.

КОКОСОВЫЕ КАПКЕЙКИ С МАЛИНОВЫМ КУЛИ



ЗАКРЫТЫЙ ПИРОГ
С МАЛИНОЙ



7 КРЕМОВЫЙ ВКУС



ЕЖЕДНЕВНО МЫ ПОЛУЧАЕМ МНОЖЕСТВО ВОПРОСОВ НА ТЕМУ КУЛИНАРИИ: ПО ТОНКОСТЯМ ПРИГОТОВЛЕНИЯ, ИНГРЕДИЕНТАМ, БЛЮДАМ. ПОЭТОМУ МЫ РЕШИЛИ СОЗДАТЬ ПОЧТОВЫЙ ЯЩИК

ASK@RUSSIANFOODIE.RU,

- КУДА МОЖНО ПРИСЛАТЬ ЛЮБОЙ ВОПРОС, ТАК ИЛИ ИНАЧЕ СВЯЗАННЫЙ С ЕДОЙ. НАПРИМЕР, «ПОЧЕМУ У МЕНЯ НЕ ПОДНЯЛСЯ КЕКС?» ИЛИ «ЖЕЛАТИН КАКОЙ ФИРМЫ ЛУЧШЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ МУССА?». САМЫЕ ИНТЕРЕСНЫЕ ИЗ НИХ МЫ НАПРАВИМ НАШИМ АВТОРАМ И ЭКСПЕРТАМ, А ОТВЕТЫ БУДУТ ЗАТЕМ ОПУБЛИКОВАНЫ В РУБРИКЕ «ВОПРОС-ОТВЕТ».

—◆—
ФОТО: **ОКСАНА ЛУЦАН**





Александра Колесникова, г. Мытищи,
Instagram: @alexsandra_art

Часто готовлю крем «Швейцарская меренга». Остается большое количество желтков. Подскажите, пожалуйста, блюда, в которых их можно использовать.

ВАЛЕРИЯ ЛИВАНОВА, хозяйка кулинарной студии, кондитер.

Instagram: @baker_street_studio,
www.bakerstreet.it

Бывает, что в рецептах некоторых блюд указывается только какая-то одна часть яйца, т.е. используется либо желток, либо белок. Если часто печь безе, французские пирожные макаронс или Киевский торт, то непременно будет оставаться некоторое количество желтков, которые хочется также использовать по назначению.

К сожалению, желтки, в отличие от белков, не могут храниться долго. В то время, как белки могут ждать своей очереди в холодильнике до 30 дней, желтки желательно использовать в течение 24 часов.

Для того, чтобы желтки не обветрились (не покрылись неприятной толстой корочкой), накройте их пищевой пленкой так, чтобы она вплотную прилежала к поверхности желтков. Непременно храните их в холодильнике.

Предлагаем вам рецепт очень вкусного десерта – крем-брюле, в состав которого входят именно желтки.



Крем-брюле 🧁🧁

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 45 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ОСТЫВАНИЕ. ПОРЦИИ: 6.

Ингредиенты: ● 3 желтка ● 30 г сахара ● 300 г сливок 35% ● сливочный ликер Baileys по вкусу ● ягоды по вкусу (малина, клубника или земляника) ● коричневый сахар (для карамельной корочки)

Приготовление:

1. Желтки растереть с сахаром. В сотейнике довести сливки почти до кипения. Постоянно помешивая, тонкой струйкой влить сливки в желтково-сахарную массу. Добавить ликер. Поставить крем на водяную баню и, периодически помешивая, готовить около 7 минут.

2. Для приготовления вам понадобятся керамические формочки для крем-брюле и одна большая жаропрочная форма, в которую поместятся все

формочки. На дно формочек положить по 4-6 ягод и залить горячим кремом. Слой не должен быть толстым (около 1,5-2 см). Поставить заполненные формочки в большую форму для запекания.

3. Разогреть духовку до 140 С. Поставить в духовку на противень большую форму и влить в нее кипятком так, чтобы он доходил до 2/3 уровня крема (но не самой формочки!). Выпекать 20-25 минут. Чтобы проверить, готов ли крем-брюле, необходимо немного пошевелить формочку. Если по краям крем запекся, а в середине он еще слегка колыхается, то крем достиг идеального состояния.

4. Достать форму из духовки, формочки извлечь из большой формы и дать крему полностью остыть. При желании крем-брюле можно приготовить заранее, к примеру, накануне прихода гостей. Перед подачей на стол его нужно будет лишь карамелизировать. Остывший крем-брюле равномерно покрыть небольшим слоем коричневого сахара и карамелизировать при помощи горелки. Сразу подавать на стол.

В крем-брюле при желании можно добавить любимые ягоды, специи (ваниль, корицу, лемонграсс), сироп или другой алкоголь (к примеру, ликер Kahlua).

Из желтков вы также можете приготовить любое мороженое (которое особенно актуально в летний период), заварной крем, крем «Англез», бисквит на желтках, сварить лимонный или малиновый курд, кремю или сделать мусс для французского торта или пирожного.

Приятного аппетита!

Евгения Местникова, по почте

Маскарпоне какого российского производителя считается лучшим на данный момент?

ОКСАНА ЛУЦАН, фуд-блогер и фотограф.

Instagram: @bittereschokolade,
www.bittereschokolade.ru

С вводом санкций с прилавков исчезли многие продукты, в том числе, и итальянский сыр маскарпоне, чье отсутствие стало ощутимым для тех, кто привык на его основе готовить различные кремы и десерты. Постепенно на рынке стали появляться российские производители, и хотя с оригиналом они, конечно, сравниться не могут, некоторые из них вполне можно использовать без ущерба для общего вкуса. Тем более, в кондитерке маскарпоне практически не употребляется в чистом виде, он идет в сочетании с другими продуктами: сливками, сгущенным молоком и т.д.



Наиболее приемлемые по качеству и цене на сегодняшний день: маскарпоне Unagrande (изготовитель ЗАО «Умалат», примерно 240 руб. за 250 г), Uno Oro (изготовитель ООО «Маслосырбаза «Энгельская», примерно 160 руб. за 250 г) и белорусский Bonfesto (примерно 195 руб. за 250 г), который в последнее время стал значительно лучше. А что ни в коем случае покупать не стоит, так это маскарпоне от завода плавяных сыров «Плавич» - этот продукт ничего, кроме негативных эмоций, не принесет.

На самом деле, маскарпоне можно сделать и в домашних условиях. Процесс этот абсолютно не сложный, но требует время на отделение сыворотки. Из 1 л сливок 22-25% получается около 500-600 г маскарпоне.



Домашний маскарпоне



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 8-9 ЧАСОВ. ПОРЦИИ: 500 Г.

Ингредиенты: ● 1 л сливок 22-25% (я использую «Пармалат» - из них всегда получается

отлично) ● 4-5 ст.л. лимонного сока ● 2 ст.л. сахара (без горки)

Приготовление:

1. В кастрюлю налить сливки и на медленном огне нагреть их примерно до 80-85 С (до кипения не доводить!).

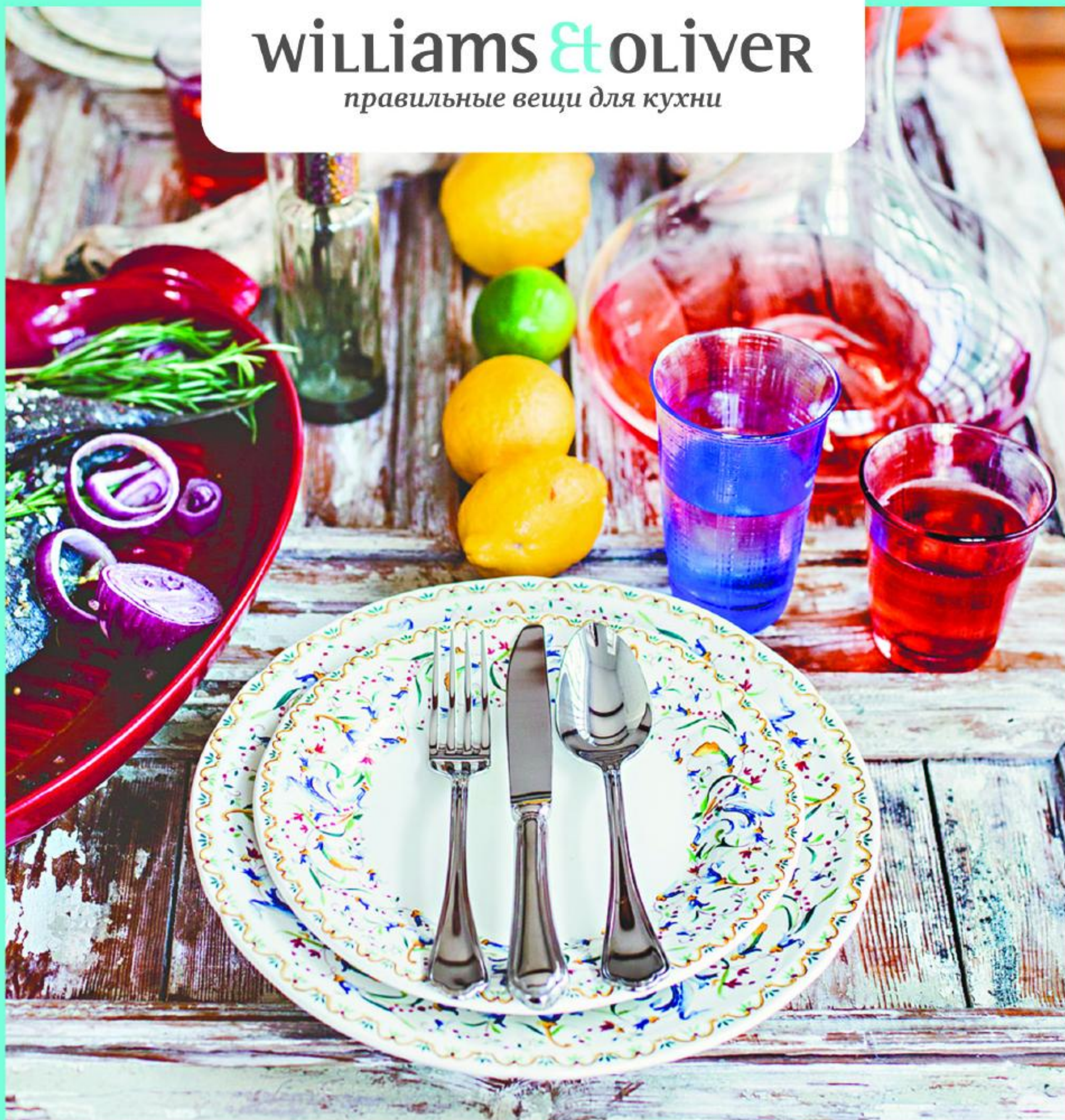
2. Горячие сливки снять с плиты, добавить лимонный сок, сахар, перемешать и оставить на 5-10 минут - должна начаться реакция: сливки начнут сворачиваться. Вернуть сливки на очень медленный огонь и варить, непрерывно помешивая. Как только масса начнет густеть и оседать на стенках посуды (по консистенции она будет похожа на густой кефир), убрать с огня. По времени это занимает обычно не больше 1 минуты.

3. Сито или дуршлаг застелить марлей или тонкой хлопчатобумажной тканью, вылить в него сливочную массу и оставить 1-1,5 часа. Затем подвесить узелок над раковиной и оставить на 6-7 часов. Если начать утром, то к вечеру маскарпоне уже будет готов.

4. Готовый маскарпоне взбить миксером и убрать в холодильник до использования. Хранить в холодильнике не более 3-х суток. Получается отличный продукт с нежной гладкой текстурой.

williams & oliver

правильные вещи для кухни



ТЦ «Времена года», Кутузовский проспект, д. 48, тел.: +7 (495) 644 34 51 / ТДК «Смоленский Пассаж», Смоленская площадь, д. 3, тел.: +7 (495) 644 34 52 / ТГ «Модный сезон», Охотный ряд, д. 2, тел.: +7 (495) 797 98 41 / Внуково «Outlet Village», Киевское шоссе, 8 км МКАД, деревня Лапшинка, владение 8, корп. 1, тел.: +7 (495) 797 98 38 / ТЦ «Ереван Плаза», Большая Тульская, д. 13, этаж 4, тел.: +7 (499) 968 47 58 / ТЦ «Dream House», деревня Барвиха, д.85/1, тел. +7 (495) 644 34 53 / ТЦ «Галерея», г. Краснодар, ул. В. Головатого, д. 311, тел.: +7 (861) 20 19 390 / ТРЦ «Авиа парк», Хорошевское шоссе, д.38 а, +7 (495) 797 98 40 / ТЦ «Метрополис», Ленинградское шоссе, д.16 а, стр. 4, тел.: +7 (799) 968 44 90 / ТРЦ «Аутлет Белая дача», МО, Новорязанское шоссе, д.8, 4 км от МКАД, +7 (499) 968 45 02

www.williams-oliver.ru

Вдохновляйся. Твори. Удивляй.

САХАРНАЯ ШАПТОЧКА

КЕКС
С КОРИЦЕЙ
И БЕЛЫМ
ШОКОЛАДОМ



Я ОБОЖАЮ ВСЕВОЗМОЖНЫЕ КЕКСЫ! И НЕ ТОЛЬКО ИЗ-ЗА ИХ ПРЕКРАСНЫХ ВКУСОВЫХ КАЧЕСТВ, РАЗНООБРАЗИЯ ФОРМ И НАЧИНОК И ПРОСТОТЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ. МЕНЯ ПРИВЛЕКАЕТ ТО, ЧТО С ИХ УКРАШЕНИЕМ МОЖНО ЭКСПЕРИМЕНТИРОВАТЬ БЕСКОНЕЧНО! ГЛАЗУРЬ, ШОКОЛАД, САХАРНАЯ ПУДРА, КРЕМ, КОНДИТЕРСКИЕ ПОСЫПКИ, ЯГОДЫ И ФРУКТЫ, МАРЦИПАН, МАСТИКА... НО В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ Я ВСЕ ЧАЩЕ ОТДАЮ ПРЕДПОЧТЕНИЕ САХАРНОЙ ШАПОЧКЕ – ОНА ВЫГЛЯДИТ ОЧЕНЬ МИЛО И НЕОБЫЧНО И ОЧАРОВАТЕЛЬНА В СВОЕЙ НЕБРЕЖНОСТИ. ПРЕДЛАГАЮ ВАШЕМУ ВНИМАНИЮ ДВА ОЧЕНЬ УДАЧНЫХ И БЕСПРОИГРЫШНЫХ РЕЦЕПТА КЕКСОВ, КОТОРЫЕ УЖЕ УСПЕЛИ ПО ДОСТОИНСТВУ ОЦЕНИТЬ МНОГИЕ ПОДПИСЧИКИ МОЕГО ИНСТАГРАМА. И САХАРНАЯ ШАПОЧКА, БЕЗУСЛОВНО, ИГРАЕТ ЗДЕСЬ НЕ ПОСЛЕДНЮЮ РОЛЬ. НАДЕЮСЬ, ЧТО ВАМ ЭТИ БЛЮДА ТАКЖЕ ПРИДУТСЯ ПО ВКУСУ. ЖЕЛАЮ ВАМ УДАЧНЫХ КУЛИНАРНЫХ ЭКСПЕРИМЕНТОВ! *

РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **АНАСТАСИЯ ЗУРАБОВА**



Кекс с корицей и белым шоколадом

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 6-8.

Есть такое американское печенье «Сникердудл» (англ. Snickerdoodle) в обсыпке из сахара и корицы, очень незамысловатое, но при этом безумно вкусное. А это такой кекс. В качестве начинки у него – кусочки белого шоколада. Очень люблю этот кекс и готовлю его регулярно – это тот случай, когда рецепт стал «фирменным». Отличный вариант, когда хочется порадовать близких или удивить гостей, но стоять долго у плиты не хочется (сказать по правде, при наличии выбора я всегда отдаю предпочтение таким блюдам). Уверена, что в вашей семье он тоже станет любимым, стоит только его попробовать!

Ингредиенты: *Для кекса:* ● ½ стакана (115 г) сливочного масла ● ¾ стакана сахара ● ¼ стакана коричневого сахара ● 2 яйца ● ½ стакана сметаны или густого йогурта ● 1 ч.л. разрыхлителя теста ● 1 ½ стакана муки ● 2 ч.л. корицы ● ваниль ● белые шоколадные капли или плитка белого шоколада, поломанная на кусочки, по вкусу *Для обсыпки:* ● 2 ст.л. сахара ● 1 ч.л. корицы

Приготовление:

1. В большой миске смешать сливочное масло, сахар и яйца и взбивать 3-4 минуты, пока смесь не станет светлой и воздушной.
2. Добавить сметану и перемешать до однородности на высокой скорости.

* В рецептах используется стакан 240 мл.

3. Всыпать муку, разрыхлитель, корицу и ванилин. Перемешивать на медленной скорости около минуты, до соединения компонентов (не перестарайтесь!). В конце добавить шоколадные капли.

4. Переложить тесто в смазанную маслом и присыпанную мукой форму для кекса. Сверху щедро посыпать смесью сахара и корицы. Выпекать при 180 С около часа до готовности. Готовность проверить деревянной шпажкой - на ней не должно быть жидкого теста.



Шоколадно-банановые маффины

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 40 МИНУТ. ПОРЦИИ: 14 ШТУК.

Обратила внимание на одну закономерность: сколько бы бананов вы ни купили, всегда останется 2-3 «неудачника», которые почернеют и завянут в вашей фруктовой вазе до того, как вы успеете их съесть. Знакомая ситуация? Именно для таких случаев и созданы эти нежные, сочные и ароматные маффины. А сахарная шапочка лишь придаст им дополнительной привлекательности в глазах ваших любимых сладкоежек.

Ингредиенты: ● 1 стакан сахара ● 1 ½ стакана муки ● ¼ стакана несладкого какао-порошка

● 1 ч.л. соды ● ¼ ч.л. разрыхлителя теста
● 1 крупное яйцо ● ½ стакана растительного масла ● ¼ стакана сметаны или йогурта ● ванилин ● 1 ½ стакана бананового пюре (3 средних или крупных банана) ● 1 стакан шоколадных капель ● сахарный песок для обсыпки (по 1 ч.л. на каждый маффин)

Приготовление:

1. В большой миске смешать муку, сахар, какао-порошок, соду и разрыхлитель.

2. В другой миске соединить яйцо, масло, сметану, ванилин и хорошо перемешать. Бананы измельчить блендером в пюре и добавить в смесь.

3. Добавить жидкие ингредиенты к сухим и перемешать до соединения компонентов. Вмешать шоколадные капли.

4. Смазать маслом формы для маффинов или вложить в них бумажные капсулы. Заполнить формы тестом на ¾ и щедро посыпать верхушки сахарным песком. Выпекать в разогретой до 180 С духовке около 25 минут. Дать остыть в форме 10-15 минут, а затем выложить на решетку.

Примечание: Эти маффины становятся особенно хороши на 2-ой день, когда пропитаются ароматами банана и шоколада. Их можно хранить в воздухонепроницаемом контейнере до 1 недели или в морозильной камере до 6 месяцев.



ЗАКАЗ ПЕЧАТНЫХ ВЕРСИЙ СБОРНИКОВ РЕЦЕПТОВ:

[HTTP://GOO.GL/FORMS/YRBDBAIXCF](http://goo.gl/forms/YRBDBAIXCF)
ИЛИ
ORDER@RUSSIANFOODIE.RU

A top-down view of a silver metal muffin tray containing six chocolate banana muffins. Each muffin is in a white paper liner and is topped with a generous amount of coarse white sugar. The muffins are arranged in two rows of three. The tray is placed on a dark wooden surface.

ШОКОЛАДНО –
БАНАНОВЫЕ
МАФФИНЫ

ЯГОДНЫЕ ЗАВТРАКИ



ЗАМОРОЖЕННЫЙ
ЙОГУРТ С ОВСЯНКОЙ
И ЯГОДАМИ

СУЩЕСТВУЕТ ТЫСЯЧА ПРИЧИН ЛЮБИТЬ ЛЕТО, И ОДНА ИЗ НИХ – ЯГОДНОЕ ИЗОБИЛИЕ НА НАШЕМ СТОЛЕ. АРОМАТ И ВКУС СВЕЖЕЙ МАЛИНЫ, КЛУБНИКИ, ЧЕРНИКИ, ЕЖЕВИКИ БУКВАЛЬНО СВОДЯТ С УМА И НАСТРАИВАЮТ НА КУЛИНАРНЫЕ ЭКСПЕРИМЕНТЫ. ТАК ПОЧЕМУ БЫ НЕ ВОСПОЛЬЗОВАТЬСЯ МОМЕНТОМ И НЕ ПРИГОТОВИТЬ ЯРКИЙ И ИНТЕРЕСНЫЙ ЗАВТРАК С СЕЗОННЫМИ ЯГОДАМИ В ГЛАВНОЙ РОЛИ?



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **АЛЕНА ВЕСЕЛОВА**



Замороженный йогурт с овсянкой и ягодами

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ + 6 ЧАСОВ В МОРОЗИЛКЕ. ПОРЦИИ: 6.

Отличный завтрак для дней, когда жарко становится уже с раннего утра.

Ингредиенты: ● 450 г ягод (малины, черники, клубники или их смеси) ● 50 г сахара ● 300 мл йогурта ● 6 ст.л. меда или другого жидкого подсластителя ● 100 г овсяных хлопьев

Приготовление:

1. Ягоды промыть, если используете клубнику — нарезать ее на четвертинки. Засыпать ягоды сахаром, перемешать и дать постоять 10 минут.
2. Поставить ягодную смесь на средний огонь и довести до кипения. Варить 8-10 минут, помешивая, пока она не загустеет. Снять с огня и остудить до комнатной температуры.
3. Смешать йогурт и 3 ст.л. меда (при необходимости добавить больше - по вкусу). Отдельно смешать овсяные хлопья и оставшийся мед (при желании можно использовать готовую гранолу).
4. Выложить в формочки для эскимо слоями йогурт, джем и овсянку, закончить слоем овсянки. Заморозить в течение 6 часов.



Крамбл с персиками и черникой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 55 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4-6.

Ингредиенты: *Для начинки:* ● 800 г персиков ● 1 стакан ● 30 г сахара ● 2 ч.л. корицы ● ½ ч.л.

мускатного ореха ● 3 ст.л. кукурузного крахмала ● 2 ч.л. лимонного сока *Для крошки:* ● ½ стакана муки ● ½ стакана овсяных хлопьев ● ½ коричневого сахара ● 1 ч.л. корицы ● 80 г сливочного масла

Приготовление:

1. Разогреть духовку до 175 С.
2. Для начинки смешать отдельно сахар, крахмал, корицу и мускатный орех. Персики нарезать ломтиками, добавить к ним чернику и лимонный сок, перемешать. Добавить сухую смесь к фруктам и снова аккуратно перемешать.





ДРОЖЖЕВЫЕ БУЛОЧКИ С МАЛИНОЙ

3. Для крамбла растереть все ингредиенты в крошку руками.

4. Выложить начинку в жаропрочную форму (или 4-6 порционных формочек), предварительно слегка смазав ее маслом, сверху посыпать крошкой. Запекать 40-45 минут.



Дрожжевые булочки с малиной

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 4 ЧАСА 30 МИНУТ.

ПОРЦИИ: 12-16 ШТУК, НА 2 ФОРМЫ 20X20 CM.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 240 мл молока ● 135 г сахара ● 1,5 ст.л. сухих активных дрожжей ● 115 г сливочного масла комнатной температуры ● 2 яйца ● ½ ч.л. соли ● 560 г муки *Для начинки:* ● 300 г малины ● 80 г сахара ● 1 ч.л. кукурузного крахмала

Приготовление:

1. Для теста подогреть молоко до чуть теплого состояния (35-38 °C). Добавить к молоку сахар и дрожжи и перемешать. Оставить в теплом месте на 5-10 минут до появления пены. При помощи миксера с насадкой «крюк» смешать молочно-дрожжевую смесь с размягченным сливочным маслом. Добавить по одному яйца и соль. Постепенно всыпать муку и перемешивать миксером до тех пор, пока не начнет формироваться мягкое тесто. Затем вымешивать тесто миксером, деревянной ложкой или руками (на припыленной мукой поверхности) 8-10 минут до гладкого и эластичного состояния.

2. Сформировать руками из теста шар и поместить

в смазанную маслом миску. Накрыть чистым полотенцем и поставить подходить в теплое место на 1-2 часа (тесто должно увеличиться в объеме вдвое).

3. Подготовить две формы 20x20 см или одну прямоугольную форму 25x35 см: смазать их маслом и выстелить дно пекарской бумагой.

4. Раскатать тесто на припыленной мукой поверхности в прямоугольник со сторонами примерно 30 на 45 см.

5. Для начинки смешать малину, сахар и крахмал. Распределить начинку равномерно по всей поверхности теста. Аккуратно свернуть тесто в рулет по длинной стороне (получится рулет около 45 см длиной). Нарезать рулет поперек на 12-16 шайбочек и выложить их в подготовленные формы. Накрыть формы полотенцем и дать булочкам подойти в теплом месте около 1,5-2 часов (или убрать в холодильник на ночь).

6. Разогреть духовку до 200 °C. Если вы убирали булочки в холодильник на ночь, то перед выпечкой им необходимо дать постоять в теплом месте около часа. Накрыть формы фольгой и выпекать булочки 25 минут до золотистого цвета (за 5-10 минут до готовности фольгу можно снять, чтобы дать булочкам подрумяниться).



Блинчики с гречневой мукой и черникой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 6.

Ингредиенты: ● 170 г пшеничной муки ● 95 г гречневой муки ● 1,5 ч.л. разрыхлителя теста ● 1,5 ч.л. соды ● ¼ ч.л. соли ● 2 яйца ● 600 мл простокваши (можно смешать 585 мл молока + 3 ч.л.

БЛИНЧИКИ
С ГРЕЧНЕВОЙ
МУКОЙ И
ЧЕРНИКОЙ

A photograph of two glasses of strawberry chia pudding. The pudding is a thick, pinkish-red gel with visible chia seeds. Each glass is topped with a dollop of white cream, fresh strawberry slices, and a small sprig of green mint. The glasses are placed on a dark, textured surface. In the background, a white bowl is filled with fresh strawberries and a sprig of mint. A silver spoon lies on the surface next to the glasses. A piece of light-colored fabric is visible on the left side of the frame.

КЛУБНИЧНЫЙ
ПУДИНГ
С СЕМЕНАМИ
ЧИА

яблочного уксуса) • 30 мл растительного масла без запаха + масло для смазывания сковороды • 100 г черники

Приготовление:

1. Смешать оба вида муки, разрыхлитель, соду и соль. Отдельно смешать яйца, простоквашу и 30 мл масла.
2. Добавить жидкие ингредиенты к сухим и перемешать до соединения компонентов (не вымешивать). Аккуратно вмешать чернику.
3. Разогреть большую сковороду на среднем огне. Слегка смазать ее маслом. Выпекать блинчики около 2 минут на одной стороне до тех пор, пока на поверхности не появится много больших пузырьков, затем перевернуть блинчики и выпекать еще 1-2 минуты на другой стороне.



Клубничный пудинг с семенами чиа

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ + 4 ЧАСА В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. **ПОРЦИИ:** 4-6.

Ингредиенты: • 450 г свежей клубники • 360 мл кокосового молока (можно заменить миндальным или соевым) • 60 мл меда или другого подсластителя по вкусу • 2 ч.л. ванильного экстракта • 1 ч.л. цедры лайма • 80 г семян чиа

Приготовление:

1. Все ингредиенты, кроме семян чиа, взбить в блендере до однородности. Попробовать на вкус и при необходимости добавить еще меда.
2. В контейнере или миске смешать получившуюся смесь с семенами чиа. Дать постоять 10 минут и перемешать еще раз. Убрать смесь в холодильник минимум на 4 часа (до 3 дней). Готовый пудинг разложить по баночкам или стаканам для подачи.

Примечание: Чем дольше пудинг стоит в холодильнике, тем более густым он становится.



Хлебные пудинги с черникой и ежевикой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 15 МИНУТ. **ПОРЦИИ:** 6.

Для этого рецепта вам потребуется 6 баночек или формочек для запекания объемом 200-250 мл. Если вы используете баночки, убедитесь, что они подходят для духовки.



ХЛЕБНЫЕ ПУДИНГИ С ЧЕРНИКОЙ И ЕЖЕВИКОЙ

Ингредиенты: • 250 г белого хлеба • 2 яйца • 70 г сахара • 60 г сыра маскарпоне • 360 мл молока • 1 ч.л. экстракта ванили • тертая цедра 1/2 лимона • 1/2 ч.л. лимонного сока • 40 г сливочного масла • 300 г черники, ежевики или других ягод по вкусу (можно использовать замороженные) • 90 мл сливок 20-30% • 1 ч.л. кленового сиропа, сиропа агавы или другого жидкого подсластителя

Приготовление:

1. Сливочное масло растопить, часть использовать для смазывания баночек.
2. Хлеб нарезать крупными кубиками и переложить в большую миску.
3. Слегка взбить яйца, добавить к ним сахар и маскарпоне. Затем вмешать молоко, ваниль, лимонную цедру и сок, перемешать до соединения компонентов. Добавить оставшееся растопленное масло.
4. Залить получившейся смесью кусочки хлеба и перемешать так, чтобы она покрывала весь хлеб. Дать постоять 20 минут, чтобы хлеб пропитался (можно убрать его в холодильник на ночь).
5. Разогреть духовку до 180 C. Аккуратно вмешать ягоды в хлебную массу и разложить по баночкам, наполняя их на 1/2-3/4 объема. Запекать 30-35 минут, пока верх пудингов не подрумянится. Вынуть пудинги из духовки и дать постоять 10-15 минут. Перед подачей смешать сливки и сироп и полить ими пудинги.

Примечание: Готовые пудинги можно хранить в холодильнике 2-3 дня.

САЛАТЫ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗЕЛЕНИ И ОВОЩЕЙ МОЖНО ГОТОВИТЬ КРУГЛЫЙ ГОД, НО ТОЛЬКО В СЕЗОН ОНИ САМЫЕ СОЧНЫЕ, ВКУСНЫЕ И ПОЛЕЗНЫЕ. СПЕЛЫЕ ТОМАТЫ, ХРУСТКАЯ ЗЕЛЕНЬ, МЯГКИЙ АВОКАДО, СЛАДКИЕ ЯГОДЫ И ФРУКТЫ В СОЧЕТАНИИ СО ЗРЕЛЫМ СЫРОМ, КУРИНОЙ ГРУДКОЙ ИЛИ СЕМГОЙ И ЛЕГКОЙ АРОМАТНОЙ ЗАПРАВКОЙ С ЦИТРУСОВЫМИ НОТКАМИ - ТАКОЕ БЛЮДО СТАНЕТ ПРЕКРАСНЫМ ОБЕДОМ ИЛИ УЖИНОМ В ЖАРКИЙ ДЕНЬ.



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **ЕЛЕНА ДЕМЬЯНКО**

ПОХРУСТИМ?



САЛАТ С КУРИЦЕЙ,
ГРУШЕЙ И СЫРОМ С
ГОЛУБОЙ ПЛЕСЕНЬЮ



Салат с курицей, грушей и сыром с голубой плесенью

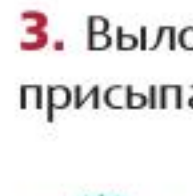


ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 25 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 100 г салата корн ● 1 куриная грудка ● ½ груши ● 50 г сыра с голубой плесенью ● 4-5 ядер грецкого ореха ● 1 ст.л. кленового сиропа ● 2 ст.л. оливкового масла ● 1 ст.л. лимонного сока ● соль по вкусу

Приготовление:

1. Вымыть и высушить салат корн. Обжарить куриную грудку на среднем огне по 5 минут с каждой стороны, посолить и выложить на бумажное полотенце. Когда курица немного остынет, нарезать ее кубиками.
2. Нарезать грушу ломтиками, сыр с голубой плесенью - кубиками, раздробить ядра грецкого ореха. Для заправки смешать оливковое масло, кленовый сироп, лимонный сок. Добавить соль по вкусу.



Салат с киноа, клубникой и авокадо



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 45 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 80 г салата корн ● небольшой пучок рукколы ● 3 ст.л. отварной киноа ● 4-5 ягод клубники ● 1 авокадо ● 30 г зрелого сыра (пармезан, джюгас) ● 1 ст.л. меда ● 1 ст.л. сока апельсина ● 2 ст.л. оливкового масла ● 1 ч.л. бальзамического уксуса ● соль по вкусу

Приготовление:

1. Отварить киноа в воде в течение 15-20 минут. Вымыть и обсушить салат и рукколу. Нарезать клубнику кубиками, авокадо почистить и нарезать полосками. Сыр некрупно покрошить.
2. Для заправки смешать мед, оливковое масло,



САЛАТ С КИНОА,
КЛУБНИКОЙ
И АВОКАДО



САЛАТ С ЛОСОСЕМ

апельсиновый сок, бальзамический уксус и соль по вкусу.

3. Выложить зелень, добавить 3 ст.л. отварной киноа, клубнику, авокадо и сыр. Полить заправкой.



Салат с лососем

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 3-4.

Ингредиенты: ● 1 стейк свежей семги (300-400 г)
● 1 кочан салата Айсберг ● 10-15 томатов черри
или 3 томата среднего размера ● 1 средний огурец
● 2 ломтика лимона ● 10-15 зеленых оливок
● 100 г мягкого творога ● 2-3 ст.л. греческого йогурта
● соль по вкусу

Приготовление:

1. Обжарить семгу на среднем огне с обеих сторон по 5-7 минут и посолить. Вымыть и обсушить листья салата и овощи. Разрезать черри на половинки или четвертинки, огурец нарезать полукруглыми дольками, ломтики лимона – небольшими кусочками, оливки – пополам.

2. Для заправки смешать мягкий творог с йогуртом и добавить соль по вкусу. Если используете не пастообразный творог, то стоит увеличить количество йогурта вдвое (или больше) и пробить творог с йогуртом в чаше блендера до однородности.

3. Выложить листья салата на тарелку, добавить черри, огурец, оливки и кусочки лимона. Посолить. Выложить поверх остывшую семгу и творожную заправку.

Мы открылись
на новом месте!

Смужная кухня
Смужная - Бар.

Коллекция
Лето 2015
Скоро в
продаже

Оригинальные
испеченные
напитки

Качественные
смужки для
Mason Jars

RAINBOW
KITCHEN

Г. МОСКВА

М КРОПОТКИНСКАЯ

Всеволожский пер., д. 2, стр. 2

+7 495 532 69 81

@RAINBOWKITCHENRU

WWW.RAINBOWKITCHEN.RU

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ



ХОЛОДНЫЙ
СВЕКОЛЬНИК
НА КЕФИРЕ

ТЕПЛЫЕ ЛЕТНИЕ ДНИ – САМОЕ ВРЕМЯ ВСПОМНИТЬ О ХОЛОДНЫХ СУПАХ. ОНИ ЛЕГКИЕ, МАЛОКАЛОРИЙНЫЕ, ПРЕИМУЩЕСТВЕННО ВЕГЕТАРИАНСКИЕ И БОГАТЫ ВИТАМИНАМИ БЛАГОДАРЯ СВЕЖЕЙ ЗЕЛЕНИ И ОВОЩАМ, ВХОДЯЩИМ В ИХ СОСТАВ. ХОЛОДНЫЕ СУПЫ ЛЮБЯТ ВО МНОГИХ СТРАНАХ МИРА, ОНИ НЕ ТРЕБУЮТ МНОГО ВРЕМЕНИ НА ПРИГОТОВЛЕНИЕ, ПРЕКРАСНО ОСВЕЖАЮТ В ЖАРУ И НЕ ОБРЕМЕНИТЕЛЬНЫ ДЛЯ ЖЕЛУДКА. ПРЕДЛАГАЕМ ВАМ РАЗНООБРАЗИТЬ ВАШЕ ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ЧЕТЫРЬМЯ ВКУСНЫМИ И ПРОСТЫМИ РЕЦЕПТАМИ.

РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **ЕЛЕНА ТЯН**



Холодный свекольник на кефире

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 1 крупная отварная свекла
● 1 свежий огурец среднего размера ● 100 г свежего редиса ● зеленый лук ● свежая зелень петрушки и укропа ● 500 мл кефира 1% ● соль, перец по вкусу ● 2 отварных яйца для подачи

Приготовление:

1. Свеклу очистить от кожуры и нарезать соломкой. Огурец и редис тщательно вымыть и также нарезать соломкой. Сложить овощи в миску и перемешать. Добавить к ним нарезанный зеленый лук и зелень.
2. Заправить овощную смесь кефиром, посолить и поперчить по вкусу. Убрать в холодильник примерно на 15 минут.
3. Подавать свекольник, украсив ломтиком вареного яйца и свежей зеленью.



Холодный испанский суп гаспачо

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 500 г спелых томатов ● 100 г зеленого болгарского перца ● 200 г огурцов
● 1 зубчик чеснока ● ½ ст.л. винного уксуса
● 2 ст.л. оливкового масла ● 1 ч.л. соли или по вкусу ● ¼ красной луковицы для подачи ● ¼ све-

жего огурца для подачи ● ¼ болгарского перца для подачи

Приготовление:

1. Овощи тщательно вымыть. Томаты очистить от кожуры. Для этого залить их кипятком и оставить на 3-4 минуты - кожура легко снимется. Перец очистить от семян, у огурцов срезать кожуру.
2. Очищенные томаты, перец, огурцы и зубчик чеснока нарезать небольшими кусочками, сложить в блендер и измельчить до состояния пюре. Добавить винный уксус, соль по вкусу и оливковое масло. Перед подачей супу необходимо дать время настояться и охладиться в течение 15 минут.



3. Подавать с поджаренными тостами и мелко нарезанными овощами.

Примечание: Цвет супа будет зависеть от спелости томатов. Возможно, он окажется не насыщенным красным.



Холодный болгарский суп таратор

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 2 средних огурца ● 1 небольшой пучок свежего укропа ● 1 зубчик чеснока ● ½ стакана очищенных грецких орехов ● 250 мл простокваши ● 250 мл воды ● 2 ст.л. оливкового масла ● соль и красный острый перец по вкусу

Приготовление:

1. Огурцы вымыть, очистить от кожуры и нарезать тонкой соломкой. Зелень укропа мелко нарезать. Чеснок измельчить при помощи пресса. Грецкие орехи измельчить на терке.
2. Соединить в чаше огурцы, зелень, чеснок и орехи, посолить и хорошо перемешать.
3. Простоквашу соединить с водой и заправить ей овощную смесь. Дать настояться в холодильнике в течение 15 минут.

4. Готовый таратор разлить по тарелкам, добавить оливковое масло (по желанию) и красный острый перец. Подавать, украсив свежей веточкой укропа и небольшой горстью орехов.



Мясная окрошка с квасом

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ВАРКУ ОВОЩЕЙ И МЯСА. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 200 г отварной говядины ● 2 средних огурца ● 2 средних отварных картофеля ● 3 отварных яйца ● 5 свежих редисок ● свежая зелень (укроп, петрушка, зеленый лук) ● соль и черный молотый перец по вкусу ● лимонная кислота или сок по вкусу ● 750 мл хлебного кваса ● 150 г сметаны для подачи

Приготовление:

1. Мясо нарезать мелкими кубиками. Огурцы, картофель, яйца и редис также нарезать мелкими кубиками и добавить к мясу.
2. Измельчить свежую зелень и зеленый лук, соединить с овощами и тщательно перемешать. Добавить соль и черный перец по вкусу.
3. Заправить овощную смесь хлебным квасом. Подавать со сметаной.



ХОЛОДНЫЙ
БОЛГАРСКИЙ
СУП ТАРАТОР

МЯСНАЯ
ОКРОШКА
С КВАСОМ





ПРОСТЫХ
ЛЕТНИХ
РЕЦЕПТОВ

НЕСКУЧНЫЕ ОВОЩИ

ЗАПЕЧЕННЫЕ
ОВОЩИ
(БАЗОВЫЙ РЕЦЕПТ)

ОДНО ИЗ ПРЕИМУЩЕСТВ ТЕПЛОГО ВРЕМЕНИ ГОДА – МЫ ЧАСТО ГОТОВИМ ЕДУ НА УЛИЦЕ: НА КОСТРЕ, МАНГАЛЕ, ГРИЛЕ. МЯСО, ОВОЩИ, ХЛЕБ, ФРУКТЫ... ПЕЧЕННЫЕ ОВОЩИ – ИДЕАЛЬНЫЙ ВАРИАНТ ДЛЯ ЛЕТНЕГО ОБЕДА ИЛИ УЖИНА, КАК В КАЧЕСТВЕ ГАРНИРА, ТАК И САМОСТОЯТЕЛЬНО. ПРОСТО, ПОЛЕЗНО И ВКУСНО. А ЕСЛИ ПРОЯВИТЬ НЕМНОГО ИЗОБРЕТАТЕЛЬНОСТИ, ТО МОЖНО ВСЮ НЕДЕЛЮ ЕСТЬ ПЕЧЕННЫЕ ОВОЩИ В РАЗНЫХ ВАРИАЦИЯХ, И УВЕРЯЕМ ВАС, ЭТО СОВСЕМ НЕ СКУЧНО!

РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **МАРИЯ ШУМОВА**



Запеченные овощи (базовый рецепт)

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 4-6.

Ингредиенты: ● 1 большой баклажан или 2 маленьких ● 1 цукини ● 1 кабачок ● 2 сладких перца ● 1 большая синяя или белая луковица ● сушеные тимьян и орегано ● 4 ст.л. оливкового масла ● 2 ст.л. бальзамического уксуса ● 1 ч.л. соли ● ½ ч.л. черного молотого перца

Приготовление:

1. Овощи вымыть, кабачки, цукини и баклажан нарезать кружочками толщиной 0,5-1 см. Из перцев удалить косточки и разрезать каждый вдоль на 8 частей. Луковицу очистить, разрезать вдоль на 6 частей и разделить на лепесточки.
2. Сложить подготовленные овощи в большую миску, посыпать сушеными травами и сбрызнуть 2 ст.л. масла. Несколько раз перемешать, чтобы овощи со всех сторон покрылись масляно-травяной смесью.
3. Выложить овощи на решетку для гриля и запекать на углях до готовности, по 10-15 минут с каждой стороны. Можно запечь овощи и в духовке дома, но тогда потребуется чуть больше времени – 45-60 минут при 200 С.
4. Пока овощи запекаются, приготовить маринад: перемешать оставшиеся 2 ст.л. оливкового масла, бальзамический уксус, соль и перец.
5. Готовые овощи сложить в глубокую миску, полить маринадом и встряхнуть, чтобы овощи и маринад перемешались. Подавать горячими в качестве гарнира или использовать позднее – готовые овощи могут храниться до 3-4 дней в холодильнике.



Лепешки с овощами

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: ● запеченные овощи (½ базового рецепта) ● 4 пресные лепешки (тортильи) ● 200 г крем-чиза или рикотты ● пучок кинзы ● 1 ст.л. сока лимона



ФРИТТАТА
С ПЕЧЕНЫМИ
ОВОЩАМИ



Приготовление:

1. Размять в миске крем-чиз, добавить к нему мелко нарезанную зелень и сок лимона. Перемешать.
2. Разделить крем-чиз на 4 части и смазать им лепешки. На половину поверхности лепешек выложить овощи и накрыть второй половиной.



Фриттата с печеными овощами

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 25 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4-6.

Ингредиенты: ● запеченные овощи (½ базового рецепта) ● 6 яиц ● 50 мл молока ● 50 г свежих листьев шпината ● 50 г полутвердого сыра ● соль, перец по вкусу ● 1 ст.л. сливочного масла

Приготовление:

1. В миске взбить яйца с молоком, солью и перцем.
2. Растопить сливочное масло в сковороде, выложить в нее овощи и листья шпината.
3. Залить овощи яично-молочной смесью и посыпать сверху тертым сыром. Готовить на медленном огне 10-15 минут, до полного застывания яичной массы.



Салат с фетой и оливками

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: *Для салата:* ● запеченные овощи (½ базового рецепта) ● 75 г свежего шпината ● 100 г феты ● 12-16 соленых маслин без косточки *Для заправки:* ● 2 ст.л. оливкового масла ● 2 ст.л. бальзамического уксуса ● 1 ст.л. зернистой горчицы

Приготовление:

1. Нарезать фету небольшими кубиками и соединить в салатнике с печеными овощами, маслинами и шпинатом.
2. Смешать все ингредиенты для заправки в однородную массу и заправить ей салат перед подачей.



Салат с куриной грудкой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ПРИГОТОВЛЕНИЕ НУТА. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: *Для салата:* ● запеченные овощи (½ базового рецепта) ● 2 половинки куриной

грудки (отварные или запеченные на гриле)

● 100 г нута ● 1 ст.л. оливкового масла ● ½ ч.л. красного молотого перца *Для заправки:* ● по небольшому пучку мяты и петрушки ● 3 ст.л. оливкового масла ● сок ½ лимона ● по ½ ч.л. соли и черного молотого перца ● 1 зубчик чеснока

Приготовление:

1. Накануне приготовления замочить нут в большом количестве воды (на 10-12 часов). Воду слить, залить нут свежей водой, довести до кипения.



САЛАТ
С ФЕТОЙ
И ОЛИВКАМИ

САЛАТ С КУРИНОЙ ГРУДКОЙ



ния и варить на небольшом огне 40 минут. Готовый нут достать из воды и обсушить.

2. Разогреть в сковороде оливковое масло с красным перцем, добавить нут и обжаривать его на сильном огне 7-10 минут до золотистой корочки.

3. Отварную или запеченную куриную грудку нарезать тонкими ломтиками и перемешать с овощами и обжаренным нутом.

4. Сложить все ингредиенты для заправки в чашу блендера и измельчить. Заправить смесью салат и подавать на стол.

Практика по food фотографии в Азербайджане

16-21

сентября

организатор:
школа TRAVELOGIA
ведущая мастер-классов:
ЗЛАТА ПАНЧЕНКО

расписание:

- вкусная национальная кухня
- восточный колорит
- и самобытность
- чистый воздух
- моря и горы
- новые фотографии для портфолио

В программе:

кулинарные мастер-классы
дегустации национальных блюд и сладостей
практика по food-фотографии и стайлингу
душевные встречи с интересными людьми
индивидуальное сопровождение и авторские экскурсии

контакты: 8 (916) 396-34-60 EMAIL: INFO@TRAVELOGIA.NET
подробности на WWW.TRAVELOGIA.NET/BAKU

ПИТЬ ВОДУ — ВКУСНО

РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **МАРИЯ ШУМОВА** ИЛЛЮСТРАЦИИ: **АННА ЖАНДАРОВИЧ**

К сожалению, не всем удается ежедневно выпивать рекомендуемые специалистами 2 литра воды: забываем, заменяем чаем, кофе, соками... А ведь в жаркое время года потребность в воде значительно возрастает, а ее недостаток может привести к опасному обезвоживанию.

Мы предлагаем вам 4 способа сделать обычную воду вкуснее и привлекательнее, а главное, полезнее. Такой напиток точно не забудешь и не променяешь на лимонад или сладкую газировку! Добавьте в воду свои любимые фрукты и ягоды, ароматизируйте ее пряными травами — простор для творчества поистине бесконечен. Интересно, сколько сочетаний вы успеете придумать и опробовать за лето?

Каждый наш рецепт рассчитан на 2 литра, но вы легко можете увеличить количество ингредиентов, если собираетесь приготовить воду в лимонаднике или другой большой емкости.

Общее замечание ко всем рецептам: Важно тщательно вымыть все овощи, травы, фрукты и ягоды, используемые при приготовлении. Можно поддержать их несколько минут в слабом растворе марганцовки или содовом растворе, а затем тщательно промыть под проточной водой.



Огуречно-клубничная вода

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ + НОЧЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. **ПОРЦИИ:** 2 Л.

Ингредиенты: ● 1 огурец ● 3-4 крупные ягоды клубники ● 4 веточки базилика ● 2 л воды

Приготовление:

1. Тщательно вымытые клубнику и огурец нарезать тоненькими ломтиками — удобно делать это при помощи овощечистки. Листочки базилика отделить от веточек.



RAINBOW
KITCHEN

WWW.RAINBOWKITCHEN.RU



ЦИТРУСОВАЯ
ВОДА
С РОЗМАРИНОМ



RAINBOW
KITCHEN

WWW.RAINBOWKITCHEN.RU

ГРУШЕВО –
СМОРОДИНОВАЯ
ВОДА
С ЛАВАНДОЙ



2. Сложить все ингредиенты на дно емкости, залить водой, накрыть крышкой и убрать в холодильник на ночь.



Цитрусовая вода с розмарином

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ + НОЧЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. **ПОРЦИИ:** 2 Л.

Ингредиенты: ● 1 лимон ● 1 апельсин ● ½ грейпфрута ● 3 веточки розмарина ● 2 л воды

Приготовление:

1. Разрезать цитрусовые вдоль на 8 частей или нарезать кружочками и выложить на дно емкости. Залить небольшим количеством воды и слегка примять фрукты деревянной лопаткой.

2. Добавить веточки розмарина и влить оставшуюся воду. Накрыть крышкой и убрать в холодильник на ночь.



Грушево-смородиновая вода с лавандой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ + НОЧЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. **ПОРЦИИ:** 2 Л.

Ингредиенты: ● 1 крупная груша ● 1 стакан черной смородины ● 4 веточки лаванды ● 2 л воды

Приготовление:

1. Выложить ягоды смородины на дно емкости, слегка примять их деревянной лопаткой, чтобы некоторые ягоды лопнули (не нужно разминать их в пюре).

2. Грушу разрезать вдоль пополам, нарезать тонкими ломтиками и добавить к смородине вместе с



веточками лаванды. Залить водой, накрыть крышкой и убрать в холодильник на ночь.



Ананасовая вода с мятой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ + НОЧЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. **ПОРЦИИ:** 2 Л.

Ингредиенты: ● 2 кольца ананаса ● небольшой пучок мяты ● 2 л воды

Приготовление:

1. Ананас нарезать на небольшие кусочки, листочки мяты отделить от стеблей.

2. Сложить ингредиенты на дно емкости, немного примять их деревянной лопаткой и залить водой. Накрыть крышкой и убрать в холодильник на ночь.

ПРИКЛЮЧЕНИЯ НАСТИ И ФЕДОРА



ПОЛЕЗНОЕ ЛАКОМСТВО



РЕЦЕПТ И ФОТО: **АННА ФЕЛИКОВА**



МАРМЕЛАД ОТНОСИТСЯ К ОДНИМ ИЗ САМЫХ ЛЮБИМЫХ ЛАКОМСТВ ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ. МНОГИЕ ОБОЖАЮТ ЕГО ЗА НЕПОВТОРИМЫЙ ВКУС, КТО-ТО ЗАМЕНИЛ ИМ ДРУГИЕ СЛАДОСТИ, А НЕКОТОРЫМ ЛЮДЯМ ЕГО РЕКОМЕНДОВАЛ ВРАЧ. ПРИГОТОВЛЕННЫЙ ИЗ ФРУКТОВ И ЯГОД, ОН СЧИТАЕТСЯ ПОЛЕЗНЫМИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, СОДЕРЖИТ МИНИМУМ КАЛОРИЙ, ПРАКТИЧЕСКИ НЕ ВРЕДИТ ФИГУРЕ И МОЖЕТ ПОСЛУЖИТЬ ВЕЛИКОЛЕПНОЙ АЛЬТЕРНАТИВОЙ МАСЛЯНЫМ ТОРТАМ, ПИРОЖНЫМ И ШОКОЛАДНЫМ КОНФЕТАМ.



читается, что прародителем мармелада является восточный рахат лукум. Намного позже десерт попал в Европу: французы научились готовить твердое варенье, которое они нарезали на

конфеты и называли «мармелад». По одной из версий, его придумал один из французских придворных врачей, объединив лекарство и сладость в одном продукте. Существовало множество различных вариантов его приготовления: он мог быть с глазурью, плотным, желеобразным, тягучим.

Польза мармелада обусловлена высоким содержанием в нем растительного вещества пектина, который обладает вязкими и склеивающими свойствами и способен поглощать соли тяжелых металлов, токсинов, а затем выводить их из организма. Мармелад улучшает работу желудочно-кишечного тракта и щитовидной железы, восстанавливает силы после умственной или физической нагрузки, ускоряет процесс заживления ран. Благодаря фруктово-ягодной основе, все мармелады содержат большое количество витамина С, который снимает стресс, укрепляет иммунную систему организма, повышает сопротивляемость простудным и инфекционным заболеваниям и уменьшает синдром хронической усталости. Витамин В, также входящий в состав сладости, необходим для нормального функционирования головного мозга и нервной системы человека. Однако важно помнить, что все хорошо в меру, и даже самый полезный продукт способен нанести вред в чрезмерных количествах.

Мармелад нетрудно приготовить и в домашних условиях, а польза от будет еще больше благодаря применению исключительно натуральных ингредиентов.



Клубничный мармелад 🍓🍓

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 6-8 ЧАСОВ. ПОРЦИИ: 6-8.

В данном рецепте можно использовать как свежую, так и замороженную клубнику. При желании сироп глюкозы можно заменить жидким медом.

Ингредиенты: ● 500 г клубники ● 500 г сахара
● 75 г сиропа глюкозы ● 20 г яблочного пектина
● 1 ч.л. лимонной кислоты ● мелкий сахар для обваливания мармелада

Приготовление:

1. Заранее подготовить форму для мармелада (рамку, кольцо): обтянуть дно пищевой пленкой и смазать внутреннюю поверхность растительным маслом.





2. Пюрировать ягоды блендером до гладкости.



3. Отделить от общей массы 100 г сахара, всыпать в него пектин и хорошо перемешать - это необходимо для того, чтобы пектин не слипся, когда вы будете добавлять его в клубничное пюре. Лимонную кислоту развести в 1 ст.л. воды, отставить в сторону.

4. Клубничное пюре поместить в глубокий сотейник с толстым дном. Довести до кипения на среднем огне и тонкой струйкой всыпать смешанный с сахаром пектин, интенсивно мешая пюре венчиком. Прокипятить смесь в течение 2 минут. Затем всыпать оставшийся сахар, добавить сироп глюкозы и нагреть смесь до температуры 106 С, постоянно помешивая ее деревянной лопаткой, чтобы мармелад не пригорел.



5. При достижении температуры 106 С сразу снять сотейник с огня и влить в смесь разведенную лимонную кислоту, быстро перемешать и перелить массу в подготовленную форму. Оставить мармелад застывать минимум на 6 часов.



6. Снять рамку и нарезать мармелад кубиками при помощи ножа, смазанного растительным маслом.



7. Обвалять кубики мармелада в сахаре, дать им немного подсохнуть и наслаждаться!

СЛИВОЧНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ

КОНДИТЕРСКИЕ СЛИВКИ - НЕЗАМЕНИМЫЙ ПРОДУКТ В АРСЕНАЛЕ НЕ ТОЛЬКО ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПОВАРОВ, НО И КУЛИНАРОВ-ЛЮБИТЕЛЕЙ, КОТОРЫЕ МЕЧТАЮТ ПОБАЛОВАТЬ ДОМАШНИХ ВКУСНЫМИ И КРАСИВЫМИ БЛЮДАМИ «КАК В РЕСТОРАНЕ». ОНИ НЕЗАМЕНИМЫ ПРИ ПРИГОТОВЛЕНИИ МНОГИХ ДЕСЕРТОВ: ВСЕХ ВИДОВ СЛИВОЧНОГО МОРОЖЕНОГО, РАЗНООБРАЗНЫХ МУССОВ, КРЕМОВ, ФОНДАНОВ. ОНИ ТАКЖЕ МОГУТ ВХОДИТЬ В СОСТАВ ГОРЯЧИХ БЛЮД: СУПОВ-ПЮРЕ, ЗАПЕКАНОК, СОУСОВ ДЛЯ ПАСТЫ И РИЗОТТО, РЫБЫ И МЯСА, - ВЫСОКАЯ ЖИРНОСТЬ НЕ ДАЕТ ИМ СВЕРНУТЬСЯ ПРИ КОНТАКТЕ С КИСЛЫМИ ИНГРЕДИЕНТАМИ (ПОМИДОРАМИ, ФРУКТАМИ, ВИНОМ).



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **АННА ПУСТЫННИКОВА**



о недавнего времени на российском рынке были представлены сливки только зарубежных производителей. Однако сейчас, наконец, появилась возможность сделать

выбор в пользу отечественного и очень качественного аналога: компания «Русское молоко» презентовала долгожданную новинку – «Русские» сливки 38%. Они приготовлены исключительно из натурального и экологически чистого сырья, не гомогенизированы, а потому обладают нежным сливочным вкусом и великолепно взбиваются. Поскольку они не содержат консервантов, то срок их хранения составляет всего 7 дней. Чтобы вы могли по достоинству оценить новый продукт, предлагаем вашему вниманию 3 интересных рецепта с использованием «Русских» сливок 38%: крем-суп из вяленых томатов, лимонное ризотто с базиликом и великолепный десерт тирамису с клубникой.



Тирамису с клубникой и бальзамическим уксусом 🍷🍰

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС + 4-8 ЧАСОВ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. ПОРЦИИ: 6.

Ингредиенты: *Для крема:* ● 3 желтка ● 100 г сахара ● 30 г воды ● 1 стручок ванили (разрезать вдоль и извлечь семена) *Для тирамису:* ● 250 мл очень холодных сливок «РУССКОЕ МОЛОКО» 38% ● 250 г маскарпоне ● 20-24 шт. печенья Саваорди ● свежая клубника для украшения *Для клубничного слоя:* ● 3 стакана свежей клубники ● 3 ст.л. светлого бальзамического уксуса ● 3 ст.л. сахара *Для сиропа:* ● 200 мл воды ● 100 г сахара ● 50 мл апельсинового сока

Приготовление:

1. Клубнику нарезать кружочками, смешать с

ТИРАМИСУ
С КЛУБНИКОЙ И
БАЛЬЗАМИЧЕСКИМ
УКСУСОМ

**РУССКОЕ
МОЛОКО**



КРЕМ – СУП ИЗ ВЯЛЕННЫХ ПОМИДОРОВ

сахаром и бальзамическим уксусом и оставить на 1 час при комнатной температуре.

2. Поставить небольшой сотейник с водой и сахаром на огонь и варить, пока температура смеси не достигнет 121 С. Пока готовится сироп, взбить желтки на высокой скорости миксера вместе с семенами ванили добела. Как только температура сиропа достигнет 121 С, немедленно влить его тонкой струйкой в желтки и продолжать взбивать до полного остывания крема в течение 4-5 минут. Если вы не собираетесь использовать крем сразу, накрыть миску пищевой пленкой и убрать в холодильник.

3. Смешать все ингредиенты для сиропа. На среднем огне довести их до кипения и дать сахару полностью раствориться. Варить еще 5-7 минут на среднем огне. Полностью остудить.

4. Маскарпоне слегка взбить миксером и смешать с кремом из желтков и сахара.

5. Сливки взбить до устойчивых пиков на средней скорости миксера. Важно: сливки должны быть максимально холодными, для этого лучше перед взбиванием убрать их вместе с миской и венчиком на 15 минут в морозильную камеру.

6. Аккуратно вмешать сливки в крем при помощи лопаточки. Сливки не должны осесть, поэтому количество движений должно быть минимальным.

7. Окунуть каждое печенье в сироп на 1-2 секунды и выложить ровными плотным слоем на дно формы. Сверху выложить слой клубники (вместе с соком), а затем слой крема. Повторять слои до тех пор, пока не закончатся ингредиенты. Последним должен быть слой крема.

8. Убрать десерт в холодильник минимум на 4 часа, а лучше на ночь. Готовый десерт украсить свежей клубникой.



Крем-суп из вяленых помидоров

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 40 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: ● 2 зубчика чеснока (раздавить прессом) ● ½ стакана сухого белого вина ● несколько ст.л. оливкового масла ● 4 стакана овощного или куриного бульона ● 1 стакан сливок «РУЗСКОЕ МОЛОКО» 38% ● 1 стакан вяленых помидоров ● щепотка сушеного орегано ● 1-2 веточки свежего базилика (только листья) ● 2 ч.л. бальзамического уксуса или по вкусу ● 1-2 ч.л. кленового сиропа или сахара по вкусу ● соль и черный перец по вкусу ● ¼ стакана кедровых орехов и свежий базилик для подачи

Приготовление:

1. Разогреть масло в кастрюле с толстым дном, быстро обжарить на нем чеснок, добавить вино и готовить, помешивая, 1-2 минуты.
2. Добавить бульон, сливки, вяленые помидоры, орегано и базилик. Довести до кипения, убавить огонь и варить под крышкой около 30 минут, периодически помешивать.
3. Снять с огня и пробить суп блендером. Добавить по вкусу уксус, кленовый сироп и орехи, еще раз пробить блендером.
4. Подавать, украсив свежим базиликом и кедровыми орешками.



Лимонное ризотто с базиликом

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 40 МИНУТ. ПОРЦИИ: 6.

Ингредиенты: ● 6 стаканов куриного бульона ● 2 ст.л. сливочного масла ● 2 ст.л. оливкового масла extra virgin ● 1 лук-шалот ● 1 зубчик чеснока ● ½ стакана белого вермута или сухого вина ● 1 ½ стакана риса Арборио ● ½ стакана мелко натертого твердого сыра (пармезана, грана падано) ● ½ стакана сливок «РУЗСКОЕ МОЛОКО» 38% ● 2 ст.л. мелко натертой лимонной цедры ● 2 ст.л. лимонного сока ● морская соль, свежемолотый черный перец по вкусу ● ¼ стакана листьев свежего зеленого базилика ● свежий базилик и лимонная цедра для украшения

Приготовление:

1. Бульон довести почти до кипения в отдельном сотейнике и поддерживать горячим на протяжении всего процесса приготовления.
2. Лук мелко нарезать, чеснок пропустить через пресс.
3. Разогреть в сотейнике с толстым дном или ско-

ворде оливковое и сливочное масло, обжарить в нем лук до прозрачности в течение 5-7 минут (он не должен изменить цвет), добавить чеснок, обжаривать еще около 30 секунд, затем добавить рис и обжаривать еще 1 минуту, интенсивно помешивая. Рис должен стать блестящим.

4. Влить вермут и на сильном огне выпарить его почти полностью - это займет около 2-3 минут.

5. Влить 1 стакан горячего бульона. Готовить, постоянно помешивая, пока бульон почти полностью не впитается. Влить следующую порцию бульона. Возможно, бульона понадобится чуть меньше или больше. Рис должен стать мягким снаружи, но при этом сохранить твердую серединку. Общее время приготовления риса - около 20 минут.

6. Влить сливки, тщательно перемешать. Выключить огонь, добавить лимонный сок, цедру и сыр, быстро и тщательно перемешать, посолить и поперчить по вкусу. Добавить мелко нарезанный базилик.

7. Разложить ризотто по тарелкам, украсить цедрой лимона и листиками базилика.



ЛИМОННОЕ
РИЗОТТО
С БАЗИЛИКОМ

ФЕЯ ПИРОГОВ И ГОСТОВ



ТЕКСТ: **ТАТЬЯНА ЗВЕРЕВА** ФОТО: **ИРИНА ЧАДЕЕВА**

ИРИНА ЧАДЕЕВА – АВТОР ПОПУЛЯРНОГО БЛОГА CHADEYKA. LIVEJOURNAL.COM И КУЛИНАРНЫХ КНИГ-БЕСТСЕЛЛЕРОВ «ПИРОГИ И КОЕ-ЧТО ЕЩЕ», «ПИРОГОВЕДЕНИЕ: 60 РЕЦЕПТОВ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ», «ВЫПЕЧКА ПО ГОСТУ», «ЧУДО-ВЫПЕЧКА. УРОКИ КУЛИНАРНОГО ВОЛШЕБСТВА», «ВСЁ О ПИРОГАХ», ГДЕ ОНА СОБРАЛА МНОЖЕСТВО РЕЦЕПТОВ ТОРТОВ, ПИРОЖНЫХ, ПИРОГОВ И КЕКСОВ, КОТОРЫЕ УКРАСЯТ СОБОЙ ЛЮБОЙ СТОЛ. ПРИ ЭТОМ ОНИ ДОПОЛНЕННЫ ПОШАГОВЫМИ ФОТОГРАФИЯМИ И ЧЕТКИМИ РЕКОМЕНДАЦИЯМИ ТАК, ЧТО С ИХ ПОМОЩЬЮ ДАЖЕ НОВИЧОК СМОЖЕТ ПОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ ОПЫТНЫМ КУЛИНАРОМ.



ее легкой руки к нам на кухню вернулись знакомые всем с детства торты «Прага», «Киевский», «Птичье молоко», «Наполеон» и началась самая настоя-

щая домашняя зефиромания. В интервью журналу Russian Foodie Ирина рассказала об истоках своего увлечения, любимой выпечке и связанных с ней кулинарных страхах, об отношении к покупным сладостям и идеальным фуд-фотографиям, а также поделилась с читателями не только своими творческими планами, но и рецептом вкуснейшего летнего пирога.

R.F.: Ирина, добрый день! Вы сейчас стали реже писать в ЖЖ... Устали или готовите новую книгу?

Это правда, я сейчас реже появляюсь в интернете, но причины разные. Из приятных и хлопотных – переезд в новую квартиру.

А из творческих - видимо, сейчас такой период переосмысления. Я понимаю, что какие-то вещи я для себя уже изучила, и надо понять, куда идти дальше. С одной стороны, можно еще испечь 20 тортов, но для меня они уже все будут похожи. Хочется чего-то интересного, нового для себя. У меня, в принципе, есть список идей, но пока я занята переездом. Я их все записываю в тетрадочку, где они ждут своего часа.

Блог я, конечно, не бросаю, веду, потому что есть своя аудитория. Это для меня все технологии уже сто раз пересказаны, а люди читают, ходят на мастер-классы, учатся. Мы все разные: я бы один раз посмотрела на бисквиты, и мне хватило, а у меня есть постоянная компания на мастер-клас-



сах, которые ходят регулярно. И это здорово! Но я каждый раз переживаю: «Боже, но ведь это все уже 10 раз было». А они говорят: «Ира, это для вас было, а для нас это каждый раз – открытие».

Я просто немного по-другому все воспринимаю для себя. Если я понимаю главное – технологию - то я могу сделать шоколадный торт, какой угодно.

Поэтому и в блоге, и в книгах всегда объясняю сначала технологию.

R.F.: А откуда берутся идеи, записанные в тетрадке?

Обычно из головы. Очень часто меня картинки какие-нибудь вдохновляют. Я в какой-нибудь блог зайду красивый, полистаю. Например, в What Katie Ate или Call Me Cupcake.

R.F.: Если все уже было, то, может, пора вывести аудиторию на новый уровень после ГО-СТов? Современный дизайн, суфле... Или поменять тематику?

Для меня кондитерское дело – это волшебство. Я ведь сама сладкое есть не очень люблю. Но если вы, к примеру, варите бульон, то можно положить одну морковку, а можно и три – суть не изменится. Здесь же все время происходят чудесные метаморфозы: белки превращаются в пену, желтки белеют, увеличивается объем...

Еще мне очень нравится моя миссия. Когда ко мне подходят люди, которым помогли мои книги, это чудесно. Недавно я была на конференции блогеров, и там ко мне подошли две девушки. Одна из них начала меня благодарить: «Ира, вы меня просто спасли». Оказалось, что у нее ребенок родился с большими проблемами, а моя книга помогла ей немного переключиться. Она начала по ней печь и в итоге нашла новый стимул для развития. Слышать такие вещи – самое главное. Именно поэтому я продолжаю находить и делать то, что доступно большинству, и что можно повторить на любой кухне. Это моя ниша и задача.

Конечно, есть и следующая ступень. Например, то, что делает Нина Тарасова. Конечно, я тоже могу поехать куда-то учиться и делать совершенно потрясающие десерты, но понимаю, что для этого есть другие люди. Та же Нина. У нее другой уровень, как и у ее читателей – это кондитеры, профи... По ее рецептам готовят те, у кого есть определенный уровень.

А мне хочется готовить то, что потом сможет повторить любой. И показывать декор для тортов, который тоже потом каждый сможет повторить. Зеркальная глазурь – это красиво, но дома далеко не все смогут ее сделать. У большинства нет ни патоки, ни глюкозы, вообще ничего подобного, и

далеко не все живут в Москве. А мне очень хочется делать что-то для всех.

R.F.: Тогда чем займетесь после переезда?

В первую очередь, я хочу переиздать книгу из цикла «Пироговедение для детей». Я хочу ее переснять, потому что она, на мой взгляд, получилась не очень удачной в плане дизайна. Когда мы ее еще только готовили, то вместе с редактором буквально уговаривали дизайнера сделать страницы не бежевыми, а разноцветными: зелеными, розовыми, яркими. Все-таки я хочу эту идею воплотить, добавить новые рецепты, а базовые знания про продукты в начале книги сохранить. Это важно, ведь сейчас уже большинство детей не представляет, откуда берутся продукты.

R.F.: А ваши сыновья с вами готовят?

Они больше любят есть. Сладкоежки, как и все дети. Хотя я сама сладкое не очень люблю. Раньше со мной любил готовить младший сын, но сейчас у него не всегда хватает терпения. Но раскатать тесто и вырезать печенья он все равно любит.

Тут еще есть такой момент. Я

все-таки не просто пеку, но и стараюсь сразу фотографировать. Когда я пеку и снимаю, то мне удобнее, чтобы никто в этот момент не отвлекал.

R.F.: Как у вас появилась идея блога о сладком, если сладкое вы не очень любите?

У меня и мама, и бабушка очень хорошо и часто пекли, правда, в основном дрожжевые пироги. И вот когда нам с сестрой было лет 12, бабушка подарила нам книгу Р.П. Кенгиса и П.С. Мархеля «Домашнее приготовление тортов, пирожных, печенья, пряников, пирогов».

До этого у нас дома уже было какое-то количество кулинарных книг – обычные советские кулинарные книги. Одна была вообще великолепная – папа ее привез из Алма-Аты – с красивыми фотографиями, которые мы постоянно пересматривали. Там был торт «Медведь»: он был залит голубоватым желе, декор был выложен в виде цветущих яблоневых веток. Эта цветная фотография нас притягивала, но по рецепту в книге повторить эту красоту было невозможно. Как сейчас помню: 53 г муки... То есть просто ингредиенты на одну порцию. Кратко и сжато: приготовьте бисквитное

Я НИКОГДА
НЕ ХОТЕЛА ПЕЧЬ НА
ЗАКАЗ. КОГДА ХОББИ
СТАНОВИТСЯ ОБЯЗАЛОВКОЙ, ТО ИЗ
УДОВОЛЬСТВИЯ ПРЕВРАЩАЕТСЯ
В КОНВЕЙЕР.





тесто, без подробностей. Сколько я над этим тортом билась по такому рецепту!

И когда появилась книга Кенгиса и Мархеля, то мы обе поняли, что это то, что нам нужно. Там все было описано очень подробно, вплоть до того, сколько в столовой ложке граммов. До сих пор помню, что в столовой ложке с горкой 36 г муки. Удивительно, но все совпадало. Там же были и фотографии, как надо взбить белки, как выглядят пики, какими они должны быть. И хотя фотографии были ретушированные, черно-белые, все было понятно. В этой книжке были описаны все технологии, были разделы по видам теста, и мы, наконец, с сестрой поняли, как и что делается. Именно с этой книги и началось мое увлечение. То волшебство, о котором я говорила: было плоское, а стало пышное – получилось безе.

R.F.: И как родители отнеслись к этому хобби?

Я не могу сказать, что это было какое-то глобальное увлечение. Родителям было вкусно. Мы поняли, как делать масляный крем, поэтому на любой праздник пекли бисквит. Учились правильно печь.

А самый пик нашей домашней выпечки пришелся лет на 16-18. Мы поступили в институт, у нас появилась стипендия, мы стали более свободными, хотя и жили с родителями. К праздникам всегда пекли торты, эклеры.

R.F.: А что самое первое вы сделали по той подаренной бабушкой книге?

Думаю, что безе, но точно не помню. В основном, мы делали безе, эклеры, бисквитный торт с масляным кремом – наверное, что-то из этого и сделали.

R.F.: А сестра тоже до сих пор увлекается выпечкой?

Сестра много работает, поэтому сейчас почти не печет. Мы с ней разделились: раньше она была круче меня по выпечке, а сейчас я, так как практики и времени больше. Она, кстати, редактирует все мои книги.

R.F.: А в какой институт вы поступили? И как вернулись к пироговедению?

Я училась в МАИ, авиационном, потом отработала три года по профессии. После ушла на телевидение и стала режиссером. Получила второе обра-

зование, работала на телеканале «Культура». А когда родился младший сын, Мишка, я уже никуда не пошла, осталась дома.

Но нежная любовь к выпечке сохранялась у меня всегда. И когда родился Мишка, я поняла, что у меня есть, чем делиться с людьми.

Тогда была закрытая сеть «Фидо», где в одной из дискуссий обсуждали выпечку. Но в «Фидо» не было фотографий, только описание. Мой ЖЖ начался с того, что я кому-то пообещала выложить рецепт с фотографиями, чтобы было наглядней. Я сняла, выложила и... понеслось. Поняла, что мне есть, что рассказать, что люди иногда не знают элементарных базовых вещей. А у меня в голове все это было, поэтому я решила обобщить и делиться.

R.F.: А почему вы начали именно с пошаговых фото?

Я стараюсь делать то, что потом сможет повторить каждый, поэтому рассказываю технологию. Может, люди по-разному понимают, что такое смешать или взбить до пиков. Для этого я и делаю фотографии, хотя иногда есть ощущение, что люди их не смотрят, спешат.

ДЛЯ
МЕНЯ КОНДИТЕРСКОЕ
ДЕЛО – ЭТО ВОЛШЕБСТВО.
ЗДЕСЬ ВСЕ ВРЕМЯ ПРОИСХОДЯТ
ЧУДЕСНЫЕ МЕТАМОРФОЗЫ: БЕЛКИ
ПРЕВРАЩАЮТСЯ В ПЕНУ,
ЖЕЛТКИ БЕЛЕЮТ...

R.F.: Есть что-то в выпечке, чего вы боялись?

Я и сейчас боюсь дрожжевого теста. Не знаю, почему. Может, когда-то были проблемы с дрожжами, рецептами. К тому же, мама и бабушка пекли шикарные дрожжевые пироги, но делали это на глаз. Я такие пироги, как мамины, только однажды купила, хотя в ресторанах первым делом всегда на автомате пробую пирожки. Это было в Плесе в ресторане «Яхт-клуб». Тесто воздушное, не тонкое, как в пирожках, а нежное, белое.

Как оказалось, им их печет какая-то местная тетенька-кудесница. Она знает и помнит, видимо, как правильно. В Москве я во всех ресторанах обычно пробую пирожки, но мне кажется, что наши повара часто гонятся за тем, чтобы было побогаче: в тесто маслица побольше, еще чего-нибудь, мудрят много, а ведь для пирожков это не всегда нужно. Я вот сколько помню, мама клала совсем немножко сдобы, тесто было не масляное, в нем совсем не чувствовался никакой жир.

Но при этом я дрожжевого теста до сих пор боюсь, хотя оно меня и привлекает. Сейчас проблема уже точно не в дрожжах, а, скорее, в том,

что «многие знания – многие печали». Я была на мастер-классе у Алены Спириной по хлебу, читаю блоги, в том числе, ЖЖ [mariana_aga](#), а потом кажется, что я все криво делаю, кладу не то и не так.

Я раньше просто брала рецепт и пекла. Плюшки мы с сестрой когда-то делали великолепные, витые. А сейчас начинаю задумываться: а точно здесь надо 10 г или 5 г, может, будет перекишшее тесто или не такое? Чем больше об этом думаешь, тем меньше получается.

R.F.: А вам не хотелось печь на заказ? Сейчас многие мамы в декрете начинают или фотографировать, или печь на заказ. А иногда и то, и другое.

Нет, никогда не хотела. В этом моя проблема - я могу делать что-то только для себя. Я даже дома работать не могу, только заниматься чем-то своим. Вот мне хочется сейчас торт сделать, у меня есть вдохновение, и я его испеку. А бывает, что вдохновения нет. Как тогда? К этому я не готова. Наверняка, этим можно зарабатывать деньги, но я не готова пойти на этот компромисс с собой.

Как-то раз журнал «Афиша-Еда» пригласил меня поучаствовать в одном проекте. У них были рубрики «5 салатов», «5 завтраков», и мне предложили испечь «5 тортов» перед Новым годом у них в студии. Я сразу сказала, что в студии я точно не смогу сделать за день 5 тортов и предложила их привезти. В итоге я так убила этими тортами, хотя, конечно, все аккуратно и с удовольствием выпекла, украсила, привезла, и съемка пошла отлично. Но как оценить, сколько стоит один торт? Сколько я должна за него денег взять, чтобы мне оправдать мои два дня? Я отправила детей с мужем на дачу, а сама пекла почти круглые сутки. Когда хобби становится обязательной, то из удовольствия превращается в конвейер.

R.F.: А было бы вам интересно открыть кафе по вашим рецептам, как у Нины Тарасовой, где она сама фактически не готовит?

Идея интересная, и у меня даже есть несколько предложений, но я пока немного торможу этот процесс. Предложили сделать прямо сейчас, а сейчас у меня переезд и ремонт.

На самом деле, это тоже не самый простой процесс. Надо все проверить, опробовать, отполировать - хочется быть уверенной в конечном результате.

R.F.: Пирожные по ГОСТу от Чадейки?

Не обязательно ГОСТ. Но в любом случае, если я на что-то решаюсь, то мне хочется, чтобы это было идеально. Я – перфекционист, и это моя большая проблема.

R.F.: Это нормально для человека с техническим складом ума.

Да, хотя второе мое образование – чисто гуманитарное. Из технических моментов режиссеров учат только свету.

R.F.: Может, как раз отсюда и понимание фотографии?

Не знаю, может быть, в итоге это умение и знание в фотографии сконцентрировалось. Но я не могу сказать, что я очень хорошо снимаю. Мне никто никогда в жизни не предложил снять что-то для кого-то.

R.F.: А вы бы согласились?

Не знаю. Не уверена, но я об этом думала. Может быть, я бы согласилась на съемку для журнала.

Я не считаю, что я как-то гениально снимаю. Мне нравится, как мои фотографии выглядят в книжке, но мне кажется, что там очень важно их правильно расположить и подобрать. Работа дизайнера здесь тоже очень-очень важна.

НАШИ
ФОТОГРАФЫ ЧАСТО
ГРЕШАТ ИЗБЫТКОМ ДЕТАЛЕЙ
И УКРАШАТЕЛЬСТВОМ... ИЗ –
ЗА ТАКИХ МЕЛОЧЕЙ В КАДРЕ
НЕ ХВАТАЕТ НАСТОЯЩЕЙ
ЖИЗНИ.

R.F.: Ваши книжки, несомненно, вкусные, но какой стиль в фотографии вам нравится самой?

Из зарубежных фотографов нравится создательница блога [What Katie Ate](#), у нее такой рустикальный стиль. У нас в этом стиле снимает Настя Понедельник. Из наших фотографов она мне, пожалуй, нравится больше всех, хотя я много кого пролистываю и просматриваю.

R.F.: Но сами вы снимаете в другом стиле?

Да, но у меня кухня белого цвета, поэтому снимать в черном цвете точно не получилось бы.

R.F.: А фоны используете?

У меня сейчас в новой квартире кухня чуть побольше, а раньше была 5 метров - какие там фоны. У меня нет фонов, я все снимаю на своем обычном обеденном столе и столешнице. У меня других вариантов, в принципе, нет.

R.F.: Мне кажется, что это отличный стимул для



всех, кто хочет начать снимать, но считает, что ему для этого нужно закупить кучу оборудования и всего остального.

А вы знаете, на мой личный взгляд (хотя кто я, собственно, чтобы судить?), наши фотографы очень часто грешат именно избытком деталей и украшательством. Вот они ягодки раскидают. Вроде, все подходит и сочетается, но в то же время - лишнее. Вроде, все красиво, но как-будто безлико.

Есть такой стиль для стоков. Там все свежо, ярко, красиво, все видно и все друг другу подходит. Если у тебя шоколадный торт, то сзади обязательно кусочек шоколадки, если внутри клюква, то рядом раскидаем ее. Скорее всего, именно отсюда и современное увлечение излишним или неестественным украшательством. А вот у Насти Понедельник это уже настоящая талантливая художественная съемка. Ее небрежность не нарочитая. Это уже искусство.

Приведу пример. Я как-то спрашивала у специалиста по ландшафтному дизайну, как мне посадить на участке несколько деревьев группой. По его словам, есть два способа. Можно взять горсть яблок и швырнуть. Где они сами лягут, там и сажать. А есть второй – ландшафтные дизайнеры смотрят с разных точек, как складывается композиция.

Также и в фотографии. У большинства наших фуд-фотографов видно, что каждая ягодка легла не легко, а выложена вручную, и это смотрится нарочито. Иногда даже обидно, потому что, вроде, человек снимает очень хорошо, но из-за таких мелочей в кадре не хватает настоящей жизни.

Я никогда ничего не выкладываю. Я тоже беру, бросаю и снимаю. Я, кстати, не люблю торт «Птичье молоко», и в семье у нас его никто никогда не любил, мы его не покупали, но готовить его



очень прикольно, мне нравится. В процессе эта масса, когда ее взбиваешь и добавляешь агар-агарный сироп, увеличивается в объеме прямо на глазах, меняет структуру. Вот за это я его люблю, это снова волшебство, хочется его сфотографировать. Или я взбила, например, желтки, а они стали почти белые, стекают с венчика... Как это можно не снять? Такая красота, это хочется зафиксировать! Это не просто три ярких морковки, а текстура, необычная структура, которая на глазах полностью меняется.

R.F.: А какой торт изначально был вашим самым любимым?

Самый любимый – советский «Подарочный». Обыкновенный бисквит с белым кремом и орехами. Самый простой торт, посыпанный сверху сахарной пудрой.

Сейчас есть много красивых новых тортов с изысканными текстурами. Смотрю на торты Нины Протасовой или Маши Селяниной и думаю: «Боже, как же все это здорово, красиво и вкусно». Но хочу съесть почему-то «Подарочный», потому что, наверное, все наши вкусы формируются в детстве... Хотя, может, кто-то более гибок и меняет вкусы.

R.F.: А как часто вы печете?

Пеку не очень часто. Раз в месяц. Хотя недавно я задалась одной целью. Увидела в блоге у SweetAmb's печенье с расписной глазурью: толстый слой глазури на обычных масляных печеньках. Но она так красиво их расписывает, что я загорелась, решила попробовать, увлеклась, сделала их.

R.F.: Ждать новую книгу по росписи?

Нет, я не буду писать книгу об этом. Но мне хотелось попробовать ради интереса. Дети были в восторге, когда я разложила свои эксперименты. Выпрашивали хотя бы одну и боялись есть красоту. А потом я им на пасхальные ярмарки в обеих школах сделала. Технику я постепенно освоила. Вот так я нахожу вдохновение для новых шагов к волшебству.

R.F.: А покупные сладости бывают дома?

Да. Зефир покупаю у «Ударницы», но только не в шоколаде, а обычный. У меня дети любят и зефир, и пастилу, и вафли, и халву.

R.F.: Никогда не пугает состав покупных сладостей? Вы где-то писали, что маргарин, к примеру, не используете.

С одной стороны, согласна, что часто в покупном очень много лишних добавок, но в вот в пастиле и зефире ничего такого нет.

У меня Мишка очень любит маковый рулет. Когда его видит, то упрашивает купить. Хотя я дома пекла похожий, но покупной для него вкуснее. Наверное, он слаще. Я даже и торты иногда покупаю.

R.F.: А какой марки?

В «Большевичке». Сейчас у них есть «Венский цех», там неплохие торты советского стиля.

R.F.: А в «Праге»?

Нет, давно очень ничего не беру. Там и раньше были очереди, а сейчас качество совсем не то.

R.F.: А на даче летом вы не печете?

Нет, у меня нет на даче духовки. Могу изредка испечь в Москве или у свекрови на даче. А ягоды я больше люблю есть свежими.

R.F.: Если печете летом, то какие именно пироги? С чем? Какие ягоды любите?

С яблоками, наверное. Дети не очень почему-то любят ягодные пироги. Да и сама я, в общем, тоже. Больше люблю есть свежие ягоды и фрукты.

Ягоды обычно свекровь выращивает, у меня растет смородина. Я люблю бруснику, например, есть в лесу, а купить мне ее уже не так интересно. А если покупать, то я больше всего люблю клубнику и ее производные, но сейчас мало хорошей, она вся несладкая. Вот недавно недалеко от дачи открыли место, где растет лесная клубника, такая ароматная. Ее в пирог точно жалко класть, только сок вытечет. И землянику обожаю, но ее много никогда не бывает. Ем черешню, персики, но чтобы вкусные и ароматные, а не как сейчас в магазинах – пластиковые. Последний раз вкусные ягоды и персики покупали на Корфу, сразу по килограмму на вечер. Черешни вообще можно съесть, сколько хочешь, ее на вечер покупали килограмма три сразу.

У моей бабушки в Нижегородской области был свой вишневый сад. Я помню, как мы с сестрой там наедались, а потом ведро этой вишни везли с собой.

R.F.: А вы печете из черешни или вишни?

Из вишни можно клафути сделать, черешня для него слишком водянистая. Черешню неплохо добавлять в кексовое тесто, она ему придает свежести. Идеально сделать в немецком стиле – тесто вылить на противень и сверху разложить ягоды.

А уж если пеку летом, то, повторюсь, чаще из яблок. Они у нас свои, каждый второй год не знаем, куда их девать. У нас старый участок, и яблоня Антоновка плодоносит хорошо. А срубить жалко – она дает хорошую тень.



R.F.: А что семья обычно делает из яблок?

Сушим, варим варенье, делаем компоты, можно сделать какое-то количество пастилы, но много ее не съешь.

R.F.: А вы мультиваркой пользуетесь? В ней можно повидло для будущих пирогов варить.

У нас на даче раньше была газовая плита, и надо было покупать газовые баллоны. А потом я как-то мужу предложила готовить в мультиварке. На том и остановились. Теперь она есть и дома, и на даче. Правда, у меня обычный Panasonic. Я им очень довольна, люблю этот гаджет за то, что он освобождает время. Я часто в ней готовлю, особенно, суп детям. Дома я в ней, в основном, рис и гречку варю.

R.F.: А какие еще гаджеты есть на кухне?

У меня есть планетарный миксер Kitchen Aid, но я им очень редко пользуюсь - он такой здоровенный, чаша большая, надо делать большой объем, а я люблю делать помалу. Я там тесто не мешаю, крем могу взбить, белки. Он у меня под кухню, бирюзового цвета, поэтому пускай пока стоит, создает интерьер. У меня очень хороший миксер Braun, хоть ему уже лет 10, но он

меня всем устраивает. Легче от него 2 насадки помыть, чем доставать Kitchen Aid. На даче у меня есть еще гриль, мы на нем часто жарим.

R.F.: А дома вы чаще всего что готовите?

Из выпечки – кекс, а вообще – мясо или курицу жарю.

R.F.: А какое коронное блюдо?

Уж даже и не знаю, но точно все хвалят мой борщ, говорят, что очень вкусный.

R.F.: Каким был самый сложный ваш торт?

По трудовым затратам для меня таким тортом

Я
ПОНЯЛА, ЧТО МНЕ
ЕСТЬ, ЧТО РАССКАЗАТЬ. ЛЮДИ
ИНОГДА НЕ ЗНАЮТ ЭЛЕМЕНТАРНЫХ
БАЗОВЫХ ВЕЩЕЙ... ПОЭТОМУ
Я РЕШИЛА ВСЕ ОБОБЩИТЬ
И ДЕЛИТЬСЯ.

когда-то стал «Наполеон», когда я только начинала его делать. Это такой советский «Наполеон», по ГОСТу: толстое слоеное тесто, масляный крем, снова слоеное тесто. В нем слоеное тесто должно быть ровным, а оно у меня идеальным не очень получалось.

Кстати, после этого я долго боялась делать слоеное тесто. Потом поняла, что главная проблема – высокая температура окружающей среды. Его нечего бояться, нужно, чтобы стол был холодный, скалка, и в помещении было прохладно. Тогда все получается: 15 градусов, и все прекрасно.

R.F.: А что привлекает из нового? Что хотелось бы еще попробовать?

Мне интересно пробовать сочетание разных текстур, но без избытка. Мне интересно сделать что-то, с одной стороны, несложное, но и не банальное.

Я тут не так давно для себя открыла мусс из манной крупы и брусничного сока. С одной стороны, он может показаться банальным, но, тем не менее, очень интересный рецепт. Он доступен всем, и его сможет сделать дома каждая хозяйка.

R.F.: Что вы обычно меняете в рецептах?

Я оптимизирую, стараюсь упростить. Где-то вкус сделать более ярким. Я сама спокойно могу заменить один продукт другим, но многие не могут. Это нормально. Например, у меня есть лимонный пирог. Там сахар можно спокойно заменить на мед. А когда я об этом написала в блоге, то очень многие удивились. А ведь количество сахара и там, и там одинаковое.

R.F.: Большое вам спасибо за беседу. В заключение поделитесь, пожалуйста, каким-нибудь вкусным летним рецептом.



Пирог со сливами, вином и кардамоном

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 10-12, ДЛЯ ФОРМЫ ДИАМЕТРОМ НЕ МЕНЕЕ 25 СМ ИЛИ ПРОТИВНЯ 20Х30 СМ.

В этом пироге можно использовать любое сдобное тесто, которое хорошо поднимается в духовке, например, кексовое. Сливы отлично сочетаются с кардамоном, но ничто не мешает приготовить этот пирог, скажем, с корицей и яблоками или (рекомендую!) просто со свежей черешней. Чем тоньше слой теста, тем быстрее приготовится пирог, поэтому, в идеале, печь его надо на противне.

Ингредиенты: Для теста • 130 г сахара • 100 г масла • 2 яйца • 120 г белого вина (лучше полу-

сухого, можно шампанского; я использую ламбруско) • 150 г муки • 50 г крупномолотого миндаля • 5-6 стручков кардамона • 1 ч.л. с горкой разрыхлителя теста • цедра 1 лимона • 4 крупных сливы Для глазури: • 1 ст.л. меда • 1 ст.л. сахарной пудры • 1 ст.л. кипятка

Приготовление:

1. Зернышки кардамона вынуть из стручков и хорошо растереть в ступке. С лимона снять цедру. Сливы нарезать дольками, удалив косточки.
2. Сахар смешать с размягченным маслом, кардамоном и цедрой на высокой скорости миксера.
3. Добавить по одному два яйца комнатной температуры, каждый раз хорошо взбивая до получения кремообразной массы.
4. Всыпать миндаль и размешать на средней скорости.
5. Всыпать муку, разрыхлитель, влить вино и размешать на средней скорости до получения теста.
6. Выложить тесто в смазанную маслом и присыпанную мукой форму (или на противень), сверху разложить сливы, хорошо вдавливая их в тесто.
7. Выпекать в разогретой до 180 С духовке 45-60 минут. Вынуть, остудить в форме или на противне.
8. Для глазури смешать мед, сахарную пудру и кипяток и залить ей еще теплый пирог.
9. Нарезать на порции и есть, когда пирог полностью остынет.



ПИРОГ СО
СЛИВАМИ, ВИНОМ
И КАРДАМОНОМ

ТОТ САМЫЙ ВКУС



ТОРТ
«ПРАГА»

ЗАЙДЯ В ЛЮБУЮ КУЛИНАРИЮ НА ТЕРРИТОРИИ СОВЕТСКОГО СОЮЗА, ВЫ БЫ ОБЯЗАТЕЛЬНО ОБНАРУЖИЛИ В ПРОДАЖЕ ЛЮБИМУЮ ВСЕМИ ВЫПЕЧКУ: ТОРТЫ «ПРАГА», «КИЕВСКИЙ» И «ПТИЧЬЕ МОЛОКО», ПИРОЖНОЕ «КАРТОШКА», СОЧНИКИ С ТВОРОГОМ, ПЕЧЕНЬЕ «КУРАБЬЕ» И «БЕРЛИНСКОЕ» И МНОГИЕ ДРУГИЕ СЛАДОСТИ. И, ЧТО ИНТЕРЕСНО, ВКУС ЭТИХ ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫХ ИЗДЕЛИЙ БЫЛ БЫ ПРАКТИЧЕСКИ ИДЕНТИЧНЫМ, ВНЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТОГО, В КАКОМ ГОРОДЕ ВЫ БЫ ИХ ПОПРОБОВАЛИ. ЭТО СВЯЗАНО С ТЕМ, ЧТО РЕЦЕПТ, ВНЕШНИЙ ВИД И ПРОЦЕСС ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЭТИХ БЛЮД РЕГУЛИРОВАЛСЯ ЖЕСТКИМИ НОРМАМИ – ГОСТАМИ – КОТОРЫЕ И ОБЕСПЕЧИВАЛИ ГОТОВОЙ ПРОДУКЦИИ «ТОТ САМЫЙ ВКУС».



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **ИРИНА МЕЛЮХ**



Аббревиатура ГОСТ означает государственный стандарт, то есть, правила производства тех или товаров, которые появились в СССР в 1940 году. Они были

обязательными для всех предприятий, организаций и учреждений на всей территории союзных республик. За короткое время были разработаны, утверждены и внедрены 8600 ГОСТов, в том числе, и в пищевой промышленности. К примеру, ГОСТом устанавливались сборники рецептур блюд для предприятий общественного питания. Необходимым условием было использование самых качественных, свежих продуктов, и этих стандартов придерживались кондитеры всей страны.

Тем, кто решился на выпечку по ГОСТу, следует обратить внимание на несколько важных моментов. Во-первых, ГОСТы рассчитаны на промышленное производство, соответственно, и нормы продуктов в них масштабные, поэтому стоит правильно рассчитывать свои силы и желаемый выход готового изделия. К примеру, зачастую указано такое количество ингредиентов, которое в итоге позволит вам получить торт массой 1 кг. Во-вторых, несмотря на то, что в домашних условиях, безусловно, намного удобнее упрощать процесс приготовления и округлять вес продуктов, для достижения «того самого вкуса» необходимо четко следовать рецептуре и подружиться с кухонными весами. В-третьих, огромное значение имеют качество, жирность и другие показатели используемых вами

продуктов. Например, сливочное масло в рецептах по ГОСТу должно быть жирностью не меньше 82,5%, иначе существует опасность, что крем расслоится. Сахар берут мелкокристаллический, так как он лучше и быстрее растворяется при взбивании с маслом и яйцами. Ванильный сахар перед добавлением в крем следует измельчить в ступке или кофемолке. Мука должна быть хлебопекарной, высшего сорта, и перед добавлением в тесто ее следует просеять, чтобы насытить воздухом. Упомянуты в ГОСТах и продукты и вещества, которые не так легко найти в обычных магазинах. Например, патока или аммоний. В крайнем случае, ту же патоку можно заменить медом темных сортов (например, гречишным), а аммоний – разрыхлителем теста.

Несмотря на то, что многие рецепты по ГОСТу бывает сложно досконально воспроизвести в домашних условиях, и вкус и внешний вид готового изделия может несколько отличаться от запланированного, все равно это будут те самые, так любимые многими сладости из нашего детства. Желаем вам приятных воспоминаний!



Торт «Прага» 🧁🧁

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 9 ЧАСОВ. ПОРЦИИ: 8 ИЛИ 1 ГОТОВЫЙ ТОРТ ВЕСОМ 1 КГ.

Ингредиенты: Для бисквита: ● 120 г муки ● 150 г сахара ● 6 яиц ● 40 г сливочного

ЗАВАРНОЕ
КОЛЬЦО
С КРЕМОМ



масла ● 20 г какао-порошка **Для крема:** ● 200 г сливочного масла ● 120 г сгущенного молока с сахаром ● 20 г желтков ● 20 мл воды ● 10 г какао-порошка ● 10 г ванильного сахара **Для прослойки:** ● 55 г мармелада (густого джема или повидла) **Для помадки:** ● 80 г сахара ● 27 г воды ● 6 г какао ● 2-3 капли лимонного сока

Приготовление:

1. Заранее приготовить помадку. Смешать в кастрюле сахар и воду, довести до кипения, снять пену. Кисточкой снимать со стенок кастрюли кусочки сахара и капли. Варить сироп около 4 минут на сильном огне. Влить лимонный сок и варить еще около 1 минуты. Сделать пробу на мягкий шарик: небольшое количество сиропа капнуть в холодную воду, если образуется мягкий шарик – сироп готов. Если использовать термометр, то температура должна достигать 115 С. Поставить кастрюлю в емкость со льдом или холодной водой, которую необходимо периодически менять. Когда сироп остынет до 40 С, начать взбивать его миксером с насадками для теста до побеления и загустения (около 10-15 минут). Переложить готовую помадку в герметичный контейнер и оставить на сутки при комнатной температуре, затем хранить в холодильнике.

2. Для приготовления бисквита отделить белки от желтков. Желтки взбить с половиной сахара в пышную массу. Белки взбить до плотности, добавить оставшийся сахар и взбивать до плотного состояния. Смешать белки и желтки. Всыпать муку, просеянную с какао, и перемешать, делая аккуратные движения лопаткой снизу вверх. Аккуратно влить растопленное и охлажденное до температуры 30 С сливочное масло, перемешать. Готовое тесто вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой форму диаметром 20-23 см. Выпекать в разогретой до 200 С духовке около 30 минут до сухой зубочистки. Остудить 5 минут в форме, затем извлечь из формы и дать выстояться на решетке не менее 8 часов.

3. Для крема тщательно смешать желток с водой, добавить сгущенку и уварить на тихом огне или на водяной бане до густоты - консистенция должна напоминать сметану. Сливочное масло комнатной температуры взбить в пышную массу. В несколько приемов добавить крем, не прекращая взбивать. В конце взбивания ввести какао.

4. Бисквит разрезать вдоль на три части и прослоить кремом. Обмазать снаружи торт мармеладом, охладить. Помадку разогреть с небольшим количеством воды (1 ч.л.) и смешать с какао. Залить торт шоколадной помадой. Вместо помады можно также использовать глазурь из



ТОРТ
«ПОДАРОЧНЫЙ»

60 г шоколада и 60 г сливочного масла. Убрать торт в холодильник на несколько часов.



Заварное кольцо с кремом



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА. ПОРЦИИ: 15 ШТУК.

Ингредиенты: **Для теста:** ● 200 г муки ● 100 г масла ● 180 г воды ● щепотка соли (2 г) ● 300 г яиц (около 5 крупных яиц) **Для крема:** ● 320 г творога ● 175 г масла ● 90 г сахарной пудры ● 65 г сгущенного молока ● 10 г ванильного са-

хара • 1 ст.л. коньяка или десертного вина
Для посыпки: • сахарная пудра

Приготовление:

1. В кастрюльке соединить масло, соль и воду. Довести до кипения и добавить просеянную муку. Интенсивно мешать на огне в течение 1-2 минут, пока тесто не соберется в комок. Снять с огня и остудить минимум до 60 С. В охлажденное тесто постепенно ввести яйца, тщательно вымешивая после каждого добавления. Отсадить тесто на противень в виде колечек при помощи кондитерского мешка с фигурной насадкой или пакета с отрезанным углом. Выпекать в разогретой до 220 С духовке в течение 10 минут, затем снизить температуру до 180 С и готовить еще 25 минут. Готовые кольца остудить.

2. Для крема взбить масло с сахарной пудрой, добавить сгущенное молоко, протертый через сито творог, ванильный сахар и алкоголь. Взбить до однородности.

3. Готовые колечки наполнить кремом, разрезав их пополам, или через отверстие. Украсить сахарной пудрой.



Торт «Подарочный»



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 9 ЧАСОВ. ПОРЦИИ: 8 ИЛИ 1 ГОТОВЫЙ ТОРТ ВЕСОМ 1 КГ.

Ингредиенты: Для бисквита: • 4 яйца • 120 г сахара • 120 г муки Для сиропа для пропитки бисквита: • 100 г сахара • 100 мл воды • 1 ч.л. рома или коньяка Для крема Шарлотт: • 1 яйцо • 125 г сахара • 80 мл молока • 150 г масла • 10 г ванильного сахара • 1 ч.л. рома или коньяка Для украшения: • 120 г орехов (арахиса, кешью или других по вкусу)

Приготовление:

1. Для приготовления бисквита отделить белки от желтков. Желтки взбить с половиной сахара в пышную массу. Белки взбить до плотности, добавить оставшийся сахар и взбивать до плотного состояния. Смешать белки и желтки. Всыпать просеянную муку, перемешать, делая аккуратные движения лопаткой снизу вверх. Готовое тесто вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой форму (желательно, квадратную, со сторонами 20-23 см). Выпекать в разогретой до 200 С духовке около 30 минут до сухой зубочистки. Остудить 5 минут в форме, затем извлечь из формы и дать выстояться на решетке не менее 8 часов.

2. Для пропитки бисквита соединить в кастрюле

сахар и воду, довести до кипения и остудить. Добавить алкоголь.

3. Для крема тщательно смешать яйцо с сахаром, добавить молоко и уварить на тихом огне или на водяной бане до консистенции сметаны (в течение 4-5 минут после закипания). Сливочное масло комнатной температуры взбить в пышную массу. В несколько приемов добавить крем, не прекращая взбивать. В конце взбивания добавить ванильный сахар и алкоголь.

4. Бисквит разрезать вдоль пополам, пропитать коржи сиропом. Смазать нижний корж частью крема, накрыть верхним коржом и смазать оставшимся кремом бока и верх торта. Посыпать торт обжаренными измельченными орехами. Убрать в холодильник на несколько часов.



Пирожное «Картошка»



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 9 ЧАСОВ. ПОРЦИИ: 10 ШТУК.

Ингредиенты: Для бисквита: • 3 яйца • 90 г сахара • 75 г муки • 15 г крахмала Для крема: • 125 г сливочного масла • 65 г сахарной пудры • 50 г сгущенного молока Для «картошки»: • 1 ч.л. коньяка • 1 ч.л. какао порошка • 1 ч.л. сахарной пудры

Приготовление:

1. Для приготовления бисквита отделить белки от желтков. Желтки взбить с половиной сахара в пышную массу. Белки взбить до плотности, добавить оставшийся сахар и взбивать до плотного состояния. Смешать белки и желтки. Всыпать просеянную муку, перемешать, делая аккуратные движения лопаткой снизу вверх. Готовое тесто вылить на смазанный маслом или выложенный пергаментом противень. Выпекать в разогретой до 200 С духовке 15 минут. Остудить и дать выстояться не менее 8 часов. Наломать бисквит на кусочки и измельчить в крошку при помощи блендера или терки.

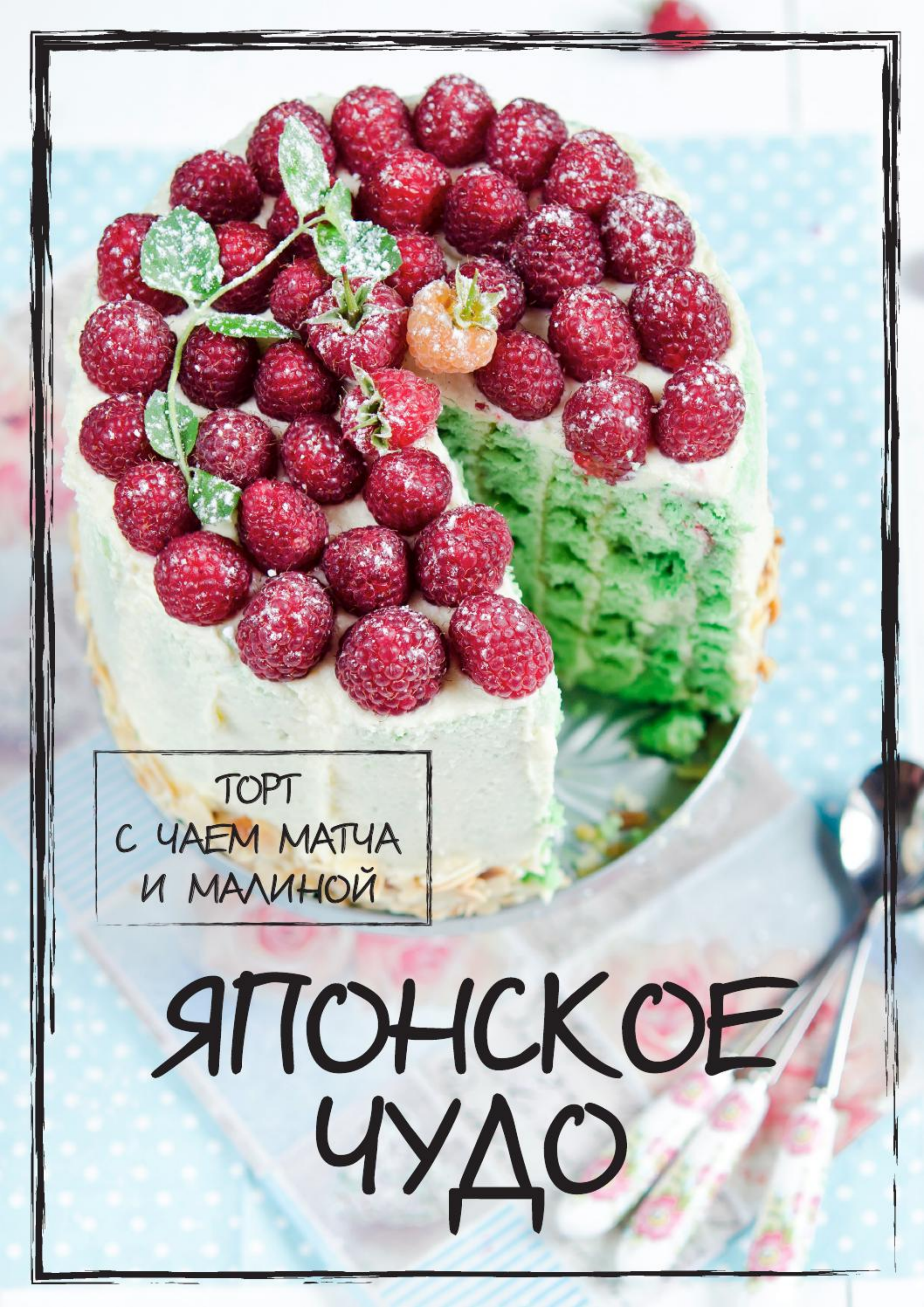
2. Для крема взбить сливочное масло комнатной температуры с сахарной пудрой. Добавить сгущенное молоко, еще раз взбить. Отложить 1 ч.л. крема для украшения.

3. Смешать крем с бисквитной крошкой и коньяком и сформировать 10 продолговатых пирожных. Обваливать их в смеси какао-порошка и сахарной пудры, дать полежать и обваливать еще раз.

4. Сделать сверху углубления и украсить пирожные остатками крема в виде ростков. Убрать в холодильник на 2-3 часа.



ПИРОЖНОЕ
«КАРТОШКА»



ТОРТ
С ЧАЕМ МАТЧА
И МАЛИНОЙ

ЯПОНСКОЕ
ЧУДО

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО ПО СВОИМ ПОЛЕЗНЫМ СВОЙСТВАМ ЧАЙ МАТЧА (ИЛИ МАТТЯ) ПРЕВОСХОДИТ ДАЖЕ ТАКИЕ ИЗВЕСТНЫЕ СУПЕР-ПРОДУКТЫ, КАК ЯГОДЫ ГОДЖИ, ГРАНАТ И ЧЕРНИКУ? СОДЕРЖАНИЕ АНТИОКСИДАНТОВ В НЕМ В 137 РАЗ ВЫШЕ, ЧЕМ В ОБЫЧНОМ ЗЕЛЕНЬИ ЧАЕ! ОН ТАКЖЕ УЛУЧШАЕТ ПАМЯТЬ И КОНЦЕНТРАЦИЮ ВНИМАНИЯ, ПОВЫШАЕТ УРОВЕНЬ ЭНЕРГИИ И ВЫНОСЛИВОСТИ, УКРЕПЛЯЕТ ИММУННУЮ СИСТЕМУ, НОРМАЛИЗУЕТ УРОВЕНЬ ХОЛЕСТЕРИНА, СЖИГАЕТ КАЛОРИИ И ОЧИЩАЕТ ОРГАНИЗМ. ПОМИМО ТРАДИЦИОННОЙ ЧАЙНОЙ ЦЕРЕМОНИИ, ЭТОТ ЭЛИТНЫЙ СОРТ ШИРОКО ИСПОЛЬЗУЕТСЯ КАК ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА В КУЛИНАРИИ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ РАЗНОГО РОДА ВЫПЕЧКИ И ДЕСЕРТОВ, ПРИДАЮЩАЯ ИМ НЕ ТОЛЬКО ПРИВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ ВНЕШНИЙ ВИД, НО И ИЗЫСКАННЫЙ, УТОНЧЕННЫЙ ВКУС.



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **УЛЬЯНА ХОРУНЖА**



Торт с чаем матча и малиной

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 12 ЧАСОВ + НОЧЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. ПОРЦИИ: 6-8.

Ингредиенты: *Для бисквита:* ● 6 яиц ● 180 г муки ● 180 г сахара ● 1 ч.л. зеленого чая матча
Для сиропа: ● 50 г сахара ● 80 г малинового сока ● 1 ч.л. фруктового ликера *Для крема:* ● 550 г сыра рикотта ● 210 г сливочного масла ● 150 г сахарной пудры ● 80 г сгущенного молока ● 2 ст.л. ванильного экстракта ● 3 ст.л. фруктового ликера

Приготовление:

1. Приготовить бисквит. Взбить белки с сахаром до устойчивых пиков, подмешать желтки, добавить просеянную муку, смешанную с чаем матча, и аккуратно перемешать тесто. Если оттенок теста покажется вам слишком бледным, можно добавить каплю зеленого пищевого красителя. Выложить половину теста на выстеленный пергаментной бумагой противень и выпекать 16-17 минут при 180 С. Проверить готовность деревянной

шпателькой. Испечь таким же образом второй бисквит на другом противне. Остудить готовые бисквиты, накрыть их пищевой пленкой, не снимая с бумаги, и оставить на 8-12 часов или на ночь.

2. Приготовить сироп. Сок смешать с сахаром и довести до кипения. Остудить и влить фруктовый ликер.

3. Для крема взбить сливочное масло с сахарной пудрой добела, добавить сгущенное молоко, ванильный экстракт и снова хорошо взбить. В конце взбивания добавить ликер. Добавить в крем рикотту и перемешать.

4. Сборка. Каждый пласт бисквита разрезать вдоль пополам и пропитать сиропом. В итоге должно получиться 4 длинные полоски бисквита. Смазать бисквиты кремом и оставить на 20-30 минут. Разложить полоски бисквита друг за другом в длинную ленту. Свернуть ленту в толстый рулет, в местах стыков пластов аккуратно придерживая его при помощи бумаги или полотенца. Завернуть получившийся рулет в бумагу или бумажное полотенце и убрать в холодильник минимум на 4 часа (можно на ночь).

5. Готовый рулет поставить вертикально и покрыть бока и верх оставшимся кремом. Украсить верх торта свежей малиной, а низ - поджаренными миндальными хлопьями.



ПАННА КОТТА
С ЗЕЛЕНЫМ
ЧАЕМ



Панна котта с зеленым чаем



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 5-6 ЧАСОВ. ПОРЦИИ: 6.

Ингредиенты: *Для панна котты:* ● 450 мл сливок 30-35% ● 250 мл молока ● 2 ч.л. зеленого чая матча ● 2 ст.л. сахара ● 100 г белого шоколада ● 1,5 ст.л. порошкообразного желатина *Для декора:* ● 50 г белого шоколада ● 1/2 ч.л. зеленого чая матча

Приготовление:

1. Желатин залить 60 мл воды и оставить набухать на 5-7 минут.
2. В кастрюле с толстым дном соединить сливки, молоко, сахар. Довести смесь почти до кипения, снять с огня, добавить в нее зеленый чай матча и тщательно размешать.
3. Молочную смесь вылить на поломанный на кусочки белый шоколад и перемешать до получения однородной консистенции. Добавить набухший желатин и снова перемешать.

4. Разлить панна котту в порционные формочки, дать остыть при комнатной температуре, затем отправить в холодильник на 4-5 часов или на ночь.

5. Для шоколадного декора: белый шоколад растопить в микроволновой печи или на водяной бане. Чай матча развести в 1 ст.л. теплых сливок и смешать с растопленным шоколадом. Выложить растопленный шоколад на противень тонким слоем и оставить на 30-60 минут до затвердевания. При помощи острого ножа вырезать шоколадные спирали и украсить ими готовую панна котту.



Кокосовый чизкейк с чаем матча (без выпечки)



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 40 МИНУТ + НОЧЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. ПОРЦИИ: 6-8.

Важно: все ингредиенты, используемые в рецепте, должны быть комнатной температуры.

Ингредиенты: *Для творожной массы:* ● 250 г творога средней жирности ● 250 г маскарпоне ● 250 мл кокосовых сливок или кокосового молока ● 1 ст.л. зеленого чая матча ● 110 г сахарной пудры ● 20 г порошкового желатина ● 60 мл воды ● цедра и сок 1 лайма *Для кокосового слоя:* ● 70 г кокосовой стружки ● 45 г сахара ● 18 г воды ● 18 г масла какао ● 80 г белого шоколада ● 20 г сливок 30-35%

Приготовление:

1. Желатин залить водой и дать набухнуть в течение 10 минут.
2. Кокосовые сливки нагреть, всыпать в них просеянный зеленый чай, размешать, добавить набухший желатин и тщательно перемешать.
3. Творог протереть через мелкое сито, поместить в чашу блендера вместе с маскарпоне, сахарной пудрой, цедрой и соком лайма и взбить до объединения всех компонентов. В самом конце добавить смесь зеленого чая и желатина, тщательно перемешать.
4. Для хрустящего кокосового слоя: кокосовую стружку подрумянить до золотистого цвета в духовке. Сахар залить водой, поставить на огонь и нагревать до 117°C. Всыпать кокосовую стружку, саблировать. Шоколад и масло какао растопить и смешать с саблированной кокосовой стружкой.
5. На дно формы выложить кокосовый слой, остудить. Выложить поверх творожную массу, разровнять и отправить в холодильник минимум на 4 часа (можно на ночь).



КОКОСОВЫЙ
ЧИЗКЕЙК
С ЧАЕМ МАТЧА
(БЕЗ ВЫПЕЧКИ)



ТИРАМИСУ
С ЗЕЛЕНЬИМ
ЧАЕМ

6. Перед подачей украсить чизкейк шоколадной стружкой.



Тирамису с зеленым чаем



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ + 3-4 ЧАСА В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. **ПОРЦИИ:** 2.

Ингредиенты: ● 120 мл свежесваренного крепкого кофе ● 2 ч.л. порошкового чая матча + для посыпки сверху ● 2 ст.л. сливок 30-35% ● 1 ч.л. тертой цедры апельсина ● 2 яичных желтка ● 1 яичный белок ● 2 ст.л. сахарной пудры ● 125 г маскарпоне ● 8-10 шт. печенья Савоярди

Приготовление:

1. Чай матча смешать с теплыми сливками и апельсиновой цедрой.
2. Желтки взбить миксером вместе с сахаром до светлой пушистой пены (6-8 минут). Сливки с матча и цедрой добавить во взбитые желтки и еще раз коротко взбить до однородного цвета и консистенции. Отдельно взбить белки до устойчивых пиков.
3. Соединить желтковую массу с маскарпоне, после чего аккуратно подмешать к ним взбитые белки.
4. Быстро окунуть каждое печенье в кофе со всех сторон. Выложить печенье в креманки, чередуя его со слоями крема.
6. Готовый десерт убрать в холодильник минимум на 3-4 часа. Перед подачей посыпать тирамису зеленым чаем через мелкое сито.



Пирожное «Опера» с чаем матча



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 4-5 ЧАСОВ. **ПОРЦИИ:** 10 ШТУК.

Пирожное приготовлено по мотивам десертов известного кондитера Марии Селяниной. Рецепт кофейного экстракта можно посмотреть в ее блоге по адресу: <http://maria-selyanina.livejournal.com>.

Ингредиенты: *Для бисквита Джоконда:* ● 113 г миндальной муки ● 113 г сахарной пудры ● 30 г муки ● 3 яйца ● 3 белка ● 13 г сахара ● 17 г сливочного масла ● 5 г зеленого чая матча ● 10 г черного кунжута *Для пропитки:* ● 300 г воды ● 300 г сахара ● 15 г кофейного экстракта ● 20 г коньяка или рома ● 1 стручок ванили *Для масляного крема с зеленым чаем:* ● 35 г желтков

● 55 г сахара ● 17 г воды ● 90 г сливочного масла ● 5 г зеленого чая матча ● ½ ч.л. ванильного экстракта *Для масляного кофейного крема:* ● 35 г желтков ● 55 г сахара ● 17 г воды ● 90 г сливочного масла ● 8 г кофейного экстракта ● ½ ч.л. ванильного экстракта *Для ганаша:* ● 180-200 г черного шоколада ● 50 г сливок 33% ● 50 г молока ● 25 г сахара ● 25 г сливочного масла *Для глазури:* ● 200 г нейтральной глазури ● 75 г сливок ● 100 г черного шоколада *Для нейтральной глазури:* ● 200 г сахара ● 150 г воды ● 8 г листового желатина

Приготовление:

1. Приготовить пропитку: сахар залить водой, добавить разрезанный вдоль стручок ванили и довести до кипения. Снять с огня, добавить кофейный экстракт и ликер.
2. Для нейтральной глазури листовой желатин замочить в небольшом количестве воды. Оставшуюся воду с сахаром довести до кипения, снять с огня, добавить в нее замоченный и отжатый желатин, хорошо размешать.
3. Шоколадный ганаш: смешать молоко, сливки и сахар и нагревать до полного растворения сахара. Шоколад растопить в микроволновой печи или на водяной бане и залить его горячими сливками, перемешать до однородности. Остудить до 60 С, затем добавить в смесь мягкое масло, перемешать. Готовый ганаш накрыть пищевой пленкой и оставить при комнатной температуре до использования.
4. Бисквит Джоконда: противень размером 33х40 см застелить пергаментной бумагой. Миндальную муку смешать с сахарной пудрой и просеять через крупное сито. Добавить яйца комнатной температуры и взбивать миксером в течение 8-10 минут. Растопить сливочное масло. Снизить скорость взбивания и попеременно добавлять в несколько приемов просеянную муку и горячее масло. Белки взбить с сахаром до мягких пиков и аккуратно вмешать в миндальную смесь. Вылить тесто на противень и равномерно распределить его по всей поверхности. Выпекать 8-12 минут при 180 С. Противень с готовым бисквитом остудить на решетке, после чего бисквит перевернуть, снять бумагу и вырезать из него 3 прямоугольника одинакового размера.
5. Приготовить оба вида крема. Способ приготовления для них одинаков: желтки взбить до бела, из сахара и воды сварить сироп, доведя его до температуры 117 С. Влить горячий сироп в желтки, не прекращая взбивать. Взбивать до очень светлой, пушистой массы. Затем, не выключая миксер, по частям добавить мягкое масло. В конце ввести ароматические добавки: ваниль и



кофейный экстракт для кофейного крема и чай матча для крема с зеленым чаем.

6. Сборка. Крем из зеленого чая, кофейный крем и ганаш переложить в кондитерские мешки. Вложить в рамку прямоугольник из бисквита и пропитать его сиропом дважды, затем выложить на него крем из зеленого чая. Накрыть вторым коржом, пропитать его сиропом. Поверх коржа выложить слой ганаша. Накрыть третьим коржом, пропитать его сиропом и распределить поверх него кофейным кремом. Верх торта разровнять spatulой. Убрать торт в морозильную камеру на 30 минут.

7. Приготовить глазурь: шоколад растопить в микроволновой печи или на водяной бане. Сливки довести до кипения, соединить с шоколадом и перемешать до однородности. Добавить в смесь слегка подогретую нейтральную глазурь и аккуратно размешать до соединения компонентов. Готовая глазурь должна быть блестящей, без пузырьков воздуха.

8. Остудить глазурь до 30-35 °C и полить ею сверху торт, не вынимая его из рамки. Охладить торт в холодильнике в течение нескольких часов. Перед подачей острым ножом вырезать готовый торт из рамки и нарезать на порционные пирожные.



MR. OSETROFF
CAVIAR



Мы используем те же рецепты обработки, которые принесли мировую известность русской черной икре более 100 лет назад. Это определяет ее истинный вкус, восхищавший нас с детства.

Все икринки одновременно нежные и упругие. Так мы сохраняем неповторимый природный вкус и все полезные качества черной икры.

...

Удобная сервировка для вашего праздника

- Творожный сыр - 200 г
- Чёрная икра - 100 г

1. Сыр взбить в блендере, наполнить стаканчики, сверху чайной ложечкой выложить икру.
2. Подавать с итальянскими хлебными палочками или спарежей.

Наши рецепты и новости:



[caviar.mr.osetroff](https://www.instagram.com/caviar.mr.osetroff)



[mr.OSETROFF](https://www.facebook.com/mr.OSETROFF)

MROSETROFF.COM

8 800 550 01 23

ДОМАШНЕЕ МОРОЖЕНОЕ





Я С ДЕТСТВА ОБОЖАЮ МОРОЖЕНОЕ. МНЕ КАЖЕТСЯ, ЧТО ЭТО ОДИН ИЗ САМЫХ ЛЮБИМЫХ ДЕСЕРТОВ ВСЕХ ПОКОЛЕНИЙ. ВСЕГДА ХОТЕЛА НАУЧИТЬСЯ ГОТОВИТЬ ЕГО ДОМА НА СВОЕЙ КУХНЕ. А УЖ КОГДА Я ВНИМАТЕЛЬНО ИЗУЧИЛА ЭТИКЕТКИ ПОКУПНОГО МОРОЖЕНОГО И УВИДЕЛА, СКОЛЬКО В НЕМ ХИМИИ (ЭМУЛЬГАТОРОВ, СТАБИЛИЗАТОРОВ, УСИЛИТЕЛЕЙ ВКУСА И Т.Д.), ТО ПОНЯЛА, ЧТО СВОЕМУ РЕБЕНКУ БУДУ ГОТОВИТЬ ТОЛЬКО САМА И ИЗ ПРОВЕРЕННЫХ ИНГРЕДИЕНТОВ. ПОВЕРЬТЕ, Я ПЕРЕПРОБОВАЛА НЕ ОДНУ СОТНЮ РЕЦЕПТОВ ИЗ САМЫХ РАЗНЫХ КНИГ, ЖУРНАЛОВ И БЛОГОВ. СО МНОЙ ДЕЛИЛИСЬ СЕКРЕТАМИ ИЗВЕСТНЫЕ РОССИЙСКИЕ ШЕФЫ. НА ОСНОВАНИИ ПОЛУЧЕННЫХ ЗНАНИЙ Я НАПИСАЛА КНИГУ, В КОТОРОЙ ПОСТАРАЛАСЬ НАУЧИТЬ ВАС САМЫМ РАЗНЫМ ТЕХНИКАМ И РЕЦЕПТАМ. ОЧЕНЬ НАДЕЮСЬ, ЧТО ЭТИМ ЛЕТОМ МОИ РЕЦЕПТЫ ПРИГОДЯТСЯ ВАМ НЕ ОДИН РАЗ.



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **НАСТЯ ПОНЕДЕЛЬНИК**



Классический пломбир



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ЗАМОРОЗКУ. ПОРЦИИ: 6-8.

Ингредиенты: ● 17 г кукурузного крахмала
● 350 мл молока ● 120 г сахарного песка ● 3 капли натурального экстракта ванили или 1 пакетик ванильного сахара ● 50 г сухого молока ● 300 мл сливок не менее 30%

Приготовление:

1. Крахмал растворить в небольшом количестве молока и отставить в сторону. В сотейник на-

сыпать сахар, добавить ваниль и сухое молоко. Постепенно влить оставшееся молоко, тщательно перемешивая, чтобы избежать появления комочков. Поставить молочную смесь на огонь и, как только она закипит, добавить молоко с крахмалом. Тщательно перемешать и снять с огня. Если в смеси остались небольшие комки, нужно процедить ее через сито. Остудить.

2. В отдельной чаше взбить сливки и соединить с остывшей молочной смесью. Переложить в мороженицу и следовать инструкции. Если мороженицы нет, перелить смесь в контейнер для заморзки и поставить в морозилку на 3-4 часа. Каждые 15-20 минут мороженое нужно доставать и тщательно перемешивать венчиком или миксером.

КЛАССИЧЕСКИЙ ПЛОМБИР



Клубника со сливками

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ЗАМОРОЗКУ. ПОРЦИИ: 6-8.

Ингредиенты: ● 3 листа желатина или 1,5 ч.л. с горкой порошкового ● 50 мл клубничного сока ● 700 мл молока ● 100 г сахарного песка ● большая щепотка соли ● 30 г сухого молока ● 80 г сиропа глюкозы (можно заменить кукурузным сиропом) ● 150 г свежей клубники

Приготовление:

1. Желатин замочить в холодном клубничном соке на 2-3 минуты. Перелить в теплое молоко и тщательно перемешать до полного растворения желатина. Соединить с остальными ингредиентами (кроме клубники) и перемешать. Оставить на полчаса остывать.
2. Клубнику измельчить блендером в пюре и вмешать в охлажденную основу. Затем переложить смесь в чашу мороженицы и следовать инструкции производителя. Либо переложить в контейнер и убрать в морозилку на 3-4 часа. Время от времени доставать контейнер и перемешивать мороженое. Подавать, украсив свежими ягодами клубники.



Сливочная вишня

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ОХЛАЖДЕНИЕ И ЗАМОРОЗКУ. ПОРЦИИ: 6-8.

Ингредиенты: ● 1 л натурального йогурта ● 500 мл молока ● 3 ст.л. кукурузного крахмала ● 250 мл сливок не менее 30% ● 100 г сахарного песка ● 170 мл светлого кукурузного сиропа ● 5 ст.л. сливочного сыра ● 250 г свежей вишни

Приготовление:

1. Установить дуршлаг на кастрюлю и выстелить дно дуршлага марлей в несколько слоев. Налить в дуршлаг йогурт и оставить стекать на 4-5 часов. Время от времени можно осторожно перемешивать йогурт деревянной лопаткой, чтобы сыворотка быстрее отделялась. Переложить загустевший йогурт в контейнер (у вас должно остаться примерно 400 г), накрыть крышкой и убрать в холодильник. Сыворотку можно вылить.
2. Смешать 100 мл молока с кукурузным крахмалом. Оставшееся молоко, сливки, сахарный песок и кукурузный сироп проварить около 10 минут на самом маленьком огне. Снять с огня и постепенно соединить с крахмальной смесью. Поставить на небольшой огонь и варить, постоянно помешивая, около 3-х минут, пока смесь не загустеет. Снять с огня и дать немного остыть.
3. Соединить мягкий сыр, сливочно-молочную массу и йогурт. Тщательно перемешать и переложить в контейнер. Накрыть крышкой и поставить в холодильник на ночь.
4. Из вишни удалить косточки, измельчить блендером в пюре и переложить в контейнер. Убрать в холодильник. Основу для мороженого смешать с вишневым пюре и заморозить в мороженице по инструкции или в морозилке в течение 3-4 часов, не забывая время от времени помешивать.



КЛУБНИКА
СО СЛИВКАМИ



СЛИВОЧНАЯ ВИШНЯ



Молочное ЭСКИМО



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ОХЛАЖДЕНИЕ И ЗАМОРОЗКУ. ПОРЦИИ: 6-8.

Ингредиенты: ● 600 мл молока ● 100 г сахарного песка ● 70 г сухого молока ● большая щепотка соли ● 5 желтков ● 2 ч.л. экстракта ванили ● шоколадная глазурь и формочки для эскимо

Приготовление:

1. Соединить молоко, половину сахара, сухое мо-

локо и соль. Перемешать, перелить в сотейник и поставить на средний огонь. Как только смесь закипит, сразу снять с огня.

2. Желтки взбить с оставшейся половиной сахара и экстрактом ванили. Постепенно соединить взбитые желтки и горячую молочную смесь. Поставить на средний огонь и варить 15-20 минут на маленьком огне. Не забывать постоянно помешивать и ни в коем случае не позволять смеси закипеть. Снять с огня и процедить через сито. Переложить в контейнер, накрыть крышкой и поставить в холодильник на 6 часов или на ночь. Если начать готовить мороженое накануне вечером, то уже на следующий день можно порадовать своих близких до-

машин мороженым собственного приготовления.

3. Достать контейнер с охлажденной основой, переложить в мороженицу и следовать инструкции производителя. Если мороженицы нет, убрать контейнер в морозилку на 3-4 часа. Время от времени доставать и перемешивать содержимое контейнера. Важный момент: мороженое не нужно замораживать до конца! У вас должна получиться тягучая масса.

4. Приготовить любую шоколадную глазурь. Разложить мороженое по формочкам, вставить палочки и убрать в морозилку до полного застывания. Готовое мороженое достать из формочек и окунуть в шоколадную глазурь. Положить на пергамент и убрать снова в морозилку.

Примечание: Для своего ребенка я готовлю два вида глазури (из белого и темного шоколада) и украшаю эскимо либо M&M's, либо засахаренными цветами.



Мороженое с соленой карамелью



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ЗАМОРОЗКУ. ПОРЦИИ: 6-8.

Самое вкусное из домашних и самое карамельное из всех сливочных! Это мороженое довольно просто приготовить в домашних условиях, не прибегая к помощи дорогостоящих морожениц.

Ингредиенты: Для мороженого: ● 600 мл сливок не менее 30 % ● 100 г сахарного песка ● 6 желтков ● 2 ч.л. экстракта ванили Для соленой карамели: ● 120 г сахарного песка ● 240 мл сливок не менее 30% ● 1 ч.л. соли

Приготовление:

1. Сварить карамель. Для этого прогреть сахарный песок в сковороде с толстым дном на среднем огне. Время от времени помешивать деревянной лопаткой, пока он не начнет таять. Как только сахар начнет таять, пару раз встряхнуть сковороду, чтобы карамель стала равномерного темно-янтарного цвета. Добавить теплые сливки и аккуратно размешать деревянной лопаткой. Делать это надо очень осторожно, так как смесь начнет очень сильно пузыриться, и можно легко получить ожог! Нагревать, пока карамель полностью не растворится в сливках. Снять с огня, добавить соль и остудить.

2. Для мороженого соединить сливки и половину сахарного песка. Перемешать, перелить в сотейник и поставить на средний огонь. Как только



МОЛОЧНОЕ
ЭСКИМО

смесь начнет кипеть, сразу снять с огня.

3. Желтки взбить с оставшимся сахаром и экстрактом ванили. Соединить желтковую смесь с теплой сливочной в 3-4 захода. Поставить на средний огонь и варить, постоянно помешивая, примерно 15 минут. Не давать смеси закипеть! Процедить через сито, смешать с соленой карамелью и остудить.

4. Как только основа охладится, переложить ее в чашу мороженицы или контейнер для заморозки. Готовить в мороженице, следуя инструкции производителя. Либо убрать контейнер в морозилку на 3-4 часа и время от времени доставать и перемешивать.



Мороженое «Два шоколада»



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ОХЛАЖДЕНИЕ И ЗАМОРОЗКУ. ПОРЦИИ: 6-8.

МОРОЖЕНОЕ С СОЛЕНОЙ КАРАМЕЛЬЮ



Ингредиенты: ● 500 мл молока ● 1 ст.л. кукурузного крахмала ● 4 ст.л. сливочного сыра ● большая щепотка соли ● 100 г горького шоколада ● 100 г белого шоколада ● 100 г сахарного песка ● 200 мл сливок не менее 30% ● 2 ст.л. кукурузного сиропа ● немного шоколадного печенья

Приготовление:

1. Тщательно смешать 3 ст.л. молока с кукурузным крахмалом до получения однородной массы. Добавить сливочный сыр и соль. Снова перемешать.
2. Растопить горький и белый шоколад отдельно друг от друга.
3. Соединить оставшееся молоко, сахар, сливки и кукурузный сироп в кастрюле. Поставить на

- огонь и кипятить 5-6 минут. Снять с огня и соединить с молочно-крахмальной смесью. Снова поставить на огонь и варить еще 2-3 минуты, пока смесь не станет густой. Разделить смесь на равные порции и перелить в два контейнера. В одну добавить горький шоколад, в другую – белый. Обе массы тщательно перемешать, накрыть крышками и поставить в холодильник на 6 часов до полного охлаждения. Затем переложить в морозилку. Время от времени доставать и перемешивать. Либо заморозить в мороженице, следуя инструкции производителя.
4. При подаче сформировать шарики из двух видов мороженого - белого и темного. При желании перед заморозкой в мороженое можно добавить любимое шоколадное печенье.

МОРОЖЕНОЕ
«ДВА ШОКОЛАДА»



МНОГИЕ ЗНАЮТ СЕРГЕЯ ЖУКОВА И РЕГИНУ БУРД КАК ТАЛАНТЛИВЫХ И УСПЕШНЫХ МУЗЫКАНТОВ, ЗАБОТЛИВЫХ РОДИТЕЛЕЙ, А С НЕДАВНИХ ПОР – И КАК ВЛАДЕЛЬЦЕВ ДОМАШНЕЙ КОНДИТЕРСКОЙ CUPCAKE STORY С, ПОЖАЛУЙ, САМЫМИ ВКУСНЫМИ И УЖ ТОЧНО САМЫМИ КРАСИВЫМИ И ОРИГИНАЛЬНЫМИ КАПКЕЙКАМИ В МОСКВЕ, КОТОРЫЕ УЖЕ УСПЕЛИ ЗАВОЕВАТЬ ЛЮБОВЬ ПОКЛОННИКОВ (ОДИН ЛИШЬ INSTAGRAM ПРОЕКТА НАСЧИТЫВАЕТ БОЛЕЕ 20 ТЫСЯЧ ПОДПИСЧИКОВ). В ИНТЕРВЬЮ НАШЕМУ ИЗДАНИЮ СЕРГЕЙ И РЕГИНА РАССКАЗАЛИ О ТОМ, КАК ВОЗНИКЛА ИДЕЯ ОТКРЫТЬ СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС И КАК В НЕМ РАСПРЕДЕЛЯЮТСЯ РОЛИ, А ТАКЖЕ ПОЗВОЛИЛИ ОДНИМ ГЛАЗКОМ ЗАГЛЯНУТЬ ЗА КУЛИСЫ ТВОРЧЕСКОГО ПРОЦЕССА СОЗДАНИЯ СЛАДКИХ КОЛЛЕКЦИЙ И УЗНАТЬ СЕКРЕТНЫЙ ИНГРЕДИЕНТ ИДЕАЛЬНОГО КАПКЕЙКА.



СЛАДКАЯ ИСТОРИЯ



ТЕКСТ: **ЯНИНА БЕЗРУКОВА** ФОТО: **ЗЛАТА ПАНЧЕНКО**

R.F: Вы оба из мира музыки. Как родилась идея открыть свою кондитерскую? Был уже опыт в этой сфере? И почему выбор пал именно на капкейки?

С.: Дело в том, что мы очень любим готовить, причем в нашей семье готовят все, и очень спокойно к плите становится любой человек. Готовить мы умеем вкусно. И, что самое главное, не боимся экспериментировать, что-то изобретать.

Началось все с того, что мы стали с детками придумывать кулинарные вечера и делать что-то вместе. Это могли быть печенюшки или что-то вроде шарлотки. Дети помогали нам раскладывать яблоки по тесту, вырезали формочками печенье, выпекали с нами кейкпопсы, всячески их украшали, разрисовывали. На Пасху мы делали куличи и красили яйца. Это очень сближает и дает семье почувствовать себя еще более сплоченной, такой большой, крепкой и дружной ячейкой общества.

Однажды на день рождения дочери мы заказали в садик для угощения капкейки, потому что это показалось нам удобным: в группе много детей, и разрезать один торт на маленькие кусочки было бы

проблематично. Когда нам их привезли, они были в целом, скажем так, ничего, но все же не такие, какими мы их представляли. И тут родилась идея: почему бы нам не попробовать сделать что-то подобное? Тем более, мы были уверены, что сможем с нашими задумками, креативом и возможностями создать что-то большое, красивое и стоящее. И потихонечку-полегонечку, медленно, в течение полутора лет стал вырисовываться наш проект. Начался поиск кондитеров, людей в команду, и 1 декабря 2014 года открылось наше совместное детище – семейная кондитерская Cupcake Story.

R.F: Сладкий бизнес - семейная история, или им больше занимается Регина? Как у вас распределяются обязанности?

С.: Безусловно, это история семейная. Но я хочу подчеркнуть, что с появлением этого проекта Регина для меня открылась с другой стороны и заиграла новыми красками.

Самый трудоемкий и муторный процесс я изначально взвалил на себя: это организация и оформле-

ния фирмы, регистрация кассовых аппаратов, в общем, вся техническая часть, закупка оборудования и прочего. Креатив и все остальное взяла на себя Регина. И взяла так уверенно, что сейчас, безусловно, это она управляет всем процессом, а я всего лишь наблюдаю и очень радуюсь ее успехам. Я очень рад, что спустя много лет такого домашнего заточения с детьми, если так можно выразиться, Регина сразу погрузилась в интересную для нее тему - тему сладкого, красивого, душевного. И мне очень приятно, что она сейчас может смело реализовывать свои самые сумасшедшие проекты. И впереди у нас такое громадьё планов, что хватит надолго. Я думаю, теперь она рождается заново уже не как просто мама, чудесная женщина и жена, но еще и как замечательный бизнесмен, который войдет вскоре в десятку самых успешных женщин-бизнесменов, я даже в этом не сомневаюсь.

R.F: Вы многодетные родители, и домашнюю кондитерскую начали создавать, когда третий ребенок был совсем маленьким. Как нашли силы, время и желание?

P.: Да, мы начали создавать кондитерскую в сложный период. И дело было не только в рождении третьего ребенка. Был сложный период во всей стране - настоящий разгар кризиса, все эти проблемы с курсами и ценами, санкциями и всем прочим. Так получилось, что в этот самый сложный момент мы и открывались. Но, как говорят великие, те, кто открываются в кризис, как правило, либо становятся мега-успешными, либо в первые же дни понимают, что это не пойдет, и сразу сворачивают дело. Мы, слава Богу, работаем и растем, и это не может не радовать.

Что касается ситуации в семье, то на это, безусловно, нужно находить силы, время. Старшие детки у нас уже ходят в сад, дочка идет в этом году в школу, поэтому мы постарались разгрузить какую-то часть дня для того, чтобы заниматься непосредственно производством, цехом, персоналом и прочим. Наш младшенький, Мирошка, тоже позволяет маме отвлекаться на работу, потому что он у нас не капризный, очень понимающий, спокойный, хотя пока еще и совсем маленький человечек. Если бы он был другим, то, возможно, все было бы иначе. Нам очень повезло - у нас чудесные дети. И, я думаю, им даже становится в чем-то интересна мамина работа. Ника и Энджел ездят со мной в цех, помогают украшать капкейки - в последний раз был большой заказ, и мы вместе со всеми украшали их цветами и всевозмож-

ными заготовками. Пробовать они тоже любят, хотя делают это по-разному. Энджел, например, снимает крем и съедает только бисквит, Ника же кушает четвертинку или половинку, потому что говорит, что она гимнастка. Так что силы и время мы нашли, а уж желания у нас - хоть отбавляй.

R.F: Кто придумывает рецепты, подачу, концепцию фотографий? Это специально обученные люди, или приходится самим вникать в секреты производства? Кто ваша команда?

C.: Когда мы только начинали свое дело, то четко знали, что хотим стать одной из самых вкусных и, что немаловажно, самых красивых, оригинальных, модных, стильных кондитерских. И все наши усилия мы направили на разработку коллекции, вкусов.

Поначалу мы решили удивить людей многообразием, и на проработках, на первых этапах, было больше 50-ти вкусов одних только капкейков! Это огромное количество, учитывая, что кондитерские, как московские, так и американские (да и вообще по миру), ограничиваются максимум десятью вкусами. Это были безумно креативные вещи: кекс из зеленого чая с мятой и малиной, соленые истории с беконом, интересные эксперименты со всевозможной мукой: черемуховой, гречневой. Мы хотели показать людям, насколько интересно может звучать тот или

иной вкус. Но в итоге, поскольку большинство любит все-таки больше глазами, мы решили сократить количество вкусов почти наполовину и сосредоточиться на оформлении, креативе. Также мы очень долго добивались самого главного ингредиента успеха - идеального вкуса нашего крема. Потому что огромное количество людей не признает капкейки из-за того, что у них неправильный крем: слишком приторный, слишком масляный, либо его слишком много и так далее. Слава Богу, мы нашли свой оригинальный рецепт. И можно смело признать, что у нас один из самых вкусных кремов.

Что касается подхода к процессу: фотосъемке, подаче, реализации каких-то красивых идей, - то мы сказали сами себе, что если делать, то делать только хорошо. Именно поэтому мы сначала решили привлечь фуд-стилистов, которые помогут нам с организацией, а потом выбрали чудесную команду, и эта команда работает вместе с нами над осуществлением этих задумок. Это и фуд-художники, и декораторы, и люди, которые советуют, подсказывают и привозят интересные идеи со всего мира. Поэтому мы очень счастливы, что каждую коллекцию можем

ПОСЛЕ
ТОГО, КАК Я
ПОПРОБОВАЛ КАПКЕЙКИ
ВО ВСЕХ ГОРОДАХ АМЕРИКИ,
МОГУ С УВЕРЕННОСТЬЮ ЗАЯВИТЬ:
НАШИ ВКУСНЕЕ! И ЭТО НЕ
РЕКЛАМА, НЕ ЛОЖНЫЙ
ПАФОС, ЭТО ПРОСТО
КОНСТАТАЦИЯ ФАКТА.





делать большим событием. И показать ее так красиво, что ее захочется скушать прямо с экрана компьютера или с листа напечатанной на бумаге рекламы.

R.F: Очень интересно заглянуть к вам за кулисы. Расскажите, как рождаются идеи новых коллекций капкейков?

С.: Для того, чтобы заглянуть к нам за кулисы, достаточно просто проявить фантазию. Каждая наша коллекция, будь то детская, свадебная, пасхальная или ягодная – это плод воображения огромного количества людей. Дизайнеры предлагают технологическое решение того или иного украшения, кондитеры находят подходящее вкусовое решение. Мы с Региной стараемся представить и воплотить все это во что-то очень модное, очень красивое. Мы не скупимся на дополнительные аксессуары, детали, потому что это очень важно. Например, для съемки детской коллекции мы специально заказывали в Америке настоящие комиксы за очень немаленькие деньги. Но и эффект от подачи этой коллекции был в разы мощнее и ощутимее, чем от предыдущих. Поэтому в голове сейчас роится огромное количество идей, но мы пока боимся раньше времени раскрывать все карты. Пускай это будет сюрпризом. Мне кажется, нужно просто немного подождать и потом всем вместе порадоваться тому, что у нас получится.

R.F: Многие, наверное, считают, что раз уж у вас собственная кондитерская, то десерты вы едите на завтрак, обед и ужин. А как обстоят дела на самом деле? Что из ассортимента кондитерской среди ваших фаворитов?

С.: Безусловно, бытует такое мнение, что все кондитеры должны быть большими, толстыми, сидеть на месте и целыми днями есть свою продукцию. Капкейки на нашем столе дома – это редкость, даже если это праздник, даже если наш. Нам все время говорят: «Ну, как так, сапожник без сапог! Вы даже своих капкейков не можете к вечернему чаю привезти, уж привезите как-нибудь!» Вот это «как-нибудь» случается лишь иногда. К примеру, другу на день рождения, возможно, или ребенку в школу или в садик. Я вам скажу больше: даже работники кондитерской их не едят. Многие представляют, наверное, картину: в процессе производства открыл холодильник, поел, и еще и домой себе взял. Такого у нас нет. Конечно, проходят дегустации, конечно, мы придумываем новые вкусы, которые нужно оттачи-

вать. Сейчас начинаем развивать линейки и изготавливать торты, и в этой связи будет проходить огромное количество дегустаций, «снятие проб», как мы их называем. Но на всех дегустациях пробуются небольшими кусочками, потому что важен сам вкус, послевкусие, вид, консистенция и прочее, а не желание, как говорится, набить свой желудок.

Ну, а если говорить про какой-то фаворит, то это самые простые вещи, понятные всем вкусы. Например, яблоко и корица. Я думаю, что этот вкус любят все без исключения еще с детства.

R.F: Есть ли у вас любимые десерты в других кондитерских и кафе? Часто ли пробуете продукцию конкурентов?

С.: Безусловно, мы, как профессионалы, перед тем, как что-либо открывать, сделали большую работу. Во-первых, мы заказали и попробовали продукцию практически всех наших коллег в Москве. Я проехал всю Америку и перепробовал там все. Мы обращали внимание на все от и до: какой курьер приехал, в чем он привез капкейки, как они украшены, что с кремом, что с бисквитом, удобно ли это было, привозят ли они чеки. То есть, это был такой большой плотный анализ ситуации на рынке. После того, как этот анализ был проведен (а он длился несколько месяцев), мы вздохнули с облегчением и поняли, что у нас есть все шансы быстро стать одними из первых по каждому

пункту. И, скажу вам честно, после того, как я попробовал капкейки во всех городах Америки, могу с уверенностью заявить: наши вкуснее! И это не реклама, не ложный пафос какой-то, это просто констатация факта. И нам приятно, что это именно так.

R.F: Расскажите о ваших планах. Что ждет Cupcake Story в ближайшее время?

С.: Мы не стоим на месте. Сейчас начинается разработка линейки тортов, которые стали заказывать все чаще, и, я думаю, впоследствии появятся новые десерты. И мы, наконец-то, выйдем в оффлайн и сделаем хорошую кондитерскую или хорошее кафе в Москве. Это все в планах. Но не будем забежать вперед. Потому что мы хотим, чтобы все было правильно, не хотим перескакивать с первого на последнее. Я уверен, что мы обязательно ко всему придем, нам нужно только время.

<http://cupcakestory.ru>

КАК
ГОВОРЯТ
ВЕЛИКИЕ, ТЕ, КТО
ОТКРЫВАЮТСЯ В КРИЗИС, ЛИБО
СТАНОВЯТСЯ МЕТА-УСПЕШНЫМИ,
ЛИБО В ПЕРВЫЕ ЖЕ ДНИ ПОНИМАЮТ,
ЧТО ЭТО НЕ ПОЙДЕТ, И СРАЗУ
СВОРАЧИВАЮТ ДЕЛО. МЫ,
СЛАВА БОГУ, РАБОТАЕМ И
РАСТЕМ, И ЭТО НЕ МОЖЕТ
НЕ РАДОВАТЬ.

КАНИКУЛЫ В ДЕРЕВНЕ

ОВОЩНАЯ
ИКРА





ЛЕТО – ОДНО ИЗ САМЫХ ПРИЯТНЫХ И ДОЛГОЖДАННЫХ ВРЕМЕН ГОДА. У КАЖДОГО ЛЕТО – СВОЕ... КОМУ-ТО ВСПОМИНАЕТСЯ МОРЕ И СОЛНЕЧНЫЙ ПЛЯЖ, А КОМУ-ТО - ДЕРЕВНЯ И ВКУСНЕЙШАЯ БАБУШКИНА СТЯПНЯ: АРОМАТНОЕ ВАРЕНЬЕ ИЗ САДОВЫХ ЯГОД, ЩИ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ, КОТОРЫЕ БЫЛИ ТОЛЬКО ЧТО СОБРАНЫ С ГРЯДКИ ИЛИ НАВАРИСТЫЙ ДОМАШНИЙ КИСЕЛЬ. УВЕРЕНЫ, ЧТО ВКУСЫ ЭТИХ ПРОСТЫХ И, В ТО ЖЕ ВРЕМЯ, ЛЮБИМЫХ ВСЕМИ БЛЮД ЗНАКОМЫ КАЖДОМУ С ДЕТСТВА И ВЫЗЫВАЮТ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ПРИЯТНЫЕ АССОЦИИ!



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **КАТЕРИНА ТЮВЕЛЕВА**



Овощная икра



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 10 МИНУТ. ПОРЦИИ: 10.

Ингредиенты: ● 1 баклажан ● 1 луковица
● 1 красный болгарский перец ● 3 зубчика чеснока ● 30 г свежей зелени (укроп, петрушка)
● 2 морковки ● 3 помидора ● соль и черный перец по вкусу ● 4 ст.л. оливкового масла

Приготовление:

1. Овощи нарезать очень мелко. Морковь натереть на крупной терке, томаты очистить от кожи и нарезать небольшими кубиками.
2. В чашу мультиварки влить оливковое масло и включить режим «Жарка» или «Выпечка» на 10 минут. Добавить лук и обжарить его до золотистого цвета, около 3 минут.
3. Добавить морковь и перец. Жарить еще 7 минут, периодически помешивая.

4. Добавить баклажан, томаты, соль и перец. Тщательно перемешать.
5. Закрыть крышку и готовить икру на режиме «Тушение» 1 час.
6. За 10 минут до окончания программы добавить мелко нарубленную зелень и чеснок. Перемешать.

Примечание: Очень важно нарезать овощи как можно мельче. От этого напрямую зависит вкус и вид готового блюда.



Кабачки, фаршированные булгуром и грибами



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 40 МИНУТ. ПОРЦИИ: 5.

Ингредиенты: ● 3 молодых кабачка ● 200 г шампиньонов ● 1 луковица ● 100 мл томатной пасты ● 50 мл сливок 20% ● 100 г булгура



КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ БУЛГУРОМ И ГРИБАМИ

● 1 веточка орегано ● соль и черный перец по вкусу ● 50 мл воды ● 4 ст.л. оливкового масла ● 50 г твердого сыра

Приготовление:

1. Каждый кабачок разрезать на несколько одинакового размера цилиндров шириной примерно 5-7 см.

2. Из каждого цилиндра при помощи чайной ложки с одной стороны вынуть мякоть, стараясь не прорезать его насквозь и сохраняя «доньшко» – должно получиться подобие стаканчика.

3. Мелко нарезать шампиньоны и лук.

4. В чашу мультиварки влить оливковое масло и обжарить на нем лук и грибы на режиме «Жарка»

ВАРЕНЬЕ
ИЗ ЕЖЕВИКИ



ЩИ
«ЛЕТНИЕ»



или «Выпечка» в течение 10 минут, пока не выпарится сок от грибов.

5. Добавить в чашу пассату и сливки, перемешать и поддержать еще около 1 минуты.

6. Переложить лук и грибы в отдельную емкость, добавить к ним промытый булгур, соль и перец. Тщательно перемешать и начинить получившейся смесью кабачки.

7. В чашу мультиварки влить воду так, чтобы она слегка покрывала дно. Выложить в чашу кабачки вместе с веточкой орегано.

8. Закрыть крышку и готовить на режиме «Тушение» 30 минут.

9. После сигнала посыпать кабачки тертым сыром и закрыть крышку на несколько минут, чтобы он расплавился.

Примечание: Для получения золотистой корочки можно поставить готовые кабачки, посы-

панные тертым сыром, в разогретую до 200 С духовку буквально на 2-3 минуты. Подавать это блюдо вкуснее всего со сметаной.



Варенье из ежевики

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 20 МИНУТ. ПОРЦИИ: 1 Л.

Ингредиенты: ● 1 кг ежевики ● 1 кг сахара
● 1 лимон ● 4 бутона гвоздики

Приготовление:

1. Ежевику засыпать сахаром, перемешать и оставить на 1 час, чтобы выделился сок.

2. С целого лимона снять цедру и выжать сок из 1/2.

3. В чашу мультиварки выложить ежевику, цедру



ВИШНЕВЫЙ ПИРОГ

и гвоздику. Добавить сок лимона.

4. Закрывать крышку и снять клапан мультиварки. Включить режим «Тушение» на 20 минут.

5. После сигнала перемешать варенье и дать ему остыть.

Примечание: Клапан - это отверстие, через которое выходит пар. Находится оно на крышке мультиварки.



Щи «Летние»

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА 30 МИНУТ.
ПОРЦИИ: 8-10.

Ингредиенты: ● 400 г свинины ● 300 г молодой белокочанной капусты ● 3 картофелины ● 1 морковь ● 1 луковица ● 2 помидора ● 1 зубчик чеснока ● 2 лавровых листа ● 5 горошин душистого перца ● 30 г свежей зелени (петрушка, укроп) ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Мясо промыть и положить в чашу мультиварки.
2. Добавить душистый перец, лавровый лист и луковицу, сняв с нее только верхний слой шелухи.
3. Закрывать крышку и включить режим «Тушение» на 1,5 часа.

4. Тем временем мелко нашинковать капусту. Морковь натереть на крупной терке, картофель нарезать соломкой. С помидоров снять кожу и нарезать их небольшими кубиками.

5. После сигнала открыть крышку мультиварки, снять с бульона пенку. Вынуть мясо и временно отложить его в сторону. Луковицу и лавровый лист выбросить.

6. Добавить в бульон капусту, картофель, морковь и помидоры. Посолить и поперчить. Закрывать крышку и включить режим «Суп» на 1 час.

7. Мелко нарубить зелень и чеснок. Мясо нарезать небольшими ломтиками.

8. За 10 минут до окончания программы добавить в суп зелень, чеснок и мясо.

Примечание: Летние щи хорошо подавать со свежей сметаной.



Вишневый пирог

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 8.

Ингредиенты: ● 250 г вишни без косточек ● 120 г сахара ● 250 г муки ● 2 яйца ● 1 ч.л.

разрыхлителя теста ● 60 мл молока ● 50 мл растительного масла ● 1 ч.л. корицы ● 2 ст.л. коньяка

Приготовление:

1. Вишню смешать с коньяком и корицей. Отставить в сторону.

2. Яйца взбить с сахаром до получения светлой и пышной массы.

3. Просеять в яичную массу муку, смешанную с разрыхлителем. Взбить.

4. Добавить молоко и растительное масло. Тщательно вымесить тесто лопаточкой - оно должно получиться густым и гладким.

5. Переложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки, сверху выложить ягоды вишни без сока.

6. Закрывать крышку и включить режим «Выпечка» на 1 час.

Примечание: Оставшимся вишневым соком можно пропитать уже готовый пирог.



Ягодный кисель

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ.
ПОРЦИИ: 6.

Ингредиенты: ● 500 г ассорти из ягод (крыжовник, черника, малина) ● 100 г сахара ● 1,65 л холодной воды ● 5 ст.л. картофельного крахмала

Приготовление:

1. Ягоды промыть, удалить плодоножки. Переложить их в чашу мультиварки и засыпать сахаром.

2. Влить в чашу 1,5 л воды. Закрывать крышку и включить режим «Пар» на 15 минут (без учета разогрева воды).

3. В отдельной емкости развести крахмал со 150 мл холодной воды. Тщательно перемешать до однородности.

4. После сигнала (при желании) быстро процедить получившийся компот от ягод и вернуть его обратно в мультиварку.

5. Тонкой струйкой влить в компот крахмал, постоянно помешивая.

6. Закрывать крышку и оставить кисель на режиме «Поддержание тепла» на 15 минут.

Примечание: Кисель по этому рецепту получается средней густоты. Если вы любите очень густой кисель, то смело увеличивайте количество крахмала.

ЯГОДНЫЙ
КИСЕЛЬ



СЛАДКАЯ ВИШНЯ

РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **ДИНАРА СНИЖНЕВСКАЯ**

СЛОЕНЫЙ ДЕСЕРТ
ИЗ ПЛОМБИРА
С ВИШНЕЙ



ЗА ОБИЛИЕ ЛЕЧЕБНЫХ СВОЙСТВ И БЛАГОТВОРНОЕ ВЛИЯНИЕ НА РАБОТУ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ВИШНЮ ПРОЗВАЛИ В НАРОДЕ «СЕРДЕЧНОЙ ЯГОДОЙ». ПОМИМО ПОЛЕЗНЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИШНЯ ОБЛАДАЕТ И МАССОЙ ВКУСОВЫХ ДОСТОИНСТВ, КОТОРЫЕ ОСОБЕННО ЯРКО РАСКРЫВАЮТСЯ В ДЕСЕРТАХ.



Слоеный десерт из пломбира с вишней

ПОРЦИИ: 2. ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ.

Ингредиенты: ● 140 г вишни без косточек ● 4 ч.л. сахара ● 10 ст.л сливок 33% ● ½ ч.л. экстракта ванили ● 1 ст.л. сахарной пудры ● 20 г пшеничных шоколадных хлопьев ● 8 ст.л. пломбира

Приготовление:

1. Вишню с сахаром смешать и измельчить в блендере в пюре. Сливки взбить с ванильным экстрактом и сахарной пудрой до образования жестких пиков.
2. Выложить в бокалы слоями вишневое пюре, пшеничные шоколадные хлопья, взбитые сливки и пломбир.



Низкокалорийный пирог с вишней

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА. ПОРЦИИ: 8.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 350 г пшеничной обойной (цельнозерновой) муки ● 1 ч.л. соли ● 2,5 ст.л. тростникового сахара ● 120 г сливочного масла 72% ● 60 мл холодной воды *Для начинки:* ● 450 г вишни ● 5 ст.л. тростникового сахара ● 1 ст.л. с горкой крахмала

Приготовление:

1. Приготовить тесто. Смешать муку с сахаром и солью. Холодное сливочное масло нарезать кубиками и добавить в муку. Перемешать руками, затем влить воду и замесить тесто. Обернуть в пленку и убрать в холодильник на 1 час.
2. Разделить тесто на две части, одна из которых должна быть в два с половиной раза больше второй. Раскатать большую часть теста в круглый пласт толщиной 5 мм и подогнуть края. Выложить получившуюся основу для пирога на противень, застеленный пергаментной бумагой.

3. Приготовить начинку. Смешать вишню с сахаром и крахмалом. Равномерно распределить по тесту. Оставшуюся часть теста тонко раскатать и нарезать полосками одинаковой ширины. Выложить полоски теста сеточкой поверх начинки, крепко скрепляя края с основой пирога. Из оставшихся полосок сплести косу и аккуратно разместить по контуру.
4. Выпекать пирог в предварительно разогретой до 200 С духовке 30-40 минут. Подавать охлажденным.



Капкейки «Черный лес»

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 30 МИНУТ + НОЧЬ НА НАСТАИВАНИЕ ВИШНИ. ПОРЦИИ: 12 ШТУК.



КАПКЕЙКИ «ЧЕРНЫЙ ЛЕС»



Ингредиенты: *Для теста:* ● 125 г сливочного масла ● 180 г сахара ● 2 яйца ● 225 г муки ● 50 г какао-порошка ● щепотка корицы ● 1 ч.л. разрыхлителя теста ● 100 мл молока ● 200 г шоколада *Для начинки:* ● 200 мл кипятка ● 150 г сахара ● 1 рюмка кирша или вишневого ликера ● 1 ч.л. корицы ● 400 г вишни без косточек *Для крема:* ● 500 мл сливок 35% ● 5 ст.л. сахарной пудры ● 1 ч.л. ванильного экстракта

Приготовление:

1. Приготовить начинку. Залить сахар кипятком, влить кирш или ликер, всыпать корицу и перемешать. В полученный сироп добавить 350 г вишни и оставить на ночь настаиваться.
2. Приготовить кексы. Взбить сливочное масло с сахаром до бела, добавить яйца и продолжать взбивать, пока масса не станет пышной и густой. Отдельно смешать муку с разрыхлителем, какао и корицей. Просеять в готовую яично-масляную смесь.
3. Наломать 160 г шоколада на небольшие кусочки и выложить в кастрюлю с молоком. Нагревать, пока шоколад не расплавится. Добавить в тесто и аккуратно перемешать. Распределить получив-

шееся тесто по формам и поставить в духовку, предварительно разогретую до 180 С, на 30-40 минут. В готовых кексах сделать лунки для начинки, аккуратно вырезав серединку ножом или с помощью специального приспособления, не задев дно. Выложить в лунки по 5-7 вишен в сиропе.

4. Приготовить крем и декор. Сливки взбить с сахарной пудрой и ванильным экстрактом до образования жестких пиков. Украсить кексы сливочным кремом при помощи кондитерского мешка с большой насадкой «закрывающая звезда». Оставшиеся 40 г шоколада натереть на крупной терке. Декорировать кремовые шапки шоколадной стружкой и свежей вишней.



Творожный чизкейк с вишней (без выпечки) 🍰🍰

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 30 МИНУТ + НОЧЬ
В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. ПОРЦИИ: 6.

Ингредиенты: ● 7 ст.л. желатина в порошке

● 200 мл вишневого сока ● 150 мл молока ● 315 г классического молочного печенья ● 180 г сливочного масла ● 360 г творога ● 6 ст.л. сахара ● 1 ч.л. ванильного экстракта ● 400 г вишни без косточек

Приготовление:

1. Всыпать 3 ст.л. желатина в стакан с молоком и 4 ст.л. желатина в стакан с вишневым соком. Оставить набухать на 30-40 минут.
2. Печенье измельчить в ступке или блендере в мелкую крошку. Растопить 90 г сливочного масла, вылить в печенье и перемешать руками до однородности. Установить на блюдо кондитерское кольцо или бортик от разъемной металлической формы диаметром 16 см. Выложить на дно массу из печенья и тщательно ее утрамбовать. Убрать в холодильник на 20 минут до застывания.
3. Тем временем взбить творог с 5 ст.л. сахара, ванильным экстрактом и оставшимся размягченным сливочным маслом до однородности. Молоко с набухшим желатином прогреть, помешивая, до полного растворения желатина (не доводить до кипения!). Вылить в творожную массу, хорошо перемешать и перелить в форму поверх печенья. Убрать в холодильник на 20-30 минут.
4. Вишню смешать с 1 ст.л. сахара и равномерно распределить поверх творожного слоя. Нагреть сок с набухшим желатином, не доводя до кипения. Когда сок слегка загустеет, вылить его в форму поверх вишни. Убрать чизкейк на ночь в холодильник для застывания.

ТВОРОЖНЫЙ
ЧИЗКЕЙК
С ВИШНЕЙ





БРЕНД ЧЕРНОЙ ИКРЫ
MR.OSETROFF ПОЯВИЛСЯ НА
РЫНКЕ ДВА ГОДА НАЗАД.
ПЕРВОНАЧАЛЬНО КОМПАНИЯ
СОЗДАВАЛАСЬ НЕСКОЛЬКИМИ
ПАРТНЕРАМИ, НО ПОТОМ
ПЛАВНО ПЕРЕРОСЛА В
СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС. АННА
ФЕДОРОВА, ДИРЕКТОР ПО
РАЗВИТИЮ, РАССКАЗАЛА
RUSSIAN FOODIE О ТОМ, КАК
ОНИ С МУЖЕМ РЕШИЛИ НАЧАТЬ
БИЗНЕС В СОВЕРШЕННО НОВОЙ
ДЛЯ СЕБЯ СФЕРЕ, И ЧТО ИЗ
ЭТОГО ПОЛУЧИЛОСЬ.

ЧЕРНОЕ ЗОЛОТО

ТЕКСТ: **ЯНИНА БЕЗРУКОВА**
ФОТО: **ЗЛАТА ПАНЧЕНКО**



R.F.: Несмотря на богатую историю, сейчас черная осетровая икра на столе выглядит довольно экзотично. Как вы пришли к такому бизнесу?

Я теперь отчасти субъективна в восприятии черной икры на столе. Мне кажется, что в продуктовой корзине потенциальных покупателей многие дорогие и часто химические деликатесы можно заменить полезной черной икрой. Нас с мужем всегда интересовала тема эко-питания, мы не едим красное мясо, продукты с консервантами, красителями и внимательно относимся к рациону. Собственно, желание обзавестись фермой и производить эко-продукцию возникло давно, но на рынке уже существовало много разных предложений овощей, фруктов, мяса и прочего с этикеткой «organic». Потом появился партнер, который занимался легальным производством черной





икры. Так мы узнали, что уже около 10 лет в России развивается фермерское производство икры. И стало интересно попробовать.

R.F.: Тяжело начинать бизнес в совершенно новой сфере? Учитывая, что бизнес семейный, есть ли какая-то особая специфика его ведения? Как вы распределяете роли?

Да, конечно, для нас это и сложный, и вдохновляющий опыт. Много нового пришлось изучить, чтобы понимать процесс производства, особенности рынка, стереотипы потребления. Сейчас роли

распределены территориально, так как Юрий контролирует офис в Москве и отношения с фермой, а я живу в Испании и налаживаю отношения с европейскими производителями и точками продаж.

Кроме того, в моем ведении промо-активности, новые партнеры и корпоративные продажи в Москве и ЦФО.

R.F.: Кто ваши клиенты: гурманы или те, кто черную икру никогда не пробовал и решил устранить этот гастрономический пробел?

Гурманы – да, но есть много клиентов, которые заказывают первый раз. И как раз этот

ОДНА ИЗ НАШИХ ЦЕЛЕЙ
– РАЗВИТЬ КУЛЬТУРУ
ПОТРЕБЛЕНИЯ, ЗАМЕНИТЬ
ЧЕРНОЙ ИКРОЙ РЯД
НЕНУЖНЫХ ПРОДУКТОВ НА
СТОЛАХ КЛИЕНТОВ.

факт нас очень радует. Одна из наших целей – развить культуру потребления, заменить черной икрой ряд ненужных продуктов на столах клиентов.

R.F.: Цена на черную икру довольно высока. Как не нарваться на подделку и как ее съесть, чтобы не разочароваться?

Есть ряд стереотипов относительно черной осетровой икры. До сих пор считается, что это нелегальный продукт, крайне дорогой деликатес, что икру сложно купить или заказать, что она слишком соленая. На самом деле, цена на браконьерскую икру ниже заводской, но и риски несопоставимы. Потому что в незаконную икру добавляют ненормированное количество химии неизвестного происхождения, она неправильно хранится и портится еще до подачи на стол. То есть можно очень сильно отравиться.

А чтобы не разочароваться, у нас, например, есть опция индивидуального заказа черной осетровой икры без каких-либо добавок, и посол возможен по вкусу клиента. Например, на день рождения или

другой праздник можно сделать заказ к определенному числу. И нужно просто иметь в виду, что такая икра будет храниться не более 15 дней, но в ней точно не будет ничего, кроме соли. Учитывая возросшую популярность «чистого питания», мы очень рады предоставить нашим клиентам такую возможность.

R.F.: За счёт чего, кстати, получается такая цена? Совсем недавно черной икры ведь вообще не было в легальной продаже.

Себестоимость складывается из стоимости выращивания и содержания осетра, корма, очистки и озонирования воды в бассейнах, где разводится рыба, работы высококвалифицированных специалистов. На заводе все заботится о здоровье стада. Это сложный и кропотливый процесс. Первую икру самка осетра дает примерно на третьем-четвертом году жизни, часть икринок идет для выращивания мальков, остальная икра становится продуктом разного стандарта...

R.F.: У вас на сайте можно купить баночку в подарочной упаковке. Вы считаете, что икра – лучший подарок?

Знаете, в России, к сожалению, принято дарить алкоголь... Чаше малознакомым людям или по работе. У нас дома «батарей» подарочного крепкого и, между прочим, дорогого алкоголя стоят годами и ждут подходящих гостей. Так вот, нам кажется, уж точно интереснее и благороднее подарить баночку полезной черной икры. Кроме того, мы добавили два сервиса для особых событий: Caviar Bar – выездной кейтеринг с различными сервировками икры, и Caviar Show – мастерское приготовление и посол черной икры на мероприятии.

R.F.: Вы сами часто едите икру? Есть любимые рецепты?

Мы сами для себя являемся частью исследования потребительского поведения. До того, как был подписан первый контракт с заводом, мы никогда не покупали и не ели черную икру, хотя были какие-то смутные воспоминания из детства со

столовыми ложками. А с момента старта продаж нашего бренда стали часто есть икру и изобретать новые рецепты.

Что касается подачи, то, как шутит один наш постоянный покупатель: «Лучше просто ложкой!» Вы знали, что лучше есть икру перламутровой ложечкой или даже качествен-

ной пластиковой, так как металлические ложки и ножи окисляют икру и влияют на вкус? Мне нравится угощать гостей маленькими бутербродами из цельнозернового ржаного хлеба со сливочным маслом и черной икрой. В Москве можно купить бородинский, рижский, ароматный черный хлеб или заказать фирменные булочки в одной из ресторанных сетей – у Аркадия Новикова есть очень вкусный хлеб. В Европе с ржаным хлебом сложнее, но мы придумали новый продукт и сервировку, о чем объявим чуть позже. Еще мне нравится сочетание авокадо и черной икры, традиционные рецепты на Масленицу – черная икра с блинами и сметаной.

www.mrosetroff.com

В НЕЗАКОННУЮ ИКРУ
ДОБАВЛЯЮТ НЕНОРМИРОВАННОЕ
КОЛИЧЕСТВО ХИМИИ
НЕИЗВЕСТНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ,
ОНА НЕПРАВИЛЬНО ХРАНИТСЯ И
ПОРТИТСЯ ЕЩЕ ДО ПОДАЧИ НА
СТОЛ. ТО ЕСТЬ МОЖНО ОЧЕНЬ
СИЛЬНО ОТРАВИТЬСЯ.

ВКУС ЛЕТА

ГАЛЕТА С ВИШНЕЙ И РИКОТТОЙ

РЕЦЕПТ И ФОТО:
КАТЕРИНА ТЮВЕЛЕВА
(@TIMESCOOK_)



ГАЛЕТА – ПОЖАЛУЙ, САМЫЙ ЛЕТНИЙ ИЗ ВСЕХ ПИРОГОВ. ЭТО НЕСЛОЖНОЕ, НО, В ТО ЖЕ ВРЕМЯ, КРАЙНЕ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОЕ БЛЮДО МОЖНО ПРИГОТОВИТЬ МЕНЕЕ, ЧЕМ ЗА ЧАС (ЕСЛИ НЕ СЧИТАТЬ ВРЕМЯ НА ОХЛАЖДЕНИЕ ТЕСТА), А В КАЧЕСТВЕ НАЧИНКИ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЛЮБИМЫЕ СЕЗОННЫЕ ЯГОДЫ И ФРУКТЫ. ЭТОТ ОТКРЫТЫЙ ПИРОГ НЕ ТРЕБУЕТ НИ ОСОБЫХ НАВЫКОВ, НИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФОРМЫ (БОРТИКИ ЗАВОРАЧИВАЮТСЯ РУКАМИ), НИ СЛОЖНОГО ОБОРУДОВАНИЯ, А ПОТОМУ РАСПОЛАГАЕТ К КУЛИНАРНЫМ ЭКСПЕРИМЕНТАМ. ПРЕДЛАГАЕМ ВАМ ОПРОБОВАТЬ 3 ВКУСНЫХ И ПРОВЕРЕННЫХ РЕЦЕПТА, А КАКОЙ ВЫБРАТЬ – РЕШАТЬ ТОЛЬКО ВАМ.



Победитель битвы будет выбран читателями нашего журнала путем голосования на странице Russian Foodie в Instagram (@russianfoodieproject) с 6 по 13 июля 2015 года включительно. Мы надеемся, что к этому времени вы успеете внимательно изучить представленные рецепты и, возможно, даже приготовить по ним галеты.

Все участники кулинарной битвы получают кружки для смузи от компании **Rainbow Kitchen** и книгу автора кулинарного портала и приложения **Monday Delights** Насти Понедельник «Домашнее мороженое», а победителя ждет подарок-сюрприз от журнала **Russian Foodie**, который пригодится любому кулинару - набор форм для выпечки.



Галета с вишней и рикоттой 🍰🍰

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 1 ГАЛЕТА.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 200 г муки ● 100 г холодного сливочного масла ● 4-6 ст.л. сливок 20% ● 2 ст.л. сахара ● 1 ч.л. корицы ● щепотка соли ● 1 яичный желток для смазывания галеты *Для начинки:* ● 400 г вишни без косточек ● 200 г рикотты ● 3 ст.л. коричневого сахара ● 1 ч.л. сахарной пудры

Приготовление:

1. В кухонном комбайне соединить муку, нарезанное крупными кубиками сливочное масло, соль, корицу и сахар. Все тщательно смешать до получения однородной, холодной крошки.
2. Переложить смесь в миску. Постепенно вво-

дить холодные сливки до тех пор, пока тесто не начнет собираться в шар и не приобретет однородную, но при этом нелипкую консистенцию. Завернуть тесто в пищевую пленку и убрать в холодильник на 30 минут.

3. Вынуть тесто из холодильника и на присыпанном мукой столе раскатать в пласт толщиной примерно 5 мм. Намотать раскатанное тесто на скалку и переложить на застеленный пергаментной бумагой противень.

4. Равномерно смазать тесто рикоттой и распределить вишню (без сока!). Присыпать коричневым сахаром. Загнуть края галеты к середине и смазать их желтком.

5. Выпекать галету в разогретой до 180°C духовке 30-40 минут. При подаче посыпать сахарной пудрой.

Примечание: Тесто для галеты нужно делать очень быстро, чтобы масло не начало подтаивать. Все ингредиенты для приготовления теста должны быть холодными.

ГАЛЕТА С РЕВЕНЕМ, КЛЮКВОЙ И ЛАВАНДОЙ

РЕЦЕПТ И ФОТО:
УЛЬЯНА ХОРУНЖА
(@HAPPYHOMESCOOK)



Галета с ревенем, клюквой и лавандой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 1 ГАЛЕТА.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 60 г рисовой муки ● 60 г овсяной муки ● 30 г кукурузного крахмала ● 1 ст.л. коричневого сахара ● ¼ ч.л. соли ● 100 г холодного сливочного масла ● 3-4 ст.л. ледяной воды ● миндальные лепестки для обсыпки *Для начинки:* ● 450 г свежего ревеня ● 60 г жидкого

меда ● 2 ст.л. сушеной лаванды ● 1 ч.л. ванильного экстракта ● 1 стакан клюквы ● 2 ст.л. сливочного масла ● ½ стакана коричневого сахара

Приготовление:

1. В чаше блендера или фудпроцессора смешать просеянную вместе муку, сахар, крахмал и соль. Добавить холодное сливочное масло, нарезанное кубиками, и измельчить до получения мелкой крошки. Добавить 3-4 ст.л. ледяной воды и замесить довольно крутое тесто. Готовое тесто завернуть в пищевую пленку и убрать в холодильник на 30 минут.

2. Приготовить начинку. В миске смешать нарезанный кубиками ревень, мед, 1 ст.л. лаванды, ванильный экстракт и клюкву.

3. Рабочую поверхность припылить мукой и раскатать на ней охлажденное тесто в круг диаметром 30-35 см. Выложить тесто на пергаментную бумагу и распределить по нему начинку так, чтобы она не доходила до краев на 4-5 см. Края загнуть к центру так, чтобы получились складочки. Начинку полить сверху растопленным маслом и посыпать сахаром, миндальными лепестками и семенами лаванды.

4. Выпекать галету 40-45 минут при 180 С до золотисто-коричневого цвета.



Галета с клубникой и ревенем от Марты Стюарт

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 1 БОЛЬШАЯ ГАЛЕТА ИЛИ НЕСКОЛЬКО МАЛЕНЬКИХ.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 120 г муки + для раскатывания ● 1 ст.л. сахара ● щепотка соли ● 75 г холодного масла ● 3-4 ст.л. ледяной воды
Для начинки: ● 150 г клубники ● 150 г ревеня ● 50 г сахара ● 1 ст.л. муки или кукурузного крахмала

Приготовление:

1. Духовку разогреть до 200 С. Масло нарезать кубиками, добавить муку, сахар и соль и перетереть в крошку. Добавить немного ледяной воды и собрать тесто в шар. Накрыть пищевой пленкой и убрать в холодильник на 1 час.

2. Разделить тесто на 4 части, каждую часть раскатать на присыпанной мукой поверхности в круг. Выложить тесто на пергаментную бумагу.

3. Клубнику и ревень нарезать кубиками, перемешать с сахаром и мукой или крахмалом и выложить на тесто. Загнуть края теста внутрь, чтобы получились пироги.

4. Выпекать галеты в разогретой духовке в течение 15-20 минут.

ГАЛЕТА С КЛУБНИКОЙ И РЕВЕНЕМ ОТ МАРТЫ СТЮАРТ

РЕЦЕПТ И ФОТО:
МАША НЕМОВА
(@MASHA_NEMOVA)



A photograph of a rustic cafe interior. In the foreground, a wooden table is set with a glass bottle of 'Melissa de Water' and a small potted succulent in a brown paper bag. The background shows a white brick wall with a 'Melissa' sign and various glassware on a counter.

Melissa

РАБОТАТЬ,
ЧТОБЫ ЖИТЬ



ЛИДА ЧЕРКАШИНА (INSTAGRAM: @MELISSA_LICHI) ИЗВЕСТНА МНОГИМ, КАК ПОБЕДИТЕЛЬНИЦА ВТОРОГО СЕЗОНА КУЛИНАРНОГО КОНКУРСА CHEFS BATTLE, ПОТЯСАЮЩИЙ КОНДИТЕР, СОЗДАТЕЛЬНИЦА НЕВЕРОЯТНОЙ КРАСОТЫ МАСТИЧНЫХ ТОРТОВ И, С НЕДАВНИХ ПОР, ХОЗЯЙКА СОБСТВЕННОГО КАФЕ-КОНДИТЕРСКОЙ MELISSA SWEETS SHOP. В ИНТЕРВЬЮ ДЛЯ ЛЕТНЕГО НОМЕРА RUSSIAN FOODIE МЫ РАССПРОСИЛИ ЕЕ О ЛЮБИМЫХ ТОРТАХ, «ВРЕДНЫХ» ЗАКАЗЧИКАХ И ОТНОШЕНИИ СЕМЬИ К ЕЕ РАБОТЕ. ОНА, В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ, БЫЛА С НАМИ МАКСИМАЛЬНО ОТКРОВЕННА И С УДОВОЛЬСТВИЕМ НЕ ТОЛЬКО РАССКАЗАЛА СВОЮ ИСТОРИЮ, НО И ПОДЕЛИЛАСЬ РЕЦЕПТОМ ФИРМЕННОГО ПИРОЖНОГО.



ТЕКСТ И ФОТО: **ДАРЬЯ ТОМШИНСКАЯ**

R.F: С чего началось твое увлечение сладостями?

Мне кажется, это было тысячу лет назад, в какой-то другой жизни. Начало всему положил кулинарный блог, который мы вели вместе с моим другом. Как и многие домохозяйки, я любила готовить и фотографировать еду. Каждые выходные мы собирались и вместе готовили ужин. Он готовил закуску и горячее, а я отвечала за десерт.

Когда мы только задумывались над названием блога, то другу как-то сразу придумали псевдо-

ним Базилич, который хорошо ему подходил. А вот над моим именем мы изрядно поломали голову. Хотелось, чтобы блог был стильным, красивым, и название должно было соответствовать. Как-то я сидела дома, пила чай, и взгляд упал на пакетик, на котором было написано «Мелисса». Это оказалось идеальное сочетание: Базилич и Мелисса.

С тех пор я Мелисса, и многие приходящие в кондитерскую люди часто обращаются ко мне Мелисса, а не Лида.



R.F: Чем ты занималась до сладостей и тортов?

Чем я только не занималась! Вообще, по образованию я математик-программист, закончила факультет прикладной математики. Работала трехмерщиком в проектной организации, дизайнером, арт-директором в рекламном агентстве, а затем попробовала себя в фотографии и всерьез этим увлеклась.

R.F: А что ты фотографировала сначала?

Это были предметные съемки для рекламных агентств. Помню, как-то даже фотографировала рыбу. Потом появились заказчики в виде кондитерской фабрики и захотели представительство в соцсетях, я предложила Facebook, они согласились. Стали наполнять страницу и поняли, что недостаточно фотографий заводской продукции, хотелось разбавить чем-то душевным и домашним. Я начала печь что-то простенькое по Джейми Оливеру и с упоением фотографировать. С этого начались мои длительные отношения с фуд-фото.

R.F: Как ты попала в Chefs Battle?

С появлением айфона появился и Instagram. Просматривала красивые фото еды и наткнулась на конкурс. И как только был объявлен набор в следующую игру, я без раздумий записалась. Вся неделя проходила в волнении и подготовке к воскресению, построению композиции, фотосессии и обработке. Мой первый в жизни торт оказался в финале, и с ним мы выиграли второй сезон Chefs Battle.



R.F: Как к этому увлечению выпечкой относилась твоя семья?

У меня чудесная семья, они меня всячески поддерживают. Когда я делала торты дома, Дима (муж) полностью занимался дочерью, отводил ее в сад, гулял, купал, укладывал спать. А я пекла и украшала, пекла и украшала. Его поддержку и помощь даже невозможно оценить и измерить. Лепка фигурки занимает не менее 3-5 часов. В обеденное время у меня забирали готовый торт, и я начинала следующий. Если нужно было делать candy bar, то это занимало всю ночь. И в таком режиме я прожила практически 9 месяцев.

R.F: Не чувствовала ли ты себя виноватой, что не получается уделить дочери больше внимания и времени?

Нет, не чувствовала. Моя Ди очень умная девочка. Она видела, сколько времени и сил я трачу на создание себя, того, что безумно нравится и приносит доход. Я периодически беру свою дочь в кондитерскую: она наблюдает за процессом, исследует территорию и задает вопросы. Я думаю, что она гордится мной, и когда подрастет, то все поймет.

НУЖНО
ОКРУЖАТЬ
СЕБЯ ЛЮДЬМИ,
КОТОРЫЕ ЗАСТАВЛЯЮТ ТЕБЯ
РАСТИ, КОТОРЫЕ ОКАЗЫВАЮТ
ПОДДЕРЖКУ. МОИ МУЖ И
ДОЧЬ – МОЯ ОПОРА, И
Я БЕСКОНЕЧНО ИМ
БЛАГОДАРНА.

R.F: Как появилась идея кондитерской?

Я сотрудничала с чудесной девушкой Катей, хозяйкой магазина сладостей в одном из торговых центров - она забирала под реализацию мои макароны. Как-то мы с ней встретились, и она предложила создать студию под мастер-классы. В ответ я всхлипнула, что мне не нужна студия под мастер-классы, мне нужен цех! Она сказала: «Так давай сделаем цех!». С этого момента и закрутилась большая машина по созданию кондитерской, и кажется, что вся вселенная содействовала и помогала осуществлению этого проекта. Я показывала, что мне нравится, и как хотелось бы это сделать, видела блеск в глазах у Кати и понимала, что мы с ней на одной волне. Так у нас появилась кондитерская! Небольшая, уютная, наполненная светом, пропитанная атмосферой и теплом, с уголком для мастер-классов, огромными окнами, деревянным полом мечты и удобным, хорошо оборудованным цехом с фееми-кондитерами, на которых я могу положиться и которым могу доверить создание тортов.

R.F: Сколько тортов ты успевала делать дома и сколько успеваешь сейчас в кондитерской?

Дома я успевала делать 2, максимум, 3 торта. Сейчас мы отдаем по 8-10 тортов в день, а в новогоднюю ночь наши торты украсили 40 новогодних столов!

R.F: Планируешь ли ты отучиться в профессиональной кондитерской школе?

Я училась всему сама, штудировала зарубежные журналы и блоги, черпала знания в интернете и вдохновение в Instagram и Pinterest. Пока я не планирую где-либо учиться, но если соберусь, то это, вероятнее всего, будет кондитерская школа в Англии.

R.F: Какой основной принцип создания твоих тортов?

Главное - соблюдать технологию и рецептуру, использовать качественные и проверенные ингредиенты, гармоничное сочетание вкусов. Сейчас у нас возросли объемы производства, но мы стремимся не потерять свой стиль, к каждому заказчику найти подход, чтобы торт был необычным,

стильным и вкусным. На наших тортах съедают мастику, потому что у нас она по-настоящему вкусная - это тоже один из принципов.

R.F: Как рождается идея каждого торта?

Все люди разные, взгляды на жизнь у всех разные: то, с каким настроением человек приходит заказывать торт, его любимый цвет, - все это влияет на декор торта. С каждым заказчиком декор мы обсуждаем в индивидуальном порядке и подбираем тот, который подходит именно ему. Что касается рецептур, то большинство тортов состоят из собственных наработок. Экспериментируем, пробуем, подбираем вкусовые сочетания.

R.F: Всегда ли получался крем/торт/бисквит?

Если исходный рецепт я выбираю, опираясь на интуицию, то он получается всегда! Иногда в рецептуре что-то смущает, но всё равно пробую, и результат бывает непредсказуем. Даже проверенный рецепт может дать сбой, если сменился производитель ингредиентов, в этом случае помогает смекалка и опыт. Если вдруг крем отказывается взбиваться в пышную белую массу, то есть несколько хитростей, которые помогают: например, просто убрать чашу с кремом в холодильник минут на 20, а потом заново взбить, или добавить чуть теплого молока.

R.F: Каким был самый первый заказ, и какие чувства испытывала, когда его отдавала?

Первый заказ был от подруги, которая захотела с юмором и красиво поздравить старшего брата с юбилеем. Я достаточно быстро нашла идею для нее, и теперь это один из самых популярных наших декоров: капкейки в форме аппетитных женских округлостей в бикини.

R.F: Бывают ли «вредные» заказчики?

Я считаю, что не бывает плохих заказчиков и плохих заказов. Если человек пришел к нам хмурым и скептически настроенным, нужно ему широко-широко улыбнуться и найти ту ниточку, по которой совместными усилиями можно прийти к идеальному торту.

R.F: Планируешь ли расширять меню кондитерской за счет «соленых» блюд?

Планирую! Скоро в нашем меню появится несладкая выпечка, сэндвичи, возможно, легкие салаты.

R.F: Не хотелось бы еще раз стать мамой?

Вот мой второй ребенок (улыбаясь, обводит взглядом кафе). Здесь сейчас только дел! Хочется поскорее закончить все организационные вопросы, сделать торжественное открытие, наладить производство и работу персонала. Пока я не готова к беременности, но в теории хотелось бы пятерых (смеется).

R.F: Как тебе больше всего нравится проводить выходные дни?

Смена обстановки, поездки, загородный отдых с семьей и друзьями! А еще я очень люблю выходные в кафе, люблю общаться с нашими гостями - многих знаю по тортикам, которые мы готовили на их семейные праздники, ведь у каждого есть своя история, свои предпочтения. Многих я помню в лицо и просто счастлива видеть их с семьями!

R.F: Самый вкусный десерт, который ты когда-либо пробовала?

Сложно так сразу сказать, многое нравится и восхищает, но чаще всего то, что делаю сама или у нас в Melissa Sweets Shop. Помню свою первую панна котту, которую готовила лет пять назад - тогда вкус сливок и натуральной ванильной палочки просто потряс, ничего подобного до того момента у нас в городе я не пробовала. А вообще, если десерт приготовлен из натуральных качественных ингредиентов, с любовью и пониманием гармонии вкусов, то он априори вкусный!

R.F: Если бы на твоём пути не встретился Chefs Battle, как думаешь, чем бы ты занималась по жизни?

Боюсь даже предположить. На момент моего первого участия в баттле я вела кулинарный блог. Уверена, что продолжала бы его активно развивать, либо открыла свою фотостудию, либо попробовала себя во флористике. Но я счастлива, что встретила Любу (Любовь Мосейкина, основатель проекта Chefs Battle – прим. ред.) и приняла участие в баттле.

У НАС С
МУЖЕМ ЕСТЬ
ТАТУИРОВКИ, КОТОРЫЕ
ОЗНАЧАЮТ: «СПОКОЙНОЕ МОРЕ
НЕ СДЕЛАЕТ НАС СИЛЬНЕЕ».
Я СЧИТАЮ ЭТУ МОРСКУЮ
ПОГОВОРКУ ДЕВИЗОМ
СВОЕЙ ЖИЗНИ.



КАЖДЫЙ
ЧЕЛОВЕК
НА ПУТИ, КАЖДАЯ
ВСТРЕЧА И СЛУЧАЙ
ПОМОГАЮТ ОСУЩЕСТВИТЬСЯ
МЕЧТЕ, ЕСЛИ ОНА
ДЕЙСТВИТЕЛЬНО
ТВОЯ.

R.F: Как решить-
ся изменить свою
жизнь, запустить
свой проект и
превратить свое ув-
лечение в дело своей
жизни?

Не бояться рисковать. Пробовать, чтобы потом не жалеть. И вообще, когда по-настоящему чувствуешь и любишь то, что делаешь, все получается. Каждый человек на пути, каждая встреча и случай помогают осуществиться мечте, если она действительно твоя.

R.F: Я знаю, что у тебя был тяжелый жизненный период, связанный с ранним уходом твоих родителей. Как не опустить руки и пережить потерю столь близких людей?

Да, были моменты, когда морально было очень тяжело. Я работала для того, чтобы жить, с головой ныряла в работу, и становилось немного легче. Я не топила себя в горе, я шла к своей цели. И я думаю, та боль, которую пришлось пережить, дала мне силы, толчок к саморазвитию. Пришло понимание, что люди не вечны, что нужно жить сейчас. Нужно окружать себя людьми, которые заставляют тебя расти, которые оказывают поддержку. Мои муж и дочь - моя опора, и я бесконечно им за это благодарна. Дочь хорошо помнит свою бабушку, а когда ушел мой папа, она была совсем младенцем. Как-то она задала мне вопрос о смерти, о том, что становится с человеком, и не умру ли я... Я честно





МУССОВОЕ ПИРОЖНОЕ «МАЛИНА – ШОКОЛАД»



ответила на все вопросы, деликатно объяснила все дочери, и теперь она не боится моей смерти, ведь бояться ее бессмысленно. Надо жить сейчас.

R.F: Я знаю, что у тебя есть татуировка. Что она символизирует?

Я родилась в семье моряка. После всех болезненных ситуаций, которые пришлось пережить нам с мужем за короткий период времени, мы решили сделать одинаковые татуировки: я на плече, он на руке. Если перевести дословно, то она значит: «Спокойное море не сделает нас сильнее». Я считаю эту морскую поговорку своего рода девизом своей жизни.



Муссовое пирожное «Малина- шоколад»



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС + 3 ЧАСА В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. ПОРЦИИ: 3-4.

Ингредиенты: ● 10 г желатина ● 360 г сливок 33% ● 110 г белого шоколада ● 110 г темного шоколада ● 3 желтка ● 50 г сахара ● 120 г моло-

ка ● 80 г малинового пюре ● свежая малина для украшения

Приготовление:

1. Замочить желатин в холодной воде.
2. В сотейнике блендером взбить желтки с молоком и сахаром, поставить на медленный огонь и помешивать до загустения, около 7-10 минут, затем добавить отжатый желатин и перемешать до растворения.
3. Разделить полученную массу пополам. В одну половину добавить белый шоколад и малиновое пюре. В другую - темный шоколад. Перемешать до растворения, дать чуть остыть.
4. Взбить сливки до загустения. Разделить массу пополам, добавить к шоколадным смесям и аккуратно перемешать лопаткой до однородности.
5. Края формы проложить пленкой. Выложить десерт слоями (каждый слой необходимо подморозить в течение 15 минут перед выкладкой следующего). По желанию нижним слоем можно сделать слой бисквита, а в шоколадную массу добавить свежую малину.
6. Убрать десерт в холодильник на 3 часа. Достать из формы, снять пленку и украсить свежими ягодами малины.

ЯРКИЙ ХЛЕБ

РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **ИВАН ЗАБАВНИКОВ**

ХЛЕБ
«ЦИТРУС»



ЧТО, ЕСЛИ БЫ МОЖНО БЫЛО ПРИБЛИЗИТЬ И УДЕРЖАТЬ ЛЕТО, А ТОЧНЕЕ, СОТВОРИТЬ ЕГО МАЛЕНЬКУЮ ЧАСТЬ У СЕБЯ НА КУХНЕ?

КАК НИ СТРАННО, ПОМОЧЬ В ЭТОМ СМОЖЕТ ХЛЕБ - ТАКОЙ ЖЕ ЖАРКИЙ, АРОМАТНЫЙ И ЯРКИЙ, КАК САМО ЛЕТО! В САМЫЕ ТЕПЛЫЕ МЕСЯЦЫ В ГОДУ ПРИЛАВКИ МАГАЗИНОВ И РЫНКОВ ИЗОБИЛЮЮТ СВЕЖИМИ ОВОЩАМИ И ФРУКТАМИ, А ВОТ ХЛЕБ КРУГЛЫЙ ГОД ОДИНАКОВ. ПРИШЛО ВРЕМЯ ДОБАВИТЬ И ХЛЕБУ СЕЗОННОСТИ. СОЧНЫЕ КРАСКИ В ПОРИСТОМ МЯКИШЕ ВРЯД ЛИ ОСТАВЯТ КОГО-ЛИБО РАВНОДУШНЫМ. ТАК ЧТО ВСТРЕЧАЙТЕ СОЛНЕЧНОЕ ЛЕТО С ЯРКИМ ХЛЕБОМ!



нутренний рисунок из теста сделать не так сложно, как может показаться на первый взгляд. Главное, осуществить формовку максимально быстро. Можно даже привлечь помощников в лице ва-

ших домочадцев. Чем быстрее придать будущему хлебу окончательную форму, тем более ровным и правильным он получится.

Все представленные в материале хлеба состоят из разных кусочков теста. При их создании приходится разделять тесто на разное количество частей. Это можно сделать при помощи ножа или даже пальцев, но значительно проще и удобнее пользоваться кулинарным скребком. И если вы думаете, что у вас его нет, то смело заявляем: вы ошибаетесь! Скребок может служить любая пластиковая карточка. Причем, скребок удобен не только при разделке теста, но и при его замесе и формовке. Если вы работали с липким тестом, то им легко счистить его остатки с рук и стола. Скребок - это обязательный предмет в арсенале любого пекаря, как любителя, так и профессионала. Он заметно облегчает и ускоряет процесс создания любых хлебобулочных изделий. Возможно, в это поначалу сложно поверить, но лучше один раз попробовать и увидеть результат.

Пеките по проверенным рецептам, экспериментируйте, ошибайтесь и в итоге достигайте положительного результата. Выпечка в целом и хлеб в частности многогранны и навряд ли до конца постижимы, но этим они и милы сердцу. Пеките, и да прибудет с вами магия хлеба!



Хлеб

«Цитрус»

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 3 ЧАСА. ПОРЦИИ: 20.

Ингредиенты: ● 500 г пшеничной муки высшего сорта ● 1 ч.л. (5 г) сухих быстродействующих дрожжей ● 150 г молока ● 50 г сока апельсина или лимона ● 50 г сливочного масла ● 50 г сахара ● 1 яйцо ● ½ ч.л. соли ● цедра 1 апельсина или лимона ● 1 ч.л. куркумы

Приготовление:

1. Смешать просеянную муку, дрожжи, сахар и соль. Взбить яйцо, соединить с молоком, соком и слегка растопленным маслом. Добавить жидкую массу в муку и замесить эластичное тесто (вымешивать не более 5 минут).

2. Разделить тесто на 2 части. Меньшая часть должна быть весом около 300 г, большая - около 550 г. В большую часть добавить цедру и куркуму, хорошо вымесить. Поставить оба теста расстаиваться в теплое место на 60 минут.

3. Подошедшее тесто обмять и разделить каждую из 2 частей (рыжую и белую) на 6 кусочков, 5 из которых будут одинаковыми, а 1 - чуть больше. Маленькие кусочки рыжего теста будут весить около 85 г, а большой - 120 г. Маленькие кусочки белого теста будут весить около 45 г, большой - 80 г. Накрывать кусочки теста миской или пленкой и брать по мере необходимости.

4. Сначала нужно сформовать из 5 рыжих кусочков колбаски длиной около 15 см. Затем раскатать пять белых кусочков в пласты толщиной 1-2 мм. Тесто не должно быть липким, старайтесь



добавлять мало муки для раскатки или обойтись вообще без неё.

5. Придать рыжим колбаскам форму огромных долек. Плотнo обтянуть их белым тестом, хорошо защепить. Соединить дольки между собой, начиная от тонкого края.

6. Оставшиеся рыжий и белый куски теста раскатать в большие пласты. Обтянуть соединенные

дольки сначала белым, а потом рыжим тестом и хорошо защепить снизу.

7. Переложить хлеб на пекарскую бумагу швом вниз, накрыть пакетом или пленкой и оставить расстаиваться на 60 минут. При желании перед отправкой в печь смазать хлеб яичным желтком.

8. Выпекать при 180 C в течение 40-45 минут. Остудить на решетке.



Хлеб «Красная капуста» 🍞🍞🍞

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 3 ЧАСА.

ПОРЦИИ: 20.

Ингредиенты: ● 500 г пшеничной муки высшего сорта ● 2 ч.л. сухих быстродействующих дрожжей ● 140 г воды ● 140 г свекольного сока ● 40 г растительного масла ● 8 г соли ● 10 г сахара ● 1 ч.л. молотого кориандра (можно добавить разные специи по вкусу) ● ½ ч.л. лимонной кислоты ● 1 яичный желток

Приготовление:

1. Для этого хлеба необходимо сделать два вида теста, белое и красное. Отжать сок из свеклы и добавить в него лимонную кислоту - для лучшего удержания цвета при выпечке.

2. Для белого теста в 250 г просеянной муки всыпать 1 ч.л. дрожжей и хорошо перемешать. Далее добавить всю воду, 20 г растительного масла и 4 г соли. Замесить мягкое тесто (вымешивать 5 минут). Накрыть пленкой и поставить в теплое место подниматься на 60 минут.

3. Для красного теста в 250 г просеянной муки всыпать 1 ч.л. дрожжей и хорошо перемешать. Далее добавить свекольный сок (можно вместе со жмыхом), 20 г растительного масла, 4 г соли, сахар и кориандр. Замесить мягкое тесто (вымешивать 5 минут). Накрыть пленкой и поставить в теплое место подниматься на 60 минут.

4. Обмять подошедшее белое и красное тесто. Сформовать каждое в колбаску толщиной примерно 5 см, накрыть пленкой. Разделить белое тесто на 5 частей, а красное - на 10 частей.

5. Сделать 5 «капустных листов». Для этого взять 1 кусок белого теста и 2 куса красного. Раскатать все кусочки по отдельности и потом плотно уложить их друг на друга, хорошо прижимая, в последовательности: красный-белый-красный. Это и будет первый капустный лист. Скрутить его в рулет длиной примерно 10 см. Этот рулет обернуть следующим листом, зацепив края, как пирожок. Повторить для всех листов. Каждый последующий лист должен быть чуть тоньше предыдущего. В итоге должна получиться овальная тестозаготовка, похожая на кочан капусты.

6. Формовать заготовку в зависимости от формы для выпечки. Можно выпекать как в форме, так и без нее. Накрыть буханку пакетом и оставить расстаиваться на 50 минут. Перед отправкой в печь смазать хлеб яичным желтком.

7. Выпекать при 180 С в течение 45-50 минут. Остудить на решетке.

ХЛЕБ «КРАСНАЯ КАПУСТА»





Хлеб «Арбуз»



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА 30 МИНУТ.
ПОРЦИИ: 20.

Ингредиенты: ● 5 г (1 ч.л.) сухих дрожжей
● 130 г темного изюма ● 20 г (1,5 ст.л.) сливочного масла ● 1 яйцо ● 250 мл молока ● 450 г пшеничной муки ● по ½ ч.л. красного и зеленого пищевого красителя ● 2 ст.л. сахара ● ½ ч.л. соли

Приготовление:

1. Соединить все ингредиенты, кроме изюма и красителей. Замесить эластичное тесто.
2. Разделить тесто на 3 части: большую (примерно ½ от всего объема теста, около 400 г) и две меньшие (по ¼ от всего объема, около 200 г).
3. В большую порцию теста добавить красный пищевой краситель и вымесить до равномерного окрашивания. Добавить в получившуюся массу изюм и вымесить еще раз, чтобы изюм равномер-

но распределился по тесту. Оставить подниматься в миске, накрытой пленкой, на 45-60 минут.

4. Добавить зеленый пищевой краситель в одну из оставшихся порций теста. Вымесить тесто до равномерного окрашивания. Оставить подниматься в миске, накрытой пленкой, на 45-55 минут.

5. Вымесить последнюю порцию теста до эластичности. Оставить подниматься в миске, накрытой пленкой, на 45-50 минут.

6. После того, как тесто поднялось, выложить его на слегка припыленный мукой стол. Из красного теста сформовать буханку размером с форму, в которой будете выпекать хлеб.

7. Белое и зеленое тесто раскатать скалкой в пласты толщиной не более 1 см. Положить их друг на друга и обтянуть ими красное тесто, аккуратно защипив края.

8. Смазать форму для выпекания растительным маслом и уложить в нее буханку. Накрыть пленкой и оставить для подъема на 45 минут.

9. Выпекать в предварительно разогретой до 180 С духовке в течение 20-25 минут.

10. Вынуть хлеб из формы и остудить на решетке.



ХЛЕБ
«АРБУЗ»



ПОПКОРН



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **ЕЛЕНА ДЕМЬЯНКО**



ПОПКОРН (АНГЛ. POPCORN - ВОЗДУШНАЯ КУКУРУЗА) — ЗЕРНА КУКУРУЗЫ, ВЗОРВАВШИЕСЯ ИЗНУТРИ ПРИ НАГРЕВАНИИ. ЭТО СВОЙСТВО ОБЪЯСНЯЕТСЯ ОСОБЫМ СТРОЕНИЕМ ЗЕРНА, В КОТОРОМ НАХОДИТСЯ КАПЕЛЬКА КРАХМАЛА, СОДЕРЖАЩАЯ ВОДУ. ПРИ НАГРЕВАНИИ ВОДА ВСКИПАЕТ И ПРЕВРАЩАЕТСЯ В ПАР, ОБОЛОЧКА ЛОПАЕТСЯ, И ЗЕРНО РАСКРЫВАЕТСЯ, УВЕЛИЧИВАЯСЬ В ОБЪЕМЕ И ПРЕВРАЩАЯСЬ В ПЕНИСТУЮ СТРУКТУРУ, А ЗАТЕМ БЫСТРО ОХЛАЖДАЕТСЯ И ЗАСТЫВАЕТ. ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПОПКОРНА НЕ ПОДХОДЯТ ОБЫЧНЫЕ ЗЕРНА, ПОСКОЛЬКУ ОНИ ЛИБО СЛИШКОМ СУХИЕ, ЛИБО СЛИШКОМ МЯГКИЕ, ПОЭТОМУ ВСКИПАЮЩАЯ ВОДА НЕ МОЖЕТ СОЗДАТЬ НУЖНОЕ ДАВЛЕНИЕ. ОБЫЧНО ИСПОЛЬЗУЕТСЯ СПЕЦИАЛЬНЫЙ СОРТ КУКУРУЗЫ – ВЗРЫВАЮЩИЙСЯ, У КОТОРОГО БОЛЕЕ ТОНКАЯ И ТВЕРДАЯ ОБОЛОЧКА.



одина попкорна — американский континент. Доподлинно неизвестно, когда попкорн был приготовлен впервые, но при археологических раскопках были найдены взорвавшиеся

зерна кукурузы возрастом около 4000 лет, из чего ученые сделали вывод, что еще в древние времена попкорн был частью рациона индейцев. Когда Христофор Колумб в 1492 году прибыл на восточное побережье Америки, то обнаружил, что коренные жители употребляют попкорн в пищу, используют его в качестве украшения и в религиозных ритуалах: по форме раскрывшегося кукурузного зерна определяют будущее. Европейцам попкорн стал известен со времен Дня Благодарения в 1620 году, когда один из индейских вождов принес английским колонистам-переселенцам в качестве дара мешок из оленьей шкуры, полный попкорна. Жены конкистадоров быстро поняли как использовать попкорн и подавали его с сахаром и сливками на завтрак.

В 1885 году Чарльз Криторз начал в Чикаго внедрение первой компактной и мобильной машины для производства попкорна. Во время Великой депрессии в США для многих семей пакет попкорна был единственной едой, которую они могли себе позволить. В то время как рушились финансовые империи, бизнес попкорна процветал. В 1984 году

Перси Спенсер открыл, что зерна попкорна взрываются под действием микроволн — так был изобретён попкорн для микроволновых печей. Особую популярность попкорн приобрел с развитием телевидения — он стал незаменимым при просмотре фильмов и передач. В Северной Америке и Европе попкорн является традиционной закуской в кинотеатрах и продаётся там, начиная с 1912 года. Для многих людей попкорн — необходимое условие удачного похода в кино. Существует даже идиома «запасаться попкорном», что значит — «готовиться к интересному зрелищу». В СССР первое появление попкорна приходится на послевоенное время — 1945-1946 гг., когда его нам поставляли США - его готовили в Елисеевском магазине на ул. Горького (Тверской).

Попкорн употребляют в нескольких видах: посыпают сахаром, карамелизируют или солят. В США, как правило, едят соленый попкорн, в который добавляют ароматизатор (к примеру, аромат сливочного масла), а также попкорн с карамелью. В Германии же распространён подсахаренный вариант.

Мы подготовили для вас рецепты, воспользовавшись которыми вы сможете не только приготовить это несложное лакомство у себя дома, но и удивить ваших гостей потрясающим шоколадным тортом с попкорном, вдохновленным несравненной Линдой Ломелино, популярным блогером и автором книг по кулинарии и фуд-фотографии (www.callmecupcake.se).

КАРАМЕЛЬНЫЙ ПОПКОРН



Карамельный попкорн



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 40 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 85 г кукурузы для попкорна
● $\frac{1}{3}$ стакана + 1 ст.л. карамели

Приготовление:

1. Приготовить попкорн. Если вы купили упаковку попкорна для микроволновой печи, нужно приготовить его по инструкции (около 2-4 минут). Попкорн также можно приготовить на сковороде. Для этого необходимо высыпать кукурузные зерна на разогретую сковороду, накрыть крышкой и жарить на огне чуть меньше среднего в течение нескольких минут. Каждые

15-20 секунд нужно перемешивать зерна, снимая сковороду с огня и встряхивая ее, но не открывая крышку. Когда попкорн начнет лопаться, немного уменьшить огонь. Сковороду важно встряхивать даже тогда, когда зерна начали лопаться, чтобы попкорн не подгорел. Когда зерна практически прекратят лопаться, выключить плиту, подождать минуту и пересыпать готовый попкорн в тарелку.

2. Полить готовый попкорн карамелью и перемешать, чтобы карамель равномерно распределилась по зернам. Выложить попкорн на противень тонким слоем и запекать в духовке в течение 20-30 минут при температуре 150 C, перемешивая каждые 7-10 минут.

3. Готовый попкорн выложить на пергамент и остудить. Он покроется карамельной корочкой и будет приятно хрустеть.



Сливочная карамель

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ. ПОРЦИИ: ОКОЛО 250-300 МЛ.

Ингредиенты: ● $\frac{1}{2}$ стакана жирных сливок ● $2\frac{1}{2}$ ст.л. сливочного масла (около 45 г) ● $\frac{3}{4}$ -1 ч.л. соли (без горки) ● 1 ч.л. ванильного экстракта ● $\frac{3}{4}$ стакана сахара ● 2 ст.л. кукурузного сиропа ● 2 ст.л. воды

Приготовление:

1. Соединить сливки, масло, соль и ванильный экстракт и нагреть. Отдельно смешать сахар, воду и сироп. Вместо кукурузного сиропа можно также использовать сироп глюкозы или жидкий мед (например, акациевый).

2. Поставить смесь из сахара и воды на средний огонь и довести до кипения. Варить сироп, пока пузырьки не станут маленькими, а цвет сиропа – янтарно-золотым. Очень важно дождаться нужного цвета. Если вы используете мед, то цвет сиропа должен быть темнее. Когда сироп приобретет необходимый оттенок, перелить его в горячие сливки и перемешать. Поварить смесь еще 1-2 минуты и перелить в стеклянную баночку.



Шоколадный торт с карамелью и попкорном

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 8.

Ингредиенты: *Для бисквита:* ● 75 г сливочного масла ● 270 г муки ● 60 г какао ● $1\frac{1}{2}$ ч.л. разрыхлителя теста ● $1\frac{1}{2}$ ч.л. соды ● 340 г сахара ● $\frac{1}{4}$ ч.л. соли ● 2 яйца ● 1 стакан молока ● $\frac{2}{3}$ стакана кипятка ● 2 ч.л. растворимого кофе *Для крема:* ● 250 г сливочного масла ● 500 г сливочного сыра ● 70 г сахарной пудры ● 50 г карамели *Для украшения:* ● карамельный попкорн ● карамель

Приготовление:

1. Для бисквита соединить все сухие ингредиенты и перемешать. Добавить к ним растопленное и охлажденное сливочное масло, яйца, молоко и заваренный кипятком кофе (кофе должен быть очень горячим) и перемешать до однородности. Смазать две разъемные формы диаметром 18-20 см сливочным маслом и присыпать мукой. Равномерно распределить между ними тесто.

2. Выпекать бисквит при температуре 175-180°C 30-35 минут или до сухой зубочистки. Готовые

коржи остудить, срезать у них верхушки, чтобы выровнять, и разрезать каждый вдоль пополам.

3. Для крема сливочное масло комнатной температуры хорошо взбить, добавить к нему сахарную пудру и взбить добела. Влить карамель и снова хорошо взбить. Добавить в массу сливочный сыр комнатной температуры и перемешать до однородности.

4. Собрать торт. Для этого промазать каждый корж кремом. Обмазать им бока и верх торта, затем выровнять крем лопаткой. Можно смочить лопатку в горячей воде и чуть промокнуть влагу салфеткой - это облегчит выравнивание крема.

5. Убрать торт в холодильник, чтобы крем немного застыл. Ему необязательно долго пропитываться, так как сам бисквит довольно влажный. Перед подачей полить торт карамелью (можно сделать это только по краю, чтобы карамель красиво стекла по бокам) и украсить торт горкой карамельного попкорна, склеивая его между собой дополнительной карамелью.

ШОКОЛАДНЫЙ ТОРТ С КАРАМЕЛЬЮ И ПОПКОРНОМ



ИЗ ИТАЛИИ С ЛЮБОВЬЮ

ЭЛЛА МАРТИНО - ИЗВЕСТНЫЙ ФУД-БЛОГЕР И АВТОР ТРЕХ КУЛИНАРНЫХ БЕСТСЕЛЛЕРОВ: «ВКУС ТОСКАНЫ», «КУЛИНАРНЫЕ СЕКРЕТЫ ИТАЛЬЯНСКОЙ МАМЫ» И «ИТАЛИЯ ЗА ПРАЗДНИЧНЫМ СТОЛОМ». РУССКАЯ ПО ПРОИСХОЖДЕНИЮ, ОНА ПОЛЮБИЛА ИТАЛИЮ ВСЕМ СЕРДЦЕМ, СТАВ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ПОВАРОМ И ОДНИМ ИЗ ЛУЧШИХ ДЕГУСТАТОРОВ ОЛИВКОВОГО МАСЛА ХОЛОДНОГО ОТЖИМА. В ИНТЕРВЬЮ ЖУРНАЛУ RUSSIAN FOODIE ЭЛЛА РАССКАЗАЛА О СВОЕЙ КУЛИНАРНОЙ ШКОЛЕ И УВЛЕКАТЕЛЬНЫХ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ТУРАХ, ГДЕ ОНА ЩЕДРО ДЕЛИТСЯ ОПЫТОМ И ПРИВИВАЕТ ЛЮБОВЬ К ТАКОЙ УНИКАЛЬНОЙ И БЕСКОНЕЧНО МНОГОГРАННОЙ ИТАЛЬЯНСКОЙ КУХНЕ.



ТЕКСТ: **КРИСТИНА ШТАЛЬ** ФОТО: СОБСТВЕННОСТЬ **ЭЛЛЫ МАРТИНО**

R.F.: Элла, расскажите, пожалуйста, с чего началось ваше увлечение едой? Как пришла идея открыть свою кулинарную школу?

Насколько изменилась ваша жизнь с появлением школы?

Наверное, если начинать рассказ о моем увлечении кулинарией, то придется вернуться в детство. Именно потому, что готовить самостоятельно я начала рано, в 11 лет. Первыми блюдами, которые я освоила, стали борщ и голубцы. Помню, что это вызвало немало удивления у моих родителей.

Ну, а серьезное увлечение началось после моего переезда в Италию почти 14 лет назад – благодаря моему мужу и свекрови, в чьем

доме всегда уделялось огромное внимание процессу приготовления пищи. Готовили мы вместе, когда я приезжала к ней на выходные, и многие рецепты я потом выкладывала в блоге. В результате это вылилось в серьезное увлечение, а потом и в книги.

Что касается моей кулинарной школы, то на сегодняшний день у меня есть два школьных формата: гастрономическое путешествие и мастер-классы с участием известных итальянских шефов под моим руководством и моя кулинарная школа, где обучение проходит в интенсивном режиме и только на кухне, то есть никаких приключений.

Идея гастрономических туров, с которых все

ПЕРВЫМИ
БЛЮДАМИ,
КОТОРЫЕ Я ОСВОИЛА,
СТАЛИ БОРЩ
И ГОЛУБЦЫ.

Ella Martino





Я
СЧИТАЮ, ЧТО
МАСТЕР – КЛАССЫ
ДОЛЖНЫ ПРОВОДИТЬ
ТОЛЬКО
ПРОФЕССИОНАЛЫ.

началось, появилась еще в 2010 году во время посиделки с моими итальянскими друзьями: Джонни Прунети, хозяином фабрики по производству оливкового масла, и Джованни Фабри, хозяином фабрики по производству пасты. Мы тогда подумали, что было бы здорово сделать качественные туры. Именно эти люди меня вдохновили и направили. Я помню, что погуглила и ничего серьезного не нашла. Впрочем, и сейчас немного изменилось в том, что касается туров и школ. Я считаю, что делаю высококачественную работу.

Организация туров отняла достаточно большое количество времени: искали виллу с историей, где будем проводить мастер-классы и размещать людей, потом искали выдающихся личностей, которые производят что-то интересное, составляли

винные карты. И в ноябре 2011 года мы, наконец-то, организовали первый гастрономический тур в Тоскану.

Однако я хочу отдельно подчеркнуть, что никаких мастер-классов лично я не давала тогда в формате тура. Это делали другие шефы. Мастер-классы я стала проводить, когда училась на профессионального повара. Это очень важный для меня момент, так как я считаю, что подобное должны делать только профессионалы.

Школу я решила открыть в 2013 году, после того как выучилась сама на повара, прошла стажировку и почувствовала в себе силы и желание отдавать знания другим. Просто решила и все. Это хороший вариант для тех, кто не в состоянии позволить себе дорогостоящие туры. Очень многие говорили, что не потянут туры, но готовы приехать в школу. Что касается того, как изменилась моя жизнь, то, наверное, можно сказать: «с ног на голову». То есть кардинально. Пришлось менять место проживания, стиль жизни и т.д.



R.F.: Вы открыли кулинарную школу, еще будучи фуд-блогером, а сейчас уже имеете профессиональное поварское образование. Где вы учились поварскому искусству? Что вам дало профессиональное образование?

На повара я училась в профессиональной частной школе во Флоренции. Честно скажу, образование мне ничего не дало. Бесполезная учеба ни о чем. Многие вещи спорны и несодержательны. Все самое главное и ценное я приобрела уже потом, на рабочих стажировках в ресторанах у различных известных шефов. Это самый главный опыт, который научил меня организации на кухне ресторана, техникам, умению работать в коллективе и руководить им. Безумно благодарна людям, которые дали мне такую возможность: Лино Амантини и Роберто Аллокка.

НЕКА-
ЧЕСТВЕННЫМ
ОЛИВКОВЫМ МАСЛОМ
МОЖНО ИСПОРТИТЬ
ДАЖЕ САМЫЕ ЛУЧШИЕ
И ДОРОГИЕ ИН-
ГРЕДИЕНТЫ.

Диаметрально противоположные рестораны с абсолютно разной философией и подходом, но опыт бесценный.

R.F.: Ваш рассказ о себе в ЖЖ начинается с того, что вы профессиональный сертифицированный дегустатор оливкового масла холодного отжима. Почему вы решили получить сертификат в этой области? Вы считаете оливковое масло основой основ? Скажите, в кулинарной школе вы посвящаете время теме оливкового масла?

Да, я профессиональный сертифицированный дегустатор оливкового масла холодного отжима. Попытаюсь быть краткой. Те

же мои друзья, о которых я уже упоминала ранее, меня фактически заставили пойти на учебу, так как считали, что у меня талант дегустатора. Хороший нос, проще говоря. В общем-то, по итогам обучения так мне руководители Итальянской ассоциации дегустаторов оливкового масла холодного отжима и сказали - я набрала больше всех баллов на заключительном экзамене, чем всех поразила. Довольно удивительно слышать от итальянцев

комплименты о безошибочном описании оливкового масла холодного отжима, ведь это совершенно необычная для русского человека профессия. У нас нет культуры потребления оливкового масла.

Я считаю, что качественное масло делает 80% блюда, остальные 20% - другие не менее качественные ингредиенты. Некачественным маслом можно испортить самые лучшие и дорогие ингредиенты. К сожалению, количество такого масла лимитировано, а производителей - единицы. Поэ-



тому это достаточно дорогой и элитный продукт. В школе или во время тура мы уделяем этой теме огромное количество времени. Абсолютно все обучающиеся посещают завод по производству оливкового масла холодного отжима, и там мы устраиваем дегустации, учим понимать нюансы, отличать плохое масло от хорошего и применять знания на практике. Очень успешно, я считаю. Я довольна результатами нашего труда.

R.F.: В кулинарной школе вы учите по рецептам из ваших книг, или там абсолютно новые рецепты? Из года в год программа обучения меняется только в зависимости от сезонности продуктов, или вы в принципе меняете всю программу обучения?

В кулинарной школе и в турах я никогда не готовила по рецептам из книг. Каждая группа имеет свою программу, и мы готовим абсолютно новые блюда каждый сезон. Чаще всего я делаю микс из моих авторских и традиционных (региональных) блюд. Так как традиционная кухня - это интересное прошлое. Сейчас мне интересно другое, поскольку традиционную итальянскую региональную кухню я изучила досконально. Поэтому я беру лучшее из нее и делаю что-то новое, мое (авторское) постоянно.

Шефы, с которыми мы сотрудничаем, безусловно, тоже готовят каждый раз новые блюда. Я скажу, что неизменным остается лишь фундамент. Я объясняю, например, техники и способы приготовления ризотто, обработки рыбы и морепродуктов, работы с травами. Но каждый раз (летом, осенью, весной) все рецепты новые, и сезонность для меня имеет огромное значение.

R.F.: Тема роста евро очень актуальна сейчас в России. Ощущаете ли вы, что в этом летнем сезоне русских учеников стало меньше? Есть ли у вас какие-либо приятные скидки для ваших студентов из России?

Ощущаем - слабо сказано. Серьезнейший спад! Печально, но это факт. Я снизила все цены на туры и школу до минимума. Школа стоит 1500 евро и, учитывая то, что я работаю только на дорогих и высококачественных продуктах и винах, это болезненно. Но другого выхода нет. Цены на тур мы тоже снизили: Сорренто стоит 4500 евро, а Тоскана будет стоить в ноябре 4000 евро. Я не теряю надежды, что все изменится в лучшую сторону. Хочется верить!

R.F.: Вы также разработали программу гастрономических туров. В чем их особенность? Какие города обычно входят в программу? Можете вкратце описать программу гастрономического тура?



Да, я делаю туры в два региона: Кампания (Соррентийский полуостров, Амалфитанское побережье) и Тоскана (Кьянти). Это разные и очень интенсивные программы.

В Сорренто группа живет в шикарном отеле-бутик с видом на Капри, Везувий, Искью и Прочиду. Невероятный вид, самое красивое место в мире!

Каждый день (во второй половине дня) - мастер-класс, который даю или я, или шеф ресторана Роберто Аллокка, обладатель звезды Мишлен, мой учитель и настоящий гурман.

Мы готовим полноценные обеды, состоящие из закуски, первого блюда (паста или ризотто), второго блюда (мяса или рыбы с гарнирами) и десерта. Это занимает примерно 4-5 часов. Каждый вечер нас ждет ужин из этих блюд, к ним подбираются определенные вина.

Утром и днем (в первой половине дня) мы едем, например, на винодельню, где делают одно из лучших вин Италии, дегустируем вино в компании хозяев с блюдами, которые они для нас специально приготовили всей семьей. То есть, такой семейный, вкусный, счастливый и обильный обед. В другой день мы едем на фабрику по переработке цитрусовых, слушаем интересный рассказ хозяйки о работе фабрики и дегустируем продукты, которые они производят: ликеры (лимончелло, ликеры из мандарина, из апельсина, из дикорастущего фенхеля, из лакрицы и т.д.), мороженое, сорбе. На третий день мы едем на буйволиную ферму, где делают невероятно вкусный, лучший в Италии сыр – моцареллу и

рикотту. Сначала нам показывают и рассказывают о работе фермы, о жизни буйволиц. Смотрим, как делают моцареллу. А потом дегустируем продукты: сыры, рикотту, йогурты. Это уникальная ферма, их продукты не попадают в розницу, их можно попробовать и купить только там. Также мы ездим в гости к знаменитому неаполитанскому пиццайоло, многократному чемпиону мира, обладателю множества трофеев, на мастер-класс по пицце

необычной, длинной расстойки. Все могут попробовать приготовить свою собственную пиццу.

Есть также время для отдыха и передышки: мы едем на Капри и гуляем по острову. Я провожу гостей по тем местам, куда бы они сами не пошли; или едем в Равелло, Амалфи и Позитано. Это светлый, приятный, вкусный, солнечный и запоминающийся гастрономический тур.

Что касается тура в Тоскану, то здесь немного другой формат.

Мы живем на шикарной исторической дворянской вилле во Флорентийском Кьянти (это область Тосканы, возле Флоренции). Посещаем фабрики по производству пасты и оливкового масла холодного отжима (там у нас проходят дегустации масла и блюд, которые я готовлю с учениками заранее); едем охотиться на трюфель и потом дегустируем блюда из него (это полноценный обед); посещаем свиноферму, где животные живут на свободном выпасе, и затем едем к мясникам, пробуем продукты, которые они делают. Обязательно также посещаем историческую вино-

МОЯ
ЖИЗНЬ – ЭТО
КУХНЯ И ИТАЛИЯ.
У МЕНЯ ЗАМИРАЕТ
СЕРДЦЕ ПРИ ОДНОЙ
МЫСЛИ О
НОВОМ ТУРЕ!

ТИРАМИСУ С КЛУБНИКОЙ,
БАЗИЛИКОМ И
ОЛИВКОВЫМ МАСЛОМ
ОТ РОБЕРТО АЛЛОККА



дельню в Кьянти и один день проводим в ресторане на берегу моря в сопровождении известного в Италии шефа - Деборы Корси. Ресторан работает только для нас в этот день.

И, конечно же, я приглашаю различных шефов, которых считаю лучшими. Схема мастер-классов такая же, как и в Сорренто. Один день мы даем на отдых и прогулки по Флоренции в сопровождении высококлассного гида.

Школьный же формат - это жизнь в небольшом домике в Тоскане. Мы завтракаем, а потом начинаем готовить полноценный обед и полноценный ужин. Ко всем блюдам подобрано вино. В перерыве отдыхаем, общаемся, ездим куда-нибудь. Основная цель школы - дать максимум знаний и получить удовольствие.

Я хочу подчеркнуть, что огромное значение для меня имеет качество продуктов - я использую все только самое лучшее. Что-то ищу заранее на выставках или в специальных магазинах: только фермерское мясо, только дикую рыбу, только самые свежие овощи, травы и фрукты. Для своих блюд я сама подбираю вина. И вообще для всех блюд (шефов и моих), я сама подбираю масла.

R.F.: Элла, вы автор 3-х кулинарных бестселлеров. Последнюю книгу вы выпустили в 2012 году. Наверняка за 3 года у вас накопилось много рецептов. Планируете ли выпустить новую книгу?

У меня много рецептов, но пока я не планирую писать книг. Из бывшего издательства я ушла еще два года назад. Возможно, я напишу книгу здесь, в Италии, в соавторстве. А может, и в России, с новым издательством. Жизнь покажет, а пока нужно много работать.

R.F.: Наверняка у вас очень насыщенные дни, ведь на всех мастер-классах школы и в кулинарных турах вы присутствуете лично. Что вдохновляет на новые свершения?

Я думаю о цели, к которой иду. Я хочу и люблю делать то, что я делаю, мне не нужно себя заставлять. Это идет от сердца. Я не понимаю, когда люди делают что-то только из-за денег. Моя жизнь - кухня и Италия. У меня замирает сердце при одной мысли о новом туре! Я счастлива работать рядом с талантливыми людьми.

R.F.: Какой вы видите школу через год, через 5 лет? Есть ли какие-то глобальные планы? Она по-прежнему останется небольшим семейным бизнесом или станет более масштабным проектом?

Есть очень большой и важный план, о котором я не могу говорить публично. Я очень надеюсь, что все

сложится, и у нас с мужем все получится. Но это будет совсем другой, новый проект. И новая жизнь...



Тирамису с клубникой, базиликом и оливковым маслом от Роберто Аллокка

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 40 МИНУТ + 3-4 ЧАСА В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. ПОРЦИИ: 10.

Очень важное дополнение: в данном рецепте основополагающим ингредиентом является оливковое масло холодного отжима. Им можно все как испортить, так и превратить блюдо в «нектар Богов». Масла крупных производителей для приготовления этого десерта не подойдут. Я использую оливковое масло сорта Морайоло (производители Виола или Прунети).

Ингредиенты: ● 10 яичных желтков ● 350 г сахара ● 400 г маскарпоне ● 200 г свежих сливок 35% ● 30 шт. Савоярди ● 500 г свежей клубники ● листья 1 веточки свежего базилика ● 3 ст.л. оливкового масла холодного отжима высокого качества (!) ● 300 г свежеприготовленного клубничного сока

Приготовление:

1. Клубнику вымыть, удалить плодоножки и нарезать. Сложить клубнику в отдельную миску, добавить 50 г сахара, мелко рубленые листья базилика, оливковое масло холодного отжима. Оставить миску при комнатной температуре и заняться приготовлением крема.

2. В отдельную миску выложить яичные желтки и 300 г сахара и взбить миксером на высокой скорости, пока масса не побелеет и не увеличится в объеме. Взбивать массу примерно в течение 20 минут (удобнее использовать кухонный робот).

3. В отдельной миске взбить на средней скорости охлажденные сливки до мягких и устойчивых пиков. Добавить маскарпоне, продолжая взбивать.

4. Соединить яичную и сливочную массы аккуратным движением силиконовой лопатки снизу вверх. Перемешать так, чтобы масса была однородной.

5. Савоярди разрезать вдоль - так их будет легче пропитать соком.

6. Выложить первый слой крема в форму (идеально использовать кондитерский мешок), затем расположить сверху савоярди, предварительно пропитав их в разогретом до 30°C клубничном соке, затем опять выложить слой крема и немного клубники. Повторить слой за слоем.

7. Убрать бокалы с тирамису в холодильник на 3-4 часа, предварительно накрыв их пищевой пленкой. Перед подачей украсить каждый десерт листиком базилика и мелко нарезанной клубникой.



Осьминог с песто и картофелем



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 6.

Для приготовления этого блюда я использовала оливковое масло холодного отжима сорта Морайоло (производители Виола или Прунети).

Ингредиенты: ● 1 осьминог весом 1,2 кг ● 1 стебель сельдерея ● 1 морковь ● 1 луковица ● 1 зубчик чеснока ● 5-6 помидоров конфи* ● 100 г фисташек ● 4-5 веточек базилика ● 2 листика перечной мяты ● 6-7 средних картофелин ● оливковое масло холодного отжима ● соль по вкусу

Приготовление:

1. Осьминога очистить от внутренностей, удалить клюв, вырезать глаза, накрыть полиэтиленовым пакетом и отбить, используя кухонный молоток. Делать это нужно очень аккуратно, чтобы не повредить щупальца. Обычно осьминога замораживают, но, на мой взгляд, это все равно не сделает его таким мягким.

2. В кастрюлю объемом 5 л налить воду, сложить очищенные и вымытые сельдерея, морковь, петрушку, лук и чеснок. Поставить кастрюлю с водой на огонь и довести ее до кипения.

3. Выложить в кипящую и подсоленную воду осьминога. Как только вода в кастрюле закипит, убавить огонь до умеренного и варить в течение 50 минут. Снять кастрюлю с осьминогом с огня и оставить его остывать в воде.

4. Пока осьминог остывает, отварить картошку в мундире и очистить ее от кожуры.

5. Приготовить песто. В стакан блендера выложить листья базилика и мяты, фисташки, помидоры и соль. Влить масло и измельчить все до однородного состояния. Масла должно быть достаточное количество, иначе масса будет похожа на пластилин.

6. Достать осьминога из воды, нарезать щупальца на кусочки шириной 2 см, добавить горячую картошку, песто и хорошо перемешать. Можно также прогреть осьминога с картофелем в кастрюле с антипригарным покрытием перед тем, как заправить его песто. Подавать осьминога сразу же, в теплом виде.



Помидоры конфи*



ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА. ПОРЦИИ: 1.

Ингредиенты: ● 5 помидоров на веточке

● 2 очищенных зубчика чеснока ● 10 г сахарной пудры ● 1 веточка свежего орегано ● 1 веточка свежего тимьяна ● 2 веточки свежего базилика ● цедра 1 лимона ● цедра 1 одного апельсина ● оливковое масло холодного отжима ● соль по вкусу

Приготовление:

1. Срезать цедру с лимона и апельсина, используя овощечистку. В кастрюлю налить воду, поставить ее на огонь.

2. Как только вода в кастрюле закипит, выложить в нее предварительно надрезанные помидоры и бланшировать в течение 25 секунд. Откинуть на дуршлаг, разрезать на 4 части и очистить помидоры от семян и кожицы.

3. Выложить помидоры на противень, выстеленный бумагой для выпечки. Посыпать тимьяном, листьями базилика, орегано, сахарной пудрой, цедрой, солью и полить оливковым маслом холодного отжима. Запекать в предварительно разогретой до 90 °C духовке в течение 1,5-2 часов.

www.ellamartino.ru



ОСЬМИНОГ С ПЕСТО
И КАРТОФЕЛЕМ

Cupcake Story

homemade
&
delicious



ORIGINAL



BESTSELLERS



DESIGNED



HEALTHY & FITNESS



+7 (499) 322-00-20



zakaz@cupcakestory.ru

www.cupcakestory.ru



АМЕРИКА

АМЕРИКАНСКИЙ
ВИШНЕВЫЙ
ПИРОГ

РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **МАША НЕМОВА**

ВЫПЕЧКА
С ВИШНЕЙ

НИЧТО НЕ СРАВНИТСЯ СО ВКУСОМ СВЕЖЕГО, АРОМАТНОГО, СОЧНОГО ПИРОГА С ВИШНЕЙ, ТОЛЬКО ЧТО ИЗВЛЕЧЕННОГО ИЗ ДУХОВКИ, С ПЫЛУ С ЖАРУ. ОСОБЕННО ПОД АККОМПАНеМЕНТ ЧАШЕЧКИ ЧАЯ ИЛИ КОФЕ. КАК ЛЮБЯТ ГОВОРИТЬ АМЕРИКАНЦЫ: «Я НЕ БУДУ СЛЕДОВАТЬ ТОЙ ДИЕТЕ, КОТОРАЯ ЗАПРЕЩАЕТ ЕСТЬ ВИШНЕВЫЕ ПИРОГИ» (АНГЛ. THERE'S NO DIET LIST I'LL FOLLOW THAT WOULD RULE OUT CHERRY PIE). И МЫ С ЭТИМ ПОЛНОСТЬЮ СОГЛАСНЫ! А ВЫ?



Американский вишневый пирог

Источник: Baking At Home, CIA

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 6-8.

Пожалуй, самый популярный пирог Америки. В те времена, когда холодильник и заморозка продуктов не были широко распространены, этот пирог можно было по праву считать национальным блюдом и одним из немногих способов «утилизировать» урожай вишни, сбор которого приходился на начало июля, когда вся страна праздновала день независимости.

Ингредиенты: *Для теста:* ● 200 г муки ● 100 г охлажденного сливочного масла ● примерно 60 мл воды ● 1 яйцо, взбитое с 2 ст.л. молока (для смазывания пирога) *Для начинки:* ● 600 г вишни без косточек (свежей или замороженной) ● вишневый сок (можно использовать тот, что останется после разморозки ягод) ● 200 г сахара ● ½ ч.л. молотой корицы ● ¼ ч.л. мускатного ореха ● ¼ ч.л. соли ● 1 ч.л. лимонного сока ● 4 ст.л. крахмала ● 25 г сливочного масла

Приготовление:

1. Приготовить тесто. Муку и соль просеять и смешать. Сливочное масло нарезать небольшими кубиками и перетереть с мукой в мелкую крошку с помощью кухонного комбайна или блендера. Вода может понадобиться не вся, поэтому сначала нужно добавить в тесто немного и перемешать комбайном или блендером. Если тесто можно будет собрать руками и слепить из него шар, больше воды добавлять не нужно. Тесто должно получиться влажным и грубым. Для того, чтобы сформировать из него шар, переложить тесто на присыпанную мукой поверхность и собрать руками. Если нужно две основы, то тесто лучше

сразу разделить на две части и слепить из них шары. Каждый шар нужно примять так, чтобы он стал похож на лепешку, затем обернуть в пищевую пленку и убрать в холодильник минимум на 20 минут.

2. Приготовить начинку. Смешать сахар, корицу, мускатный орех и соль. Добавить вишневый и лимонный сок. Довести до кипения и снять с огня. Крахмал развести в ¼ стакана воды и хорошо размешать, чтобы не осталось комочков. Постепенно ввести его в горячий вишневый сок, постоянно помешивая венчиком. Затем снова довести смесь до кипения на сильном огне, добавить вишню и готовить еще около минуты. Снять с огня, добавить сливочное масло и перемешать. Дать начинке полностью остыть.

3. Разогреть духовку до 220 С. Тесто достать из холодильника, раскатать и уложить в форму диаметром 22-24 см. Заполнить основу остывшей начинкой до краев, накрыть сеточкой из теста и смазать яйцом, взбитым с молоком. Украсить на свой вкус. Поставить пирог в духовку на 30-35 минут.

Совет: На дно духовки лучше подложить бумагу или другую форму, так как начинка будет вытекать.



Баскский пирог

Источник: Patisserie by Murielle Valette

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 6-8.

Страна Басков известна своим пристрастием к хорошей еде. Ее называют самым вкусным регионом Испании. Несмотря на то, что самые знаменитые местные блюда готовят из рыбы, не менее популярен в этих краях и баскский пирог, который удостоился даже отдельного

конкурса. Вариаций этого пирога очень много, но все они созданы на основе классической формулы закрытого пирога с заварным кремом и вишней.

Ингредиенты: *Для заварного крема:* ● 4 желтка ● 50 г сахарной пудры ● 25 г муки ● 350 мл молока ● 1 стручок ванили *Для теста:* ● 200 г сливочного масла ● 150 г сахарной пудры ● 1 яйцо ● 1 желток ● 150 г муки *Для начинки:* ● 250 г вишни

Приготовление:

1. Приготовить заварной крем. Желтки взбить с сахарной пудрой в пышную пену. Добавить муку и перемешать. Молоко довести до кипе-

ния и влить в желтковую смесь тонкой струйкой, постоянно помешивая. Затем перелить обратно в сотейник. Заварить крем, постоянно помешивая, около минуты. Процедить, накрыть пленкой и дать остыть.

2. Приготовить тесто. Сливочное масло взбить с сахарной пудрой. Добавить яйцо и желток, тщательно перемешать. Добавить муку, замесить тесто и скатать его в шар. Разделить его на две части и завернуть в пленку. Убрать в холодильник на 30-40 минут.

3. Раскатать охлажденное тесто и выложить в форму диаметром 24 см. Залить заварным кремом, выложить в крем вишню и накрыть вторым пластом теста. Сделать в нескольких местах проколы и выпекать при 180 С 30-35 минут.



Вишневый клафути

Источник: Patisserie by Murielle Valette

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 4.

Историю появления клафути относят к 19 веку. Тогда это десерт считался деревенским и «ленивым»: вишни с косточками просто заливали блинным тестом. Однако, именно вишня с косточкой стала его секретным ингредиентом, придающим выпечке особый ореховый аромат и вкус. Сегодня в клафути кладут как замороженную, так и консервированную вишню. Можно использовать и другие сезонные ягоды и фрукты по вкусу, но тогда этот десерт уже будет называться флорьярд.

Ингредиенты: ● 2 средних яйца ● 4 желтка ● 150 г сахарной пудры ● 1 ч.л. ванильного экстракта ● 20 г муки ● 375 мл сливок 33-35% ● 75 мл молока ● 300 г вишни с косточкой ● кусочек сливочного масла для смазывания формы ● сахарная пудра для декора

Приготовление:

1. Смешать яйца, желтки, ванильный экстракт и сахарную пудру. Добавить муку и перемешать.

2. Сливки с молоком довести в сотейнике до кипения. Тонкой струйкой влить в яичную смесь, постоянно помешивая.

3. Форму для выпечки диаметром 24 см смазать маслом, выложить на дно вишню и залить ее тестом.

4. Выпекать в разогретой до 180 С духовке 35-40 минут. Готовый пирог остудить и посыпать сахарной пудрой.



ФРАНЦИЯ

**ВИШНЕВЫЙ
КЛАФУТИ**

ЗАКУСОЧНЫЙ
ОВОЩНОЙ КЕКС

БЕЗ
ГЛЮТЕНА



ГЛЮТЕН (ЛАТ. GLUTEN – КЛЕЙ) ИЛИ КЛЕЙКОВИНА – СЛОЖНЫЙ БЕЛОК, ВХОДЯЩИЙ В СОСТАВ МНОГИХ ЗЛАКОВЫХ КУЛЬТУР, В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ, ПШЕНИЦЫ, ЯЧМЕНЯ И РЖИ. СОДЕРЖАНИЕ ГЛЮТЕНА В МУКЕ ЯВЛЯЕТСЯ КЛЮЧЕВЫМ ФАКТОРОМ, ВЛИЯЮЩИМ НА ПРОСТОТУ ЕЕ СМЕШИВАНИЯ С ВОДОЙ. ПО СУТИ, ГЛЮТЕН СКЛЕИВАЕТ ТЕСТО — ЧЕМ МЕНЬШЕ ГЛЮТЕНА ВХОДИТ В СОСТАВ ЗЕРНА, ТЕМ СЛОЖНЕЕ ИЗГОТОВИТЬ ОДНОРОДНУЮ МАССУ ИЗ МУКИ ПОДОБНОГО ЗЛАКА.



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **АЛЕНА ВЕСЕЛОВА**



Все продукты из муки пшеницы, ячменя или ржи более чем наполовину состоят из глютена: это хлеб и любые хлебобулочные изделия, сладкая выпечка, различные виды макарон,

спагетти, хлопья и сухие завтраки. Глютен также часто используется в пищевой промышленности для придания жидким субстанциям вязкости: он применяется при производстве кетчупа и соусов, мороженого, йогуртов и других продуктов. В этом случае он обозначается как «модифицированный пищевой крахмал» или «гидролизированный белок».

Последователями безглютеновой диеты являются как люди, страдающие непереносимостью глютена (целиакией), так и здоровые люди, следящие за своим питанием или желающие сбросить лишний вес. Согласно исследованиям, целиакия наблюдается примерно у 1% населения — ей болеет 1 человек из 100-150. Иммуитет таких людей воспринимает глютен как чужеродное вещество, заставляя организм «бороться» с ним любыми возможными методами. Поскольку этот белок попадает в организм с пищей, то у больных целиакией страдает, в первую очередь, пищеварительная система: нарушаются функции кишечника, понижается уровень усвоения сахаров, жиров, витаминов и минералов. Человек чувствует постоянный дискомфорт и легко утомляется.

Самым простым и доступным способом выявления непереносимости глютена является исключение его из питания на некоторое время и внимательная оценка самочувствия (обычно микрофлоре кишечника требуется как минимум 10-14 дней для частичного восстановления). По-

следующее возвращение в рацион продуктов из пшеницы станет показательным: если оно спровоцирует возникновение неприятных ощущений и проблем с пищеварением, то вы, скорее всего, не переносите глютен.

Основу безглютеновой диеты составляет полный отказ от любых продуктов, изготовленных из пшеницы, ячменя и ржи, в первую очередь, хлеба, макарон и каш. Овес допускается только в тех случаях, когда он очищен и не смешан с другим зерном. Обычно на упаковках продуктов, не содержащих клейковину, стоит отметка «Без глютена». К ним относятся все виды мяса и рыбы, яйца, картофель, рис, кукуруза, горох и прочие бобовые культуры, орехи, фрукты и овощи. Молочные продукты и сыр разрешены, только если у человека не наблюдается непереносимость лактозы. Списки опасной и безопасной для употребления еды можно найти в интернете.

Если вам пришлось отказаться от глютена, не стоит расстраиваться - продуктов без клейковины гораздо больше, чем тех, что ее содержат. К тому же, они являются основой здорового питания. Однако если явных противопоказаний нет, то не стоит добровольно отказываться от глютена и впадать в крайности. Глютен - не враг организму, а его отсутствие - не панацея от всех возможных болезней или лишнего веса. Помимо того, что он является своеобразным клеем, позволяющим придать продуктам нужную форму и консистенцию, он также богат клетчаткой, витаминами группы В и железом. При его отсутствии приходится использовать в качестве склеивающего материала большее количество жиров или сахарного сиропа, что увеличивает калорийность еды. Плюс, продукты, свободные от клейковины, стоят на порядок дороже обычных. Поэтому очень важно всегда

следить за тем, как организм реагирует на то или иное питание и принимать решение о любых изменениях в рационе, исходя из вашего самочувствия, а не следуя веяниям моды.



Закусочный овощной кекс

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 10 МИНУТ. ПОРЦИИ: 8-10, НА 1 СТАНДАРТНУЮ ПРЯМОУГОЛЬНУЮ ФОРМУ ДЛЯ КЕКСА.

Ингредиенты: ● 4 средних морковки ● 2 небольших цукини ● 2 небольших кабачка ● 30 г сливочного или кокосового масла + дополнительно для смазывания формы ● 1 зубчик чеснока ● соль, черный перец по вкусу ● 6 яиц ● 60 мл кефира, кокосового или миндального молока ● 30 г кокосовой муки ● ½ ч.л. разрыхлителя теста ● 1 веточка свежего базилика

Приготовление:

1. Разогреть духовку до 180 С. Слегка смазать прямоугольную форму для кексов маслом и выстелить пергаментом.
2. Морковь очистить и нарезать тонкими ломтиками. Цукини и кабачки также нарезать тонкими ломтиками (кожуру можно не снимать).

3. В большой сковороде разогреть масло, добавить измельченный чеснок и обжаривать 30-60 секунд до появления отчетливого аромата. Добавить нарезанные овощи, посолить и поперчить. Тушить овощи до мягкости, изредка помешивая, в течение 8-10 минут.

4. Отдельно просеять кокосовую муку, добавить ¼ ч.л. соли и разрыхлитель. Взбить яйца с кефиром или молоком, добавить муку и перемешать до полного соединения компонентов. Смесь должна немного загустеть.

5. Добавить в смесь подготовленные овощи и нарезанный свежий базилик. Вылить тесто в форму.

6. Выпекать кекс 40-45 минут до золотистого цвета. Дать кексу остыть в форме 10 минут, затем вынуть и остудить на решетке.



Клафути с грушей и миндалем

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 6-8, НА ФОРМУ ДИАМЕТРОМ 22-25 СМ.

Клафути содержит много яиц и по вкусу немного напоминает сладкий омлет. Алкоголь и ванильный экстракт придают тесту приятный аромат.

Ингредиенты: ● кокосовое или сливочное масло для смазывания формы ● 2-3 груши ● 240 мл



ПИРОГ
С КУКУРУЗНОЙ
МУКОЙ
И ЦИТРУСОВЫМИ



ПЕЧЕНЬЕ
С ШОКОЛАДНЫМИ
КАПЛЯМИ



кокосового молока • 3 яйца • 1 ч.л. ванильного экстракта • 1 ст.л. коньяка (бренди, грушевого ликера и т.п. по желанию) • 50 г сахара • 60 г миндальной муки • ¼ ч.л. соли • горсть миндальных лепестков для посыпки

Приготовление:

1. Разогреть духовку до 190 С. Смазать круглую форму для пирога маслом.
2. Груши разрезать пополам, удалить сердцевину, нарезать ломтиками и выложить в форму.
3. Смешать в блендере кокосовое молоко, яйца, ваниль, коньяк, сахар, миндальную муку и соль. Получится однородное жидкое тесто.
4. Вылить тесто в форму и присыпать миндальными лепестками. Запекать, пока тесто не «схватится», 35-40 минут. Дать постоять 10-15 минут. Подавать теплым или комнатной температуры.



Пирог с кукурузной мукой и цитрусовыми

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 10 МИНУТ. ПОРЦИИ: 8-10.

Ингредиенты: *Для пирога:* • 130 г сахара • 2 ч.л. апельсиновой цедры + 50 мл свежесжатого апельсинового сока • 1 ч.л. цедры грейпфрута + 30 мл свежесжатого сока грейпфрута • 180 мл натурального йогурта (не очень жидкого) • 80 мл оливкового масла • 1 яйцо • 110 г рисовой муки • 35 г миндальной муки • 45 г кукурузной муки • 30 г картофельного крахмала • 2 ст.л. кукурузного крахмала • 1 ст.л. разрыхлителя теста • ½ ч.л. соли • 50 г миндальных лепестков *Для сиропа:* • 70 г сахара • 60 мл воды • 2 ч.л. апельсиновой цедры + 30 мл свежесжатого апельсинового сока • 1 ч.л. цедры грейпфрута + 30 мл свежесжатого сока грейпфрута

Приготовление

1. Разогреть духовку до 175 С. Смазать разъемную форму диаметром 20 см маслом.
2. Приготовить сироп: сахар с водой довести до кипения, дождаться растворения сахара и добавить цедру и сок. Снять с огня.
3. Для теста сахар смешать с цедрой и соком, добавить масло и яйца, перемешать.
4. Отдельно смешать все виды муки, крахмал, разрыхлитель и соль. Добавить масляно-яичную смесь и хорошо перемешать.
5. Вылить тесто в форму и посыпать миндальными лепестками. Выпекать в течение 45-50 минут. При помощи зубочистки проткнуть пирог в нескольких местах и полить сиропом. Дать полностью остыть.



Печенье с шоколадными каплями

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 20 МИНУТ. ПОРЦИИ: 15 ШТУК.

Ингредиенты: • 240 г миндального масла • 130 г темно-коричневого сахара • 1 яйцо • 1 ч.л. ванильного экстракта • 1 ч.л. соды • ¼ ч.л. соли • 80 г шоколадных капель • крупная соль для посыпки

Приготовление:

1. Разогреть духовку до 180 С. Смешать миндальное масло с сахаром. Добавить яйцо и ваниль, тщательно перемешать.
2. Добавить соду, соль и шоколадные капли. Аккуратно перемешать.
3. Выложить шарики из теста на противень на расстоянии 5-7 см друг от друга. Посыпать крупной солью. Выпекать 8-10 минут или пока печенье не начнет темнеть по краям.
4. Дать печенью немного остыть на противне, затем переложить на решетку. Сначала печенье будет очень мягким, поэтому переносить его нужно при помощи широкой лопаточки. При остывании печенье затвердеет.



Безглютеновый торт с кремом из маскарпоне

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 30 МИНУТ + 2 ЧАСА НА ОХЛАЖДЕНИЕ. ПОРЦИИ: 12-14.

У этого пирога очень вкусные коржи, которые не требуют пропитки. Их можно испечь отдельно в виде пирога и употреблять без крема.

Ингредиенты: *Для коржей:* • 160 г миндальной муки • 240 г муки из коричневого риса (цельнозерновой рисовой муки) • 3 яйца • 250 г масла комнатной температуры • 150 г коричневого сахара • цедра и сок 1 лимона • 1 ч.л. разрыхлителя теста • 1 ч.л. соды • ¼ ч.л. соли *Для крема и начинки:* • 750 г сыра маскарпоне • 180 мл жирных сливок • 50 г сахарной пудры • сок 1 лимона • 150-200 г свежих ягод или мелко нарезанных фруктов

Приготовление:

1. Достать заранее из холодильника масло и яйца для коржей. Духовку разогреть до 180 С. Круглую разъемную форму диаметром 25 см (или

БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ ТОРТ С КРЕМОМ ИЗ МАСКАРПОНЕ



две формы по 17-18 см) смазать маслом и выложить дно пергаментом. Яйца разделить на желтки и белки.

2. Взбить масло с сахаром в пышную светлую массу. Добавить желтки по одному, взбивая массу после каждого. Добавить цедру и сок лимона и снова взбить.

3. Рисовую муку просеять, смешать с миндальной, разрыхлителем, содой и солью. Постепенно ввести в массу мучную смесь, постоянно перемешивая.

4. Отдельно взбить белки до жестких пиков и осторожно вмешать в тесто лопаточкой.

5. Выложить тесто в форму диаметром 25 см (или распределить поровну по двум формам 17-18 см) и выпекать до «сухой зубочистки»: 50-60

минут для большой формы или 40-50 минут для маленьких.

6. Дать коржам остыть 10 минут в форме, затем извлечь их и полностью остудить на решетке минимум 1 час. Если вы выпекали один большой корж 25 см, то необходимо разрезать его вдоль на два тонких коржа.

7. Для крема взбить сливки, к ним аккуратно подмешать маскарпоне, лимонный сок и сахарную пудру по вкусу. Примерно $\frac{1}{2}$ - $\frac{2}{3}$ получившегося крема смешать с ягодами и фруктами (часть при желании оставить для украшения) и распределить по нижнему коржу. Накрыть верхним коржом и смазать верх и бока торта оставшимся кремом. Охладить в холодильнике в течение 1 часа перед подачей.



ШОКОЛАДНЫЕ
ПОНЧИКИ
В ШОКОЛАДНОЙ
ГЛАЗУРИ



Шоколадные пончики в шоколадной глазури 🍪🍪

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 8 ШТУК.

Количество ингредиентов в рецепте рассчитано на 8 пончиков. Если у вас форма на 6 пончиков, оставшееся тесто можно испечь в обычных формах для маффинов.

Ингредиенты: *Для пончиков:* ● 4 яйца ● 60 мл растопленного кокосового масла + дополнительно для смазывания формы ● 80 г коричневого сахара ● 60 мл кокосового молока ● 1 ч.л. яблочного уксуса ● 1 ч.л. ванильного экстракта ● 60 г кокосовой муки ● 30 г какао-порошка ● ½ ч.л. соды ● ¼ ч.л. соли ● 60 г шоколадных капель *Для глазури:* ● 60 г шоколадных капель ● ½ ч.л. кокосового масла

Приготовление:

1. Духовку разогреть до 180 С. Слегка смазать

форму для пончиков маслом.

2. Взбить яйца с сахаром и кокосовым маслом до однородной кремовой консистенции. Постепенно добавить кокосовое молоко, уксус и ваниль, перемешивая до однородности.

3. Добавить просеянную муку и какао-порошок, соду и соль (можно просеять все сухие компоненты прямо в чашу миксера). Перемешать до соединения компонентов.

4. Аккуратно вмешать шоколадные капли и разложить тесто по формочкам (удобно это делать при помощи кондитерского мешка или обычного пакетика с отрезанным уголком). Тесто должно слегка не доходить до края формы.

5. Выпекать 15-18 минут до «сухой зубочистки». Дать немного остыть в форме, затем провести ножом по внутреннему и внешнему периметру формочек и вынуть пончики. Полностью остудить перед покрытием глазурью.

6. Для глазури смешать шоколадные капли с кокосовым маслом и нагревать в микроволновке интервалами по 15-30 секунд, перемешивая, пока шоколад не растопится. Обмакнуть остывшие пончики в глазурь. Хранить в холодильнике.

СЕКРЕТЫ ФУД – ФОТОГРАФА

ТЕКСТ: АНАСТАСИЯ ЗУРАБОВА ФОТО: АННА ПУСТЫННИКОВА



ЯРКИЕ, СОЧНЫЕ И АБСОЛЮТНО ИДЕАЛЬНЫЕ КАДРЫ ФОТОГРАФА И ФУД-СТИЛИСТА АННЫ ПУСТЫННИКОВОЙ БЕЗ ТРУДА УЗНАЮТ ВСЕ, КТО ХОТЬ НЕМНОГО ИНТЕРЕСУЕТСЯ ФУД-СЪЕМКОЙ. ВЫ МОГЛИ ВИДЕТЬ ИХ В РЕКЛАМЕ, НА СТРАНИЦАХ МНОГИХ ЖУРНАЛОВ И КУЛИНАРНЫХ КНИГ. ОБЛАДАЯ ПРЕКРАСНЫМ ВКУСОМ И РАЗВИТЫМ ЧУВСТВОМ ПРЕКРАСНОГО, АНЯ ПОДХОДИТ К СВОЕЙ РАБОТЕ ОЧЕНЬ ОСНОВАТЕЛЬНО, УДЕЛЯЯ ОГРОМНОЕ ВНИМАНИЕ МЕЛОЧАМ И НЕ ПРЕКРАЩАЯ НИ НА МИНУТУ СОВЕРШЕНСТВОВАТЬСЯ В ВЫБРАННОЙ ПРОФЕССИИ. В ИНТЕРВЬЮ НАШЕМУ ИЗДАНИЮ ОНА ПРОВЕЛА ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ НАСТОЯЩИЙ МАСТЕР-КЛАСС ПО ОСНОВАМ ФУД-СЪЕМКИ, ДАЛА МНОЖЕСТВО ЦЕННЫХ СОВЕТОВ НАЧИНАЮЩИМ ФОТОГРАФАМ И РАСКРЫЛА СЕКРЕТЫ ТОГО, КАК СДЕЛАТЬ ПО-НАСТОЯЩЕМУ АППЕТИТНЫЙ КАДР.

R.F.: Кто ты по образованию, и как родилось твоё увлечение фотографией, в частности, фуд-фото?

По образованию я преподаватель английского языка, но всю сознательную жизнь занималась маркетингом и рекламой для одной очень крупной компании – сети ресторанов быстрого обслуживания. Наверное, отчасти там и зародился мой интерес к фуд-фото, так как я очень часто заказывала съемки наших продуктов у разных фотографов, и мне приходилось регулярно на этих самых съемках присутствовать. Там я впервые узнала, что есть такие люди – фуд-стилисты. Плюс, мой папа – настоящий фанат фотоискусства: у него дома даже была своя мини-лаборатория для проявки фотографий, так что генетическая предрасположенность тоже явно имеет место быть.

Сейчас я снимаю для стоков, для рекламы и статей в журналах. Недавно вышла «моя» с точки зрения фотографий кулинарная книга, где я снимала все: от обложки и до последней страницы. Иногда снимаю репортажи, людей, но по большей части все-таки еду.

R.F.: Ты где-то училась фотографии или ты самоучка? Кого бы ты могла назвать своими учителями? С какими трудностями тебе пришлось столкнуться в начале своей деятельности?

В тот день, когда ко мне в руки попал фотоаппарат (это был Canon 350D с китовым объективом), мир перевернулся! Сквозь объектив мне все казалось прекраснее и загадочнее. Я нашла какую-то совершенно чудесную инструкцию в интернете по осно-

вам съемки на цифровой зеркальный фотоаппарат и очень быстро поняла, как все работает. И начала активно практиковаться. На тот момент больше всего меня вдохновляли люди и интересные места с ярко выраженной геометрией, симметрией: станции метро, скопления домов и линий и т.п. С людьми у меня сразу все сложилось, так как

обычно я оказываю на них некий расслабляющий эффект. К тому же, умею видеть внутреннюю красоту человека, поэтому ко мне была нескончаемая очередь из желающих сделать себе портфолио. Для меня это было лишь хобби, и я снимала исключительно тех, кто был мне интересен с точки зрения съемки, либо близких друзей, которым не могла отказать и кто был готов на творческие эксперименты.

На курсы фотографии я тоже успела походить. Первый раз в самом начале, когда хотела окончательно убедиться в том, что полностью понимаю возможности своего фотоаппарата. Из своей чудо-инструкции я, признаюсь, узнала больше, но мне было очень полезно послушать критику преподавателя. Я до сих пор вспоминаю некоторые замечания и полностью с ним согласна, хотя на тот момент мне не все было понятно на 100 %. Немного позже я решила расширить диапазон своих знаний и пошла на курс по предметной фотографии, но тогда я предметку практически не снимала, поэтому из этого курса вынесла минимум полезной информации - на специализированные курсы нужно идти все-таки с определенным багажом проблем и вопросов.

ГЛАВНОЕ
В СНИМКЕ –
ЭТО ИДЕЯ, А РЕКВИЗИТ
ДОЛЖЕН ЛИШЬ
ПОМОГАТЬ ЕЕ
ВОПЛОТИТЬ.



Сейчас я постоянно читаю всевозможные книги по фотографии, смотрю уроки, оттачиваю техническое мастерство. Мое увлечение все больше отражает значение слова «фотография» - светопись. Я «пишу» свою историю бликами и тенями.

Если говорить об «учителях», то меня вдохновляют работы очень многих фотографов, но я до сих пор буквально замираю, когда вижу портретные съемки Peter Lindbergh. Что касается еды, то, конечно, я в восторге от работ Helene Dujardin: ее книга Plate to Pixel безумно вдохновляющая!

R.F.: Расскажи, с чего ты начинала в фотографии и на что снимаешь сейчас? Обрабатываешь ли ты готовые снимки?

Серьезно и основательно я занялась фотографией после выхода в декрет, когда стало больше свободного времени. Плюс, муж помог мне определиться с новыми «моделями» для съемки, так как готовить я тоже начала больше. Я очень благодарна ему за постоянную поддержку и веру в меня! Тогда у меня появился новый фотоаппарат Canon 5D Mark II и новые объективы. Большую часть своих фотографий еды я делала при помощи объектива EF 50 mm f/1.4, пока около года назад не стала счастливым обладателем EF 100 mm f/2.8L Macro. Сейчас я снимаю им 90% своих фуд-фотографий, но иногда возвращаюсь к EF 50 mm f/1.4 и EF 24-70 mm f/2.8. Есть еще замечательный и очень любимый многими фотографами-предметниками объектив Tilt-Shift TS-E 90 mm f/2.8, но я пока никак не могу с ним окончательно подружиться.

Самый важный момент любой фотографии – свет! Я снимаю в 90% случаев с искусственным импульсным светом (ИО). На момент начала моих серьезных занятий фуд-фото мы жили в очень темной квартире с маленьким ребенком, и, чтобы поймать хороший естественный свет, мне приходилось подстраивать под свое увлечение весь окружающий мир. Поэтому я решила на покупку ИО, при этом совершенно не понимая, что я буду с ним делать. Долгое время боялась достать его из коробки и попытаться во всем разобраться - казалось, что будет безумно сложно, неудобно, что он будет занимать много места. Но все страхи оказались совершенно беспочвенными! С момента освоения ИО я стала решать, какой я свет хочу и когда хочу. Сейчас я снимаю с естественным светом только тогда, когда нет ИО, и для меня это тоже интересный опыт, так как с ним приходится действовать иначе. Помимо личного удобства, возможности снимать ночью и в



ЕСЛИ
ЕСТЬ ИДЕЯ,
ТО ЭТО УЖЕ 50%
УСПЕХА, А СРЕДСТВА
ДЛЯ ЕЕ ВЫРАЖЕНИЯ
ВСЕГДА
НАЙДУТСЯ!

любую погоду, ИО дает лучшее качество фото при одинаковых настройках и одинаковой технике. Вы это вряд ли заметите, если снимаете для себя или для блога. Но для стоков это важный момент, так как там фотографии должны быть не просто красивыми, но и максимально хорошими с технической точки зрения: отсутствие шумов, резкость и многое другое.

Ну, и последний важный член моей съемочной команды – штатив! Тут, опять же, все зависит от целей и задач, но если вы снимаете со штативом, то точность фокуса, резкость повышается в разы.

Что касается обработки, то я считаю, что лучше постараться снять очень хорошо, чтобы не тратить на обработку много времени. Тем не менее, современная фотография немыслима без постобработки: улучшить можно даже очень хорошее фото! Большую часть правок я осуществляю в Lightroom - там все очень просто, быстро и удобно. В Photoshop я добавляю уже какие-то ювелирные штрихи. Хочу в будущем лучше освоить Photoshop, так как он предоставляет больше творческих возможностей.

R.F.: Ты снимаешь для разных изданий, рекламных постеров, сайтов, стоков. Различаются ли там как-то требования к фотографиям?

Пока я не пошла на стоки, я не представляла себе истинное лицо своих фотографий, ведь до того момента я никогда не смотрела на них в 100% размере! Ваша ответственность, бдительность, аккуратность возрастает в десятки раз, когда вы хоть раз увидите все дефекты: всевозможную пыль, отпечатки пальцев, реальную точность фокуса. Для сто-



ков фото должно быть идеальным при просмотре в 100% размере: точный и логичный фокус, никаких пятен, волосков, шумов и артефактов. Стоки научили меня стремиться к максимально возможному идеалу, поэтому теперь, вне зависимости от целей съемки, я снимаю только так. Даже если уверена на 100%, что фотографии будут использоваться в маленьком размере и не пойдут в печать.

R.F.: Есть ли у тебя любимые блюда для съемки, ракурс, реквизит? Есть ли какие-то заказы/проекты за которые ты не берешься, потому что они находятся вне твоей зоны комфорта?

Любимые «модели»...? Недавно я открыла для себя сырое мясо - оно потрясающе фотогенично! Люблю снимать ягоды, овощи, фрукты, зелень, овощные супы-пюре. Наверное, потому что я просто люблю их есть, в отличие от мяса. Но наибольший трепет у меня вызывают напитки, ведь снимать стекло, лед – это так захватывающе! Там очень важно поймать момент: пар от горячего чая, запотевший стакан освежающего лимонада, моментально улетающие пузырьки, смешение слоев... Плюс, стекло – это очень капризный объект для съемки: оно постоянно норовит отразить все, что только возможно.



Поэтому моя цель на ближайшее время – приручить стекло.

Если оценивать трезво, то реквизита у меня ужасно много, но по внутренним ощущениям мне всегда его не хватает. Мне кажется, с каждой новой тарелкой я начну снимать еще лучше и красивее. Раньше меня привлекал винтаж, все такое потертое, потрепанное, сейчас же я смотрю шире: все должно быть уместно и логично. Главное – это идея, а реквизит должен помогать ее воплотить. Я схожу с ума по бело-голубым принтам и знаю, наверное, всех производителей посуды в этой цветовой гамме. Я всегда покупаю предметы этой расцветки, но снимаю гораздо реже, чем мне хотелось бы. Ведь часто эти потрясающие для моих глаз рисунки слишком сильно тянут одеяло на себя, и главный герой моей композиции слабеет и уходит на второй план, а этого допустить я не могу. Также очень люблю дерево – доски, миски, ложки, подставки.

Я трепетно слежу за всеми новыми мировыми трендами в фуд-съемке: какие тарелочки, чашечки, бутылочки используются, - и стараюсь все это по возможности сразу приобрести. Но всем начинающим фуд-фотографам посоветую: начните с покупки хорошей белой посуды. Если не подойдет ни одно из ваших сокровищ, то белая тарелка вас всегда выручит. Лучше всего присмотреться к производителям посуды для ресторанов: там стиль, качество и дизайн обычно гораздо лучше.

Ракурс в моем случае всегда подчиняется идее. Он помогает расставить акценты, показать именно то главное, на что должен упасть взгляд в первую очередь. Я всегда снимаю со всех возможных и логичных ракурсов, а потом уже решаю при постобработке, какие кадры оставить.

Снимать на заказ я люблю именно потому, что это выводит меня из зоны комфорта. Я всегда получаю



новые знания, опыт, начинаю видеть мир еще шире. Я готова попробовать себя в съемке чего угодно – хоть строительных инструментов! Почему бы и нет?

R.F.: Где ты черпаешь вдохновение для своих фотографий? Как рождается идея фотографии? Всегда ли ты довольна получившимся результатом?

С тех пор, как я начала снимать очень много, я смотрю на мир иначе: вижу не просто бокал белого вина на столике летней веранды кафе, а лучи заходящего солнца, приятную прохладу бокала, ягодно-фруктовое послевкусие, романтическое настроение. Я хочу, чтобы моя фотография рассказала об этом за долю секунды.

Я, как герой книги «Парфюмер», хочу научиться сохранять моменты не только в памяти. Мне многое кажется прекрасным, поэтому объектов-моментов, которые я мечтала бы снять – море, а как это снять – тут уже я стараюсь мыслить логически.

Во-первых, многое определяет цель съемки: тематическая ли это статья в журнале, реклама, фото просто для души или для стоков. На снимке не должно быть ничего лишнего, каждая деталь должна: 1) быть логична по сути (например, вы снимаете нежнейший бархатный крем-суп из тыквы, поэтому на фото не может быть брутальной и грубой вилки для мяса, даже если она очень красивая, и вам удалось с боем урвать ее у конкурентов); 2) вписываться в композицию по цвету, форме, расположению; 3) создавать нужное настроение. Ну, и самое важное для съемки еды, с моей точки зрения – СНИ-

ВСЕГДА
ДЕРЖИТЕ
В ЗАПАСЕ СВЕЖУЮ
ЗЕЛЕНЬ, ЯГОДЫ – ОНИ
ОЖИВЯТ И СПАСУТ ЛЮБОЕ
БЛЮДО. НО ОНИ
ДОЛЖНЫ БЫТЬ ТАМ
УМЕСТНЫ!





МОК ДОЛЖЕН БЫТЬ ВКУСНЫМ! Даже если вы не любите брокколи, я хочу, чтобы вам захотелось ее попробовать благодаря моей фотографии.

Признаюсь, я не всегда довольна результатом. Времени на съемку у меня обычно мало, ведь двое маленьких детей не любят ждать, когда я реализую все свои космические идеи. Иногда в голове бывает одно, а начинаю собирать композицию – и не нравится. В итоге снимаю совсем другое... Красиво и технически хорошо получается почти всегда, но я не всегда остаюсь на 100% довольна настроением. Но это дело практики, и я стремлюсь к тому, чтобы это получалось бессознательно.

R.F.: Расскажи, с какими проблемами тебе при-

ходится сталкиваться при съемке? Что ты пока не умеешь, но чему мечтаешь научиться? Куда хочешь расти и в каком направлении совершенствоваться?

Со временем я становлюсь все более требовательной к себе, вижу больше недостатков, поэтому активно работаю над их устранением. Сейчас сражаюсь за красивые блики и отражения в металле, стекле, глянцевых поверхностях.

Меня постоянно разрывает между «атмосферными», настроенческими фотографиями и рекламно-идеальной съемкой. Наверное, я больше склоняюсь ко второму направлению, так как вижу там потенциал для профессионального роста. Мне почему-то кажется, что если ты можешь идеально



МОЕ
УВЛЕЧЕНИЕ
ВСЕ БОЛЬШЕ
ОТРАЖАЕТ ЗНАЧЕНИЕ СЛОВА
«ФОТОГРАФИЯ» – СВЕТОПИСЬ.
Я «ПИШУ» СВОЮ
ИСТОРИЮ БЛИКАМИ
И ТЕНЯМИ.

снять жемчужину, то все остальное у тебя точно получится.

Я не очень люблю снимать с естественным освещением, так как мне с ним просто некомфортно. Но я считаю, что фотограф должен уметь снимать с любым светом. Плюс, ЕО дает совсем другие возможности, имеет свои тонкости и нюансы, поэтому при любом удобном случае я стараюсь с ним практиковаться.

R.F.: Расскажи, пожалуйста, про модные тенденции в фуд-фотографии в последнее время?

Тенденции в разных областях фотографии сильно различаются. Мне кажется, в Instagram и блогах сейчас преобладает Dark Food Photography, стиль Kinfolk, минимализм, поскольку там важнее передать настроение, личные переживания, эмоции, чувства. А в стоковой и рекламной фотографии эти тенденции выражены гораздо меньше, так как там важнее объект, его суть и свойства, нежели «атмосферность». В общем-то, это логично, так как в «эмоциональной» съемке нужно разгадать некую загадку, а в рекламной съемке на это попросту нет времени - там зритель должен считать и понять ваше послание за доли секунды (да еще и положительно впечатлиться). Поскольку наш мозг не сильно изменился с тех пор, как мы были древними людьми, то нам инстинктивно нравится все яркое, сочное и красивое. В рекламно-стоковой фотографии очень прочно обосновался стиль Rustic – это

некая небрежность, живость, естественность на фотографии: дерево, крошки, капельки, мятые салфеточки. Больше появилось фотографий с маленькой глубиной резкости, что уже тоже является некоторым отражением эмоциональности и личного взгляда фотографа. Плюс, стало больше необычных ракурсов. Стерильность и «пластик» уже ушли в прошлое.

R.F.: Дай, пожалуйста, советы начинающим фотографам относительно аппаратуры, объективов, режимов съемки, света. На что стоит обратить особое внимание?

Если есть идея, то это уже 50% успеха, а средства для ее выражения всегда найдутся!

Внимательно прочитайте инструкцию к своему фотоаппарату и объективу - откроете для себя много нового. При выборе объектива важно оценить то, что вы снимаете больше всего. Смотрите на светосилу - чем больше светосила, тем лучше. Всем начинающим фотографам я рекомендую объектив 50 mm f/1.4 – на мой взгляд, у него идеальное соотношение цены и качества. С ним я снимала портреты, репортажи и еду. Для пейзажей он не очень удобен, но они составляли минимальный процент от всех моих фото-интересов.

Освойте ручной режим съемки - это поможет вам решать вопросы нехватки света различными способами, и не только повышением ISO - ведь чем выше ISO, тем ниже качество фото.



САМОЕ
ВАЖНОЕ ДЛЯ
СЪЕМКИ ЕДЫ –
СНИМОК ДОЛЖЕН
БЫТЬ
ВКУСНЫМ!

Используйте штатив – сразу уменьшите количество брака в плане точности фокуса и резкости. Это также позволит вам снимать на длинной выдержке в условиях плохого освещения без потери резкости.

Снимайте в RAW! Фотографии всегда можно уменьшить, а вот увеличить без потери качества практически невозможно. RAW даст вам в разы больше возможностей для дальнейшей обработки.

Что касается искусственного освещения: смотрите на мощность. Обычно комплект состоит из двух источников, и часто указывают суммарную мощность в Дж – она должна быть не меньше 400 Дж, т.е. мощность каждого источника 200 Дж. Снимать же можно спокойно и с одним таким источником и отражателем. Обращайте внимание на устойчивость стоек – часто софтбоксы достаточно тяжелые, и стойки должны их спокойно выдерживать. Для съемки еды использование софтбоксов крайне необходимо, так как они имитируют рассеянный свет из окна без прямых солнечных лучей. Чем больше площадь софтбокса, тем более мягким, рассеянным и равномерным будет свет. Минимальный размер софтбокса – 60х60 см. Лучше иметь такой и побольше – мне очень нравится октобокс диаметром 120 см.

Я рекомендую использовать импульсный свет для съемки еды, так как он менее энергозатратен и не «готовит» еду у вас на съемочном столе, но, опять же, тут дело личных предпочтений.

Не снимайте со светом «в лоб» – в большинстве

случаев это самый худший свет: объект становится плоским, склеивается с фоном, воздух улетучивается. Снимайте с боковым и задним светом – это сразу придаст блюду объем. Используйте отражатели, чтобы сбалансировать тени – обычная пищевая фольга или белый картон отлично подойдут

для этих целей, если у вас нет готового.

Думайте о глубине резкости: если она будет слишком маленькой, человеку придется напрягать зрение, чтобы рассмотреть необходимые для осознания детали, если слишком большой, то не будет яркого акцента.

Смотрите на вашу композицию отстраненно, представьте ее в виде цветowych пятен и неких абстрактных фигур: нет ли провалов, слишком темных или, наоборот, слишком светлых пятен; нет ли лишнего яркого пятна, которое отвлекает от главного; не упираются ли объекты друг в друга или край кадра; не упирается ли взгляд в препятствие, или, наоборот, есть ли взгляду за что зацепиться: текстуры, интересные детали, объем?

R.F.: Если бы в магазине продавали «Набор начинающего фуд-фотографа», то что бы ты в него включила?

Штатив, отражатель (лучше квадратный или прямоугольный, серебряный или белый, но не золотой), длинный пинцет, кисточки, ватные палочки, влажные салфетки, медицинские перчатки, чтобы не



оставлять отпечатки на металле и стекле, тряпочка из микрофибры, жидкость для мытья стекол, клей, скотч, пищевая пленка (можно подложить ее в миску под салат, если самого салата мало), пульверизатор для сбрызгивания овощей, набор белой посуды с правильными формами, светлый текстиль без рисунка.

R.F.: Существуют ли какие-то секреты, рекомендации, как сделать так, чтобы блюдо выглядело аппетитно на фотографии? Есть ли у тебя какие-то свои фирменные приемы?

Тонкостей очень много, и с каждой съемкой открываешь все новые и новые нюансы:

- Обязательно мойте овощи, фрукты, ягоды: на них очень много пыли, мусора и волосков! Брызгайте на их в процессе съемки из пульверизатора - так они выглядят гораздо свежее.
- Салаты сбрызгивайте маслом лишь в самую последнюю минуту - это придаст блеск, и зелень не успеет завянуть. Солить съемочные салаты можно только в том случае, если вы хотите снять кристаллы соли на поверхности - соль быстро портит внешний вид нежной зелени.
- Дополнительную живость текстуре придает молотый перец, сахарная пудра, молотая корица, аккуратные капельки соуса.
- Суп наливайте прямо на съемочном столе, тогда на бортиках тарелки не будет некрасивых подтеков.
- Всегда держите в запасе свежую зелень, ягоды - они оживят и спасут любое блюдо. Но они должны быть там уместны!
- Овощные супы-пюре лучше снимать холодны-

ми, тогда они не покрываются пленкой в процессе остывания.

• Чтобы ягоды красиво блестели на пирожных и десертах, я часто смазываю их медом. Но не всем ягодам это нужно - малину, например, мед, наоборот, испортит.

R.F.: Как ты относишься к мифу о том, что фуд-фотографы на самом деле снимают «неживую» еду, обильно политую лаком для волос и «поджаренную» феном?

Я совершенно спокойно к этому отношусь, так как сама иногда пользуюсь пищевыми красителями, чтобы добиться нужного цвета, если по природе он невозможен, либо просто делаю имитацию чего-либо.

Почему бы не растопить масло на блинчиках утюгом, если они холодные, и оно само уже не растает? На прошлой работе на съемках, чтобы сделать красивую панировку, мы отрывали ее от разных кусочков и приклеивали клеем к съемочному образцу. Или отрезали от одного куска красивый срез и клеили к другому.

Но, мне кажется, это больше относится не к фото-, а к видеосъемке - там еда сгорает, вянет за секунды, поэтому там и льют клей ПВА вместо йогурта.

R.F.: Твои пожелания начинающим фуд-фотографам?

Думайте о главном: что вы хотите рассказать, показать, дать почувствовать! После этого уже начинайте размышлять о том, что поможет реализовать вашу идею: какой свет, антураж, фон, стиль...



КАК ЭТО СНЯТО?

МНОГИЕ НАЧИНАЮЩИЕ ФОТОГРАФЫ ИНТЕРЕСУЮТСЯ, КАК СНЯТО ТО ИЛИ ИНОЕ БЛЮДО, КАКИЕ НАСТРОЙКИ КАМЕРЫ ИСПОЛЬЗОВАЛИСЬ, КАКИМ БЫЛ СВЕТ. СЕГОДНЯ АННА ПУСТЫННИКОВА НА ПРИМЕРЕ ДВУХ СВОИХ РАБОТ РАССКАЖЕТ О ТОМ, КАК РОЖДАЮТСЯ ЕЕ СВЕТЛЫЕ, ЯРКИЕ И АППЕТИТНЫЕ КАДРЫ.



ТЕКСТ: **АННА ПУСТЫННИКОВА** ИЛЛЮСТРАЦИЯ: **АНАСТАСИЯ СЕРГЕЕВА**

Фиолетовый мартини

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ:

Камера: Canon 5D Mark II

Объектив: Canon EF 100 mm f/2.8
Macro USM

Режим: ручной (M)

Диафрагма: f/7.1

Выдержка: 1/160

ISO: 160

Фокусное расстояние: 100 mm

Стекло очень капризно ведет себя, когда его подсвечивают спереди. Если сосуд или напиток прозрачные, то совсем некрасивых бликов быть не должно. Но если они темные, то лучше выбрать боковой основной свет и немного дополнительно подсветить сзади, если в этом будет необходимость. При съемке стаканов или бутылок для бокового или дополнительного освещения спереди лучше использовать стрип (удлиненный софтбокс) - он рисует более красивые блики.

Источник света №1.
Располагается вплотную к рассеивателю. Если софтбокс большой, то можно обойтись без рассеивателя. В варианте с рассеивателем можно не надевать софтбокс на источник, но я всегда надеваю.

Источник импульсного света

Полупрозрачный рассеиватель

Отражатель

Отражатель

Съемочный стол.
Можно использовать ваш обычный или журнальный столик из полупрозрачного пластика (тогда полупрозрачный рассеиватель уже не нужен - им будет задняя часть столика).

Источник света №2.
Если объект позволяет, то можно использовать второй источник света на небольшой мощности с одной из сторон.

Источник света №2.
Если объект позволяет, то можно использовать второй источник света на небольшой мощности с одной из сторон.

Камера на штативе

Т

ыквенный суп сам по себе очень красив, ваша задача - лишь подчеркнуть его основные преимущества: бархатистую, нежную текстуру и насыщенный цвет.

Выбор фона: подумайте, какое настроение вы хотите пе-

редать. Хотите ли вы глубоких и драматичных теней или, наоборот, летней легкости и воздушности. На светлом фоне еда обычно смотрится воздушнее и легче, хотя и там при желании можно добиться драматичности.

Выбор посуды: отталкивайтесь от продукта и выбранного фона. Обычно желтые и желтовато-коричневые продукты хорошо оттеняются голубыми, синими или бирюзовыми оттенками. Белый подходит почти во всех случаях. Если фон темный, то можно попробовать черную или темно-коричневую тарелку. Цвет посуды не должен доминировать, он лишь платье для идеальной фигуры, а не наоборот.

Выбор дополнительных аксессуаров (продуктов, столовых приборов и текстиля): всегда хорошо работают логичные дополнения: ингредиенты, входящие в состав блюда или традиционно его дополняющие и т.п. В данном случае это хлеб, зелень, чеснок, тыквенные семечки, белое вино. Добавьте предметов, различающихся по высоте - это всегда оживляет композицию. Добавляйте по одному предмету за раз, делайте кадр и смотрите, не напрягается ли взгляд, нет ли где-то визуального «перевеса», слишком темного или, наоборот, слишком светлого пятна. Не утыкаются ли предметы друг в друга, не препятствуют ли скольжению взгляда. И главное: сохранился ли акцент на главном блюде! Если вы ставите тарелку на художественно скомканную салфетку, проверьте, ровно ли она стоит. Для корректировки удобно подкладывать пищевую пленку - даже если вдруг она где-то вылезет, и вы не заметите, ее будет практически не видно.

Декор главного блюда: выбранный декор должен лишь подчеркнуть красоту ГЛАВНОГО ГЕРОЯ, а не затмить! Опять же, декор должен быть уместным. Практически всегда супам добавляют живости и текстуры зелень, крупно молотые специи, крупные кристаллы соли, аккуратные капельки масла. Для крем-супов в качестве украшения очень хорошо подходят жирные сливки. Удобно налить небольшой полукруг сливок ложкой и потом сделать разводы зубочисткой или тонкой стороной ложки. Если вы случайно добавили много, лучше снять лишнее ложкой и долить недостающее количество супа, чем попытаться размешать сливки с супом - так можно легко испортить цвет. Удобно также использовать жирную сметану, так как она лучше держит форму.

Еще один секрет: наливайте суп уже на съемочном столе. Можно часть налить на кухне, а последние пару половников - уже на съемочном месте. Это нужно для того, чтобы на бортиках не появились некрасивые подтеки, пока вы переносите тарелку. Суп-пюре лучше снимать холодным, чтобы по мере остывания на поверхности не образовывалась пленка.



Тыквенный суп

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ:

Камера: Canon 5D Mark II

Объектив: Canon EF 100 mm f/2.8
Macro USM

Режим: ручной (M)

Диафрагма: f/9

Выдержка: 1/160

ISO: 160

Фокусное расстояние: 100 mm

3



ДОЛИНА ВКУСА АЛЕНТЕЖУ

МАРШРУТ ГАСТРОНОМИЧЕСКОГО ПУТЕШЕСТВИЯ ПО АЛЕНТЕЖУ:
ЛИССАБОН – СИНИШ – БЕЖА – БАРАНКУШ – МОНСАРАШ –
ВИЛА ВИКОСА – ЭВОРА – ЛИССАБОН



ТЕКСТ: **ЮЛИЯ ЕГОРУШКИНА** И **ВАЛЕРИЯ ЗЕФЕРИНО**
ФОТО: **ЮЛИЯ ЕГОРУШКИНА** И **ТОМ ФАКЛЕР**

АЛЕНТЕЖУ - ЭТО КРАЙ ЗАЛИТЫХ СОЛНЦЕМ РАВНИН, ПРОЗРАЧНОГО ВОЗДУХА, ВЫСОКОГО НЕБА И КАКОГО-ТО УДИВИТЕЛЬНОГО СВЕТА: ЯРКОГО, ЧИСТОГО, СОЧНОГО, НАСКВОЗЬ ПРОНИЗАННОГО СОЛНЦЕМ. ЭТОТ КРАЙ КОРМИТ ВСЮ ОСТАЛЬНУЮ СТРАНУ, ЭТО МЕСТО РОЖДЕНИЯ УНИКАЛЬНЫХ ПОРТУГАЛЬСКИХ ПРОДУКТОВ. ЗДЕСЬ ВИНОГРАДНИКИ СМЕНЯЮТ ОЛИВКОВЫЕ РОЩИ, А РОЩИ ПЛАВНО ПЕРЕХОДЯТ В ПЛАНТАЦИИ ПРОБКОВЫХ ДУБОВ. ПЕЙЗАЖ ДОПОЛНЯЮТ СРЕДНЕВЕКОВЫЕ ЗАМКИ-КРЕПОСТИ ДА КРОШЕЧНЫЕ ДЕРЕВЕНЬКИ С ТЕРРАКОТОВЫМИ КРЫШАМИ. ЗДЕСЬ НЕТ МЕСТА ДЛЯ СУЕТЫ, ЗДЕСЬ МЕСТО СЛИЯНИЯ С ПРИРОДОЙ, МЕСТО НАСТОЯЩЕГО ВКУСА И ДОБРОДУШНЫХ УЛЫБОК.

АЛЕМ-ТЕЖО БУКВАЛЬНО ПЕРЕВОДИТСЯ КАК «ЗА ТЕЖУ» ИЛИ «ЧЕРЕЗ ТЕЖУ». ОБЛАСТЬ ОТДЕЛЕНА ОТ ОСТАЛЬНОЙ ПОРТУГАЛИИ РЕКОЙ ТЕЖУ И ПРОСТИРАЕТСЯ НА ЮГ, ГДЕ ГРАНИЧИТ С АЛГАРВЕ.



Португальская кухня не похожа ни на одну другую кухню Европы. Отчасти это объясняется той самой пресловутой исторической закрытостью. К тому же, изначально еда была рассчитана на рыбаков и крестьян, поэтому была простой и сытной. В ее основе – самые доступные продукты: хлеб, свинина и оливковое масло. Алентежу славится своими мясными деликатесами, хотя, в целом, португальская кухня ассоциируется с рыбой и морепродуктами. Вот что говорит Рубен, коренной алентежуанец, о своем родном крае:

«Что касается еды, в Алентежу вы можете найти все, что угодно... Но единственное, чего тут нет, это шумных ночных клубов и фастфуда.

Местные жители буквально «прилипли» к своей земле и не променяют ни на что уникальную алентежуанскую кухню».

ЛИССАБОН (СТАРТ)

Каждое португальское путешествие начинается с Лиссабона. В этом городе можно проводить сколько угодно времени, но даже если вы направляетесь в другой регион, побудьте тут хотя бы день.

Musteat в Лиссабоне:

1. Ланч на центральном рынке Mercado da Ribeira

Этот рынок в Лиссабоне недавно пережил второе рождение благодаря проекту журнала TimeOut. Второе название рынка – Таймаут маркет. Здание, занимающее примерно 10000 м², было отре-

монтировано в 2014 году, и сейчас здесь находится несколько десятков ресторанов и кафе как сетевых, так и независимых рестораторов. Первый этаж – гастрономический. Второй этаж – традиционный рынок. Рынок очень популярен у туристов, но, несмотря на это, тут вкусно кормят, и царит по-настоящему уникальная атмосфера. От выбора разбегаются глаза. Для ланча я выбрала гребешки и тунца. Гребешки в соусе из манго и перца чили таяли во рту, а свежий, слегка подмаринованный тунец был подан на обжаренном ржаном хлебе. Когда ешь португальские морепродукты, невольно осознаешь, как здорово жить у океана.

Mercado da Ribeira

Metro Cais do Sodre. Avenida 24 de Julho 50, Lisboa

2. Краб и зеленое вино

Фаршированный краб – гастрономический символ Лиссабона лично для меня. За лучшими морепродуктами я отправляюсь в сервежерию (порт. *servejaria* – пивная). Моя любимая находится на площади Рестордоруш и называется *Cervejaria O Pinóquio*, а самая популярная – *Cervejaria Ramiro*.

У Пиноккио. У входа большой аквариум с крабами, зеленые скатерти, дружелюбные официанты проносятся мимо с подносами и тарелками, на которых все богатство Атлантического океана. Весь секрет фаршированного краба (в меню искать *Sapateira Resheada* – сапотейра решиада) – в соусе. В Пиноккио соус для краба готовят так: домашний майонез, капли горчицы, томатного соуса и ... тонко нарезанная маринованная цветная капуста перемешиваются с крабовым мясом и подаются в панцире краба. Вокруг соусницы разложены мясистые клешни краба. Орудия палочками и молоточками, вы достаете из них самую вкусную часть. Мякоть краба, ложка соуса, глоток зеленого вина... Это сочетание хочется повторять снова и снова.

Зеленое вино делают только в Португалии. «Зеленое вино» – это не синоним молодого вина или какой-то особый тип вина, а лишь название винодельческого региона на севере Португалии, а конкретнее, DOC Vinhos Verdes («Виньюш Вердеш» переводится как «Зеленые вина»). Но если посмотреть на винную карту многих пор-

тугальских ресторанов, то можно подумать, что португальцы изобрели третий вид вина – зеленое, потому что категория виньюш вердеш всегда идет отдельно, избегая деления на белое и красное. На самом же деле, Vinhos Verdes может быть и белым, и красным. В ресторанах всегда присутствует белое, которое идеально подходит к морепродуктам.

Рамиро. Сервежерия работает с 1956 года. Крабы, креветки, ракушки, рыба, лангусты, – здесь есть все и всегда. Кстати, именно сюда инспектор Коэлью, главный герой романа Роберта Уилсона *A small death in Lisbon*, повел свою подругу – в лучший ресторан морепродуктов. Хотя имя заведения и не называется, но адрес безошибочно указывает на то, что это именно *Cervejaria Ramiro*. Уже в те времена слава ресторана распространялась далеко за пределы страны. В

Рамиро сложно попасть: в очереди можно провести и час, но это стоит того.

Cervejaria O Pinóquio
Praça dos Restauradores 79, 1250-188 Lisboa
Cervejaria Ramiro
Av. Almirante Reis nº1 - H, 1150-007 Lisboa

ЗЕЛЕНОЕ
ВИНО ДЕЛАЮТ ТОЛЬКО
В ПОРТУГАЛИИ. «ЗЕЛЕНОЕ ВИНО»
– ЭТО НЕ СИНОНИМ МОЛОДОГО ВИНА
ИЛИ КАКОЙ-ТО ОСОБЫЙ ТИП ВИНА, А
ЛИШЬ НАЗВАНИЕ ВИНОДЕЛЬЧЕСКОГО
РЕГИОНА НА СЕВЕРЕ
ПОРТУГАЛИИ.

СИНИШ

Синиш – город мореплавателей. Именно здесь родился самый знаменитый в мире португалец – Васко да Гамма. Этот город, как и Лиссабон, расположен на берегу океана.

Если проснуться на рассвете и отправиться в рыбацкий док, то можно увидеть, как рыбаки разгружают свои лодки. В лодках – рыба, а в доке при этом совсем немного сотрудников, многие процессы автоматизированы. В зону упаковки и аукциона можно попасть, получив разрешение в администрации дока. Но дегустацию улова лучше проводить в одном из ресторанов, расположенных прямо на побережье. Меню в таких ресторанах всего лишь формальность, наличие рыбы зависит от утреннего улова.

Один из таких ресторанов на песочном пляже – *Arte & Sal – Casa de Peixe*.

Достоинство и гордость ресторана – свежая океаническая рыба. На закуску подали маринованных сардин с луком и чесноком. Следом к чесночным сардинам присоединились ракушки амежуаш, сваренные в белом вине с кинзой. В одну из поездок в Лиссабон мне очень везло на





амежуаж. Когда я отправлялась в гости к португальским друзьям, на столе всегда были амежуаш, абсолютно всегда.

Перед рыбой на столе появилось разноцветное ассорти из мигуша. Это очень простое блюдо: черствый хлеб, масло, ароматные травы, – и мигуш готов. Главный принцип алентежуанской кухни: использовать абсолютно все. Мигуш – это настоящая местная еда Алентежу.

Карлос, хозяин ресторана Arte & Sal, добродушно делился воспоминаниями своего детства в Алентежу:

«Когда у нас не было рыбы, мяса, у нас всегда был мигуш. В детстве я съел много мигуша. Никогда не думал, что такое простое блюдо будет приводить в восторг моих иностранных гостей».

На горячее принесли огромных рыб, которые еще утром плавали в океане. Рыба была просто пожарена на гриле. Алвгарская Флёр-де-Сель подчеркнула натуральный вкус океанической рыбы, а пара капель свежего лимона добавила свежести. У рыбы, которую ты ешь на берегу океана, совсем другой вкус. Этот вкус запоминается и остается с тобой, как приятный сувенир.

Отдельно:

Каждый июль в Синише проходит ежегодный гастрономический фестиваль таверн Festival das Tasquinhas. <http://www.sines.pt/PT/Viver/Cultura/Paginas/default.aspx>.

Arte & Sal – Casa de Peixe

Praia de Morgavel, 7520 São Torpes - Sines

БЕЖА (ВИНО)

Бродить по погребам и дегустировать португальские вина мы отправились вместе с энологом, специалистом по португальским винам Валерией Зеферино. Мы посетили два винодельческих хозяйства. Cartuxa и Mone Novo e Figueirinha.

На алентежуанских равнинах в непосредственной близости от города Эвора с двухтысячелетней историей находится винодельня Cartuxa рядом с одноименным монастырем 1580 года. Первый лагар для производства красных вин на винодельне был установлен в 1776 году, а в настоящее время она оборудована по последнему слову техники, начиная от сортировочных ли-

ний, гарантирующих качество винограда, и температурного контроля и заканчивая устройством винодельни по гравитационному принципу, который обеспечивает более бережное обращение с вином в процессе его производства.

На 400 гектарах выращивают, в основном, типичные для Алентежу сорта винограда, такие как Антау Ваш, Ропейру, Аринту, Тринкадейра, Арагонеш и Каштелау. Марка Cartuxa – это классика Алентежу.

Белое Cartuxa 2011 года сочетает в себе полнотельность и округлость Антау Ваш с кислотностью и минеральностью Аринту, давая вполне серьезное белое вино, способное выдержать текстурные рыбные блюда. Красное Cartuxa 2011 из сортов Арагонеш, Аликанте Буше и

Тринкадейра, выдержанное 12 месяцев в бочках из французского дуба, насыщенное в цвете и аромате, полнотелое, с ароматами черешни и сливы и шоколадно-ванильными нюансами.

Топовым вином хозяйства, считающимся также одним из лучших вин Португалии, является Pera Manca в красном и белом исполнении.

Винодельческое хозяйство Mone Novo e Figueirinha находится в пяти километрах от города Бежа – одного из самых жарких районов Алентежу. Хозяйству сейчас более 15 лет. На 70 гектарах португальские сорта винограда соседствуют с международными, такими как Каберне Совиньон, Сира и Шардоне. Белое вино 2014 года, которое мы дегустировали, было ассамбляжем португальских сортов Антау Ваш и Аринту с Шардоне. Его освежающую кислотность дополняли ароматы тропических фруктов, трав и лимонада. Красное вино 2012 года из сортов Арагонеш, Сира и Каберне Совиньон отличалось ароматами лесных ягод и черного чая, округлостью и мягкостью танинов. Кстати, в прошлом году оно получило большую золотую медаль на Международном Брюссельском винном конкурсе.

Кроме виноградарства, Алентежу богат оливковыми рощами, поэтому неудивительно, что оба хозяйства делают также высококачественное оливковое масло.

Herdade do Monte Novo e Figueirinha

São Brissos - Beja

Cartuxa - Fundação Eugénio De Almeida

Quinta de Valbom Estrada da Soeira, Évora

КРОМЕ
ВИНОГРАДНИКОВ,
АЛЕНТЕЖУ БОГАТ
ОЛИВКОВЫМИ РОЩАМИ, ПОЭТОМУ
НЕУДИВИТЕЛЬНО, ЧТО ТАМ ТАКЖЕ
ДЕЛАЮТ ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННОЕ
ОЛИВКОВОЕ МАСЛО.

БАРРАНКУШ

Маленький городок на границе Португалии и Испании является настоящей столицей презунто. Presunto de Barrancos - португальская сыровяленая ветчина. В Барранкуше находится огромный завод по производству презунто Porco Preto.

Porco Preto в Португалии и Pata Negra в Испании значат одно и то же – «чёрная нога». Называть презунто португальским хамоном не очень приятно для португальцев. Португальцы утверждают, что самая лучшая ветчина не испанская, не итальянская, а именно португальская. Этот подтверждается тем, что большая часть клиентов Porco Preto из Испании. Почему весь мир тогда другого мнения? Португальцы признаются в скромности и в том, что испанцы – искусные маркетологи.

Чёрная алентежуанская свинья, которая выросла в уникальном климате Алентежу – это главный секрет уникального вкуса презунто. Процесс приготовления презунто включает в себя шесть этапов. Чтобы получить качественный продукт, который отвечает всем характеристикам, необходимо тщательное соблюдение условий и знание тонкостей процедуры.

Первый этап – засолка, около двух недель в холодном помещении (температура +4 С). После того, как произошла разделка туши, окорок обрезается от лишнего жира и засыпается морской солью. Кстати, оставшийся бекон Porco Preto отправляют в Россию.

На следующем этапе осуществляется промывка мяса от излишков соли. После этого продукту придается окончательная форма. Он подвешивается вертикально и далее осуществляется переход на следующий этап.

Третьим этапом проявляния презунто является уравнивание просоленности. Для этого окорока помещают в специальные камеры, в которых поддерживается стабильно невысокая положительная температура и влажность. Далее происходит сушка. Вертикально подвешенное мясо выдерживается, чтобы подкожный жир впитался в мышечную массу.

После этого свиные ноги отправляются в специальные погреба, где происходит дозре-

вание мяса. Количество погребов в Porco Preto кажется бесконечным. Этот этап длится от 9 до 40 месяцев. Португальцы говорят:

«Презунто, как вино. Для лучшего вина нужна тишина и темнота. Для лучшего презунто - абсолютно то же самое».

Porco Preto только начинает открывать свои двери для путешественников. Для экскурсии нужно надеть бахилы, халат и чепчик. В производственных помещениях царит стерильная чистота. После посещения всех этапов производства вам предложат дегустацию продуктов Porco Preto в сопровождении местного красного вина.

Porco Preto

Barrancarnes, Transformação Artesanal, S.A.

Eiras Altas, Apartado 2

7230-999 Barrancos

МОНСАРАШ

Это маленький город-крепость и настоящий музей. Здесь живет всего 82 жителя.

Раньше тут проводились бои быков. На стенах в кафе,

куда мы зашли выпить кофе, висят афиши

корриды и вырезки из газет. Из любой

точки в этом городе открывается потрясающий вид.

В Taverna Os

Templarios на ланч и на обед собирается четверть

деревни. Еда очень простая,

но главный секрет заключается в

местных продуктах. Если пойти в ресторан алентежуанской кухни в Лиссабоне и в Алентежу, вы почувствуете большую разницу.

Taverna Os Templarios

Rua Direita 22, Monsaraz

ЭВОРА

Первая ассоциация, которая возникала у меня до поездки - это сыр. Queijo de Evora - овечий сыр белого цвета, очень сухой и соленый. Но сейчас Эвора для меня – город сладостей.

Мы приехали в «Confraria da Gastronomia Alentejana». Это гастрономическое братство сладкоежек Эворы. В братство входят кондитеры и хлебопекарни города. Когда мы зашли, пятеро мужчин, одетых в национальные костюмы, начали петь. Пели они песни пахарей. Это было так трогательно. В глазах читались волнение и неподдельная радость по поводу нашего приезда. Каждый член братства был одет в специ-

ЧЕРНАЯ
АЛЕНТЕЖУАНСКАЯ
СВИНЬЯ, КОТОРАЯ ВЫРОСЛА В
УНИКАЛЬНОМ КЛИМАТЕ АЛЕНТЕЖУ
– ЭТО ГЛАВНЫЙ СЕКРЕТ УНИКАЛЬНОГО
ВКУСА ПРЕЗУНТО, ПОРТУГАЛЬСКОЙ
СЫРОВЯЛЕНОЙ ВЕТЧИНЫ.



альный костюм, а на шее висела двухсторонняя ложка. Ложка предназначена для дегустации из общего котла. Одна сторона в котле, а с другой можно пробовать.

Нужно сказать несколько слов об особенностях португальских сладостей. Практически все они родились в монастырях. Дело в том, что португальская католическая церковь принимала куриные яйца в счет оплаты церковной десятины. А что еще было взять с крестьянина? Поэтому яиц было много. С помощью белков крахмалили монашеские одеяния, а также осветляли вина. А вот из желтков делали начинку для пирожных, крем. Вот почему местом рождения самых известных португальских пирожных *Pasteis de Belem* является монастырь Жеронимуш в Белен, пригороде Лиссабона.

«Если вы увидите в кондитерской желтый крем в качестве начинки или покрытия для многих сладостей, то знайте, в 99% случаев это именно *dose de ovo*, а не что-то фруктовое, как может показаться».

Doces de ovos – досе де овуш

(название, объединя-

ющее все «яичные сладости»). *Ovos moles* (овуш мо-

леш) – «мягкие яйца»: почти

прозрачное

тесто скрывает

внутри тягучую

смесь из желтка

и сахара. *Fios de ovos* (фиуш де овуш)

– яичные нити: желтки

смешивают с сахаром, рисуют

тонкие полоски, которые, когда они высыхают,

варят в сахарном сиропе. *Trouxas d'Ovos* (тро-

шаш де овуш) – «мягкие яйца» высушивают на

плоской поверхности, а потом скручивают ру-

леты. *Lanpreia d'Ovos* (ланпрейя де овуш) – торт

из тонких яичных нитей. *Toucinho-do-céu* (тоси-

нью ду сеу) – миндально-яичный торт. *Torta de Laranja* – португальский апельсиновый рулет,

больше похожий на пудинг с очень сильно выра-

женным апельсиновым вкусом. *Bolo de Bolacha* – бисквит со сгущенкой. *Arroz Doce* – рисовый

пудинг, подается обильно посыпанным корицей. Этот список можно продолжать долго – за долгие столетия португальцы накопили миллионы рецептов яичных сладостей, но перечисленные ранее нужно попробовать обязательно.

«*Confraria da Gastronomia Alentejana*»

Apartado 35 E.C. Rossio

7002-501 Évora

Где остановиться:

1. Бежа

Pousada São Francisco (Поузада-ди-Сан-Франциску)

Это старинные отели, расположенные в реконструированных и отреставрированных замках, крепостях и монастырях – всего их около пятидесяти в стране. В древнем францисканском монастыре XIII века в центре исторической части города Бежа разместилась Поузада Святого Франциска (Поузада-ди-Сан-Франсиску) – завораживающее место, где царит покой и гармония. Старинная мебель, арочные своды, огромной высоты потолки и двери. Трапезная монахов сейчас принимает гостей из всех стран мира. В меню блюда по старинным рецептам.

Pousada De Beja

Largo Dom Nuno Alvares Pereira, 7801-901 Beja

2. Монсараш

Horta da Moura

Домики в классическом стиле Алентежу. Белые стены, синий кант и огромное дерево рядом с домом.

На территории отеля растут апельсины и лимоны, которые в период цветения источают божествен-

ный аромат. Вековые оли-

вы, которым, если быть

точным, 2450 лет.

Ланч начинается у

основания этих олив.

На большом круглом

столе выставляют

оливки и масло, вино и

сыр. Оливки с этих самых

вековых олив и масло из них.

Чувствуешь себя в гастрономиче-

ском музее, созданном самой природой.

Horta da Moura

Monsaraz

GPS: 38° 26m 08.45 N 7° 23m 19.42 W

3. Вила Викоса

Alentejo Hotel Marmóris & Spa

Новый современный отель, весь из мрамора (эти места богаты мрамором – добыча в производ-

ственных масштабах). Даже столы сделаны из этого камня. На столе – высокая португальская

кухня от выпускника парижского *Le Cordon Bleu*, классические португальские блюда в современном авторском исполнении.

Alentejo Marmoris Hotel & SPA

Largo Gago Coutinho 9, Vila Viçosa

КАК ВЫ МОГЛИ УБЕДИТЬСЯ, В АЛЕНТЕЖУ ЕСТЬ ВСЕ. ОСТАЛОСЬ ТОЛЬКО ОТПРАВИТЬСЯ В ПУТЬ!

<http://gourmanism.com>

ПРАКТИЧЕСКИ
ВСЕ ПОРТУГАЛЬСКИЕ
СЛАДОСТИ РОДИЛИСЬ В
МОНАСТЫРЯХ, ПОТОМУ ЧТО ПОРТУГАЛЬСКАЯ
КАТОЛИЧЕСКАЯ ЦЕРКОВЬ ПРИНИМАЛА
КУРИНЫЕ ЯЙЦА В СЧЕТ ОПЛАТЫ
ЦЕРКОВНОЙ ДЕСЯТИНЫ.



Всё за вкусом

Гастрономические
Экскурсии и туры

Индивидуальные
Гастрономические
Маршруты

Португалия

Италия

Франция

Испания

Россия



@GOURMANISM

ЛЕТО! ЖАРА!

ЧАЙ СО ЛЬДОМ

УЖЕ ИЗ САМОГО НАЗВАНИЯ АЙС ТИ (АНГЛ. ICE TEA – ЛЕДЯНОЙ ЧАЙ) СТАНОВИТСЯ ПОНЯТНО, ЧТО ЭТОТ НАПИТОК ОСВЕЖАЕТ И ТОНИЗИРУЕТ ДАЖЕ В САМОЕ ЖАРКОЕ ВРЕМЯ ГОДА. ЛЕГКОСТЬ ПРИГОТОВЛЕНИЯ, ДОСТУПНОСТЬ ИНГРЕДИЕНТОВ, ВОЗМОЖНОСТЬ ДОПОЛНИТЬ СОСТАВ СВОИМИ ЛЮБИМЫМИ ЯГОДАМИ И ФРУКТАМИ, РАЗНООБРАЗИЕ РЕЦЕПТОВ И ВАРИАНТОВ ПОДАЧИ СДЕЛАЕТ «ЛЕДЯНОЙ ЧАЙ» ХИТОМ ВАШЕГО ЛЕТА!



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **ЕЛЕНА МЕЛЬНИК**



Классический Айс ти

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: ● 1 л воды ● 2 ч.л. черного чая (можно заменить на зеленый, жасминовый, каркаде) ● 3-4 ст.л. сахара или меда ● 2 лимона или лайма ● 2-3 веточки мяты

Приготовление:

1. Залить чай 250 мл кипятка, дать настояться, отфильтровать и остудить.
2. Выжать сок из 1 лимона, второй лимон нарезать ломтиками. Соединить оставшуюся воду, сок лимона, заварку, сахар или мед, мяту и кусочки лимона. Подавать со льдом.



Чай с молоком и медом

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 500 мл воды ● 2 ч.л. чая Оранж Пеко ● 4 ст.л. сгущенного молока ● 3 ст.л. меда

Приготовление:

1. Заварить чай 250 мл кипятка, дать настояться, отфильтровать и остудить.
2. Соединить заварку, оставшуюся воду, мед и сгущенное молоко. Подавать со льдом.

Примечание: Чтобы сделать рецепт веганским, замените сгущенное молоко на кокосовое, миндальное или соевое и добавьте подсластитель по вкусу.

ФРУКТОВЫЙ АЙС ТИ



Айс ти Гавайи

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: Для чая: ● 300 мл воды ● 2 ч.л. чая Оранж Пеко ● 300 мл ананасового сока ● кусочки ананаса Для сиропа: ● 100 мл воды ● 100 г сахара

Приготовление:

1. Сварить сироп: воду с сахаром довести до кипения и варить на медленном огне до полного растворения сахара.



КЛАССИЧЕСКИЙ
АЙС ТИ

ФРУКТОВЫЙ
АЙС ТИ



2. Заварить чай в 150 мл кипятка, вмешать 150 мл холодной воды, отфильтровать и остудить.

3. Соединить чай, сок, сироп по вкусу (2-3 ст.л.) и несколько кусочков ананаса. Подавать со льдом.



Персиковый Айс ти

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 45 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: Для чая: ● 2 ч.л. черного чая ● 500 мл воды Для сиропа: ● 200 г тростникового сахара ● 200 мл воды ● 1,5-2 крупных персика

Приготовление:

1. Сварить персиковый сироп: в сотейник поместить воду, тростниковый сахар и персики, порезанные на кусочки. Довести до кипения и варить на медленном огне до полного растворения сахара. Размять вилкой персики, снять с огня и дать настояться в течение 30 минут.

2. Заварить чай 250 мл кипятка, отфильтровать и остудить. Соединить заварку с оставшейся водой, добавить персиковый сироп по вкусу. Подавать со льдом.

Примечание: Сироп можно перелить в бутылочку и хранить в холодильнике. И готовить айс ти в любое время.



Мандариновый Айс ти

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 550 мл воды ● 2 ч.л. черного чая ● 2 мандарина ● 2 ст.л. сахара

Приготовление:

1. Заварить чай 250 мл кипятка. Добавить в заварку кусочки мандарина. Из второго мандарина выжать сок, влить в заварку, добавить сахар и дать настояться в течение 15 минут.

2. Процедить чай, остудить и разбавить водой. Подавать со льдом.

АЙС ТИ СО СПЕЦИЯМИ



Пряный чай

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.



Ингредиенты: ● 500 мл кипятка ● ¼ ч.л. корицы ● ¼ ч.л. имбиря ● 2 бутона гвоздики ● 3 ч.л. черного чая ● 1 ст.л. тростникового сахара ● 1 лимон

Приготовление:

1. Чай, корицу, имбирь и гвоздику залить кипятком, дать настояться, отфильтровать и остудить.

2. Лимон нарезать ломтиками, посыпать сахаром и залить чаем. Подавать со льдом.



Мятно-имбирный чай

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 500 мл кипятка ● 5 см корня имбиря ● 4 ст.л. мятного чая ● 1 ст.л. меда

Приготовление:

1. Имбирь растолочь и залить кипятком вместе с

чайными листьями. Дать настояться в течение 15-20 минут и отфильтровать. Добавить мед, остудить.

2. Подавать со льдом.

ЯГОДНЫЙ АЙС ТИ



Черничный чай с мятой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: *Для чая:* ● 400 мл воды ● 4 веточки мяты ● ½ лимона ● 4 ч.л. зеленого чая

Для сиропа: ● 100 мл воды ● 100 г черники ● 100 г сахара

Приготовление:

1. Сварить сироп: воду, сахар и чернику довести до кипения и варить на медленном огне до полного растворения сахара. Добавить мяту, варить еще 2 минуты. Дать сиропу настояться 15 минут, затем процедить и остудить.

2. Заварить чай в 200 мл горячей воды, процедить. Вмешать 200 мл холодной воды, остудить.

3. Соединить чай и сироп по вкусу (3-5 ст.л.). Подавать со льдом и лимоном.



Вишня с имбирем

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ + НОЧЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 500 мл воды ● 100 г вишни ● 2,5 см корня имбиря ● 2 ст.л. сахара ● 2 ч.л. зеленого чая ● 1 ст.л. лимонного сока + ломтики лимона для подачи

Приготовление:

1. Вишню и тертый имбирь засыпать сахаром, залить 400 мл воды и убрать в холодильник на ночь.

2. Заварить чай в 100 мл горячей воды, остудить и процедить.

3. Соединить все ингредиенты, добавить 1 ст.л. лимонного сока, несколько кусочков лимона.



Клубника и базилик

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: *Для чая:* ● 400 мл воды ● 2 веточки зеленого базилика ● 200 г клубники ● 2 ч.л. черного чая *Для сиропа:* ● 100 мл воды ● 100 г сахара

Приготовление:

1. Сварить сироп: сахар смешать с водой, довести до кипения и варить на медленном огне до полного растворения сахара. Снять с огня, добавить базилик и дать постоять 10 минут.

2. Удалить базилик и залить сиропом клубнику. Дать настояться 25 минут, процедить сироп и остудить.

3. Заварить чай в 200 мл кипятка, остудить и процедить. Соединить заварку, оставшуюся воду и сироп по вкусу. Подавать со льдом.



ЯГОДНЫЙ
АЙС ТИ



ЛЕТНИЙ КОФЕ





РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **НАТАЛИЯ БУБЕНЦОВА**

КОФЕ – ПОЖАЛУЙ, САМЫЙ БОДРЯЩИЙ
НАПИТОК НА СВЕТЕ. А КОГДА, КАК НЕ ЛЕТОМ,
ПРОВОДИТЬ БОЛЬШЕ ВРЕМЕНИ НА НОГАХ, ВЕДЬ
ДЛИННЫЕ СВЕТОВЫЕ ДНИ И ОТЛИЧНАЯ ПОГОДА ТАК
И ЗОВУТ НА ПРОГУЛКИ! НО КАК БЫТЬ, ЕСЛИ НА УЛИЦЕ
ЖАРКО, А КОФЕ ОЧЕНЬ ХОЧЕТСЯ? ТОГДА ВАМ НА
ПОМОЩЬ ПРИДУТ ХОЛОДНЫЕ КОФЕЙНЫЕ КОКТЕЙЛИ,
НЕ ПРОСТО БОДРЯЩИЕ, НО И ПОЗВОЛЯЮЩИЕ
РАЗНООБРАЗИТЬ ПРИВЫЧНЫЙ
ВКУС КОФЕ.

СОВЕТ:

Отличная идея - заморозить
свежесваренный кофе в формах
для льда. Так охладить кофе
можно будет без лишней воды.



Апельсиновый холодный кофе ☞

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 5 МИНУТ +
ВРЕМЯ НА ОСТЫВАНИЕ КОФЕ. ПОРЦИИ: 1

Ингредиенты: ● 50 мл эспрессо ● 100 мл
свежевыжатого апельсинового сока
● корица по вкусу

Приготовление:

В хайбол аккуратно слоями влить эспрессо
и апельсиновый сок. Присыпать корицей.

АПЕЛЬСИНОВЫЙ
ХОЛОДНЫЙ
КОФЕ

МЯТНЫЙ ОСВЕЖАЮЩИЙ КОФЕ



Мятный освежающий кофе

**ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 5 МИНУТ +
ВРЕМЯ НА ОСТЫВАНИЕ КОФЕ. ПОРЦИИ: 1.**

Ингредиенты: ● 50 мл эспрессо ● 2 ч.л.
мятного сиропа ● взбитые сливки
● листик мяты и шоколад для украшения

Приготовление:

В небольшой стакан влить ингредиенты в порядке, указанном в рецепте: сначала эспрессо, затем сироп. При желании можно добавить сливок 10% по вкусу. Сверху выложить взбитые сливки. Украсить мятой и тертым шоколадом.



КОЛА – КОФЕ



Кола-кофе

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 5 МИНУТ
+ ВРЕМЯ НА ОСТЫВАНИЕ КОФЕ.
ПОРЦИИ: 1.

Ингредиенты: ● 100 мл «Кока-Колы» ● 1 ч.л. кленового сиропа
● 100 мл американо ● ломтики лимона

Приготовление:

Кофе и «Кока-Колу» влить в стакан, добавить кленовый сироп и каплю лимонного сока. Украсить долькой лимона.





Шоколадный холодный кофе

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 5 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ОСТЫВАНИЕ КОФЕ. ПОРЦИИ: 1.

Ингредиенты: ● 2 ч.л. шоколадного сиропа ● 150 мл американо ● 50 мл молока ● 2 ст.л. сгущенного молока

Приготовление:

На дно стакана налить сироп, добавить американо, молоко и сгущенку. Размешать. Подавать со льдом.

ШОКОЛАДНЫЙ
ХОЛОДНЫЙ
КОФЕ



ЛЕТНЯЯ ВЕЧЕРИНКА

РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **ЕЛЕНА ДЕМЬЯНКО**



ВАЛЕНСИАНСКАЯ
ВОДА



ЛЕТО – ПОРА
ОТПУСКОВ, ВЕЧЕРИНОК НА
СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ И ЛЕГКИХ
ОСВЕЖАЮЩИХ АЛКОГОЛЬНЫХ
КОКТЕЙЛЕЙ, КОТОРЫЕ
СТАНУТ ПРЕКРАСНЫМ
ДОПОЛНЕНИЕМ К ПРИЯТНОМУ
ВРЕМЯПРОВОЖДЕНИЮ.
КРАСНОЕ ВИНО, СПЕЛЫЕ
ФРУКТЫ И ВЕСЕЛЫЕ ПУЗЫРЬКИ
ПРЕВРАТЯТСЯ В АРОМАТНУЮ
САНГРИЮ. СВЕЖЕВЫЖАТЫЙ
АПЕЛЬСИНОВЫЙ СОК, ИГРИСТОЕ
ВИНО И КАПЛЯ НАПИТКОВ
ПОКРЕПЧЕ СОЛЮТСЯ В
ЯРКУЮ ВАЛЕНСИАНСКУЮ
ВОДУ. А АРОМАТНЫЙ РОМ,
БОДРЯЩИЙ ЛАЙМ И «КОКА-
КОЛА» ОБРАЗУЮТ ПРЕКРАСНУЮ
КЛАССИКУ В ЛИЦЕ «КУБА
ЛИБРЕ».



Валенсианская вода

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ. ПОРЦИИ: 3-4.

Ингредиенты: ● 200 мл свежевыжатого апельсинового сока ● 50 мл джина ● 50 мл водки ● 700 мл сухого или полусухого шампанского ● 2-3 ч.л. сахара по желанию ● лед

Приготовление:

1. Влить джин и водку в большой кувшин, добавить сахар и перемешать. Добавить апельсиновый сок и перемешать.
2. Смочить края бокалов водой и окунуть их в сахар, чтобы получился сахарный ободок. Разложить по бокалам кубики льда. Влить в кувшин с соком охлажденное шампанское, слегка перемешать и разлить коктейль по бокалам. Подавать на стол.



«Куба либре»

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2.

Ингредиенты: ● 100 мл рома ● 2 лайма ● 200 мл колы ● лед

Приготовление:

1. Разложить лед по стаканам. Разрезать лаймы на четвертинки и выжать сок прямо в стаканы так, чтобы он стекал по кубикам льда.
2. Добавить в каждый стакан по 50 мл рома и влить колу, перемешать. Подавать на стол.

«КУБА ЛИБРЕ»



АРОМАТНАЯ САНГРИЯ



Ароматная сангрия

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
20 МИНУТ + 4-8 ЧАСОВ НА
НАСТАИВАНИЕ. ПОРЦИИ: 3-4.

Ингредиенты: ● 2 яблока
● 2 апельсина ● $\frac{1}{2}$ стакана
бренди или коньяка ● $\frac{1}{4}$ ста-
кана апельсинового ликера
● 1 бутылка красного вина
(750 мл) ● 2-3 стакана газиро-
ванной воды (содовой, Sprite,
Schweppes Bitter Lemon или
Tonic) ● лед

Приготовление:

1. Нарезать фрукты дольками или ломтиками, поместить в большой кувшин. Добавить бренди и апельсиновый ликер. Влить вино, перемешать. Накрыть кувшин и убрать в холодильник минимум на 4 часа, а лучше на ночь, тогда сангрия станет мягче и слаще на вкус.
2. Достать напиток из холодильника, взять из кувшина немного фруктов и разложить их по бокалам, добавить кубики льда. Влить в кувшин 2-3 стакана охлажденной газированной воды, слегка перемешать и попробовать на вкус. По желанию добавьте еще воды. Разлить сангрию по бокалам и подавать на стол.

ЭЛЕКТРОННЫЕ ВЕРСИИ СЕЗОННЫХ
ВЫПУСКОВ ЖУРНАЛА:

[WWW.ISSUU.COM/RUSSIANFOODIE](http://www.issuu.com/russianfoodie)



ЗАКАЗ ПЕЧАТНЫХ
ВЕРСИЙ СБОРНИКОВ
РЕЦЕПТОВ:

[HTTP://GOO.GL/FORMS/YRBDBAIXCF](http://goo.gl/forms/YRBDBAIXCF)

ИЛИ ORDER@RUSSIANFOODIE.RU

ВСЕ В САД!

СЭНДВИЧИ С
ВЕТЧИНОЙ, СЫРОМ
И РУККОЛОЙ

ЛЕТОМ ДНИ СТАНОВЯТСЯ ДЛИННЫМИ, А ВЕЧЕРА - ТЕПЛЫМИ, И ХОЧЕТСЯ ПРОВОДИТЬ НА УЛИЦЕ КАК МОЖНО БОЛЬШЕ ВРЕМЕНИ. И ЭТО ОТЛИЧНЫЙ ПОВОД ПРИГЛАСИТЬ ДРУЗЕЙ И ОТПРАВИТЬСЯ В ЛЮБИМЫЙ ПАРК НА ПИКНИК, ПРИХВАТИВ С СОБОЙ КЛЕТЧАТЫЙ ПЛЕД И КОРЗИНУ С ЗАКУСКАМИ. СТОИТ ЛИ ГОВОРИТЬ, ЧТО НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ ЕДА СТАНОВИТСЯ ВДВОЙНЕ ВКУСНЕЙ? ИЗ ЛЮБИМЫХ ОВОЩЕЙ, СЫРОВ И ДАЖЕ ЯГОД МОЖНО БЫСТРО СОБРАТЬ ВКУСНЫЕ СЭНДВИЧИ, А РОЛЛЫ ИЗ БЛИНЧИКОВ ПРИЯТНО УДИВЯТ ВАС ПРОСТОТОЙ ПРИГОТОВЛЕНИЯ И УДОБНОЙ ФОРМОЙ.



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **ЕЛЕНА ДЕМЬЯНКО**



Сэндвичи с ветчиной, сыром и рукколой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4 ШТУКИ.

Ингредиенты: ● 2 мини-багета или 1 большой ● 8-10 ломтиков ветчины ● 8-10 ломтиков сыра ● 1 пучок рукколы ● 2 помидора ● 3-4 ст.л. сладкой горчицы ● лимон ● соль по вкусу

Приготовление:

1. Нарезать ломтиками помидоры, сыр и ветчину. Разрезать каждый багет пополам, а затем вдоль, смазать нижнюю половину сладкой горчицей.
2. Выложить на нижнюю половину сыр, ветчину, ломтики помидоров, рукколу, посолить и сбрызнуть лимонным соком. Накрыть верхней половиной багета. Скрепить сэндвич зубочистками или перевязать бечевкой, подложив под нее пергамент.



Сэндвичи с курицей, клубникой и авокадо

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4 ШТУКИ.

Ингредиенты: ● 2 куриных грудки ● 1 авокадо ● 6-8 ягод клубники ● 50 г сыра с голубой плесенью ● 250 г творожного сыра ● 1 пучок рукколы ● сок апельсина ● соль по вкусу

Ингредиенты: ● 250 г творожного сыра ● 1 пучок рукколы ● сок апельсина ● соль по вкусу

Приготовление:

1. Обжарить куриные грудки на среднем огне по 5 минут с каждой стороны, посолить, выложить на бумажное полотенце и остудить. Каждую грудку разрезать вдоль пополам.
2. Очистить авокадо и нарезать полосками, клубнику нарезать по желанию.
3. Каждую чиабатту разрезать вдоль пополам. Нижнюю половинку смазать творожным сыром и сбрызнуть соком апельсина. Выложить сверху свежую рукколу, куриную грудку, клубнику, авокадо, посолить и выложить поверх кусочки сыра с голубой плесенью. Накрыть верхней половинкой чиабатты.



Блинчики (базовый рецепт)

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 12 ШТУК.

Ингредиенты: ● 3 желтка ● ¾ стакана молока ● ¾ стакана воды ● 1 ½ стакана просеянной муки ● 3 ст.л. рома или коньяка ● 1 ст.л. сахара ● 3-5 ст.л. растопленного сливочного масла ● пучок шпината

Приготовление:

1. Желтки взболтать, добавить сахар, молоко и

СЭНДВИЧИ С КУРИЦЕЙ, КЛУБНИКОЙ И АВОКАДО



воду, перемешать. Добавить ром и сливочное масло.

2. Добавить к молоку и яйцам муку и хорошо перемешать (лучше отмерять муку, когда она просеяна). Если тесто слишком густое, можно добавить еще 1-2 ст.л. воды.

3. Отделить половину теста и добавить в него 4-5 ст.л. перемолотого в блендере шпината.

4. Жарить блинчики на среднем огне до золотой корочки (примерно по 30-40 секунд с каждой стороны).

Сладкие роллы с творогом и клубникой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4-6.

Ингредиенты: ● 6 блинчиков (базовый рецепт)
● 250 г творога ● 2 ст.л. нежирной сметаны
или натурального йогурта ● 2-3 ст.л. кленово-
го сиропа ● 7-8 крупных ягод клубники

Приготовление:

1. Смешать в блендере творог, йогурт или сметану и кленовый сироп. Нарезать клубнику небольшими кубиками.

2. Выложить на блин в ряд творожную начинку, а рядом - клубнику, свернуть блин в рулет и разрезать на 5-6 роллов.



Шпинатные роллы с семгой и авокадо

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4-6.

Ингредиенты: ● 6 шпинатных блинчиков
(базовый рецепт) ● 300 г слабосоленой семги
● 250 г творожного сыра ● 1 спелый авокадо

Приготовление:

1. Очистить авокадо, семгу и авокадо нарезать полосками.

СЛАДКИЕ РОЛЛЫ
С ТВОРОГОМ
И КЛУБНИКОЙ



2. Выложить на блинчик в ряд творожный сыр, рядом выложить семгу и авокадо, свернуть блин в тугой рулет и разрезать на 5-6 роллов.



Ржаные тосты с печеным перцем и творожным сыром

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 35 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: ● 1 ржаной мини-багет или ржаные тосты ● 250 г творожного сыра

● 1 крупный перец ● 1 долька чеснока ● соль по вкусу ● оливковое масло ● несколько веточек рукколы

Приготовление:

1. Свежий перец нарезать небольшими кусочками, выложить на противень, сбрызнуть оливковым маслом и запекать в духовке при температуре 160 С 20-25 минут.
2. Багет нарезать небольшими ломтиками, подсушить с обеих сторон на сухой сковороде и натереть долькой чеснока.
3. Смазать багет творожным сыром, выложить сверху печеный перец, рукколу и посолить.



ШПИНАТНЫЕ
РОЛЛЫ С СЕМГОЙ
И АВОКАДО

РЖАНЫЕ ТОСТЫ
С ПЕЧЕНЫМ
ПЕРЦЕМ
И ТВОРОЖНЫМ
СЫРОМ



ВОЛШЕБНЫЙ ГРИЛЬ

РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **ЕКАТЕРИНА ВОИНОВА**

ПЕРЕПЕЛКИ
ТАПАКА НА ГРИЛЕ
С ЗЕЛЕННОЙ ПАСТОЙ

ГРИЛЬ ЯВЛЯЕТСЯ НЕИЗМЕННЫМ АТТРИБУТОМ ЛЕТА. ПРАВДА, ЗАЧАСТУЮ ВСЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ НА НЕМ СВОДИТСЯ К ЖАРКЕ СВИНИНЫ ИЛИ ГОВЯДИНЫ В ТОМ ИЛИ ИНОМ ВИДЕ. ДАЙТЕ ВОЛЮ ФАНТАЗИИ, И ЛЕТО ЗАИГРАЕТ НОВЫМИ АППЕТИТНЫМИ КРАСКАМИ. ГОТОВИТЬ НА ГРИЛЕ ОЧЕНЬ ПРОСТО И БЫСТРО, А РЕЗУЛЬТАТ ДОСТАВЛЯЕТ ИСТИННОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ. СУДИТЕ САМИ!



Перепелки тапака на гриле с зеленой пастой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 45 МИНУТ. ПОРЦИИ: 4.

Ингредиенты: ● 4 перепелки ● соль, черный перец, чеснок и тимьян по вкусу ● 4 ст.л. оливкового масла ● 1 горсть фундука ● ½ пучка базилика ● ½ пучка черемши ● ½ пучка укропа ● 2 зубчика чеснока

Приготовление:

1. Подготовить перепелок. Смешать 2 ст.л. оливкового масла со специями и оставить на 5 минут. Тем временем разрезать перепелок вдоль грудки, перевернуть разрезом вниз и слегка отбить, чтобы они ровно лежали на поверхности. Натереть перепелок ароматным маслом и оставить на 20-30 минут.
2. Приготовить пасту. Фундук обжарить на сухой сковороде и очистить. Измельчить зелень, чеснок и орехи с оставшимся маслом с помощью блендера до состояния густой пасты.
3. Разогреть гриль и выложить на него перепелок. Желательно положить сверху груз, например, специальный пресс для гриля или просто чугунную сковороду. Через несколько минут перепелок перевернуть и довести до готовности. Подавать с зеленой пастой. Перепелки готовятся очень быстро – они станут отличной альтернативой поднадевшей курице.



Салат с молодыми кабачками, чечевицей и козьим сыром

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ + ВРЕМЯ НА ВАРКУ ЧЕЧЕВИЦЫ. ПОРЦИИ: ПО ЖЕЛАНИЮ.

Количество ингредиентов в данном салате может быть любым – меняйте пропорции в зависимости от ваших вкусовых предпочтений.

Ингредиенты: *Для салата:* ● чечевица ● молодые кабачки ● оливковое масло ● соль ● микс любых салатных листьев ● козий сыр (можно заменить брынзой или фетой) *Для заправки:* ● оливковое масло ● лимонный сок ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Чечевицу отварить согласно инструкции на упаковке.
2. Разогреть сковороду-гриль или садовый гриль. Кабачки нарезать тонкими слайсами. Удобно использовать для этого терку-мандолину. Непосредственно перед жаркой сбрызнуть кабачки оливковым маслом и посолить. Жарить по 1 минуте с каждой стороны до образования темных полосок. Выложить горсть салатных листьев на сервировочную тарелку, произвольно разложить сверху слайсы кабачков-гриль, в центр выложить горсть чечевицы и посыпать кусочками сыра.
3. Для заправки смешать лимонный сок, оливковое масло, соль и перец. Сбрызнуть салат заправкой и наслаждаться!



Каре ягненка на гриле

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ + ВРЕМЯ НА МАРИНОВАНИЕ. ПОРЦИИ: ПО ЖЕЛАНИЮ.

Ингредиенты: ● баранина (каре) ● семена черного кумина ● семена кориандра ● ворчестерский соус ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Семена растереть в ступке. Каждый кусок мяса

САЛАТ С МОЛОДЫМИ
КАБАЧКАМИ,
ЧЕЧЕВИЦЕЙ И
КОЗЬИМ СЫРОМ



натереть соусом, молотыми специями, солью и перцем. Оставить на пару часов.

2. Выложить на решетку и жарить до готовности. Все гениальное – просто!



Быстрые лепешки с черемшой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 8 ШТУК.

Для начинки можно использовать любую другую зелень, сыр, орехи и даже ветчину.

Ингредиенты: ● 10 г сухих дрожжей ● 3 ст.л. теплой воды ● ½ ч.л. соли ● 1 ч.л. сахара ● 130 мл натурального йогурта ● 6 ст.л. оливкового масла ● 220 г муки ● 1 большой пучок черемши

Приготовление:

1. Растворить дрожжи в теплой воде, добавить соль и сахар. Оставить на 5-7 минут. Смешать с

йогуртом до растворения дрожжей. Добавить 1 ст.л. оливкового масла и хорошо перемешать. Добавить просеянную муку и замесить тесто. Не нужно добавлять больше муки, чем указано в рецепте - тесто должно быть слегка липким. Накрыть тесто полотенцем и оставить на 20 минут.

2. Для начинки черемшу порубить и смешать с 1 ст.л. оливкового масла. Можно воспользоваться блендером или ступкой.

3. Тесто разделить на 8 частей, слегка их раскатать и выложить в центр примерно по 1-1,5 ч.л. начинки. Приподнять края теста и защипнуть по кругу. Получившиеся «колобки» перевернуть швом вниз и слегка присыпать мукой. Осторожно раскатать в круглые лепешки толщиной примерно 0,5 см.

4. Смазать поверхность лепешки оливковым маслом и выложить на гриль смазанной стороной вниз. Затем смазать маслом вторую сторону и готовить лепешки до появления темных полосок.

КАРЕ ЯГНЕНКА
НА ГРИЛЕ





Нектарины-гриль с пломбиром и бальзамическим уксусом

**ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 10 МИНУТ. ПОРЦИИ:
ПО ЖЕЛАНИЮ.**

На гриле можно готовить не только закуски, но и десерты. Этот, например, не отнимет много сил и не утяжелит вашу трапезу. Для приготовления

на гриле также отлично подойдут другие фрукты: персики, сливы или ломтики ананаса.

Ингредиенты: ● нектарины ● пломбир ● бальзамический уксус (лучше фруктовый) ● орехи для подачи

Приготовление:

1. Нектарины разрезать пополам и удалить косточки. Выложить на горячий гриль и готовить до появления темных полосок. Снять с огня.
2. На теплые нектарины выложить по шарiku мороженого, полить уксусом и посыпать орехами.



БЫСТРЫЕ
ЛЕПЕШКИ
С ЧЕРЕМШОЙ



НЕКТАРИНЫ – ГРИЛЬ
С ПЛОМБИРОМ И
БАЛЬЗАМИЧЕСКИМ
УКСУСОМ

ЧУДО В БУТЫЛКЕ



АБРИКОСОВАЯ
НАЛИВКА
С КОРИЦЕЙ

НАСТОЙКИ И НАЛИВКИ - УДИВИТЕЛЬНЫЕ

НАПИТКИ, РАСПРОСТРАНЕННЫЕ НА РУСИ ЕЩЕ ИСПОКОН ВЕКОВ. В РУССКОЙ ЛИТЕРАТУРЕ ЧАСТО ВСТРЕЧАЮТСЯ УПОМИНАНИЯ О НИХ, ИМИ УГОЩАЛИСЬ ЕЩЕ НАШИ ПРАБАБУШКИ И ПРАДЕДУШКИ. МЕЖДУ ЭТИМИ ДВУМЯ НАПИТКАМИ МНОГО ОБЩЕГО, НО ЕСТЬ И ПРИНЦИПИАЛЬНЫЕ РАЗЛИЧИЯ: В КРЕПОСТИ И СОДЕРЖАНИИ САХАРА. НАСТОЙКИ МОЖНО СЧИТАТЬ МУЖСКИМИ НАПИТКАМИ, ОНИ БОЛЕЕ КРЕПКИЕ И ГОРЬКИЕ, А НАЛИВКИ БЛИЖЕ К ВИНУ И НАМНОГО СЛАЩЕ.

ПРИГОТОВИТЬ ЭТИ ЧУДО-НАПИТКИ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ НЕ СОСТАВИТ ТРУДА. ИХ ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ – ЭТО ФРУКТЫ ИЛИ ЯГОДЫ И САХАР. ТАКЖЕ ДЛЯ ПРИДАНИЯ ВКУСА И АРОМАТА В НИХ ДОБАВЛЯЮТ РАЗЛИЧНЫЕ ПРЯНЫЕ ТРАВЫ И СПЕЦИИ: ПОЛЫНЬ, РОЗМАРИН, ЛАВАНДУ, БАЗИЛИК, МЯТУ, ФЕНХЕЛЬ, КОРИЦУ. НАСТАИВАЮТСЯ ОНИ НА СПИРТЕ, ВОДКЕ ИЛИ КОНЬЯКЕ ОТ 2-3 НЕДЕЛЬ ДО 2 МЕСЯЦЕВ. ЕЩЕ ОДИН ПРЕКРАСНЫЙ СПОСОБ СОХРАНИТЬ УРОЖАЙ НА ЗИМУ!



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **АННА ПУСТЫННИКОВА**



Абрикосовая наливка с корицей

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1-1,5 МЕСЯЦА.
ПОРЦИИ: 1 Л.

Ингредиенты: ● 1 кг абрикосов ● 150 г сахара
● 500 мл водки или спирта 40-45% (может понадобиться чуть больше) ● 4 палочки корицы

Приготовление:

1. Абрикосы вымыть, обсушить, разрезать на половинки и удалить косточки.
2. Уложить половинки в банку слоями, пересыпая их сахаром, добавить корицу и залить водкой. Водка должна покрывать абрикосы на 2-3 см.
3. Плотно закрыть банку крышкой и оставить на 30-45 дней в темном месте при комнатной температуре. Раз в 3-4 дня интенсивно встряхивать банку для лучшего растворения сахара.
4. Готовую наливку процедить через марлю и хранить в стеклянной бутылке в прохладном месте.



МЯТНАЯ НАСТОЙКА



2. Размять ягоды вилкой, добавить лаванду, полностью остудить.

3. Остывшую ягодную смесь переложить в банку и залить водкой. Плотно закрыть крышкой. Настаивать в темном месте при комнатной температуре 20-30 дней, раз в 2-3 дня встряхивать содержимое банки.

4. Готовую наливку процедить через марлю и хранить в стеклянной бутылке в прохладном месте.



Мятная настойка

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 МЕСЯЦА. ПОРЦИИ: 500 МЛ.

Ингредиенты: ● 1-2 больших пучка мяты
● 500 мл водки

Приготовление:

1. Мятку вымыть и обсушить. Оборвать листики. Сложить их в банку и залить водкой. Водка должна покрывать мяту на 2-3 см.

2. Плотно закрыть банку крышкой, дать настояться в темном месте минимум 2 месяца.

3. Готовую настойку процедить от листьев и хранить в стеклянной бутылке в прохладном месте.



Вишневая наливка

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 МЕСЯЦ. ПОРЦИИ: 1,5 Л.

Ингредиенты: ● 1,5 кг вишни без косточек (замороженной или свежей) ● 700 мл водки или спирта 45% ● 500 г коричневого сахара

Приготовление:

1. Подвялить свежие или замороженные вишни в духовке – запекать ягоды в течение 4-6 часов при температуре 60-80 С. Можно также воспользоваться дегидратором. Уменьшение количества влаги в ягодах сделает консистенцию и вкус наливки более насыщенными.

2. Смешать в банке водку, сахар и ягоды, плотно закрыть крышкой и убрать на 30 дней в темное место с комнатной температурой. Раз в 2-3 дня содержимое банки необходимо встряхивать.

3. Готовую наливку процедить через несколько слоев марли и разлить в стеклянные бутылки. Хранить в прохладном месте.



Наливка из черной смородины с лавандой

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 МЕСЯЦ. ПОРЦИИ: 1 Л.

Ингредиенты: ● 400 г черной смородины ● 200 мл воды ● 250 г сахара ● 4-5 ч.л. сухих цветов лаванды ● 500 мл водки

Приготовление:

1. В сотейнике смешать сахар и воду, довести до кипения. Добавить смородину и перемешать. Прокипятить смесь 3 минуты и снять с огня.

ВИШНЕВАЯ
НАЛИВКА



КЛУБНИЧНАЯ
НАЛИВКА
С БАЗИЛИКОМ



Клубничная наливка с базиликом

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1-1,5 МЕСЯЦА. **ПОРЦИИ:** 1,5 Л.

Ингредиенты: ● 1 кг клубники ● 300 г сахара
● 1 л водки или спирта 40-45% ● 2-3 веточки базилика

Приготовление:

1. Чистые и сухие ягоды без плодоножек, листики базилика и сахар поместить в банку, залить водкой. Спирт должен покрывать слой ягод минимум на 2-3 см.
2. Плотно закрыть банку крышкой и оставить на 30-45 дней в темном месте при комнатной температуре. Раз в 3-4 дня необходимо интенсивно встряхивать банку для лучшего растворения сахара.
3. Готовую клубничную наливку процедить че-

рез марлю, затем разлить в стеклянные бутылки и плотно закрыть пробками. Хранить в прохладном месте.



Настойка с чаем «Earl Grey»

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 МЕСЯЦ. **ПОРЦИИ:** 500 МЛ.

Ингредиенты: ● 500 мл водки ● 2 ст.л. листового чая «Earl Grey» ● 2 ст.л. коричневого сахара

Приготовление:

1. В банку насыпать чай и сахар, залить водкой, плотно закрыть крышкой и дать настояться 14-30 дней при комнатной температуре.
2. Процедить готовую настойку через марлю и хранить в стеклянной бутылке в прохладном месте.



ВАРИМ ВАРЕНЬЕ!

ВАРЕНЬЕ
ИЗ ФИЗАЛИСА



ВАРЕНЬЕ СЧИТАЕТСЯ ИСКОННО РУССКИМ ЛАКОМСТВОМ. ЭТО ПРЕКРАСНЫЙ СПОСОБ СОХРАНИТЬ ЯГОДЫ И ФРУКТЫ, СЕЗОН КОТОРЫХ В НАШЕМ КЛИМАТЕ СОВСЕМ НЕДОЛОГ. ПОМИМО ТРАДИЦИОННЫХ ИНГРЕДИЕНТОВ, ЕГО ТАКЖЕ МОЖНО ГОТОВИТЬ ИЗ ОВОЩЕЙ И ДАЖЕ ЦВЕТОВ! ЗИМОЙ АРОМАТНОЕ ВАРЕНЬЕ НАПОМНИТ О ТЕПЛЫХ ЛЕТНИХ ДНЯХ И БОГАТОМ УРОЖАЕ СОБСТВЕННОГО САДА.

ДОМАШНЕЕ ВАРЕНЬЕ МОЖЕТ ХРАНИТЬСЯ ДОЛГО. ДЛЯ ЭТОГО СРАЗУ ЖЕ ПОСЛЕ ВАРКИ ЕГО НЕОБХОДИМО В ГОРЯЧЕМ ВИДЕ ЗАКАТАТЬ В СТЕКЛЯННЫЕ СТЕРИЛИЗОВАННЫЕ БАНКИ, ЧТО УБЕРЕЖЕТ ЕГО ОТ ЗАСАХАРИВАНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ ЦВЕТА. ВАРЕНЬЕ МОЖНО ПОДАВАТЬ НЕ ТОЛЬКО К ЧАЮ, НО И ИСПОЛЬЗОВАТЬ КАК СЛАДКИЙ СОУС К СЫРНИКАМ, ОЛАДЬЯМ, БЛИНАМ И ЗАПЕКАНКАМ.



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **АНЖЕЛИКА ЗОРКИНА**



Варенье из физалиса

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 25 МИНУТ. ПОРЦИИ: 1,2 Л.

Янтарное варенье из физалиса привлекает не только своей красотой, но и тонким, приятным вкусом, который удовлетворит даже самого требовательного гурмана. В плодах этого растения содержится природное вещество ликопин, которое не только обуславливает яркую окраску ягод, но и обладает антиоксидантным действием. Присутствующие в свежих ягодах физалиса витамины и минералы частично сохраняются и в варенье даже после термической обработки.

Ингредиенты: ● 1 кг физалиса ● 500 г сахара ● 100 мл воды ● 2 ст.л. сока лимона ● веточка мяты или мелиссы ● 35 г пектина (с сахаром)

Приготовление:

1. Перед началом приготовления ягоды физалиса необходимо очистить от чашечек и промыть горячей водой для удаления с поверхности клейкого вещества. Затем проколоть каждую ягоду зубочисткой, чтобы во время приготовления они не полопались и не потеряли свой при-

влекательный внешний вид.

2. Подготовленные ягоды засыпать сахаром, добавить воду, веточку мяты и поставить на огонь. Довести до кипения и варить 20 минут на слабом огне, аккуратно помешивая. Мята вынуть.

3. Добавить пектин, перемешать и варить еще 4 минуты. Готовое варенье переложить в стерилизованные баночки и оставить остывать. Хранить варенье в прохладном месте.



Варенье из груш с корицей и анисом

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 1,2 Л.

Даже обычное варенье из груш может превратиться в волшебное лакомство, если добавить к нему немного пряностей. Для данного рецепта лучше использовать спелые и сочные плоды.

Ингредиенты: ● 1 кг груш ● 500 г сахара ● сок 1 лимона ● 1 палочка корицы ● 2-3 звездочки аниса ● 35 г пектина

Приготовление:

1. Груши вымыть, очистить от кожуры, нарезать небольшими кубиками. Засыпать сахаром,

перемешать и поставить на огонь.

2. Добавить сок лимона, специи и довести до кипения. Варить 20-25 минут на слабом огне.

3. Извлечь специи из варенья (при желании их можно оставить - они являются отличным консервантом, но тогда вкус и аромат у варенья будет гораздо более насыщенным). Добавить пектин, перемешать и варить около 4 минут. Готовое варенье разлить по стерилизованным банкам и поставить в прохладное место на хранение.

Примечание: Пектин в варенье можно заменить кислыми зелеными яблоками. Для этого 500 г яблок очистить от кожуры, нарезать кубиками и добавить к грушам во время приготовления. Пектин, содержащийся в кислых яблоках, сделает варенье густым без большого количества сахара и долгой варки.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ГРУШ С КОРИЦЕЙ И АНИСОМ



Клубничное варенье с ревенем

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА 30 МИНУТ.
ПОРЦИЯ: 2 Л.

Клубничное варенье – крайне актуальный рецепт для начала лета. Именно в это время продаётся самая вкусная и ароматная клубника. А если вы любите не совсем классические сочетания, то добавьте в варенье ревень. Сладкая клубника и приятная кислинка ревеня - что может быть лучше?

Ингредиенты: ● 1 кг клубники ● 500 г ревеня ● 700 г сахара ● 35 г пектина

Приготовление:

1. Ревень очистить от волокон и нарезать небольшими кубиками. Клубнику перебрать, удалить хвостики, вымыть. Засыпать фрукты сахаром и оставить на пару часов, чтобы клубника пустила сок.

2. Поставить фрукты на огонь и довести до кипения. Уменьшить огонь и варить около 25 минут, периодически помешивая и снимая пенку. Добавить пектин, аккуратно перемешать и варить еще 4 минуты. Готовое варенье разложить по стерилизованным банкам. Хранить в прохладном месте.



Ежевичное варенье с коньяком

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 1 Л.

Ягоды ежевики богаты полезными для нашего организма веществами: витаминами, минералами и антиоксидантами, укрепляющими иммунитет. Как приятно зимой открыть баночку ежевичного варенья и почувствовать аромат солнечного, знойного лета! А благодаря добавлению коньяка варенье приобретает превосходный аромат и пикантный вкус.

Ингредиенты: ● 1 кг ежевики ● 500 г сахара ● 35 г пектина ● 100 мл коньяка (любого на ваш вкус)

Приготовление:

1. Ежевику засыпать сахаром и оставить на 1-2 часа, чтобы ягоды пустили сок.

2. Поставить ягоды на огонь и довести до кипения. Варить на слабом огне около 20 минут, не забывая помешивать и снимать пенку. Добавить

КЛУБНИЧНОЕ
ВАРЕНЬЕ
С РЕВЕЧЕМ



ЕЖЕВИЧНОЕ
ВАРЕНЬЕ
С КОНЬЯКОМ



ПРЯНОЕ
ВАРЕНЬЕ
ИЗ СЛИВ



пектин и коньяк и варить еще около 4 минут. Готовое варенье разлить по банкам и поставить в прохладное место на хранение.



Пряное варенье из слив

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 1,2 л.

Очень вкусное, согревающее душу варенье из сливы с кардамоном, анисом и корицей порадует вас холодными зимними вечерами и наполнит дом волшебным ароматом пряностей. Оно отлично подойдет и к благородным заморским сырам, и к домашним сырникам и блинам.

Ингредиенты: ● 1 кг слив ● 500 г сахара ● 5 зерен кардамона ● 1 палочка корицы ● 1-2 звездочки аниса ● 35 г пектина

Приготовление:

1. Из слив удалить косточки и разрезать на половинки или четвертинки. Засыпать сахаром и оставить на пару часов, чтобы выделился сок.
2. Поставить фрукты на огонь и довести до кипения. Добавить палочку корицы, кардамон и анис и варить 25-30 минут.
3. Достать из варенья пряности, добавить пектин, перемешать и варить еще около 4 минут. Готовое варенье разложить по стерилизованным баночкам и остудить. Хранить в прохладном месте.

ЗАКАТКИ

КАБАЧКОВАЯ
ИКРА



В КОНЦЕ ЛЕТА У ХОЗЯЕК НАЧИНАЕТСЯ СЕЗОН ЗАГОТОВКИ ОВОЩЕЙ, КОГДА ОНИ ДЕЛАЮТ МНОГОЧИСЛЕННЫЕ И РАЗНООБРАЗНЫЕ ЗАКАТКИ НА ЗИМУ. ВЕДЬ НИКАКАЯ БАНКА МАГАЗИННЫХ ОГУРЦОВ НЕ СРАВНИТСЯ С ПРОВЕРЕННОЙ ВРЕМЕНЕМ РЕЦЕПТУРОЙ. ВАРИАЦИЙ ЗИМНИХ ЗАКАТОК ОЧЕНЬ МНОГО, НАЧИНАЯ С ПРОСТЫХ ЗАГОТОВОК ИЗ СВЕКЛЫ, ЗАКАНЧИВАЯ СЛОЖНЫМИ ОВОЩНЫМИ АССОРТИ, КОТОРЫЕ ОБЫЧНО ОТКРЫВАЮТСЯ К ПРИХОДУ ГОСТЕЙ. МЫ ПРИГОТОВИЛИ ДЛЯ ВАС НЕСКОЛЬКО ИНТЕРЕСНЫХ РЕЦЕПТОВ. И ПУСКАЙ ВАША ЗИМА БУДЕТ ВКУСНОЙ, РАЗНООБРАЗНОЙ И БОГАТОЙ НА ВИТАМИНЫ!



РЕЦЕПТЫ И ФОТО: **МАРИНА ЖУРАВЛЕВА**



Кабачковая икра (как в детстве)

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 ЧАСА 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2,5-3 Л.

Ингредиенты: ● 4 кг кабачков ● 600 г лука ● 300 г майонеза ● 300 г томатной пасты ● 2,5 ст.л. соли ● ½ ч.л. молотого черного перца ● 200 мл растительного масла ● 3 ст.л. сахара ● 5 ч.л. уксуса 9% ● 5 лавровых листьев (опционально) ● 5 зубчиков чеснока

Приготовление:

1. Кабачки очистить от кожуры и крупных семян. Лук очистить и вместе с кабачками пропустить через мясорубку. Выложить в большую кастрюлю, добавить майонез и масло, перемешать и поставить на огонь.
2. После закипания тушить в течение 1 часа под крышкой на среднем огне, достаточно часто помешивая.
3. Добавить томатную пасту, уксус, соль, сахар, перец и лавровые листья. Тушить еще 1,5 часа.
4. Горячую икру разложить по стерилизованным банкам и закрыть крышками.



Соус песто «неклассический»

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 15 МИНУТ. ПОРЦИИ: 300 Г.

Ингредиенты: ● 3-6 зубчиков чеснока (по вкусу) ● 1 большой пучок базилика ● ½ стакана орехов (любых по вкусу) ● 50 г тертого пармезана или другого твердого сыра ● 150 мл оливкового масла ● соль по вкусу

Приготовление:

1. Базилик и орехи порубить и вместе с другими ингредиентами измельчить в блендере. Если нет блендера, то орехи можно пропустить через мясорубку, а зелень и чеснок мелко порубить, а затем смешать все ингредиенты.
2. Разложить песто по стерильным баночкам. Хранить в холодильнике.



Соте из баклажанов

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 ЧАС 30 МИНУТ. ПОРЦИИ: 2,5-3 Л.

СОУС ПЕСТО «НЕКЛАССИЧЕСКИЙ»



Ингредиенты: ● 2 кг баклажанов ● 500 г моркови ● 500 г болгарского перца ● ½ луковицы ● 1 кг помидоров ● 5 зубчиков чеснока ● 1 перец чили (опционально) ● 150 мл растительного масла ● соль и черный перец по вкусу

Приготовление:

1. Баклажаны очистить, нарезать кубиками. Присыпать солью и оставить на 20-30 минут.
2. Лук нарезать полукольцами. Морковь крупно натереть. Помидоры нарезать на 6-8 частей. Перец нашинковать полосками.

3. Баклажаны обжаривать порциями на сковороде на небольшом огне до легкого золотистого цвета. Отдельно обжарить лук и морковь до легкого золотистого цвета.

4. Все овощи сложить в большую кастрюлю, влить 100-150 мл масла и посолить. Поставить на небольшой огонь и довести до кипения. Посолить, поперчить и тушить 20-30 минут на среднем огне, периодически помешивая. За 5 минут до окончания приготовления добавить чеснок и перец.

5. Готовое сое разложить по стерилизованным банкам, закатать. Перевернуть и укрыть.

СОТЕ ИЗ
БАКЛАЖАНОВ



САЛАТ

Коктейль из креветок с огурцом 19
Салат из помидоров и спаржи 17
Салат с редисом, оливками и фетой 23
Салат с редисом, картофелем и беконом 23
Салат с маринованной вишней и гремолатой из базилика 35
Салат с курицей, грушей и сыром с голубой плесенью 65
Салат с киноа, клубникой и авокадо 65
Салат с лососем 66
Салат с фетой и оливками 75
Салат с куриной грудкой 75
Салат с молодыми кабачками, чечевицей и козьим сыром 237

ЗАКУСКА

Быстрые лепешки с черемшой 238
Кабачковая икра 255
Лепешки с овощами 73
Маринованные цукини и кабачки-гриль 9
Овощная икра 131
Осьминог с песто и картофелем 176
Ржаные тосты с печеным перцем и творожным сыром 234
Сладкие роллы с творогом и клубникой 232
Соте из баклажанов 255
Сэндвичи с ветчиной, сыром и рукколой 231
Сэндвичи с курицей, клубникой и авокадо 231
Тапас с овощами и тунцом 9
Шпинатные роллы с семгой и авокадо 232

СУП

Гаспачо из вишни 35
Зеленый минестроне с соусом песто 26
Крем-суп из вяленых помидоров 89
Крем-суп из цукини 13
Мясная окрошка с квасом 70
Холодный суп сальморехо 17
Холодный свекольник на кефире 69
Холодный испанский суп гаспачо 69
Холодный болгарский суп таратор 70
Щи «Летние» 136

ОСНОВНОЕ БЛЮДО

Базиликовые ньокки с лимоном от Джейми Оливера 29

Запеченные овощи 73
Кабачки, фаршированные булгуром и грибами 131
Картофельная пицца с цукини, кабачком и томатами 13
Каре ягненка на гриле 237
Лапша из цукини с креветками в сливочном соусе 13
Лимонное ризотто с базиликом 89
Перепелки тапака на гриле с зеленой пастой 237
Помидоры с рисом, картофелем и креветками 14
Утиные грудки с вишневым соусом 33
Фриттата с печеными овощами 75

НАПИТОК

Абрикосовая наливка с корицей 243
Айс ти «Вишня с имбирем» 218
Айс ти Гавайи 214
Айс ти «Клубника и базилик» 218
Ананасовая вода с мятой 81
Апельсиновый холодный кофе 222
Валенсианская вода 227
Вишнево-ванильный смузи 33
Вишневая наливка 244
Грушево-смородиновая вода с лавандой 81
Классический Айс ти 214
Клубничная наливка с базиликом 247
Кола-кофе 224
«Куба либре» 227
Мандариновый Айс ти 217
Мятно-имбирный чай 217
Мятный освежающий кофе 223
Мятная настойка 244
Наливка из черной смородины с лавандой 244
Настойка с чаем «Earl Grey» 247
Огуречно-клубничная вода 78
Персиковый Айс ти 217
Пряный холодный чай 217
Сангрия 228
Смузи «Crazy Frog» 19
Холодный чай с молоком и медом 214
Цитрусовая вода с розмарином 81
Черничный чай с мятой 218
Шоколадный холодный кофе 225
Яблочно-базиликовый смузи 26

Ягодный кисель 136

ВЫПЕЧКА

Американский вишневый пирог 179
 Баскский пирог 179
 Блинчики с гречневой мукой и черникой 60
 Вишневый пирог в мультиварке 136
 Галета с вишней и рикоттой 147
 Галета с ревенем, клюквой и лавандой 148
 Галета с клубникой и ревенем от Марты Стюарт 149
 Закрытый пирог с малиной 48
 Закусочный овощной кекс 184
 Капкейки «Черный лес» 139
 Кокосовые капкейки с малиновым кули 47
 Кекс с корицей и белым шоколадом 55
 Клубничные тарталетки с фисташками 38
 Маннй пирог с клубникой 37
 Низкокалорийный пирог с вишней 139
 Печенье с шоколадными каплями 187
 Пирог с малиновым вареньем и панна коттой 43
 Пирог с кукурузной мукой и цитрусовыми 187
 Слойки с клубникой 40
 Тарталетки с шоколадом, кремом Дипломат и свежей малиной 44
 Тарт с малиной и миндальным франжипаном 47
 Хлеб «Цитрус» 159
 Хлеб «Красная капуста» 161
 Хлеб «Арбуз» 162
 Шоколадные пончики в шоколадной глазури 189
 Шоколадно-банановые маффины 56
 Шоколадные фонданы с малиновым конфитюром и белым шоколадом 47

ДЕСЕРТ

Безглютеновый торт с кремом из маскарпоне 187
 Варенье из физалиса 249
 Варенье из груш с корицей и анисом 249
 Варенье из ежевики 135
 Вишневый клафути 180
 Домашний маскарпоне 52
 Дрожжевые булочки с малиной 60
 Ежевичное варенье с коньяком 250
 Замороженный йогурт с овсянкой

и ягодами 59
 Заварное кольцо с кремом 105
 Карамельный попкорн 166
 Клафути с грушей и миндалем 184
 Клубничный суп с базиликом и мятой 41
 Клубничное суфле 41
 Клубничный пудинг с семенами чиа 63
 Клубничный мармелад 83
 Клубничное варенье с ревенем 250
 Кокосовый чизкейк с чаем матча (без выпечки) 109
 Крамбл с персиками и черникой 59
 Крем-брюле 51
 Классический пломбир 117
 Мороженое «Клубника со сливками» 118
 Мороженое «Сливочная вишня» 118
 Молочное эскимо 120
 Мороженое с соленой карамелью 121
 Мороженое «Два шоколада» 121
 Муссовое пирожное «Малина-шоколад» 157
 Нектарины-гриль с пломбиром и бальзамическим уксусом 240
 Панна котта с зеленым чаем 109
 Пирожное с базиликовым муссом и клубничным конфи 30
 Пирожное «Картошка» 106
 Пирожное «Опера» с чаем матча 113
 Пряное варенье из слив 253
 Слоеный десерт из пломбира с вишней 139
 Творожный чизкейк с вишней (без выпечки) 140
 Тирамису с зеленым чаем 113
 Тирамису с клубникой и бальзамическим уксусом 86
 Тирамису с клубникой, базиликом и оливковым маслом 175
 Торт «Прага» 103
 Торт «Подарочный» 106
 Торт с чаем матча и малиной 109
 Хлебные пудинги с черникой и ежевикой 63
 Чизкейк с клубникой в стакане 38
 Шоколадный торт с карамелью и попкорном 167

СОУС

Соус дзадзики 20
 Соус-дип из редиса 24
 Соус песто «неклассический» 255