

Striped Apron

ДЛЯ ВЛЮБЛЁННЫХ В ЕДУ

ОСЕНЬ 2021



СОДЕРЖАНИЕ

3	ОТ АВТОРА	69	БАРНАЯ КУЛЬТУРА: CHEERS!
6	ГРИБЫ	69	AUTUMN CLOVER CLUB
13	ПАТЕ ИЗ ВЕШЕНОК	70	OBLIVIOUS MILKSHAKE
14	МАРИНОВАННЫЕ ШАМПИНЬОНЫ	73	QUINCE JAM MARTINI
17	ТАЛЬЯТА ИЗ ПОРТОБЕЛЛО	75	СНАЧАЛА МЫ ЕДИМ: АВОКАДО
18	ГРИБНОЙ КРЕМ-СУП	75	ЗАПЕЧЁННОЕ АВОКАДО С ЯЙЦОМ
21	РИЗОТТО С ЛИСИЧКАМИ	76	ТОСТ С АВОКАДО И ТОМАТАМИ
22	РИСОВАЯ ЛАПША С ГРИБАМИ	76	ТОСТ С АВОКАДО И ЛОСОСЕМ
24	ИНТЕРВЬЮ "ЦАРСТВО ГРИБОВ"	76	ТОСТ С АВОКАДО И НУТОМ
28	ШИИТАКЕ С ЛУКОМ ПОРЕЕМ	76	ТОСТ С АВОКАДО И ХУМУСОМ
30	САЛАТ С ЭРИНГИ	78	МЕКСИКАНСКИЙ ОМЛЕТ
32	КАРТОФЕЛЬ С ОПЯТАМИ	81	СЫРОМ ЕДИНЫМ: КАМАМБЕР
34	ЛОСОСЬ С ШИМЕДЖИ	85	ТАРТ С КАМАМБЕРОМ И ГРИБАМИ
37	ТИХАЯ ОХОТА	86	ЧИЗБУРГЕР С КАМАМБЕРОМ
39	МЕНЮ СЕЗОНА: ЯБЛОКИ	89	ЖАРЕННЫЙ КАМАМБЕР
41	ЯБЛОЧНЫЙ КЕТЧУП	90	СКОНЫ С КАМАМБЕРОМ
42	ЯБЛОЧНЫЕ ОЛАДЬИ	93	ЗАПЕЧЕННЫЙ КАМАМБЕР
45	БРЕТОНСКИЙ ПИРОГ	94	ТАРТИФЛЕТ С КАМАМБЕРОМ
47	МЕНЮ СЕЗОНА: ИНЖИР	96	САХАР
49	МИНДАЛЬНАЯ ГАЛЕТА	101	СВИНЫЕ РЁБРА В КАРАМЕЛИ
50	КАМАМБЕР С ИНЖИРОМ	102	ШУКЕТЫ
53	МЕНЮ СЕЗОНА: ТЫКВА	104	ЯРКИЕ ВКУСЫ ГРУЗИИ
55	ТЫКВЕННОЕ РАГУ	106	САЛАТ СААМО
56	ПАСТА С ТЫКВОЙ И ЛИСИЧКАМИ	109	ОДЖАХУРИ
59	ПРОСТО ЕСТЬ	110	ЧКМЕРУЛИ
61	ХРУСТЯЩИЙ НУТ В СПЕЦИЯХ	113	АДЖАПСАНДАЛИ
63	БАБАГАНУШ	114	CHEESE. ВЫСТАВКА СЫРА В БРА.
65	БАТАТ С ГОРГОНЗОЛОЙ	118	СЪЕДОБНЫЕ ЦВЕТЫ
67	ПАЛОЧКИ С СЫРОМ ФЕТА		

ЖУРНАЛ
Striped Apron
ДЛЯ ВЛЮБЛЁННЫХ В ЕДУ



СЛОВО РЕДАКТОРА



ЮЛИЯ ПАШЕНЦЕВА

главный редактор, фуд фотограф
Instagram: @juli_pashentseva

"Лето пролетело незаметно и вот, уже осень правит балом. Стоит ли унывать, когда всё ещё погода радует то приятным теплом, то приятной прохладой, чередуя солнечные дни с пасмурными, данными нам для ощущения максимального уюта в доме. Это же прекрасное время, когда можно зажигать свечи, укрываться тёплым пледом и бесконечно пить тёплый чай! Идеальное время для запекания камамбера. Настолько идеальное, что в этом номере вы найдёте целых два варианта его приготовления. Идеальное время для грибов, ярких тыкв, медового инжира, сочных яблок. Это время тёплых блюд из осеннего урожая овощей, впитавших в себя всё солнечное тепло лета и способных отдать его в виде вкуса и аромата. Идеальна эта осень! Нужно только проникнуться всей этой атмосферой."

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ



ЭМИР КУРТЛУШАЕВ

шеф-повар, технолог R&D
Instagram: @kurtlushaev_91



НИНА ОЛЕЙНИК

фуд фотограф, фуд стилист
Instagram: @two_inspirations



ЛЮДМИЛА ФРАНКО

фуд фотограф
Instagram: @luda_franko



ОЛЬГА КРАВЕЦ

фуд фотограф
Instagram: @barabolya.olya



ЕЛЕНА КРАЙНОВА

фуд фотограф
Instagram: @elen.kraynova



ДЕНИС ЗИНЧЕНКО

бар менеджер Dvor12, консультант
Instagram: @zinatebeartender



ИРИНА ЗИНЧЕНКО

фуд фотограф, фуд стилист
Instagram: @z.irochka_foodphoto



ЮЛИЯ РОСИНСКАЯ

кондитер
Instagram: @biros_cake



ИРИНА ШЕЛЕСТ

фуд фотограф
Instagram: @koljorova



ЕКАТЕРИНА МАКАРЕНКО

кулинарный блогер
Instagram: @katy_leamon

Электронный журнал Striped Apron (Полосатый фартук). Распространяется бесплатно в сети Интернет.

Печатная версия журнала не предназначена для публичного распространения.

Выходит 1 раз в квартал.

Дата выхода номера: 10 сентября 2021.

Перепечатка и использование материалов – только с письменного разрешения авторов. Все права защищены.

ИДЕЯ, ДИЗАЙН, ВЕРСТКА: ЮЛИЯ ПАШЕНЦЕВА







ТЕКСТ И ФОТО

ЮЛИЯ ПАШЕНЦЕВА

фуд фотограф

Instagram: @juli_pashentseva

В ГЛАВНОЙ РОЛИ

Г Р И Б Ы

Сезон лесных грибов в зависимости от региона начинается с позднего лета и длится до самой зимы. Кроме того, некоторые разновидности встречаются и весной, как например, грузди. Прекрасно, если вы разбираетесь в них и можете без опаски насобирать полное лукошко лесных ароматных грибов. Они ведь невероятно вкусны! Но поговорим мы, скорее, о грибах, доступных нам круглый год и не пройдем мимо самых ценных и знакомых лесных грибов: белых и лисичек.

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБИРАТЬ?

Не имеет значения какой тип грибов вы покупаете, важно в них лишь одно — они должны быть свежесобранными. Обратите внимание на срез ножки, она не должна быть засохшей и обветренной. Свежие грибы имеют землистый, слегка сладкий аромат и ни в коем случае не кислый. Если же вы собираетесь в лес по грибы, то собирайте и употребляйте в еду только те виды, в съедобности которых уверены на все сто.

КАК ХРАНИТЬ?

Свежие грибы можно поместить в бумажный пакет и хранить в холодильнике до 1 недели. Грибы можно посушить и хранить их в таком виде, восстанавливая их свойства замачиванием в воде.

КАК ПОДГОТОВИТЬ И УПОТРЕБЛЯТЬ?

Грибы, выращенные на ферме совершенно не нуждаются в очистке шляпки. Кроме того, грибы не желательно мыть в воде, уж слишком быстро они её впитывают, что не есть хорошо для дальнейшего их приготовления. Если возможно, то просто протрите шляпки грибов с помощью влажного полотенца. Если же мытья нельзя избежать, то хорошенько обсушите грибы полотенцем после водных процедур.

Некоторые культивированные грибы не нуждаются в приготовлении и очень вкусны в свежем виде. Так, например, из свежих шампиньонов получается прекрасное карпаччо, стоит лишь нарезать их тонкими слайсами, либо же добавить в салат. Такие экзотические грибы, как энoki употребляются в свежем виде в салатах и сэндвичах.

Грибы можно готовить любым способом: варить, запекать, жарить во фритюре, на гриле, на сковороде или тушить. Маринование — ещё один популярный способ приготовления грибов.

С ЧЕМ СОЧЕТАТЬ?

Если говорить о пряных травах, то совершенно прекрасно грибы играют с тимьяном, розмарином, укропом, петрушкой, тархуном и даже мятой. Лисички, например, можно подружить с курагой и дичью, начиняя этой массой пироги. Грибы прекрасно сочетаются с любым видом мяса и даже с жирной или белой рыбой, гребешками и устрицами. О сочетании с овощами можно говорить бесконечно. Тут и картофель, и спаржа, и тыква, и томаты, конечно же лук и чеснок. Сыр: мягкий и твёрдый, с голубой плесенью и козий. Сочетаний огромное множество, нужно лишь помнить о вкусовых свойствах и текстуре выбранного типа грибов.

ЧТО ПО КЛАССИКЕ?

Конечно же грибной суп и крем-суп, бефстроганов, грибной фарш дюксель, используемый для телятины Веллингтон и начинки для пирогов, птицы и разнообразной выпечки.

Ну а теперь давайте остановимся на каждом грибе и рассмотрим все возможные варианты использования.



БЕЛЫЕ ГРИБЫ

В англоязычных рецептах встречаются как penny bun, ser, porcini, king bolete. Являются одними из самых высокооцененных грибов в кулинарии благодаря своей однородной текстуре и интенсивному вкусу, который часто описывают как ореховый и землистый с нотками мяса. Обладают более глубоким вкусом в отличие от остальных грибов. Свежие грибы при приготовлении имеют нежную мясистую консистенцию. Сушеные белые грибы придают бульонам или соусам глубокий грибной вкус и после регидратации имеют слегка жевательную текстуру.

Свежие белые грибы можно пассеровать, тушить, жарить, готовить на гриле. Их, как правило, готовят довольно просто, чтобы сохранить их вкус и текстуру. Эти грибы можно подавать как гарнир или добавлять к ризотто, пасте и омлетам. Их насыщенного вкуса будет также достаточно для того, чтобы приготовить грибной соус к мясу.

Сушеные грибы обладают ещё более интенсивным вкусом. Бульон, полученный путём их замачивания, придаст глубину аромата супам и блюдам, в которых он используется. Регидратированные грибы можно нарезать и добавлять в блюда.



ЛИСИЧКИ

В англоязычных рецептах встречаются как chanterelle или girolle. Пожалуй, одни из самых популярных и ценных дикорастущих грибов, которые в сезон можно купить и на рынке.

Утончённый вкус лисичек можно описать как ореховый, с фруктовыми нотками, имеющими нечто общее со спелыми абрикосами или персиками. Слегка землистый и немного перечный. Текстура этих грибов и нежная, и упругая одновременно, даже после приготовления. Ни в коем случае не переусердствуйте со специями и пряностями, чтобы не затмить изящный вкус этих грибов.

Лучше всего лисички проявляют себя сразу после сбора. Они подходят для самых разных методов приготовления и не требуют предварительной обработки. Их можно сушить, замораживать или консервировать в рассоле. Они также хорошо хранятся в холодильнике, оставаясь относительно свежими до нескольких дней.

Лисички отлично подходят для супов, рагу и соусов, хорошо сочетаются со следующими продуктами и травами: оленина и другая дичь, курица, свинина, рыба, говядина, телятина, яйца, чеснок, тимьян, эстрагон, кервель, чеснок, лук.



ШАМПИНЬОНЫ БЕЛЫЕ

В англоязычных рецептах встречаются как button, white или white button, а также common mushrooms или champignon mushrooms.

Это самый распространённый вид культивируемых грибов, которые можно купить в любом магазине независимо от сезона.

Белые шампиньоны подходят как для употребления в сыром, так и приготовленном виде. Сырыми рекомендуется употреблять максимально свежие грибы, чистого белого цвета, без пятен. Необходимо лишь нарезать их тонкими ломтиками и подавать в виде карпаччо с соусами или добавлять к зелёным салатам.

Шампиньоны можно жарить на шпажках, добавлять в соусы, подливы, жаркое, готовить с ними супы, тушёные блюда, использовать в выпечке или добавлять тонкие ломтики сверху пиццы. Правила сочетания шампиньонов с другими ингредиентами не отличаются от общих правил сочетания грибов.

Хранить шампиньоны можно до недели в холодильнике в неплотном бумажном пакете или в миске, накрытой влажным бумажным полотенцем.



КОРИЧНЕВЫЕ ШАМПИНЬОНЫ

В англоязычных рецептах встречаются как cremini/crimini, baby bella, brown или chestnut mushrooms.

По сути, отличаются они от обычных шампиньонов более интенсивным, богатым и сложным вкусом, красивым цветом и более твёрдой текстурой, так как содержат меньшее количество влаги.

В некоторых источниках можно найти информацию, что коричневые шампиньоны являются средней стадией зрелости между белыми и портобелло. Но это не так. Верно то, что и белые, и коричневые шампиньоны относятся к одному семейству, но всё же — это разные виды. Ситуация с портобелло действительно правдивая, кремینی и правда являются младшей версией огромных грибов.

Принципы приготовления и сочетания с другими продуктами не отличаются от белых шампиньонов. В рецептах они взаимозаменяемы.

Кроме того, при недоступности белых лесных грибов (порчини), их можно заменить коричневыми шампиньонами. Конечно, вы потеряете во вкусе, но это действительно достойная замена.

ПОРТОБЕЛЛО

В англоязычных рецептах встречаются как portobello mushrooms.

Большие мясистые грибы с плотной мякотью и насыщенным вкусом.

Как уже отмечалось ранее, портобелло являются зрелой версией коричневых шампиньонов. Именно благодаря своей зрелости, они имеют мясной вкус и текстуру.

Часто используются как альтернатива мясу в веганских и вегетарианских блюдах. Из-за их размера и вкуса ими часто заменяют мясную котлету в бургерах.

Их можно замариновать в смеси оливкового масла и бальзамика с добавлением чеснока и просто обжарить на гриле. Часто, шляпки портобелло фаршируют. В начинку идут их ножки, мясо или тофу, лук, чеснок, пряные травы, сыр, овощи и т.д. Шляпки грибов фаршируют и запекают в духовке, щедро посыпав верхушку сыром.

Есть одна особенность. При приготовлении целыми, эти грибы выделяют тёмный коричневый сок. Поэтому, если вам важно сохранить чистый цвет мякоти или начинки, перед приготовлением просто удалите тёмные перегородки.



ВЕШЕНКИ

Или устричный гриб, в англоязычных рецептах встречаются как oyster mushrooms, pearl или tree oyster mushrooms.

Наравне с белыми шампиньонами являются самыми культивируемыми грибами в мире. Вешенки встречаются в самых разных кухнях мира, но особое место занимают в китайской, японской и корейской гастрономии.

Вкус их очень деликатный, с тонким пикантным ароматом аниса. При приготовлении вешенки приобретают нежную приятную консистенцию. Однако, часть ножки может быть грубой и непригодной в пищу. Прекрасно подходят для жарки, запекания и приготовления на гриле, так как в этом случае их текстура хорошо сохраняется. При тушении становятся очень мягкими. Одним из самых удачных способов приготовления вешенок является азиатская техника stir-fry, т.е. быстрое обжаривание в горячем масле при постоянном помешивании. Подавать вешенки можно в качестве гарнира или использовать в соусах, жарком, пастах, ризотто или даже в тостах. Грибы можно жарить целиком на шпажках, обваливать в хрустящей корочке и жарить во фритюре. Также, эти грибы можно использовать в супах, а ещё делать из них шелковистые паштеты.





ЭРИНГИ

Вешенка степная, королевская вешенка или степной белый гриб, king trumpet, eryngii или king oyster mushrooms.

Самый крупный вид из рода вешенок. В отличие от других грибов этого вида, стебли эринги не жесткие и годятся для употребления в пищу. Королевская вешенка ценится за мясистую текстуру и вкус умами. Текстуру иногда сравнивают с морским ухом или гребешками, что делает их интересным вариантом для вегетарианцев.

Чаще всего используются в азиатских кухнях: китайской, японской и корейской. Там же эринги и культивируются в больших масштабах.

Эринги отлично сочетаются с сильными ароматами, такими как соевый соус или чеснок. Если вы хотите выделить вкус умами самого гриба, просто приготовьте его на сливочном масле и добавьте ароматные травы и хлопья соли.

Японские повара особенно любят эринги и готовят их в хрустящем кляре темпура, подавая с солью и соусами, либо жарят целиком на шампурах. Прочная форма и текстура грибов делают их интересными для экспериментов среди многих шефов.



ШИМЕДЖИ

Гипсизигус шахматный, симэдзи, Shimeji mushrooms.

Эти азиатские грибы отличаются длинными стеблями и миниатюрными шаровидными шляпками. К наиболее распространенным разновидностям японской кухни относятся буна (со шляпками коричневого цвета) и бунапи (со шляпками белого цвета).

Шимеджи известны своим нежным вкусом и приятной текстурой. Их следует есть приготовленными и ни в коем случае не сырыми, так как в свежем виде им присуща сильная горечь. Всё меняется при приготовлении: проявляется мягкий ореховый привкус с лёгкой сладостью, а текстура становится удивительно нежной. Эти грибы широко используются в японской кухне: от супов, рагу, лапши, салатов до рисовых боулов. Съедобны как шляпки, так и стебли шимеджи. Грибы можно жарить, готовить на пару и даже мариновать. Чудесно комбинируются с другими экзотическими грибами для разнообразия текстур.

Чтобы подготовить шимеджи для дальнейшей обработки, необходимо срезать их основу и руками отделить каждый гриб. Слегка очистить влажным полотенцем или вымыть, если конечно это необходимо.

ШИИТАКЕ

Также шиитаке, лентинула съедобная, японский лесной гриб или shiitake, shiang-gu, forest, oak, black или black forest mushrooms в англоязычных ресурсах.

Шиитаке имеют богатый маслянистый мясной вкус, совершенно непохожий на вкусы других видов грибов. В процессе сушки аромат шиитаке приобретает насыщенный дымный оттенок. Также, текстура шиитаке сильно отличается от других грибов из-за низкого содержания влаги, что выражается в их твёрдой, равномерной текстуре и интенсивном вкусе.

Шиитаке — очевидный выбор для азиатских блюд. В Японии их добавляют в мисо-суп, а также, как ингредиент многих блюд, приготовленных на пару или на медленном огне.

Шляпки шиитаке достаточно протереть влажной тканью, так как они никогда не встречаются с почвой. Стебли же их весьма волокнисты и грубы. Удалите их ножом, срезав в месте соединения со шляпкой. Но не спешите выкидывать их, так как стебли способны насытить ароматом бульон или соус.



ЭНОКИ

Опёнок зимний или enoki, enokitake, velvet shank.

Культивируемые грибы, состоящие из пучка длинных тонких белых стеблей с маленькими белыми шляпками.

Грибы эноки имеют твердую консистенцию и мягкий фруктовый вкус, довольно особенный и своеобразный.

Лучше всего они подходят для приготовления блюд Восточной Азии: супов, блюд из лапши, салатов. Также, их можно есть сырыми, но перед употреблением их следует очистить, удалив обесцвеченные стебли, промыть и срезать грубую губчатую основу.

Одним из самых простых способов приготовить эноки является Наметаки или тушеные на медленном огне эноки в соевом соусе и мирине. Приготовленные таким способом, эти грибы являются прекрасной добавкой к рису, лапше и овощам. Их можно добавлять в конце приготовления овощей в воке или же в суп. Часто является ингредиентом популярного рамена. Наконец, сырые эноки замечательно играют в салатах с рисовой лапшой или с морскими водорослями, да и просто космически выглядят при оформлении презентации блюда или в сэндвичах.





ПАТЕ ИЗ ВЕШЕНОК С БЕЛЫМИ ГИБАМИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 25 МИН + ВРЕМЯ НА ОСТЫВАНИЕ | БАНКА 200 МЛ

Отличная альтернатива мясным паштетам, которая точно придётся по вкусу и веганам, и вегетарианцам. Полезный растительный белок и насыщенный вкус грибов. Совершенно точно в этом рецепте можно заменить грибы и использовать, например, шампиньоны вместо вешенок или белых грибов, либо использовать смесь лесных грибов.

ИНГРЕДИЕНТЫ

10 г смеси сушеных грибов
½ ст. л. растительного масла
1 шт лука шалота
1 зубчик чеснока
100 г белых грибов
100 г вешенок
2 веточки тимьяна
30 мл портвейна или красного вина

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Замочить сушеные грибы в 100 мл кипящей воды на 30 минут. Затем воду слить в отдельную ёмкость и отставить в сторону. Намоченные грибы мелко нарезать.

Очистить лук и чеснок, мелко порубить. Обжарить лук на разогретом масле на среднем огне до мягкости, затем добавить чеснок и обжаривать ещё 1 минуту.

Грибы протереть влажным полотенцем, по необходимости промыть и хорошо обсушить. Нарезать небольшими кусочками.

Нарезанные свежие грибы отправить на сковороду к луку, добавить листья тимьяна и готовить около 10 минут, пока грибы не начнут подрумяниваться. Добавить нарезанные сушеные грибы и влить вино в сковороду, готовить до тех пор, пока жидкость не выпарится.

В сковороду влить жидкость, оставшуюся от замачивания грибов. Готовить до испарения всей жидкости, помешивая время от времени.

Грибы приправить солью и перцем по вкусу. Перемешать и дать полностью остыть.

Взбить смесь в блендере или измельчителе до состояния грубой пасты и переложить в миску или банку для подачи. Подавать паштет с крекерами, хлебом или багетом.

В закрытой банке хранить до 5 дней.

МАРИНОВАННЫЕ ШАМПИНЬОНЫ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 25 МИН + 1 ДЕНЬ НА МАРИНОВАНИЕ | БАНКА 400 МЛ

Пожалуй, каждый из нас знает как мариновать шампиньоны. Но этот рецепт особенный: в нём грибы сначала запекаются в духовке, а уже потом маринуются, что усиливает их вкус.

ИНГРЕДИЕНТЫ

400 г коричневых шампиньонов
2 ст. л. оливкового масла
15 г соли
125 мл белого винного или яблочного уксуса
2 зубчика чеснока
30 г коричневого сахара
1/2 ч. л. молотого черного перца
2-3 веточки тимьяна
1 ч. л. цедры лимона

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Разогреть духовку до 180 °С.

Шампиньоны промыть и хорошо обсушить. Выложить на противень, добавить оливковое масло и перемешать. Запекать в духовке 10-15 минут.

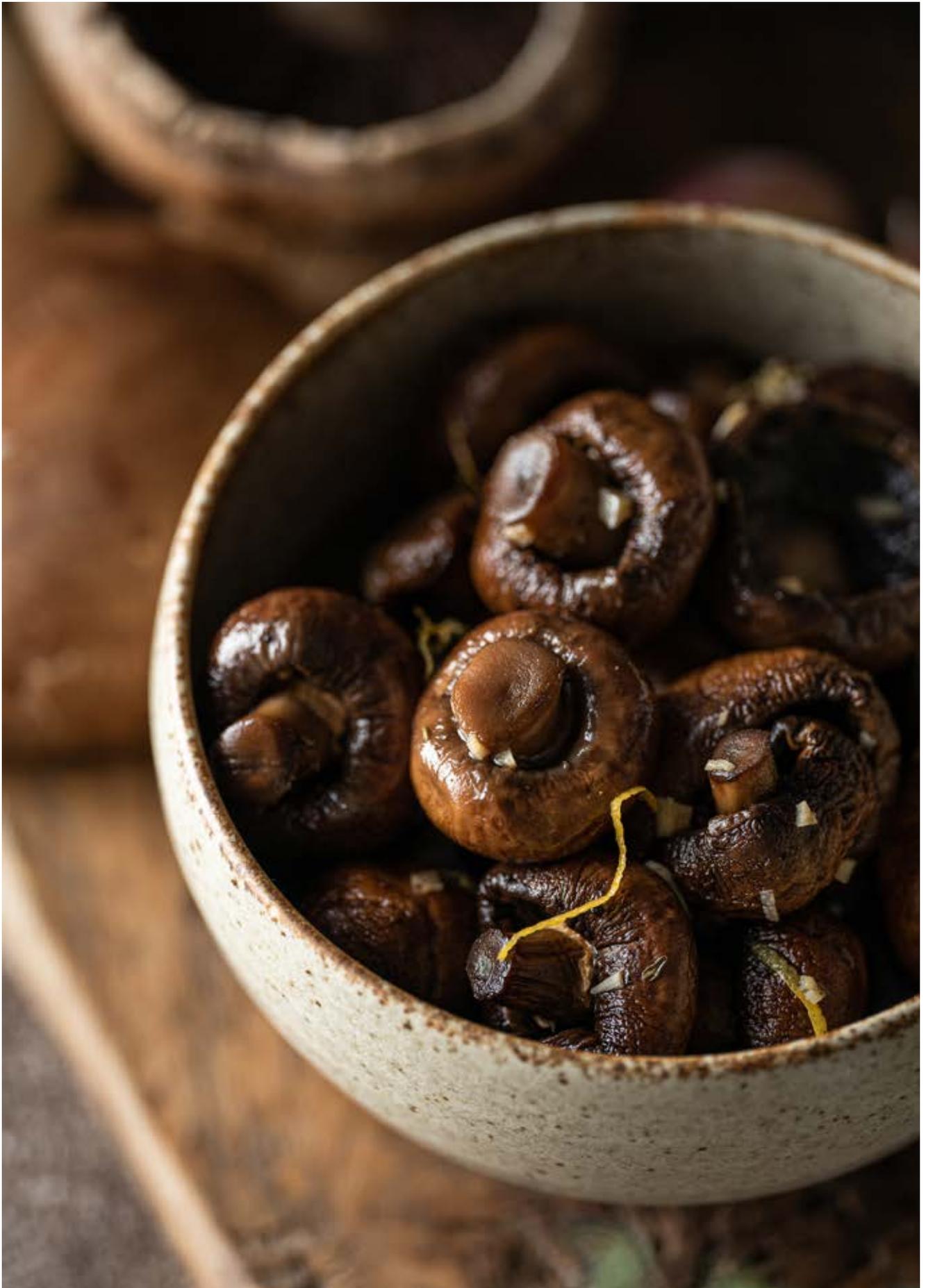
Чеснок очистить и мелко порубить.

В сотейнике смешать соль, сахар, уксус, рубленый чеснок, чёрный перец, тимьян и лимонную цедру. На медленном огне довести до кипения и готовить до полного растворения сахара.

Вынуть шампиньоны из духовки и смешать с маринадом сразу же. Переложить в стеклянную банку и залить маринадом.

Грибы можно подавать уже через пол часа, но всё же советую оставить на 1 день, дабы всё хорошо промариновалось и вкусы раскрылись и смешались. Время от времени банку необходимо встряхивать, чтобы распределить маринад по всем грибам.

В закрытой банке, полностью покрытые маринадом, грибы могут храниться до 1 месяца.





ТАЛЬЯТА ИЗ ПОРТОБЕЛЛО

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 10 МИН | 2 ПОРЦИИ

На приготовление тальятты из портобелло меня вдохновили 2 вещи: итальянское блюдо из говядины и насыщенный вкус с мясными нотками, присущий именно этим грибам. Всего десять минут и прекрасная горячая закуска на столе. По желанию можно подавать под нежным сливочным соусом, либо с гарниром уже в качестве основного блюда. Например, с полентой или картофельным пюре, уложив тальятту сверху на него, затем приправить специями и посыпать пармезаном.

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 шт крупных гриба портобелло
1 зубчик чеснока
1 ст. л. растительного масла для жарки
20 г пармезана
2-3 веточки тимьяна
перец молотый
соль мальдонская

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шляпки грибов протереть влажным полотенцем.

В сковороде разогреть масло, добавить веточку тимьяна и раздавленный зубчик чеснока. Выложить портобелло шляпками вниз и обжаривать до золотистого цвета. Затем грибы перевернуть и обжарить с другой стороны около 2ух минут.

Грибы снять со сковороды, дать немного остыть, затем нарезать тонкими полосками.

Уложить грибы на порционные тарелки, по два на каждую порцию. Сверху приправить перцем, посыпать солью, крошкой или ломтиками пармезана, посыпать мальдонской солью.

ГРИБНОЙ КРЕМ-СУП

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 40 МИН | 4 ПОРЦИИ

С приходом осени я начинаю готовить крем-супы: бархатистые, насыщенные ароматами сезонных продуктов, трав и специй. Грибной крем-суп цвета кофе с молоком — один из любимейших. Люблю добавлять в него пару капель трюфельного масла для изысканности.

ИНГРЕДИЕНТЫ

60 г топлёного сливочного масла

100 г репчатого лука

1 зубчик чеснока

600 г коричневых шампиньонов

400 мл овощного или куриного бульона

1 веточка тимьяна

200 мл сливок 15%

соль

перец

ДЛЯ ПОДАЧИ

ломтики обжаренных шампиньонов

несколько веточек тимьяна

трюфельное масло (опционально)

чесночные чипсы (опционально)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Лук и чеснок очистить, мелко нарезать.

Растопить масло в большой кастрюле с толстым дном. Добавить лук и готовить на среднем огне, постоянно помешивая, пока он не станет мягким, но не коричневым (3-4 минуты). Добавить чеснок, готовить ещё 2 минуты.

Грибы промыть, обсушить и нарезать пластинами. Добавить нарезанные грибы и обжарить на сильном огне до мягкости. Отложить несколько пластин грибов для сервировки.

В кастрюлю влить бульон, довести до кипения на среднем огне. Добавить веточки тимьяна, убавить огонь до минимума и варить ещё 10 минут.

Удалить веточки тимьяна. Снять кастрюлю с огня. Пюрировать с помощью блендера до однородного состояния. Влить тёплые сливки, пюрировать ещё раз. Приправить солью и перцем.

Разлить суп по порционным тарелкам, сервировать обжаренными пластинами шампиньонов, веточками тимьяна. По желанию сверху добавить чесночные чипсы и слегка сбрызнуть трюфельным маслом.





РИЗОТТО С ЛИСИЧКАМИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 40 МИН | 2 ПОРЦИИ

Лисички просто созданы для пасты и ризотто. А как красиво они выглядят на тарелке! При обжаривании их цвет становится ещё ярче, ровно как и аромат.

ИНГРЕДИЕНТЫ

400 г лисичек
40 г белого лука или лука шалот
1 зубчик чеснока
20 г топленого сливочного масла
200 г риса арборио
120 мл белого сухого вина
550 мл тёплого овощного бульона
80 г тёртого пармезана
1 ст. л. растительного масла для жарки
соль
перец
тимьян
крошка пармезана для подачи

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Грибы промыть и обсушить бумажным полотенцем, либо протереть влажной тканью. Нарезать их на небольшие кусочки. Отложить в сторону.

Лук и чеснок очистить, мелко нарезать.

В большом сотейнике или глубокой сковороде разогреть сливочное масло на среднем или сильном огне. Добавить лук и обжарить до полупрозрачности. Добавить чеснок и обжарить в течение минуты, пока он не станет ароматным, но не коричневым.

Добавить рис арборио и готовить в течение минуты. Влить белое вино. Продолжать перемешивать ризотто, пока рис не впитает всю жидкость.

Бульон приправить солью и перцем по вкусу. Далее по половнику вливать бульон и продолжать помешивать, пока он не впитается. Добавлять бульон частями и перемешивать, пока он не будет использован, а рис не станет мягким, нежным и кремовым. В конце приготовления добавить тёртый пармезан и перемешать.

На отдельной сковороде обжарить грибы на 1 ст. л. растительного масла до мягкости. Приправить солью, перцем и добавить листья тимьяна. Перемешать.

Ризотто разложить по порционным тарелкам, сверху выложить обжаренные лисички, посыпать крошкой пармезана и сервировать листьями тимьяна.

РИСОВАЯ ЛАПША С ГРИБАМИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 20 МИН + 1 ЧАС НА ОХЛАЖДЕНИЕ | 2-3 ПОРЦИИ

Всегда имею в запасе пачку рисовой лапши и соевый соус. Из них можно буквально за 20 минут приготовить сытный и вкусный ужин. Чаще всего я готовлю лапшу с курицей и овощами. Но вариант с грибами меня просто покорило. Важно использовать именно азиатские разновидности грибов для аутентичности вкуса.

ИНГРЕДИЕНТЫ

250 г рисовой лапши

100 г грибов шимеджи

80 г вешенок

50 г шиитакэ

1 шт репчатого лука

2 шт зубчика чеснока

10 г тёртого имбиря

40 мл соевого соуса

20 мл устричного соуса

15 мл кунжутного масла

10 г коричневого сахара

5 мл рисового уксуса

2-3 вареных яйца

шнитт-лук или зелёный лук для подачи

перец чили свежий

кунжут

1 ст. л. растительного масла для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Репчатый лук очистить и нарезать полукольцами. Чеснок очистить, мелко порубить.

Смешать соевый соус, устричный соус, кунжутное масло, коричневый сахар и рисовый уксус. Всё перемешать до растворения сахара. Добавить имбирь и снова перемешать. Отставить в сторону.

Лапшу отварить по инструкции на упаковке.

Грибы промыть или протереть влажной тканью, обсушить. Вешенки и шиитакэ крупно нарезать, удалив их ножки, шимеджи разделить, резать не нужно.

В сковороде на 1 ст. л. растительного масла обжарить лук и чеснок до мягкости. Добавить грибы в сковороду к луку, обжаривать до золотистого цвета. Влить соус и перемешать, готовить 1 минуту. Добавить лапшу, снова перемешать и снять с огня.

Выложить лапшу в порционные тарелки, сверху выложить половинки вареных яиц, посыпать кунжутом, рубленым луком и добавить кольца перца чили по вкусу.





ЦАРСТВО ГРИБОВ

Говоря о грибах, мы не могли упустить возможности побывать в месте, где выращивают экзотические грибы. Здесь для них создают максимально подходящие условия и буквально носят их на руках. Пожалуй, такого ассортимента грибов в Украине больше не найти. В общем, знакомьтесь, Дмитрий Бахлуков и его настоящее Царство Грибов.

КАК ВОЗНИКЛА ИДЕЯ ЗАНЯТЬСЯ ВЫРАЩИВАНИЕМ ГРИБОВ?

Идея выращивать экзотические грибы возникла у моего отца в начале 2000-х. Тогда на рынке их не было совсем. Это был новый, по-настоящему полезный, вкусный и экологичный продукт.

РАССКАЖИТЕ О ПРОИЗВОДСТВЕ. КАКОЙ ПУТЬ НЕОБХОДИМО ПРОЙТИ, ЧТОБЫ ПОЛУЧИТЬ ГОТОВЫЙ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ГРИБ?

Сырье используем исключительно природное: древесные опилки, отходы зернообработки, мел, вода. Это сырье смешивается, увлажняется и расфасовывается в пакеты с мембранным фильтром, который обеспечивает дыхание грибницы, но не пропускает в пакет сторонние конкурентные микроорганизмы (споры грибов, бактерии). Пакеты помещаются в стерилизаторы, где проходят термообработку паром в течение 16 часов. После стерилизации пакеты охлаждаются до 28 °С и перемещаются в так называемое "чистое помещение", где осуществляется посев в стерильный субстрат целевой культуры гриба. Здесь основная задача сделать чистый посев. Ведь если в субстрат попадёт спора плесени из воздуха, она первой освоит субстрат и наш гриб не сможет развиваться. Далее блоки перемещаются на этап инкубации, где происходит обрастание субстрата культурой гриба. Гриб осваивает питательные вещества и готовится давать плодовые тела. На этом этапе мы контролируем температуру субстрата, влажность воздуха и концентрацию углекислого газа. Инкубация, в зависимости от вида гриба, занимает от 40 до 120 суток.

Когда субстрат готов к плодоношению, мы открываем пакеты и размещаем их в помещениях плодоношения. Здесь обеспечивается микроклимат, схожий с осенним лесом: прохладно и влажно. В течение 10 дней мы собираем урожай. Собранные и охлажденные грибы упаковываются в дышащую полимерную плёнку и отправляются к покупателям в машине с контролируруемыми условиями перевозки.





В ЧЕМ ОСОБЕННОСТЬ ВАШЕГО ПРОИЗВОДСТВА? НА ЧЁМ СТРОИТСЯ ВАША ФИЛОСОФИЯ?

Наше производство совсем небольшое. По сравнению с производителями шампиньонов, мы – капля в море. Наша философия – подобие природе. Мы стараемся повторять процессы, происходящие в окружающем живом мире, таким образом сама природа помогает нам.

В процессе выращивания мы не используем синтетических фунгицидов и инсектицидов. Я спокойно даю своим детям сырые грибы с производства и даже не мою их. Такого ассортимента грибов как у нас, вы не найдёте на территории Украины.

ЧТО ВАС ВДОХНОВЛЯЕТ?

Моё вдохновение заключается в востребованности того, что мы делаем. Мне хочется работать, если я вижу, что наша продукция нужна людям и приносит им пользу. Если я вижу, что люди работающие вместе со мной, увлечены и любят своё дело.

На фото сверху: эринги. Слева внизу: шиитаке. Справа внизу: шимеджи.



С КАКИМИ СЛОЖНОСТЯМИ СТОЛКНУЛИСЬ В НАЧАЛЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА?

На самом деле, сложности не заканчиваются никогда. Сейчас, пожалуй, мы испытываем даже большие сложности, чем в начале пути. Дело в том, что подобное производство имеет приемлемую рентабельность или в очень маленьком масштабе, например владелец + 1-2 наёмных работника, либо в масштабе многотоннажного производства.

Сейчас активно ищем партнёров, с которыми хотим реализовать наш опыт и создать производство продуктивностью не менее 40 тонн сырого гриба в месяц. Поэтому, если кто-то ищет перспективные направления для инвестиций – милости просим))

РАССКАЖИТЕ, КАКИЕ ГРИБЫ ВХОДЯТ В ВАШ АССОРТИМЕНТ?

Мы предлагаем широкий ассортимент съедобных и лекарственных грибов: шиитаке (*Lentinula edodes*), эринги или белый степной гриб (*Pleurotus eryngii*), рейши (лингжи) (*Ganoderma lucidum*), зимний опёнок фламмулина (эноки) (*Flammulina velutipes*), ежевик (ежовик) гребенчатый или гериций гребенчатый (*Hericium erinaceus*), тополиный

опёнок или пиопино (*Cyclocybe aegerita*), шимеджи или буковый опёнок (*Hypsizigus marmoreus*). Также, на нашем сайте вы можете приобрести товары для самостоятельного выращивания грибов дома и на приусадебном участке.

ГДЕ МОЖНО КУПИТЬ ВАШУ ПРОДУКЦИЮ?

Мы работаем практически со всеми национальными сетями: Фоззи, Метро, Ашан, Мегамаркет и т. д. Также, нашу продукцию используют рестораны. У нас есть интернет-магазин, где вы сможете купить грибы и всё, что нужно для их самостоятельного выращивания.

К слову, самостоятельное выращивание – отдельная очень интересная ниша. У нас вы можете найти наборы, с помощью которых порадуете своих детей и вместе, без особых хлопот, вырастите грибы у себя дома. Дети в восторге от процесса выращивания!



Интернет-магазин:

fungolove.com.ua

 @tsarstvo_grybiv

 @tsarstvogrybiv





ФОТО И РЕЦЕПТЫ

ЭМИР КУРТЛУШАЕВ

шеф, технолог R&D

Instagram: [@kurtlushaev_91](https://www.instagram.com/kurtlushaev_91)

ШИИТАКЕ С ЛУКОМ ПОРЕЕМ И ОВОЩАМИ ТУРНЕ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 20 МИН | 1 ПОРЦИЯ

Турне (фр. Tourne) переводится с французского как "поворачивать". Картофелю, моркови и другим корнеплодам придают форму мяча для американского футбола или бочонка. Главным критерием в данной нарезке является наличие 7 граней.

ИНГРЕДИЕНТЫ

80 г шиитаке "Царство грибов"

60 г моркови

30 г корня сельдерея

40 г цукини

20 г лука порея

шнитт-лук

листья петрушки

30 г масла сливочного

50 г овощного бульона

2 г соли морской

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Морковь и сельдерей очистить и нарезать способом турне. Турне из моркови и сельдерея отварить в подсоленной воде «al dente».

Цукини нарезать брусочками.

Лук порей нарезать шашками примерно по 2 см (используем только зелёную часть).

У грибов удалить плодоножку и, если гриб большой, разрезать его пополам или на четыре части. Грибы обжарить на сливочном масле почти до готовности, примерно 5-7 минут, они станут мягкими. После чего добавить подготовленные овощи (морковь, сельдерей и цукини), готовить помешивая 1-2 минуты, затем добавить бульон, лук порей, приправить солью. Готовить до тех пор, пока бульон не выпарится, образовав глазурь на овощах.

При подаче посыпать мелко нарезанным шнитт-луком и свежими листьями петрушки.



САЛАТ С МАРИНОВАННЫМИ ГРИБАМИ ЭРИНГИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 30 МИН | 1 ПОРЦИЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 шт эринги "Царство грибов"
30 г моркови
30 г цукини
30 г корня петрушки или сельдерея
30 г огурца
30 мл заправки
листья настурции или другая зелень

ДЛЯ ЗАПРАВКИ И МАРИНАДА

12 г дижонской горчицы
12 г зерновой горчицы
7 мл соевого соуса
20 мл масла оливкового
4 мл лимонного сока
4 г кленового сиропа, сиропа агавы
или мёда

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Все ингредиенты для заправки соединить в миске и хорошо перемешать до однородной консистенции.

Шляпку гриба разрезать вдоль на две части, ножку – кольцами или полукольцами толщиной 0,5 см. Грибы погрузить в заправку и отставить мариноваться на 10-15 минут.

Овощи нарезать тонкой, длинной соломкой (длина может зависеть от диаметра тарелки).

Овощи переложить на тарелку, добавить грибы, полить заправкой и украсить зеленью (листья настурция, маш-салат, беби шпинат, руккола).



КАРТОФЕЛЬ «ХАССЕЛЬБЕК» С ОПЯТАМИ И ПЕРЕЧНЫМ СОУСОМ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 75 МИН | 1 ПОРЦИЯ

Картофель Хассельбек (Hasselback potatoes) — традиционный шведский рецепт печёного картофеля, где корнеплод нарезается на множество тонких ломтиков, но при этом сохраняет форму целого клубня. Поверх могут быть добавлены различные начинки. Считается, что картофель Хассельбек был создан в 1953 году стажером шеф-повара в стохольмском ресторане Хассельбакен (Hasselbacken).

Очень прост в приготовлении. Всё сводится к тому, чтобы сделать много глубоких надрезов на картофеле и пропитать их смесью растопленного сливочного масла с чесноком и травами. Основная фишка заключается в том, что большое количество глубоких надрезов создают приятную и хрустящую корочку снаружи, но в то же время сохраняют картофель мягким внутри. Смесью сливочного масла с травами придаёт ему свежий и особенный вкус.

ИНГРЕДИЕНТЫ

3 шт картофеля среднего размера
100 г свежих опят "Царство грибов"
25 г + 25 г сливочного масла
несколько веточек тимьяна
1 зубчик чеснока
соль
перец

ДЛЯ СОУСА

2-3 г смеси цельных перцев
20 г сливочного масла
10 мл коньяка
100 мл сливок 18-20%
соль

листья зелени для подачи (мангольд, маш, беби шпинат или руккола)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Картофель вымыть и просушить бумажным полотенцем. Можно использовать как с кожурой, так и очищенный. На нижней стороне картофеля сделать небольшой горизонтальный срез, чтобы обеспечить стабильное положение картофеля в духовке. На противоположной стороне сделать множество глубоких параллельных надрезов около 2 мм толщиной и примерно на 2/3 картофеля в глубину. Чтобы облегчить нарезку, с двух сторон от картофеля положить деревянные палочки для суши. Таким образом, при нарезании картофеля, нож будет упираться в палочки, не дорезая клубень до конца, что позволит получить идеально ровные надрезы.

Противень застелить пергаментной бумагой, разложить подготовленный картофель надрезами вверх, натереть одной частью сливочного масла, чтобы его кусочки остались на поверхности картофеля. Приправить солью и перцем, посыпать листиками тимьяна. В процессе приготовления масло начнёт таять и просочится вместе со специями между слайсами. Запекать картофель в предварительно разогретой до 200 °C духовке 30-45 минут, в зависимости от размера, сорта картофеля, а также типа духовки.

Для соуса целый перец прогреть на сухой сковороде пару минут (должен появиться типичный аромат и горошины начнут легко лопаться между пальцев). Пересыпать в ступку и растолочь или раздавить на доске с помощью ножа или сотейника. Крупинки размером в 1 мм — то, что необходимо для этого соуса. В сотейнике на сливочном масле обжарить дробленый перец, влить коньяк, слегка выпарить. После ввести сливки и уварить до консистенции соуса на среднем огне. Соус не должен активно кипеть, а томиться. В конце приправить солью.

Для грибов на сковороде разогреть вторую половину сливочного масла с веточкой тимьяна и раздавленным зубчиком чеснока, обжарить грибы до золотистой корочки. Промокнуть на бумажном полотенце от лишнего жира.

На тарелку по визуальному кольцу выложить картофель и грибы. Сервировать листьями зелени. Картофель посыпать свежими листиками тимьяна. В центр налить соус.



ФИЛЕ ЛОСОСЯ С ГРИБАМИ ШИМЕДЖИ И МИСО СОУСОМ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 35 МИН | 1 ПОРЦИЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ

150 г филе лосося на коже
35 г шимеджи "Царство грибов"
25 г цукини
25 г кабачков
соль
15 г сливочного масла
15 мл соевого соуса

ДЛЯ СОУСА

5 г хандаши
7 мл соевого соуса
7 мл мирина
15 г светлой мисо пасты
180 мл воды
7 г сахара
листья петрушки для подачи

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Все ингредиенты для соуса соединить в сотейнике или кастрюле. Довести до кипения, помешивая до полного растворения мисо пасты. Уменьшить огонь до среднего уровня и уварить до 1/3 части.

Цукини и кабачок нарезать тонкими ленточками с помощью овощечистки и закрутить спираль по кругу кожей вверх, чередуя их.

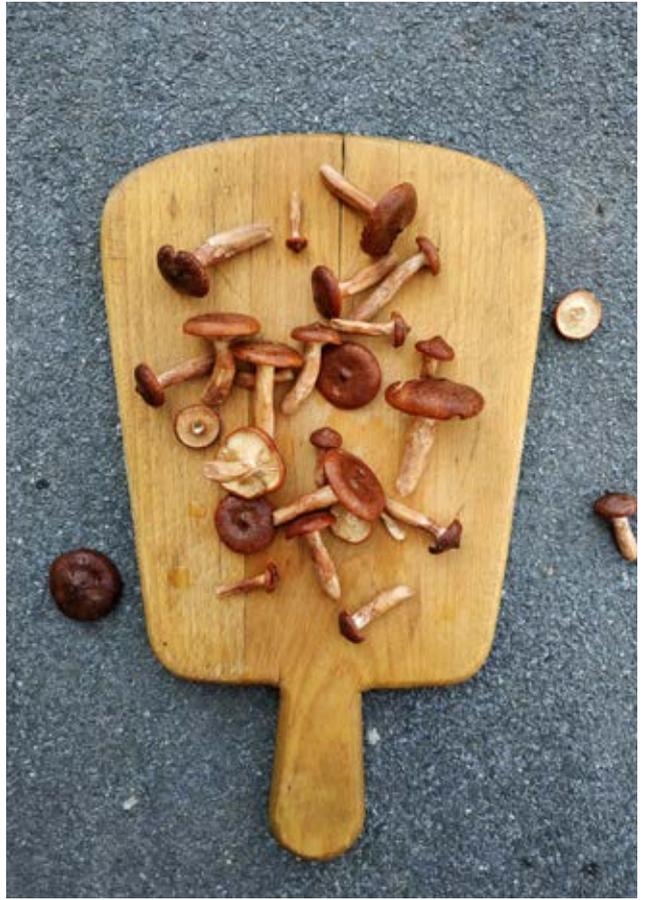
Лосося обжарить на масле кожей вниз примерно 5-7 минут, после чего сковороду снять с огня, рыбу перевернуть и через 1-2 минуты переложить на бумажное полотенце. Также, рыбу можно запечь в духовке, разогрев её до 200 °С примерно 5-7 минут, после достать и дать рыбе пару минут дойти.

Шимеджи обжарить на сливочном масле по паре минут с каждой стороны, в конце добавить соевый соус и глазировать, переворачивая грибы до полного выпаривания соуса.

Спираль из цукини и кабачка можно обжаривать на сковороде вместе с грибами, но убрать со сковороды перед глазированием грибов соевым соусом. Либо же, запечь с лососем в духовке. Перед подачей спираль разрезать на 2 части.

На тарелку выложить грибы, половинки спирали из цукини, в центр тарелки налить пару ложек соуса (30-40 г), после выложить рыбу, посыпав на кожу морской соли (лучше Малдон), сбрызнуть маслом и украсить зеленью петрушки.





ТИХАЯ ОХОТА

Определение вида грибов — дело непростое и ответственное. В особенности, если вы намереваетесь выяснить, съедобен ли ваш улов, и съесть эти грибы.

Собирая урожай, даже опытный грибник может ошибиться и перепутать один сорт с другим. Всё дело в том, что практически для каждого съедобного вида гриба существует свой двойник, который является ядовитым. Визуально грибы можно легко перепутать, поэтому перебирая урожай, необходимо обращать внимание на детали, которые выдают двойника.

ПРАВИЛА ТИХОЙ ОХОТЫ

Всего один ядовитый гриб может не только испортить собранный урожай, но и привести к самым неожиданным последствиям. Если вы только недавно записались в грибники, то вам следует ознакомиться с основными правилами сбора грибов.

1. Собирайте только те грибы, которые вам хорошо известны и вы уверены, что они съедобны. Не следует собирать все грибы подряд, иначе такой поход за грибами рискует плохо закончиться.

2. Не следует отправляться на "охоту" в грибные места, близко расположенные к трассе. Структура гриба напоминает губку, которая впитывает в себя все вредные примеси, находящиеся в воздухе.

3. Не стоит собирать слишком большие грибы, ведь такой размер обусловлен возрастом гриба. За это время в нём накапливаются тяжелые металлы, вредные вещества и микроорганизмы, которые способны навредить здоровью человека.

4. Лучше собирать урожай в плетёную корзинку или ведёрко, но не стоит класть грибы в полиэтиленовый пакет. Высокая температура вместе с повышенной влажностью могут привести к заплесневению грибов.

5. В процессе сбора лучше срезать гриб специальным ножом, если же такового не имеется, то необходимо постараться осторожно выкрутить гриб из земли. Это поможет не разрушить грибницу, которая ещё не раз подарит урожай.

6. Рекомендуется собирать грибы рано утром, ведь именно в это время они наиболее свежие и плотные.

7. Нельзя пробовать на вкус сырой гриб. Вы не можете до конца быть уверенным в его съедобности, поэтому лучше не рисковать. Лучше пробовать уже отварные грибы, ведь в процессе варки из них извлекаются все вещества, раздражающие желудок.

8. Не собирайте грибы с клубневидным утолщением у основания ножки. Такие грибы всегда ядовиты.

9. Желательно переработать грибной урожай в день его сбора, или на время замочить в соленой воде.

10. Каждый вид грибов имеет свои особенности приготовления, поэтому разные сорта необходимо варить в отдельных посудах.

И напоследок о бледной поганке: не топчите бледную поганку, если нашли её. Просто пройдите мимо. И не трогайте ничего рядом с ней — цветы, ягоды или грибы. Рядом — это примерно 1,5-2 м от места произрастания гриба. Почему? Скорее всего все эти красоты и вкусняшки уже покрыты микроскопическими спорами и стали опасными для жизни и здоровья. А если будете её топтать, то скорее всего (100%) вы принесёте из леса ядовитый «подарочек» в виде спор домой.







ТЕКСТ И ФОТО

НИНА ОЛЕЙНИК

Фуд фотограф

Instagram: [@two_inspirations](https://www.instagram.com/two_inspirations)

МЕНЮ СЕЗОНА

ЯБЛОКИ

Яблоки — это, пожалуй, самый любимый и универсальный ингредиент многих блюд в любое время года, особенно осенью. Хочу поделиться в этом номере своими любимыми рецептами с этим замечательным фруктом.



ЯБЛОЧНЫЙ КЕТЧУП

ИДЕАЛЕН С РЫБНЫМИ КОТЛЕТАМИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 60 МИН + ВРЕМЯ НА ОХЛАЖДЕНИЕ | БАНКА 300 МЛ

ИНГРЕДИЕНТЫ

ДЛЯ КЕТЧУПА

- 1 луковица
- 1 зубчик чеснока
- 2 яблока
- 1 ст. л. оливкового масла
- 40 г тростникового сахара
- 2 звездочки аниса
- 10 семян кориандра
- соль и перец
- 500 г консервированных томатов
- 30 мл яблочного уксуса

ДЛЯ КОТЛЕТ

- 1 луковица
- 1 зубчик чеснока
- 15 г свежего имбиря
- 500 г филе трески
- 200 г крабового мяса
- 100 г картофельного пюре
- тертая цедра 1 лайма
- 1 яйцо (+1 по желанию)
- 1 ст.л. горчицы
- хлопья морской соли
- 3-4 ст. л. пшеничной муки
- оливковое масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Для кетчупа очистить и нарезать лук и чеснок. Яблоки очистить и нарезать кубиками.

В глубокой сковороде разогреть масло. Добавить лук, чеснок и яблоки. Тушить 3-4 минуты, стараясь не подрумянить. Добавить сахар, анис, семена кориандра, соль и перец. Карамелизировать лук и яблоки в сахаре. Добавить помидоры и уксус, томить соус на очень слабом огне около 45 минут, пока смесь не выпарится и станет более плотной.

Всё взбить блендером в однородное пюре, протереть через мелкое сито. Переложить кетчуп в миску и остудить. Если же не собираетесь использовать его немедленно, можно перелить в стерилизованные банки, закрыть крышкой и хранить в холодильнике.

Для котлет в большую миску натереть очищенный лук, чеснок и имбирь.

Крупно нарезать филе рыбы, отправить в миску. Добавить крабовое мясо, яйцо, картофельное пюре, цедру лайма, горчицу и соль. Перемешать, добавить муку по необходимости и 1 яйцо, если хотите более кремообразную смесь.

Ложкой сформировать небольшие котлетки. Жарить на горячем масле 2-3 минуты с каждой стороны. Подавать с яблочным кетчупом.

ОЛАДЬИ С ЯБЛОКАМИ, ЧИА, ЛЬНЯНОЙ И ЦЕЛЬНОЗЕРНОВОЙ ПШЕНИЧНОЙ МУКОЙ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 30 МИН | 4 ПОРЦИИ

Рецепт для тех, кто не любит пышные оладьи. Долго экспериментируя с разными видами муки и наполнителями, мне удалось сделать свои любимые – с мягкой текстурой и сочным вкусом яблок.

ИНГРЕДИЕНТЫ

400 мл кефира 1% жирности
1 ст. л. семян чиа
2 ст. л. льняной муки
2 ст. л. цельнозерновой пшеничной муки
¼ ч. л. соды
1 ст. л. уксуса
6 ст. л. пшеничной муки
2 яблока
1-2 ст. л. мёда

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В большую миску влить кефир. Добавить семена чиа и льняную муку. Перемешать и оставить на 5-10 минут.

Соду погасить уксусом и добавить к кефиру и муке. Перемешать. Добавить, постоянно помешивая, пшеничную муку.

Яблоки очистить от кожуры, нарезать кубиками и добавить в кефирно-мучную смесь. Перемешать.

Сковороду разогреть, добавить масло, дождаться, чтобы оно хорошо нагрелось. Выкладывать примерно по 1 ст. л. массы и обжаривать по 20-30 секунд с каждой стороны.

Перед подачей полить мёдом.





БРЕТОНСКИЙ ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 60 МИН + 2 Ч НА ОХЛАЖДЕНИЕ | 1 ИЗДЕЛИЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ

150 г пшеничной муки

100 г сахара

150 г солёного сливочного масла

1 яйцо

3 яичных желтка

2 крупных яблока

150 г замороженной красной смородины или клюквы

лимонный сок

сахар для посыпки

форма 20*20 см

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Масло комнатной температуры взбить с сахаром в светлую массу, добавить яйцо и взбивать до загустения.

Добавить желтки и взбивать ещё 2-3 минуты до получения кремообразной массы. Всыпать муку и перемешать до однородности.

Добавить смородину и клюкву, перемешать.

Форму смазать маслом и присыпать мукой или застелить пергаментом. Выложить в неё тесто, разровнять и поставить в холодильник на 2 часа.

Яблоки очистить, нарезать крупными дольками. Сбрызнуть лимонным соком. Выложить на тесто, слегка придавливая.

Выпекать пирог при температуре 180 °C около 45 минут.





ТЕКСТ И ФОТО

ЛЮДМИЛА ФРАНКО

Фуд фотограф

Instagram: [@luda_franko](https://www.instagram.com/luda_franko)

МЕНЮ СЕЗОНА

ИНЖИР

Если вы уверены, что не любите инжир, то, скорее всего, вы не пробовали его прямо с дерева! Ведь яблоки с рынка тоже бывают "так себе".

Когда созревают плоды инжира, такой необыкновенный аромат витает в воздухе... Поэтому, выпекая пироги или галеты, я всегда кладу рядом пару листиков с фигового дерева. Они придают выпечке невероятный аромат и особенный вкус.



МИНДАЛЬНАЯ ГАЛЕТА С ИНЖИРОМ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 60 МИН + 1 ЧАС В ХОЛОДИЛЬНИКЕ | 1 ИЗДЕЛИЕ

Мне нравится готовить галеты с инжиром именно в сезон их созревания. А всё потому, что при выпекании я рядом с галетой кладу пару зелёных листиков с фигового дерева. И тогда дом наполняется невероятным ароматом!

ИНГРЕДИЕНТЫ

ДЛЯ ТЕСТА

70 г миндальной муки

160 г пшеничной муки в/с

1 ст. л. сахара

160 г холодного сливочного масла

3 ст. л. сыворотки или воды

щепотка соли

ДЛЯ НАЧИНКИ

400-500 г инжира

1,5 ст. л. кукурузного крахмала

150 г маскарпоне

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Смешать все сухие ингредиенты. Добавить сливочное масло и растереть в крошку с сухой смесью, вводя сыворотку или воду. Однородное и гладкое тесто завернуть в пищевую плёнку и отправить в холодильник на 1-2 часа.

На пергаментной бумаге раскатать корж толщиной около 5 мм. Присыпать его крахмалом и размазать тонким слоем маскарпоне. Далее выложить нарезанный инжир. Завернуть края к середине. По желанию смазать тесто смесью взбитого яйца с молоком.

Выпекать при 220 °C 10 минут, а потом 40 минут при 175 °C до золотистой корочки.

Очень вкусно подавать галету ещё горячей с шариком домашнего мороженого.

ЗАПЕЧЕННЫЙ КАМАМБЕР С ИНЖИРОМ И КАРАМЕЛИЗИРОВАННЫМИ ОРЕХАМИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 15 МИН | 2 ПОРЦИИ

Этот сыр прекрасен в запечённом виде. Хоть вариаций и много: с клюквой, тимьяном, с чесноком, грушами... Суть приготовления не меняется. Один из любимых вариантов — с мёдом и инжиром.

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 шт камамбера
3 ст. л. мёда
100 г грецких орехов
1 ст. л. сливочного масла
инжир для подачи

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В центре каждого кругляшка сыра сделать небольшой крестовидный надрез и добавить туда по 1 ст. л. мёда.

Запекать сыр в керамической ёмкости в течение 10 минут при 180 °С.

Обжарить грецкие орехи на сковороде с добавлением 1 ст. л. сливочного масла и 1 ст. л. мёда до золотистого цвета.

Выложить нарезанный инжир и карамелизированные орехи сверху на запеченный камамбер.







ТЕКСТ И ФОТО

ОЛЬГА КРАВЕЦ

Фуд фотограф

Instagram: [@barabolya.olya](https://www.instagram.com/barabolya.olya)

МЕНЮ СЕЗОНА

ТЫКВА

Сладкая тыква полна вкусами и ароматами осени. Этот универсальный овощ подойдёт для любого блюда и даже десерта. Ох, а чего стоит просто запечённая тыква в духовке!



СОГРЕВАЮЩЕЕ ТЫКВЕННОЕ РАГУ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 50 МИН | 2 ПОРЦИИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

200 г тыквы
150 г моркови
150 г болгарского перца
300 мл кокосового молока
5 г пасты карри
20 мл оливкового масла
5 г тимьяна
3 г шалфея
3 г соли морской

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Рис промыть холодной водой три раза. Всыпать в кастрюлю, залить водой, добавить листья лайма и лемонграсс. Довести до кипения и убавить огонь. Готовить под приоткрытой крышкой, пока вода не выпарится полностью. После этого убрать с огня и накрыть крышкой.

Тем временем тыкву, морковь, болгарский перец помыть, почистить и нарезать крупным кубиком. Перемешать с солью, тимьяном, шалфеем (часть оставить для подачи) и оливковым маслом. Запекать в духовке 20 мин при 180 °С.

После запекания переложить овощи в кастрюлю с толстым дном, добавить кокосовое молоко и пасту карри. Протушить 10-15 минут.

Подавать с рисом в глубокой тарелке, посыпав сверху шалфеем.

ДЛЯ РИСА

100 г риса Акита Комачи или другого риса для суши
100 мл воды
4 листа лайма
10 г лемонграсса

ПАСТА С ТЫКВОЙ И ЛИСИЧКАМИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 30 МИН | 2 ПОРЦИИ

Яркая, словно солнце, паста согреет в прохладный осенний день как минимум своим цветом. Нетрадиционное сочетание тыквы, грибов и кокосового молока удивит многих.

ИНГРЕДИЕНТЫ

200 г пасты фетучини

150 г лисичек

300 г тыквы

3 г свежего шалфея

5 г свежего тимьяна

50 мл оливкового масла

5 г соли морской

200 мл кокосового молока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Пасту отварить до состояния аль денте. Сбрызнуть оливковым маслом, перемешать и отставить в сторону.

Тыкву очистить, нарезать средним кубиком, перемешать с солью, оливковым маслом, тимьяном, шалфеем и запекать в духовке 20 мин при 180 °С.

Большую часть готовой тыквы поместить в чашу блендера и взбивать до состояния крема, добавляя кокосовое молоко. Оставшиеся кусочки тыквы отставить в сторону до момента сервировки.

Лисички обжарить на оливковом масле на сковороде, приправить солью, добавить тимьян и готовить до мягкости.

На отдельную сковороду выложить тыквенный крем и разогреть на среднем огне 1 минуту. Добавить пасту, протушить 1-2 минуты.

Выложить пасту в тарелки, сервировать обжаренными лисичками, кусочками тыквы и листьями шалфея.







ТЕКСТ И ФОТО

ЕЛЕНА КРАЙНОВА

Фуд фотограф

Instagram: [@eelen.krainova](https://www.instagram.com/eelen.krainova)

ПРОСТО ЕСТЬ

Согласитесь, что осенью готовке мы уделяем времени куда больше, чем летом. Уже не так жарко и не так страшно включать духовку, хочется чего-то более сытного, чем салат и арбузы. И полдня, проведённые на кухне, могут быть вполне в удовольствие.

Но эта подборка рецептов для дней, когда особого желания готовить нет, когда лень вылезти из кровати, и когда очень надо порадовать себя вкусной едой. Никаких заморочек с весами, столовыми ложками и стаканами, никаких длинных списков ингредиентов. Просто как дважды два.



ОЛИВКОВОЕ МАСЛО



НУТ



ЛЮБИМЫЕ СПЕЦИИ



РОЗМАРИН

ХРУСТЯЩИЙ НУТ В СПЕЦИЯХ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 30 МИН + 12 ЧАСОВ НА ЗАМАЧИВАНИЕ

Когда я хочу полезный снек, ну или относительно не вредный, я готовлю хрустящий нут. Он пряный, острый и отлично заменяет поп-корн. Объём можете брать абсолютно любой: и 100 грамм, и целую пачку.

Замочить с вечера нут, а утром воду слить и отварить его в течение 15-20 минут. Дать нуту остыть и просушить бумажным полотенцем. Смешать масло со специями. Всё хорошенько перемешать: нут должен быть равномерно смазан маслом со специями. Отправить противень с нуту в разогретую до 200 °С духовку на 30 минут. Нут должен лежать в один слой, так он равномерно пропечется.



ФЕТА



КЕДРОВЫЕ ОРЕХИ

ЛИМОН



ТАХИНА + МЁД

БАКЛАЖАН



БАБАГАНУШ В БАКЛАЖАНЕ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 55 МИН

Блюдо вкусное, простое и очень сытное. Нужна разогретая духовка и меньше часа времени. Очень популярное на Ближнем Востоке. Его едят как самостоятельное блюдо, как закуску и как соус. Его здорово намазывать на хлеб, есть, макая в тарелку лаваш или питу, можно как подгарнировку к мясу или морепродуктам. А можно подавать вот так, прямо в баклажане.

Хорошенько промыть баклажан и насухо вытереть. Отправить его в разогретую до 200 °С духовку на 30-40 минут. В середине этого времени баклажан можно перевернуть.

Вынуть баклажан из духовки, разрезать вдоль и вилкой снять мякоть с кожицы. Хорошо пропеченная, она легко отделяется. Мякоть оставить в баклажане.

В кунжутную пасту добавить лимонный сок, мёд и соль с перцем. Теперь, внимание! Это нужно хорошенько перемешать. Мешать, пока паста не станет светлее и менее плотной, можно добавить пару столовых ложек воды.

Полученную пасту добавить к мякоти баклажана. Можно посыпать сыром и кедровыми орешками. Как вариант, можно залить греческим йогуртом и посыпать зёрнами граната.



СЫР С ГОЛУБОЙ
ПЛЕСЕНЬЮ



ГРЕЦКИЕ ОРЕХИ



БАТАТ



РОЗМАРИН



БАТАТ С ГОРГОНЗОЙ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 45 МИН

Сладкий картофель заиграет и раскроется с пикантным сыром. Если добавить пряные травы, то они подчеркнут лёгкую остринку сыра.

Батат разрезать пополам, обмотать фольгой и отправить в духовку на 30-40 минут при температуре 180 °С. Вынуть батат и проверить вилкой на готовность, если он стал мягким, то добавить сыр и посыпать травами, приправить солью и отправить ещё минут на 10 в духовку. Посыпать обжаренными грецкими орехами перед подачей.





ЯЙЦО

ТЕСТО ФИЛО



МЯТА



СЫР ФЕТА



СЛИВОЧНОЕ МАСЛО

ПАЛОЧКИ С СЫРОМ ФЕТА

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 40 МИН

Эта закуска улетает в два счёта. Можно есть в постели с кофе, а можно ставить на стол, когда пришли гости.

Размять сыр и добавить яйцо с мелко нарезанной мятой. Нарезать тесто кусочками толщиной 10-15 см (зависит от того, какие вы хотите палочки). Смазать лист теста фило растопленным сливочным маслом.

Столовую ложку сыра выложить на лист теста и скрутить, как сигару. Обжарить на сливочном масле равномерно со всех сторон на среднем огне.







ТЕКСТ И ФОТО

ДЕНИС ЗИНЧЕНКО

бар менеджер Dvog12, консультант

Instagram: [@zinathebartender](https://www.instagram.com/zinathebartender)

БАРНАЯ КУЛЬТУРА CHEERS!

Культура приготовления коктейлей существует уже около двухсот лет. Зародилась она в США, но настоящий ренессанс состоялся во времена сухого закона в 20-х и 30-х годах двадцатого века. Тогда люди смешивали алкоголь для того, чтобы скрыть негативные качества самого алкоголя, потому что тогда редко попадался качественный продукт. По окончании сухого закона и вплоть до наших времен, эта культура неизменно развивается. Так, в США трудно найти человека, который бы не смог приготовить дома классический Daiquiri либо тропическую Piña colada.

В этом выпуске мы отдадим дань кисло-сладким смешанным напиткам из США и десертным коктейлям, которые так нравятся людям из наших широт. Помните, в приготовлении коктейлей нет ничего сложного. Важно лишь помнить про баланс вкуса. Это как в приготовлении блюд: можно переперчить, пересолить. Так же и с коктейлями, где основными усилителями вкуса являются кислоты и сахар.

И, пожалуй, самое важное – получайте удовольствие от процесса, от потребления и от общения. Cheers!

AUTUMN CLOVER CLUB

5 МИН+ ПРИГОТОВЛЕНИЕ СИРОПА | 1 ПОРЦИЯ

Кисло-сладкий коктейль средней крепости, где сердцем выступает джин, а малиновый сироп и лимонный сок являются вкусовыми и ароматическими модификаторами. В силу того, что осень является сезоном граната, вместо малины будем использовать именно его. Этот коктейль очень популярен как в Европе, так и за её пределами.

ИНГРЕДИЕНТЫ

ДЛЯ КОКТЕЙЛЯ

50 мл джина

30 мл свежего лимонного сока

20 мл сиропа из граната

1 яичный белок

ДЛЯ СИРОПА

500 мл свежего гранатового сока

1 л сахарного сиропа 2:1

1 щепотка соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Смешать в сотейнике сок граната, сахарный сироп и соль. На среднем огне, помешивая, выпарить сироп до 1 литра жидкости. Остудить и хранить в холодильнике не более одной недели.

Для приготовления коктейля необходим мерный стакан, либо рюмка. Также, в виду отсутствия профессионального оборудования, мы будем смешивать коктейль в стеклянной банке объёмом 500 мл с герметичной крышкой.

Когда всё готово, следует налить все ингредиенты в банку, засыпать доверху льдом, закрыть плотно крышкой и хорошенько встряхивать в течении 15-20 секунд. В этот момент коктейль остужается до необходимой температуры, обводняется и приобретает необходимую текстуру. Лучше всего для подачи коктейля использовать шампанское блюдце. Поэтому процеживаем смешанный напиток прямо в бокал и украшаем парой тройкой семян граната.

OBLIVIOUS MILKSHAKE

5 МИН+ ПРИГОТОВЛЕНИЕ СИРОПА | 1 ПОРЦИЯ

Этот коктейль я придумал для своего бара. Мне с детства нравятся милшейки и во время работы за баром я решил попробовать сделать его алкогольным. Обычный милкшейк состоит из молока и мороженого. В данном случае будет тоже самое, только с добавлением сиропа из яблок и вафель, грейпфрутовой водки и лимонного сока, но без молока. Самое главное, что у вас должно быть — это блендер.

ИНГРЕДИЕНТЫ

ДЛЯ КОКТЕЙЛЯ

- 50 мл грейпфрутовой водки
- 100 г ванильного мороженого
- 20 мл лимонного фреша
- 30 мл сиропа из яблок и вафель

ДЛЯ СИРОПА ИЗ ЯБЛОК И ВАФЕЛЬ

- 1,3 кг яблок сорта Семеринка
- 1 упаковка вафель Артек
- 500 г сахара
- 3 палочки корицы
- 1 ч. л. лимонной кислоты

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Вам следует очистить яблоки от кожуры, вырезать сердцевину, нарезать средними кубиками и поместить в блендер и перебить с сахаром до однородной массы.

Далее пюре необходимо влить в сотейник. Добавить поломанные на несколько частей вафли, корицу и лимонную кислоту. На медленном огне проварить около 10 минут, но не кипятить. Затем сироп остудить и процедить через мелкое сито. Сироп хранить в холодильнике не более пяти дней.

Когда сироп готов, можно приступать к приготовлению коктейля. В блендер влить все ингредиенты, добавить мороженое и пару кубиков льда. Перебить в течение тридцати секунд и налить в шампанское блюдце. Украсить коктейль цедрой грейпфрута, которая придаст дополнительный аромат.





QUINCE JAM MARTINI

5 МИН + ИНФУЗИЯ ДЖИНА | 1 ПОРЦИЯ

В 2000 году знаменитый на весь мир бармен Сальваторе Калабрезе придумал коктейль под названием Breakfast Martini. Этот коктейль сочетал в себе джин, апельсиновый ликер и апельсиновый джем, который добавляет неповторимые нотки горечи апельсина в напиток и отдаёт дань уважения традициям англичан, которые без тоста с джемом не начинают свой день. Наш коктейль будет оммажем великому бармену, который уже сорок лет двигает коктейльную культуру вперёд. Однако, вместо апельсинового джема, добавим айвовое варенье. Айва великолепно сочетается с розмарином, а значит мы насытим джин розмарином – сделаем инфьюз. Идеальный аперитивный коктейль для домашних вечеринок.

ИНГРЕДИЕНТЫ

ДЛЯ КОКТЕЙЛЯ

50 мл розмаринного джина

1 ст. л. айвового варенья

20 мл лимонного сока

20 мл сухого игристого вина

ДЛЯ РОЗМАРИНОВОГО ДЖИНА

1 л джина

3 ветки розмарина

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Для начала нам необходимо сделать розмаринный джин. Всё просто: в бутылку сджином мы помещаем чистые ветки розмарина, закрываем бутылку и оставляем в тёмном месте на два дня. Затем процеживаем джин через марлю в чистую бутылку и джин готов.

Готовить коктейль будем в стеклянной банке с крышкой. Наливаем все ингредиенты, кроме игристого, в банку, насыпаем лёд до горлышка, плотно закрываем и хорошенько взбалтываем в течении 15 секунд. Затем процеживаем в охлаждённый бокал для шампанского, продлеваем коктейль игристым и украшаем цедрой лимона.





ТЕКСТ И ФОТО

ЮЛИЯ ПАШЕНЦЕВА

фуд фотограф

Instagram: [@juli_pashentseva](https://www.instagram.com/juli_pashentseva)

СНАЧАЛА МЫ ЕДИМ

АВОКАДО

Авокадо основательно прижился в нашем рационе и отлично зарекомендовал себя как вкусный, полезный и питательный продукт. А авокадо на завтрак стало почти классикой.

ЗАПЕЧЕННОЕ АВОКАДО С ЯЙЦОМ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 20 МИН | 2 ПОРЦИИ

Авокадо и яйца: чем не прекрасное сочетание? Используя эту основу, но меняя добавки, можно вносить разнообразие каждый раз и практически до бесконечности.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 авокадо

2 яйца

ломтик шпека, прошутто, хамона или бекона

1 ч. л. каперсов

2 ч. л. тёртого пармезана

соль

перец

зелень для подачи

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Слайс шпека или другого мяса нарезать мелкими кусочками.

Авокадо помыть, обсушить, разрезать пополам и удалить косточку. С помощью ложки удалить немного мякоти, чтобы яйцо полностью поместилось в "лодочку". Вбить в каждую половинку по 1 яйцу и отправить в разогретую до 180 °С духовку. Запекать до момента, когда весь белок побелеет (10-15 минут).

Вынуть из духовки авокадо, сверху посыпать нарезанным мясом, каперсами, приправить перцем. Сверху выложить по 1 ч. л. тёртого сыра и отправить в духовку ещё на 2-3 минуты.

Подавать с зеленью, приправить солью по необходимости.

ТОСТЫ С АВОКАДО

Тосты с авокадо – первое, что приходит в голову, когда речь идёт о завтраке с этим ингредиентом. И здесь количество вариантов стремится к бесконечности. Авокадо с яйцом, авокадо с лососем, авокадо с грейпфрутом, тунцом, хумусом, нутом, креветками и т.д. Делюсь своими любимыми сочетаниями.

АВОКАДО С ТОМАТАМИ И ПРЯНЫМИ ТРАВАМИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 15 МИН | 2 ПОРЦИИ

2 ломтика цельнозернового хлеба на закваске, 300 г мякоти авокадо, 30 г мягкого сливочного масла, 2 ст. л. сока лайма, 1 ч. л. цедры лайма, веточка эстрагона, веточка мяты, 10 шт томатов черри, 4 шт плода каперсов, 1 ст. л. оливкового масла, 1/2 ч. л. семян зиры, соль, перец.

Мякоть авокадо вложить в чашу блендера, добавить сливочное масло, половину листьев эстрагона и мяты, сок лайма и щепотку соли. Перебить в пюре.

Томаты нарезать четвертинками, плоды каперсов мелко порубить. Всё смешать с цедрой и несколькими каплями сока лайма, рублеными листьями зелени и оливковым маслом. Приправить перцем и перемешать.

Поджарить хлеб с двух сторон до золотистой корочки. На хлеб выложить пасту из авокадо, сверху томаты, посыпать раздавленными семенами зиры и сервировать несколькими листьями эстрагона.

АВОКАДО С ЛОСОСЕМ И ПЕРЕПЕЛИНЫМИ ЯЙЦАМИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 20 МИН | 2 ПОРЦИИ

2 ломтика тостового хлеба, 150 г мякоти авокадо, 1/2 ст. л. сока лайма, соль, 4 перепелиных яйца, 100 г лосося малой соли или копченого, каперсы (у меня были из бузины), огурец, майонез или соус Ремулад, микрозелень.

Мякоть авокадо выложить в миску, добавить сок лайма и щепотку соли, раздавить вилкой до пасты с грубой текстурой. Отварить перепелиные яйца. Можно приготовить пашот, а можно просто в скорлупе, а затем очистить их.

Лосось нарезать тонкими слайсами. Огурец нарезать тонкими полукольцами и сложить веером.

Хлеб обжарить с двух сторон до золотистого цвета. Сверху выложить пюре из авокадо, слайсы лосося. Между слайсами рыбы добавить по капле соуса. Затем перепелиные яйца, огурец, каперсы и сервировать микрогрином.

ВЕГАНСКИЙ ТОСТ С НУТОМ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 15 МИН | 2 ПОРЦИИ

2 ломтика хлеба на закваске, 250-300 г мякоти авокадо, 1 ч. л. сока лайма, 150 г вареного нута, 4 ломтика вяленых томатов, 1 ч. л. копчёной паприки, 1/2 ч. л. молотой зиры, 1 ст. л. оливкового масла, , соль, перец, семена тыквы, льна, кунжут, микрогрин.

Вяленые томаты мелко нарезать. В сковороде разогреть оливковое масло, добавить нут, добавить щепотку соли, зиру и копчёную паприку. Готовить 5 минут, помешивая. Затем добавить вяленые томаты, перемешать и отставить.

Мякоть авокадо размять вилкой, добавить сок лайма, соль, перец и перемешать.

Ломтики хлеба обжарить с двух сторон до золотистого цвета. Сверху на каждый ломтик выложить пасту из авокадо, тёплый нут, посыпать семечками, сервировать микрогрином.

СО СВЕКОЛЬНЫМ ХУМУСОМ И АВОКАДО

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 20 МИН | 2 ПОРЦИИ

2 ломтика тостового хлеба, 30 г вареной свеклы, 125 г вареного нута, 1 зубчик чеснока, 30 мл аквафабы, 30 г тахини, 10 мл лимонного сока, 1/2 ч. л. молотой зиры, 2 ст. л. оливкового масла, 1 спелое авокадо, 1 ч. л. чёрного кунжута, малдонская соль или флёр де сель, микрогрин.

Неочищенный зубчик чеснока обжарить на сухой сковороде до мягкости. В чашу блендера вложить нут, свеклу, очищенный печёный чеснок, аквафабу, тахини, лимонный сок, оливковое масло, зиру. Перебить до гладкой однородной массы. Приправить солью по вкусу и ещё раз перебить.

Авокадо очистить и нарезать тонкими слайсами, сложить розу или просто уложить веером. На поджаренный хлеб выложить хумус, авокадо, посыпать кунжутом, приправить солью, сервировать микрогрином.



МЕКСИКАНСКИЙ ОМЛЕТ С АВОКАДО

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 20 МИН | 2 ПОРЦИИ

Отличный вариант для завтрака, который уже ближе к обеду. Ленивый, воскресный, сытный.

ИНГРЕДИЕНТЫ

6 шт куриных яиц
1 репчатый лук
перец чили или халапеньо
150 г кукурузы консервированной
150 г вареной чёрной фасоли
50 г тёртого сыра Чеддер
1 помидор
1 авокадо
1 перец халапеньо или чили
1 ст. л. оливкового масла
1 ст. л. топлёного масла
соль
перец молотый
листья петрушки или кинзы
острый соус по желанию

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Лук очистить и мелко порубить. Перец халапеньо или чили очистить от семечек и мелко нарезать. Помидор бланшировать, очистить от кожицы, разрезать на 4 части, удалить семена и мелко нарезать мякоть. Авокадо разрезать пополам, удалить косточку и очистить мякоть, нарезать крупными кусочками.

На оливковом масле на среднем огне обжарить перец и лук до мягкости. Добавить томаты, кукурузу, фасоль. Прогреть 3 минуты.

В сковороду добавить авокадо, приправить солью, перцем, перемешать и отставить в сторону.

В другой сковороде разогреть топлёное сливочное масло. Вбить три яйца в миску, перемешать белок и желток вилкой, влить в сковороду. Как только омлет слегка схватится, выложить на 1 часть половину начинки, присыпать половиной тёртого сыра, накрыть второй половиной. Готовить 2-3 минуты. То же проделать и с оставшимися яйцами и начинкой.

Выложить омлет на тарелку, сервировать листьями петрушки. Подавать с острым соусом по желанию.







ТЕКСТ И ФОТО

ЮЛИЯ ПАШЕНЦЕВА

фуд фотограф

Instagram: @juli_pashentseva

СЫРОМ ЕДИНЫМ

CAMEMBERT

Происхождение: Франция, регион Нормандия

Тип молока: коровье

Тип сыра: мягкий

Вкусовой профиль: сливочный, грибной, землистый

ПРОИСХОЖДЕНИЕ

Камамбер — самый знаменитый французский сыр во всём мире. Сейчас сыр производится повсеместно, однако родиной оригинального камамбера является северный регион Франции — Нормандия. Именно здесь началась его история длиною в вечность. Ведь легенда гласит, что впервые он был произведён в 1791 году в деревне Камамбер девушкой по имени Мари Харель, фермером из Нормандии, после того, как священник из Бри поделился с ней советами по изготовлению сыра. Мари действительно существовала, однако вполне вероятно, что сыр появился на несколько веков раньше, примерно в 12 веке. Тем не менее, благодаря Мари и её семье, этот сыр стал узнаваем и обрёл всемирную популярность.

В конце XIX века развитие железных дорог и пароходов охватило всю Европу, а это в свою очередь открыло новые рынки сбыта. Однако, была одна проблема: мягкий сыр было трудно транспортировать. Но тут, французский инженер Ридель изобрёл деревянную коробочку, что подхватили все производители камамбера и вывели сыр в мир.

Небывалый успех рухнул на этот ремесленный продукт, а многие другие страны начали производить собственный камамбер. Нормандцы поначалу были вполне довольны этим неожиданным успехом, но вскоре они стали бояться потерять ценных потребителей и позволить изменить вкус своего сыра и снизить его качество. Сейчас большая часть камамбера производится не в Камамбере и даже не в Нормандии. Фактически, сыровары не защитили название "Камамбер" и не получили AOC (appellation

d'origine contrôlée) — обозначения, присваиваемого различным винам, сырам и другим продуктам, исходя из терруара и других соображений.

Чтобы частично решить эту проблему, в 1983 году Нормандский камамбер получил сертификат AOC, а в 1992 году — Защищенное обозначение происхождения. Так что, если вы хотите получить оригинальный продукт, то ищите Camembert de Normandie AOC с красным круглым значком на упаковке.

ПРОИЗВОДСТВО

В целом, камамбер производят как ремесленным, так и промышленным способом. Если говорить об оригинальном продукте, то чтобы называться Camembert de Normandie AOC, сыр должен весить не менее 250 грамм, иметь диаметр 10 сантиметров и содержать около 22% жира. И согласно AOC, он должен быть сделан из сырого непастеризованного молока нормандских коров.

ВИДЫ

CAMEMBERT DE NORMANDIE. Этот сыр легко отличить от других промышленных видов даже по внешнему виду и обозначению на упаковке. Он обладает неизменно круглой формой диаметром 10,5-11 см. Его корка покрыта белой плесенью с красными прожилками и пятнами. Сырное тесто имеет кремово-жёлтый цвет. Обладает тонким ароматом плесени. Вкус его фруктовый, с лёгким ароматом грибов и плесени. ►



CAMEMBERT AU CALVADOS. Казалось бы, что такой культовый сыр, как камамбер, больше не нуждается в доработках и улучшениях. Но как бы не так. Сначала сыр выдерживают как стандартный камамбер, затем осторожно удаляют корку, обмакивают его в смесь кальвадоса и сидра, а затем покрывают тонкой бисквитной крошкой. Вкус этого сыра восхитительный! Фруктовый, со сладостью яблочного бренди и грибными нотками.

CAMEMBERT AFFINÉ AU CIDRE. Его производят как минимум 2 разных сыроварни. Молодой нормандский камамбер с уже сформировавшейся коркой в течение 15 дней выдерживают в сидре. За это время он впитывает вкус и аромат яблочного напитка. Его бежевая корка становится морщинистой, а сырное тесто при оптимальном созревании становится гладким, жидким и блестящим. Camembert au Cidre раскрывается ароматом ферментированных яблок.

Также, существует огромное множество мягких сыров, носящих название камамбер. Некоторые из них приготовлены ремесленным способом на территории Франции, Италии, Швейцарии из сырого коровьего или даже буйволиного, а также козьего молока. Все они хороши, но не являются оригинальным продуктом. А есть и категория промышленных сыров. Чаще всего стоят они недорого и продаются в маленьких шайбах весом по 100-150 г. Все они схожи по вкусу, имеют ровную, пушистую белую корку, изготовлены из пастеризованного коровьего молока и не имеют ничего общего с нормандским камамбером.



СОЧЕТАНИЯ

Камамбер проявляет себя наилучшим образом, когда подаётся при комнатной температуре с хрустящим хлебом и бокалом вина.

Подавайте к нему свежие или сушеные фрукты, орехи, сельдерей, морковь, инжир, тёмный виноград. Кислые ягоды отлично оттеняют его сливочный вкус. Не забывайте о мёде и фруктовых мармеладах.

Что касается напитков, то бокал традиционного нормандского сидра будет идеальным компаньоном. Впрочем, как и Кальвадос. И даже с пивом этот сыр гармоничен! Например, с чешским пильзнером или IPA. Дружит с игристыми винами, а также со свежими фруктовыми винами. Например, Савиньон Блан, Рислинг, Шенен Блан, Гевюрцтраминер.





ТАРТ С КАМАМБЕРОМ, ГРИБАМИ И КАРАМЕЛИЗИРОВАННЫМ ЛУКОМ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 55 МИН + 1 Ч НА ОХЛАЖДЕНИЕ | ФОРМА ДИАМЕТРОМ 27 СМ

Обожаю этот тарт за сладость карамелизованного лука и его сочетания с грибами и камамьером. Не помню даже как пришла в голову идея этого тарта, но он так часто появляется на нашем столе.

ИНГРЕДИЕНТЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ ДЛЯ ТЕСТА

250 г пшеничной муки
125 г холодного сливочного масла
1 яйцо
30 мл ледяной воды
5 г соли

ИНГРЕДИЕНТЫ ДЛЯ НАЧИНКИ

500 г грибов (шампиньоны или ассорти)
200 г камамбера
100 мл сливок от 20%
3 шт яйца
20 г сливочного масла
2 ст. л. оливкового масла
5 шт красного или репчатого лука
1 зубчик чеснока
Бальзамический уксус – 30 мл
3 веточки свежего шалфея или тимьяна
соль
перец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В глубокую миску просеять муку. Добавить соль и перемешать. Добавить нарезанное кубиками холодное сливочное масло и растереть пальцами до состояния крошки. Влить воду и добавить яйцо. Вымесить гладкое однородное тесто. Сформировать шар, завернуть в пищевую плёнку и отправить в холодильник минимум на 1 час.

Охлаждённое тесто раскатать на слегка присыпанной мукой поверхности. Выстлать им форму, формируя бортики. Часто наколоть дно основы вилкой. Форму с тестом держать в холоде до момента использования, накрыв пищевой плёнкой.

Лук очистить и нарезать полукольцами. В сковороде разогреть сливочное масло, обжарить лук на среднем огне до мягкости. Влить бальзамический уксус и продолжить готовить до карамелизации лука, помешивая время от времени. Переместить готовый лук в отдельную миску.

Разогреть духовку до 180 °С.

Грибы вымыть и нарезать крупными кусочками. На разогретом оливковом масле обжарить 8-10 минут грибы с шалфеем или тимьяном, а также раздавленным зубчиком чеснока. Затем удалить травы и чеснок, а грибы приправить солью и перцем по вкусу. Отправить в миску к луку и перемешать.

Сыр нарезать кусочками среднего размера. Отправить в миску к грибам. Перемешать.

Смешать сливки, яйца, соль и перец.

Форму с тестом отправить в разогретую духовку на 15 минут. После вынуть её из духовки и выложить в основу начинку. Залить заливкой из сливок и яиц. Отправить в духовку на 20-25 минут.

Готовый тарт остудить и нарезать порциями.

ЧИЗБУРГЕР С КАМАМБЕРОМ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 20 МИН | 2 ПОРЦИИ

Если заменить котлету в бургере на обжаренный камамбер, то получится вполне себе приличный чизбургер. Обёртывание сыра в бекон или шпек добавляет ему аромата и сочности.

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 булочки для гамбургеров

10 г сливочного масла

2 камамбера диаметром по размеру
булочек

6 шт слайсов копченого шпека или
бекона

горсть листового салата

2 ст. л. лукового мармелада

барбекю соус, клюквенный либо
сливовый соус

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Булочки разрезать пополам и обжарить на сливочном масле до золотистого цвета, только места среза

Каждый камамбер обернуть слайсами бекона или шпека. Обжарить с двух сторон на гриле или сковороде.

Сверху на булочку выложить салат, затем ложку лукового мармелада. Сверху выложить обжаренный камамбер, полить соусом и накрыть второй частью булочки.





ЖАРЕННЫЙ КАМАМБЕР

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 20 МИН | 2 ПОРЦИИ

Обжаренный в кляре камамбер может быть отличной закуской к пиву, а также ингредиентом для зелёного салата, например со свеклой или инжиром. В качестве закуски подавайте его с соусом.

ИНГРЕДИЕНТЫ

250 г сыра камамбер

50 г панировочных сухарей

50 г муки

1 яйцо

1 л масла для фритюра

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Камамбер нарезать порционными сегментами, примерно по 25 г.

Яйцо взбить с помощью вилки.

Подготовить 3 ёмкости для панировки: с яйцом, с мукой и с сухарями.

Каждый кусочек камамбера обваливать сначала в муке, затем в яйце, затем в сухарях.

Масло разогреть до 165 °С и поддерживать примерно эту температуру. Обжаривать сыр во фритюре до золотистого цвета. Извлекать сыр из масла с помощью шумовки, перекладывая на тарелку, накрытую бумажным полотенцем, чтобы удалить лишний жир.

Подавать ломтики жареного камамбера горячими с клюквенным или другим ягодным соусом.

СКОНЫ С КАМАМБЕРОМ И ЯБЛОКОМ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 35 МИН | 10-12 ШТУК

Самые быстрые булочки к завтраку, которые только можно придумать. Без долгих расстоек, замесов и подходов теста. Подавать их можно с маслом, сыром, джемом, мёдом. Я же предлагаю с медовым маслом.

ИНГРЕДИЕНТЫ

ДЛЯ МЕДОВОГО МАСЛА

5 ст. л. жидкого мёда

150 г сливочного масла

ДЛЯ СКОНОВ

450 г пшеничной муки

7 г разрыхлителя

3 г морской соли

100 г сливочного масла

100 г камамбера

100 г очищенных яблок

180 мл молока + 1 ст. л. для смазывания

1 яйцо

семена кунжута

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Для медового масла взбить мёд и сливочное масло венчиком или миксером до лёгкого и пушистого состояния. Отставить в сторону.

Разогреть духовку до 220 °С. Противень застелить бумагой для выпечки.

Сливочное масло и камамбер нарезать мелкими кубиками. Очищенное яблоко мелко нарезать либо натереть на тёрку.

Просеять вместе муку, разрыхлитель и соль, а затем растереть с этой смесью сливочное масло до состояния крошки.

Добавить камамбер, яблоко, яйцо и влить молоко. Вымешать тесто. Оно должно получиться мягким, но не должно слишком липнуть. По необходимости добавляйте чуть больше муки, чтобы довести тесто до этого состояния, но не переусердствуйте.

Тесто собрать в шар и выложить на посыпанную мукой рабочую поверхность. Раскатать тесто до толщины около 2 см и вырезать круглые лепёшки диаметром около 5 см. Это можно сделать с помощью формы или стакана. Все обрезки теста снова собрать и раскатать, продолжая вырезать лепёшки до тех пор, пока не будет израсходовано всё тесто.

Выложить заготовки на подготовленный противень и смазать их молоком, а затем посыпать сверху кунжутом.

Выпекать в предварительно разогретой духовке от 10 до 12 минут или пока они хорошо не поднимутся и не станут золотисто-коричневыми.

Охладить в течение нескольких минут на решётке, а затем подавать к столу тёплыми с медовым маслом.







ТЕКСТ И ФОТО

ИРИНА ЗИНЧЕНКО

фуд фотограф, фуд стилист

Instagram: [@z.irochka_foodphoto](https://www.instagram.com/z.irochka_foodphoto)

ЗАПЕЧЕННЫЙ КАМАМБЕР

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 15 МИН | 1 ПОРЦИЯ

Ещё один вариант запекания камамбера. Здесь нежный сыр, терпко-кислая клюква и сладкий мёд создают неповторимое сочетание вкусов. Такая закуска не оставит никого равнодушным, особенно тех, кто любит плесневые сыры.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 шт камамбера
1 ст. л. оливкового масла
1 ст. л. жидкого мёда
горсть свежей клюквы
веточка розмарина
1/2 ст. л. миндаля

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Вынуть камамбер из упаковки. Выложить в форму для запекания, сделать неглубокие надрезы. Сбрызнуть оливковым маслом, выложить клюкву, полить мёдом, добавить розмарин. Отправить в разогретую до 180 °С духовку на 10 минут.

На сухой сковороде поджарить миндаль.

Горячий камамбер посыпать орехами. Идеально подавать с багетом и яблочным сидром.

ТАРТИФЛЕТ С КАМАМБЕРОМ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 50 МИН | 4-6 ПОРЦИЙ

Это изысканное французское блюдо полюбила вся моя семья. Сочетание картофеля, бекона, грибов и камамбера идеально подходит к семейному осеннему ужину.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1 кг картофеля
300 г бекона
2 шт репчатого лука
200 г шампиньонов
3 зубчика чеснока
250 мл сливок 33% жирности
150 г камамбера
30 г сливочного масла
соль, перец, специи
зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Картофель очистить и нарезать тонкими кружочками. Отправить в кастрюлю с подсоленной водой и варить до полуготовности. Важно, чтобы картофель не разварился.

Бекон тонко нарезать и обжарить на разогретой сухой сковороде до золотистой корочки. Добавить очищенные и нарезанные ломтиками грибы.

Лук и чеснок очистить и мелко порубить. Добавить к бекону и грибам. Готовить до мягкости. Влить сливки и готовить в течение 5 минут до испарения жидкости.

Камамбер нарезать тонкими ломтиками.

В форму для запекания, смазанную сливочным маслом, выложить картофель. Затем выложить слой сыра. Затем выложить начинку и сверху ещё один слой сыра.

Отправить в духовку на 20 минут при температуре 180°C до полного расплавления сыра.

Готовое блюдо посыпать мелко рубленой зеленью.





ТЕКСТ И ФОТО

ЮЛИЯ РОСИНСКАЯ

кондитер

Instagram: [@biros_cake](#)

В ПОИСКАХ ПОДЛИННЫХ ВКУСОВ

САХАР

Начав свой путь с островов Тихого океана, в начале XIX века, сахарный тростник завершил своё кругосветное путешествие длиной в 2000 лет и завоевал все континенты. За все это время, кем тот только ни был — лакомством вельмож, лекарством, признаком «сладкой жизни» и даже страшной «белой смертью». Но, несмотря на все споры вокруг него, все «за» и «против», человек продолжает испытывать инстинктивное влечение к сладкому вкусу и, как и прежде, использует его в своей повседневной жизни.

Скажите "сахар" и тут же воображение рисует мороженое, печенье, мёд или фрукты. Ассоциации эти тесно связаны с основным свойством сахара – его сладостью. Но будет заблуждением считать, что сахар важен только в приготовлении десертов.

Сложно представить себе полноценный вкус карамелизованных овощей, лукового мармелада или жареного цыплёнка без сахара. Поджаренная пища с тёмной корочкой очень вкусна и именно сахарам (природным или добавленным) мы этим обязаны.

Напитки, маринады, кондитерские и хлебобулочные изделия. Соусы, гриль и мясные блюда. Ферментация продуктов, роль консерванта и улучшителя вкуса – всё это истории с участием сахара.

Но помимо сладости, он обладает ещё и другими свойствами – загущает жидкости, придаёт им тёмный цвет и вкус карамели, способен улучшить ферментацию, обладает свойством кристаллизации и превосходно связывает воду.

На полках магазинов сейчас можно встретить множество видов сахара: различные названия, внешний вид, цена. Тёмный, светлый, белый кристаллический, сухой рассыпчатый, более влажный или вообще в виде затвердевшего цельного куска. В чём отличия и как выбрать?

Нет смысла углубляться в суть производственного процесса, нам важен ВКУС. Для понимания взаимосвязи "вкуса" и "вида" нужно запомнить главное: чем сахар темнее, тем интенсивнее у него вкусоароматика. Объясняется это наличием и количеством мелассы, которая осталась после фильтрации сахарного сиропа. Но если тростниковый сахар может быть как полностью очищенный (белый), так и коричневый, то для свекловичного это недопустимо. Патока, содержащаяся в нём, имеет неприятный запах и непригодна к употреблению человеком. Но давайте все по порядку.

Сахароза или сахар, как принято называть в быту – это смесь фруктозы и глюкозы. В большинстве случаев сахар производят из сахарной свёклы или сахарного тростника. Реже встречается кокосовый, пальмовый, сорговый и т.д. В зависимости от внешнего вида и метода производства сахар можно разделить на 3 типа: белый кристаллический, неочищенный (коричневый), жидкий (инвертный сахар).

КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ САХАР

САХАРОЗА, REGULAR, WHITE GRANULATED SUGAR
Сладкое кристаллическое вещество, которое получают из сока сахарного тростника или свёклы. Именно его мы чаще всего используем в повседневной жизни.

Довольно нейтральный по запаху, во вкусе, кроме приторной сладости, сложно различить ещё какие-то ноты и полутона. Но, несмотря на свою нейтральность, обладает таким достоинством, как доступность и бюджетная цена.

Сахар-песок, полученный из сахарной свёклы и тростникового сахара-сырца, практически не отличаются по качеству. В частности, при одинаковых технологиях изготовления содержание сахарозы в них равное.

ЖИДКИЕ САХАРА

Раствор белого кристаллического сахара, представляющего собой смесь глюкозы и фруктозы. Используется так же, как и кристаллический, при том, что имеет иную форму выпуска. Одним из самых популярных жидких сахаров является инвертный. Представляет собой водный или пастообразный раствор сахарозы, расщепленной на простые сахара с помощью кислот. Часто применяется в изготовлении напитков, хлебобулочных и кондитерских изделиях. Представлен в виде пасты или жидкого сиропа. Исполняет роль антикристаллизатора, увеличивает срок хранения, понижает точку замерзания и снижает активность воды. Часто используют в составе глазури, мороженого, сорбетах, муссах и хлебобулочных изделиях. Возможна замена на мед, но стоит учитывать высокую аллергенность последнего и наличие аромата.

КОРИЧНЕВЫЙ САХАР

НЕОЧИЩЕННЫЙ, BROWN SUGAR

Состоит из кристаллов сахара, покрытых мелассой с естественным ароматом и цветом. Производится либо специальным увариванием сахарного сиропа, либо смешиванием полностью очищенного белого сахара с патокой. Может быть изготовлен как из сахарной свёклы, так и из тростника. Различие в том, что свекловичный сахар полностью проходит очистку, и только после этого к нему добавляют мелассу. А у тростникового процесс полной очистки не проходит.

В свою очередь видов тростникового сахара есть огромное множество. Он отличается между собой цветом, степенью очистки, запахом, влажностью, величиной кристаллов, регионом где производится, первоначальным сырьём. Поговорим о самых популярных и наиболее распространенных.



ДЕМЕРАРА

Крупные сухие кристаллы золотисто-коричневого цвета с еле уловимым ароматом карамели. Хорошо сочетается с кофе, орехами, сливочными вкусами. Часто выступает в роли декора кексов и печенья, а также может частично или полностью заменять белый сахар в различных кондитерских изделиях: печенье, карамель, кексы, финансье, мадлен, песочное тесто, ириски. При запекании даёт красивую хрустящую корочку. Часто используется для придания цвета изделиям и в приготовлении азиатских соусов, мариновании и ферментации рыбы, мяса и овощей. Идеально подходит для барбекю.

При использовании в кондитерском деле необходимо учитывать, что демерара обладает довольно крупными кристаллами, которые могут до конца не разойтись в изделии и изменить изначально задуманную структуру.



МУСКОВАДО

Также именуемый барбадосским, является наименее рафинированным сахаром с наиболее трудоёмким процессом производства. Довольно мелкие кристаллы с насыщенным тёмным цветом, текстурой влажного песка и сложным вкусом – оттенками карамели переходящими в лёгкую горечь и кислинку.

В настоящее время мусковадо производится двух видов: тёмный и светлый. И тот, и другой одуряюще пахнет мелассой, но тёмный – интенсивнее.

Мусковадо хорошо дополняет мясные блюда и соусы, привнося во вкус дымные ароматы. Сочетается с шоколадом и кофе, какао продуктами, мёдом, тёплыми нотами имбиря и способен создать интересный вкусовой контраст в ванильном мороженом или крем-брюле.



ТУРБИНАДО

Имеет довольно крупные, слегка влажные кристаллы от светло-коричневого до золотистого цвета. Интенсивность его вкуса находится где-то посередине между демерарой и мусковадо. Обладает карамельными нотами, но без горечи и сложного послевкусия.

Считается экологично чистым благодаря методу очистки сахара-сырца с помощью пара и турбины (отсюда и название). Так как этот сахар встречается реже, в рецепте его можно заменить на демерара. Их вкус максимально схож, но текстура турбинадо более крупная. Это нужно учитывать, если готовите песочное тесто или любое другое выпечное кондитерское изделие. Благодаря своей грубой текстуре хорошо подходит для декора. Им можно посыпать булочки, кексы, пироги. Использовать для печенья «диамант».

ПАЛЬМОВЫЙ САХАР

Ещё джагерри, гур. Получают из сока пальмы пальмирской, финиковой, сахарной, нипа. Изначально имеет жидкую форму, но чаще всего можно встретить в виде блоков и брикетов. Вкус и внешний вид будет меняться в зависимости от сока пальмы и варьироваться от максимально нейтрального «медового» до насыщенного, с ярким, концентрированным ароматом. Является ингредиентом как сладких, так и солёных блюд, используемых во всей Азии, на Ближнем Востоке и в Северной Африке. Добавляют в пасту карри, сложные соусы к рыбе и мясу, приправы и кисло-сладкие супы. Им сдабривают пряные блюда из риса с мясом, фруктами и овощами. В кондитерских изделиях придает пирогам медовый вкус, особенно лёгкую и хрустящую текстуру, более темный цвет и карамельный вкус.



КОКОСОВЫЙ САХАР

Разновидность пальмового сахара. Изготавливают из нектара соцветий кокосовой пальмы путём выпаривания при низких температурах. Готовый сахар может быть светло-коричневым с лёгким карамельным ароматом или чуть темнее, с ореховым привкусом. Продаётся в виде блоков, мягкой пасты или сахарного песка. Он прекрасно подходит для приготовления выпечки, десертов и сладких блюд. Добавляют его также в заправку для салатов, диетические каши, напитки. Добавив его в смузи или молочный коктейль можно добиться нового интересного вкуса. Часто присутствует в блюдах малайзийской кухни. При замене обычного сахара на кокосовый, нужно учитывать, что последний обладает меньшей сладостью. Рекомендации по замене 1:10. Это условные цифры, потому нужно ориентироваться на вкус итогового блюда.



ЖЕМЧУЖНЫЙ САХАР

Это не какой-то особенный сахар со сложным производством. По сути, это высушенная, предварительно спрессованная с водой сахарная пудра. Имеет форму неправильных кристаллов размером от 1,4 до 3 мм белого цвета. Особенностью этого сахара является не вкус, а внешний вид и физические способности. Такой сахар применяется только для декора изделий, так как имеет термостабильные свойства, выполняет текстурную функцию, а не вкусовую, отвечая за хруст.

Незаменимый атрибут льежских вафель, маленьких заварных пирожных «шукет», коломбо и панетонне. Может наноситься на изделие как перед выпечкой, так и после неё. Не плавится при высоких температурах, после выпекания может чуть-чуть изменять цвет в сторону желтого.





КАРАМЕЛИЗИРОВАННЫЕ СВИНЫЕ РЕБРЫШКИ С БАЛЬЗАМИКОМ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 3 Ч + 12 ЧАСОВ МАРИНОВАНИЕ | 4 ПОРЦИИ

Вкус свинины прекрасно гармонирует с кисло-сладкой глазурью из бальзамика. Эти рёбрышки получаются в меру сладкими с приятной остротой от перца чили и божественным ароматом розмарина, чеснока и специй, в сочетании с кислинкой бальзамического уксуса. Сладость сахара создает неповторимый насыщенный вкус и аромат. То, что нужно для наступающих дождливых дней и холодов.

Благодаря медленному томлению в духовке, мясо становится невероятно нежным и расходуется на волокна. При этом, от вас требуется минимум усилий и активно затраченного времени. В первый день замариновать; на следующий – отправить в духовку и дожидаться часа X. Не нужно переворачивать, что-то подливать или следить за процессом. Духовка и время всё сделают за вас. Неоспоримый плюс рецепта – на следующий день становится ещё вкуснее. Вкусы объединяются, мясо пропитывается ароматами трав и специй. И я даже не знаю что лучше, сами рёбрышки или ароматная подлива, которая образуется во время запекания. Выбирая мясо, лучше отдать предпочтение более жирному куску. Во время приготовления, жир, частично, стопится, но при этом делает мясо нежным и сочным.

ИНГРЕДИЕНТЫ

1,5 кг свиных рёбер
10 зубчиков чеснока
30 г сахара Демерара
40 г сахара Турбинадо
4 ст.л. бальзамического уксуса
3 ст.л. густого бальзамического соуса
15 г соли
1 острый перец чили
2 веточки розмарина
25 мл растительного масла
100 мл овощного бульона

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В ступке или с помощью блендера перетереть в пасту чеснок с солью и розмарином. Добавить мелко нарезанный чили и два вида сахара.

Влить бальзамический соус, уксус и растительное масло. Перемешать до однородности.

Смазать получившейся смесью рёбра и отправить мариноваться от 6 до 12 часов.

Духовку прогреть до 170 °С. К рёбрам добавить бульон и накрыть плотно фольгой. Отправить запекаться в течение 2,5 - 3 часов. В зависимости от качества и размера кусков, времени может потребоваться чуть больше или меньше.

По окончании времени снять фольгу и отправить снова в духовку на 30 минут, чтобы мясо зарумянилось.

ШУКЕТЫ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 120 МИН | 40 ШТУК ДИАМЕТРОМ 4 СМ

Когда мы говорим о заварном тесте, то воображение сразу же рисует ванильные эклеры с толстым слоем шоколадной глазури, ну или профитроли. Но в семействе заварного теста есть ещё несколько очень ярких и вкусных представителей. Об одном из них мы сегодня и поговорим.

Шукеты — маленькие пирожные из заварного теста. В отличие от эклеров, они не могут похвастаться яркой глазурью, но вместо неё их поверхность покрывают гранулами жемчужного сахара, который отвечают как за вкус, так и за вид изделия. По классической версии шукеты оставляют «пустыми» внутри, не заполняя кремом. На первый взгляд может показаться скучно, но благодаря контрасту пресного теста и хрустящей, сладкой сахарной корочки сверху, пирожное остаётся интересным. Знакомство с заварным тестом я бы рекомендовала начинать именно с шукеток.

Как и любое заварное изделие, шукеты можно заготовить впрок и отправить в морозильную камеру. Только сахаром лучше присыпать непосредственно перед выпечкой.

ИНГРЕДИЕНТЫ

120 г воды

120 г молока

3 г соли

3 г сахара

110 г сливочного масла

138 г муки

250 г яиц

жемчужный сахар (опционально)

NOTA BENE

Важной особенностью заварного теста является то, что нельзя с уверенностью сказать сколько точно понадобится яиц. В зависимости от силы муки, её влагоёмкости и влажности теста этот показатель будет меняться. Ориентироваться нужно на консистенцию. Если тесто гладкое, однородное, медленно стекает с лопатки сплошной лентой и образует треугольник — яйца больше не добавлять. У вас может остаться от 10 до 40 г яичной смеси.

Чтобы работать было удобно, рекомендую перед приготовлением взбить яйца блендером несколько секунд, стараясь не провоцировать образование пены. Затем процедить через мелкое сито в мерный стакан и из него подливать в тесто.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В толстостенном сотейнике смешать молоко, воду, сахар, соль и сливочное масло комнатной температуры. Довести смесь до активного кипения, выключить нагрев и всыпать всю муку. Быстро перемешать. На этом этапе получится комок однородного, гладкого теста.

Снова включить нагрев и на минимальной мощности подсушить тесто несколько минут, всё время растирая его до появления на поверхности тонкой жировой плёнки (около 2 минут). Снять сотейник с плиты, тесто отправить в чистую миску. Остудить до 55-60 °С. Для ускорения процесса можно тесто перемешивать миксером на низких оборотах, используя насадку 'вёсло' или хлебную винтообразную (для ручного миксера).

В несколько этапов ввести яйца порциями, при этом тесто постоянно перемешивать на низких оборотах миксера или вручную. Следующую порцию яичной меланжа вливать только тогда, когда предыдущая полностью вошла в тесто. Когда яичной смеси останется совсем чуть-чуть, будьте внимательны. Важно не сделать тесто слишком жидким, иначе оно не поднимется в духовке и не образует пустоту внутри.

Готовое тесто переложить в кондитерский мешок с круглой насадкой и отсадить на пергамент заготовки диаметром около 3-4 см на расстоянии друг от друга. На этом этапе можно заморозить и выпекать по мере необходимости без разморозки. Если выпечка в тот же день, присыпать поверхность жемчужным сахаром. Отправить в духовку при 180 °С на 40-45 минут. Время зависит от духовки, размера заготовок и их температуры. Пирожные увеличатся в объёме, приобретут равномерный золотисто-коричневый цвет и плотную сухую корочку. Но будьте осторожны и не доставайте шукеты слишком рано. Они могут опасть и стать плоскими. Если не уверены в их готовности, сделайте проверочный тест на одном изделии. Достаньте одну шукетку и оставьте на столе остывать. Если пирожное не опало и полностью сохранило форму — можно вынимать остальные. При желании, шукеты можно заполнить кремом, но и без начинки они являются самодостаточным, вкусным десертом.





ТЕКСТ И ФОТО

ИРИНА ШЕЛЕСТ
фуд фотограф
Instagram: @koljorova



ТАКАЯ ВКУСНАЯ

ГРУЗИЯ

Манящая своими яркими красками и ароматами специй. Целый праздник на тарелке! Блюда грузинской кухни, кажется, не подходят для обеда в одиночестве. Обязательно нужна весёлая компания и конечно вино с таким же вычурным названием, как и еда на столе!





САЛАТ СААМО

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 20 МИН | 4 ПОРЦИИ

Саамо – прекрасный салат с хрустящими баклажанами. Он очень гармонично объединяет все ингредиенты и служит вкусной закуской перед главным блюдом.

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 шт баклажана
4 шт помидора черри
1 ст. л. сладкого чили соуса
100 г сливочного крем-сыра
1 ст. л. масла кунжутного
15 г тыквенных семечек
10 г кунжута
20 г кукурузного крахмала
зелень
лук зеленый
хмели - сунели
соль
зёрна граната

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

С баклажанов снять шкурку, нарезать полукольцами. Тщательно обвалять в крахмале. Обжарить на масле до золотистого цвета.

Помидоры нарезать крупными дольками.

Кунжут и тыквенные семечки обжарить на сухой сковороде.

Зелень и лук крупно нарезать.

Всё соединить, приправить солью и хмели-сунели, заправить сладким чили соусом и маслом. Перемешать.

Выложить в сервировочную тарелку, сверху выложить кусочки крем-сыра и посыпать зёрнами граната.





ОДЖАХУРИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 45 МИН | 4-6 ПОРЦИЙ

Вкусное, сытное и ароматное блюдо, представляющее собой жареное мясо с картофелем, традиционно подающееся на кеци – специальной глиняной или каменной сковороде. С грузинского «оджахури» переводится как «семейное», а значит нет ничего лучше собраться за столом всей семьёй и подать оджахури.

ИНГРЕДИЕНТЫ

400 г картофеля

500 г свиной шеи

150 г репчатого лука

200 г мелких томатов

1 зубчик чеснока

2 веточки свежего тимьяна или 1 ч. л. сушеного

1 ч. л. молотого кориандра

1 ч. л. имеретинского шафрана

1/2 пучка кинзы

30 г сливочного масла

90 мл оливкового масла

соль

перец

ДЛЯ МАРИНОВАННОГО ЛУКА

1/2 шт репчатого лука

2 ч. л. сахара

2 ч. л. винного уксуса

ДЛЯ ПОДАЧИ

кинза

зёрна граната

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Картофель нарезать на четвертинки.

Разогреть в сковороде смесь оливкового и сливочного масла. Обжарить дольки картофеля до золотистой корочки по 5 минут с каждой стороны. Отодвинуть картофель к краям сковороды, а в центр выложить мясо. Слегка приправить солью.

**Не нужно часто мешать, подождите, пока мясо поджарится с одной стороны, после чего переверните его и обжарьте с другой. Следите за картофелем, чтобы он не подгорел. И старайтесь не перегружать сковороду – все ингредиенты должны обжариваться в один слой. Если в сковороде мало места, то разделите на две, в одной жарьте картофель, а в другой мясо.*

Когда картофель будет почти готов, можно перемешать его с мясом в одной сковороде и добавить нарезанный перьями лук. Готовить, пока он не станет мягким.

Затем добавить мелко рубленый чеснок и через минуту добавить нарезанные крупными дольками томаты. К этому времени мясо и картофель должны быть готовы. Помидоры не нужно сильно обжаривать, достаточно, чтобы они прогарились и стали мягкими.

Выключить огонь и добавить специи и кинзу. Всё хорошо перемешать.

Для маринованного лука очистить и нарезать перьями лук. Промыть его под проточной водой, чтобы убрать горечь. Добавить к нему сахар и винный уксус, перемешать и дайте постоять несколько минут.

Оджахури разложить по порционным тарелкам или в одно сервировочное блюдо. Подавать с маринованным луком, кинзой и зёрнами граната сверху.

ЧКМЕРУЛИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 50 МИН | 3-4 ПОРЦИИ

Чкмерули — это курица, которая тает во рту. Её можно есть как горячей, так и холодной. Секрет прекрасного вкуса заключается в сливочном соусе, щедро приправленном специями. Очень вкусно макать белый хлеб или лаваш в соус.

ИНГРЕДИЕНТЫ

700 г куриных бёдер
4 зубчика чеснока
20 г кинзы
20 г петрушки
500 мл сливок 22% жирности
1/2 ч.л. хмели-сунели
1/2 ч.л. молотый кориандра
1/2 ч. л. сушеной мяты
3 ст. л. растительного масла
чёрный молотый перец
соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Каждый куриное бедро слегка отбить, затем приправить солью и перцем по вкусу.

На горячей сковороде обжарить кусочки курицы с двух сторон до золотистой корочки, приблизительно по 5 минут с каждой стороны.

Кинзу, петрушку и чеснок нарезать очень мелко. В миске смешать петрушку, кинзу, чеснок, сухую мяту, кориандр, хмели-сунели. Влить сливки, тщательно перемешать.

Обжаренные бёдра выложить в форму для запекания и залить подготовленным соусом. Запекать в разогретой до 180 °С духовке около 30 минут.







ТЕКСТ И ФОТО

ЕКАТЕРИНА МАКАРЕНКО

фуд блогер

Instagram: [@katy_Leamon](#)

АДЖАПСАНДАЛИ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ 25 МИН | 6-8 ПОРЦИЙ

Из лета сентябрь берёт с собой всё самое лучшее: баклажаны, спелые томаты, сладкий перец, ароматные травы. Аджапсандали или аджапсанда, как хотите, собирает всё это богатство в одной тарелке. Рецептов аджапсандали насчитывается с десяток, а может и более, все они будут правильными. Где-то добавляют картошку, где-то мясо. Я же готовлю исключительно вегетарианский вариант, который хорош как в горячем, так и в холодном виде. Правильный аджапсандали непременно будет содержать в себе баклажаны, сладкий перец и томаты, а еще много свежей зелени и чеснок.

ИНГРЕДИЕНТЫ

2-3 баклажана
2 сладких перца
3 томата
1 головка репчатого лука
1 небольшая морковь
4 зубчика чеснока
1/2 ч. л. хмели-сунели
свежая зелень кинзы, петрушки,
фиолетового базилика
перец чёрный молотый
соль
рафинированное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Баклажаны и перец нарезать крупными кубиками. Измельчить лук, морковь нарезать тонкой соломкой. Томаты очистить от кожицы и нарезать кубиком. Чеснок и зелень измельчить.

Обжарить баклажаны на разогретом в глубокой сковороде масле. Переложить на тарелку. В той же сковороде обжарить лук до прозрачности, затем морковь и сладкий перец. Добавить баклажаны и нарезанные томаты, хмели-сунели, соль, чёрный молотый перец. Обжаривать на среднем огне 2 минуты, помешивая. Затем убавить огонь до минимального и накрыть крышкой. Тушить 7 минут.

В конце приготовления добавить рубленую зелень и чеснок. Накрыть крышкой и дать блюду отдохнуть полчаса.

*Не заменяйте фиолетовый базилик другой зеленью. Если свежего нет, используйте высушенный.

*В идеале тушить овощи нужно без добавления воды. Однако, продукты могут быть разными и если жидкости не хватает для тушения, можно добавить небольшое количество воды.



C H E E S E

КРУПНЕЙШАЯ ИТАЛЬЯНСКАЯ ВЫСТАВКА
РЕМЕСЛЕННЫХ СЫРОВ В МИРЕ

ФОТО И ТЕКСТ: ЮЛИЯ ПАШЕНЦЕВА

Каждый нечётный год лучшие ремесленные сыровары всего мира собираются в одном месте, чтобы представить свой продукт требовательной публике. Всё это происходит в маленьком городке Бра в регионе Пьемонт, что располагается на севере Италии. Здесь под эгидой Slow Food целых четыре дня проходит это действо, занимающее все старые улочки городка. Cheese пройдёт и в этом году с 17 по 20 сентября. Что собой представляет выставка, как добраться и что ожидать. Сейчас всё разложу по полочкам, как опытный посетитель и любитель сыра.

О ВЫСТАВКЕ

Проводимый раз в два года Международный фестиваль сыра в Бра – важное мероприятие для всех, кто любит сыр и хорошую еду. Cheese безусловно является самым почитаемым событием такого рода в Италии. Проводит сию выставку организация Slow Food при поддержке города Бра, региона Пьемонт и других партнеров.

Добраться туда легко прямым поездом из Турина – главного города региона Пьемонт.

Обычно, выставка Cheese проводится в третьи выходные сентября и привлекает около 200 000 человек. Весь исторический центр городка Бра заполняют палатки, лотки и прилавки с именными, высоко оценёнными продуктами. Главная цель – продвижение региональных производителей и местных продуктов, существованию которых угрожает сила рыночной глобализации.

Организация Slow Food всегда придерживалась высокого качества продуктов питания, использования сырого молока, биоразнообразия пород, нашей связи с землей, защиты животных и т. д., а также уважала опыт, необходимый для производства сложных сыров. Каждая выставка посвящена определённой теме. Так, например в 2019 году её темой стало использование непастеризованного молока в сыроварении, а в этом году весь фокус будет смещён на разнообразие животных.

На улицах Бра будут располагаться огромный сырный рынок, Дом биоразнообразия, Большой зал сыра, энотека, образовательная выставка о мире скотоводства и животноводства, уличная еда, ремесленное пиво и фургоны с едой, стенды партнеров мероприятия и многое другое. Ещё одна важна часть мероприятия пройдет в Полленцо, в шести километрах от центра Бра. Там расположены Университет гастрономических наук и винный банк. Помимо посещения великолепных территорий и кампуса университета, здесь можно принять участие в ужинах и мастер-классах по дегустации сыра и вина. Добраться туда можно с помощью специального автобуса. И если основная часть мероприятий в Бра бесплатны для посещения, то эта требует покупки билета.

О SLOW FOOD

Движение Slow Food было основано Карло Петрини в Италии в противодействие фастфуду. Цель этого движения – научиться ценить культуру питания, защищать и наслаждаться местными продуктами, которые могут ►



быть обречены на исчезновение из-за международной стандартизации продуктов питания и быстро развивающейся «культуры» быстрого питания. Эта организация продвигает локальные продукты, сорта сельскохозяйственных культур, присущих для определённых территорий и привлекает внимание к давно забытым рецептам. Движение распространилось по всему миру, и в настоящее время насчитывает более 100 000 членов в 132 странах.

О СЫРЕ

На сырном рынке в рамках выставки будут представлены самые лучшие экземпляры ремесленных сыроваров и аффинеров со всего мира.

Продаваемые здесь сыры, будь то коровьи, овечьи или козьи, произведены исключительно из сырого молока от фермеров, заботящихся о благополучии животных. И это очевидно, исходя из главной темы выставки этого сезона "Consider the animals". Само собой, здесь будут представлены производства, изготавливающие сыры без промышленных заквасок.

Многочисленные международные аффинеры и селекционеры подтвердили своё присутствие на Cheese 2021. А это значит, что на рынке можно будет приобрести уникальные образцы выдержанных сыров от знатоков своего дела. Ведь аффинеры по сути – это специалисты по выдержке сыра. Они покупают сыр напрямую у фермеров, а затем развивают и улучшают его индивидуальность, доводя вкус и ароматику до идеального уровня благодаря своим техническим знаниям. Аффинеры вносят жизненно важный вклад в конечный продукт, контролируя весь ход старения сыра.

Столько уникальных сыров я, пожалуй, не пробовала нигде. Это ремесленные сыры из США, стран Скандинавии, Британии, Германии, Австрии, Нидерландов, Испании, Франции, конечно же Италии и других стран Европы.

Тут тебе и свежие, привычные Моцарелла и Буррата, и Пармиджано в нескольких стадиях зрелости, и Горгонзола ложками с трюфелем. А для самых изощрённых гурманов найдутся образцы поэкстремальнее: и экстра старые пещерные сыры, напоминающие по вкусу землю, и выдержанные в листьях, и в алкоголе, и даже помещённые в землю на время своего созревания.

Кроме сыра, здесь можно приобрести и невиданные сорта овощей и фруктов, мясные специалитеты, масла, специи, сладости, орехи, оливки от малых крафтовых производств.



О ЕДЕ

Уличная еда и фургоны с едой здесь особые. В моём сердце навсегда поселилась focaccia со страчателлой и сушеным тунцом. Никогда не забуду эти изящные движения шефа, наливающего половником сыр страчателла на горячую лепешку. Джелато здесь необыкновенно вкусное! Сицилийские канноли. Именно такие, как надо!

И если вы не любитель стрит фуда, выставка Cheese полностью изменит ваше восприятие этого типа еды. Здесь всё настолько аппетитно и вкусно, что остановится просто нереально! Это рай для любителей вкусно поесть.



О ГОРОДЕ

Благодаря своему расположению между холмов Ланге и Роэро, Бра является одним из самых важных центров виноделия и гастрономии Пьемонта. Сейчас Бра – это дом для Университета гастрономических наук и международной штаб-квартиры Слоу Фуд, собственно здесь и зародилось это движение. Этот город не может не славиться своим подходом к гастрономии и конечно же, имеет свои типичные традиционные продукты. Например, Salsiccia di Bra – колбаса из телятины и одноимённый сыр из овечьего, козьего и коровьего молока.

ЕДА ВОКРУГ НАС

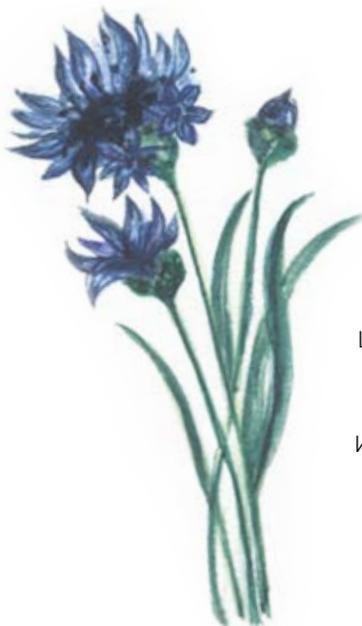
СЪЕДОБНЫЕ ЦВЕТЫ

ТЕКСТ: ЭМИР КУРТЛУШАЕВ
ИЛЛЮСТРАЦИИ: ХОЛОХОЛЕНКО ВЕРОНИКА @ NIKYSIK.KHOLOHOLENKO

Долгое время не теряет своих позиций тренд на добавление цветов в еду. И эта эстетика, конечно же, радует. Однако, не все цветы съедобны и безопасны. Часто можно увидеть использование ядовитых или обработанных цветов на тортах, например.

Помните, что в пищу используют только цветы, которые были выращены собственноручно или на специальных фермах. Цветы, которые продаются в цветочных магазинах, часто обработаны пестицидами и могут вызвать отравление или аллергию. Да и в целом, помните, что цветы могут вызвать аллергическую реакцию. Нельзя есть цветы, срезанные на обочине трассы или в промышленном районе. Перед употреблением того или иного цветка, обязательно найдите о нём информацию из надежных источников.

Есть можно как свежие, так и высушенные цветы.



ВАСИЛЁК

Лепестки синего василька съедобны, обладают сладковатым вкусом и приятным ароматом. А вот чашелистик лучше в пищу не употреблять, он горький.

ЖАСМИН

Цветы жасмина очень ароматны и часто используются в чае. Ещё один способ продемонстрировать его волшебный аромат — это мартини с жасмином. Использовать жасмин в небольших количествах можно и в сладких блюдах.



БУЗИНА

Цветки бузины небольшие, желтовато-белые, источают приятный душистый аромат.

Используются при изготовлении ликеров, игристых вин, коньяков и настоек. Из сухих цветков и обычного чёрного чая делают вкусные травяные напитки.

Широкой популярностью пользуется сироп, который готовят из соцветий бузины и сахара. Такой сироп добавляют в чай при простуде, а также подают с оладьями, блинами и другими угощениями.

ГВОЗДИКА ДУШИСТАЯ

Лепестки гвоздики на удивление сладкие и деликатно ароматные, их можно замачивать в вине, добавлять в конфеты или использовать в качестве украшения для тортов и выпечки. Обладающие мягким ароматом гвоздики или мускатного ореха, её лепестки также используют для придания цвета салатам.



КАЛЕНДУЛА

Лепестки календулы хороши и в свежем, и в приготовленном виде. В кулинарии цветок часто используют как замену дорогому шафрану – календула придаёт тот же тонкий перечный привкус и слегка подкрашивает блюдо в желтовато-оранжевый цвет. Растение используют для ароматизации супов, салатов, домашних наливок и настоек. В сочетании с овощами этот цветок особенно хорош, благодаря терпкому вкусу он работает как приправа, добавляя пикантности. Также нередко можно встретить календулу во всевозможных соусах и напитках.

ЛАВАНДА

Миниатюрные фиолетовые цветы с медовым привкусом, очень пахучие. Высушенные цветы добавляют к смеси трав для маринования мяса. Также, они служат отличным украшением тортов, пирожных, желе и других десертов. Но при добавлении цветов лаванды нужно быть осторожным, так как избыток такой добавки может дать мыльный привкус.

ЧАЙНАЯ РОЗА

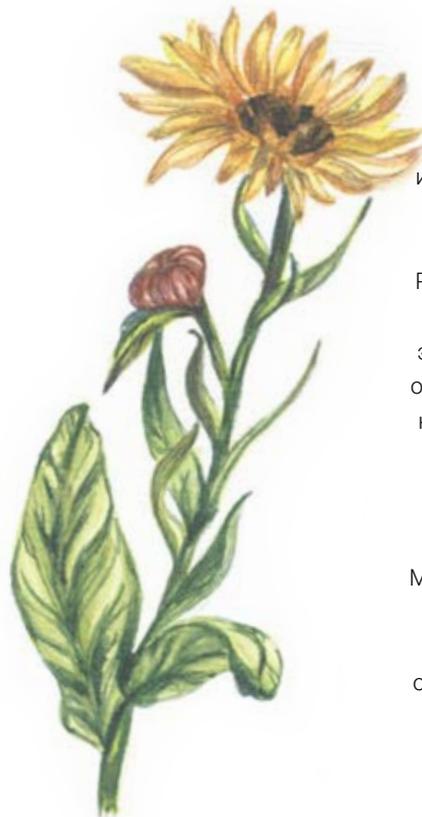
Это самый распространенный съедобный цветок в мире. Сладкие лепестки с нотками мяты, фруктов и ягод. Из цветков розы варят варенье, сиропы, джемы, готовят чай, мороженое, а также их добавляют в десерты и даже основные блюда преимущественно восточных кухонь. Лепестки роз можно встретить в ряде смеси пряностей

ЛИПА

Семена и нежные молодые листья липы полезны, вкусны и издревле находили применение в питании. Семена липы очень питательны и их употребляют так же, как и орехи лещины, грецкие орехи. Из них получают масло, по качеству близкое к оливковому, а по вкусу – к миндальному. Свежие листья используют для приготовления салатов, а высушенные измельчают в порошок, добавляют в заправки, соусы, тесто для витаминизации. Молодые листья липы жарят в кляре, заворачивают в них овощи, рис с пряными травами, квасят для добавки к различным блюдам.

ШНИТТ-ЛУК

Вкус у цветов шнитт-лука очень мягкий и нежный, намного более деликатный, чем у стрелок лука. Использовать цветы лука можно для украшения закусок, добавлять в салаты, на брускетты, посыпать ими любые готовые блюда, будь то яичница или запеченный картофель.





EMCOOK
seasoning

NO.1. UNIQUE FLOWERS.
СУШЕНЫЕ СЪЕДОБНЫЕ ЦВЕТЫ ДЛЯ СЕРВИРОВКИ

Твоя баночка высушенных лепестков - это энергия солнца, это напоминание о лете, это возможность выделиться при создании уникальных блюд: от мяса до десерта, от ланча до позднего ужина...

Идея собирать "цветочные букеты" пришла неслучайно. Это было скорее необходимостью, чем просто развлечением. Необходимостью делать еду красивее, ярче, ароматнее и полезнее! И так, терпеливо дождавшись сезона цветения каждого из 9 видов съедобных цветов, мы отправились в поля вдали от городской пыли и суеты. В ручную мы собирали каждое соцветие, бутон, лепесток, а затем сушили естественным путём, исключая попадание прямых солнечных лучей. Это позволило нам сохранить все яркие краски лета в твоей баночке лепестков.