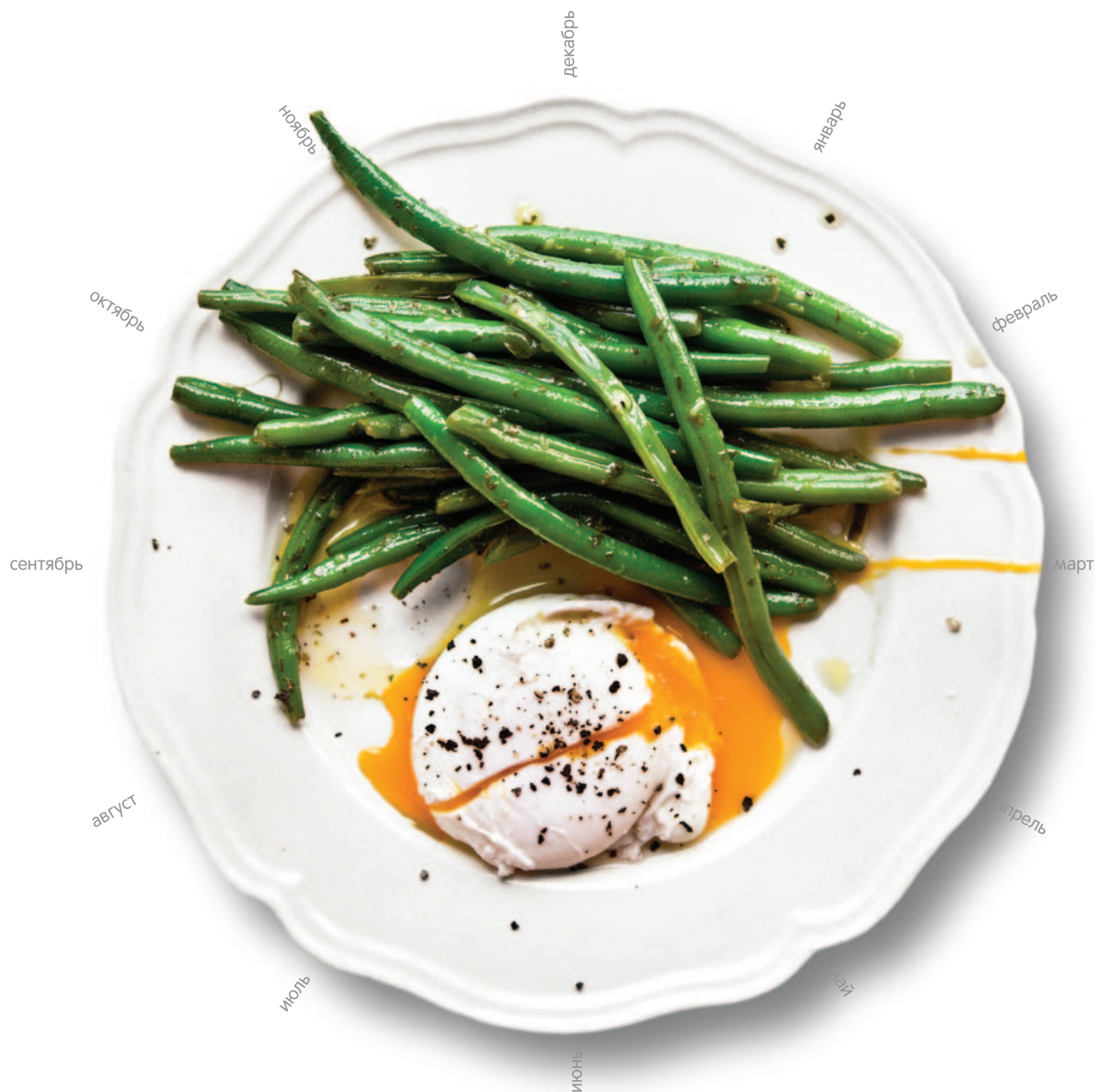


Автор проекта TALERKA.RU

АНДРЕЙ АЗАРОВ



Как научиться готовить

Традиционные рецепты на каждый день (+ видео)

[Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФа](#)



Андрей Азаров, автор проекта

TALERKA.RU

Как научиться готовить

Традиционные рецепты на каждый день (+ видео)



издательство

МАНН, ИВАНОВ И ФЕРБЕР

Москва
2014

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

От автора

Эта книга не учебник по кулинарии, а я не профессиональный повар. Но она поможет вам научиться получать удовольствие на кухне, вдохновляясь результатом на тарелке и восторгом родных. Страницы этой книги не пронумерованы, вместо этого я использую даты и месяцы, соответствующие сезону приготовления каждого рецепта. По сути, вы держите в руках книгу с классическими рецептами на каждый день года.

Особенность этой коллекции рецептов в том, что они подобраны в соответствии с сезонностью продуктов, характерных для Европейской части России и Восточной Европы. Это значит, что зимой вам не придется ломать голову, где найти свежие помидоры хорошего качества или свекольную ботву. Например, мясную солянку я предлагаю готовить зимой, 1 января. Почему? Потому что после новогоднего застолья, когда остается много разных продуктов, этот суп гораздо проще собрать, чем если готовить его в будни и в другое время года. А вот осетинский пирог со свекольной ботвой (цахараджын) мы будем готовить тогда же, когда эта ботва растет — в июне. В этом же месяце я расскажу, как готовить настоящий белорусско-литовский холодник, где нужны листья молодой свеклы. Это принцип, по которому рецепты стоят в книге, и главное отличие этой кулинарной коллекции от других.

Решать же, что и когда готовить, конечно, вы будете сами. Если вам не важна сезонность, любой рецепт можно найти по его названию, принадлежности к стране или категории блюда в конце книги.

Я старался думать, как рачительная хозяйка, когда подбирал рецепты для каждого сезона, месяца, основных праздников и выходных. Продукты, купленные на неделю вперед, плавно «перетекают» из рецепта в рецепт. Скажем, говяжья вырезка — купите ее целиком и готовьте каждый день новые блюда: биф веллингтон, филе миньон, бефстроганов, карпаччо, стейк тартар.

И самое главное: каждый рецепт в книге имеет свой QR-код, сосканировав который при помощи приложения в планшете или смартфоне, вы автоматически загрузите страницу с сайта с этим рецептом, где сможете увидеть пошаговую видеоинструкцию приготовления.

Так случилось, что я, как многие творческие люди, плохо воспринимаю написанный текст, мне как художнику проще понимать чужие и описывать свои действия образно, с помощью картинок.

Но в книге нет пошаговых фотографий, хотя это казалось бы логичным. Я «перепрыгнул» через этот этап и сразу стал снимать видеорецепты. Ссылок на них в этой книге 365, ровно по одному рецепту на день.

Там же, на сайте, вы всегда можете задать вопрос или лично мне, или другим читателям, которые уже оставили свои комментарии к рецепту.

Осознанно готовить на кухне — и думать прежде, чем купить продукты, — я начал в 2006 году, тогда же создал свой кулинарный блог talerka.ru. Утверждение, что каждый может фантазировать на кухне, ложно. Как и многие тысячи любителей, разочарованных своими результатами, я обманывался, думая иначе. Хирург, прежде чем сделать первый надрез, оперируя больного, учится долгие годы. Парикмахер, футболист, музыкант сначала постигают основы и только потом начинают экспериментировать.

Мне понадобилось 8 лет на сбор, анализ информации и практику на кухне, и все эти годы я учился понимать суть того, что делаю. И до сих пор учусь: читаю книги, смотрю видео, общаюсь в кулинарных сообществах с такими же любителями, как и я. Теперь я знаю, почему настоящие драники жарят именно на свином жиру и в них не добавляют муку, а паэлью готовят только с определенным сортом риса, с шафраном и на открытом огне. С годами я стал робко импровизировать, добавляя в традиционный рецепт всего один нетрадиционный продукт (например: гречка и авокадо, прекрасное сочетание), но подобных вольностей в этой книге нет. В ней вы найдете только традиционные рецепты, проверенные временем и мной.

Андрей Азаров



Французская кухня

Раковый биск (Crawfish Bisque)

На 2 порции

Панцири и головы от 1 кг раков, горсть очищенных раковых шеек, 2–4 луковицы шалота, 2–3 зубчика чеснока, 1 морковь, 3 см имбиря, ½ ст. сухого белого вина, 4–5 ст. л. крем-фреша (или сливок 33%), пара веточек и горсть листьев базилика, 3 ст. л. оливкового масла, сливочное масло, щепотка молотого сушеного чили, щепотка листьев тархуна, белый перец, соль

Обжарить чеснок в масле на слабом огне, всыпать головы и панцири ранее отваренных раков, добавить нарезанные лук и морковь, обжарить на среднем огне до мягкости лука. Добавить кусочек масла, влить вино, выпарить пару минут, влить столько воды, чтобы она едва покрывала содержимое кастрюли, довести до кипения, добавить веточки базилика и нарезанный имбирь, готовить на среднем огне 20 минут. Все процедить, снова вернуть бульон в кастрюлю, добавить листики тархуна, размолотый в ступке острый перчик с солью, белый перец, часть крем-фреша, слегка взбить блендером, прогреть, процедить. Тем временем шейки быстро обжарить в сливочном масле. Разложить по тарелкам, залить супом, добавить по ложке крем-фреша, украсить листиками базилика. Сразу подавать биск с крутонами.



ВЫВОД НА ЭКРАН



Греческая кухня

Клефтико

(Lamb Kleftiko, Κλέφτικο)

Голяшки надрезать поперек через 1–2 см. Приготовить маринад, втереть его в мясо. На лист фольги выложить лист бумаги для выпечки, затем нарезанный кольцами лук, выложить сверху голяшки, затем ломтики помидоров, завернуть в бумагу, затем в фольгу. Жарить в духовке или на гриле под крышкой при 250 °C в течение 10 минут, затем при 130 °C еще 1,5 часа. Подавать с лимоном и зеленью или соусом цацики.

На 3–6 порций

6 бараньих голяшек, лук, помидоры. Для маринада: 6 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. винного уксуса, 1 ч. л. меда, 2 ч. л. сушеного орегано, ½ ч. л. раздавленных ножом зерен зиры, черный перец, соль





Греческая кухня

Долма (Dolmades, Dolmadakia, Ντολμάς)

На 1–2 порции

400 г баранины (лопатка), 2 горсти отваренного до полуготовности риса (арборио), маринованные виноградные листья, 1–2 луковицы, ½ ст. бараньего бульона, сок ½ лимона, 1 ч. л. сушеной мяты, щепотка зиры, соль

Баранину нарезать ломтиками, затем мелко нарубить ножом, добавить мелко рубленный лук, рис, растертую в ступке с крупной солью зиру, сушеную мяту, влить лимонный сок, хорошо вымесить фарш. Листья обдать кипятком, затем холодной водой, обсушить. Выкладывать начинку на листья, сворачивать их пятигранными конвертиками. Выложить долму на смазанные маслом ярусы пароварки, облить горячим бульоном, готовить на пару 45 минут. Подавать, полив маслом, или с чесночным соусом (цацики).



ВЫВОД НА ЭКРАН



Греческая кухня

Цацики (Τζατζίκι, Tzatziki, Cacik)

Огурцы очистить от кожуры, натереть на терке, пересыпать солью. Перемешать и переложить в дуршлаг, чтобы стек лишний сок, через 15 минут отжать.

К огурцам добавить чесночное пюре, йогурт (если нет греческого, отвесить от жидкости за ночь обычный не ароматизированный), влить масло, посолить, поперчить, добавить мяту, перемешать. Подавать как соус к мясу и рыбе.

На 4–6 порций

300 г греческого йогурта,
3–4 огурца, 6 ст. л. оливкового
масла, 1 зубчик чеснока, щепотка
сушеной мяты, черный перец, соль





Греческая кухня

Греческий салат (Χωριάτικη σαλάτα, Greek Salad)

На 1–2 порции

1–3 помидора, 1–2 огурца,
1 зеленый сладкий перец, ½ красной
луковицы, 150 г сыра фета одним
куском, ½ ст. маринованных
в масле маслин, ½ ст. оливкового
масла, 2 ст. л. винного уксуса,
щепотка сушеного греческого
орегано, черный перец, соль

Огурец очистить от кожуры, нарезать поперек ломтиками толщиной 1 см. Перец нарезать тонкими полукольцами, помидоры — четвертинками. Разложить по тарелкам огурцы, помидоры, перец, лук, сбрызнуть уксусом, посолить, поперчить. Добавить оливки, сверху выложить сыр, присыпать его орегано, полить маслом. Подавать сразу.



ВЫВОД НА ЭКРАН

[Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФа](#)



Болгарская кухня

Шопский салат (Шопска салата, Šopský salát)

Перцы запечь в духовке при 200 °С в течение 10 минут (или поддержать над открытым огнем), пока кожица не почернеет, положить в полиэтиленовый пакет на 15 минут. Огурец очистить от кожуры, разрезать вдоль, затем нарезать поперек толстыми ломтиками. Помидоры очистить от плодоножек, разрезать на 8 частей. Лук очистить, нарезать тонкими полукольцами. Сделать салатную заправку: взбить оливковое масло с уксусом, солью и перцем. Запеченный перец очистить от кожицы, плодоножки и семян, нарезать полосками. Все овощи смешать, разложить по тарелкам, добавить оливки, полить салатной заправкой, посыпать рубленой зеленью и тертой брынзой. Сразу подавать.

На 4 порции

4 помидора, 1 огурец, 3 красных и 1 желтый сладкий перец, 1 красная луковица, 150 г брынзы, зелень петрушки или укропа, горсть оливок. Для заправки: 4 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. светлого винного уксуса, черный перец, соль





Кухня США

Коулсло (Coleslaw, Koolsla)

На 3–4 порции

По ¼ кочана красной и белокочанной капусты, 1 небольшая морковь, 1 сладкое яблоко (или корень сельдерея такого же объема), ½ ст. майонеза, 1 ст. л. белого винного уксуса (или яблочного, лимонного сока), ½ ч. л. порошка горчицы, по 1 ч. л. соли и сахара

Четвертинки кочанов капусты разрезать вдоль пополам, нарезать тонкой соломкой в 2–4 мм, удаляя толстые листья. Морковь нарезать такой же соломкой, яблоко — соломкой потолще. Капусту посолить, добавить сахар, морковь, яблоко, влить уксус, перемешать, но не мять. В майонез добавить горчичный порошок, перемешать. Заправить горчичным майонезом салат, перемешать, выдержать в холодильнике 30 минут. Подавать.



ВИДЕОРЕЦЕПТ ЗДЕСЬ



Кухня США

Свинные ребрышки на гриле с китайским соусом барбекю

(Baby Back Ribs with Chinese Barbecue Sauce)

Смешать масло, лимонный сок, соевый соус, черный перец, кориандр и сушеный чили. Натереть этим маринадом ребрышки, сложить вместе в пакет или завернуть в пищевую пленку, оставить мариноваться на ночь. Сварить глазурь: довести до слабого кипения смесь сока, цедры, меда, уксуса, чесночного пюре, сахара и китайской смеси. Проварить, помешивая, при слабом кипении 15 минут, процедить, добавить тамаиндовую пасту, загустить крахмалом, вливая тонкой струйкой и помешивая 2 ст. л. смеси крахмала с водой (в пропорции 1:3). Проварить пару минут, до загустения, посолить, поперчить. Ребрышки выложить на решетку гриля, жарить 10–15 минут, 2 раза перевернув. Смазать с помощью кисточки со всех сторон глазурью, готовить еще 20–30 минут, переворачивая и смазывая время от времени. Ребра нарезать поперек, подавать с салатом, сельдереем и пивом.

На 2–4 порции

1 кг неразрезанных свинных ребрышек, цедра 1 апельсина, $\frac{2}{3}$ ст. апельсинового и 1 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. меда, 1 ст. л. тамаиндовой пасты, 3 ст. л. темного рисового уксуса, 3 ст. л. светлого соевого соуса, 1 ст. л. кунжутного масла, 1 ч. л. коричневого сахара, 1 ст. л. кукурузного крахмала, 2 сушеных острых перчика, 1 ч. л. китайской смеси «5 специй», 1 ч. л. семян кориандра, 2 зубчика чеснока, черный перец, соль





Кухня США

Кукуруза на гриле с маслом и голубым сыром (Butter Corn)

На 4 порции

8 початков кукурузы,
100 г сливочного масла,
60 г горгонзолы или другого сыра
с голубой плесенью, зелень
петрушки, соль

Размягченное масло размять с сыром, выложить ровным слоем на лист бумаги для выпечки, заморозить. Кукурузу обжарить при максимальной температуре на гриле под крышкой, выложить на подогретые тарелки, посыпать наструганным маслом с сыром, мелко рубленной зеленью петрушки, крупной солью. Подавать сразу.



ВИДЕОРЕЦЕПТ ЗДЕСЬ



Кухня США

Чадер с кукурузой и беконом

(Bacon Chili Corn Chauder)

Перцы наломать, очистить от семян, прогреть в сухой сковороде, залить $\frac{1}{4}$ ст. кипятка, дать настояться полчаса. Тем временем из бекона вытопить жир на слабом огне, обжарить бекон до состояния хрустящего чипса, выложить на бумажное полотенце. Перец вместе с отваром, горстью зерен кукурузы и двумя половниками бульона взбить блендером до однородности. В том же казанке, в котором жарился бекон, с ложкой жира от бекона обжарить до мягкости мелко рубленый лук, всыпать муку, обжарить в течение минуты, влить перечную смесь, добавить тимьян, довести до кипения. Добавить нарезанный средними кубиками картофель, оставшиеся зерна кукурузы, влить оставшийся бульон, довести до кипения, готовить на среднем огне 20 минут (для большей густоты можно размять часть картошки). Удалить тимьян, влить сливки, всыпать половину нарезанного бекона, прогреть. Снять суп с огня, посолить, дать постоять под крышкой 10 минут. Подавать, посыпав оставшимися крошками бекона и сбрызнув соком лайма.

На 3–4 порции

5 ломтиков бекона, 3 початка свежей кукурузы или столько же замороженной, 0,5 л куриного бульона, 200 мл жирных сливок, 1 картофелина, 1 луковица, 1 ст. л. кукурузной муки, 1 ст. л. свиного жира, 2 сушеных перца чили анчо, $\frac{1}{2}$ лайма (по желанию), веточка тимьяна, соль





Болгарская кухня

Запеченная брынза (Сирене в пергамент)

На 1–2 порции

250 г болгарской брынзы, щепотка подкопченной сладкой паприки, 2–4 ст. л. оливкового масла, щепотка сушеного майорана

Брынзу замочить в молоке, если она слишком соленая. Обсушить, смазать оливковым маслом со всех сторон, выложить на бумагу для запекания, присыпать паприкой и майораном. Бумагу завернуть пакетом со всех сторон, запекать брынзу в духовке 5 минут при 300 °С. Развернуть, подавать сразу, со свежим хлебом и овощами.



ВЫВОДИТСЯ ЗДЕСЬ



Молдавская кухня

Плачинда

(Плэчинтэ, Plăcintă cu brânză de vaci și verdeață)

В просеянную муку, смешанную с содой, влить смесь растопленного сливочного масла, сыворотки, соли и сахара. Вымешивать тесто, подсыпая муку, пока оно не перестанет липнуть к рукам, завернуть в пищевую пленку, оставить на 30 минут. Тем временем приготовить начинку: в размятую брынзу вбить яйцо, добавить мелко рубленную зелень, посолить, перемешать.

Или очищенную тыкву натереть на крупной терке, смешать с сахаром.

Тесто разрезать на 6–8 частей (80–90 г каждая), раскатать очень тонкие пласты.

Выложить 1–2 ст. л. (40–45 г) начинки в центр, распределить по тесту, оставляя 5 см от края. Закрывать начинку внахлест, смазывая места стыков водой.

Жарить лепешки на средне-сильном огне в разогретом масле, выкладывая защипами вниз, до подрумянивания. Перевернуть и жарить вторую сторону до такого же румяного состояния. Сразу подавать.

На 6–8 штук

Для начинки: 130 г брынзы, 1 яйцо, 2 вареных яйца, по небольшому пучку зеленого лука и укропа.

Или 300 г тыквы, 2–3 ст. л. сахара, щепотка соли. Для теста:

1–1½ ст. муки, ⅓ ст. сыворотки,

2 ст. л. растопленного сливочного масла, по ½ ч. л. соли, сахара

и пищевой соды. Для жаренья:

½ ст. растительного масла





Испанская кухня

Эскабече (Escabeche)

На 2–4 порции

2 филе трески (по 400 г), 2 моркови,
1 луковица, 4–5 зубчиков чеснока,
1 острый перчик, 100 мл оливкового
масла, ½ ст. уксуса яблочного
или из сидра, лавровый лист,
черный и душистый перец
горошком, 3 бутона гвоздики,
1 ст. л. зерен белой горчицы, мука,
1 ст. л. сахара, соль

Рыбу разморозить за ночь на полке в холодильнике. Морковь очистить, нарезать тонкими ломтиками наискосок, затем соломкой. Очищенный лук нарезать полукольцами или тонкими сегментами. Нарезанный тонкими ломтиками чеснок выложить в холодное масло, медленно обжарить на слабом огне до золотистого цвета, вынуть и отложить. Морковь с луком обжарить в том же масле на среднем огне до мягкости лука, добавить пряности и перчик, спустя минуту всыпать сахар, посолить, влить уксус, чуть выпарить его. Влить 1–2 ст. воды, вернуть на сковороду чеснок, довести маринад до кипения, затем дать ему остыть. Рыбу очистить, промыть, обсушить бумажными полотенцами, разрезать на куски по количеству порций, посолить, обжарить в масле на средне-сильном огне до золотистого цвета. Сложить в подходящую посуду, залить маринадом так, чтобы покрыть всю, дать настояться пару дней. Подавать как закуску.



ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННЫЕ



Французская кухня

Авейронский эстофинад (L'Estofinade Aveyronnaise)

Рыбу разморозить за ночь в холодильнике (если треска сушеная соленая, то вымачивать ее 3 дня, меняя воду, а перед приготовлением отжать). Залить рыбу холодной водой, довести до кипения, снять пену, добавить лавровый лист и тимьян, готовить на малом огне 5–10 минут. Кожу снять, рыбу разобрать на хлопья. Картофель нарезать ломтиками толщиной 5 мм, прогреть с маслом грецкого ореха в сковороде на среднем огне, добавить сырые и нарезанные вареные яйца, рыбу, размять все вилкой, перемешать. Добавить сливочное масло кусочками и вмешать его в рыбную массу, всыпать мелко рубленную петрушку и чесночное пюре, посолить, поперчить, перемешать. Подавать как намазку к тостам.

На 2–3 порции

500 г свежей или сушеной соленой трески с кожей, 2–3 вареные картофелины, по 3 вареных и сырых яйца, 1–2 зубчика чеснока, пучок зелени петрушки, 4–5 ст. л. масла грецкого ореха, 50 г сливочного масла, веточка тимьяна, лавровый лист, черный перец, соль





Итальянская кухня

Баклажаны по-пармски (Melanzane alla Parmigiana)

На 4 порции

2 баклажана, 1 ст. томатного соуса-основы, 2 шарика моцареллы, 3 горсти тертого пармезана, 1 яйцо, ½ ст. муки, 4–6 ст. л. растительного масла

Баклажаны нарезать вдоль ломтиками толщиной 5–7 мм, выложить слоями на тарелку, пересыпая крупной солью, дать соли вытянуть лишнюю влагу в течение часа. Баклажаны обсушить бумажным полотенцем, обвалять в муке, затем окунуть во взбитое яйцо, слегка обжарить в масле с двух сторон, выложить на бумажное полотенце. В форму для запекания выложить слоями по 2 ст. л. томатного соуса, по 2 ломтика баклажана, ⅓ нарезанной ломтиками моцареллы, присыпать ее ⅓ пармезана (всего должно получиться 3 слоя). Запекать в духовке при 180 °С в течение 20 минут. Разрезать на порции, сбрызнуть маслом, посыпать листиками базилика, подавать.



ВИДЕОРЕЦЕПТ ЗДЕСЬ

[Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФа](#)



Итальянская кухня

Маринованный кролик на гриле

(Coniglio marinato alla griglia)

Деревянные шампуры замочить на час. Кролика разделать, замариновать на ночь или минимум на час в смеси оливкового масла, вина, соли, перца, горчицы и пряных трав. Куски кролика обсушить бумажными полотенцами, брюшину, вырезку и почки переложить беконом, закрепить шампурами. Готовить на гриле под крышкой при максимальной температуре. Все выложить на решетку гриля в следующем порядке (переворачивая и смазывая маринадом уже выложенные куски): ножки и лопатки, через 3 минуты — кусочки брюшины, еще через 3 — вырезку, еще через 3 — почки. Спустя пару минут подавать с овощами, зеленью и вином.

На 2–4 порции

½ кролика (передняя и задняя лапы, брюшина, вырезка, почки), 4–6 ломтиков панчетты или бекона, 0,5 ст. сухого красного вина, 70 мл оливкового масла, по паре веточек тимьяна и розмарина, 2–3 зубчика чеснока, 1 ч. л. зерен горчицы, черный перец, соль





Итальянская кухня

Паппарделле с соусом из зайца

(Pappardelle al sugo di lepre)

На 3–4 порции

1 заяц с потрохами (в крайнем случае кролик), по 1 моркови и луковице, стебель сельдерея, $\frac{2}{3}$ ст. сухого красного вина (в оригинале крови зайца), 1 ст. л. томатной пасты, 4 ст. л. оливкового масла, 3–4 порции свежих паппарделле, пара веточек петрушки и тимьяна, тертый пармезан, черный перец, соль

Зайца разрубить на куски, с костей срезать мякоть, нарезать кусочками, отложить. Морковь и лук очистить, вместе с сельдереем нарезать мелкими кубиками. Кости и потроха, кроме печени, обжарить с 2 ст. л. масла на сильном огне в толстостенной кастрюле, вынуть и отложить. На том же масле обжарить овощи, через 3–5 минут влить вино, выпарить, вмешать томатную пасту, вернуть кости и потроха, влить 1 л воды, довести до кипения, затем тушить 1 час. Бульон процедить и уварить до половины первоначального объема. Печень зайца нарезать кусочками, с половником соуса пюрировать блендером, влить в основной соус. В оставшемся масле обжарить на сильном огне мясо зайца, переложить в соус. В сковороду влить половник соуса, соскоблить прижарки со дна, перелить все в основной соус. Всыпать рубленую зелень, посолить, поперчить, тушить еще час. Отварить паппарделле в подсоленном кипятке 2–3 минуты, разложить по тарелкам, сверху выложить рагу. Подавать с тертым сыром.



ВЫВОД НА ЭКРАН



Почитать описание и заказать
в МИФе

Смотреть книгу

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

Взрослые книги:



Проза:



Детские книги:

