

НАСТЯ ВЭРАЙЕТИ

Сначала завтрак!

РЕЦЕПТЫ,
КОТОРЫЕ ВЫ
ПОЛЮБИТЕ







Настя Вэрайети

РЕЦЕПТЫ,
КОТОРЫЕ ВЫ
ПОЛЮБИТЕ

Сначала завтрак!

хлеб*соль®

Москва
2022

Telegram-канал @sliv_ot_blogerov_2

СОДЕРЖАНИЕ

11

От автора

13

Глазированные сырники
с черникой

15

Шоколадные сырники

17

Рикотники

19

Рисовые сырники со шпинатом

21

Венский сырник

23

Львовский сырник

25

Лимонная запеканка

27

Лимонный пудинг

29

Кокосовая запеканка с голубой матчей

31

Шоколадная запеканка

33

Ванильная запеканка-пудинг

35

Вишневая запеканка

37

Сочники

41

Творожные пончики

43

Ленивые вареники. Они же «нямлики»

44

Вареники с сыром и грибами

47

Шакшука

49

Молочный омлет

51

Булочки с яйцом пашот, беконом и авокадо

52

Булочки «Бухтельн» – пушистые булочки с ванильным соусом

55

Цельнозерновые булочки

57

Круассаны

61

Хлеб с орехами, семечками и медом

63

Белый хлеб с томатами

65

Фокачча с пармезаном

67

Сэндвич «Крок-мадам»

71

Французские тосты

73

Киш с креветками и шпинатом

75

Ленивые хачапури

79

Лепешки с зеленью и сулугуни

81

Легкий сыр

83

Рисовая каша с клубникой

85

Сливочно-тыквенная каша

87

Кокосовая каша

89

Творожные вафли

91

Вафли с сыром и песто

93

Хашбраун с сыром

95

Кабачковые оладьи

97

Авокадо-оладьи

99

Шоколадные оладьи

101

Полезные панкейки

103

Марокканские блины

105

Кружевные блины

107

Блины «Креп Сюзетт»

109

Домашняя гранола

111

Творожные кольца

113

Кесадилья

115

Тарт «Инжир-горгонзола»

117

Тосты с камамбером и клюквой

119

Кекс в кружке

121

Обоженный чизкейк

123

Заключение

124

Указатель



Привет!

Меня зовут Настя Вэрайети, и я очень люблю готовить.

Но еще больше я люблю завтраки.

Они могут быть разными – дома или в уютном кафе.

Одно я знаю точно: завтрак, который приготовлен своими руками, в тепле собственного дома, для себя или для близких, имеет ни с чем не сравнимый вкус.

Завтрак начинается наш день.

Давайте начнем его вместе?



ОТ АВТОРА

Для начала я помогу вам выбрать завтрак на сегодня.
Подумайте: хотите вы что-то быстрое или более изысканное?
Сладкое или, может, пряное? А может, и вовсе соленое?

В этой книге я собрала рецепты, подходящие любому формату
завтрака: быстрые в приготовлении и требующие чуть больше
времени.

И те и другие непременно станут вашими любимчиками в будни,
выходные и праздники.

Уже проснулись?
Тогда просто переверните страницу и найдите свое настроение.

Пусть будет вкусно!





ГЛАЗИРОВАННЫЕ СЫРКИ С ЧЕРНИКОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

Творожная масса:

500 г творога 9%

110 г сливочного масла 82,5%

120 г сахара

Начинка:

150 г замороженной черники

3 ст. л. сахара

1½ ст. л. кукурузного крахмала

Глазурь:

200 г шоколада (я беру 100 г молочного и 100 г темного) + 1 ст. л. растительного масла без запаха

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Мягкое масло комнатной температуры взбить до пышной светлой массы. Добавить сахар и взбивать в течение 4–5 минут до белой массы и увеличения в объеме. Творог протереть через сито в общую массу и взбить вместе до однородности.
2. Для начинки в сотейнике довести до кипения чернику. Добавить сахар и крахмал и варить на среднем огне 4–5 минут, постоянно помешивая. Полностью остудить.
3. Для глазури растопить шоколад, добавить масло и перемешать.
4. С помощью силиконовой кисти или чайной ложки нанести слой глазури в углубления формы и убрать на 20 минут в морозильную камеру.
5. Затем наполнить творожной массой на $\frac{2}{3}$, чайной ложкой сделав углубления для начинки. Выложить начинку, затем – остатки творожной массы. Убрать на 15 минут в морозильную камеру, после чего распределить сверху остатки глазури.
6. Убрать на 30 минут в морозильную камеру и затем – в холодильник на 2–3 часа. Сварить кофе и наслаждаться завтраком. Как хорошо!

Сырки можно делать в силиконовой форме или лепить руками: вкус от этого не меняется.



ШОКОЛАДНЫЕ СЫРНИКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

380 г творога 9%

2 яичных желтка С1

5 ст. л. сахара

Щепотка ванильного сахара

2 ст. л. рисовой муки

2 ст. л. несладкого какао-порошка
(идеально подойдет алкализованное)

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Творог протереть через сито в глубокую емкость. Влить желтки, перемешать вилкой. Добавить сахар и ванильный сахар, перемешать. Всыпать муку и какао-порошок и перемешать до однородности.
2. На среднем огне разогреть сковороду. Духовку разогреть до 180 °С.
3. Сформировать из теста шайбочки на припыленной мукой поверхности.
4. Обжарить сырники с двух сторон до золотистой корочки.
5. Переложить сырники на противень, застеленный пергаментом, и запекать 5–7 минут. Готово!



РИКОТНИКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

200 г творога 9%

250 г рикотты

1 яичный желток С1

3 ст. л. сахара

4 ст. л. пшеничной муки + еще немного для формирования сырников

50 г темного изюма

Растительное масло для жарки

Сахарная пудра для подачи

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Изюм обдать кипятком или замочить в кипятке, если он твердый.
2. Творог протереть через сито в глубокую емкость. Добавить рикотту, смешать вилкой. Ввести сахар и желток, объединить.
3. Всыпать муку, перемешать силиконовой лопаткой и в конце подмешать изюм.
4. Из полученной массы скатать шарики, обвалять в небольшом количестве муки и сформировать сырники.
5. Обжарить с двух сторон в сковороде на небольшом количестве растительного масла до золотистой корочки. Убавить огонь до минимального и готовить под крышкой еще 5 минут.
6. Непременно посыпать сахарной пудрой!



РИСОВЫЕ СЫРНИКИ СО ШПИНАТОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ

150 г риса	75 г натертого твердого или полутвердого сыра
15 г сливочного масла 82,5% (можно заменить растительным)	50 г свежего шпината
1 ч. л. соли	85 г пшеничной муки
1 ч. л. уцхо-сунели	Растительное масло для жарки
Молотый черный перец	Сметана и соленый арахис для подачи

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Рис отварить, добавить масло, аккуратно перемешать.
2. Шпинат вымыть, просушить на бумажном полотенце и обжарить в сковороде на небольшом количестве растительного масла.
3. К рису добавить соль, перец, уцхо-сунели, сыр, все перемешать. Ввести шпинат и муку. Измельчить в блендере (я делаю это в несколько заходов, не всю массу сразу). Массу перемешать руками.
4. Сковороду (ту же, в которой обжаривали шпинат) разогреть с небольшим количеством растительного масла на среднем огне.
5. Мокрыми руками сформировать сырники и обжарить с двух сторон под крышкой до золотистой корочки.
6. Подавать со сметаной и соленым арахисом. Есть теплыми.

На заметку

Если хочется получить на выходе именно сырники, то рис нужно заменить на 380 г творога, убрать сливочное масло, сыр и уцхо-сунели, добавить 2 яичных желтка С1, а муки взять 2 столовые ложки.



ВЕНСКИЙ СЫРНИК

ИНГРЕДИЕНТЫ

На форму Ø 16–18 см

600 г творога 9%

60 г сливочного масла 82,5%

120 г сахара

8 г ванильного сахара

3 яйца С1

15 г кукурузного крахмала

Цедра ½ лимона

Крем:

150 г сметаны 20%

80 г сахарной пудры

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Творог протереть через сито в глубокую емкость.
2. Сахар и ванильный сахар смешать с мягким сливочным маслом комнатной температуры и взбить до пышной светлой массы. Добавить яйца, взбить.
3. Подмешать к массе творог и кукурузный крахмал. Взбить до однородности. В конце взбивания добавить цедру.
4. Духовку разогреть до 155 °С.
5. Форму смазать небольшим количеством сливочного масла, выложить в нее массу и выпекать 60 минут. Остудить в форме при комнатной температуре, после чего убрать на 3–4 часа в холодильник.
6. Взбить сметану с сахарной пудрой и полить остывший сырник.

Если вы хотите сделать более плотный крем, сметану нужно предварительно отвесить.



ЛЬВОВСКИЙ СЫРНИК

ИНГРЕДИЕНТЫ

600 г творога 9%

2 яйца СО

90 г сметаны 20%

50 г сливочного масла 82,5%

130 г сахара

33 г манной крупы

¼ ч. л. соли

½ ч. л. ванильного сахара

60 г изюма (можно взять 30 г изюма и 30 г кураги/чернослива)

Цедра ½ лимона

Глазурь:

90 г молочного шоколада

70 г темного шоколада (можно взять

160 г только молочного шоколада)

1 ст. л. растительного масла

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Изюм замочить в кипятке, после чего промыть и откинуть на дуршлаг.
2. Творог протереть через сито в глубокую емкость. Взбить с мягким и теплым сливочным маслом до однородности или пробить погружным блендером.
3. Добавить сахар, ванильный сахар и соль, взбить. Ввести яйца и сметану, взбить до однородности. Всыпать манку и перемешать миксером с насадкой для теста до однородности. Добавить цедру и изюм, перемешать и дать тесту постоять 10 минут.
4. В это время разогреть духовку до 160 °С.
5. Форму смазать небольшим количеством сливочного масла, выложить тесто, разровнять верх лопаткой и выпекать 50 минут.
6. Выключить духовку и оставить сырник внутри на 10 минут. Сырник необходимо полностью остудить при комнатной температуре, после чего покрыть глазурью и убрать минимум на 6 часов в холодильник, а лучше на ночь.
7. Для глазури растопить шоколад, добавить масло и перемешать. Нежность!



ЛИМОННАЯ ЗАПЕКАНКА

ИНГРЕДИЕНТЫ

На форму Ø 16 см

500 г творога 9%

65 мл сливок 33%

2 яйца С1

Сок ½ лимона

Цедра 1 лимона

6 ст. л. сахара

4 ст. л. рисовой муки

1 ч. л. ванильного экстракта/сахара

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Духовку разогреть до 180 °С.
2. Творог, сахар, яйца, сливки, лимонный сок и цедру выложить в миску и пробить погружным блендером.
3. Силиконовой лопаткой вмешать муку, добавив в конце экстракт ванили.
4. Выложить в форму. Выпекать 45–50 минут, после чего оставить на 10 минут в выключенной духовке, а затем достать и полностью остудить.
5. Подавать лимонную запеканку только полностью остывшей и, как по мне, с пряным чаем.

Для меня, так уж повелось, запеканка ассоциируется именно с чаем и ни с чем другим.
Тем более лимонная.
Приятного!



Yes, fresh berries, shortcake
whipped cream can be good

The most famous strawberry shortcake is made with strawberries, cream, and sugar. It is a dessert that is both simple and elegant. The strawberries are typically fresh and in season. The cream is whipped and sweetened with sugar. The shortcake is a light, fluffy cake that is baked and then topped with the strawberries and cream. This dessert is perfect for a summer picnic or a special occasion.

THIS WEEK'S SWEETS INFORMATION

Deluxe Cheesecake

Sometimes brought this version of the dessert to The Times in Sept. 1963, quickly became one of the paper's requested recipes. It makes an excellent accompaniment for almost any type of cake and is free to play around with various fruits like vanilla and spices, like orange or crystallized ginger.

Uramaki's sushi burritos are over the top, very good way

Uramaki has evolved since its invention as a medium-sized cylindrical piece with two or more fillings, and was innovated as a result of the creation of the California roll, a method originally from other makimono because the rice is on the outside and the nori inside. The filling in the center surrounded by nori, a layer of rice and occasionally an outer layer of some other ingredients such as

Orleans,

was served in the United States in 1954. The name of this dish is a combination of St. Louis and Orleans.

The Anti-Pack Movement

Prevention: Waste prevention. Packaging should be reduced. Proper use of materials. Prevention of waste. Prevention of waste. Prevention of waste.

ЛИМОННЫЙ ПУДИНГ

ИНГРЕДИЕНТЫ

50 г сливочного масла 82,5%

2 яйца С1

100 г сахара

8 г ванильного сахара

50 г пшеничной муки + 1 ч. л.
разрыхлителя

265 мл молока 3–6%

Цедра 1 лимона

Сок ½ лимона

Сахарная пудра для украшения

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Белки отделить от желтков. В миске растереть мягкое масло с сахаром, ванильным сахаром и цедрой лимона. Добавить желтки, взбить. Ввести муку с разрыхлителем, перемешать, затем влить молоко и лимонный сок, перемешать.
2. Белки взбить до мягких пиков и силиконовой лопаткой подмешать к общей массе. Залить массу в керамические формы на $\frac{2}{3}$.
3. Духовку разогреть до 180 °С.
4. На противень постелить полотенце, поставить на него формы. Налить в противень кипяток до половины высоты форм. Важно, чтобы края полотенца тоже были в воде.
5. Выпекать 35–40 минут. Готовый пудинг посыпать сахарной пудрой.



КОКОСОВАЯ ЗАПЕКАНКА С ГОЛУБОЙ МАТЧЕЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

500 г творога 9%	4 ст. л. рисовой муки
2 яйца С1	1 ст. л. голубой матчи
60 мл кокосовых сливок	20 г кокосовой стружки
100 г эритрита или другого подсластителя/сахара	Сливочное масло для смазывания формы

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Все ингредиенты, кроме муки и матчи, выложить в миску и пробить блендером до однородности. Затем добавить муку с матчей и перемешать массу силиконовой лопаткой.
2. Выложить в смазанную сливочным маслом форму.
3. Выпекать в предварительно разогретой до 170 °С духовке 35 минут.
4. Полностью остудить в форме, после чего поставить в холодильник на 30–40 минут. Готово!



ШОКОЛАДНАЯ ЗАПЕКАНКА

ИНГРЕДИЕНТЫ

На форму Ø 16 см

600 г творога 9%

100 г сахара

2 яйца С1

80 мл сливок 33–35%

4 ст. л. рисовой муки

2 ст. л. какао-порошка

Щепотка ванильного сахара

Заливка:

200 г сметаны 20%

2 ст. л. сахара

2 ст. л. какао-порошка

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Творог протереть в глубокую емкость через сито. Это нужно, чтобы в запеканке не было комков. Добавить яйца комнатной температуры, размять вилкой до однородности. Влить сливки, перемешать. Добавить муку и сахар и перемешать.
2. Разделить массу на 2 равные части. В одну добавить ванильный сахар, в другую – какао-порошок.
3. Духовку разогреть до 180 °С.
4. Форму смазать небольшим количеством сливочного масла. Выложить тонкий слой шоколадной массы.
5. В центр выложить 1 столовую ложку ванильной массы. Затем выкладывать шоколадную и ванильную массу кругами, чередуя их.
6. Деревянной шпажкой или ножом от центра к краям формы провести «лучи», чтобы создать узор. Если хотите более четкие квадратики в разрезе, шаг со шпажкой можно пропустить. Если вы не располагаете временем на создание этого узора, можете просто выложить массы слоями: шоколадная, ванильная и так далее.
7. Выпекать 40 минут. Достать, залить смесью из сметаны, сахара и какао, убрать в духовку еще на 10 минут.
8. Полностью остудить в форме, затем убрать в холодильник минимум на час. Я готовлю с вечера и убираю на ночь.



ВАНИЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА-ПУДИНГ

ИНГРЕДИЕНТЫ

На форму Ø 16 см

400 г творога 9%

1 яйцо С1

4 ст. л. сахара

35 г ванильного сухого пудинга
Dr. Oetker

2 ст. л. сметаны 20%

Если хотите покрыть запеканку
кремом:

100 г творожного сыра

40 мл сливок 33–35%

35 г сахарной пудры со вкусом
ванили

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Творог протереть через сито в глубокую емкость. Добавить сахар, перемешать вилкой. Затем ввести яйцо и сметану, объединить. Всыпать сухой пудинг и снова перемешать.
2. Духовку разогреть до 170 °С.
3. Форму смазать небольшим количеством сливочного масла и выложить творожную массу. При необходимости разровнять верх массы лопаткой. Выпекать 45 минут.
4. Полностью остудить и убрать на час в холодильник. В это время сделать крем.
5. Взбить все ингредиенты миксером на максимальной скорости (~3 минуты). Украсить запеканку кремом и подавать.



ВИШНЕВАЯ ЗАПЕКАНКА

ИНГРЕДИЕНТЫ

500 г творога 9%
120 г белого шоколада
70 мл сливок 33%
2 яйца С1
9 г ванильного сахара
40 г рисовой муки

Вишневый слой:

300 г замороженной вишни
без косточек
100 г сахара
8 г порошкового желатина

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Творог, яйца, сахар и муку пробить блендером до однородной массы.
2. Сливки подогреть, но не кипятить, всыпать шоколад, подождать 30 секунд, а затем перемешать до однородности. Влить в творожную массу и пробить блендером.
3. Выпекать в кулинарном кольце или форме 50 минут при 180 °С, дать полностью остыть.
4. Слой вишни я специально сделала менее плотным. Для этого вишню нужно поместить в ситечко и держать на огне до размягчения.
5. 70 мл сока от вишни влить в стакан, всыпать желатин. Оставшуюся вишню с соком пробить блендером.
6. Когда желатин набухнет, положить его в ситечко, всыпать сахар и подогреть (не кипятить!) до объединения.
7. Влить вишневую массу и перемешать. Залить смесью запеканку и убрать в холодильник на ночь. Утром – есть, причмокивать и наслаждаться.



СОЧНИКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

Тесто:

105 г сахара
1 яйцо С1
100 г сливочного масла
240 г сметаны 20%
1/2 ч. л. пищевой соды
300 г пшеничной муки
Щепотка соли

Начинка:

125 г сахара
100 г сливочного масла 82,5%
400 г творога 9%

Дополнительно:

Мука для раскатки теста
1 яйцо С1 + 1 ст. л. молока для смазывания сочников
Сахарная пудра для посыпки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Добавить в сметану соду и перемешать.
2. В отдельной емкости взбить яйцо с сахаром до пышной светлой массы, после чего добавить масло комнатной температуры и взбить до белой массы. Ввести сметану с содой, взбить до однородности. Добавить муку с солью, перемешать миксером.
3. Тесто накрыть пищевой пленкой и убрать в холодильник. В это время приготовить начинку.
4. Взбить масло комнатной температуры с сахаром и творогом до однородной консистенции. Это займет примерно 4 минуты.

Продолжение рецепта на стр. 39



Продолжение рецепта «Сочники»

5. На присыпанной мукой поверхности раскатать тесто в пласт толщиной 3–5 мм, не меньше, иначе сочники потрескаются. На этом этапе рекомендую испечь пробную партию из двух сочников. Если трескаются, тесто нужно раскатать чуть толще.
6. Духовку разогреть до 190 °С.
7. Вырезать из теста круги диаметром 10 см кружкой или кулинарным кольцом. Выложить на одну половину круга 1 полную столовую ложку творожной массы с небольшой горкой, накрыть второй половиной теста.
8. Смазать сочники смесью из яйца и молока. Выпекать 20 минут. Посыпать сахарной пудрой. Вкусно!



ТВОРОЖНЫЕ ПОНЧИКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

300 г творога 9%

2 яйца С1

45 г сахара

¼ ч. л. соли

215 г пшеничной муки + немного
для формирования пончиков

1 ч. л. разрыхлителя

Растительное масло для жарки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Творог пропустить через сито, чтобы избежать комков в будущем тесте. Влить яйца, размять массу вилкой. Добавить сахар и соль, перемешать вилкой до однородности.
2. Всыпать муку с разрыхлителем и перемешать. Я делаю это миксером с помощью насадки для теста. Если любите кислинку, в конце замешивания добавьте в тесто 1 чайную ложку цедры лимона.
3. На припыленной мукой рабочей поверхности сформировать шарики весом 24–28 г, не больше.
4. В глубокой сковороде разогреть растительное масло. Налить такое количество масла, в котором шарики смогут плавать. Признак готовности масла: окуните в него деревянную шпажку и увидите, как вокруг нее расходятся маленькие пузырьки.
5. Обжаривать пончики до уверенной румяности, выкладывать на бумажные полотенца, чтобы убрать лишний жир. Если сомневаетесь в готовности, достаньте один пончик, дайте ему остыть в течение минуты и разломите/разрежьте: вы увидите, пропекся ли он.
6. Посыпать сахарной пудрой и подавать к завтраку. Чудесно ведь?

На заметку

Следите за тем, чтобы температура при жарке не была слишком высокой, иначе рискуете сжечь пончики снаружи, а внутри они останутся сырыми. Я готовлю на средней или чуть выше средней: в моем случае это 9 из 14. Если пончики долго простояли на столе и стали жесткими, их можно слегка разогреть в микроволновке.



ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ. ОНИ ЖЕ «НЯМЛИКИ»

ИНГРЕДИЕНТЫ

400 г творога 9%

1 яйцо С1

40 г сахара

75 г пшеничной муки

Щепотка соли

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Творог протереть через сито в глубокую емкость. Добавить сахар и соль, перемешать вилкой. Вбить яйцо, перемешать. В конце добавить муку и перемешать до однородности.
2. Разделить тесто на 2 части и скатать 2 шара. Из первого шара можно сделать одну партию вареников, а второй завернуть в пищевую пленку и убрать в холодильник.
3. На припыленной мукой поверхности шар из теста раскатать в колбаску. Нарезать ее на 11–14 вареников.
4. Варить в кипящей воде 3–4 минуты. Ориентир такой: вареники всплыли – держим еще минуту и достаем.

Мое любимое сочетание: вареники
и варенье из инжира.

ВАРЕНИКИ С СЫРОМ И ГРИБАМИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

Тесто:

260 г пшеничной муки
1 ч. л. соли
20 г растопленного сливочного масла 82,5 %
240 г греческого йогурта
1 яйцо СО

Начинка:

450 г картофеля
1 зубчик чеснока
250 г шампиньонов или вешенок
2 ч. л. сливочного масла 82,5 % комнатной температуры
60 г творожного сыра

150 г тертого полутвердого сыра
½ ч. л. копченой паприки
Щепотка кайенского перца
Щепотка сушеного тимьяна
Соль, молотый черный перец
Немного растительного масла

Соус:

4 ч. л. сливочного масла 82,5 %
1 головка репчатого лука
1 ст. л. свежих листьев тимьяна +
немного для украшения
Щепотка сахара
Соль и молотый черный перец

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Замесить тесто. В миске среднего размера смешать до однородности муку, соль, масло, йогурт и яйцо. Месить тесто 2–3 минуты миксером с насадкой для теста. Накрыть кухонным полотенцем и дать постоять 30 минут.
2. Сделать начинку. В большой кастрюле с холодной водой довести картофель до кипения. Посолить воду и варить, пока картофель не станет мягким, примерно 20–30 минут.
3. Грибы мелко нарезать и обжарить на растительном масле. Слить воду из кастрюли и вернуть ее на медленный огонь. Размять картофель, добавив сливочное масло, сыр, творожный сыр, грибы, тимьян и пропущенный через пресс чеснок. Добавить соль, перец и специи.
4. Тесто тонко раскатать на присыпанной мукой поверхности. Кружкой или кулинарным кольцом вырезать круги диаметром 8 см. Выложить 1–2 чайные ложки начинки в центр каждого круга. Смазать края водой и защипнуть вареники. Обязательно накрывайте тесто во время работы, чтобы оно не подсохло.



Рекомендую подавать с творожным сыром или сметаной.

На заметку

При желании вареники можно заморозить и хранить до трех месяцев, завернув их в пищевой пакет или пленку.

5. В большой кастрюле довести до кипения 1,5 литра подсоленной воды. Варить вареники партиями по 2–3 минуты, или пока они не всплывут.
6. Для соуса растопить 3 чайные ложки сливочного масла в большой сковороде. Добавить измельченный лук и тушить 5 минут, пока он не станет мягким. Поперчить, посолить и продолжать готовить еще 5–8 минут, пока лук не станет золотистым. Добавить оставшееся масло, сахар, тимьян и тушить 2–3 минуты, пока масло не подрумянится. Снять с огня.
7. Опустить вареники в соус, аккуратно перемешивая, дать им немного поджариться.
8. Выложить вареники на тарелки. Сверху выложить лук, посыпать листиками тимьяна.



ШАКШУКА

ИНГРЕДИЕНТЫ

50 г репчатого лука (можно не использовать)	½ ч. л. соли
150 г красного болгарского перца	¼ ч. л. черного молотого перца
180 г помидоров	Дополнительно:
20 мл растительного масла для жарки	Зелень укропа/петрушки
3 яйца С1	для украшения

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Овощи промыть и просушить.
2. Перец нарезать мелкими кубиками. Помидоры нарезать произвольно. Если используете лук, нарезать его кубиками.
3. Нагреть сковороду на среднем огне.
4. Если используете лук, сначала обжарить его на растительном масле до золотистого цвета. Добавить перец, обжаривать до момента, когда он станет мягче (~5–7 минут). Положить помидоры, соль, черный перец, тушить ~15 минут.
5. По консистенции смесь должна быть похожа на соус. Можно добавить немного воды.
6. Сделать 3 небольших углубления в смеси и разбить в каждое по одному яйцу. Накрыть крышкой, огонь убавить до минимального и готовить ~6 минут.

Можно присыпать зеленью укропа/петрушки, но главное – не забудьте про поджаренный хлеб или мексиканскую лепешку.

На заметку

Часть помидоров можно заменить томатной пастой, а также добавить в конце приготовления фету.



МОЛОЧНЫЙ ОМЛЕТ

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 яйца С1

230 мл молока 3,2 %

¼ ч. л. соли

¼ ч. л. любимой приправы
(у меня «Овощи гриль»)

Топинг по вкусу (ветчина/грибы/
овощи/креветки/помидоры
и, конечно, сыр)

5 г сливочного масла для смазывания
формы

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Духовку разогреть до 200 °С.
2. Форму смазать сливочным маслом.
3. Вилкой взбить яйца, чтобы белки и желтки соединились в однородную массу.
4. Добавить оставшиеся ингредиенты и взбить венчиком.
5. Вылить массу в форму и запекать 15 минут.

Если омлет начнет подгорать,
накрыть его фольгой, блестящей
стороной к омлету.

На заметку

Я использую одноразовые алюми-
ниевые формы, это очень удобно.



БУЛОЧКИ С ЯЙЦОМ ПАШОТ, БЕКОНОМ И АВОКАДО

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 кукурузные булочки

50 г бекона

1 авокадо (~70 г)

2 яйца С1

½ ч. л. соли

Щепотка молотого черного перца

Растительное масло для жарки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Готовим яйца пашот. Кружку изнутри выстелить пищевой пленкой. Внутри аккуратно вылить яйцо. Собрать края пленки, чтобы получился мешочек.
2. Опустить мешочек в сотейник с кипящей водой и варить 2–3 минуты.
3. Бекон обжарить на небольшом количестве растительного масла. Переложить на бумажное полотенце, чтобы убрать лишний жир.
4. Авокадо размять вилкой. Посолить, поперчить и перемешать.
5. Булочки разрезать вдоль. Выложить на одну половину крем из авокадо, затем – бекон. Сверху аккуратно выложить яйцо пашот.

Сделать манящий надрез на яйце,
есть и непременно наслаждаться!

БУЛОЧКИ «БУХТЕЛЬН» — ПУШИСТЫЕ БУЛОЧКИ С ВАНИЛЬНЫМ СОУСОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ

На форму Ø 26-28 см

Тесто:

250 г пшеничной муки

30 г сливочного масла 82,5 %
+ немного для смазывания формы

50 г сахара

½ ч. л. соли

95 мл теплого молока 3–6 %

14 г свежих или 5 г сухих быстродей-
ствующих дрожжей (я брала свежие)

1 яйцо С1

8 г ванильного сахара

Сахарная пудра

Ванильный соус:

150 мл молока 3–6 %

35 г сахара

2 ч. л. ванильного сахара

1 яичный желток

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свежие дрожжи растворить в молоке. Если берете быстродействующие, то добавить их после следующего шага.
2. В чаше смешать муку, сахар, ванильный сахар и соль. Сливочное масло обмакнуть в эту смесь и натереть в нее же на терке. Пальцами перетереть в крошку.
3. Добавить яйцо и жидкость с дрожжами, взбивать миксером около 10 минут насадкой для теста, пока тесто не начнет собираться в шар.
4. Переложить тесто в чистую емкость, накрыть пищевой пленкой, убрать в теплое место на полтора часа, тесто должно увеличиться вдвое.
5. Форму для выпечки смазать сливочным маслом. Тесто обмять, разделить на 12 равных частей, сформировать из них шарики и уложить в форму. Снова накрыть пищевой пленкой и поставить подниматься еще на час.
6. Духовку разогреть до 200 °С. Выпекать булочки 20 минут.
7. Дать остыть и посыпать сахарной пудрой.



8. Для ванильного соуса в миске взбить желток, сахар и ванильный сахар до светлой массы. Тонкой струйкой влить горячее молоко, помешивая лопаткой. Затем перелить жидкость в сотейник и варить до загустения, постоянно помешивая. Остудить.
9. Поливать булочки соусом порционно перед подачей, все сразу поливать не надо.

Сочно, влажно, мокро!



ЦЕЛЬНОЗЕРНОВЫЕ БУЛОЧКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

190 г цельнозерновой ржаной муки	25 мл теплой воды (2)
190 г муки манитобы	55 г сливочного масла 82,5 %
7 г соли	
30 г сахара	Дополнительно:
110 мл теплого молока 3,2 %	30 г семечек, оливковое масло
160 мл теплой воды (1)	для смазывания емкости
15 г свежих дрожжей (или 5 г сухих быстродействующих)	

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В воде (2) растворить свежие дрожжи.
2. В глубокой емкости смешать всю муку, сахар и соль. Влить воду (1) и молоко. Перемешать миксером с насадкой «крюк». Добавить нарезанное кубиками сливочное масло комнатной температуры и продолжать взбивать до тех пор, пока тесто не начнет собираться в шар.
3. Сбрызнуть чистую глубокую емкость оливковым маслом. Переложить в нее шар из теста, накрыть пищевой пленкой и убрать в выключенную микроволновку или духовку на час.
4. Обмять тесто, снова сформировать шар, накрыть пленкой и снова убрать на час.
5. Сформировать из теста булочки (70–90 г), верхушки слегка смочить водой и обмакнуть в смесь из семечек. Выложить булочки на противень, застеленный пергаментом. Убрать в выключенную духовку или микроволновку на час.
6. Духовку разогреть до 180 °C.
7. Выпекать 40 минут. Уже достали сливочное масло и джем?



vement

...tion. Waste prevention is a primary
...packaging should be used only where
...proper packaging can also help
...usually, the energy content
...material usage of the product being
...much greater than that of the
...function of the package is
...the

...and
...fashioned.
...by the 19th century, the
...ginish cocktails made the
...way from newer, more complex co
...the term highball appears during the 185
...distinguish a drink composed only of a
...The term "cocktail party" ever shown was
...to distinguish and a mixer.
...Mrs. Julius S. Walsh Jr. of St.
...distilled spirit and a mixer.
...May 1917, Mrs. Walsh
...from on a

...were
...illegally in est
...easier. Sweet cocktails
...quickly, an important consid
...the establishment might be raided
...moment.

КРУАССАНЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ

350 г муки манитобы
105 мл воды
110 мл молока
35 г сахара
7 г соли

11 г свежих дрожжей (или 4 г сухих
быстродействующих)

185 г сливочного масла 82,5 %

Дополнительно:

1 яйцо С1

1 ст. л. молока

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Свежие дрожжи растворить в смеси молока и воды. Добавить соль, сахар и муку. Миксером с насадкой для теста смешать ингредиенты до однородности (~10 минут на низкой скорости миксера). Сформировать шар, переложить в глубокую и широкую емкость, накрыть пищевой пленкой и убрать на ночь в холодильник (на 12–14 часов).
2. Из куска масла сформировать квадрат 14×14 см. Масло не должно быть теплым и мягким, иначе оно растает при раскатке, но и слишком твердым тоже не должно быть, чтобы не ломалось на куски. Раскатать тесто в квадрат размером больше, чем квадрат из масла.
3. Выложить квадрат из масла по центру теста так, чтобы можно было завернуть его конвертом. Накрыть масло тестом, тщательно защипнуть. Перевернуть тесто защипами вниз. Раскатать в прямоугольник 14×25 см. Расположить к себе меньшей стороной, чтобы прямоугольник лежал в длину от вас.
4. Раскатать тесто движениями от себя, чтобы прямоугольник стал еще длиннее. Отрезать по 5 мм сверху и снизу и сложить тесто «книжкой». Мысленно разделить длинную сторону на 6 частей. Одну часть завернуть от себя наверх.
5. Встык завернуть к себе дальнюю часть. В конце сложить тесто пополам.
6. Завернуть тесто в пищевую пленку или пергамент и убрать на 40 минут в холодильник. При работе с тестом в комнате должно быть прохладно.

Продолжение рецепта на стр. 59



Продолжение рецепта «Круассаны»

7. Достать тесто из холодильника и расположить так же: короткой стороной к себе. Раскатать в длину от себя. Сложить «письмом». Разделить визуально тесто на 3 части: от себя завернуть одну часть и второй накрыть тесто на себя. Сверху и снизу отрезать по 5 мм, нам нужен ровный прямоугольник. Снова завернуть тесто в пищевую пленку или пергамент и убрать в холодильник на час.
8. Достать тесто и расположить короткой стороной к себе. Раскатать тесто от себя в прямоугольник толщиной 4–5 мм. Нарезать его на треугольники для будущих круассанов (основание треугольника ~8 см). Свернуть круассаны: от основания заворачивать круассан к самой узкой части треугольника.
9. Круассаны выложить на противень, застеленный пергаментом, маленьким хвостиком вниз, чтобы при выпечке они не развернулись. Накрыть полотенцем или пищевой пленкой, припыленной мукой, и убрать в выключенную духовку на 4 часа для подъема. На дно духовки можно поставить стакан с горячей водой (не кипятком). Это создаст условия для необходимого количества влаги.
10. По истечении 4 часов достать противень с круассанами, разогреть духовку до 190 °С. Смазать круассаны смесью из яйца и молока силиконовой кистью и выпекать 20–30 минут до золотистого оттенка.

У кого-то процесс выпекания займет 20 минут, у кого-то – 25, а у кого-то – 30. Все зависит от вашей духовки, поэтому я рекомендую достать один круассан через 20 минут и проверить: если он пропекся, пропеклись и остальные. Можно доставать конфитюр и варить ароматный кофе. Доброе утро!

Yamato's sushi bu in a very good w

The increasing popularity of the world has resulted in the ly found in the Western Japan (a notable excep of salmon, which was Norwegians in the early 1980s). Such ons to suit the Western palate were fueled by the invention of the raki with crab (later, uramaki) has evolve Uramaki is a m piece with two o innovated as a California ro meant to hide from other maki the outside and in the center layer of rice, and of some other

The Anti movement

Waste prevent
tion - Waste prevent
kaging should use
per packaging can
Usually, the energy
age of the product b
ch greater than that of
function of the packag
intended



ХЛЕБ С ОРЕХАМИ, СЕМЕЧКАМИ И МЕДОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ

225 г пшеничной муки первого сорта	60 г меда
225 г цельнозерновой ржаной муки	273 мл теплой воды (негорячей)
7 г сухих быстродействующих дрожжей	40 г семечек (у меня смесь из семян подсолнечника, тыквы, кунжута)
11 г соли	40 г грецких орехов
20 мл молока 3,2%	Немного молока для смазывания хлеба
25 мл оливкового масла + немного для смазывания	10 г семечек для обсыпки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В миску выложить муку, соль, дрожжи, мед, измельченные орехи и семечки, перемешать миксером. Сделать в центре углубление и влить оливковое масло, молоко и воду. Смешать миксером с насадкой для теста (~10 минут).
2. Сформировать из теста шар, чистую емкость смазать оливковым маслом, переложить в нее тесто, накрыть пищевой пленкой и поставить в выключенную духовку или микроволновку на час.
3. Подошедшее тесто разделить на 2 части. Сделать обминку и переложить в формы или просто на противень, застеленный листом пергаменты. Прикрыть пищевой пленкой и снова убрать на час для расстойки.
4. Духовку разогреть до 240 °С.
5. Слегка сбрызнуть духовку водой из пульверизатора.
6. Смазать хлеб небольшим количеством молока, присыпать семечками. Выпекать 10 минут при 240 °С, затем убавить температуру до 200 °С и выпекать еще 17–20 минут.

На заметку

Хлеб необходимо хранить в пакете.



БЕЛЫЙ ХЛЕБ С ТОМАТАМИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

На форму Ø 16 см

200 г пшеничной муки

1 ч. л. сухих быстродействующих
дрожжей

1 ч. л. соли

185 мл теплой воды (40–45 °C)

1 ст. л. измельченных сушеных
томатов

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В миске смешать муку, дрожжи, соль и воду. При помощи миксера с насадкой для теста смешать до однородности (~4 минуты) на небольшой скорости. Накрыть емкость пищевой пленкой и поставить в выключенную микроволновку или духовку на 2 часа для подъема.
2. Духовку разогреть до 250 °C за 30 минут до выпечки.
3. Тесто выложить на присыпанную мукой поверхность, скатать из него эластичный шар. Руки тоже должны быть в муке.
4. Поместить шар в форму для выпечки, накрыть пищевой пленкой и поставить в выключенную духовку или микроволновку еще на 30 минут.
5. Выпекать 10 минут, затем убавить температуру до 230 °C и выпекать еще 40 минут. Остудить хлеб на решетке.



ФОКАЧЧА С ПАРМЕЗАНОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ

340 г пшеничной муки	245 мл кипятка
150 г тертого пармезана	15 мл оливкового масла + 15–20 мл для смазывания
1 ч. л. соли	Щепотка крупной морской соли и молотый черный перец
1/3 ч. л. орегано	
5 г сухих быстродействующих дрожжей	

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Муку, соль, дрожжи и орегано (можно заменить смесью итальянских трав, к примеру) смешать венчиком в глубокой емкости. Влить кипяток, затем – масло. Перемешать лопаткой, после чего вымесить миксером с насадкой для теста.
2. Сформировать из теста шар, переложить в сухую чистую емкость, накрыть пищевой пленкой и убрать на час в выключенную духовку или микроволновку для подъема.
3. Подошедшее тесто разделить на 3 части, раскатать из них тонкие коржи. Пальцами слегка продавить тесто в нескольких местах.
4. Сбрызнуть оливковым маслом (я набираю масло на кулинарную силиконовую кисть и трясу ею над фокаччей). Посыпать сыром, по желанию добавить крупную морскую соль и молотый перец. Накрыть полотенцем и на 15 минут убрать в духовку при температуре 50 °С.
5. Достать фокаччу из духовки. Духовку разогреть до 210 °С, вернуть фокаччу и выпекать 10–13 минут.
6. Сразу смазать оливковым маслом при помощи силиконовой кисти и подавать. Вкусно!



СЭНДВИЧ «КРОК-МАДАМ»

ИНГРЕДИЕНТЫ

На 1 порцию

2 куска тостового хлеба (~40 г)
40 г сливочного масла 82,5 %
2 ч. л. дижонской горчицы
1 ломтик плавленого сыра «Чеддер»
1 ломтик российского сыра
Зелень по вкусу (салатные листья/руккола/шпинат/укроп)
2 ломтика бекона
1 яйцо СО

60 мл молока 3,2 %
½ ч. л. соли
½ ч. л. молотого черного перца
½ ч. л. приправы из трав

Дополнительно:

15 мл растительного масла + 15 г сливочного масла 82,5 % для жарки
1 яйцо СО для подачи

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Срезать края хлеба для более четкого контура. Растопить 40 г сливочного масла и смазать оба куска хлеба при помощи кулинарной кисти с одной стороны.
2. Следом намазать оба куска горчицей (нужно совсем немного, очень тонкий слой) и выложить сыр: сначала плавленый, затем российский.
3. Обжарить бекон. На сыр положить зелень, затем – бекон. Накрыть вторым куском хлеба.
4. Яйцо слегка взбить с молоком, посолить, поперчить, добавить приправы, перемешать.

Продолжение рецепта на стр. 69



Продолжение рецепта «Сэндвич «Крок-мадам»

5. Подготовленный тост обмакнуть с обеих сторон в яично-молочную смесь. Обжарить на смеси растительного и сливочного масла.
6. Поджарить яйцо, выложить аккуратно на тост, чтобы не повредить желток.
7. По желанию можно подать с обжаренным авокадо. Обжарить его только со стороны среза на растительном масле с любимой специей или просто солью. Сочно!



ГОСТ 29047

МАССА НЕТТО 20 г

ХРАНИТЬ В СУХОМ ПРОХЛАДНОМ
И ТЕМНОМ МЕСТЕ

С УЧ.

Р.

Телеграм канал - @v_ot_blogerov

ФРАНЦУЗСКИЕ ТОСТЫ

Если вам вдруг (и непременно ненадолго) надоели каша, глазунья и что-то покупное на завтрак, приготовьте французские тосты. И, самое главное, не поленитесь: доведите их до хрустящей корочки!

ИНГРЕДИЕНТЫ

Пачка тостового хлеба
(или любой другой мягкий хлеб,
который вам нравится)
200 мл молока 3–6 %
3 яйца С1
4 ст. л. сахара

Щепотка ванильного сахара
2 ст. л. сливочного ликера
(по желанию)
2 ст. л. сливочного масла 82,5 %
и 2 ст. л. оливкового для жарки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Кусочки хлеба можно оставить исходного размера, а можно разрезать на небольшие части, как это сделала я.
2. Яйца с сахаром и ванильным сахаром слегка взбить венчиком. Добавить теплое молоко (не горячее) и ликер, если используете.
3. Сковороду разогреть на среднем огне, растопить на ней сливочное и оливковое масло.
4. Хорошенько обмакнуть тост в яично-молочную смесь (подержите секунд 30), обжарить на среднем огне с двух сторон до золотистой и хрустящей корочки.

В этот раз тосты сопровождает карамелизированный банан, но вариаций очень много: взбитые сливки, ягодные джемы, ванильный сироп, мед и, конечно, все виды шоколадных топингов.



КИШ С КРЕВЕТКАМИ И ШПИНАТОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ

На форму Ø 16 см

Тесто:

200 г пшеничной муки

155 г сливочного масла 82,5 %

1/2 ч. л. соли

50 мл воды

Начинка:

2 яйца С1

200 мл сливок 20 %

120 г натертого сыра (у меня смесь голландского и российского)

200 г вареномороженных мелких креветок

35 г масла с тимьяном и розмарином

35 г чесночного масла (эти масла нужны для маринада, их можно заменить на 70 г оливкового масла и добавить к нему измельченный чеснок/чесночный порошок/чесночную соль и травы)

25 г свежего шпината

1/3 ч. л. соли

1/2 ч. л. сушеных трав/любимых специй

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В глубокую емкость всыпать муку. Обмакивая в нее сливочное масло, натереть его в эту же емкость на терке. Пальцами аккуратно перетереть содержимое в крошку, добавить воду и соль, быстро смешать миксером до однородности. Сформировать шар, завернуть его в пищевую пленку и убрать в холодильник на 40–60 минут.
2. В это время замариновать креветки. Их нужно залить двумя видами масла, накрыть пищевой пленкой и оставить минимум на 20 минут.
3. Духовку разогреть до 200 °С.
4. В глубокой емкости смешать яйца, сливки, сыр, соль, нарезанный мелко шпинат и специи.
5. Распределить тесто по форме, обязательно создавая бортики. Наколоть тесто вилкой, накрыть его пекарской бумагой, положить груз (фасоль/горох) и выпекать 20 минут.
6. Креветки быстро обжарить на сильном огне. Нам просто нужно их согреть, не более. Выложить креветки на тесто (избавив их от жидкости). Залить соусом.
7. Температуру духовки убавить до 180 °С. Выпекать киш 40 минут.



ЛЕНИВЫЕ ХАЧАПУРИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

Тесто:

200 мл кефира 3,2 % (у меня детский)

1 ч. л. пищевой соды

1 ч. л. соли

1 ч. л. сахара

30 мл растительного рафинированного масла

1 яйцо С1

310 г пшеничной муки + немного для раскатки

1 яйцо С1

15 г растопленного сливочного масла 82,5 %

½ ч. л. соли

Щепотка хмели-сунели (не больше, иначе приправа перебьет все вкусы)

Дополнительно:

35 г растопленного сливочного масла 82,5 % для смазывания лепешек

Начинка:

300 г сыра (у меня смесь голландского и российского)

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В кефир добавить соду и оставить на 10 минут.
2. Затем посолить, ввести сахар, яйцо, масло и муку. Замесить тесто (удобнее – миксером с насадкой для теста). Накрыть тесто пищевой пленкой и дать отдохнуть 20 минут.
3. В это время приготовить начинку. Сыр натереть на крупной терке, добавить остальные ингредиенты, перемешать.
4. Тесто разделить на 2 части, если размер сковороды больше 26 см. Если меньше, можно поделить на 3–4 части. Из каждой части скатать шарик.
5. Рабочую поверхность присыпать мукой. Каждый шарик раскатать в круглый пласт (на этом этапе толщина не важна), выложить в центр начинку (если у вас 2 шарика, то ½ от начинки, если 3, то ⅓, если 4, то ¼).

Продолжение рецепта на стр. 77



Продолжение рецепта «Ленивые хачапури»

6. Края теста собрать в центр и пальцами защипнуть швы, чтобы мешочек не развалился. Перевернуть на другую сторону (швом к столу) и раскатать лепешку достаточно тонко и в то же время так, чтобы она поместилась в сковороду.
7. На хорошо разогретой сухой сковороде обжарить хачапури с двух сторон до золотистой корочки.
8. Смазываем растопленным сливочным маслом и едим, пока они теплые.



ЛЕПЕШКИ С ЗЕЛЕНЬЮ И СУЛУГУНИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

Тесто:

200 мл кефира 3,2 %
½ ч. л. пищевой соды
½ ч. л. соли
1 ч. л. яблочного уксуса
1 ч. л. сахара
300 г пшеничной муки
20 мл растительного масла

Начинка:

200 г сулугуни
20 г зелени укропа (без стеблей)
Соль

Дополнительно:

40 г растопленного сливочного
масла 82,5 %

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В кефир добавить соду и соль, перемешать венчиком. Влить уксус, перемешать и оставить на 7–10 минут.
2. Затем всыпать сахар и, помешивая, в два захода добавить муку. Руками перемешать до однородности. Добавить масло, обмять тесто руками и взбить миксером (насадкой для теста) до однородности.
3. Накрыть тесто пищевой пленкой и дать ему отдохнуть 15 минут. В это время разогреть сковороду (лучше чугунную).
4. Жарить такие лепешки нужно без масла, это очень важно. На сухой раскаленной сковороде.
5. Для начинки смешать в миске натертый сыр с измельченной зеленью укропа и солью.
6. Тесто разделить на 5–6 равных частей, раскатать каждую из них в тонкий круг, выложить в центр начинку. Собрать края, прикрывая начинку, защипнуть, перевернуть лепешку и снова раскатать.
7. Обжарить под крышкой по 4–5 минут с каждой стороны. Смазать растопленным сливочным маслом при помощи силиконовой кисти. Вкусать исключительно теплыми!



ЛЕГКИЙ СЫР

ИНГРЕДИЕНТЫ

500 мл молока 1 %
500 г творога 5 %
55 г сливочного масла 82,5 %
1 ч. л. без горки соли
1/2 ч. л. любимой приправы (у меня смесь сушеных овощей, вы можете добавить итальянские травы и пр.)

Дополнительно:

Пластиковая емкость или силиконовая форма
Дуршлаг
Марля

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В сотейнике с толстым дном довести до кипения молоко. Добавить творог, варить, помешивая, до максимально однородного состояния. Должна выделиться сыворотка (жидкий желтый слой на поверхности творожной массы).
2. Снять с огня. На подходящую емкость установить дуршлаг, застеленный 2 слоями марли.
3. Выложить смесь, дать постоять 10 минут, чтобы стекла сыворотка. Затем аккуратно отжать массу вручную, чтобы наверняка избавиться от остатков сыворотки.
4. В глубокой сковороде на среднем огне растопить масло. Добавить творожную массу, перемешать и держать на огне около 4 минут. Добавить соль и специи, перемешать. Готовить до тягучего состояния.
5. Переложить массу в форму, сверху установить груз и убрать в холодильник минимум на 12 часов.

На заметку

В качестве груза я кладу на сыр металлическую крышку и сверху – банку с маслом или медом. Можно положить пекарскую бумагу (~5 слоев) и банку.

Пластиковая емкость может быть любой формы. Из-под творога, майонеза, йогурта – не важно. В ней лучше всего сделать отверстия: на дне и 2 ряда снизу. Я нагревала горелкой штопор и делала отверстия им.



РИСОВАЯ КАША С КЛУБНИКОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

100 г круглозерного риса
250 мл воды
500 мл молока 3–6 %
½ ч. л. соли
1 ст. л. сахара

Клубника:

100 г замороженной клубники
35 г сахара
½ ст. л. кукурузного крахмала
Сливочное масло для подачи

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Промыть рис до прозрачной воды (сначала она будет белой, похожей на мел).
2. В глубокую и широкую кастрюлю налить воду, выложить рис и поставить на огонь. Когда вода почти испарится и рис станет мягким, влить молоко и варить на медленном огне ~10 минут, добавить сахар и соль, варить еще 3 минуты.
3. Снять с огня, накрыть крышкой и дать каше дойти 15 минут.
4. Клубнику довести до кипения в сотейнике. Добавить сахар и крахмал, варить, помешивая, 4 минуты.
5. Кладем на кашу кусочек сливочного масла и клубнику. Ням!

Я люблю негустую кашу. Если вы любите погуще, просто подольше ее варите. Со временем вы определите точное время, которое позволит добиться любимой консистенции.



СЛИВОЧНО-ТЫКВЕННАЯ КАША

ИНГРЕДИЕНТЫ

235 г тыквы

65 мл кипятка

165 мл молока 3–6%

65 г риса

1½ ст. л. сахара

Корица, мускатный орех

1 ст. л. сливочного ликера
(опционально)

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Очищенную и нарезанную мелкими кубиками тыкву поместить в кастрюлю и залить кипятком. Довести до кипения, после чего уменьшить огонь и тушить под крышкой еще 10 минут.
2. Добавить молоко, сахар, специи и ликер, довести до кипения под крышкой.
3. Равномерно всыпать рис поверх массы в кастрюле, не мешать.
4. Накрыть крышкой, уменьшить огонь до минимального и тушить еще 30 минут.
Ну очень вкусно!



**fresh berries, shortcake and
ped cream can be good for you**

shi burritos are over the top

**What to Dr
here Coc**

THIS WE

Coconut Ice Cream

Who doesn't like ice cream? These are miniature, just for you. Bright pink fresh coconut (there's a little coconut milk) is sandwiched between two cookies, with a dash of grated coconut. It's a bit of a project, but it only takes about 2 hours of active cooking time over the course of 2 days.

Gâteau Breton

With its soft, buttery crumb, this classic French cake is similar to a giant shortbread, though moister and more tender. Its hidden prune filling is traditional, although you can use other dried fruit, such as apricot instead. In France you sometimes even see bakers sandwiching melted chocolate or caramel between the layers. This keeps well if you want to bake it 1 or 2 days ahead. Store it well wrapped at room temperature.

КОКОСОВАЯ КАША

ИНГРЕДИЕНТЫ

400 мл кокосового молока

½ ст. л. сахара

300 мл воды

Щепотка соли

150 г овсяных хлопьев

Кокосовая сгущенка для украшения

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Воду с молоком довести до кипения в кастрюле.
2. Всыпать овсянку, посолить и убавить огонь до минимального.
3. Помешивая, варить 5–7 минут.
4. Добавить сахар (при желании можно заменить медом).
5. Выключить огонь и дать каше настояться под крышкой 5 минут.

Кокосовая сгущенка отлично дополняет вкус каши, что совершенно удивительно.



ТВОРОЖНЫЕ ВАФЛИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

300 г творожного сыра

40 г пшеничной муки

2 яйца С1

55 г сахара

1 ч. л. разрыхлителя

Щепотка соли

1 ч. л. ванильного сахара

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В емкости вилкой размять творожный сыр. Добавить к нему яйца и снова размять вилкой.
2. Всыпать сахар, ванильный сахар и соль, объединить.
3. Добавить муку, смешанную с разрыхлителем, перемешать.
4. Выпекать в разогретой вафельнице 4–5 минут.

Люблю есть их с домашним вишневым топингом.

Для этого нужно в сотейнике довести до кипения 100 г замороженной вишни, добавить 35 г сахара, 1/2 столовой ложки кукурузного крахмала и варить, помешивая, 5 минут. Очень нежно и очень сочно, проверьте.



ВАФЛИ С СЫРОМ И ПЕСТО

ИНГРЕДИЕНТЫ

150 г творожного сыра	1 ч. л. сахара
2 яйца С1	¼ ч. л. любимых специй (я беру «Овощи гриль»)
125 г натертого полутвердого сыра	50 г пшеничной муки
1 ч. л. песто	1 ч. л. разрыхлителя
⅓ ч. л. соли	

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В глубокой емкости размять вилкой творожный сыр.
2. Добавить яйца, перемешать.
3. Муку и разрыхлитель смешать венчиком в отдельной емкости, после чего добавить к творожной массе, перемешать.
4. Добавить остальные ингредиенты и перемешать.
5. Выпекать в разогретой вафельнице 4,5–5 минут.

Есть исключительно теплыми, пока сыр красиво тянется внутри вафель.



ХАШБРАУН С СЫРОМ

ИНГРЕДИЕНТЫ

500 г молодого картофеля	Щепотка копченой паприки
65 г твердого или полутвердого сыра	¼ ч. л. любимой приправы (у меня «Овощи гриль»)
1 яйцо С1	Растительное масло для жарки
Соль, молотый черный перец	

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Сыр натереть на крупной терке.
2. Картофель вымыть и очистить.
3. Глубокую емкость застелить марлей и натереть в нее картофель на крупной терке. С помощью марли отжать картофель. Переложить в чистую емкость, добавить остальные ингредиенты, перемешать.
4. Выложить массу на сковороду, смазанную маслом, и обжарить на среднем огне с двух сторон до золотистой корочки (по 4 минуты с каждой стороны).

На этой же сковороде я обжариваю бекон до хрустящей корочки и пускаю помидоры черри. Глазунья и кофе – идеальное дополнение.
Приятного!



КАБАЧКОВЫЕ ОЛАДЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ

220 г натертого кабачка

40 г пармезана/другого твердого сыра

3 ст. л. пшеничной муки

½ ч. л. соли

Щепотка молотого черного перца

Щепотка копченой паприки

1 яйцо С1

Растительное масло для жарки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Натертый кабачок выложить на марлю (2 слоя) и хорошенько отжать лишнюю жидкость.
2. Добавить яйцо, смешать вилкой.
3. Всыпать тертый пармезан или другой твердый сыр, муку, соль, перец и паприку, перемешать.
4. Обжарить оладьи с двух сторон в небольшом количестве растительного масла на среднем огне.
5. Подавать со сметаной или творожным сыром.



АВОКАДО-ОЛАДЬИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

На 4 шт.

70 г авокадо

1 яйцо С1

25 г рисовой муки

1 ч. л. без горки кукурузного крахмала

1/4 ч. л. соли

Масло авокадо/растительное масло
для жарки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Авокадо размять вилкой.
2. Добавить яйцо, перемешать. Добавить все остальные ингредиенты и снова перемешать.
3. Разогреть сковороду на среднем огне и обжарить оладьи с двух сторон на масле авокадо или растительном масле.

На заметку

Масло авокадо идеально подходит для жарки. И не только этого блюда!



ШОКОЛАДНЫЕ ОЛАДЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ

180 мл молока 3–6 %	Щепотка соли
1 ч. л. пищевой соды	Щепотка ванильного сахара
110 г пшеничной муки	40 г сахара
30 г какао-порошка	1 яйцо С1
1 ч. л. разрыхлителя	30 г растопленного сливочного масла
11 г свежих дрожжей	82,5 %

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В миску выложить муку, соду, какао-порошок, разрыхлитель, соль, сахар, ванильный сахар и перемешать венчиком.
2. В теплом молоке растворить дрожжи.
3. Яйцо взбить венчиком до пышной пены, добавить молоко с дрожжами, взбить снова.
4. Добавить сухие ингредиенты к жидким, перемешать и влить растопленное сливочное масло. Снова перемешать.
5. Накрыть емкость пищевой пленкой и убрать в выключенную духовку или микроволновку на 40 минут для подъема.
6. Сковороду разогреть на среднем огне. Жарить оладьи на сухой сковороде с двух сторон до румяной корочки.
7. Подавать с шоколадным соусом или сгущенкой!



ПОЛЕЗНЫЕ ПАНКЕЙКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 банана	1½ ч. л. разрыхлителя
1 яйцо С1	300 мл молока 3–6 %
3 ч. л. арахисовой пасты	1 ч. л. кленового сиропа
285 г овсяных хлопьев	

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Бананы размять вилкой.
2. Добавить яйцо и арахисовую пасту, перемешать.
3. Переложить массу в блендер, ввести оставшиеся ингредиенты и измельчить до однородного состояния.
4. Жарить панкейки на сухой сковороде с двух сторон до золотистого цвета.

Можно подавать с кленовым сиропом или взбитыми кокосовыми сливками.



МАРОККАНСКИЕ БЛИНЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ

260 г муки семолы	1 ч. л. разрыхлителя
30 г пшеничной муки	455 мл воды
25 г сахара	
½ ч. л. соли	Соус:
1 ч. л. сухих быстродействующих дрожжей	60 г сливочного масла 82,5 %
	60 г меда

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Смешать в глубокой емкости семолу, пшеничную муку, сахар, соль, дрожжи и разрыхлитель.
2. Воду подогреть примерно до 40 °С и влить в сухие ингредиенты.
3. Перемешать, накрыть полотенцем и убрать в выключенную духовку или микроволновку на 40 минут для подъема.
4. Разогреть сковороду для блинов на среднем огне, после чего уменьшить огонь до минимального и жарить блины только с одной стороны. Блин готов, когда на его поверхности лопнули все пузырьки.
5. Готовые блины складывайте сначала на бумажное полотенце, а затем уже на тарелку.
6. Для соуса в сотейнике подогреть масло и мед до объединения. Полить им остывшие блины. Это очень вкусно!

На заметку

Тесто наливайте на сковороду тонким слоем.

Хотя по рецепту блины выпекаются с одной стороны (и мне эта вариация очень нравится), рекомендую обжаривать с двух, если так понравится больше. Экспериментируйте!



КРУЖЕВНЫЕ БЛИНЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ

360 мл кефира 3,2%	½ ч. л. пищевой соды
360 мл кипятка	2 ст. л. сахара
255 г пшеничной муки	½ ч. л. соли
2 яйца С1	2 ст. л. растительного масла

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Кефир достать за 3 часа до приготовления или слегка подогреть в микроволновке (но только совсем немного и очень аккуратно, чтобы он не расслоился). Добавить в кефир соду и оставить на 10 минут.
2. Яйца взбить венчиком, добавить в кефир вместе с сахаром и солью. Всыпать муку, перемешать.
3. Влить кипяток тонкой струйкой, не переставая мешать венчиком тесто.
4. Прикрыть емкость полотенцем, оставить на 30 минут. Затем добавить растительное масло и перемешать.
5. Выпекать блины с двух сторон на хорошо разогретой сковороде.



In addition to being consumed fresh, ...
Yes, fresh ...
whipped
The most famous ...
shortcake is ...
strawberries ...
all used to ...
their juices ...
are spun and ...
layer of strawb ...
cream, typic ...
vanilla. The ...
strawberries ...
onto the top. ...
Some conveni ...
shortcake are ...
biaculi) at a ...
but instead use ...
a base of ...
cake or some ...
times a corn m ...
ato's s ...
ry good w ...
around ...
typical. ...
nearly in ...
the use ...
by the ...
such ...
were ...
the ...
ter. A ...
and ...
Uramaki) has evolved since ...
Uramaki is a medium-sized ...
piece with two or more fillings ...
innovated as a result of the creati ...
California roll, as a method on ...
meant to hide the nori. Uramaki ...
from outside and the nori inside. The filling is ...
in the center surrounded by nori, then a ...
layer of rice, and optionally an outer coating ...
of some other ingredients such as roe or ...
The Anti-Packaging
Movement
Prevention - Waste prevention is a prim ...
goal. Packaging should be used onl ...
needed. Proper packaging ...
prevent waste. Usually, it ...
and material waste ...
are much ...
What ...
the ...

БЛИНЫ «КРЕП СЮЗЕТТ»

ИНГРЕДИЕНТЫ

Блины:

3 яйца С1

1 ст. л. сахара

Щепотка соли

100 г пшеничной муки

250 мл теплого (не горячего)
молока 3–6%

30 г растопленного сливочного масла
82,5%

Немного растительного масла
для жарки

Апельсиновая карамель:

100 г сахара

100 г сливочного масла 82,5%

1 ст. л. свежей цедры апельсина

Сок 2 апельсинов

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Молоко подогреть до комнатной температуры и смешать с растопленным сливочным маслом. В глубокой емкости венчиком смешать яйца, сахар и соль. Всыпать муку, перемешать до однородности. Добавить молочно-масляную смесь и перемешать.
2. В разогретую на среднем огне сковороду налить немного растительного масла. Дальше оно не понадобится. Испечь тонкие блины, наливая немного теста с помощью половника и быстро распределяя его по сковороде.
3. Для апельсиновой карамели растопить сахар на сухой сковороде. Ни в коем случае не мешайте сахар, он должен расплавиться сам. Добавить сливочное масло, перемешать, всыпать цедру. Прогреть пару минут и влить сок. Держать на огне около 5 минут.
4. Свернуть блины в треугольник и с двух сторон обжарить в карамели, чтобы они пропитались.

Это так сочно. Так красиво.
Так вкусно!



ДОМАШНЯЯ ГРАНОЛА

ИНГРЕДИЕНТЫ

225 г овсяных хлопьев	115 г арахисовой пасты
60 г фисташек	65 мл оливкового масла
100 г грецких орехов	2 ч. л. ванильного экстракта/сахара
50 г семян подсолнечника/смеси семян	100 г коричневого сахара
25 г кокосовой стружки	1/2 ч. л. корицы
125 г сушеной вишни	60 г молочного шоколада
290 г меда	

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Духовку разогреть до 175 °С.
2. Мед разогреть в микроволновке или на плите до жидкого состояния.
3. Смешать овсянку, орехи, семечки и кокосовую стружку.
4. В отдельной емкости смешать мед, арахисовую пасту, оливковое масло, ванильный экстракт или ванильный сахар, коричневый сахар и корицу. Вылить жидкую смесь в сухую и перемешать до однородности.
5. Противень застелить листом пергамент. Выложить полученную смесь тонким слоем и запекать 25–30 минут, помешивая каждые 10 минут.
6. Достать гранолу из духовки, дать полностью остыть, после чего хаотично поломать на мелкие кусочки. Вмешать сушеную вишню и шоколад.

На заметку

Хранить гранолу лучше в закрытой стеклянной банке или пластиковом контейнере не более 2 недель.

Вместо/помимо сушеной вишни вы можете добавить другие любимые сухофрукты. Финики, инжир и сушеная клюква подойдут идеально.



ТВОРОЖНЫЕ КОЛЬЦА

ИНГРЕДИЕНТЫ

Тесто:

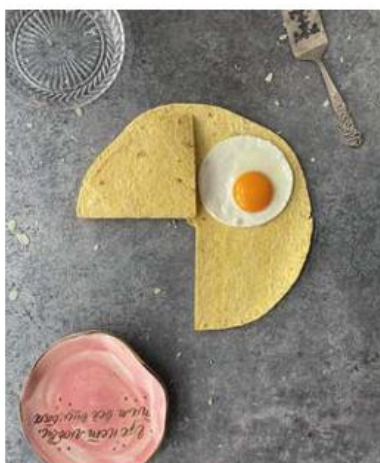
5 яиц С1
180 г пшеничной муки
130 г сливочного масла 82,5 %
125 мл воды
125 мл молока
Щепотка соли
1 ч. л. сахара

Крем:

200 г творога 9 %
140 г сахарной пудры + еще немного
для посыпки
95 мл сливок 33–35 %

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В сотейник выложить соль, сахар, сливочное масло, влить воду и молоко, довести до кипения.
2. Добавить муку и держать на огне, перемешивая, пока масса не станет однородной. Переложить в чашу миксера и остудить примерно 20 минут.
3. Добавить яйца по одному, взбивая миксером с насадкой для теста после каждого.
4. Переложить тесто в кондитерский мешок, духовку разогреть до 220 °С.
5. Отсадить тесто на противень, застеленный пергаментом, в виде колец. Выпекать 10 минут при 220 °С, затем убавить температуру до 175 °С и выпекать еще 35 минут.
6. Остудить на решетке. В это время сделать крем.
7. Творог протереть через сито в глубокую емкость, добавить сахарную пудру и растереть вилкой. В отдельной емкости взбить до мягких пиков холодные сливки. Силиконовой лопаткой частями аккуратно вмешать сливки в творожную массу.
8. Разрезать кольца вдоль, нижнюю часть наполнить кремом, накрыть верхней половинкой. Посыпать сахарной пудрой. Ах!



КЕСАДИЛЬЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ

На 1 порцию

1 тортилья (я беру сырную)
30 г сыра

20 г ветчины

1 яйцо С1

Немного масла авокадо для жарки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Сделать надрез на тортилье по линии радиуса, как показано на фото.
2. Расположить соответствующим образом ингредиенты и поочередно сложить, накрывая каждую последующую начинку.
3. Обжарить на среднем огне с двух сторон до золотистой корочки.

Можно добавить кетчуп.



ТАРТ «ИНЖИР-ГОРГОНЗОЛА»

ИНГРЕДИЕНТЫ

На форму Ø 16 см

Тесто:

125 г пшеничной муки
75 г сливочного масла 82,5 %
3 ст. л. молока 3–6 %
Щепотка соли

Начинка:

75 мл сливок 33–35 %
1 яйцо С1
45 г сметаны 25 %
50–60 г горгонзолы
50 г любого твердого
или полутвердого сыра
45 г измельченных грецких орехов
3 свежих инжира
Жидкий мед для покрытия тарта

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Муку с солью высыпать в миску. Холодное сливочное масло натереть на терке в эту же емкость, обмакивая его в муку. Пальцами быстро перетереть содержимое в крошку, после чего добавить молоко и при помощи миксера с насадкой для теста смешать до однородности и эластичности (~2–3 минуты). Сформировать из теста шар, обернуть его пищевой пленкой и убрать на час в холодильник.
2. Духовку разогреть до 180 °С. Тесто достать из холодильника, тонко раскатать его и распределить по форме, создавая бортики. Наколоть тесто вилкой, положить груз на пекарской бумаге (любые бобы или крупа), выпекать 20 минут.
3. Для начинки в миске смешать сливки, сметану, мелко нарезанный сыр, орехи и яйцо. Отрезать 4 слайса инжира для украшения, оставшийся инжир нарезать мелкими кубиками и добавить в начинку.
4. Достать выпеченную основу для тарта из духовки, убрать груз, залить начинку и выпекать 40 минут. Готовый тарт смазать медом.

Важно

Полностью остудите тарт, а вкуснее всего этот тарт после ночи в холодильнике!



ТОСТЫ С КАМАМБЕРОМ И КЛЮКВОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

Тостовый хлеб

Камамбер

Сливочное масло 82,5%
комнатной температуры

Клюквенная начинка:

50 г замороженной клюквы

60 г сахара

½ ст. л. кукурузного крахмала

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В сотейнике на среднем огне довести замороженную клюкву до кипения. Затем добавить сахар, крахмал и, помешивая, варить до загустения.
2. Тосты смазать сливочным маслом с одной стороны (той, на которой он будет обжариваться). На другую сторону тоста выложить 2–3 слайса камамбера, на сыр – клюквенную начинку.
3. Накрыть вторым тостом несмазанной стороной к начинке.
4. Обжарить с двух масляных сторон до золотистой корочки.

На заметку

Начинку можно сделать черничной или взять любимый джем. Мне очень нравится с вареньем из инжира!



КЕКС В КРУЖКЕ

С заботой о тех, у кого нет духовки, но есть микроволновка.

ИНГРЕДИЕНТЫ

35 г пшеничной муки	25 мл молока 3,2%
50 г сахара	35 мл растительного масла
Щепотка соли	50 г рубленого молочного шоколада
25 г какао-порошка (лучше алкализованного)	30 г рубленых грецких орехов
1 яйцо С1	

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. В кружке смешать вилкой все сухие ингредиенты.
2. Добавить жидкие, перемешать.
3. Добавить шоколад и орехи и еще раз перемешать.
4. Готовить в микроволновке 2–4 минуты на максимальной мощности.

Главное, не передержите, иначе кекс будет сухим.
Используйте кружку объемом примерно 400 мл.

На заметку

Можно заменить орехи и шоколад мелко нарезанными сухофруктами или добавить что-то свое любимое. А можно вообще ничего не добавлять и получить простой, но очень нежный шоколадный кекс.

Важно

Не выпекайте в духовке – рецепт предназначен только для микроволновой печи.



ОБОЖЖЕННЫЙ ЧИЗКЕЙК

Совершенно невозможно остановиться на одном куске.

ИНГРЕДИЕНТЫ

На форму Ø 16 см

450 г творожного сыра

255 мл сливок 33–35%

3 яйца С1

175 г сахара

1 ч. л. ванильного сахара

2 ст. л. кукурузного крахмала

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Творожный сыр взбить с сахаром и ванильным сахаром при помощи миксера. Добавить крахмал, взбить.
2. По одному ввести яйца, каждый раз взбивая до однородности.
3. Форму выстелить пекарской бумагой. Выложить творожную смесь. Выпекать 30–35 минут при 240 °С.
4. Готовый чизкейк полностью остудить в форме при комнатной температуре, а затем прямо в форме убрать на ночь в холодильник.

Вы вспомните меня добрым словом, вкушая первый кусок. Приятного аппетита!



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Кулинария – это творчество.

Процесс обмена энергией, в котором нет «правильно» или «неправильно».

Начать день – уже большая роскошь.

Начать его с вкусного завтрака и атмосферы уюта на кухне – роскошь, которую можно встроить в каждый начатый день.

Тогда вы не просто проснулись, а начали жить.

Жить, а не проживать.

Спасибо, что начали делать это вместе со мной.

Крепко обнимаю.

Ваша Настя Вэрайети, наше #КухарочкаВи.

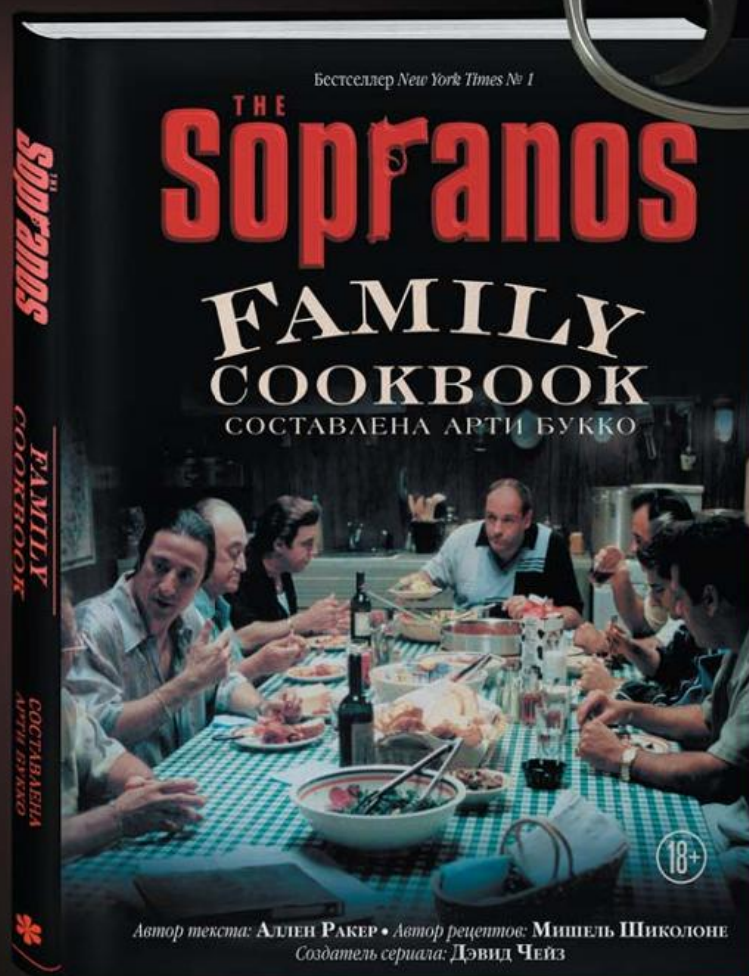
УКАЗАТЕЛЬ

- Авокадо 51, 97
Апельсин (сок/цедра) 107
Арахис соленый 19
Банан 71, 101
Бекон 51, 67, 93
Булочка кукурузная 51
Ванильный сахар (экстракт) 15, 21, 23, 25, 27, 31, 33, 35, 52, 61, 89, 99, 109, 123
Варенье из инжира 43, 119
Ветчина 49, 113
Вишня 35, 89, 109
Горчица дижонская 67
Грибы (вешенки/шампиньоны) 44, 49
Джем ягодный 71, 119
Дрожжи (свежие/сухие быстродействующие) 52, 55, 57, 61, 63, 65, 99, 103
Желатин порошковый 35
Зелень свежая или сушеная (петрушка/розмарин/тимьян/укроп/шпинат) 19, 44, 47, 67, 73, 79
Изюм 17, 23
Инжир 109, 115
Йогурт греческий 44
Кабачок 95
Какао-порошок 15, 31, 99, 121
Картофель 44, 93
Кефир 75, 79, 105
Клубника 83
Клюква 109, 119
Кокосовая стружка 29, 87, 109
Конфитюр 59
Корица 85, 109
Крахмал кукурузный 13, 21, 83, 89, 97, 119, 123
Креветки 49, 73
Крупа манная 23
Кунжут 55, 61, 109
Курага 23
Лепешка мексиканская 47
Ликер сливочный 71, 85
Лимон (сок/цедра) 21, 23, 25, 27, 35, 37, 81
Лук репчатый 44, 47, 51
Мед 61, 71, 103, 109, 115
Молоко кокосовое (сгущенное) 87
Молоко коровье (свежее/сгущенное) 27, 37, 49, 52, 55, 57, 61, 67, 71, 81, 83, 85, 99, 107, 111, 115, 121
Мука (манитоба/пшеничная/рисовая/ржаная/семола/цельнозерновая) 15, 17, 19, 25, 27, 29, 31, 35, 37, 41, 43, 44, 52, 55, 57, 61, 63, 65, 73, 75, 79, 89, 91, 95, 97, 99, 103, 105, 107, 111, 115, 121
Мускатный орех 85
Орегано 65
Орех грецкий 61, 109, 115, 121
Паприка копченая 44, 93, 95
Паста арахисовая 101, 109
Перец (кайенский/молотый/черный) 19, 44, 47, 51, 67, 93, 95, 117

Перец болгарский 47
 Подсолнечника семена 55, 61, 109
 Помидоры (свежие/черри) 47, 49, 93
 Приправа (овощи гриль/итальянские травы/уцхо-сунели/хмели-сунели) 19, 49, 67, 73, 75, 81, 91, 93, 103
 Пудинг сухой ванильный Dr. Oetker 33
 Разрыхлитель 27, 41, 89, 91, 99, 101, 103
 Растительное масло (авокадо/оливковое/подсолнечное/рафинированное) 13, 17, 19, 23, 41, 44, 47, 51, 65, 67, 71, 73, 75, 79, 93, 95, 97, 105, 107, 109, 113, 117, 121
 Рис (белый/круглозерный) 19, 83, 85
 Салат (листовой/руккола) 67
 Сахар (белый/коричневый/пудра) 13, 15, 17, 21, 23, 25, 27, 31, 33, 35, 37, 41, 43, 44, 52, 55, 57, 71, 75, 79, 83, 85, 87, 89, 91, 99, 103, 105, 105, 107, 109, 111, 119, 121, 123
 Сироп (ванильный/кленовый) 71, 101
 Сливки 25, 31, 33, 35, 71, 73, 111, 115, 123
 Сливки кокосовые 29, 101
 Сливочное масло 13, 19, 21, 23, 27, 29, 37, 44, 49, 52, 55, 57, 61, 67, 71, 73, 75, 79, 81, 83, 99, 103, 107, 111, 115, 119
 Сметана 19, 21, 23, 31, 33, 37, 115
 Сода пищевая 37, 75, 79, 99, 105
 Соль пищевая (каменная/морская) 19, 23, 37, 41, 43, 44, 47, 49, 51, 52, 55, 57, 61, 63, 65, 67, 73, 75, 79, 81, 83, 87, 89, 91, 93, 95, 97, 99, 103, 105, 107, 111, 115, 117, 121
 Соус (кетчуп/песто) 91, 113
 Сухофрукты 109, 121
 Сыр (голландский/горгонзола/камамбер/пармезан/плавленный чеддер/полутвердый/рикотта/российский/сулугуни/твердый/творожный/фета) 17, 19, 33, 67, 73, 75, 79, 89, 91, 93, 95, 115, 119, 123
 Творог 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 29, 31, 33, 35, 37, 41, 43, 44, 49, 65, 81, 111, 113
 Томаты сушеные 63
 Томатная паста 47
 Тортилья сырная 113
 Тыква (мякоть/семена) 55, 61, 85, 109
 Уксус яблочный 79
 Финики 109
 Фисташки 109
 Хлеб (белый/для тостов) 47, 67, 71, 117, 119
 Хлопья овсяные 87, 101, 109
 Чай матча 29
 Черника 13, 119
 Чернослив 23
 Чеснок 44, 71
 Шоколад (белый/молочный/темный) 23, 35, 71, 109, 121
 Эритрит 29
 Яйцо 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 31, 33, 35, 37, 41, 43, 44, 47, 49, 51, 52, 67, 71, 73, 75, 89, 91, 93, 95, 97, 99, 101, 105, 107, 111, 113, 115, 117, 121, 123

ХЛЕБ*СОЛЬ

КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ



РАССЛАБЬСЯ, ПРИСЯДЬ, ПОЛОЖИ СЕБЕ НЕМНОГО ПАСТЫ, ВКУСИ ЖИЗНЬ

Американский криминально-драматический сериал канала HBO «Клан Сопрано» (**The Sopranos**), созданный Дэвидом Чейзом, давно вошел в сокровищницу мирового кинематографа и стал культовым. Познать народ — это познать то, что они едят, и наоборот. Мы представляем вашему вниманию щедрую порцию итальянского достояния, неподвластного времени — **The Sopranos Family Cookbook**.

КАЧЕСТВО ЕДЫ НАЧИНАЕТСЯ НЕ НА РЕСТОРАННОЙ КУХНЕ, А НА ФЕРМЕ, ГДЕ ВЫРАЩИВАЮТСЯ ПРОДУКТЫ. ЦЕЛЬЮ НАПИСАНИЯ КНИГИ СТАЛО ЖЕЛАНИЕ ПРИОБЩИТЬ КАК МОЖНО БОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ К КОНЦЕПЦИИ СЕЗОННОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ МЕСТНЫХ ОВОЩЕЙ. ЛАКОНИЧНЫЙ ПОСТСКРИПТУМ С ФОТОГРАФИЕЙ АВТОРА «P.S. НЕ ПОКУПАЙТЕ ПОМИДОРЫ ЗИМОЙ. С ЛЮБОВЬЮ, ДЖОШУА», СТАНЕТ ДЛЯ МНОГИХ МОТТО ПО ЖИЗНИ.



ХЛЕБ*СОЛЬ
КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

УДК 641.55
ББК 36.997
В97

В97

Вэрайети, Настя.

Сначала — завтрак! : рецепты, которые вы полюбите / Настя Вэрайети. — Москва : Эксмо, 2021. — 128 с. : ил. — (Кулинарное открытие).

ISBN 978-5-04-101355-4

Вам нравится, как вы завтракаете? Знаменитый фуд-блогер Настя Вэрайети любит удивлять близких своими завтраками. Именно завтрак она считает самым важным приемом пищи, ведь от начала дня зависит, как он пройдет целиком. И, конечно, блюда, приготовленные в уюте собственного дома, имеют ни с чем не сравнимый вкус.

Настя предлагает завтракать красиво и небанально, потому что утро создано для всего самого вкусного: глазированные сырки с черникой, блины «Креп Сюзетт», вареники с сыром и грибами, манник с курагой и изюмом, шакшука, фокача с пармезаном, рикотники, творожные вафли. От одних названий уже текут слюнки! Хотите что-то быстрое или более изысканное?

Сладкое или, может, пряное? А может, и вообще соленое? В этой книге вас ждут 43 рецепта, подходящие любому формату завтрака: быстрые в приготовлении и требующие чуть больше времени. И те, и другие станут вашими фаворитами, ведь следовать Настиним пошаговым инструкциям легко и приятно. Просто переверните страницу и найдите свое настроение.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-101355-4

© Ефимова А. А., текст и фото, 2021
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

КУЛИНАРНОЕ ОТКРЫТИЕ

Вэрайети Настя

СНАЧАЛА — ЗАВТРАК!

Рецепты, которые вы полюбите

Главный редактор Рамиль Фасхутдинов
Руководитель направления Анна Братушева
Ответственный редактор Анна Райдер
Редактор Светлана Галанинская
Дизайн и верстка Юлия Анохина
Технический редактор Тамара Анохина
Препресс Антон Бельтиков, Алекс Крюков
Корректор Людмила Воробьева

Страна происхождения: Российская Федерация
Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Россия, город Москва, улица Зорге, дом 1, строение 1, этаж 20, каб. 2013.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru
Француз: «ЭКСМО-АКБ Баспасхана»
123308, Ресей, қала Маоску, Зорге көшесі, 1 үй, 1 қимарат, 20 қабат, офис 2013 ж.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru
Тауар белгісі: «Эксмо»
Интернет-магазин: www.book24.ru
Интернет-дүкен: www.book24.kz
Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы»
Казахстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Дистрибутор и представитель по прямым претензиям на продукцию,
в Республику Казахстан, ТОО «РДЦ-Алматы»
Казахстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаларды
қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 251-09-90/91/92. E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz
Филиал жарамдылық көрсетіп шектелмеген.
Сертификация туралы ақпарат: [сайта: www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)
Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»
www.eksmo.ru/certification
Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Дата изготовления / Подписано в печать 25.08.2021.
Формат 80х100¹/₁₆. Печать офсетная. Усл. печ. л. 11,85.
Тираж экз. Заказ

book 24.ru

Официальный
интернет-магазин
издательской группы
«ЭКСМО-АСТ»

16+

ЧИТАЙ
ГОРОД

В электронном виде книги издательства вы можете
купить на www.litres.ru

ЛитРес:
один клик до книги



ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ!

хлеб*соль

КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

Мы в соцсетях:
f vk o breadsalt.publisher

ISBN 978-5-04-101355-4



9 785041 013554 >

ЛУЧШИЕ КНИГИ О БИЗНЕСЕ С ЛОГОТИПОМ ВАШЕЙ КОМПАНИИ? ЛЕГКО!

Удивить своих клиентов, бизнес-партнеров, сделать памятный подарок сотрудникам и рассказать о своей компании читателям бизнес-литературы? Приглашаем стать партнерами выпуска актуальных и популярных книг. О вашей компании узнает наиболее активная аудитория.

ПАРТНЕРСКИЕ ОПЦИИ:

- Специальный тираж уже существующих книг с логотипом вашей компании.
- Размещение логотипа на супер-обложке для малых тиражей (от 30 штук).
- Поддержка выхода новинки, которая ранее не была доступна читателям (50 книг в подарок).

ПАРТНЕРСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ:

- Рекламная полоса о вашей компании внутри книги.
- Вступительное слово в книге от первых лиц компании-партнера.
- Обращение первых лиц на суперобложке.
- Отзыв на обороте обложки
вложение информационных материалов о вашей компании (закладки, листовки, мини-буклеты).



У вас есть возможность обсудить свои пожелания с менеджерами корпоративных продаж. Как?

Звоните:

+7 495 411 68 59, доб. 2261

Заходите на сайт:

eksmo.ru/b2b





Третья книга с авторскими завтраками от топ-блогера @veraishna – 140 тысяч подписчиков. Простые и цепляющие рецепты завтраков, нескудные и разнообразные. Сладкие и несладкие. Рецепты, после которых захочется проснуться раньше, чтобы готовить.

Я люблю красивых женщин, я люблю вкусную еду и ничего не могу поделать с этим. Думаю, меня многие из вас поймут. А представьте себе, что невероятной красоты девушка готовит вкуснейшие завтраки, да еще и пишет книги! И это вовсе не мечта, это реальность.

Владимир Чистяков,
бренд-шеф **BURO. TSUM & GRACE BISTRO**

ХЛЕБ*СОЛЬ
КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ
f vk o breadsalt.publisher



ISBN 978-5-04-101355-4



9 785041 013554 >