

про

ТАЙНОЕ ЗНАНИЕ



Привет!

Я долго думала над темой рассылки, мне хочется уйти от просто перечисления овощей и их полезных свойств. Это, конечно, тоже интересно, но еда всегда про большее: про нас самих и про тех, кто рядом.

В пятницу вечером в ресторанах оживленные лица и круговорот тарелок. За тартаром из тунца рассказываем о том, какую прекрасную капусту в соусе карри ели вчера и где самые вкусные тако. Мы в постоянном круговороте рецептов от подружки, рекомендаций, секретных мест и тайных знаний. И все только для того, чтобы вкусно поесть.

Поэтому темой этой рассылки я хочу сделать передачу опыта **из уст в уста, из книги в тарелку**, и структура ее будет другой. Мне нравится готовить по маминым рецептам, я как будто общаюсь с авторами своих любимых кулинарных книг и с удовольствием болтаю с классными блогерами. В этот раз они все будут с нами.

# содержание

## ОВОЩИ

5 шаньги «от бабушки к маме»

## Ариил

12 сэндвич с окороком от Ариила

## яблочный плен

17 яблочный пирог

## флекситерианство

17 кростата с мангольдом, луком пореем, зеленым и рикоттой

## ресторан «Лес»

17 закуска с хурмой

# Не красота изба угости, а красна пирогога!

**Пироги** — особенная для России еда, которая как будто сделана для поддержки долгой зимой и вообще всегда. Само слово, возможно, произошло от слова «пир». Может, и нет, но логика в этом проследживается.

Пироги пекли на праздники, поминки, свадьбы и именины. Девочки чуть ли не сразу после яслей должны были уметь печь пироги. Об этом мы сейчас не будем, но вы понимаете важность?!

Пироги и их рецепты — это невидимая связь сквозь время. Ведь те курники, кулебяки, расстегаи, что у нас есть сейчас, ели и наши далекие предки. Сохранили, передали, внесли каждый свое — какое-то невероятное коллективное пироговое сознательное.





# Шаньги «От бабушки к маме»

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

500 г муки

200 г сметаны

120 г сливочного масла

1 стакан молока

2 желтка

7 г сухих дрожжей

1 ½ ст. л. сахара

1 ч. л. соли

соль

Для начинки:

0,5 кг картофеля

20 г сливочного масла

50 мл сливок или молока



Моя бабушка пекла шаньги в огромных масштабах. Потому что на них собиралась вся семья. А у нее было 5 сестер, чтобы вы понимали. И все они к тому моменту уже были бабушками. Так вот, моя мама воссоздала тот самый вкус, и даже если это не было частью вашего детства — пирожок и картофельное пюре еще никогда не проваливали успокоительную миссию.

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

**1.** Для начала нужно приготовить опару, влейте тёплое молоко в большую миску, добавьте сахар, дрожжи, 2 столовые ложки муки, все перемешайте и дайте дрожжам время начать свою работу. Это займет от 5 до 10 минут, вы увидите, что опара начала пузыриться.

**2.** В кастрюле растопите сливочное масло, добавьте сметану, 2 желтка, соль и опару.

**3.** Перемешивайте жидкость и постепенно добавляйте муку. Можно сделать это в планетарном миксере с насадкой крюк, а можно замесить тесто руками.

**4.** Когда тесто будет готово, накройте его полотенцем и оставьте подходить в тепле.

**5.** Дайте тесту подняться два раза. На это уйдет примерно 40 минут и еще 40 минут. Тесто поднимется в первый раз через 40 минут, его надо обмять, и еще через 40 минут оно поднимется во второй раз. За это время можно как раз приготовить начинку.

**6.** Отварите картофель и слейте воду и, постепенно добавляя горячее молоко, сливочное масло, приготовьте пюре. Вбейте в пюре яйцо и посолите по вкусу. Пюре легко приготовить в планетарном миксере. Важно, чтобы все ингредиенты были очень горячими, и не мучайте его долго.

**7.** Из готового теста раскатайте пласт и вырежьте

формой круглые лепёшки. Разложите их на пергаменте и противне или силиконовом коврике.

**8.** Дайте расстояться 10 минут, а потом выложите начинку в центр каждой лепешки горкой.

**9.** Взбейте яйцо в чашке, для смазывания каждой шаньги.

**10.** Выпекайте в духовке при 200 °С 20–30 минут, пока не зарумянятся. Здесь важно смотреть, потому что духовки все разные.

**11.** После выпекания смажьте шаньги растопленным сливочным маслом и накройте салфеткой. Берегите от домашних, а то они быстро исчезают.

# Арицл

В интернете всегда кто-то готовит. Рецепты кочуют из блога в блог. Через время это становится скучно. Я вообще практически не подписана на кулинарных блогеров.

Арик завел блог на карантине случайно, но его блог — один из моих любимых. Мне важно, сколько исследований и тестов стоит за любым блюдом.

Если Арик о чем-то пишет, я уверена — **он попробовал все** или почти все и вывел основные принципы. А значит, это уже не рецепт, а формула, где можно менять переменные, но итог остается один — очень вкусно.

Меню 13 / 2021

Рассылка меню Тани Кошечевой @nobottlesparty







# Сэндвич с окороком от Ариила

Это просто невероятный сэндвич от Ариила. Самый сочный и сырный. Завтрак или обед или ужин, или один прием пищи. Вокруг него можно устроить вечеринку, а можно просто насладиться в одиночестве. Идеальный.



## ИНГРЕДИЕНТЫ:

### Для сэндвича:

хлеб (мои фавориты — белый из «Реми» и от кампании от La Poste)

50–100 г тертого сыра (чеддер, проволоне или грюйер)

100 г окорока или бекона (классные у гастрошквота «Цех»)

1/2 авокадо

### Для соуса:

1/2 авокадо

3 лайма

1 пучок кинзы

1/2 пучка зеленого лука

1/2 пучка мяты

1–2 ст. л. сиропа агавы или мёда

1 ст. л. майонеза или сметаны

2 ст. л. масло авокадо или оливы

халапеньо или зеленый чили по вкусу

щепотка соли

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Для начала сделаем соус. В чашу блендера или комбайна выдавите три лайма.
2. Помойте зелень, отрежьте корешки и сложите в чашу, туда же добавьте нарезанный острый перец. Нужно превратить все это в зеленую кашу. Проще всего это сделать в пульсирующем режиме.
3. Добавьте в чашу майонез, сироп, половинку авокадо, масло и щепотку соли.
4. Взбейте все в блендере, чтобы соус стал максимально однородным. Попробуйте, достаточно ли все сбалансировано: слишком кисло — больше сиропа, слишком сладко — больше лайма. Если надо, добавьте соль.
5. Теперь сам сэндвич. Натрите сыр на мелкой тёрке.
6. Окорок обжарьте быстро на сковороде, чтобы подрумянился.
7. Возьмите два ломтика лю-

бимого хлеба, лучше всего на закваске. Положите их бабочкой спина к спине.

8. Обе половинки посыпьте сыром. На одну половинку положите окорок и полейте соусом. Порежьте дольками половинку авокадо и выложите поверх соуса.

9. Теперь четким и уверенным движением соберите обе половинки в один сэндвич. Если что-то вывалилось, запихните обратно.

10. Снаружи сэндвич смажьте тонким слоем майонеза и положите на предварительно разогретую сухую сковородку. Если есть пресс, можете придавить сверху, чтобы сыр быстрее растаял.

11. Неторопливо жарьте до золотистого цвета. Огонь лучше сделать слабый, пусть сыр растает быстрее, чем сгорит хлеб.

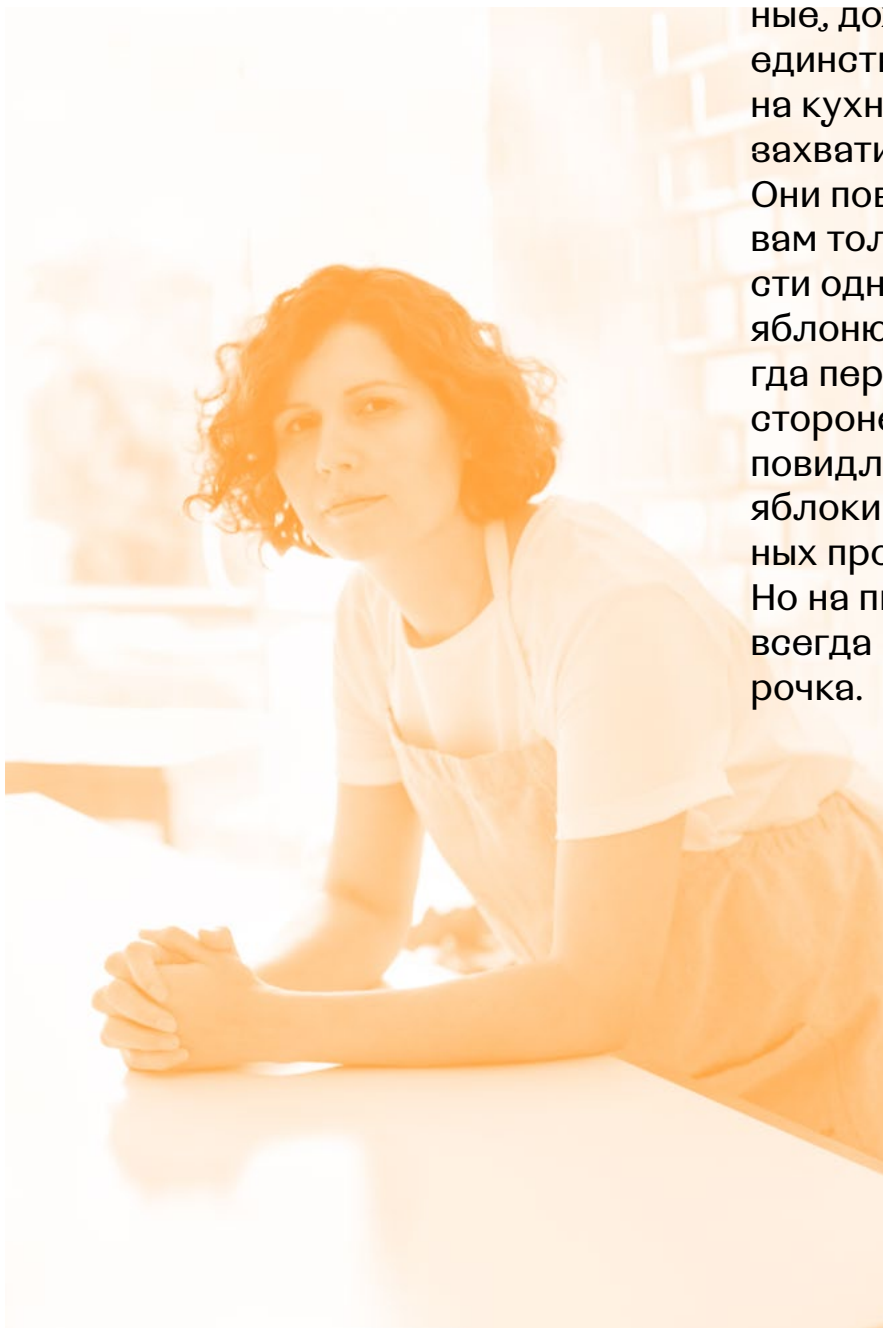
12. Я бы добавила сюда еще бокал игристого.



# Яблочный плен

Когда наступает осень, кажется, что **время замедляется**. Это правда самое медленное время в году. Лето ведь проскакивает, не успеваешь моргнуть. Зима — там много суеты: Новый год, лыжи. Весной уже все бежит, торопится к лету. А осень — она просто есть.

И в самые пасмурные, дождливые дни единственный путь — на кухню. А там все захватили яблоки. Они повсюду, стоит вам только завести одну крошечную яблоню. Вроде иногда перевес на твоей стороне и уже готовы повидло, сушеные яблоки и много сочных просто съедено. Но на пирог другой всегда найдется парочка.







# Яблочный пирог

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

### Для теста:

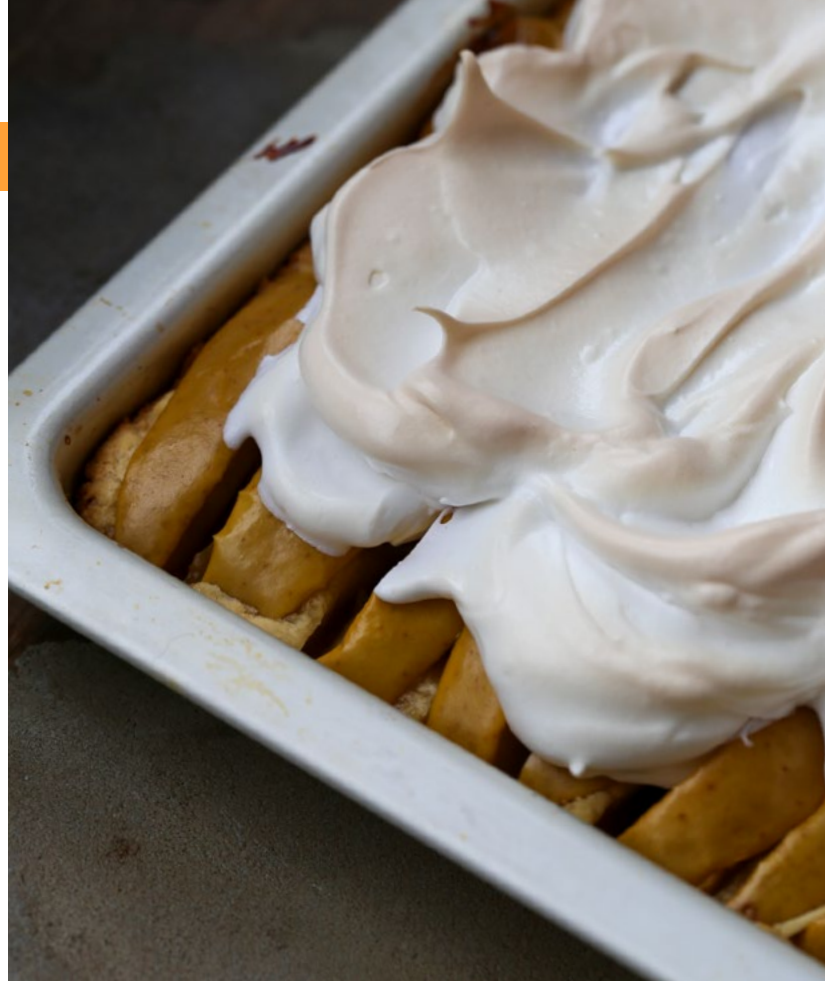
- 225 г муки
- 200 г сливочного масла
- 90 г сахара
- 50 г крахмала
- 3 желтка
- 4 ст. л. молока

### Для меренги:

- 4 белка (три осталось от теста)
- 160 г сахара

### Начинка:

- 1 кг яблок



Это пирог от моей подруги [Юли Батюни](#). А ей он достался от мамы. Чувствуете, все та же история? Уверена, ее дочери тоже будут его печь. А возможно, и ваши дочери или сыновья. Пирог-то волшебный.

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Разогрейте духовку до 180 °С.
2. Сливочное масло нарежьте кубиками, добавьте все сухие ингредиенты и превратите в крошки с помощью миксера с насадкой лопатка, процессора с ножом или руками.
3. Добавьте желтки и молоко, как только тесто соберется в комок (не больше минуты) сразу остановитесь — это важно.
4. Сделайте из теста лепешку, заверните в пленку и отправьте в холодильник.
5. Для начинки нам понадо-

6. бится примерно 1 кг яблок.
6. Яблоки порежьте достаточно крупно, удалите сердцевину, лучше всего всего с помощью специального ножа, он разрезает яблоко на 12 сегментов.
7. Раскатайте тесто либо в круглую лепешку и в форму, либо прямо на противень. Его можно застелить пергаментом. Выложите яблоки плотно друг к другу на тесто и посыпьте по желанию корицей и/или изюмом.
8. Отправьте в духовку примерно в а 20–25 минут.

9. Для меренги взбейте белки до состояния «пивной пены» и засыпьте сахар понемногу. Взбить нужно до мягких пиков.
10. Выложите меренгу сверху на пирог и распределите равномерно по поверхности.
11. Сделайте температуру в духовке до 160 °С и отправьте туда пирог ещё на 20 минут.
12. Пирог получается невероятно нежный и сбалансированный.

# Флекси- териан- ство

Звучит это слово странно, но думаю, мы будем часто его слышать. Кроме того, что это общепланетарный тренд, **мне просто близка эта концепция**. Я не хочу и не могу стать вегетаринкой, но я очень люблю овощи и стараюсь сделать так, чтобы они всегда были в моей тарелке.

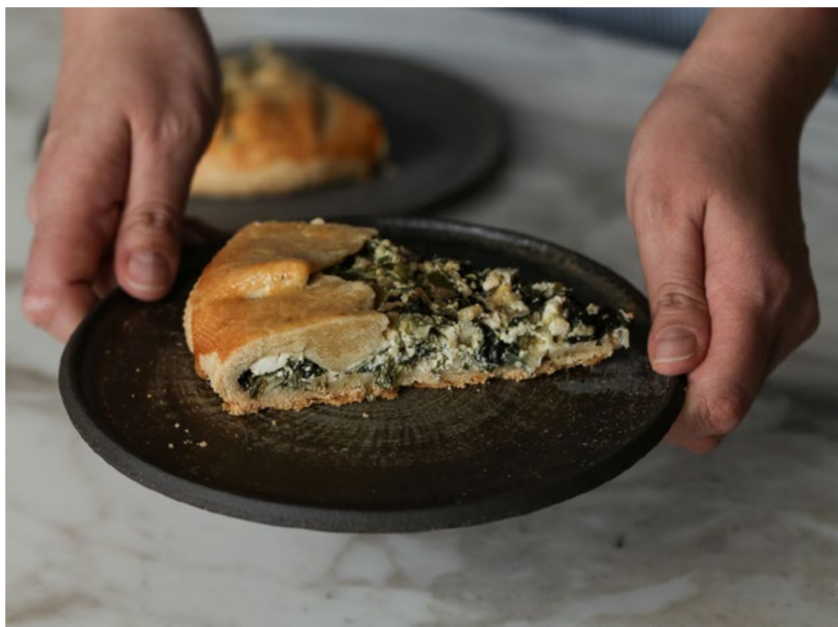
Я с удовольствием и любопытством готова к новым видам мяса. Думаю, нас ждет разнообразие, с которым мы до этого не сталкивались. Но то, что нам всегда доступно — это овощи, которые могут быть и завтраком и обедом, могут быть и хлебом и десертом.

Все больше книги блогов только об овощах. Мои любимые источники: Kraut Korf, Джошуа Макфадден, Найджел Слейтер.



# Кростата с мангольдом, луком пореем, зеленью и рикоттой

Несладкая галета, где под шумок можно съесть кучу зелени, от Джошуа Макфаддена. Я здесь использую свое любимое галетное тесто, но вы можете взять и магазинное слоеное.



## ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

- 200 г муки
- 100 г сливочного масла
- 80 г творожного сыра Almette
- 20 г сахара
- 30 г орехов (фундук или грецкие)
- 5 г соли
- 2 ст. л. холодной воды

Для начинки:

- 200 г рикотты
- 50 г тертого пармезана
- 2 яйца
- 1 пучок мангольда
- 1 стакан зелени (укроп, петрушка, мята)
- 2 ст. л. оливкового масла
- 3 зубчика чеснока
- 2 стебля лука-порея
- 2 ч. л. лимонной цедры

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Разогрейте духовку до 190 °С.
2. Сделаем мое любимое галетное тесто. Если вы хотите посмотреть видео, то оно доступно в [пробном уроке курса «Гастрономический №1»](#). В самом начале приготовления поставьте немного воды в холодильник. Она пригодится в самом конце.
3. Разотрите пальцами или с помощью насадки миксера муку и сливочное масло до крупной крошки. Добавьте сахар, соль, творожный сыр, нарубленные орехи, воду и замесите мягкое, не липкое плотное тесто. Сформируйте из теста шар и отправьте в холодильник на 30 минут.
4. Промойте всю зелень и хо-

рошенько просушите. Я обычно делаю это в карусели, но можно и промокнуть чистым кухонным полотенцем.

5. Мелко порежьте порей, мангольд и зелень.
6. Разогрейте сковороду, налейте на нее оливковое масло и обжарьте мелко порезанный или раздавленный чеснок. Здесь надо быть предельно внимательным, чтобы чеснок не подгорел.
7. Добавьте порей и мангольд. Если получается слишком много, добавляйте частями. Посолите и поперчите. Ребята дадут много воды, ее нужно выпарить.
8. Остудите мангольдопорей. Пока они остывают, смешайте в миске рикотту, яйца, натертый пармезан, цедру и порезанную зелень. Добавьте

остывшую начинку и снова хорошенько перемешайте. Попробуйте, достаточно ли соли и перца. Если нужно добавить — не стесняйтесь.

9. Раскатайте тесто на пергаменте (можно сразу на противне) и в центр выложите начинку. Распределите ее ровным слоем, не доходя до краев 7 сантиметров.

10. Заверните края и защипните. Можно смазать бортики яйцом или молоком. Выпекайте в духовке 25–30 минут. Потом убавьте температуру до 160 °С и пеките еще 15 минут.

11. Она хороша и холодная, и горячая. Да вообще хороша.

# Ресторан «Лес»

Совершенно чудесным образом в моем доме открылся ресторан «Лес», где шеф-гастроботаник Андрей Колодяжный соединяет русский лес и высокую кухню города.

Атмосфера, ребята, которые здесь работают, винная карта — все очень дружелюбное. Именно такими должны быть рестораны, которые хотят жить долго. Мне нравится, что здесь тренд на локальность и дикоросы подкреплен богатым опытом шефа. У него есть даже мастер-класс в Novikov School. Жаль, в этом году я до него не дошла.

**Про каждое блюдо расскажут и все объяснят.** Так создается связь между тем, что мы едим, и временем, в которое мы живем. Андрей при этом очень открытый человек и в своем инстаграм делится идеями и рецептами. Многие из них можно повторить дома или по крайней мере вдохновиться неожиданными гастрономическими сочетаниями.

Меню 13 / 2021

Рассылка меню Тани Кошечки @nolobottlesparty

# Закуска с хурмой

Сейчас самый сезон хурмы. Поэтому я выбрала рецепт Андрея, где мы выведем ее на новый гастрономический уровень. Не бойтесь обилия ингредиентов. Часть можно не использовать, если не найдете.



Меню 13 / 2021

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

240 г хурмы «Королек»  
160 г моркови оранжевой  
80 г желтой моркови  
160 г страчателлы  
60 г кабачка  
12 г зеленого базилика  
8 г лимонграсса  
80 г сока апельсина  
12 г имбиря  
40 г зеленых оливок  
40 г вяленых томатов  
40 г вяленой хурмы (если нет, пропустите)  
приправа для корейской моркови  
соль, оливковое масло

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Морковь порежьте тонкими слайсами и замаринуйте в корейских приправах (можно купить готовую смесь).
2. Нарежьте лимонграсс тонкой соломкой, а имбирь мелкими кубиками. Залейте апельсиновым соком и оливковым маслом. Дайте им настояться 20 минут. А потом процедите.
3. Сырой кабачок, томаты, вяленую хурму и оливки нарежьте мелкими кубиками, чтобы получился тар-тар.
4. Свежую хурму можно порезать шариками при помощи нуазетки. Но если ее нет,

просто порежьте слайсами или кубиками.

5. На большой тарелке выложите в центр страчателлу, вокруг — шарики хурмы и закрученную по спирали маринованную морковь. Украсьте тар-таром из овощей, листочками базилика и полейте заправкой.

6. Это может быть закуской или гарниром к мясу вроде утки или баранины. А может быть и самостоятельным блюдом. Помните про флекситеринство? Больше овощей!

Рассылка меню Тани Кошечкиной @nobottlesparty



Бесплатная гастрономическая рассылка — авторский проект архитектора гастрономического сознания Тани Кошечевой [@nobottlesnoparty](https://www.instagram.com/nobottlesnoparty), автора курсов [«Винные ответы»](#) и [«Гастрономический № 1»](#).

Поддержать рассылку и другие проекты Тани можно на [Patreon](#) — специальной платформе для поддержки творческих проектов. Патроны получают доступ к архиву рассылки, винные рекомендации, советы о классных книгах, подкастах и фильмах. К каждому пакету прилагается огромная благодарность, любовь и гастрономическое благословение.

[nobottlesnoparty.ru](https://nobottlesnoparty.ru)

Выпуск делала команда:

Главный редактор  
Саша Смолокурова [@smolokurova](https://www.instagram.com/smolokurova)

Шеф-редактор  
Настя Пугачева [@skazochno](https://www.instagram.com/skazochno)

Арт-директор  
Соня Каем [@kaem\\_design](https://www.instagram.com/kaem_design)

Иллюстратор  
Маша Дубровина [@dubrovina.m.00](https://www.instagram.com/dubrovina.m.00)