



БОЛЬШАЯ
КУЛИНАРНАЯ
КНИГА

ДЛЯ ЮНЫХ ШЕФОВ



Аванта



УДК 641.55-053.2
ББК 36.997
Б79



Большая кулинарная книга для юных шефов / пер. с англ. Чупин А.А. — Москва: Издательство АСТ, 2020. — 207, [1] с.: ил. — (Готовят дети).

ISBN 978-5-17-121943-7.

«Большая кулинарная книга для юных шефов» – это полное руководство для юных поваров. В ней содержится более сотни рецептов: от закусок и напитков до горячих блюд на всю семью и вкуснейших десертов. Все рецепты, собранные в этой книге, опробовали и оценили дети со всего мира.

Помимо рецептов, читатель встретит увлекательные и полезные советы об ингредиентах и оборудовании, а также многочисленные кулинарные секреты. Стать профессиональным шеф-поваром проще, чем кажется! Для среднего школьного возраста.

УДК 641.55-053.2
ББК 36.997

Copyright © 2018 by America's Test Kitchen
© Чупин А.А., пер. с англ., 2020
© ООО «Издательство АСТ», 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

5

ПЕРВЫЕ ШАГИ НА КУХНЕ

21

ГЛАВА 1
ЗАВТРАК



49

ГЛАВА 2
ЗАКУСКИ И НАПИТКИ

75

ГЛАВА 3
ГОТОВИМ ДЛЯ СЕБЯ



101

ГЛАВА 4
ГОТОВИМ ДЛЯ СЕМЬИ И ДРУЗЕЙ



139

ГЛАВА 5
ГАРНИРЫ СПЕШАТ НА ПОМОЩЬ

167

ГЛАВА 6
ДЕСЕРТЫ



200

ОСНОВЫ
ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ

201

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ РЕЦЕПТОВ

207

УКАЗАТЕЛЬ



НЕТ НИЧЕГО ЛУЧШЕ ДОМАШНЕЙ ЕДЫ

Что может сравниться с ароматом печенья в духовке? Не важно, готовишь ли ты для себя, своей семьи или друзей – это весело и интересно, ведь в итоге ты не только съешь что-нибудь вкусное, но и почувствуешь удовлетворение от создания чего-то собственными руками; чего-то, чем можно будет поделиться с другими!

Прямо сейчас сотни (а то и тысячи!) других детей готовят по нашим рецептам, наслаждаясь процессом и результатом, поэтому рецепты можно смело считать опробованными и одобренными юными поварами. При создании данной книги мы попросили 750 ребят, таких же, как и ты, протестировать рецепты, чтобы убедиться в том, что они понравятся и тебе. Почти все готовили дома, а затем делились с нами своими мыслями: было ли вкусно (или невкусно), легко, путанно или слишком уж сложно. А некоторые готовили на нашей специальной кухне, вместе с профессиональными поварами. Огромное спасибо всем нашим юным кулинарам-испытателям!

Начав готовить, не бойся просить помощи или задавать вопросы взрослым. Не бойся совершать ошибки – все мы ошибаемся! Порой худшие ошибки оказываются наиболее ценным опытом. И помни, что универсального совершенства не существует – просто вещь должна быть совершенной для ТЕБЯ.

Мы создали эту книгу, чтобы поделиться нашими знаниями с новым поколением поваров. Надеемся, она тебя вдохновит. В любом случае не забывай получать удовольствие и гордиться своими результатами.

СЧАСТЛИВОЙ ГОТОВКИ!



ПЕРВЫЕ ШАГИ НА КУХНЕ

КАК ПОНЯТЬ СИМВОЛЫ В КНИГЕ

Чтобы помочь тебе подобрать подходящий рецепт, в книге используется специальная система символов. Они указывают на сложность рецепта и особенности готовки.



1 шапка
рецепт для
начинаю-
щих



2 шапки
рецепт
средней
сложности



3 шапки
сложный
рецепт



= для готовки необходим нож



= для готовки необходима микроволновка



= для готовки необходима кухонная плита



= для готовки необходима духовка



= рецепт без ножей и нагрева

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РЕЦЕПТАМИ КНИГИ

Вообще, готовить по рецепту – дело трёх шагов, поэтому каждый рецепт данной книги разделён на три части. Предварительная подготовка ингредиентов и оборудования снижает количество ошибок, ведь тебе не придётся бегать по кухне в поисках нужной вещи, пока еда готовится в кастрюле или в духовке.

ПОДГОТОВЬ ИНГРЕДИЕНТЫ: начни со списка ингредиентов, подготовь их по инструкции. Взвесь и порежь всё, что нужно. Промой фрукты и овощи. Для большего порядка помести ингредиенты в пластиковые контейнеры или миски.

СОБЕРИ КУХОННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ: подготовив ингредиенты, размести на столе кухонное оборудование, необходимое для готовки по рецепту.

ПОРА ГОТОВИТЬ: наконец-то пришло время смешать все ингредиенты и нагреть их на плите или в духовке. Отложи смартфон и забудь на какое-то время о домашке – время готовить!

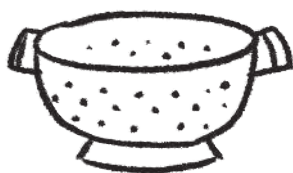
4 СЕКРЕТА УСПЕШНОЙ ГОТОВКИ

Готовка – дело не такое уж сложное. Люди начали готовить пищу более одного миллиона лет назад, как только научились управляться с огнём. Представь, сколько макарон наварили за всё это время! Внимание к деталям – вот что важно при готовке. Держи четыре секрета, которые помогут тебе стать настоящим профессионалом на кухне.

СЕКРЕТ #1: ЧИТАЙ ВНИМАТЕЛЬНО

Если ты учишься готовить, то, скорее всего, по рецептам. Потребуется некоторое время, чтобы понять язык, который в них используется (см. «Расшифровываем кулинарный язык», с. 8).

- Начни с базовой информации. Сколько еды получится по рецепту? Сколько времени займёт готовка? Если ты хочешь быстро перекусить после школы, лучше всего подобрать рецепт, рассчитанный на двух человек (не на четырёх) и 15 минут готовки вместо часа.
- Убедись, что у тебя есть необходимые ингредиенты и оборудование. Не стоит начинать делать гуакамоле, не убедившись, что под рукой есть авокадо. Ну и, конечно, не стоит начинать делать тесто для торта, если на кухне нет формы для выпечки подходящего размера.
- Следуй указаниям рецепта, по крайней мере на первых порах. А как только ты ухватил суть рецепта, можно попробовать поэкспериментировать. Читай колонки «Сделай по-своему», чтобы узнать, как можно изменить рецепт, чтобы блюдо ещё больше пришлось тебе по вкусу.



СЕКРЕТ #2: КОНЦЕНТРАЦИЯ

Готовка требует активного участия повара.

- Измеряй аккуратно (больше советов на с. 11). Слишком много соли может испортить рецепт. Слишком мало бульона, и рис может пригореть.
- Рецепты написаны не только с указанием времени («готовить 5 минут»), но и с использованием визуальных подсказок («готовить до золотистой корочки»). Хорошие повара на кухне задействуют все свои чувства – зрение, слух, осязание, обоняние и вкус.
- Многие рецепты содержат в себе временные рамки, например, «готовить до румяности, 20–25 минут». Эти рамки обусловлены разницей кухонных плит и духовок. Поставь таймер на минимальное указанное время. Если после срабатывания таймера еда всё ещё не готова, всегда можно продолжить готовить, переставив на нём время. А вот если готовить слишком долго, исправить это уже не получится.





СЕКРЕТ #3: НЕ ЗАБЫВАЙ О БЕЗОПАСНОСТИ

Да, ножи и плиты могут быть опасными. Если вдруг у тебя возникли какие-то сомнения – смело проси о помощи взрослого.

- Используй нож, который тебе хорошо подходит. Это зависит от размера твоей руки и навыков (см. рекомендации на с. 121). Научись держать нож и пользоваться им (см. советы на с. 122).
- Горячие плиты и духовки могут стать причиной болезненных ожогов. Держи в голове, что всё, что стоит на плите (включая ручки и крышку кастрюли), может быть горячим. Всё, что находится внутри духовки, точно горячо. Всегда используй кухонные рукавицы (см. рекомендации на с. 87).
- Мой руки перед готовкой.
- Мой руки после того, как потрогал сырое мясо, курицу, рыбу или яйца.
- Никогда не позволяй сырой еде (например салату) контактировать с едой, которую ты приготовишь (например курицей). Так, не следует разделявать сырое мясо, а затем использовать ту же самую доску для резки овощей.
- Никогда не оставляй что-либо на кухонной плите без присмотра. Всегда выключай плиту и духовку после завершения готовки.

СЕКРЕТ #4: ОШИБКИ – ЭТО НОРМАЛЬНО

Ошибки – отличная возможность чему-нибудь научиться.

- Подумай, что бы ты сделал иначе в следующий раз. Может, стоит поставить таймер, чтобы не забыть проверить печенье в духовке. А может, стоило измерять немного аккуратнее.
- Не переживай, если блюдо не вышло идеальным. Печенье неправильной формы такое же вкусное. Если ты съешь свои «ошибки» с удовольствием, остальным они тоже понравятся. Не забывай: ты что-то приготовил! Это невероятно круто.



→ РАСШИФРОВЫВАЕМ ← → КУЛИНАРНЫЙ ЯЗЫК ←

Порой разобраться в рецепте так же сложно, как и в иностранном языке. Вот несколько слов, которые часто используются в кулинарных книгах, а также их «перевод».

ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ ОСТРЫМ ПРЕДМЕТОМ

ОЧИЩАТЬ: удалять кожуру или другой внешний слой с еды, обычно с фрукта или овоща. Для этих целей чаще всего используют овощечистку.

Снимать цедру: отделять цветную ароматную кожуру с лимона, лайма или апельсина (цветная кожура и называется цедрой). Не включает в себя горький белый слой (мездра), расположенный под цедрой.

РЕЗАТЬ: разделять еду на мелкие кусочки с помощью ножа. Мелконарезанные = кусочки 3–6 мм. Средне нарезанные = 6–12 мм. Крупно нарезанные = 12–19 мм. Используйте линейку, чтобы понять разницу в размерах.

РУБИТЬ: нарезать еду ножом на кусочки 3 мм и меньше.

НАРЕЗАТЬ ЛОМТИКАМИ: разделять еду с помощью ножа на кусочки с двумя плоскими сторонами, чья толщина зависит от указаний рецепта. Так, на ломтики нарезают стебель сельдерея.

ТЕРЕТЬ: разрезать еду (в частности сыр) на очень маленькие единообразные кусочки при помощи маленьких отверстий в тёрке. Большие отверстия используются для получения более крупных ломтиков и полосок еды (сыра, а также некоторых овощей и фруктов).

ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ В МИСКЕ

МЕШАТЬ: объединять ингредиенты в миске или другой ёмкости для готовки. Чаще всего для этих целей используют силиконовую или деревянную лопатку.

ПЕРЕМЕШИВАТЬ: аккуратно объединять ингредиенты при помощи кухонных щипцов или двух вилок и/или ложек для того, чтобы ингредиенты распределились равномерно. Салат в миске перемешивают (а не мешают).

СБИВАТЬ (ПЕРЕМЕШИВАТЬ ВЕНЧИКОМ): перемешивать ингредиенты до тех пор, пока они не образуют однородную массу. Так, чтобы приготовить яичницу-болтунью, яйца необходимо сбить.

ВЗБИВАТЬ: интенсивно перемешивать с помощью венчика или электрического миксера, чтобы насытить ингредиенты воздухом, увеличив, таким образом, их объём (например, так взбивают масло и сахар, чтобы получить тесто для печенья).

СОСКРЕБАТЬ: соскабливать ингредиенты с боковых поверхностей миски, кастрюли, блендера или комбайна обратно в центр. Силиконовая лопатка отлично подойдёт для этой работы.



ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ С ТЕПЛОМ

ПЛАВИТЬ: нагревать твёрдую пищу (проще всего представить сливочное масло) на конфорке или в микроволновке, пока она не превратится в жидкую.

НАГРЕВАТЬ ДО «РЯБИ»: нагревать масло на сковороде, пока оно не начнёт слегка двигаться. Это значит, что на нём можно начинать готовить. Если масло начало дымить – произошёл перегрев. В этом случае лучше всего начать заново, залив свежую порцию масла.

ВАРИТЬ НА МЕДЛЕННОМ ОГНЕ: нагревать жидкость до тех пор, пока на поверхности не начнут появляться маленькие редкие пузырьки, как при приготовлении супа.

ДОВОДИТЬ ДО КИПЕНИЯ: нагревать жидкость до тех пор, пока на поверхности не начнут быстро появляться большие пузыри, как при приготовлении пасты.

ПОДЖАРИВАТЬ: нагревать пищу (как правило, хлеб или орехи) на сковороде, в тостере или духовке до золотистой корочки и приятного аромата.

ПРОБУЙ БЛЮДО ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ

Во многих рецептах написано «приправить по вкусу» перед подачей блюда. Но что это значит? Приправами в данном случае являются соль и перец. Сколько людей – столько и вкусов. Может, твой младший брат не любит перец. А добавляя соль и перец непосредственно перед подачей, можно контролировать количество приправ, которые попадут в блюдо. Также можно поиграть со вкусом, используя другие ингредиенты:

- Супы, пасту, овощи и рыбу можно полить оливковым маслом непосредственно перед подачей для дополнительного аромата и насыщенности.
- Щепотка свежей рубленой зелени подойдёт практически ко всему. Петрушка и шнитт-лук – идеальные варианты, но для многих рецептов также подойдёт и кинза; базилик – классика итальянской кухни.
- Выдави немного лимонного сока на курицу, овощи, в рыбные блюда или даже тарелку супа – это придаст блюду дополнительные яркие нотки.
- Для большей пикантности добавь щепотку хлопьев красного перца в соусы, супы и жаркое.

? А ЧТО НАСЧЁТ ИНГРЕДИЕНТОВ? ? ?

Кухня, полная продуктов, – залог успешной готовки. Вот несколько ингредиентов, которые следует всегда иметь под рукой, а также советы по их покупке.

СОЛЬ: существует множество видов соли. Рецепты в этой книге требуют простой поваренной соли (соль мелкими кристаллами – мы её засыпаем в солонку). Ты можешь также использовать крупную кошерную или пищевую морскую соль, но её потребуется немного больше.

ПЕРЕЦ: свежемолотые зёрнышки перца куда ароматнее молотого перца, который можно найти в продуктовом магазине.

РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО: в рецептах, где особое внимание уделяется вкусу и аромату масла – например, в качестве заправки для салата, – лучше всего использовать качественное оливковое масло первого холодного отжима (т.н. extra virgin). Более нейтральные растительные масла хорошо подойдут для широкого ряда блюд и выпечки.



СЛИВОЧНОЕ МАСЛО: используй несолёное сливочное масло. Солёное масло – отличный вариант для бутерброда, но из-за него еда может показаться пересоленной.

ЯЙЦА: большинство рецептов требуют крупных яиц. При готовке блюд из яиц (например, омлета) размер не имеет значения, но в случае с выпечкой стоит следовать указаниям рецепта.



МОЛОКО И МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ: молоко, сливки, йогурт и сметана – распространённые ингредиенты. Цельное молоко и молоко с низким содержанием жира практически всегда дают одинаковый результат; но если по рецепту требуются сливки, молоко использовать не стоит.

БУЛЬОН: куриный и овощной бульоны (их можно купить в магазине) взаимозаменяемы в большинстве рецептов.

ТРАВЫ: свежая зелень добавит гораздо больше аромата, нежели сушёные травы. Сушёный орегано или тимьян сгодятся, а вот сушёная петрушка, базилик или кинза того не стоят – на вкус они будут как опилки! Больше о свежих травах на с. 53.

СПЕЦИИ: молотые пряности, типа тмина или порошка чили, моментально добавляют аромата. Храни специи не больше одного года – после этого их лучше заменить на новые.



ЧЕСНОК И ЛУК: зачастую при приготовлении блюда не обойтись без чеснока и/или лука. Эти ароматные ингредиенты требуют особой подготовки (см. с. 13); хранить их следует не в холодильнике, а в сухом тёмном месте.

РАЗРЫХЛИТЕЛЬ ТЕСТА И ПИЩЕВАЯ СОДА: разрыхлители необходимы для приготовления пышных панкейков, маффинов, тортов, печенья и другой выпечки. Пищевая сода и разрыхлитель теста (его ещё называют пекарским порошком) не являются взаимозаменяемыми. О том, как они работают и делают выпечку пышной, читай на с. 144.

МУКА: всегда держи на кухне обычную пшеничную муку – она пригодится для множества рецептов, от тортов до печенья.

САХАР: белый сахарный песок – один из наиболее популярных подсластителей, хотя иногда в рецепте указывают сахарную пудру или коричневый тростниковый сахар. Если в рецепте отсутствует уточнение, можно использовать и светло-коричневые сорта сахара (например, демерара), и тёмно-коричневые (например, мусковадо).



КАК ВСЁ ИЗМЕРИТЬ?

Для достижения стабильных результатов без аккуратных измерений не обойтись. Сыпучие продукты и жидкости измеряют по-разному. Обрати внимание, что небольшое количество и сыпучих продуктов, и жидкостей измеряется при помощи маленьких мерных ложек.



СЫПУЧИЕ ПРОДУКТЫ (всё от муки и сахара и до риса с замороженным горошком) следует измерять в соответствующих мерных ёмкостях – небольших металлических или пластиковых стаканчиках с ручками. Каждый набор, как правило, имеет ёмкости разных размеров – $\frac{1}{4}$ стакана (≈ 60 мл), $\frac{1}{3}$ стакана (≈ 80 мл), $\frac{1}{2}$ стакана (≈ 125 мл), 1 стакан (≈ 250 мл). Разумеется, также можно пользоваться обычным стаканом объёмом в 250 мл. Погрузи его или мерную ёмкость в сыпучий продукт и сними излишки верхней частью столового ножа.



ЖИДКОСТИ (молоко, вода, сок) также следует измерять в специальных мерных ёмкостях для жидкостей (большие прозрачные пластиковые или стеклянные стаканы с рисками по бокам, большой ручкой и носиком). Поставь стакан на стол и наклонись, чтобы увидеть, где находится нижняя точка мениска – вогнутой арки на поверхности жидкости, по которой и нужно измерять её количество.

КУЛИНАРНАЯ МАТЕМАТИКА

С головой погрузившись в мир кулинарных измерений, легко потеряться в числах и пропорциях. Пока что достаточно запомнить эти правила.

3 ЧАЙНЫЕ ЛОЖКИ = 1 СТОЛОВАЯ ЛОЖКА

16 СТОЛОВЫХ ЛОЖЕК = 1 СТАКАН



7 КЛЮЧЕВЫХ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ ШАГОВ

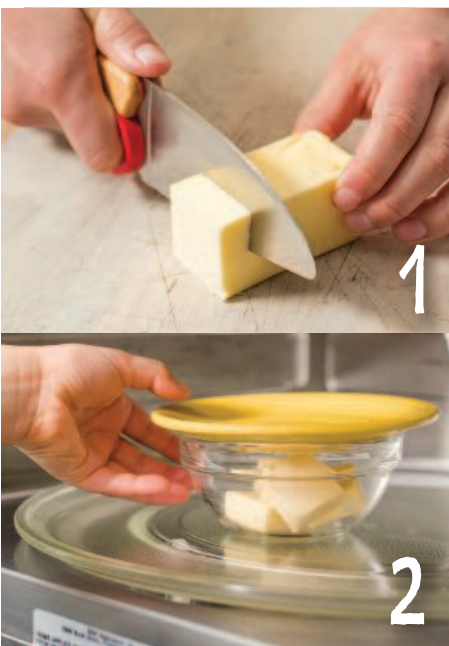
Прежде чем использовать продукты, чаще всего их необходимо подготовить. С помощью инструкций на следующих страницах ты научишься подготавливать семь ингредиентов и освоишь кучу рецептов!

КАК РАЗБИВАТЬ ЯЙЦА И ОТДЕЛЯТЬ ЖЕЛТКИ ОТ БЕЛКОВ

Прежде всего – если, конечно, ты их не варишь – яйца необходимо разбить. Для некоторых рецептов требуется отделить желток (жёлтая часть) от белка (прозрачная часть), чтобы использовать их в разных целях. Отделять желток от белка гораздо легче, если яйца холодные.



1. Как разбить: несильно ударь яйцо о поверхность стола или разделочную доску.
2. Над миской раздели скорлупу на две части. Желток и белок вылей в миску. Скорлупу можно выбросить.
3. Как отделить желток от белка: рукой очень аккуратно перемести желток во вторую миску.



КАК РАСТОПИТЬ СЛИВОЧНОЕ МАСЛО

Сливочное масло можно растопить в небольшой кастрюле на кухонной плите (на среднем/слабом огне), но в микроволновке получится ещё легче.

1. Разрежь масло на кусочки размером со столовую ложку. Помести их в миску, которую можно использовать в микроволновке.
2. Помести миску в микроволновку, на миску поставь небольшую тарелку. Нагревай масло на половине мощности в течение 30–60 секунд (в зависимости от количества масла), пока оно не растопится. Как только оно растопилось, выключай микроволновку. Используй кухонные рукавицы, чтобы достать миску из микроволновки.

КАК ИЗМЕЛЬЧИТЬ ЧЕСНОК

Чеснок довольно клейкий, поэтому тебе придётся счищать кусочки с ножа обратно на разделочную доску. А проще всего использовать пресс для чеснока – он не только нарежет чеснок, но и почистит его от шелухи.



1. Придави зубчик дном мерного стакана – шелуха начнёт сходить. Пальцами очисти зубчик и выкини шелуху.
2. Положи одну руку на рукоятку поварского ножа, а пальцы другой руки – на верхнюю часть лезвия. Качательными движениями нарежь чеснок на мелкие кусочки, постепенно поворачивая нож вокруг оси.



КАК НАРЕЗАТЬ СВЕЖУЮ ЗЕЛЕНЬ

Прежде чем начать резать зелень, её следует вымыть и высушить.

1. Руками отдели листья от стеблей; стебли выкини.
2. Собери листья в небольшую кучку. Положи одну руку на рукоятку поварского ножа, а пальцы другой руки – на верхнюю часть лезвия. Качательными движениями нарежь зелень, постепенно поворачивая нож вокруг оси.



КАК НАРЕЗАТЬ РЕПЧАТЫЙ ЛУК И ЛУК-ШАЛОТ

Лук-шалот – меньший по размерам и более нежный по вкусу родственник репчатого лука. Маленький лук-шалот можно не разрезать пополам.



1. Разрежь лук через корневище на две половинки. Очисти шелуху пальцами и срежь верхушку луковицы.



2. Положи луковицу плоской стороной вниз. Отступив 2,5 см от корневища, сделай несколько вертикальных разрезов.



3. Поверни половину луковицы и начинай нарезать поперёк первых разрезов – постепенно лук распадётся на мелкие кусочки.

КАК НАТИРАТЬ СЫР



Довольно часто сыр нарезают на мелкие кусочки и добавляют в пиццу, кесадильи и другие блюда, что придаёт им ещё больше вкуса. Используя тёрку, бери большие куски сыра, чтобы рука находилась на безопасном расстоянии от острых отверстий.

1. Как натирать твёрдый сыр: из твёрдых сортов сыра типа пармезана можно получить кучку мелкой сырной стружки. Для этого сыр необходимо протереть через мелкие отверстия.

2. Как натирать мягкий сыр: мягкие сыры типа моцареллы и чеддера можно нарезать на длинные полоски. Для этого сыр необходимо протереть через большие отверстия.

КАК СНИМАТЬ ЦЕДРУ И ВЫДАВЛИВАТЬ СОК ИЗ ЦИТРУСОВЫХ ФРУКТОВ

Ароматная кожица лимонов, лаймов и апельсинов (её называют цедрой) часто используется в готовке. Если тебе нужна цедра, её следует снять до выдавливания сока. После выдавливания возьми маленькую ложку и достань все косточки из миски с соком.



1. Как снимать цедру: протри фрукт через мелкие отверстия тёрки, чтобы получить цветную цедру. Поворачивай фрукт, чтобы не натереть горькую белую часть, расположенную под цедрой.

2. Как выдавливать сок: разрежь фрукт пополам по экватору (не по кончикам).

3. Помести одну из половинок в соковыжималку для цитрусовых. Держа её над миской, начинай выдавливать сок.

ИСКУССТВО ДЕКОРИРОВАНИЯ



Декорирование – финальный шаг, который сделает твоё блюдо ещё лучше. Не забывай об этих трёх принципах подачи блюда и сверяйся с примерами ниже. Выбирай только те продукты для декорирования, которые добавят контраста вкусу или текстуре.

Узоры: еда – это искусство и дизайн. Попробуй нарисовать на супе спираль из простого йогурта (см. ниже) или украсить кексы блестящими фигурками (с. 182).

Цвет: одноцветная еда – скучная еда! Оживи своё блюдо щепоткой свежей зелени или ярко-зелёным соусом из авокадо (с. 126).

Симметрия: для декорирования нужна ловкость и аккуратность. Большая горка нарубленной травы будет выглядеть менее привлекательно, нежели легко рассеянные листья по всему блюду.

© © © СТАНЬ МАСТЕРОМ ПОДАЧИ © © ©

Морковно-имбирный суп (с. 96) служит идеальным холстом, на котором можно отработать навыки декорирования. Смешай три части обычного йогурта с одной частью молока, чтобы получить сливочный соус правильной консистенции, которым можно будет украсить суп. Используй специальную бутылку-распылитель (мегаизысканный вариант) или маленькую ложку (как показано на фото). Посыпь рубленой кинзой, а напоследок добавь несколько гренок.



Обычный суп – скука!



Нарисуй сливочный узор.



Держи руку выше для равномерного распределения.



Со вкусом заверши декорирование крупными деталями.