

Красносельская, Татьяна.

К78 Тесто души моей / Татьяна Красносельская. — Москва : Эксмо, 2022. — 112 с. : цв. ил. — (Кулинарное открытие).

Вы любите домашние пирожки с мясом, но не умеете их готовить? Думаете, это долго и ничего не получится? Берите эту книгу: здесь женщина для вас себя наизнанку вывернула, чтобы четко, пошагово расписать, как готовить пирожки, открытые киши и тарты, торты, наполеон, бисквиты, чебуреки, вареники, пельмени, штрудели и даже бесостную курицу.

Приготовьте, например, хачапури аджарские или раскатайте домашнюю яичную лапшу. Всё! Решите все проблемы, наладите все отношения и сами будете довольными и счастливыми. Работать с тестом — учит эта книга.

УДК 641.55

ББК 36.997

© Красносельская Т., текст 2022

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2022

ISBN 978-5-04-121300-8

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

Красносельская Татьяна

ТЕСТО ДУШИ МОЕЙ

Фотограф Т. Красносельская

Фотография на обложку А. Зубарова

Главный редактор Р. Фасхутдинов. Руководитель направления М. Виноградова
Ответственный редактор Н. Петухова. Младший редактор Е. Евфимовская-Мировицкая
Художественный редактор В. Давлетбаева. Компьютерная верстка А. Савин

Страна происхождения: Российская Федерация

Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

Во внутреннем оформлении использованы фотографии:

Amawasri Pakdara, Odua Images, Grzegorz Mordecki, Xiebiyun, Bankiras, Jammy Photography, K.Narloch-Liberra, taa22, All For You, Triff, Chokniti Khongchum, TatyanaMH, RadheStudio, OlesyaSH, Arkady Mazor, nnattalli, yingko, Rupali Shivankar, Kostiantyn Ablazov, Olga K, Jullius, Songchai W, Abstractor, Mateusz Liberra, loskutnikov, Alexeysun, RAY-BON, tommaso lizzul, Vidal25, Zerbor, Limolida Design Studio, Spalnic, yoshi0511, Naatali, vamarivav, NaughtyNut, son Photo, Annmarie Young, Vitaly Korovin, kilic inan, Maglara, Chinnapong, aopsan / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com. Фото на обложке: Анастасия Зурабова

В оформлении обложки использованы элементы дизайна:

kilic inan, Neti.OneLove / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com

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

Финансирование: «ЭКСМО» АКБ Басмасы.

123308, Ресей, қала Мәскеу, Зорге көшесі, 1 үй, 1 қабат, 20 кабинет, 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-магазин: www.book24.kz

Интернет-магазин: www.book24.kz

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Казахстан Республикасында импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы».

Казахстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талпаттарды

қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Далабасары көш., 3-эл., литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92. E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат: 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

Өндірісін мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Дата изготовления / Подписано в печать 12.10.2021.
Формат 84x100¹/₁₆. Печать офсетная. Усл. печ. л. 10,89.
Тираж экз. Заказ

ЧИТАЙ
ГОРОД

ISBN 978-5-04-121300-8



9 785041 213008 >

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ!

хлеб*соль

книги, которые делают жизнь вкуснее

мы в соцсетях:

[f](#) [v](#) [o](#) [b](#) breadsalt.publisher

Официальный
интернет-магазин
издательской группы
«ЭКСМО-АСТ»

book 24.ru

В электронном виде книги издательства «Эксмо»
супер-издательство
ЛитРес:
скачай книгу бесплатно

12+

A round, slightly flattened piece of light-colored dough sits in the center of a dark, textured wooden surface. The surface is covered with a fine layer of white flour, which is more concentrated around the dough. The wood grain is visible, running vertically. The lighting is soft, highlighting the texture of the dough and the wood.

Тесто
как опора,
как пицца
для души





ТЕСТО ДУШИ МОЕЙ

хлеб*соль®
Москва 2022

Содержание

Тесто как опора, как пища
для души 6

Да будет тесто! 10

Быстрое слоеное тесто 11



с. 13



с. 16

Европейский вариант 11

Наполеон 13

Яблочный пирог 16

Американский вариант 18

Галета со сливами 20

Гиннесс-пай 22

Тесто слоеное
классическое
бездрожжевое 26

Мильфей 31

Крем заварной со взбитыми
сливками 33

Тарталетки
с абрикосами 34

Биф Веллингтон 35

Слоеное инвертное
тесто 39

Слоеное дрожжевое
тесто 39

Кранч с маком 46

Круассаны 49

Улитки с изюмом 51

Осетинские пироги
(простое дрожжевое тесто) 53



с. 46



с. 51

Сладкое песочное
тесто 56

Тарт с малиной и горьким
шоколадом 58

Тарт с голубикой и белым
шоколадом 60



с. 32



с. 38

Тесто песочное несладкое 62

Киш с тыквой и лососем 65

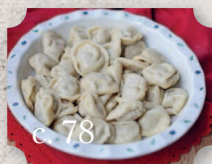
Дорожные мини киши
с пореем, запеченным перцем
и сыром бри 67

Тесто для штруделя 69

Штрудель с вишней 70

Штрудель по-венски. Яблочный
с грецкими орехами 73

Пресное тесто 76



с. 78



с. 80

Чебуреки 76

Пельмени с мясом 78

Вареники 80

Ачма 83

Паста яичная 86

Дрожжевое тесто 89

Хачапури 89

Хачапури аджарские 91

Пирожки с капустой 94

Пирожки с мясом 96

Бисквиты и торты 98

Шумахеровский бисквит 98

Воздушный торт
с персиками и клубникой 101

Шоколадный торт 103

Морковный торт 105



с. 101



с. 105

Не тестом единым 107

Бескостная курица с грибами
и зеленью 107

Тесто как опора, как пища для души

Современная жизнь, с ее темпом и ритмом, с ее бесконечными стрессами и неукротимым хаосом, жизнь, когда естественные циклы превращаются в искусственные ритмы, вынуждает нас все чаще и чаще искать для себя опоры, позволяющие восстанавливать бесконечно расшатываемую устойчивость, чтобы вновь обрести баланс, возродить жизненную силу и двигаться дальше.

Я всегда любила возиться на кухне, но в какой-то момент заметила, что в те периоды, когда земля уходила из-под ног и возникала необходимость заземлиться, руки сами тянулись к муке, и я начинала месить, катать, тянуть, отбивать, формовать тесто. Это была моя отдушина, мое восстановление и моя движущая сила.

С возникновением Интернета появилось огромное количество информации о новых для меня видах и техниках приготовления теста. И вообще, в мире случился какой-то гастрономический всплеск. Тогда и появилась возможность и огромный интерес глубоко изучить все, что связано с мукой и продуктами, из нее приготовленными. Это стало таким чудесным и увлекательным путешествием, скажу я вам, что вот уже порядка 15 лет не отпускает, и все еще хочется и новых знаний, и новых продуктов, и новых впечатлений.

С появлением новых знаний и применением их на практике мне страшно хотелось всем этим делиться, мне казалось, что меня просто разорвет от восторга, от того, что и с простыми продуктами, продающимися во всех сетевых магазинах, можно получать результат, достойный мишленовских звезд. Ну или, во всяком случае, ничем не хуже. Стала угощать всех подруг, они стали просить рецепты, я завела блог в Сети и стала там выкладывать рецепты, продолжая одновременно искать и находить все новые и новые знания и готовить, готовить, готовить. А блог все обрастал и обрастал подписчиками, хоть я и старалась там сидеть тихонечко, так как ужасно боялась потерять весь тот кайф и драйв

от процесса. Ведь это была моя опора, это была моя пища для души, которая давала мне жизненную силу и которой, как я уже на тот момент знала, легко лишиться.

Но в какой-то момент, когда моим любимым, в основном виртуальным, подругам самим захотелось попробовать приготовить слоеное тесто и роскошные яблочные пироги на нем, а у моего супруга возникла необходимость сделать мне подарок на 8 Марта, он с радостью арендовал нам кулинарную студию, потому что дома ему уже до чертиков надоели наши бесконечные запеканки, я так думаю. Накануне я испекла пирог, закупила продукты, вино, девочки принесли цветы. У нас получилась такая чудесная мартовская дружеская встреча, совершенно неожиданно и для меня, и, думаю, для девочек. У всех очень легко и просто получилось, как все мы до этого считали, недоступное для нас слоеное тесто, и каждая из подруг вернулась домой счастливая и отдохнувшая, с роскошным яблочным пирогом для семьи. И тут все завертелось)

Увлечшись тестом и изучая огромное количество соответствующей литературы, до меня вдруг стало доходить, насколько сильно влияние цивилизационных процессов на современных людей. Как мы оторваны от многих естественных, инстинктивных потребностей. Воспринимаем многое как данность, существующую сама по себе. От этого мы сами становимся все более одинокими и уязвимыми.

Сейчас я абсолютно уверена, что, когда человек работает с тестом, в нем просыпается древняя инстинктивная память, по которой тоскует наша душа. Особенно женская душа, потому что издревле женщины вели домашнее хозяйство и кормили семью, и изделия из теста или с применением теста часто служили источником пищи. И эти знания и умения передавались, как правило, по женской линии бытия.





У каждой из нас есть своя ветвь вглубь, приводящая к единому первоисточнику, который принадлежит всем нам.

А вы замечали, что женщины, с любовью работающие с тестом, как-то по-особенному выглядят, их движения сразу становятся плавными, они как будто начинают светиться изнутри, от них идет тепло и покой, они как будто начинают иначе существовать? Как будто вся их чувственная восприимчивость сосредоточилась в их руках?

Весь процесс тестоприготовления – это лекарство, обладающее огромной целительной силой, позволяющей восстановить душевный баланс, что особенно актуально сейчас, когда вся глубинная человеческая природа в западне. Сам процесс замеса, с которым человечество не расстается со времен своего зарождения, являлся фундаментальным занятием, дающим пищу, открывает нам двери к вертикальной цепочке предыдущих поколений вниз, к началу, к инстинктивной природе. И именно эта связь дает силы нашей душе. Замес – это своего рода медитативная практика, когда притупляются эго и интеллект, а связь с глубинной инстинктивной сущностью восстанавливается по цепочке поколений.

Испокон веков люди выращивали злаки, мололи их и смешивали с водой, образуя тесто. Все наши предки, от Адама и Евы, накапливали и передавали свои знания и умения следующим поколениям, а мы теперь имеем возможность взять все самое лучшее из их огромного накопленного опыта и использовать наравне с современными достижениями. До меня вдруг отчетливо дошло, что это не только я замешиваю тесто! Со мной вместе месят и мои бабушки, и прабабушки, и бабушки моих бабушек,

и их прабабушки. И все это есть в моей генетической памяти, которая просыпается и возрождается к жизни, и что я совсем не одинока, что я – это и мои предки, и мы вместе месим свое тесто. Именно при работе с тестом у меня получилось почувствовать эту связь, и именно она придала мне жизненную силу. Исчезли и витальная тоска, и одиночество в толпе, усталость в конце дня стала приятной, а день грядущий светло ожидаемым.

И я уверена, что именно поэтому оно у нас всех разное, даже по одному рецепту.

Мне кажется, мало еще какие занятия настолько способствуют возрождению инстинктивности, чувственности и восприимчивости человеческой. И это мне кажется ответом на вопрос, почему после наших терапий те, кто хотели за муж, получали предложение руки и сердца, а те, кто хотели стать матерью, – малыша через 9 месяцев)))

Свои встречи мы стали называть терапиями, на которых мы получали витамины для души. Каждый раз, когда мы замешивали тесто, душа получала витамины и немного возрождалась.

Именно потому, что человеку нужен человек и человеку нужно тесто. Ох, сколько же мы теста намесили, пирожков, пирогов и тортов испекли, сколько семей накормили, сколько напряжения сняли, и сами восстановились, и тепла родным и близким принесли. И это именно то, чем мне хотелось делиться, и то, что вы сможете приготовить, используя рецепты из этой книги.

Да будет тесто!

Да будет тесто!

Я очень люблю тесто, вернее, я обожаю чувствовать тесто, готовить его, знать и понимать процессы, происходящие в нем, знать, находить, пробовать и изучать разные ингредиенты, его составляющие. Тесто – это целый огромный и удивительный мир для меня. Казалось бы, всего ничего – мука, вода и дрожжи, а какое разнообразие вкусов и текстур можно получить, и это еще не учитывая влияния закваски, тоже в начале состоящей из воды и муки. Работают огромные институты, издаются огромное количество хлебных каталогов. И это только вода и мука! А если в это тесто добавить сдобу (сахар, жир, яйца), то количество изделий, получаемых из этих продуктов в разных соотношениях и с разным порядком смешивания и ввода их в тесто, не говоря уже о степени помола или температурного режима ведения теста, ингредиентов и окружающей среды, переводит количество в другие измерения. И все это можно бесконечно изучать, во все это можно бесконечно вникать и все это можно бесконечно готовить, но результат всегда может поразить своей непредсказуемостью и это потрясающе, я считаю! Главное – заниматься этим с удовольствием и стараться чувствовать тесто, а уж оно настолько благодарное, что сделает вашу жизнь счастливой и бесконечно увлекательной!

