

**Рыбаков, Максим.**  
Р93 О чем мечтают мужчины. Уютные рецепты домашней кулинарии на весь год / Максим Рыбаков и товарищи. — Москва : Издательство «Э», 2018. — 96 с. : ил. — (Секреты русской кухни: рецепты с историей).

О чем мечтают мужчины? Конечно, о вкусной еде, приготовленной любимой женщиной. Но кто лучше, чем мужчина — профессиональный повар расскажет о том, какие рецепты сведут вашего возлюбленного с ума? Шеф-повар ресторанов русской кухни в Суздале, победитель Всероссийского кулинарного чемпионата Chef a la russe Максим Рыбаков с легкостью импровизирует с трендами по мотивам традиционной русской кухни. Колобок и попкорн из гречки, приготовленные по его рецептам, стали блюдами региона на гастрономической карте России. Отец троих детей, Максим знает, что секрет счастливой семьи — сытый и довольный отец семейства. Для этой книги шеф-повар отобрал самые яркие и вкусные блюда, чтобы весь год за столом в вашей семье царил гастрономическое счастье.

УДК 641.55  
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-090914-8

© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2018

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

СЕКРЕТЫ РУССКОЙ КУХНИ: РЕЦЕПТЫ С ИСТОРИЕЙ

**Рыбаков Максим**

**О ЧЕМ МЕЧТАЮТ МУЖЧИНЫ**

**Уютные рецепты домашней кулинарии на весь год**

Куратор проекта: *Наталья Щербаненко*

Дизайн-макет: *Валентина Левшина*

Фото: *Екатерина Моргунова, Дмитрий Купрацевич, Денис Манов, Олег Жиров, Роман Сулов*

Стиль: *Наталья Щербаненко*

Корректор: *Екатерина Хохлова*

В оформлении обложки использованы изображения:  
primopiano, Lia Li, pullia / Shutterstock.com

Во внутреннем оформлении использованы фотографии и иллюстрации:  
Detchart Sukchit, Becky Starsmore, Eva Zuy, Senata, Alena Ozerova, Flas100, YuryYury, Goskova Tatiana, pullia,  
Prostock-studio, anioK, Bodor Tivadar, Kaichankava Larysa, Kichigin, Nickola\_Che, Baloncici, DedMityay,  
Nickola\_Che / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com

ООО «Издательство «Э»  
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Өндiрушi: «Э» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Зорге көшесi, 1 үй.

Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Тауар белгiсi: «Э»

Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қарындаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.  
Тел.: 8 (727) 251-59-89/90/91/92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107.

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты Өндiрушi «Э»

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Э»

Өндiрген мемлекет: Ресей  
Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 29.11.2017. Формат 80x100<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 8,89.

Тираж экз. Заказ



ISBN 978-5-04-090914-8



9 785040 909148 >



В электронном виде книга доступна на сайте  
Узнайте больше на [www.itmos.ru](http://www.itmos.ru)



**Максим  
РЫБАКОВ**  
и товарищи



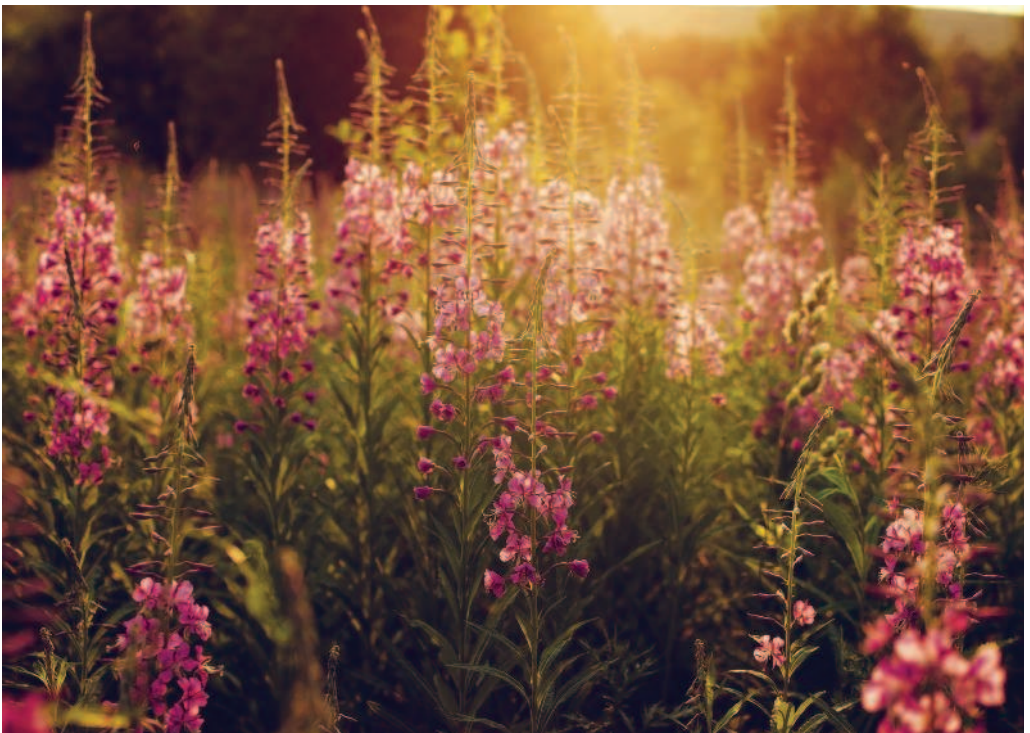
**О чем мечтают  
МУЖЧИНЫ**

---

**Уютные рецепты  
домашней кулинарии  
на весь год**

ХЛЕБ\*СОЛЬ

Москва • 2018





# МОИМ ЧИТАТЕЛЯМ

Быть шеф-поваром нелегко. В Суздале им быть еще сложнее. Но я стараюсь. Стараюсь готовить ясно и просто, научить чему-то вкусному людей, а теперь и читателей этой книги. Я делаю то, что мне нравится, там, где мне нравится, и так, как располагает судьба, — я фаталист. «Где родился, там и пригодился». Именно поэтому, поработав несколько лет в Москве, я оказался тут, во Владимирской области, где живут мои родные, семья и друзья.

У меня тут все свое, и с наступлением осени я автоматически думаю, как бы заквасить капусту и поставить сидр. В сезон охоты мы делаем различные тушенки, колбасы из дичи. За вдохновением стараюсь выехать подольше на природу. Надо, например, елок нарубить для «Таежного десерта» или мха набрать — уходишь в лес на пару часов, и там озаряет. Записываю сразу в записную книжку. Есть отличные вещи под рукой, например рябина. Я ее разными способами храню и перерабатываю — соусы готовлю, замачиваю,

замораживаю, делаю рябиновую воду. Это не море, это просто ягода, вода и чуть-чуть ферментации. Суперфуд из старой кухни.

Я за возобновление традиций. Традиции исконной русской кухни потерялись, и в этом самая большая печаль советского периода. Скажем, в царские времена в России было двадцать сортов муки, а в советские стало два — высший и второй сорт, все. Но и в советское время тоже были достойные вещи. И что, теперь вычеркивать этот опыт? Советская кухня — это наши родители.

Для меня большая часть русской кухни — это эмоции, традиции, то, как бабушка готовила, даже если у блюда самый простой вкус. Так и стараюсь готовить. Готовить просто, интересно и вкусно.

Буду рад, если мои рецепты придется по вкусу вашим любимым — детям, братьям, мужьям, возлюбленным... Всем, для кого вы готовите от души.

Благодарю свою команду, семью и друзей.







# ТЕПЕРЬ ВЫ ТОЖЕ ЗНАЕТЕ, В ЧЕМ СЕКРЕТ

---

Хорошей сухой осенью, когда глаз радуется урожаем яблок и груш, у вас есть прекрасная возможность сделать **яблочное или грушевое** (или и то и другое в одном флаконе) **пюре** без лишних хлопот. Просто поместите вымытые фрукты (мягкие сорта или перезревшие плоды нам не подойдут) в микроволновую печь на максимальный режим и доведите до готовности, осторожно проверив на мягкость. После остывания выньте получившееся пюре ложкой. Охладите, смешайте с медом, выложите в стерилизованные банки и закатайте. Ложечка фруктового пюре с медом — прекрасный «аксессуар» к домашнему творогу на завтрак или к напитку из иван-чая.

---

**Белые грибы** хорошо хранить немывыми, лишь очистив щеткой от лишней земли, уложив в пакет в один слой и быстро заморозив. Если грибы большие, лучше разрезать их вдоль пополам, чтобы исключить червивые. При необходимости достать нужное количество грибов, и пока они заморожены, соскрести ножом с ножки всю грязь, а затем промыть. Замороженные грибы чистить гораздо легче. И так можно намного лучше сохранить их вкус.

Обязательно заготовьте на зиму **помидоры**. Самый удобный способ — их высушить. В сезон томаты, даже самые лучшие на рынке, довольно дешевы. Разрежьте помидоры пополам и выложите на противень, выстланный пергаментом, срезом вверх. Посыпьте сахарной пудрой и черным перцем, добавьте тимьян и нарезанный чеснок. Сушите в духовке при самой низкой температуре, при возможности открыв дверку. Через несколько часов томаты станут довольно твердыми и ломкими. Чем они суше, тем дольше хранятся. Пересыпьте помидоры в банку и залейте растительным маслом. Можно добавить любимые сушеные специи — такие, как розмарин или орегано. При необходимости томаты нужно немного размочить — и они готовы к дальнейшему использованию. Смело добавляйте их в супы, соусы или блюда из тушеных овощей.

---

Смешайте **свежую землянику** с теплым молоком в блендере — получится прекрасный напиток в духе современного healthy food. Пейте сразу, пока в бокале есть аппетитная пенка.

---

Решились на **тартар**? Свежайшие мелко нарубленные мясо или рыба, мари-



нованные овощи и пряно-острая заправка — основа классического блюда. Прекрасная закуска перед трапезой или отдельная, самодостаточная пара к напитку. Важно использовать очень свежие ингредиенты, покупая мясо или рыбу только в проверенных местах. Иначе — не рискуйте!

---

**Говяжьи щеки** — продукт не распространённый, но очень вкусный. Попросите мясника на рынке, чтобы он оставил их для вас. Конечно, щеки можно заменить говядиной... но текстура у них после приготовления особенно интересная. В щеках содержится много коллагена (прожилок), который при длительном приготовлении придает блюду исключительные мягкость и вкус.

---

**Утка** — сезонный продукт конца осени — начала зимы. В это время птица «обросла» оптимальным количеством жира. Приготовление утиных ножек путем долгого томления в собственном жиру или масле (на невысокой температуре) в русской кухне называли пражением. Мясо утки становится при этом очень нежным и вкусным.

---

**Зелень петрушки, укропа, тархуна, кинзы или сельдерея и базилика**, которая немного подвяла, можно «оживить», поместив в холодную воду со льдом на 10–30 минут. А зеленый салат при этом приобретает нужный тонус, становится более хрустящим. Так же можно поступить, тонко нарезав вдоль зеленый лук или редис. Лепестки редиса станут полупрозрачными и более сочными, а зеленый лук будет более кудрявым.

**Излишки хлеба** (пшеничного, ржаного, многозернового, одним словом — любого), который уже подсыхает, лучше всего использовать в виде гренков для супа или салата. Для этого хлеб мелко нарезаем кубиками, солим, добавляем свежий тимьян и мелко нарубленный чеснок, сбрызгиваем растительным маслом и обжариваем в духовке до готовности. После приготовления остужаем, убираем лишние специи или чеснок. Храним еще несколько дней в стеклянной банке с плотно закрытой крышкой, используя как дополнение к супам. Хотя у меня больше чем на день гренки не задерживаются — их вкусно погрызть и просто так, на закуску.

---

При долгой работе ножом на доске устают руки даже у профессионального повара: правильно измельчить ингредиенты — серьезное дело. Не очень удобно работать, если доска неустойчиво стоит и постоянно двигается. Но есть маленькая хитрость: нужно подстелить под доску небольшую салфетку или слой пищевой пленки. Удобное рабочее пространство кухни — половина хорошего результата.

---

При чистке крупной рыбы или большого количества рыбы поменьше чешуя разлетается во все стороны, загрязняя поверхности и стены. Чтобы почти исключить это, необходимо взять большой плотный пакет для мусора (на 100–200 л), поместить рыбу внутрь и свободно очистить ее от чешуи. После обработки спокойно скрутить пакет с чешуей и выбросить его. Так вы сэкономите свое время и сохраните кухню в чистоте.

