

# готовим

супы – вкусные  
и оригинальные







**Андреа ГАЛЛИ** — шеф-повар ресторана «Черри Мио». Получил диплом государственного института гостиничного управления A. Panzini, работал в ресторанах Fellini (Дания), Aimo e Nadia, Emilia e Carlo (Италия). Возглавляет «Кулинарную Академию Романа Рожниковского»  
• стр. 4, 6, 8



**Марина КАРПУШЕНКО** — шеф-повар ресторана «Гусятникoff» (Россия). Работала в ресторане «Сирена», практиковалась в ресторанах «Веранда», Shore House и «Царская охота»  
• стр. 24, 26, 28



**Никола КАНУТИ** — шеф-повар ресторана l'Albero (Россия). Работал поваром в ресторанах легендарного Алена Дюкасса — Spoon, Spoon Bylos и др.  
• стр. 10, 12, 14, 16



**Марина ВЕНИКОВА** — шеф-повар одной из гостиниц сети «Холидей Инн» (Россия). Член Национальной гильдии шеф-поваров. Стажировалась в Финляндии в гостинице «Интерконтиненталь», неоднократно проходила обучение во Франции. Проводила дни русской кухни в Канаде и Ханое. Работала шеф-поваром пятизвездочной гостиницы «Золотое кольцо»  
• стр. 30, 31



**АРЖАН** — шеф-повар ресторана «Ноев Ковчег»  
• стр. 18



**Джонатан КЕРТИС** — шеф-повар ресторана Mr. Lee  
• стр. 32, 34, 36



**Алексей БОГДАНОВ** работал шеф-поваром ресторана China Club (Россия), работал в отеле Pullman под руководством французских шеф-поваров, в ресторане «Клуб Т», помогал ставить кухню ресторана Next Door  
• стр. 20



**Александр МУРАВЛЕВ** — шеф-повар ресторана «Зарубежье» (Россия)  
• стр. 38, 40, 42, 44, 46



**Ияд АБУШАРАФ** — шеф-повар ресторана «Сафиса»  
• стр. 22, 23, 84, 85



**Владимир МУХИН** — шеф-повар кафе «Булошная», «Житная, 10», обладатель диплома Academie Francaise de Art Gastronomique, золотой призер Международного Кулинарного Кубка Кремля, член Национальной гильдии шеф-поваров и Московской ассоциации кулинаров  
• стр. 48



**Денис ПЕРЕВОЗ** — шеф-повар кафе «Чехов» (Россия). Член Национальной гильдии шеф-поваров. Стажировался в известных ресторанах Италии и Франции, работал в московских ресторанах «Шейх», «Готье Ницкий», «Грандь-опера», «Галерея», сети ресторанов ОАО «Газпром»  
• стр. 50, 52, 54, 56, 58, 60, 61, 62



**Денис СИДОРКИН** — шеф-повар ресторана «Дилижанс» (Россия). Обладатель первого приза на конкурсе французской кухни в Москве (1996 г.), степени шевалье Ордена магистров французской гастрономии (1997 г.), лауреат Открытого чемпионата России по поварскому искусству (2004 г.)  
• стр. 78, 79



**Евгений СЕЛЕЗНЕВ** — шеф-повар ресторана Bed Cafe (Россия). Прошел стажировку в легендарной французской кулинарной школе «Вотель»  
• стр. 63, 64, 66



**Дмитрий ЯКОВЛЕВ** работал шеф-поваром ресторана I FIORI (Россия)  
• стр. 80, 82



**Валентин ЛОБАЧЕВ** работал шеф-поваром элитного бильярд-клуба «Остров Крым» в Центре международной торговли • стр. 68, 69, 70



**Эльшан ШАФИЕВ** — шеф-повар ресторана Barashka • стр. 86



**Наталья КОРНЕИЧЕВА** работала шеф-поваром ресторана «Джон Булл Паб» • стр. 71, 88, 89, 90, 91



**Сави КЕНДЕЛ** работал шеф-поваром ресторана «Аист» (Россия). Окончил институт Fern Mooverick Intercontinental • стр. 92



**Руслан ШМИДОВ** — шеф-повар ресторанного комплекса «Куркино»  
• стр. 72, 74, 76



**Чарли ЭЙРД** — шеф-повар отеля Courtyard by Marriott (Россия)  
• стр. 94



# готовим

супы – вкусные  
и оригинальные



Издательский  
дом  
**РЕСТОРАННЫЕ**  
ВЕДОМОСТИ

**ас+**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

● **АСТРЕЛЬ**  
Москва



УДК 641  
ББК 36.997  
Г74

*Оформление обложки: дизайн-студия «Три кота»*

Охраняется законом РФ об авторском праве.  
Воспроизведение всей книги или любой ее части запрещается  
без письменного разрешения издателя.  
Любые попытки нарушения  
закона будут преследоваться в судебном порядке.

**Готовим** супы — вкусные и оригинальные. — М.: Астрель: АСТ: Ресторанные  
Г74 ведомости, 2011. — 96 с.: ил. — (Мастер-класс журнала «Ресторанные ведомости»).

ISBN 978-5-271-35887-6 (ООО «Издательство Астрель»)

ISBN 978-5-17-074780-1 (ООО «Издательство АСТ»)

На страницах этой книги собраны самые интересные, вкусные и оригинальные рецепты супов, которые предлагают гостям знаменитые шеф-повара известных ресторанов. Многие рецепты представлены в формате иллюстрированных мастер-классов и сопровождаются комментариями авторов. Надеемся, что эта «суповая» коллекция позволит читателям по-другому взглянуть на приготовление и подачу любимого в нашей стране блюда.

Книга рассчитана на широкий круг читателей, интересующихся кулинарными традициями и современной гастрономией.

УДК 641  
ББК 36.997

© ООО «Издательский дом «Ресторанные ведомости», 2011  
© ООО «Издательство Астрель», 2011

# СОДЕРЖАНИЕ

КРЕМ-СУП ИЗ ЦУККИНИ С ОСТРЫМ МАСЛОМ . . . . .	4	ОТВАР КРЕВЕТОЧНЫЙ С СЕЛЬДЕРЕЕМ И БОРОДИНСКИМИ ГРЕНКАМИ. . . . .	60
СУП ИЗ БРОККОЛИ, БЕКОНА И КРЕВЕТОК . . . . .	6	СУП ПО-ДОМАШНЕМУ . . . . .	61
СУП-КОКТЕЙЛЬ ИЗ СВЕКЛЫ . . . . .	8	СИЦИЛИЙСКИЙ СУП ИЗ БАКЛАЖАНОВ. . . . .	62
ГОВЯЖИЙ БУЛЬОН С БУАЛЕТТИ . . . . .	10	СУП-КАПУЧИНО ИЗ БЕЛЫХ ГРИБОВ . . . . .	63
ГАСПАЧО . . . . .	12	СУП-ПЮРЕ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С КАРПАЧЧО ИЗ ОСЬМИНОГА . . . . .	64
СУП ИЗ ЗЕЛЕННОЙ СПАРЖИ . . . . .	14	СУП ИЗ ШПИНАТА С ЛОСОСЕМ И БРОККОЛИ. . . . .	66
СУП ЧЕРЕШНЕВЫЙ С ФИСТАШКОВЫМ МОРОЖЕНЫМ . . . . .	16	МЯСНАЯ СОЛЯНКА «СПЕЦНАЗ». . . . .	68
СУП «ПУТУК» . . . . .	18	СУП-ПЮРЕ ИЗ БРОККОЛИ С ЖАРеныМ БЕКОНОМ И ТИГРОВЫМИ КРЕВЕТКАМИ . . . . .	69
ОСТРЫЙ ТЫКВЕННЫЙ СУП . . . . .	20	ОВОЩНОЙ СУП С КОПЧЕНОЙ ГРУДИНКОЙ И ПЕРЕПЕЛИНЫМИ ЯЙЦАМИ . . . . .	70
СУП ИЗ КУКУРУЗЫ. . . . .	22	ПИВНОЙ СУП . . . . .	71
СУП ИЗ ШПИНАТА С ПАРМЕЗАНОМ. . . . .	23	СУП ФАСОЛЕВЫЙ ПО-ЧЕШСКИ С КОПЧЕНЫМИ КОЛБАСКАМИ . . . . .	72
СВЕКОЛЬНИК. . . . .	24	ФРАНЦУЗСКИЙ ЛУКОВЫЙ СУП С ГРЕНКАМИ И СЫРОМ . . . . .	74
ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ С ПЕРЕПЕЛИНЫМ ЯЙЦОМ. . . . .	26	КРЕМ-СУП ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С БЕКОНОМ И СЕМГОЙ . . . . .	76
БОРЩ С ПАМПУШКОЙ И СМЕТАНОЙ. . . . .	28	ЗЕЛЕНый ГАСПАЧО ИЗ МОЛОДОГО ЩАВЕЛЯ И ШПИНАТА С ТАРТАРОМ ИЗ ПОМИДОРОВ . . . . .	78
ЧЕСНОЧНЫЙ СУП С МЯСНЫМ ШАРИКОМ . . . . .	30	КАРТОФЕЛЬНЫЙ КРЕМ-СУП С ХРУСТЯЩИМ БЕКОНОМ И МОЛОДЫМИ СМОРЧКАМИ. . . . .	79
ОВОЩНОЙ СУП С ПЕРЕПЕЛИНЫМ ЯЙЦОМ . . . . .	31	СУП ИЗ МОЛОДОЙ ТЫКВЫ С КОПЧЕНЫМ МОЛОКОМ . . . . .	80
СУП ИЗ КРАСНОЙ ЧЕЧЕВИЦЫ . . . . .	32	СУП-ГУЛЯШ ИЗ ЯГНЕНКА С ХРУСТЯЩИМ БАГЕТОМ . . . . .	82
МОРКОВНЫЙ СУП С ЖАРеныМ МЕДОМ . . . . .	34	КЮФТА «БОЗБАШ» . . . . .	84
КУКУРУЗНЫЙ СУП . . . . .	36	СУП ИЗ ФЕНХЕЛЯ С КРАБАМИ И СУДАКОМ . . . . .	85
ГРИБОВНИЦА СО ВЗБИТЫМ ЯЙЦОМ . . . . .	38	ПИТИ. . . . .	86
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ. . . . .	40	СУП ИЗ БАРАНИНЫ . . . . .	88
ЩИ «ГРИБОЕДОВСКИЕ». . . . .	42	СУП-ПЮРЕ ИЗ ГРИБОВ . . . . .	89
ПОХЛЕБКА ЧЕЧЕВИЧНАЯ С БЕКОНОМ . . . . .	44	СУП ТОМАТНЫЙ . . . . .	90
ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ . . . . .	46	СУП-ПЮРЕ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ . . . . .	91
БОРЩ С ЖАРеныМИ КАРАСЯМИ . . . . .	48	КРЕМ-МУСС ИЗ СПАРЖИ И ТЫКВЫ . . . . .	92
БОРЩ ПО-ЧЕРНИГОВСКИ. . . . .	50	ПРОЗРАЧНЫЙ ГАСПАЧО ИЗ ТОМАТОВ С ДЫНЕЙ, АРБУЗОМ И БАЗИЛИКОМ . . . . .	94
ЗНАМЕНИТЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ СУП С МОЛОДЫМ ГОРОХОМ И ВЯЛеныМИ ТОМАТАМИ . . . . .	52		
СУП ИЗ РАЗНЫХ РЫБ И МОРЕПРОДУКТОВ. . . . .	54		
СУП-ЛАПША КУРИНАЯ С БЕЛЫМИ ГРИБАМИ . . . . .	56		
ЛЕТНИЙ ЙОГУРТОВЫЙ СУП С ОВОЩНЫМ МАРМЕЛАДОМ . . . . .	58		





# КРЕМ-СУП ИЗ ЦУККИНИ С ОСТРЫМ МАСЛОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Крем-суп из цуккини

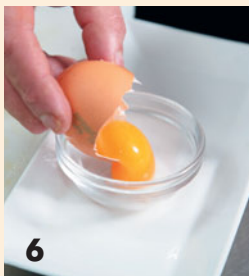
Цуккини	300
Лук репчатый	30
Вода	200
Сливки 33%	50
Масло чесночное	10

Масло сливочное	50
Соль	по вкусу
Перец черный молотый	по вкусу
Яйцо (желток)	1 шт.
Масло оливковое острое с перцем чили	5

## КАК ГОТОВИТЬ

### Крем-суп из цуккини

- Цуккини и репчатый лук нарезать произвольно и отварить, воду слить **1, 2, 3**.
- Соединить подготовленные цуккини и репчатый лук со сливками, чесночным и сливочным маслом и пробить блендером до кремовой консистенции. Довести до вкуса солью и перцем **4, 5**.
- Яичный желток поместить в чашку, посолить, поперчить, накрыть пленкой и прогреть в микроволновой печи 30 секунд **6, 7, 8**.
- Суп подогреть, налить в тарелку, в центр выложить желток и сбрызнуть оливковым маслом, настоянным на молотом перце чили **9**.





Этот суп — моя авторская разработка. В России обычно делают крем-суп из тыквы. Я поменял главный ингредиент на цуккини и получил прекрасный суп с изумительным вкусом. Но кабачок в чистом виде показался мне не слишком интересным, поэтому я добавил к нему яичный желток, приготовленный в микроволновой печи. Такая технология создает необычный вкус и форму, что делает презентацию блюда весьма оригинальной.





# СУП ИЗ БРОККОЛИ, БЕКОНА И КРЕВЕТОК

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Бульон биск

Морковь	150
Лук репчатый	150
Сельдерей (стебель)	70
Масло оливковое	50
Креветки (панцрь)	500
Коньяк «Российский»	90
Паста томатная	55
Вода	2000

### Суп из брокколи, бекона и креветок

Капуста брокколи	40
Креветки тигровые очищенные	25
Бекон с/к	20
Масло чесночное	5
Бульон биск	200
Соль	по вкусу
Перец черный молотый	по вкусу
Лук-резанец	2

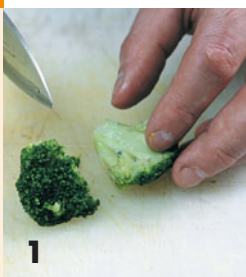
## КАК ГОТОВИТЬ

### Бульон биск

- Морковь, репчатый лук и стебель сельдерея нарезать произвольно.
- Обжарить на оливковом масле вместе с панцрями креветок в течение 5 минут.
- Добавить коньяка, томатную пасту и продолжать обжаривать еще 5 минут.
- Залить водой и варить в течение 1 часа.
- Готовый бульон процедить

### Суп из брокколи, бекона и креветок

- Капусту брокколи разделить на мелкие соцветия **1**.
- Очищенных тигровых креветок разрезать вдоль **2**.
- Бекон нарезать мелкими кубиками **3, 4**.
- Брокколи и бекон слегка обжарить на чесночном масле **5**.
- Влить бульон биск, посолить, поперчить, добавить креветок, зеленый базилик, довести до кипения и проварить в течение 2 минут **6, 7, 8**.
- Брокколи и креветок выложить в центр тарелки, вокруг аккуратно налить суп, украсить луком-резанцем. **9**.



1



2



3



4



5



6



7



8



9



Этот суп интересен ингредиентами и легкостью приготовления. Его основа — бульон биск из креветок. Если бульон готов, то такой суп варится буквально 2–3 минуты. Достаточно довести брокколи до готовности и добавить специи.





# СУП-КОКТЕЙЛЬ ИЗ СВЕКЛЫ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Пена из копченой моцареллы

Моцарелла буффало	40
Молоко	40

### Суп-коктейль из свеклы

Свекла	300
Соль	по вкусу

Перец черный молотый	по вкусу
Масло оливковое	10
Лед	50
Пена из копченой моцареллы	15

## КАК ГОТОВИТЬ

### Пена из копченой моцареллы

- Моцареллу буффало поместить в металлическую емкость, направить пламя газовой горелки на сыр, обжечь его, накрыть другой металлической емкостью, завернуть в пищевую пленку, чтобы не проникал воздух, и оставить на сутки в холодильнике.
- Копченую моцареллу протереть через сито и соединить с молоком **1**, **2**.
- Смесь залить в сифон **3**.

### Суп-коктейль из свеклы

- Свеклу (150 г) отварить, произвольно нарезать и пропустить через соковыжималку **4**, **5**.
- В получившееся свекольное пюре добавить соль, перец, оливковое масло **6**.
- Оставшуюся свеклу пропустить через соковыжималку. Свекольный фреш (100 г) соединить со свекольным пюре и перемешать **7**.
- Вылить суп-коктейль в бокал со льдом и с помощью сифона украсить пеной из копченой моцареллы **8**, **9**.





Готовить суп-фреш из сырых овощей мне посоветовал друг. Этот суп сохраняет все витамины и ценные микроэлементы. Я попробовал сделать суп из сырой свеклы, однако вкус его оказался землистым. Тогда я решил соединить вкус вареной свеклы со вкусом сырой (50 на 50), и результат оказался превосходным. И все же мне показалось, что чего-то не хватает, и я решил дополнить суп пенкой со вкусом копченой моцареллы. Получилось прекрасное сочетание сладкого с копченым. Этот рецепт рождался долго, но результат стоил того. Кстати, суп достаточно универсален, и его ингредиенты легко заменимы. Например, вместо свеклы можно использовать морковь, только тогда нужно добавить в суп немного сливок и имбиря.



# ГОВЯЖИЙ БУЛЬОН С БУАЛЕТТИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Буалетти

Ветчина	500
Сыр эмменталь	300
Яйцо	4 шт.
Мука	500
Вода	100
Соль	10

### Говяжий бульон с буалетти

Бульон говяжий	200
Буалетти	8 шт.
Язык говяжий отварной	20
Лук зеленый	5
Сыр пармезан	20

## КАК ГОТОВИТЬ

### Буалетти

- Ветчину и сыр эмменталь по отдельности измельчить в фарш и соединить.
- Яйца, муку, воду и соль соединить и замесить тесто.
- Из теста и фарша слепить буалетти.

### Говяжий бульон с буалетти

- В крепком говяжьем бульоне отварить буалетти в течение 10 минут **1**.
- Отварной говяжий язык нарезать соломкой **2**.

- В тарелку положить нарезанный отварной говяжий язык, сваренные буалетти, налить говяжий бульон, в котором они варились **3**, **4**.
- Украсить фигурно нарезанным зеленым луком и тертым пармезаном **5**, **6**.



1



2



3



4



5



6





Буалетти — разновидность итальянских равиоли. Я предлагаю сделать их из ветчины и сыра. В таком варианте они обретают очень изысканный вкус. Подавать их лучше в говяжьем бульоне, а для пикантности добавить отварной язык и, конечно, пармезан.



# ГАСПАЧО

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Гаспачо

Помидоры	1500
Перец болгарский красный	600
Огурцы	200
Сок томатный	1000
Соус «Табаско»	20
Паста томатная	50
Соль	по вкусу

### Томатное сорбе

Гаспачо	1700
Глюкоза	200

### Сервировка

Помидор	40
Перец болгарский красный	30
Томатное сорбе	50
Перец черный свежемолотый	по вкусу
Перец белый свежемолотый	по вкусу
Сельдерей (листья)	3
Масло оливковое	3
Гаспачо	160

## КАК ГОТОВИТЬ

### Гаспачо

- Помидоры, красный болгарский перец и огурцы нарезать произвольно **1**, **2**.
- Подготовленные овощи соединить с томатным соком, соусом «Табаско», томатной пастой и солью.
- Пробить все ингредиенты в блендере.
- Получившуюся массу разделить на две части.

### Томатное сорбе

- Гаспачо соединить с глюкозой и пропустить через фризер **3**.
- Готовое сорбе убрать в морозильник до замерзания.

### Сервировка

- В тарелку выложить помидор, нарезанный тонкими кружками, и красный болгарский перец, нарезанный соломкой **4**.
- Сверху поместить шарик томатного сорбе **5**.

- Шарик сорбе посыпать свежемолотым черным и белым перцем. Украсить тарелку листиками сельдерея. Сбрызнуть оливковым маслом **6**.
- Гаспачо налить в соусник и при подаче вылить в тарелку с сорбе **7**.

Этот классический холодный томатный суп я подаю с томатным сорбе. Необычная подача, игра температур — холодный гаспачо и еще более холодное сорбе — производят настоящий фурор. Гаспачо наливается в тарелку уже при госте. Происходит своего рода кулинарный спектакль, где гость сам становится участником шоу. Это завораживает, поднимает настроение.







# СУП ИЗ ЗЕЛЕННОЙ СПАРЖИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Суп из зеленой спаржи

Лук-шалот	20
Чеснок	12
Спаржа зеленая	100
Масло оливковое Extra Virgin	3
Бульон овощной	100
Соль	по вкусу
Перец белый молотый	по вкусу
Сливки 33%	20

### Сервировка

Спаржа отварная (верхушки)	30
Гренки	20
Кервель	10
Суп из зеленой спаржи	200

## КАК ГОТОВИТЬ

### Суп из зеленой спаржи

- Лук-шалот, чеснок и зеленую спаржу нарезать небольшими ломтиками **1**, **2**.
- Подготовленные лук-шалот и чеснок обжарить на оливковом масле **3**.
- Добавить зеленую спаржу, влить овощной бульон и варить 10 минут **4**, **5**.
- Готовый суп пробить в блендере, добавить соль, белый молотый перец, сливки и снова довести до кипения **6**.
- Остудить в морозильнике.

### Сервировка

- В тарелку красиво выложить верхушки отварной спаржи, гренки и веточки кервеля **7**, **8**.
- Суп из зеленой спаржи подать в соуснике **9**.





Зеленая спаржа — кладезь витаминов. Но использовать ее надо в сезон — весной, когда вкус у нее более насыщенный. Этот легкий, изящный суп пользуется особой популярностью у дам. Так как он не содержит мяса, его можно включать в постное меню или предлагать гостям, которые предпочитают диетическую кухню.





# СУП ЧЕРЕШНЕВЫЙ С ФИСТАШКОВЫМ МОРОЖЕНЫМ

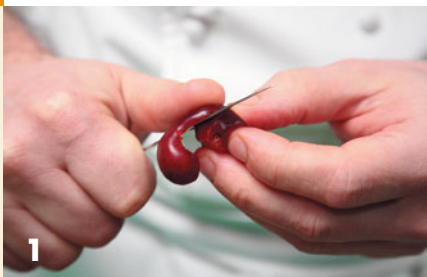
## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Черешня	1000
Сахар	200
Вода	200
Ликер черешневый	60
Сок вишневый	100
Мороженое фисташковое	50

## КАК ГОТОВИТЬ

- Черешню промыть и удалить косточки **1**.
- В сотейнике растопить сахар с водой до карамельной консистенции **2**.
- Добавить в карамель черешню, ликер, вишневый сок и выпаривать в течение 5 минут **3**, **4**.
- Горячий суп выложить в тарелку, сверху поместить шарик мороженого **5**, **6**.

*Черешневый суп с фисташковым мороженым — хит нашего десертного меню. Контраст температур — горячий ягодный сироп с шариком холодного мороженого — настоящий праздник вкуса. Этот десертный суп можно подавать круглогодично, включая его и в зимнее, и в летнее меню.*









## СУП «ПУТУК»

### ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Баранина	90	Вода	400
Горох нут	40	Картофель	60
Перец болгарский сладкий	20	Соль	по вкусу
Лук репчатый	25	Перец красный и черный молотый	по вкусу
Масло сливочное	10	Кинза	5
Паста томатная	10	Бasilik фиолетовый	5
Алыча	10		

### КАК ГОТОВИТЬ

- Баранину зачистить от пленок и жира, нарезать кусочками **1**.
- Горох нут предварительно замочить на 20–30 минут.
- Болгарский перец нарезать крупными кубиками **2**.
- Репчатый лук нарезать и пассеровать на сливочном масле вместе со сладким перцем и томатной пастой.
- Алычу освободить от косточек **3**.
- Поместить в горшочек мясо, горох нут, залить водой (200 г) и отварить до полуготовности **4**.
- Добавить нарезанный кубиками картофель, алычу, пассерованные репчатый лук и сладкий болгарский перец **5**.
- Долить воду (200 г), посолить, поперчить и готовить суп в течение 3 часов **6, 7**.
- Перед подачей украсить «Путук» зеленью кинзы и базилика **8**.



1



2



3



4



5



6




7



8





Баранину в этом блюде я нарезаю средними кусочками, чтобы мясо было удобно есть, а горох нут обязательно предварительно замачиваю минут на 30. В этом супе очень хорошо сочетаются баранина, картофель и болгарский перец. Алыча дарит супу легкую кислинку, которая всегда хороша в паре с мясом. Оригинальная подача в горшочке подчеркивает национальные корни этого кушанья.





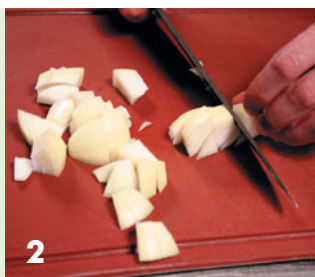
# ОСТРЫЙ ТЫКВЕННЫЙ СУП


## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Тыква оранжевая	1500	Пудра кумина	2
Лук репчатый	3 шт.	Масло оливковое	50
Чеснок	9 зубчиков	Бульон куриный	2000
Соль	по вкусу	Бasilik зеленый	1 листик
Пудра карри	6	Сливки 38% (на 100 г супа)	20

## КАК ГОТОВИТЬ

- Тыкву очистить и нарезать крупными кусками **1**.
- Две головки репчатого лука нарезать крупно, одну — мелко **2**.
- Шесть зубчиков чеснока разрезать пополам, удалить проростки, два зубчика измельчить.
- На большой противень уложить нарезанную тыкву, крупно нарезанный лук, нарезанный пополам чеснок. Посыпать солью, пудрой карри, пудрой кумина, полить оливковым маслом (30 г) **3**.
- Запекать в духовке примерно 30–35 минут при температуре 160°C до готовности. В процессе приготовления перемешивать через каждые 7–8 минут **4**.
- Мелко нарезанные лук и чеснок обжарить на оливковом масле (15 г), добавить запеченные овощи, залить бульоном и варить на слабом огне 10–15 минут.
- Снять с огня и пробить миксером до однородной массы **5**.
- Один зубчик чеснока мелко нарезать, обжарить во фритюре, откинуть на салфетку и посолить.
- Листик зеленого базилика обжарить во фритюре, откинуть на салфетку.
- Перед подачей суп довести до кипения, добавить сливки и налить в подготовленную посуду **6**, **7**.
- Посыпать чипсами из чеснока, оформить каплями оливкового масла (5 г) и листиком обжаренного базилика **8**.



The image shows three white ceramic cups, each on a matching saucer, arranged in a diagonal line from the top-left to the bottom-right. Each cup is filled with a vibrant orange soup, likely pumpkin or carrot-based. A single, large, fresh green basil leaf is placed on top of the soup in each cup, adding a pop of color and freshness. The background is a plain, light-colored surface, possibly a tablecloth, which makes the white cups and the colors of the soup and basil stand out. The lighting is soft and even, highlighting the textures of the soup and the veins on the basil leaves.

Оранжевая тыква  
в белой чашке  
с зеленым прозрач-  
ным листиком базили-  
ка не остается неза-  
меченной — блюдо  
обязательно пробуют  
и обсуждают.



## СУП ИЗ КУКУРУЗЫ

### ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Бульон куриный или мясной	<b>1000</b>
Кукуруза консервированная	<b>400</b>
Яйцо	<b>2 шт.</b>
Соль	<b>по вкусу</b>
Перец черный молотый	<b>по вкусу</b>
Крахмал кукурузный	<b>50</b>
Вода холодная	<b>50</b>
Листик базилика (декор)	<b>6 шт.</b>
Кукуруза консервированная (декор)	<b>5</b>
Мини-кукуруза (декор)	<b>6 шт.</b>

### КАК ГОТОВИТЬ

- В кипящий бульон положить кукурузу и варить 5 минут.
- Добавить яйцо, соль, перец и варить еще 3–5 минут.
- Все взбить в блендере и довести до кипения.
- Заварить крахмалом, разведенным в холодной воде, и снова вскипятить.
- Декорировать листиком базилика, консервированной кукурузой и мини-кукурузой.







# СУП ИЗ ШПИНАТА С ПАРМЕЗАНОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Лук репчатый	<b>50</b>
Масло сливочное	<b>50</b>
Шпинат свежий	<b>400</b>
Соль	<b>по вкусу</b>
Перец черный молотый	<b>по вкусу</b>
Бульон куриный или мясной	<b>1000</b>
Сливки 33%	<b>250</b>
Помидоры черри	<b>6 шт.</b>
Пармезан	<b>100</b>
Бasilik (листки)	<b>6 шт.</b>

## КАК ГОТОВИТЬ

- Мелко нарезанный лук обжарить на сливочном масле.
- Добавить рубленый шпинат, соль, перец, бульон и варить 2–3 минуты.
- Взбить в блендере с добавлением сливок.
- Довести до кипения.
- При подаче украсить помидорами черри, пармезаном и базиликом.





# СВЕКОЛЬНИК

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Отвар свекольный

Свекла молодая	110
Вода	100
Кефир	45
Сливки 33%	31
Соль	1
Уксус	3
Сахар	1,5
Горчица	3

### Свекольник

Свекла отварная	100
Редис	14
Огурцы	14
Укроп	20
Ботва свекольная	5
Лук зеленый	20
Яйцо отварное	20
Отвар свекольный	220

## КАК ГОТОВИТЬ

### Отвар свекольный

- Очищенную молодую свеклу отварить до готовности и вынуть из воды.
- В свекольный отвар добавить кефир, сливки и довести до вкуса солью, уксусом, сахаром и горчицей **1, 2, 3**.

### Свекольник

- Отварную свеклу, редис и огурцы нарезать соломкой. Укроп, свекольную ботву и зеленый лук нашинковать **4, 5, 6**.
- Нарезанные овощи горками уложить на холодную тарелку, сверху поместить половину вареного яйца.
- Осторожно подлить заправленный свекольный отвар.







Свекольник мы готовим, используя свекольный отвар. Как и все овощные отвары, он полезен, питателен, легко усваивается организмом. Подается этот суп в двух видах посуды: гарнир — в тарелке, отвар — в соуснике.





# ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ С ПЕРЕПЕЛИНЫМ ЯЙЦОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

<b>Щавель припущенный</b>			
Щавель	1000	Морковь	350
Масло сливочное	135	Масло сливочное	30
Сок лимонный	140	Бульон мясокостный	4000
Соль	7	Щавель припущенный	1000
		Соль	10
<b>Щи зеленые</b>		Перец черный молотый	2
Картофель	550	Яйцо перепелиное	10
Лук репчатый	200	Сметана 42%	40

## КАК ГОТОВИТЬ

### Щавель припущенный

- Щавель промыть, удалить жесткие стебли, порезать, припустить со сливочным маслом, лимонным соком и солью **1**, **2**, **3**.

### Щи зеленые

- Картофель нарезать брусочками, репчатый лук и морковь — соломкой **4**.
- Подготовленные репчатый лук и морковь пассеровать в сливочном масле **5**.

- Часть картофеля (250 г) отварить и растолочь **6**.
- Остальной картофель (300 г) отварить в кипящем мясокостном бульоне в течение 5–7 минут.
- Соединить с пассерованными луком, морковью, припущенным щавелем и варить до готовности **7**.
- За 5 минут до окончания варки заправить толченым отварным картофелем, довести до вкуса солью и черным молотым перцем.
- При подаче положить в щи разрезанное отварное перепелиное яйцо, отдельно подать сметану.





Зеленые щи мы готовим на мясокостном бульоне. Он должен быть прозрачным или чуть мутноватым, на его поверхности остаются блески жира, аромат соответствует аромату овощей, добавленных при варке.



# БОРЩ С ПАМПУШКОЙ И СМЕТАНОЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Свекла	40	Помидоры	20
Масло растительное	7	Помидоры «Пилати»	4
Масло топленое	7	Лист лавровый	1
Паста томатная	12	Перец черный молотый	по вкусу
Сахар	4	Соль	по вкусу
Бульон мясокостный	350	Чеснок	2
Капуста белокочанная	52	Сало соленое	3
Картофель	25	Язык отварной говяжий	50
Лук репчатый	12	Укроп	2
Морковь	5	Сметана 42%	50
Перец болгарский	5	Пампушка с луком и перцем	2 шт.
Перец чили красный	1 шт.		

## КАК ГОТОВИТЬ

- Свеклу нарезать соломкой, тушить в закрытой посуде с добавлением растительного и топленого масла, томатной пасты и сахара (2 г) **1**.
- Тушить сначала на сильном огне до кипения, затем убавить огонь. Периодически перемешивать и добавлять мясокостный бульон (50 г), чтобы свекла не пригорела. (Зрелую свеклу тушить 30–40 минут, молодую 10–15 минут.)
- В кипящий бульон (300 г) положить нарезанную белокочанную капусту, довести до кипения, добавить нарезанный брусочками картофель и через 5 минут — тушеную свеклу, пассерованные реп-



1



2



3



4



5



6



7



чатый лук и морковь, очищенные от плодоножек и семян и нарезанные соломкой болгарский перец, красный перец чили, очищенные от кожицы помидоры. Варить борщ 20–30 минут. За 10–15 минут до окончания варки положить специи (лавровый лист и черный молотый перец), довести до вкуса солью и сахаром (2 г) **2**, **3**, **4**, **5**.

- Готовый борщ заправить рубленым чесноком с салом, нарезанным отварным говяжьим языком и укропом **6**, **7**.
- Отдельно подать сметану и пампушки с луком и перцем.



*Мясной бульон должен быть прозрачным, желтоватого цвета, с блестками жира на поверхности, его вкус и аромат — соответствовать свежесваренному мясу и овощам.*



# ЧЕСНОЧНЫЙ СУП С МЯСНЫМ ШАРИКОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Лук репчатый	15	<b>Мясной шарик</b>	
Чеснок	15	Фарш мясной (говядина, свинина)	40
Масло оливковое	5	Лук репчатый пассерованный	5
Томаты «Пронто»	80	Рис отварной	10
Бульон овощной или вода	150	Специи сухие (базилик, орегано)	по вкусу
Специи сухие (базилик, орегано)	по вкусу	Капуста савойская	15
Соль	по вкусу		
Мясной шарик	60		

## КАК ГОТОВИТЬ

- Лук и чеснок нарезать мелкими кубиками, обжарить на оливковом масле.
- Добавить пассерованные и протертые томаты, бульон, специи, соль.
- Довести до кипения.
- Налить суп в тарелку и положить отваренный на пару мясной шарик.

### Мясной шарик

- Приготовить фарш из говядины, свинины и пассерованного лука.
- Добавить отваренный до полуготовности рис, специи.
- Завернуть в бланшированную савойскую капусту.







# ОВОЩНОЙ СУП С ПЕРЕПЕЛИНЫМ ЯЙЦОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Лук репчатый	5	Бульон овощной	100
Сельдерей (стебель)	30	Бульон грибной	100
Чеснок	1	Помидоры конкасе	30
Масло оливковое	10	Яйцо перепелиное	3 шт.
Грибы белые отварные	20	Петрушка	1
Шампиньоны отварные	20		

## КАК ГОТОВИТЬ

- Лук нарезать мелкими кубиками, сельдерей — тонкими ломтиками и обжарить с чесноком на оливковом масле.
- Нарезать отварные грибы (белые и шампиньоны), добавить овощной и грибной бульон, помидоры конкасе, нарезанные кубиками.
- Налить суп в тарелку, добавить отварные перепелиные яйца и декорировать петрушкой.







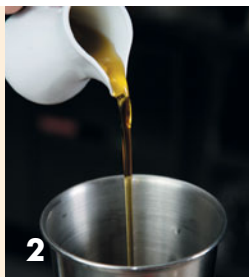
# СУП ИЗ КРАСНОЙ ЧЕЧЕВИЦЫ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Лук-шалот	80	Чечевица красная	100
Лемонграсс	10	Бульон куриный	2000
Перец болгарский красный	100	Соль	по вкусу
Помидор	70	Перец черный молотый	по вкусу
Чеснок	10	Паста томатная	10
Перец чили (без семян)	10	Лайм	1 шт.
Кориандр	100	Соус рыбный	по вкусу
Масло растительное	50	Масло сливочное	10
Лобстер	1 шт.	Кориандр (листья)	2

## КАК ГОТОВИТЬ

- Лук-шалот, лемонграсс, красный болгарский перец, помидор, чеснок, перец чили и кориандр нарезать произвольно **1**.
- Поместить в блендер, добавить растительное масло и пробить до консистенции пюре **2**.
- Получившееся пюре процедить в кастрюлю и варить, пока масло не отделится **3**.
- Клешни лобстера добавить в суп и варить, пока панцирь не поменяет цвет **4**.
- Добавить красную чечевицу и варить еще 2 минуты **5**.
- Влить куриный бульон и варить 40 минут **6**.
- Достать клешни, еще раз пробить суп в блендере и процедить **7**.
- Поставить кастрюлю с супом на плиту и варить на слабом огне до желаемой консистенции. Добавить соль, черный молотый перец, томатную пасту, сок лайма и рыбный соус.
- Мясо из хвоста лобстера слегка обжарить на сливочном масле и использовать как гарнир к супу. Украсить тарелку листьями кориандра **8**, **9**.







Я считаю, что супы должны подаваться не слишком густыми, даже если это суп-пюре. В каждом случае для подачи нужно подбирать правильную посуду. Одни супы очень выгодно смотрятся в стакане, чашке или специальной тарелке. Некоторые могут подаваться сразу в нескольких емкостях. Например, мое консоме из лобстера выглядит так: жидкость подносится в чайнике, апельмени укладываются в стакан. Для презентации супов я также люблю использовать большие кофейные кружки. Они, на мой взгляд, идеальны для горячих острых супов. Суп из красной чечевицы я подаю в высокой керамической пиале, которая прекрасно подчеркивает оригинальный характер этого супа.





# МОРКОВНЫЙ СУП С ЖАРЕНЫМ МЕДОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г


Лук репчатый	80	Перец черный молотый	по вкусу
Сельдерей (стебель)	120	Масло оливковое	50
Чеснок	12	Мед	55
Морковь	300	Бульон куриный	2000
Картофель	180	Сливки 33%	200
Лук-порей	180	Масло сливочное	50
Тимьян	2	Сметана 24%	10
Соль	по вкусу		

## КАК ГОТОВИТЬ

- Репчатый лук, стебель сельдерея, чеснок, морковь, картофель и лук-порей нарезать равномерными крупными кусками **1**, **2**.
- Выложить овощи на противень, добавить тимьян, соль, черный молотый перец, оливковое масло. Полить медом (50 г) и перемешать **3**, **4**.
- Накрыть фольгой и поставить в духовку при температуре 180°C на 10–15 минут, пока овощи не поменяют цвет.
- Переложить овощи в кастрюлю, залить куриным бульоном, довести до кипения и наполовину уменьшить огонь. Готовить 20 минут **5**.
- Вынуть овощи из бульона и поместить в блендер, добавить сливки и сливочное масло. Пробить до консистенции пюре и процедить через сито **6**, **7**, **8**.
- В тарелку с супом положить ложку сметаны и влить тонкой струйкой мед (5 г) **9**.





A close-up photograph of a bowl of bright yellow soup, likely carrot soup, served in a reddish-brown ceramic bowl. The soup is smooth and has a vibrant yellow color. In the center of the bowl, there is a dollop of white cream, and a single slice of red chili pepper is placed on top of the cream. The lighting is warm, highlighting the texture of the soup and the colors of the garnish.

Большая часть моих блюд готовится традиционным способом, но я всегда пытаюсь изменять вкусы, чтобы сделать каждое блюдо уникальным. Приготовление супов я обычно начинаю с высоких температур, затем добавляю нужные ингредиенты, довожу до кипения и понижаю температуру. На слабом огне продукты начинают раскрывать свои ароматы. Соль, перец, сливки я добавляю в середине приготовления, а перед подачей — приправы. Эта последовательность важна, чтобы сохранить все вкусы и ароматы. В морковном супе тоже важно выдержать очередность. Сливки, сметану, мед следует добавлять в самом конце.



# КУКУРУЗНЫЙ СУП

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Лук-шалот	40	Сливки 33%	45
Чеснок	15	Кориандр (стебли)	25
Масло оливковое	20	Масло растительное	10
Кукуруза	900	Филе куриное (грудка)	100
Вермут	70	Картофель	100
Бульон куриный	1300	Кориандр (листья)	15
Соль	по вкусу		
Перец черный молотый	по вкусу		

## КАК ГОТОВИТЬ

- Лук-шалот и чеснок мелко нарезать и обжарить на оливковом масле **1**, **2**.
- Зерна кукурузы отделить от початка (850 г), добавить к луку-шалоту с чесноком и обжарить до золотистого цвета **3**.
- Влить вермут, куриный бульон, добавить соль, черный молотый перец и варить до мягкости **4**.
- Уменьшить огонь наполовину, добавить сливки, стебли кориандра и варить еще 3 минуты **5**.
- Приготовленную массу перелить в блендер и пробить до однородной консистенции **6**.
- На сковороде на растительном масле обжарить кусочки куриного филе, кубики картофеля, зерна кукурузы (50 г) и использовать в качестве гарнира к супу **7**, **8**.
- Украсить пиалу с супом листьями кориандра.

Кукурузный суп имеет азиатское происхождение.  
Он очень приятен на вкус и полезен для здоровья.











# ГРИБОВНИЦА СО ВЗБИТЫМ ЯЙЦОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Картофель	80	Масло растительное	12
Морковь	25	Яйцо	1/2 шт.
Лук репчатый	20	Перец черный молотый	0,2
Шампиньоны свежие	60	Лист лавровый	0,2
Соль	2	Петрушка	2
Бульон куриный или вода	180	Сметана 20%	30

## КАК ГОТОВИТЬ

- Картофель нарезать брусочками, морковь и репчатый лук — соломкой, шампиньоны — мелкими кубиками **1**, **2**.
- Нарезанный картофель положить в кипящий, слегка подсоленный куриный бульон (или в подсоленную воду) и варить до полуготовности.
- Морковь с репчатым луком и отдельно шампиньоны обжарить на растительном масле **3**, **4**.
- Обжаренные морковь, репчатый лук и грибы выложить в кипящий бульон с картофелем и варить до полной готовности в течение 20–25 минут **5**.
- Яйцо взбить и в конце варки влить в суп при непрерывном помешивании **6**, **7**.
- Добавить черный молотый перец, лавровый лист, нарезанную петрушку и проварить 5–7 минут **8**.
- При подаче положить сметану.



1



2



3



4



5



6



7



8



Грибовница — исконно русский суп со своей историей. Его мне варила бабушка, поэтому этот вкус я люблю с детства. По технологии, его можно варить на курином бульоне, а можно и на воде, что актуально, например, в пост. Из всех грибов лучше выбрать шампиньоны, хотя и белые тоже вполне подойдут, правда, в этом случае суп будет наваристее.



# СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Картофель	80	Мука пшеничная	25
Морковь	20	Перец черный молотый	0,2
Лук репчатый	20	Лист лавровый	0,2
Соль	2	Петрушка	2
Бульон куриный	180	Сметана 20%	30
Масло растительное	12		
Яйцо	1/2 шт.		

## КАК ГОТОВИТЬ

- Картофель, морковь и репчатый лук нарезать кубиками **1**, **2**.
- Картофель положить в кипящий, слегка подсоленный бульон и варить до полуготовности 20–25 минут **3**.
- Нарезанные морковь и репчатый лук пассеровать на растительном масле **4**.
- Яйцо смешать с пшеничной мукой до однородной консистенции **5**.
- За 10–15 минут до готовности картофеля положить в бульон пассерованные репчатый лук и морковь, черный молотый перец, лавровый лист **6**.
- При помощи чайной ложки небольшими порциями выложить яично-мучную массу в кипящий бульон **7**.
- В конце варки добавить мелкорубленую петрушку. Подавать со сметаной **8**.







Этот суп пришел к нам из старинной русской кухни. Клецки добавляются ложечкой маленькими комочками — получается практически ювелирная работа.



# ЩИ «ГРИБОЕДОВСКИЕ»

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

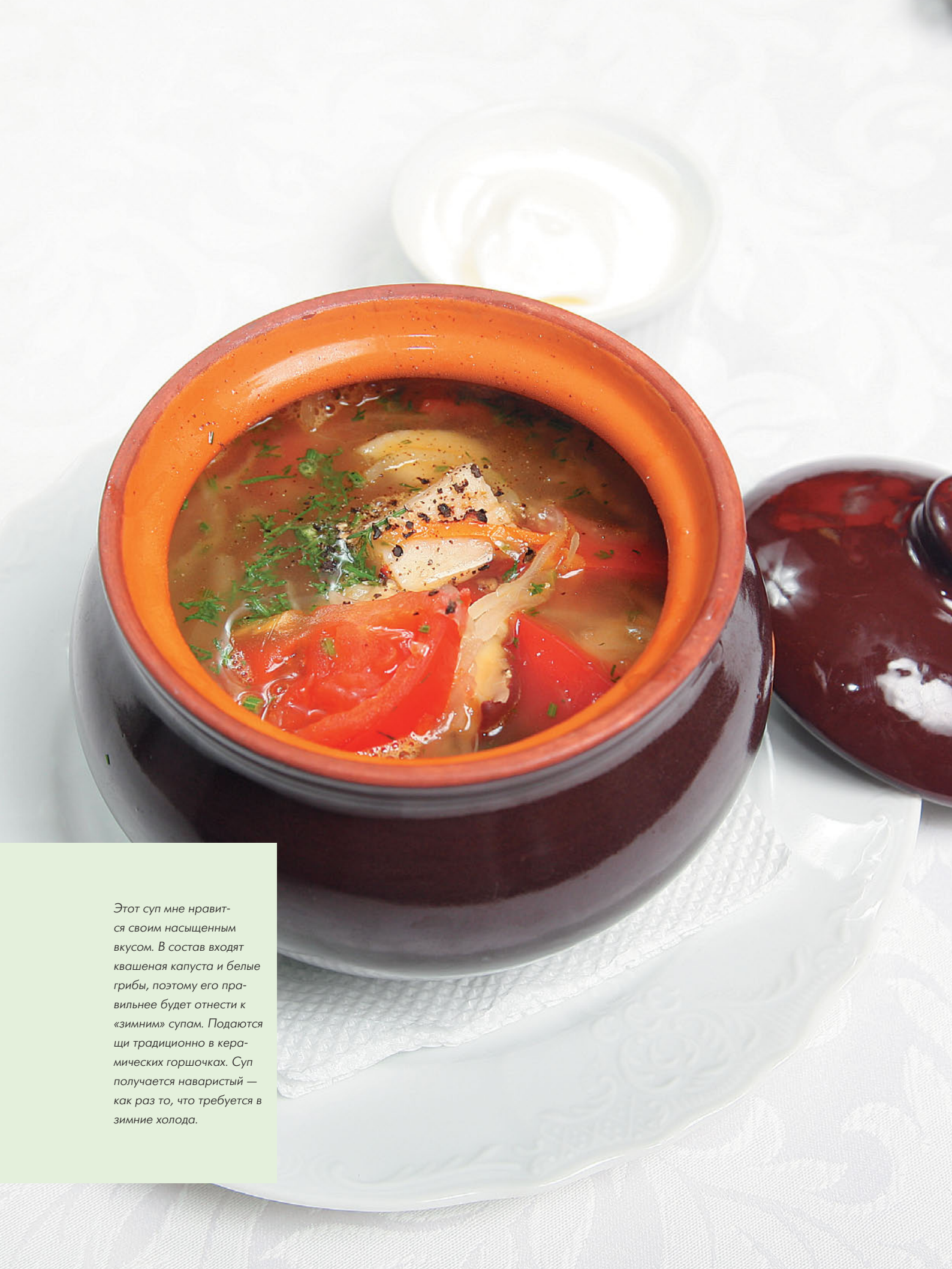
Картофель	40	Бульон мясной или вода	160
Лук репчатый	15	Перец черный молотый	0,2
Морковь	15	Лист лавровый	0,2
Помидоры	20	Петрушка	2
Капуста квашеная	50	Сметана 20%	30
Масло растительное	12		
Грибы белые с/м	20		
Соль	2		

## КАК ГОТОВИТЬ

- Картофель нарезать небольшими брусочками, репчатый лук и морковь — соломкой, помидоры — дольками **1**, **2**, **3**.
- Квашеную капусту припустить в небольшом количестве воды **4**.
- Подготовленные репчатый лук и морковь пассеровать на растительном масле вместе с белыми грибами **5**.
- В кипящий, слегка подсоленный мясной бульон (или в подсоленную воду) положить нарезанный картофель и варить до полуготовности 25–30 минут.
- Затем добавить припущенную квашеную капусту **6**.
- За 10–15 минут до окончания варки положить в суп пассерованные репчатый лук и морковь с белыми грибами, дольки свежих помидоров, черный молотый перец, лавровый лист **7**, **8**.
- Перед подачей добавить мелкорубленую петрушку. Подавать со сметаной **9**.





A photograph of a bowl of soup. The bowl is made of dark brown ceramic with a reddish-orange interior. It is filled with a clear, light-colored broth. The soup contains several large, bright red tomato slices, a piece of white mushroom, and some green herbs. The bowl is placed on a white, textured paper napkin. In the background, there is a small white bowl containing a white, creamy substance, possibly sour cream or yogurt. To the right, the lid of the ceramic pot is visible, also containing a small amount of the white substance. The entire scene is set on a white, patterned tablecloth.

Этот суп мне нравится своим насыщенным вкусом. В состав входят квашеная капуста и белые грибы, поэтому его правильнее будет отнести к «зимним» супам. Подаются традиционно в керамических горшочках. Суп получается наваристый — как раз то, что требуется в зимние холода.





# ПОХЛЕБКА ЧЕЧЕВИЧНАЯ С БЕКОНОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Чечевица сухая	60	Паста томатная	8
Соль	2	Перец черный молотый	0,2
Бульон мясной	160	Лист лавровый	0,2
Лук репчатый	20	Чеснок	2
Перец болгарский	15	Кинза	3
Масло растительное	12		
Бекон с/к	30		

## КАК ГОТОВИТЬ

- Сухую чечевицу предварительно замочить в холодной воде на 2–2,5 часа.
- Положить чечевицу в кипящий, слегка подсоленный мясной бульон и варить до готовности 40–50 минут **1**.
- Репчатый лук и болгарский перец нарезать кубиками и пассеровать на растительном масле.
- В процессе добавить нарезанный кубиками сырокопченый бекон и томатную пасту **2, 3, 4**.
- За 15–20 минут до окончания варки положить в бульон с чечевицей пассерованные репчатый лук и болгарский перец, черный молотый перец, лавровый лист и рубленый чеснок. Довести до готовности **5, 6**.
- При подаче в тарелку с супом положить мелко нарезанную кинзу **7, 8**.





Суп пришел к нам с Кавказа, о чем говорят ингредиенты — перец, чеснок, кинза, бобовые в сочетании с беконом, хотя похожий вариант есть и в итальянской кухне. Чечевицу в этом супе можно заменить красной фасолью. Суп получится не менее наваристым и густым. Для остроты можно добавить больше перца — вкус это не ухудшит. Если готовить суп без бекона и сильных специй, получится облегченный, постный вариант.





# ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

<b>Лапша</b>		Лапша	<b>40</b>
Мука пшеничная	<b>190</b>	Лук репчатый	<b>20</b>
Яйцо	<b>1 шт.</b>	Морковь	<b>15</b>
Соль	<b>2</b>	Сельдерей (стебель)	<b>5</b>
Вода	<b>20</b>	Масло растительное	<b>12</b>
		Перец черный молотый	<b>0,2</b>
<b>Лапша домашняя с курицей</b>		Лист лавровый	<b>0,2</b>
Бульон куриный	<b>180</b>	Мясо куриное (грудка)	<b>65</b>
Соль	<b>2</b>	Петрушка свежая	<b>2</b>

## КАК ГОТОВИТЬ

### Лапша

- Из пшеничной муки, яйца, соли и воды замесить крутое тесто. Убрать в холодильник на 30–40 минут **1**.
- Посыпать тесто мукой, раскатать в тонкий пласт **2, 3**.
- Свернуть рулетом и нарезать лапшу тонкой соломкой **4, 5**.
- Нарезанную лапшу разложить на противень и подсушить при комнатной температуре в течение суток **6**.

### Лапша домашняя с курицей

- В кипящий, слегка подсоленный куриный бульон положить лапшу и варить до готовности 15–20 минут.
- Репчатый лук, морковь и стебель сельдерея нарезать тонкой соломкой и пассеровать на растительном масле.
- За 5–7 минут до окончания варки добавить в лапшу пассерованные овощи, черный молотый перец, лавровый лист **7**.
- Перед подачей положить нарезанную соломкой отварную куриную грудку и рубленую петрушку **8, 9**.





Лапшу для этого супа мы делаем сами, тогда вкус у него получается по-настоящему домашний. При правильной технологии приготовления лапша не разварится, сохраняя свою форму. Закладывать сухую лапшу в бульон лучше перед подачей. Варка займет не больше 15 минут.





# БОРЩ С ЖАРеныМИ КАРАСЯМИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Борщ

Свекла	300
Соль морская	1000
Капуста белокочанная	600
Лук репчатый	200
Морковь	200
Петрушка (корень)	100
Бульон рыбный	1000
Масло растительное	1 ст. л.
Паста томатная	50
Сахар	50

Соль

Перец черный молотый

Уксус яблочный

по вкусу

по вкусу

1 ст. л.

### Сервировка

Карась (мелкий)

Масло растительное

Борщ

Петрушка

Сметана 42%

5 шт.

3 ст. л.

500

8

100

## КАК ГОТОВИТЬ

### Борщ

- Свеклу запечь на морской соли в духовке при температуре 100°C в течение 2 часов. Нарезать соломкой **1**.
- Белокочанную капусту, репчатый лук, морковь и корень петрушки нарезать соломкой **2**, **3**, **4**.
- В кипящий рыбный бульон (700 г) добавить нарезанную капусту и варить 15 минут **5**.
- Подготовленные репчатый лук, морковь и корень петрушки потушить в растительном масле с томатной пастой и рыбным бульоном (300 г) в течение 15 минут **6**.
- Добавить свеклу и перемешать **7**.



1



2



3



4



5



6



7



8



9

- Борщовую пассеровку переложить в бульон с капустой и продолжать готовить 10 минут **8**.
  - Довести до вкуса сахаром, солью, черным молотым перцем и яблочным уксусом.
  - Борщ налить в посуду, посыпать мелкорубленной зеленью петрушки (5 г).
  - Жареных карасей нанизать на шпажку и подавать отдельно. Сметану выложить в соусник, украсить веточкой петрушки (3 г).
- Сервировка**
- Карасей обработать на филе и зажарить на растительном масле до хрустящей корочки **9**.



Все борщ готовят по-разному, а потому существует огромное количество вариаций. Я придумал свой авторский вариант — с добавлением чернослива. Сначала я пробовал добавлять в классический борщ болгарский перец, однако не получил желаемого вкуса. А вот чернослив дал именно ту сладость, которой не доставало. В представленном варианте традиционный куриный бульон я заменил рыбным, а сопровождением к борщу предложил зажаренных до хруста карасей. Сочетание получилось потрясающим.





# БОРЩ ПО-ЧЕРНИГОВСКИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Бульон

Курица домашняя	50
Утка	50
Телятина на кости	30
Вода	450
Сельдерей (корень)	20
Морковь	30
Лук репчатый	30
Хмели-сунели	2

### Борщ по-черниговски

Лук репчатый	20
Свекла	35
Яблоки	5

Морковь	10
Картофель	30
Масло растительное	15
Паста томатная	5
Сахар	3
Уксус	5
Капуста цветная	40
Капуста брокколи	40
Бульон	250
Соль	3
Чеснок	5
Укроп	2
Сметана 20%	15

Для бульона я использую мясное ассорти из телятины, курицы и утки. Вкус у супа получается изумительный. По сути это всем известный классический борщ. Только белокочанную капусту я заменил цветной и брокколи, добавил яблоки для кислинки — все это очень освежило известный вариант. В качестве декора я использую сметану.



## КАК ГОТОВИТЬ

### Бульон

- Обработанные курицу, утку и телятину на кости разрезать на некрупные куски и поместить в воду **1**.
- Корень сельдерея, морковь и репчатый лук нарезать произвольно и положить к мясу, добавить хмели-сунели.
- Варить на умеренном огне 3 часа, затем остудить и процедить полученный бульон.

### Борщ по-черниговски

- Сделать заправку:
  - репчатый лук, свеклу, яблоки и морковь почистить и нарезать соломкой; картофель нарезать кубиками **2, 3, 4**;
  - обжарить на растительном масле подготовленные репчатый лук, морковь и яблоки;
  - добавить свеклу, томатную пасту, сахар, уксус, соцветия цветной капусты и брокколи. Тушить 30 минут **5, 6**.
- В горячий бульон положить картофель, проварить 10 минут, добавить заправку (пассерованные овощи и яблоки) и готовить еще 10 минут **7, 8**.
- Довести до вкуса солью и в конце варки добавить чеснок и укроп.
- При подаче в центр тарелки положить соцветия цветной капусты и брокколи, налить суп. Подавать блюдо со сметаной **9**.







# ЗНАМЕНИТЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ СУП С МОЛОДЫМ ГОРОХОМ И ВЯЛЕНЫМИ ТОМАТАМИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Консоме куриное

Сельдерей (корень)	150
Лук-порей	100
Морковь	150
Вода	10000
Курица домашняя	1000
Розмарин свежий	10
Апельсин	120
Шафран	1

### Пюре картофельное

Картофель	100
Соль цветочная	2
Масло оливковое	20

### Чипсы из баклажанов и цуккини

Баклажаны	50
Цуккини	50

### Картофельный суп

Консоме куриное	180
Пюре картофельное	50
Горошек зеленый	30
Помидоры вяленые	10
Перец черный молотый	1
Масло оливковое	10
Чипсы из баклажанов и цуккини	100

## КАК ГОТОВИТЬ

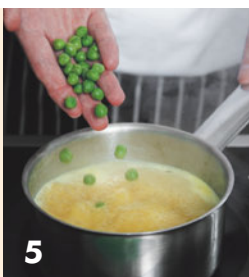
### Консоме куриное

- Корень сельдерея, лук-порей и морковь произвольно нарезать.
- В кастрюлю с водой поместить обработанную курицу, подготовленные овощи, свежий розмарин и очищенный апельсин.

- Варить на медленном огне 3 часа. Процедить и добавить в бульон шафран. Охладить **1**, **2**.

### Пюре картофельное

- Картофель очистить и отварить в воде до готовности. Размять с цветочной солью и оливковым маслом.



### Чипсы из баклажанов и цуккини

- Разрезать вдоль тонкими ломтиками баклажаны и цуккини, выложить на силиконовый коврик и сушить в духовке 1 час при температуре 95°C.

### Картофельный суп

- Подогретое куриное консоме соединить с картофельным пюре, перемешать с помощью венчика **3, 4**.

- Добавить зеленый горошек, нарезанные вяленые помидоры, черный молотый перец, хорошо перемешать **5, 6, 7**.
- Налить суп в тарелку и сбрызнуть оливковым маслом (2 г) **8, 9**.
- Отдельно подать чипсы из баклажанов и цуккини и оливковое масло (8 г).



В этом картофельном супе главная «изюминка» — молодой горошек, который придает вкусу особую пикантность. Ароматное оливковое масло высокого качества и вяленые помидоры создают привкус Средиземноморья. Этот суп и легкий, и насыщенный одновременно, поэтому подойдет как для летнего, так и для зимнего меню.





# СУП ИЗ РАЗНЫХ РЫБ И МОРЕПРОДУКТОВ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Бульон рыбный

Сельдерей (стебель)	150
Морковь	250
Лук-порей	200
Масло оливковое	60
Кости разных рыб	1000
Вино сухое белое	100
Лист лавровый	2
Тимьян	5
Вода	10000

### Рыбный набор

Филе байкальского омуля	25
Филе шотландского лосося	25
Филе судака	25
Креветки тигровые 16/20	16
Кальмар сахалинский	25
Масло оливковое	15
Чеснок	2

### Мармелад из сыра моццарелла филанте

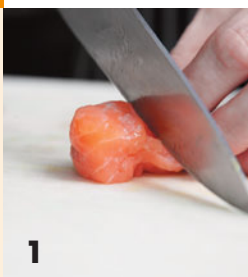
Сыр моццарелла филанте	60
Сливки 38%	40

Вино сухое белое	50
Соль копченая	2
Агар-агар	1,6

### Суп из разных рыб и морепродуктов

Бульон рыбный	200
Маслины таджаске	7
Помидоры вяленые	10
Лук репчатый жареный	10
Рыбный набор	80
Мармелад из сыра моццарелла филанте	35
Лук крымский	2
Укроп	1

Этот суп чем-то перекликается с французским буйабесом по ассорти из рыбы и морепродуктов. Тем не менее это другой суп, и тоже очень вкусный. Для большей оригинальности я добавил в него мармелад из сыра моццарелла филанте. Получилось очень интересное нестандартное сочетание.



## КАК ГОТОВИТЬ

### Бульон рыбный

- Стебель сельдерея, морковь, лук-порей мелко нарезать.
- На оливковом масле обжарить в глубоком сотейнике рыбные кости и нарезанные овощи.
- Влить белое сухое вино, добавить лавровый лист, тимьян.
- Через 5 минут влить холодную воду и варить на медленном огне 1,5 часа, снимая пену.
- Бульон охладить, затем процедить.

### Рыбный набор

- Филе байкальского омуля, шотландского лосося и судака разрезать на небольшие кусочки, креветок очистить **1**, **2**, **3**.
- Обжарить рыбу, кальмаров и креветок на оливковом масле с добавлением чеснока 3 минуты **4**.

### Мармелад из сыра моцарелла филанте

- Сыр моцарелла поместить в чашу блендера, влить сливки, выпаренное наполовину белое сухое вино и посолить.
- Взбить до однородной массы и ввести агар-агар (на 1 литр жидкости 16 г агар-агара).
- Прогреть на плите 5 минут, перелить в форму и убрать в холодильник на 5 минут.
- Получившийся мармелад нарезать кубиками.

### Суп из разных рыб и морепродуктов

- Рыбный бульон разогреть и добавить в него масла таджаске, измельченные вяленые помидоры и жареный репчатый лук **5**, **6**.
- В тарелку выложить рыбный набор и залить подготовленным бульоном **7**, **8**.
- Добавить в суп кубики сырного мармелада, украсить кольцами крымского лука и веточкой укропа **9**.







# СУП-ЛАПША КУРИНАЯ С БЕЛЫМИ ГРИБАМИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Бульон куриный

Вода	500
Курица домашняя	90
Лук репчатый	20
Морковь	20
Лист лавровый	1
Перец душистый	1

### Заправка из овощей и грибов

Лук репчатый	22
Морковь	25
Масло растительное	15
Грибы белые	40

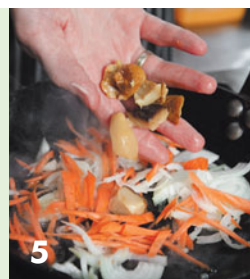
### Лапша домашняя

Мука	50
Яйцо	1/2 шт.
Соль	1
Молоко	15

### Суп-лапша

Бульон куриный	200
Заправка из овощей и грибов	70
Лапша домашняя	5
Лук зеленый	2
Курица отварная (ножка)	20
Лук-сибулет	1

Куриная лапша — общеизвестная классика и один из наших самых популярных супов как зимой, так и летом. Я практически сохранил традиционный рецепт, лишь разнообразил оформление. Отварную куриную ножку (или горячий холодец, как я ее называю) я подаю нестандартно, что сразу отличает мой суп от всех аналогов.



## КАК ГОТОВИТЬ

### Бульон куриный

- В воду положить разделанную курицу, подготовленные репчатый лук, морковь, лавровый лист и душистый перец ①, ②.
- Варить 2,5 часа на медленном огне. Готовый бульон процедить, курицу отложить.

### Заправка из овощей и грибов

- Репчатый лук и морковь нарезать соломкой ③, ④.
- Тушить в растительном масле до золотистого цвета, в процессе добавить белые грибы ⑤.

### Лапша домашняя

- Муку соединить с яйцом, солью и молоком, перемешать и дать настояться 30 минут ⑥, ⑦.

- Раскатать тесто и дать немного подсохнуть, нарезать лапшу, высыпать на противень и высушить.
- Перед подачей лапшу отварить в кипящей воде в течение 5 минут.

### Суп-лапша

- В горячий куриный бульон добавить заправку из овощей и грибов, домашнюю лапшу, проварить 5 минут и снять с огня ⑧.
- Мелко порубить зеленый лук и высыпать в суп.
- Отварную куриную ножку обвязать луком-сибулетом и поставить в середину тарелки с супом ⑨.







# ЛЕТНИЙ ЙОГУРТОВЫЙ СУП С ОВОЩНЫМ МАРМЕЛАДОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Мармелад овощной

Агар-агар	16
Вода	1000
Сливки 11%	80
Бasilik зеленый	10
Спаржа зеленая отварная	100
Тыква отварная	100
Апельсин	100
Морковь отварная	100
Помидоры	100
Малина	100

### Бульон овощной

Морковь	100
Лук репчатый	100
Спаржа зеленая	50

Тыква	100
Лук-порей	100
Перец душистый	3

### Суп йогуртовый

Йогурт 0%	150
Масло оливковое	10
Сок огуречный свежавыжатый	50
Бульон овощной	50
Соль цветочная	3

### Сервировка

Мармелад овощной	100
Суп йогуртовый	150
Кресс-салат (ростки)	2

## КАК ГОТОВИТЬ

### Мармелад овощной

- Агар-агар залить холодной водой и дать настояться 10 минут.
- Приготовить по отдельности пюре из овощей:

— из сливок, зеленого базилика и зеленой отварной спаржи;

— из отварной тыквы и апельсина, очищенного от цедры;



- из отварной моркови и цедры апельсина;
- из помидоров;
- из малины.
- Все пюре по отдельности прогреть по 5 минут вместе с агар-агаром (на 1 кг массы 16 г агар-агара) и убрать в холодильник на 10–15 минут.

#### Бульон овощной

- Морковь, репчатый лук, зеленую спаржу, тыкву, лук-порей очистить и произвольно нарезать.
- Варить на умеренном огне 2,5 часа вместе с душистым перцем.
- Готовый бульон остудить и процедить.

#### Суп йогуртовый

- Йогурт, оливковое масло, свежесжатый огуречный сок, овощной бульон, цветочную соль соединить и взбить до однородной массы **1**, **2**.
- Убрать в холодильник на 30 минут.

#### Сервировка

- Овощной мармелад нарезать порционными квадратами **3**.
- В тарелку вылить йогуртовый суп и аккуратно выложить овощной мармелад **4**, **5**, **6**.
- Украсить ростками кресс-салата **7**.

Этот холодный суп я рекомендую подавать летом. В жару он будет пользоваться особым спросом. Суп очень красив в подаче, легкий и освежающий. Для тех, кто следит за своей фигурой, это блюдо номер один. Готовится суп, как правило, небольшими порциями.







# ОТВАР КРЕВЕТОЧНЫЙ С СЕЛЬДЕРЕЕМ И БОРОДИНСКИМИ ГРЕНКАМИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Креветки в/м 70/90	200
Масло сливочное	10
Вода	200
Сельдерей	60
Гренки	10

### Гренки

Хлеб бородинский	40
Шафран	0,01
Паприка сладкая	0,1

## КАК ГОТОВИТЬ

- Креветок разморозить и очистить от панциря.
- Панцири обжарить в течение 10–15 минут на сковороде на сливочном масле.
- Залить водой и выпарить в два раза.
- Содержимое сковороды переложить в дуршлаг и дать стечь отвару.
- Сельдерей очистить и порубить брусочками.
- Креветок и брусочки сельдерея залить креветочным отваром.
- Прогреть и посыпать гренками.

### Гренки

- Хлеб нарезать мелкими кубиками.
- Посыпать шафраном и паприкой.
- Перемешать и поместить в духовку на 10–15 минут при 50–70°C.





# СУП ПО-ДОМАШНЕМУ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Курица домашняя	<b>200</b>
Морковь	<b>30</b>
Картофель	<b>30</b>
Лук репчатый	<b>10</b>
Перец болгарский	<b>30</b>
Цуккини	<b>30</b>
Масло растительное	<b>20</b>
Соль	<b>3</b>
Лук зеленый	<b>5</b>

## КАК ГОТОВИТЬ

- В горячую воду положить курицу и варить на медленном огне 2–2,5 часа.
- Морковь, картофель, лук, болгарский перец, цуккини промыть, почистить и нарезать мелкими кубиками.
- Подготовленные овощи обжарить на сковороде на растительном масле.
- Все содержимое посолить и откинуть на дуршлаг, чтобы лишнее масло стекло.
- Предварительно приготовленный куриный бульон процедить, отмерить 180 г и заправить подготовленными овощами.
- Декорировать зеленым луком.
- Подавать в горячем виде.







# СИЦИЛИЙСКИЙ СУП ИЗ БАКЛАЖАНОВ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Курица или индейка	250
Спагетти	15
Масло оливковое	10
Баклажаны	60
Морковь	30
Тимьян сухой	0,1
Орегано сухой	0,1
Сыр пармезан	5
Соль	2
Перец черный молотый	0,1

## КАК ГОТОВИТЬ

- Из курицы (или индейки) отварить бульон (100–200 г).
- Положить в бульон спагетти и варить до готовности.
- Пока варятся спагетти, на сковороде на оливковом масле обжарить баклажаны, морковь и выложить их в бульон со спагетти.
- Приправить сухими травами, ломтиками пармезана, солью, перцем.
- Подавать в горячем виде.





# СУП-КАПУЧИНО ИЗ БЕЛЫХ ГРИБОВ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Суп-капучино	<b>180</b>
Сливки 33%	<b>10</b>
Бasilik красный	<b>1</b>
Хлеб	<b>5</b>
Ореховое масло	<b>5</b>
<b>Суп-капучино</b>	
Грибы белые сухие	<b>20</b>
Вода	<b>800</b>
Грибы белые с/м	<b>300</b>
Сливки 33%	<b>300</b>
Соль	<b>по вкусу</b>
<b>Ореховое масло</b>	
Грецкий орех	<b>40</b>
Масло сливочное	<b>60</b>

## КАК ГОТОВИТЬ

- В тарелку налить горячий суп.
- Сверху положить взбитые сливки.
- Декорировать листиком красного базилика.
- Отдельно подать хлеб с ореховым маслом.

### Суп-капучино

- Приготовить основу для супа: сухие белые грибы замочить в воде до набухания, затем отварить и бульон процедить.
- Белые свежемороженые грибы отварить в основе для супа, пробить в блендере, процедить.
- Соединить со сливками и довести до кипения.
- Посолить.

### Ореховое масло

- Грецкий орех подсушить в духовке, измельчить в блендере.
- Соединить с размягченным сливочным маслом и охладить.







# СУП-ПЮРЕ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С КАРПАЧЧО ИЗ ОСЬМИНОГА

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Сельдерей (корень)	60	Масло оливковое	5
Бульон куриный	150	Яйцо	1 шт.
Соль	по вкусу	Осьминог вареный	30
Молоко	90	Био-базилик	2

## КАК ГОТОВИТЬ

- Корень сельдерея очистить и нарезать произвольно. **1**
- Положить корень сельдерея в сотейник и залить куриным бульоном. Посолить, довести до кипения и варить на медленном огне до полного размягчения **1**.
- Блендером измельчить сельдерей вместе с бульоном до консистенции пюре, добавить молоко, довести до кипения и перед подачей взбить **2**.
- Приготовить яйцо-пашот: на пищевую пленку вылить оливковое масло, затем поместить на нее яйцо, герметично закрыть и сварить. Готовое яйцо охладить **3, 4, 5, 6**.
- Тонко нарезать вареного осьминога, красиво уложить на тарелку и перед подачей прогреть **7**.
- В подогретую тарелку налить готовый суп, затем выложить карпаччо из осьминога и надрезанное яйцо-пашот **8, 9, 10**.
- Украсить листиками био-базилика.



1



2



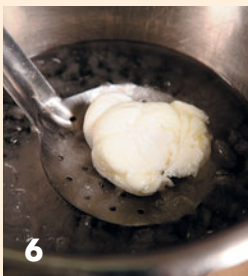
3



4



5



6



7




8



9



10



Суп-пюре — очень здоровая пища. Продукты варятся и пробиваются в блендере, как для детского меню. В достаточно пресное овощное пюре мне захотелось добавить «сильный» продукт, например, рыбу, а лучше вареного осьминога — богатейший источник белка.





# СУП ИЗ ШПИНАТА С ЛОСОСЕМ И БРОККОЛИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Лосось (филе)	70	Бульон куриный	160
Капуста брокколи	40	Соль	по вкусу
Шпинат	60	Молоко	80

## КАК ГОТОВИТЬ

- Филе лосося нарезать кубиками **1**.
- Капусту брокколи разделить на соцветия **2**.
- Шпинат перебрать, отрезать стебли и промыть.
- В сотейник налить куриный бульон, положить шпинат, посолить и довести до кипения **3**.
- Блендером измельчить шпинат с бульоном в однородную массу **4**.
- Повторно поставить на огонь, налить молоко (60 г), положить кусочки лосося и соцветия брокколи, варить до готовности лосося **5, 6**.
- В теплую тарелку выложить вареного лосося и капусту брокколи, готовый суп еще раз взбить блендером и налить в тарелку сверху **7**.
- Полить пеной из взбитого молока (20 г) **8**.





Шпинат нейтрален по вкусу и прекрасно подходит к достаточно жирному лососю. К тому же лосось — отварной: данный метод его приготовления редко используется в кулинарии. Еще один важный компонент блюда — брокколи. Эта капуста, известная с древности, — настоящий клад витаминов и минералов.





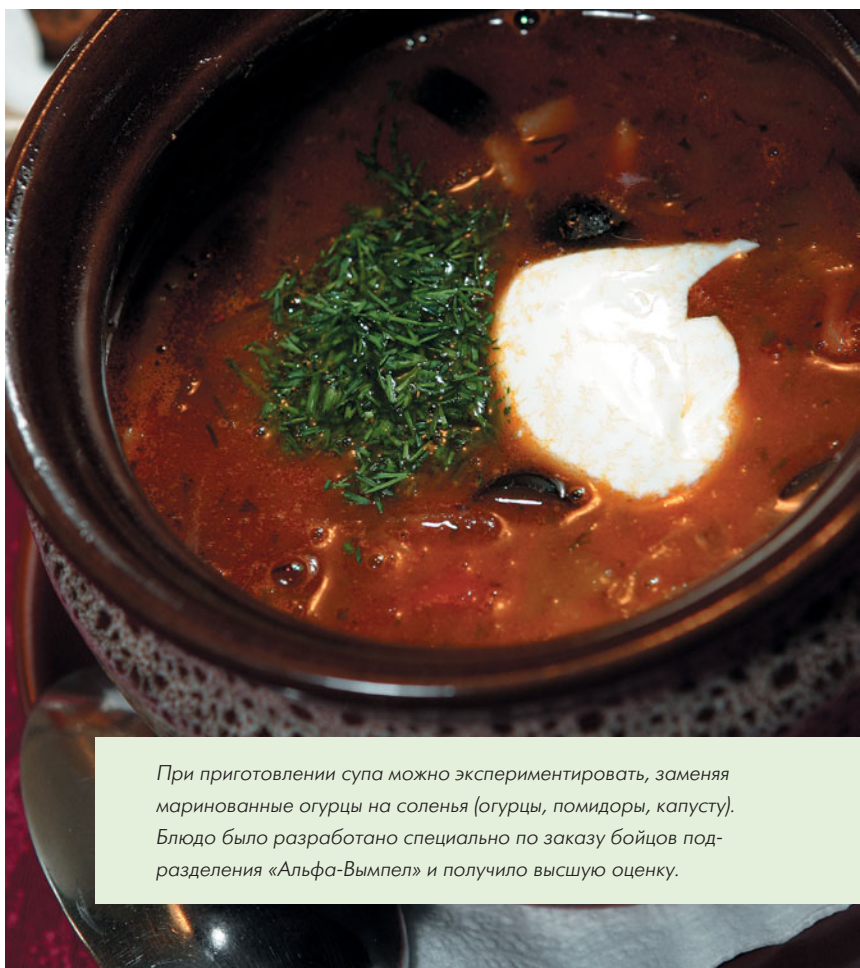
# МЯСНАЯ СОЛЯНКА «СПЕЦНАЗ»

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Бульон мясной	200
Огурцы маринованные	35
Телятина отварная	40
Язык говяжий отварной	30
Бекон нарезной	20
Оливки без косточек	20
Маслины без косточек	20
Лук репчатый	30
Паста томатная	20
Мука	5
Масло растительное	35
Масло сливочное	15
Соль	1
Перец	1
Лимон (сок)	5
Лист лавровый	1
Чеснок	5
Зелень укропа	5
Сметана	20

### Телятина отварная и язык говяжий отварной

Язык говяжий	60
Телятина	93
Вода	500+500
Укроп	5
Сельдерей (корень)	50
Морковь	20



При приготовлении супа можно экспериментировать, заменяя маринованные огурцы на соления (огурцы, помидоры, капусту). Блюдо было разработано специально по заказу бойцов подразделения «Альфа-Вымпел» и получило высшую оценку.

## КАК ГОТОВИТЬ

- В мясной бульон заложить нарезанные ломтиками маринованные огурцы, отварную телятину, отварной говяжий язык, нарезанный шашками бекон, разделенные на дольки оливки и маслины.
- Лук очистить, нарезать и пассеровать с томатной пастой и мукой на смеси растительного и сливочного масла.
- После того как основа супа покипит на медленном огне 15–20 минут, соединить ее с пассеровкой и довести до вкуса солью, перцем и соком лимона.
- Добавить лавровый лист.

- Подавать суп в глиняном или чугунном горшке.
- При подаче в суп положить рубленный чеснок, зелень укропа и сметану.

### Телятина отварная и язык говяжий отварной

- Говяжий язык и телятину (каждый продукт в отдельности) залить холодной водой и варить на слабом огне с добавлением укропа, корня сельдерея и моркови.
- Говяжий язык варить 3–4 часа, телятину — 1–2 часа.



# СУП-ПЮРЕ ИЗ БРОККОЛИ С ЖАРЕННЫМ БЕКОНОМ И ТИГРОВЫМИ КРЕВЕТКАМИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Капуста брокколи	<b>70</b>
Молоко 2,5%	<b>100</b>
Масло сливочное	<b>30</b>
Морковь	<b>20</b>
Лук репчатый	<b>20</b>
Сливки 33%	<b>100</b>
Вода	<b>50</b>
Масло оливковое	<b>15</b>
Бекон с/к	<b>25</b>
Креветки тигровые очищенные с хвостиком 30/40	<b>2 шт./20</b>
Соль	<b>1</b>
Перец черный горошком	<b>1</b>
Сахар	<b>1</b>

## КАК ГОТОВИТЬ

- Капусту брокколи очистить от листьев, промыть и нарезать на части, подходящие для пробивки блендером.
- Подготовленную капусту отварить в молоке с пассерованными на сливочном масле морковью и луком.
- Когда овощи сварятся, пробить их блендером и протереть через сито.
- Добавить сливки (50 г), воду и снова кипятить до загустения.
- Одновременно на оливковом масле обжарить бекон, нарезанный мелкими кубиками, и креветок, предварительно размороженных, очищенных и разрезанных вдоль спинки на две части.
- Суп довести до вкуса солью, перцем и сахаром.
- В глубокую суповую миску выложить обжаренные кубики бекона и креветок.
- Налить готовый суп.
- Декорировать оставшейся частью сливок (50 г), предварительно выпаренных до половины объема.



*Креветок можно брать не только указанного размера, но и более крупного. Нужно лишь уменьшить их количество. Креветки также прекрасно подходят для декорирования блюда. Суп можно подавать и в глубокой тарелке, но в суповой миске он смотрится гораздо эффектнее. Этот суп лучше подавать в осенне-зимний сезон, так как он очень сытный и хорошо согревает в холодное время года.*





# ОВОЩНОЙ СУП С КОПЧЕНОЙ ГРУДИНКОЙ И ПЕРЕПЕЛИНЫМИ ЯЙЦАМИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Копченая грудинка	50	Перец черный	1
Вода	200	Зелень петрушки	3
Масло растительное	20		
Морковь	25	<b>Копченая грудинка</b>	
Перец болгарский	30	Грудинка свежая	70
Цуккини	30	Соль	1
Лук-порей	15	Перец черный молотый	2
Бульон сухой	2	Майоран молотый	2
Яйца перепелиные	3 шт.	Лук репчатый	20
Соль	1	Сельдерей (корень)	100
		Лист лавровый	2

## КАК ГОТОВИТЬ

- Копченую грудинку нарезать кубиками 1х1 см и варить 5 минут в воде.
- Одновременно пассеровать овощи на растительном масле, поочередно выкладывая на жарочную поверхность нарезанные ромбиками морковь, болгарский перец, цуккини, лук-порей.

**Примечание.** От цуккини берется только зеленая часть — сердцевина не используется.

- За 3 минуты до готовности добавить сухой бульон и предварительно отваренные, очищенные и нарезанные на половинки перепелиные яйца.
- После закипания суп довести до вкуса солью и перцем.
- При подаче посыпать рубленой зеленью петрушки.

### Копченая грудинка

- Грудинку натереть солью, перцем, молотым майораном.
- Обложить ее кольцами репчатого лука, нарезанным ломтиками сельдереем и лавровым листом.
- Поставить для маринования под пресс на 5–10 часов.
- После подготовки грудинку закоптить холодным способом.





# ПИВНОЙ СУП

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Пивной суп	240
Яйцо (белок)	1 шт.
Чесночные гренки	10
Лук жареный (фри)	10

### Пивной суп

Пиво светлое	1250
Вода	1250
Бульон куриный (сухой)	25
Соль	10
Перец черный молотый	1
Пюре картофельное (хлопья сухие)	150
Сливки 38%	250
Яйцо (желток)	10 шт.

### Чесночные гренки

Батон нарезной	20
Масло растительное	20
Порошок чесночный	1

### Лук жареный (фри)

Лук репчатый	25
Масло растительное (фритюр)	10



## КАК ГОТОВИТЬ

- В бульонницу налить пивной суп.
- Отдельно взбить в густую пену белок и украсить суп хлопьями из белка.

**Примечание.** Перед тем как взбить белок в густую пену, нужно поставить его на несколько минут в холодильник. Охлажденный белок взбивается быстрее.

- Подавать с чесночными гренками и жареным луком.

### Пивной суп

- В кастрюлю налить пиво, воду, добавить сухой куриный бульон, посолить, поперчить, довести до кипения, всыпать сухие хлопья картофельного пюре, растворить до однородной массы.

- Снять с огня.
- Сливки взбить в однородную массу с желтками и этой смесью заправить суп.

### Чесночные гренки

- Батон белого хлеба очистить от корок, нарезать кубиками и обжарить на растительном масле до золотистого цвета.
- Обсушить и посыпать чесночным порошком.

### Лук жареный (фри)

- Лук репчатый очистить от шелухи, нарезать тонкими кольцами и обжарить во фритюре до золотистого цвета.





# СУП ФАСОЛЕВЫЙ ПО-ЧЕШСКИ С КОПЧЕНЫМИ КОЛБАСКАМИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Морковь	23	Соль	1
Лук репчатый	30	Перец черный молотый	1
Колбаски копченые	50	Тимьян свежий	1
Шпинат	15	Петрушка (листки)	1
Масло оливковое	15		
Фасоль консервированная	100		
Паста томатная	5		
Вода	200		

## КАК ГОТОВИТЬ

- Морковь и репчатый лук нарезать полукольцами, копченые колбаски — ломтиками, шпинат — крупно **1, 2, 3, 4**.
- Нарезанные копченые колбаски обжарить на оливковом масле до золотистой корочки, соединить с подготовленными репчатым луком, морковью и пассеровать 2 минуты **5**.
- Затем добавить консервированную фасоль, томатную пасту, воду и нарезанный шпинат. Довести до кипения и проварить 5–10 минут **6, 7, 8**.
- Добавить соль, черный молотый перец и тимьян, снять с огня и оставить под крышкой на 5–10 минут.
- При подаче украсить листиками петрушки.





Этот классический чешский суп не случайно появился в меню нашего пивного ресторана. Чехия славится своим пивом, и в этой стране есть немало блюд, которые сопровождают именно «пивной» стол. Фасоль и копченые колбаски создают абсолютно сбалансированный вкус, который позволяет как нельзя лучше вписать это блюдо в концепцию пивного меню.





# ФРАНЦУЗСКИЙ ЛУКОВЫЙ СУП С ГРЕНКАМИ И СЫРОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Суп луковый

Лук репчатый	2800
Бульон говяжий	1000
Демиглас	30
Соль	1
Перец черный молотый	10
Укроп	10

### Сервировка

Яйцо (желток)	1 шт.
Портвейн	10
Масло оливковое	10
Суп луковый	300
Гренки хлебные	12
Сыр пармезан тертый	10
Петрушка	2

## КАК ГОТОВИТЬ

### Суп луковый

- Репчатый лук очистить и нарезать полукольцами **1, 2**.
- Залить говяжьим бульоном и демигласом, добавить соль, черный молотый перец и варить 10–15 минут. В конце добавить рубленый укроп **3, 4**.

### Сервировка

- Желток, портвейн и оливковое масло взбить венчиком. Смесь влить по кругу в тарелку с подогретым луковым супом **5, 6**.
- Положить сверху хлебные гренки и тертый сыр пармезан, запечь суп в ростере в течение 2–3 минут **7, 8**.
- Украсить суп веточкой петрушки.



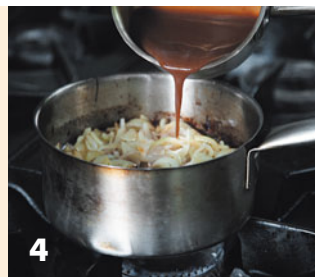
1



2



3



4



5



6



7



8



Лук­о­вый суп — фран­цуз­ская класси­ка. Глав­ная фишка в нем — полу­чить нуж­ный вкус. Для это­го лук необ­хо­ди­мо до­вести до нуж­ной кон­си­стен­ции, а имен­но то­мить, пока он не на­чнет вы­де­лять са­хар, а за­тем уж до­ба­влять ос­та­ль­ные ин­гре­ди­ен­ты.





# КРЕМ-СУП ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С БЕКОНОМ И СЕМГОЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Крем-суп

Лук репчатый	250
Бекон в/к	250
Масло растительное	50
Горошек зеленый	900
Бульон куриный (прозрачный)	300
Лист лавровый	1
Соль	2
Перец черный молотый	2
Тимьян свежий	1

### Сервировка

Крем-суп	250
Сливки 33%	15
Семга с/с	35
Перец черный молотый	1
Петрушка	1

## КАК ГОТОВИТЬ

### Крем-суп

- Репчатый лук нарезать кольцами, варено-копченый бекон мелко порубить **1**, **2**.
- В глубоком сотейнике с растительным маслом соединить подготовленные репчатый лук, зеленый горошек, бекон и обжарить в течение 20–30 минут **3**, **4**, **5**.
- Залить прозрачным куриным бульоном, положить лавровый лист, посолить, поперчить и варить 30 минут **6**.

- Готовый суп пробить блендером (предварительно убрав лавровый лист) и процедить. Для аромата можно добавить веточку тимьяна **7**.

### Сервировка

- В тарелку налить крем-суп, по кругу полить сливками **8**.
- В центр выложить ломтики слабосоленой семги и посыпать черным молотым перцем. Украсить листиком петрушки **9**.





В этом супе я использовал нестандартное сочетание бекона и семги. Обычно бобовые выступают в отличном дуэте с копченостями. В моей авторской разработке появился третий компонент — семга, которая, на мой взгляд, только улучшила и разнообразила привычный вкус.





# ЗЕЛЕНый ГАСПАЧО ИЗ МОЛОДОГО ЩАВЕЛЯ И ШПИНАТА С ТАРТАРОМ ИЗ ПОМИДОРОВ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Огурцы	80
Шпинат	30
Щавель	20
Вода	130
Соль	2
Перец молотый	0,5
Помидоры	60
Бasilik	2
Соус «Табаско»	0,5

## КАК ГОТОВИТЬ

- Огурцы очистить от кожуры и семян, нарезать дольками.
- Очищенные листья шпината и щавеля залить водой, добавить огурцы, соль, молотый перец и измельчить блендером до однородной консистенции.
- Сделать тартар: помидоры очистить от кожуры и семян, нарезать кубиками и смешать с рубленным базиликом и соусом «Табаско».
- Готовый суп налить в тарелку.
- В середину выложить тартар из помидоров и базилика.

*Готовится суп в гастрономической чашке для блендера. Для этого супа следует отбирать молодые побеги шпината и щавеля. Подавать лучше с чесночными тостами и полусухим белым вином.*





# КАРТОФЕЛЬНЫЙ КРЕМ-СУП С ХРУСТЯЩИМ БЕКОНОМ И МОЛОДЫМИ СМОРЧКАМИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Чеснок	5
Лук репчатый	10
Масло растительное	10
Картофель	80
Бульон куриный	220
Сливки 38%	60
Соль	2
Перец молотый	0,5
Сморчки	30
Бекон	5
Петрушка	1

## КАК ГОТОВИТЬ

- Чеснок измельчить в пюре, лук репчатый мелко порубить и все обжарить на растительном масле.
- Картофель очистить, произвольно нарезать, заложить в куриный бульон, добавить жареный лук с чесноком, отварить до готовности.
- Бульон процедить, картофель протереть.
- Протертый картофель вновь заложить в бульон, добавить сливки, соль, перец.
- Сморчки отварить, нарезать соломкой.
- Бекон нарезать соломкой и обжарить вместе со сморчками до золотистого цвета.
- При подаче готовый суп налить в тарелку, в середину выложить жареные сморчки с беконом, украсить веточкой петрушки.



Подавать лучше в супнице или красивой кастрюле. Не рекомендуется использовать блендер для измельчения картофеля, иначе проявится вкус клейковины. Подавать суп горячим можно в любое время года.





# СУП ИЗ МОЛОДОЙ ТЫКВЫ С КОПЧЕНЫМ МОЛОКОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Тыква	500	Бульон овощной	1000
Лук репчатый	100	Молоко	1000
Тимьян свежий	50	Бекон копченый	250
Чеснок	10	Мука миндальная	5
Соль	1	Масло оливковое	5
Перец черный молотый	1	Петрушка	2

## КАК ГОТОВИТЬ

- Тыкву и репчатый лук нарезать крупными кубиками **1**.
- Добавить свежий тимьян и зубчики чеснока, соль, черный молотый перец, затем залить овощным бульоном и варить 30 минут до готовности **2**.
- Измельчить суп до однородной массы и протереть через сито **3**.
- В молоко положить копченый бекон, накрыть фольгой и поставить в духовку. Томить при температуре 95°C около 1 часа. Затем процедить.
- Полученное молоко залить в сифон **4**.
- Тыквенный суп вылить в тарелку, в центр выжать молоко из сифона **5, 6**.
- Посыпать миндальной мукой, добавить несколько капель оливкового масла и украсить веточкой петрушки.





Съесть кремообразный супчик — настоящий праздник ощущений. Тыква — низкокалорийный продукт, богатый клетчаткой, полезный всем в любом возрасте. Копченое молоко очень оригинально на вкус и идеально подходит протертой тыкве. Поддача тоже интересна: эдакая глазунья наоборот, когда белок поменялся местами с желтком.





# СУП-ГУЛЯШ ИЗ ЯГНЕНКА С ХРУСТЯЩИМ БАГЕТОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

### Суп-гуляш из ягненка

Цуккини	70
Морковь	70
Лук-порей	60
Помидоры	50
Корейка ягненка	225
Масло оливковое	20
Тимьян свежий	6
Паста томатная	30

Бульон куриный	450
Соль	2
Перец черный молотый	2

### Сервировка

Суп-гуляш из ягненка	320
Кинза	5
Масло оливковое	10
Хлеб серый зерновой	100

## КАК ГОТОВИТЬ

### Суп-гуляш из ягненка

- Цуккини, морковь, лук-порей и помидоры нарезать кубиками **1**.
- Корейку ягненка отделить от кости и нарезать крупными кубиками **2**.
- Мясо ягненка обжарить на оливковом масле 5–7 минут, добавив несколько веточек свежего тимьяна **3**.
- Добавить нарезанные овощи и обжаривать еще примерно 10 минут **4**.

- Добавить томатную пасту, влить куриный бульон, посолить, поперчить и тушить до готовности около 15 минут **5**.

### Сервировка

- Суп-гуляш налить в тарелку, посыпать зеленью кинзы и сбрызнуть оливковым маслом (4 г) **6**.
- Два кусочка хлеба поджарить на гриле, предварительно смазав их оливковым маслом (6 г), и подать отдельно **7**.





Суп-гуляш из ягненка с хрустящим багетом — насыщенный суп на каждый день. Обжаренное на оливковом масле мясо ягненка придает блюду особенно приятный вкус и аромат. Украсить суп каждый может по своему вкусу. Я предпочел в качестве декора использовать нежные листики кинзы — они красиво смотрятся на тарелке, а также передают супу ее своеобразный пикантный вкус. Обжаренный на гриле хлеб, смазанный оливковым маслом, — также неотъемлемый компонент этого блюда.





## КЮФТА «БОЗБАШ»

### ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Баранина	<b>600</b>
Лук репчатый	<b>100</b>
Рис	<b>100</b>
Соль	<b>по вкусу</b>
Перец черный молотый	<b>по вкусу</b>
Алыча	<b>100</b>
Бульон мясной	<b>1000</b>
Горох нут	<b>100</b>
Курага	<b>50</b>
Мята (сухая)	<b>2</b>
Картофель	<b>300</b>

### КАК ГОТОВИТЬ

- Баранину (400 г) с репчатым луком прокрутить через мясорубку.
- Оставшуюся баранину отварить.
- Отдельно отварить рис и смешать его с фаршем.
- Посолить, поперчить.
- Сформовать шарики, предварительно положив внутрь алычу, и поместить в мясной бульон.
- Также в бульон положить отварной горох нут, оставшуюся алычу, курагу и сухую мяту.
- Довести до вкуса и варить еще 15 минут.
- За 7 минут до готовности в бульон поместить крупно нарезанный картофель и отварную баранину.
- Подавать в горячем виде.





# СУП ИЗ ФЕНХЕЛЯ С КРАБАМИ И СУДАКОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Лук репчатый очищенный	<b>100</b>	Судак (филе)	<b>200</b>
Масло сливочное	<b>100</b>	Крабы очищенные	<b>100</b>
Фенхель свежий	<b>200</b>	Карри	<b>2</b>
Перец болгарский	<b>100</b>	Соль	<b>по вкусу</b>
Бульон рыбный	<b>1000</b>	Перец черный молотый	<b>по вкусу</b>
Кукуруза консервированная	<b>70</b>	Базилик	<b>1</b>

## КАК ГОТОВИТЬ

- Мелко нарезанный репчатый лук обжарить в сливочном масле, добавить нарезанный тонкими кольцами фенхель.
- Затем добавить нарезанный соломкой болгарский перец и обжаривать еще несколько минут.
- Залить все рыбным бульоном, положить консервированную кукурузу и довести до кипения.
- Отдельно сделать фарш из судака и крабов с добавлением карри, соли и перца.
- Из фарша сделать фрикадельки по количеству порций.
- Положить их в бульон с овощами и варить 8–10 минут.
- При подаче украсить листиком базилика.







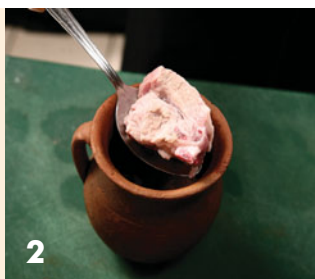
# ПИТИ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Горох нут	20	Куркума	1
Баранина охлажденная	150	Соль	по вкусу
Курдюк	50	Перец черный молотый	по вкусу
Вода	350	Алыча сушеная	12
Лук репчатый	50	Мята сушеная	1
Картофель	80		

## КАК ГОТОВИТЬ

- Горох нут предварительно замочить на 8 часов.
- Охлажденную баранину нарезать кусочками **1**.
- Баранину поместить в глиняный горшочек, добавить курдюк, залить водой, поставить на плиту и готовить на слабом огне около 3 часов **2**.
- Затем добавить в горшочек нарезанный репчатый лук, очищенный картофель, горох нут, куркуму, соль и перец. Тушить около часа **3**, **4**, **5**.
- За 10 минут до готовности добавить сушеную алычу.
- Выложить в тарелку картофель, кусочки баранины и алычу **6**.
- Вылить бульон, сверху выложить горох нут и посыпать пити сушеной мятой **7**, **8**.





Пити — насыщенное, вкусное блюдо. Все продукты прекрасно сочетаются друг с другом. В каждом городе пити готовится по-своему, и везде добавляются различные ингредиенты. В этом варианте я постарался соединить очень разные вкусы, и получилось просто бесподобное блюдо.





# СУП ИЗ БАРАНИНЫ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Суп из баранины	<b>240</b>
Укроп свежий	<b>1</b>
Сметана	<b>20</b>
Петрушка кудрявая	<b>2</b>

### Суп из баранины

Лук репчатый	<b>800</b>
Перец сладкий (желтый, красный)	<b>700</b>
Масло растительное	<b>300</b>
Баранина (мякоть)	<b>2000</b>
Бульон мясной сухой	<b>150</b>
Перец черный молотый	<b>3</b>
Чеснок	<b>30</b>
Лист лавровый	<b>2</b>
Фасоль стручковая с/м	<b>300</b>
Вода	<b>7000</b>
Картофель свежий	<b>2000</b>
Укроп	<b>100</b>

## КАК ГОТОВИТЬ

- В супницу налить суп из баранины.
- Перед подачей посыпать мелко рубленным укропом и заправить сметаной (можно подать отдельно).
- Декорировать веточкой петрушки.

### Суп из баранины

- Лук репчатый, перец сладкий (желтый, красный) очистить, нарезать мелкими кубиками.
- В кастрюле на растительном масле обжарить подготовленные овощи.
- Мякоть баранины зачистить от пленок и сухожилий, нарезать кубиками, обжарить вместе с овощами, добавить мясной бульон, черный молотый перец, рубленый чеснок, лавровый лист и нарезанную по 2 см стручковую фасоль, залить водой и довести до кипения.
- За 20 минут до конца варки положить картофель, нарезанный кубиками.





## СУП-ПЮРЕ ИЗ ГРИБОВ

Суп-пюре из грибов	<b>240</b>
Укроп	<b>1</b>
Шампиньоны (декор)	<b>10</b>
Чесночные гренки	<b>10</b>
<b>Суп-пюре из грибов</b>	
Лук репчатый	<b>80</b>
Масло растительное	<b>50</b>
Бекон в/к	<b>40</b>
Грибная смесь консервированная	<b>100</b>
Шампиньоны свежие	<b>150</b>
Мука пшеничная в/с	<b>10</b>
Сливки 38%	<b>100</b>
Вода	<b>100</b>
Бульон грибной сухой	<b>10</b>
<b>Чесночные гренки</b>	
Батон нарезной	<b>20</b>
Масло растительное	<b>20</b>
Порошок чесночный	<b>1</b>



### КАК ГОТОВИТЬ

- В супницу налить суп-пюре из грибов.
- Декорировать веточкой укропа и обжаренными мелкими шампиньонами.
- Подавать с хрустящими чесночными гренками.

#### Суп-пюре из грибов

- Лук репчатый очистить от шелухи, нарезать соломкой.
- Бекон в/к очистить от кожи, нарезать мелкими кубиками.
- В кастрюле на растительном масле обжарить бекон.
- Положить лук, грибную смесь, резанные ломтиками шампиньоны и все обжарить.

- Всыпать муку, тщательно перемешать все ингредиенты, влить сливки, воду, довести до кипения и проварить.
- Снять с огня и измельчить в блендере до пюреобразной массы.
- Добавить грибной бульон и проварить до готовности.

#### Чесночные гренки

- Батон белого хлеба очистить от корок, нарезать кубиками и обжарить на растительном масле до золотистого цвета.
- Обсушить и посыпать чесночным порошком.





# СУП ТОМАТНЫЙ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Суп томатный	240
Чесночные гренки	10
Петрушка	1
Помидор (декор)	30

### Суп томатный

Сок томатный	700
Мука пшеничная в/с	30
Бульон куриный сухой	10
Сливки 38%	300

### Чесночные гренки

Батон нарезной	20
Масло растительное	20
Порошок чесночный	1

## КАК ГОТОВИТЬ

- В супницу налить томатный суп.
- Положить чесночные гренки, украсить веточкой петрушки и розочкой из помидора.

### Суп томатный

- Сок томатный смешать с мукой и взбить до однородной массы.
- Добавить куриный бульон, сливки и варить до готовности.

### Чесночные гренки

- Батон белого хлеба очистить от корок, нарезать кубиками и обжарить на растительном масле до золотистого цвета.
- Обсушить и посыпать чесночным порошком.





# СУП-ПЮРЕ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Суп-пюре из сельдерея	<b>240</b>
Сельдерея (зелень)	<b>2</b>
Перец сладкий красный	<b>3</b>
Чесночные гренки	<b>10</b>
<b>Суп-пюре из сельдерея</b>	
Вода	<b>700</b>
Бульон куриный сухой	<b>10</b>
Сельдерея (корень)	<b>400</b>
Сливки 38%	<b>250</b>
<b>Чесночные гренки</b>	
Батон нарезной	<b>20</b>
Масло растительное	<b>20</b>
Порошок чесночный	<b>1</b>

## КАК ГОТОВИТЬ

- В супницу налить суп-пюре из сельдерея.
- Декорировать листиком свежей зелени и красным сладким перцем, нарезанным соломкой.
- Подавать с чесночными гренками.

### Суп-пюре из сельдерея

- В воде развести сухой куриный бульон, добавить очищенный и нарезанный мелкими кубиками корень сельдерея и варить до полного размягчения.
- Охладить до комнатной температуры и измельчить в блендере до пюреобразной массы.
- Влить сливки и проварить до готовности.

### Чесночные гренки

- Батон белого хлеба очистить от корок, нарезать кубиками и обжарить на растительном масле до золотистого цвета.
- Обсушить и посыпать чесночным порошком.







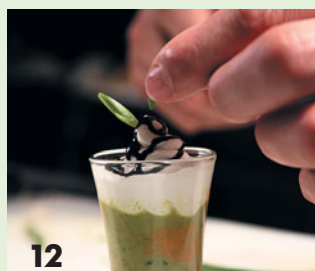
# КРЕМ-МУСС ИЗ СПАРЖИ И ТЫКВЫ


## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

Сливки 33%	100	Соль	по вкусу
Тыква консервированная	50	Уксус бальзамический выпаренный	2
Спаржа зеленая	50	Лук зеленый	1

## КАК ГОТОВИТЬ

- Сливки взбить венчиком до густоты сметаны **1, 2**.
- В отдельную миску выложить консервированную тыкву и пробить ручным блендером **3**.
- Зеленую спаржу бланшировать в подсоленной воде и нарезать произвольно **4**.
- Затем пробить подготовленную спаржу в блендере до образования пюре **5, 6**.
- Вылить в шот пюре из зеленой спаржи **7**.
- Сверху столовой ложкой аккуратно выложить пюре из тыквы **8**.
- Взбитые сливки поместить в кондитерский мешок и выдавить в шот завершающим слоем **9, 10**.
- Украсить выпаренным бальзамическим уксусом и фигурно нарезанным зеленым луком **11, 12**.



The image shows three glasses of soup arranged in a row on a white tray. Each glass contains a vibrant orange soup, topped with a thick layer of white cream. The cream is garnished with a dark chocolate drizzle and two fresh green leaves. The background is a soft, light pink color, and the lighting is bright and even, highlighting the textures of the soup and cream.

Индивидуальный подход к каждому гостю подчеркнет подача в бокале-шоте. Само блюдо за счет использования осенних овощей — тыквы и зеленой спаржи, пробитых в блендере, — смотрится нежно и красиво. По колористике блюдо можно назвать «уходящим бабьим летом».





# ПРОЗРАЧНЫЙ ГАСПАЧО ИЗ ТОМАТОВ С ДЫНЕЙ, АРБУЗОМ И БАЗИЛИКОМ

## ИНГРЕДИЕНТЫ, г

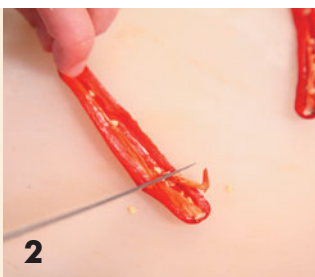
Помидоры спелые	250	Перец белый молотый	по вкусу
Перец чили	5	Дыня	3 шарика
Огурцы	50	Арбуз	3 шарика
Чеснок	5	Бasilik зеленый	3
Соль	по вкусу	Масло оливковое	3

## КАК ГОТОВИТЬ

- Очень спелые помидоры разрезать и удалить из них мякоть **1**.
- Перец чили очистить от семечек **2**.
- Огурцы очистить от кожуры **3**.
- Смешать в блендере помидоры, перец чили, огурцы и чеснок **4**.
- Протереть через мелкое сито.
- Полученную смесь держать в холодильнике в течение ночи. Утром полученную овощную массу поместить в проложенное марлей сито и дать стечь прозрачной жидкости; добавить в нее соль и перец **5**.
- Прозрачный гаспачо подавать в бокале для martinи, добавить нарезанные нуазетной ложкой шарики дыни и арбуза **6, 7**.
- Украсить листиком зеленого базилика, сбрызнуть оливковым маслом **8**.



1



2



3



4



5



6



7



8



Долгий процесс приготовления оправдывается вкусовыми качествами гаспачо, приводящими сначала в шок, потом — в восторг. Конечно, сочетание помидоров с огурцами, чесноком, чили, дыней и арбузом — очень смелое, но, как показывает практика, на земле много гурманов и просто любителей всего нового и необычного.



*Популярное издание*

# **ГОТОВИМ: СУПЫ — ВКУСНЫЕ И ОРИГИНАЛЬНЫЕ**

Генеральный директор **Дмитрий ОДИНЦОВ**  
Дизайн: **Наталья КОЖИНОВА**  
Верстка: **Любовь ИВАНОВА**  
Фотограф **Юрий ЛУКИН**

Рецепты публикуются на некоммерческой основе

Подписано в печать 05.08.11. Формат 60x90 <sup>1</sup>/<sub>8</sub>.  
Усл. печ. л. 12,0. Тираж экз. Заказ № .

Общероссийский классификатор продукции ОК-005-93, том 2;  
953004 — научная и производственная литература

ООО «Издательство Астрель»  
129085, г. Москва, пр-д Ольминского, д. 3а

ООО «Издательство АСТ»  
141100, Россия, Московская область, г. Щелково, ул. Заречная, д. 96  
Наши электронные адреса:  
[WWW.AST.RU](http://WWW.AST.RU) E-mail: [astpub@aha.ru](mailto:astpub@aha.ru)

ООО Издательский дом «Ресторанные ведомости»  
115093, г. Москва, ул. Дубининская, 90  
Тел.: (495) 921-3625  
E-mail: [info@restoved.ru](mailto:info@restoved.ru)

# Готовим

супы – вкусные  
и оригинальные

На страницах этой книги собраны самые интересные, вкусные и оригинальные рецепты супов, которые предлагают гостям знаменитые шеф-повара известных ресторанов. Многие рецепты представлены в формате иллюстрированных мастер-классов и сопровождаются комментариями авторов. Надеемся, что эта «суповая» коллекция позволит читателям по-другому взглянуть на приготовление и подачу любимого в нашей стране блюда.

Книга рассчитана на широкий круг читателей, интересующихся кулинарными традициями и современной гастрономией.

*Готовьте по авторским рецептам от знаменитых шеф-поваров, покупая наши книги серии «Мастер-класс журнала «Ресторанные ведомости»*



Другие книги серии «Мастер-класс журнала «Ресторанные ведомости»:

- «Готовим на пару, в духовке и горшочке»,
- «Готовим блюда на каждый день»,
- «Готовим закуски для изысканного стола»,
- «Готовим гриль. Мангал. Тандыр. Вок»

[www.elkniga.ru](http://www.elkniga.ru)

ISBN 978-5-271-35887-6



9 785271 358876 >

