

Времена года в моей тарелке





КРИСТИНА ЧЕРНЯХОВСКАЯ

Времена года в моей тарелке

ПРИКЛЮЧЕНИЯ СЕЗОННЫХ ПРОДУКТОВ

хлеб•соль

Москва
2021





*Эту книгу я посвящаю
маме, Вове, Максиму, Альбине, Ксении,
Полине, Ольге и Хрустику*

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	11
----------------	----

Весеннее меню

Спаржа с яйцом пашот и голландским соусом.....	14
Драники из цукини.....	16
Салат с черемшой.....	17
Щавелевый суп	18
Гребешки с ризотто.....	20
Коулслоу	22
Салат с жареной ботвой, полбой и фундучным соусом.....	24
Мидии в сливочном соусе.....	26
Дорада на пару с молодым зеленым луком.....	27
Салат с крабами и капустой	28
Фарфалле с креветками и фасолью	30
Овощное рагу с вешенками и рисом	32

6

Летнее меню

Бриошь с клубникой и страчателлой	36
Итальянский салат.....	38
Идеальный гаспачо	39
Бабагануш и кефирные пышки от моей мамы	40
Шакшука с нутом	42
Плато из морепродуктов	44
Лосось с птитимом в сливочном соусе	45
Кальмар с рисом.....	46
Поке с лососем, авокадо, эдамаме и капустой пак-чой.....	48
Фиш&чипс без чипсов, или треска в японском кляре.....	50
Паста с лисичками	52
Перцы фаршированные с мини-картофелем.....	53

Осеннее меню

Брюссельская капуста с козьим сыром.....	56
Салат с запеченной тыквой, хурмой и фермерским творогом.....	58
Лосось «Гравлак»	60
Французский луковый суп	62

Цветная капуста с йогуртовым соусом на основе тахини, с эстрагоном и перцем чили + запаренный кускус	64
Утиная ножка конфи с картофельным пюре	66
Запеченные корнеплоды – тыква, пастернак, батат с греческой намазкой	68
Филе сибаса с пюре из корня сельдерея и пастернака, с каперсами и розмарином	70
Инжир с горгонзолой и сливами	72
Кукуруза с соусом песто	73
Картофельные маффины с беконом и брокколи.....	74
Блинчики с мясом.....	76
Шоколадная бабка.....	78

Зимнее меню

Тост с ростбифом, гуакамоле и ялтинским луком	82
Картофельные драники с рикоттой.....	84
Равиоли с рикоттой и шпинатом.....	86
Оссобуко.....	88
Азиатский суп с креветками	90
Форель с капустой.....	92
Паста с митболами в белом соусе.....	94
Курица с нутом в кокосовом соусе	96
Еще одни митболы в томатном соусе с фасолью.....	98
Спагетти с морепродуктами	100
Утиная грудка с полбой и апельсиновым соусом	102
Вафли с беконом, чеддером и вялеными томатами.....	103
Апельсиновый пирог без муки	104

Круглый год

Луковый пирог «Писсаладьер»	108
Скрэмбл с крабом	110
Эдамаме с мисо-майонезом	112
«Усиленная» карбонара.....	114
Жареный халуми.....	115
Яйцо кокот	116
Кокосовые сырники.....	118
Ванильное мороженое	120
Канеле.....	122
Жареный камамбер с облепиховым соусом.....	123
Благодарность	125







ВВЕДЕНИЕ

Если бы в юности, когда я поступала на журфак, мне кто-то сказал, что я буду профессионально готовить и еда станет не только профессией, но и призмой, через которую я смотрю на людей, общество и саму жизнь, я не то чтобы не поверила, а, скорее, даже не услышала бы эту гипотезу моего будущего.

Но жизнь сложилась так, как сложилась, и я бесконечно счастлива, что однажды, в 2009 году, пришлось уйти с работы и придумать новое для себя дело. Его я постигаю до сих пор.

За эти годы я попробовала себя во всех сферах гастрономии – от владелицы кулинарной школы, ведущей кулинарного шоу, шефства в ресторанах до частного повара на лоне дикой природы, у берегов Северного Ледовитого океана, в тундре и тайге; и в детском лагере в эстонских лесах, где 120 детей каждый день проверяют твоё мастерство на «вкусно/невкусно».

И только странный и сложный 2020 год приблизил меня к осуществлению мечты.

Используя карантинное время, я смогла собрать все свои любимые проверенные рецепты в одну большую книгу.

Я разбила ее на 4 принципиально важные части – весна, лето, осень и зима. В каждой части я собрала подходящие для каждого сезона блюда. Причем руководствовалась не только доступностью и сезонностью ингредиентов, но и постаралась передать атмосферу каждого периода.

С помощью всех представленных техник я готовлю дома – быстро, четко и без долгой возни.

Мне бы очень хотелось, чтобы эта книга стала для многих вдохновением и стимулом перестать бояться кухонного пространства и сложных, на первый взгляд, блюд.

