



КРИСТИНА ЧЕРНЯХОВСКАЯ

# Открытая Кухня

ЛЮБИМЫЕ РЕЦЕПТЫ, ЧТОБЫ ГОТОВИТЬ,  
ЕСТЬ И ДЕЛИТЬСЯ



хлеб & соль

Москва  
2022

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	7
----------------	---

### Утро

Grilled cheese.....	10
Жареный романо с артишоками, тахини и яйцом .....	12
Оладьи из рикотты .....	14
Сэндвич с яичным салатом .....	16
Сосидж-роллы .....	18
Яичница с томатным фаршем и хрустящей лепешкой .....	20
Крок-мадам.....	22
Овсяная каша с карамелизованными яблоками и кокосовым молоком .....	24
Маринованные яйца.....	26
Сливочная буррата с карамелизованной свеклой .....	28
Кесадилья .....	30
Киш с карамелизованным чесноком и козьим сыром .....	33
Пирог с черемшой и молодым сыром .....	34

### День

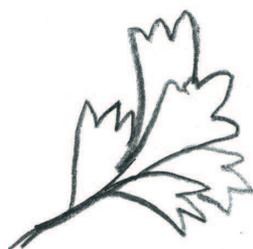
Аранчини с чоризо и зеленым базиликом.....	38
Брюссельская капуста с брокколи .....	40
Тосканский овощной суп Риболлита .....	42
Запеченный батат с нутом и пангратадой.....	44
Теплый томатный суп .....	46
Капустный салат с пармезаном .....	47
Салат с грушей .....	48
Салат с сицилийскими апельсинами.....	50
Тарталетка с грушей и сыром с плесенью .....	52
Тартин с авокадо, чоризо и яйцом.....	53
Тыквенный суп с лимонным маслом и кокосовыми сливками.....	54
Салат с манго, авокадо и огурцом.....	56
Чечевица с горгонзолой, вялеными томатами и красным луком .....	58
Салат с брокколи, яйцом, фасолью и горгонзолой.....	60
Щучьи котлеты с овощной сальсой и греческим йогуртом .....	62

## Вечер

Фиш Веллингтон.....	66
Куриный крамбл.....	68
Идеальная курица в соленом растворе.....	70
Каннелони с рикоттой, шпинатом и цветной капустой.....	72
Буф Бургиньон .....	74
Спагетти с савойской капустой, брокколи и чоризо.....	76
Говяжий язык с карамелизованной морковью и корнем пастернака.....	78
Бефстроганов .....	80
Утиная ножка с капустой .....	82
Палтус с цукини и цветной капустой .....	85
Лазанья с лососем и брокколи .....	86
Букатини с морепродуктами .....	88

## На ночь

Синнабоны с кардамоном .....	92
Лимонный кекс .....	94
Творожное сахарное печенье .....	96
Фруктовый коблер .....	97
Тарт татен с грушей .....	98
Крем-каталана.....	100
Сконы.....	102
Аффогато с вишней .....	103
Клафутти с вишней.....	104
Грушевый крамбл .....	106
Указатель .....	108





## ВВЕДЕНИЕ

Еще в юности я очень любила писать рефераты на заданную тему. Отправляться в библиотеку, искать источники, собирать факты, рисовать структуру доклада, ну и потом зачитывать перед классом. Написание кулинарной книги — это мое возвращение в детство, где ты собираешь кусочки целого — кулинарный реферат.

Каждый мой рецепт — часть моего большого пути в мире еды. Вот я впервые сама замесила тесто на кефире для курника, а вот я уже придумываю рецепты для меню кафе или составляю план блюд для лагеря на Кольском полуострове. И ни одна деталь не проходит мимо, я накапливаю опыт и собираю удачные техники и рецепты в тетрадку.

И все это как в жизни: я готовлю себе пасту с савойской капустой на ужин, снимаю рецепт, и вот он уже на странице книги. Это не искусственная проработка, не «фотоеда», а настоящая готовка каждый день, для себя, семьи и друзей, где ты «здесь и сейчас» можешь реагировать на вкус, корректировать количество соли, что-то видоизменять и радоваться удачам.

Открытая кухня — книга, в которой я продолжаю тему сезонности, простоты, доступности продуктов, свежести исполнения и вкусовых экспериментов и делю трапезу на три важные части — утро, день и вечер.



# Утро

---

Как, наверное, и у многих, утро — мое самое любимое время суток. Утром я чувствую бодрость, некоторую радость и предвкушение от предстоящего дня. Много сил и идей, для завтрака в том числе.

Завтракать я люблю долго, чинно, за большим столом, со своей семьей, выпивая сначала чашечку кофе, а потом уже чай. Мы никуда не торопимся, племянники носятся вокруг, и я понимаю, что вот она жизнь в чистом виде, вот мое рутинное счастье. И поскольку такие моменты выдаются нечасто, для меня это очень ценное время, наполняющее и вдохновляющее. Завтрак плавно перетекает в обед, и никого это не смущает.

В первом блоке я собрала рецепты, которые помогут вам быстро и качественно приготовить завтрак, без усилий и долгой прелюдии.

# Grilled cheese

GRILLED CHEESE — СЭНДВИЧ С РАСПЛАВЛЕННЫМ СЫРОМ И КАРАМЕЛИЗОВАННЫМ ЛУКОМ. Здесь два главных ингредиента — это качественный тугоплавкий сыр и хлеб. Сыр должен хорошо плавиться и иметь выраженный терпкий вкус. Отлично подойдут грюйер, маасдам, конте, чеддер. Хлеб на закваске (Sourdough), пшеничный или из цельнозерновой муки. Из батона или бородинского ничего не получится.

- 2 куска хлеба на закваске
- 4 ломтика сыра
- ½ головки репчатого лука
- 1 ч. л. сахара
- 1 ст. л. оливкового масла
- 70 г сливочного масла

► Для начала закарамелизуйте лук. На смеси оливкового и сливочного масел поджарьте нарезанный перьями репчатый лук, периодически добавляя по ложке теплой воды, чтобы собрать образовавшуюся карамель. Для усиления реакции Майяра можно добавить чайную ложку сахара. Лук должен быть мягким, поджаренным и не хрустеть на зубах.

► Затем положите два куска хлеба на сухую сковороду и дайте им поджариться. На один кусок выложите сыр, лук, накройте вторым куском хлеба и прогрейте сэндвич 2–3 минуты, затем добавьте в сковороду ложку сливочного масла. Хлеб сразу начнет поджариваться, переверните его на другую сторону, также добавив сливочное масло для корочки.

► По желанию можно сделать пресс. Я накрыла сэндвичи пергаментной бумагой и поставила чугунную кастрюлю. Этот простой, но совершенно гениальный сэндвич поразит вас и ваших друзей.

