

АНАСТАСИЯ ЗУРАБОВА

Журналист, блогер и фуд-фотограф. Кулинарией увлеклась еще в детстве благодаря бабушке и «Книге о вкусной и здоровой пище». Несколько лет назад начала вести кулинарный блог, а летом 2014 года основала первый в России электронный журнал о еде Russian Foodie. В 2016 году в издательстве «Эксмо» вышла ее дебютная книга «Начни с десерта!» с рецептами популярной американской выпечки, которая стала настоящим бестселлером. Появившаяся на прилавках весной 2017 года книга «Выпей меня!» о домашних наливках, настойках и ликерах также была принята читателями крайне благосклонно. Для Анастасии главное в любом блюде – это простота его приготовления и доступность ингредиентов, чтобы оно получалось у всех людей без исключения, вне зависимости от их уровня подготовки и места жительства.

105 000
подписчиков





Любитель

F-1.50M 1:4.5 50158252

Посвящается моим детям Мише и Луизе –

моим самым главным помощникам
и преданным ценителям моего

кулинарного творчества.

Я вас очень люблю!



292.

Плюшка с маком

Для 10 плюшек общим весом около 800 г: тесто сдобное (по рецепту 290) на 2 стаканах муки, начинка из мака (по рецептам 223, 224), 1 чайная ложка сахарной пудры для обсыпки.

Тесто раскатать в пласт толщиной 4–5 мм и шариков 25–30 см. Покрошить пласт, покрыть равномерно начинкой из мака, затем свернуть в рулон, нарезать на ровные куски. Плюшки выложить на противень, смазанный маслом, и выпекать в духовке при температуре 200–220 °С до готовности. Вынуть плюшки из духовки, посыпать сахарной пудрой.

Плюшка

290. 200 г муки, 100 г сахара, 100 г сливочного масла, 1 яйцо, 1 чайная ложка соды, 1 чайная ложка ванилина, 1 чайная ложка лимонного сока, 1 чайная ложка уксуса, 1 чайная ложка соли.





СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	СТР. 9
ОСНОВЫ	СТР. 12
ХИТРОСТИ И ТРЮКИ	СТР. 28
СОУСЫ И НАЧИНКИ ДЛЯ ПИРОГОВ	СТР. 39
СЛАДКИЕ ДРОЖЖЕВЫЕ БУЛОЧКИ	СТР. 59
НЕСЛАДКИЕ ПИРОГИ И ХЛЕБ	СТР. 89
КЕКСЫ И МАФФИНЫ	СТР. 113
ТАРТЫ И ГАЛЕТЫ	СТР. 145
ТОРТЫ	СТР. 167
ЧИЗКЕЙКИ	СТР. 187





ВВЕДЕНИЕ

Дорогие друзья,

рада приветствовать вас на страницах моей третьей кулинарной книги, полностью посвященной домашней выпечке. Год после моего литературного дебюта выдался крайне насыщенным на события и встречи, однако мой образ жизни, к счастью, ничуть не изменился и все так же связан с любимым делом. Я с удовольствием провожу много времени на кухне, экспериментируя с новыми вкусами или повторяя уже проверенные сочетания. Совершенствуюсь в фотографии и делюсь результатами съемок с читателями моего блога в Инстаграме. И конечно, продолжаю руководствоваться при выборе блюд самыми важными для меня критериями – простотой приготовления и доступностью ингредиентов – чтобы моими рецептами могли пользоваться обычные люди, а не только мастера кулинарного дела.

Выпечка, собранная в этой книге, может, на первый взгляд, показаться кому-то несколько разнородной: ведь что может быть общего у плюшек с маком или бабушкиных пирожков из детства и современной зарубежной классики в виде французских тартов и американских чизкейков? Однако все эти изделия из теста объединяет то, что они прошли строгую проверку у моих близких, ведь именно им выпадает возможность первыми продегустировать результаты моих трудов и вынести окончательный вердикт. И вы даже не представляете, сколько блюд не выдержало их критики! А что-то, наоборот, стало всеобщим фаворитом и было приготовлено несчетное количество раз. Как, например, лимонный чизкейк, творожный кулич и шоколадный кекс с жидким центром. В результате я включила в книгу только любимые и удачные сочетания, чтобы вы смогли порадовать вашу семью и без труда организовать самое вкусное и душевное чаепитие.

ПРОДОЛЖЕНИЕ...

Для удобства все рецепты в издании сгруппированы по типам теста: здесь вы найдете и дрожжевые булочки, и хлеб, которые не вошли в «Начни с десерта!», и кексы и маффины, в том числе и несладкие, и выпечку из песочного теста, и, конечно же, торты и чизкейки – для самых ярких ваших праздников. Открывает книгу обширный вводный раздел, в котором я познакомлю вас с основными ингредиентами, необходимым инвентарем, а также поделюсь различными хитростями и трюками по приготовлению тех или иных блюд. И конечно, по традиции, в начале каждой главы вас ждут рекомендации по работе с соответствующим видом изделий. И я очень надеюсь, что у меня получится убедить вас, что домашняя выпечка – это вкусно, быстро, доступно, совсем не сложно и даже полезно для здоровья – ведь время, проведенное у духовки, определенно снижает стресс и повышает уровень гормона счастья.

Желаю вам приятного аппетита и удачных кулинарных экспериментов! И не забывайте делиться результатами ваших трудов в соцсетях с хештегами #взначитвыпечка и #инстакулинария – мне будет очень приятно следить за вашими успехами!

Ваша Анастасия Зурбова

На фото: вишневый
тарт с крамблом,
см. рецепт на стр. 164.



ОСНОВЫ

Многие начинающие кулинары убеждены, что приготовление идеальной домашней выпечки – удел избранных, наверняка совершающих к тому же перед духовкой какие-то магические ритуалы. Спешу вас заверить: не нужно быть волшебником, чтобы испечь вкусный кекс или пирог. Секрет успеха кроется в понимании некоторых элементарных законов физики, химии и биологии и, конечно, в их соблюдении (не бойтесь, все не так страшно!). Зная о свойствах и взаимодействии различных ингредиентов и правилах работы с разными видами теста, имея под рукой необходимый инвентарь, а также выполняя ряд несложных рекомендаций, вы без труда сможете повторить любой рецепт из данной книги.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

- мука;
- сахар;
- яйца;
- разрыхлитель теста;
- сода;
- дрожжи;
- соль;
- сливочное масло;
- растительное масло;
- молоко;
- кисломолочные продукты (кефир, йогурт, сметана);
- сливки для взбивания;
- сливочный сыр;
- желатин;
- ванильный экстракт;
- несладкий какао-порошок;
- шоколад;
- ягоды и фрукты.

Начать разговор о домашней выпечке я хотела бы с описания основных ингредиентов, встречающихся в книге практически в каждом рецепте. Внимательно изучите этот список. Как видите, в нем нет редких или необычных продуктов — большинство из них можно приобрести в ближайшем супермаркете. Однако перед началом работы не лишним будет узнать их оптимальную жирность, температуру использования и особенности их взаимодействия, а также ту функцию, которую они выполняют в тесте.

МУКА

Мука — это продукт переработки зерна путем помола. Она является ключевым структурным ингредиентом любого теста и напрямую влияет на качество, вкус и внешность будущего изделия. В зависимости от помола (тонкого, среднего, грубого) муку принято делить на сорта. Например, для пшеничной муки по ГОСТу различают крупчатку, высший, первый, второй сорта и обойную (цельнозерновую) муку. Культур, из которых изготавливают муку, огромное множество: это и привычная нам пшеница, и рожь, и ячмень, и кукуруза, и рис, и овес, и даже миндаль. Каждый из этих видов обладает своими свойствами и подходит для выпечки определенных изделий.

Для приготовления бисквитов и хлеба идеальным вариантом считается пшеничная мука высшего сорта, именно она задействована в большинстве рецептов в книге. Она состоит в основном из крахмала, однако содержит и особые белки, которые, соединяясь с жидкостью, превращаются в глютен (клейковину). Количество этих белков может сильно различаться в зависимости от производителя — от 10 до 14% (обычно эта информация указана в составе продукта на упаковке). При вымешивании теста молекулы глютена соединяются в длинные эластичные цепочки, которые хорошо растягиваются и не рвутся. Это позволяет им удерживать газы, выделяющиеся в процессе ферментации, или брожения, что обеспечивает готовой выпечке правильную пористую и однородную структуру, которая особенно важна для сдобы и хлеба. Таким образом, для изделий из дрожжевого теста желательно использовать муку с высоким содержанием белка или, иными словами, «сильную» муку. К сожалению, у нас в супермаркетах ее бывает довольно непросто найти — как правило, ее производят итальянские и финские фирмы. Поэтому многие хлебопеки для «усиления» муки смешивают ее с различными добавками на основе клейковины и ферментов (в первую очередь панифарином), которые продаются в специализированных магазинах. А вот для приготовления кондитерских изделий нужна, наоборот, «слабая» мука, чтобы тесто получилось нежным и рассыпчатым. Чтобы искусственно снизить содержание белка в муке, ее разбавляют кукурузным или картофельным крахмалом. Вот почему этот ингредиент можно нередко встретить в рецептах бисквитов и кексов.

Для выпечки хлеба также применяют цельнозерновую муку, которую получают путем помола зерна пшеницы вместе с оболочкой. Она считается одним из самых полезных сортов. Несмотря на достаточно высокое содержание клейковины, она темная и грубая и требует больше влаги, чем обычная мука. Тесто из нее получается неэластичным, а готовые изделия довольно быстро черствеют, поэтому рационально использовать смесь цельнозерновой и муки высшего сорта в равных пропорциях, если другое не предусмотрено рецептом.

Помимо пшеничной, в некоторых блюдах из книги можно также встретить кукурузную и миндальную муку. Из кукурузной муки получается выпечка красивого желтого цвета с характерным нежным вкусом. Миндальная мука представляет собой кондитерский продукт из молотых миндальных орехов, который составляет прекрасную основу для сладких кексов и французских пирожных макарон. Оба вида муки не содержат клейковину, а потому идеально подходят для людей, соблюдающих безглютеновую диету.

САХАР

Сахар и другие подсластители – неотъемлемый компонент сладкой выпечки и десертов (например, карамели или меренги). Они не только придают блюдам сладкий вкус, но и влияют на структуру теста и создают питательную среду для размножения дрожжей.

Чаще всего в тесте используют обычный сахар-песок. Он обеспечивает кексам и бисквитам мягкий и нежный мякиш и красивую золотистую корочку, а также хорошую высоту коржа. Растворяясь, он препятствует образованию клейковины, а значит, делает выпечку более рассыпчатой. Однако все хорошо в меру – слишком много сахара может практически полностью остановить образование в тесте химических связей, в результате чего серединка такого изделия обязательно просядет. Еще один плюс: сахар притягивает воду, делая выпечку более влажной и не давая ей слишком быстро черстветь.

В зарубежных рецептах десертов можно также нередко встретить такой ингредиент, как коричневый, или тростниковый, сахар. Внешне он похож на сахар-песок, но поверхность его крупиц покрыта небольшим количеством черной патоки (мелассы), которая и окрашивает продукт в характерный цвет. Такой сахар придает тесту ярко выраженный карамельный аромат и красивый янтарный оттенок. А присутствие патоки делает выпечку еще более нежной и влажной. Однако, как следствие, высота коржа будет меньше, чем с обычным сахаром-песком. Что касается видов тростникового сахара, то считается, что для выпечки лучше всего подходит сорт мусковадо.

Довольно часто возникает вопрос, можно ли уменьшить количество сахара в рецепте? Да, но следует помнить, что структура готового изделия от этого может пострадать – мякиш получится менее нежным, влажным и пышным.

ЯЙЦА

Яйца наряду с мукой являются одним из важнейших структурных ингредиентов в выпечке. Их главная функция – это образование устойчивой пены и формирование «каркаса», который удерживает в тесте мельчайшие пузырьки воздуха. Они также поглощают жидкость, делая мякиш мягким и влажным. Плюс яйца являются природным эмульгатором, предотвращающим расслоение масла и воды и способствующим соединению всех компонентов в однородную массу. Структурирующие свойства в большей степени присущи белку, на втором месте находится целое яйцо, а уже потом идет желток. В выпечке могут использоваться как белок и желток по отдельности, так и все яйцо целиком. Более подробно о том, как правильно взбить яйца, можно прочитать в разделе «Хитрости и трюки» на стр. 34.

Перед началом приготовления блюд с использованием яиц обязательно обратите внимание на их размер и свежесть. Все яйца, произведенные на российских птицефабриках, имеют на скорлупе маркировку с двумя знаками. Первый, «Д» или «С», указывает на свежесть яйца: диетические яйца («Д») должны быть реализованы в течение 7 дней по-