





ГОТОВИМ,  
**КАК В**

# **АНИМЕ**

РЕЦЕПТЫ ДЛЯ  
НАСТОЯЩИХ ОТАКУ!





Ти́бо ВИЛЛАНОВА



ГОТОВИМ,  
**КАК В**

# **АНИМЕ**

РЕЦЕПТЫ ДЛЯ  
НАСТОЯЩИХ ОТАКУ!

ФОТОГРАФИИ  
Николя **ЛОББЕСТЕЛЬ**

ДИЗАЙН  
Мехдия **КЕРАЙРИЯ**

ИЛЛЮСТРАЦИИ  
Беранже **ДЕМОНСИ**

ХЛЕБ\*СОЛЬ®  
Москва 2024



---

---

**Д**обро пожаловать! Вы держите в руках первую кулинарную книгу, которая поможет вам ощутить то, что я называю духом сёнэна! Если вы уже знаете, кто я такой, то понимаете, что перед вами — плод долгих месяцев увлеченной работы, целью которой было воссоздать рецепты из культового аниме последних лет и сделать это с уважением к произведениям, их авторам и сообществу фанатов.

Если же вы пока не знакомы ни со мной, ни с моими работами, знайте: это моя семнадцатая кулинарная книга, посвященная воображаемому вселенным. Я начал свой путь еще в 2014 году, и моей целью было создать рецепты блюд, знакомых нам по фантастическим мирам, но при этом доступных для всех и каждого. Мне повезло преодолеть множество препятствий и встретить огромное количество потрясающих людей — кулинаров и кулинарок, писателей и писательниц, создателей и создательниц, производителей и производителек, фермеров и фермерш. Благодаря им я сумел выковать этот огромный котел, полный отсылок к поп-культуре и миру отаку.

Так или иначе, перед вами книга, посвященная аниме, которые в 2022 году получили статус самых рекомендуемых. На этих страницах вы, конечно, найдете несколько рецептов, которые вызовут ностальгию у старшего поколения отаку: ведь такие шедевры как «Ковбой Бибоп» и «Корзинка фруктов» не должны забываться. Однако помимо них вы найдете 30 эксклюзивных блюд, среди которых бэнто с говядиной из «Бесконечного поезда», удон из «Истребителя демонов», сукияки, которое обожает Сайтама, рамэн как в Ичираку, который не оставит равнодушным ни одного ниндзя, а также угощения, которыми наслаждались герои аниме «Класс убийц», «Агрессивная Рэцуко», «Дорохэдоро», «Баскетбол Куроко», «Ван-пис», «Магическая битва», «Токийские мстители» и т.д.

Я хотел, чтобы эта книга стала гимном всем сценам с невероятно аппетитной едой из аниме. По большей части эти блюда относятся к японской кухне, поэтому в дополнительных материалах на последних страницах вы найдете много информации о кулинарных приемах и сочетаниях вкусов, которые пришли из Страны восходящего солнца. Моя цель — дать вам возможность с легкостью готовить по этим рецептам. Поэтому я постараюсь разъяснить все термины и описать часто используемые в японской кухне техники.

Я с огромным удовольствием работал над этой книгой, чтобы дать вам возможность отправиться в кулинарное путешествие по миру аниме. Я искренне надеюсь, что оно принесет вам радость!

*Итадакимас!*

Тибо Вилланова  
Гастрогик







## СТРИТ-ФУД

### КОРЗИНКА ФРУКТОВ

#### УТЕШИТЕЛЬНЫЕ ОНИГИРИ ОТ ТОРУ

Рисовые шарики с начинкой из лука-порей, сливочного масла и пасты мисо

Стр. 11

### ДОРОХЭДОРО

#### ОСОБОЕ БЛЮДО НИКАЙДО

Гёдза с мясом и листьями периллы

Стр. 12

### САМУРАЙ ЧАМПУ

#### ДАНГО ДЛЯ ДЗИНА

Митараси данго

Стр. 15

### КЛАСС УБИЙЦ

#### ТАКОЯКИ ОТ СЕНСЕЯ

Жареные шарики из теста с осьминогом

Стр. 17

### KILL LA KILL

#### КОРОККЭ МАНКАНСЁКУ

Картофельные крокеты с разными добавками

Стр. 18

### КРУТОЙ УЧИТЕЛЬ ОНИДЗУКА

#### ПРОКЛЯТЫЕ ПЕЛЬМЕНИ

Китайские пельмени сию май

Стр. 22

### ВЫДАЮЩИЕСЯ ЗВЕРИ

#### СЭНДВИЧИ С ЯЙЦОМ ПО СРЕДАМ

Сэндвичи с вареным яйцом

Стр. 25

### СЕРЕБРЯНАЯ ЛОЖКА

#### БЕЗУМНЫЕ ПИЦЦЫ

Пицца с помидорами, сыром, копченой грудинкой и зеленой спаржей

Стр. 26

### ТЕМНЫЙ ДВОРЕЦКИЙ

#### ДЕМОНИЧЕСКОЕ КАРРИ ОТ СЕБАСТЬЯНА

Жареные пирожки с японским карри

Стр. 30

### В ПОИСКАХ БОЖЕСТВЕННОГО РЕЦЕПТА

#### РОЛЛ С КАРААГЭ ИЗ КВАРТАЛА СУМИРЭ

Роллы с маринованной курицей в панировке и травами

Стр. 34

### МАСТЕР МЕЧА ОНЛАЙН

#### ВКУСНЕЙШИЙ СЭНДВИЧ ОТ АСУНЫ

Сэндвич в багете с маринованным стейком, шпинатом и острым майонезом

Стр. 37

### ЛАГЕРЬ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

#### ЯЙЦА ИЗ ОНСЭНА

Яйца-пашот в панировке с мисо, перцем и даси

Стр. 38

### БАСКЕТБОЛ КУРОКО

#### ОКОНОМИЯКИ ДЛЯ КАГАМИ

Окономияки с овощами и острым мисо

Стр. 41

### АГРЕССИВНАЯ РЭЦУКО

#### ЯКИСОБА ОТ АНАИ

Жареная лапша с сосисками, нарезанными в виде осьминожек

Стр. 42

## ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

### ИСТРЕБИТЕЛЬ ДЕМОНОВ

#### ВКУСНЕЙШЕЕ БЭНТО С ГЮДОНОМ ДЛЯ РЕНГОКУ

Говядина с луком, маринованное яйцо, острый тофу

Стр. 46

### ИСТРЕБИТЕЛЬ ДЕМОНОВ

#### ЛАПША ИЗ АСАКУСЫ

Удон с бульоном даси, ямсом и сырым желтком

Стр. 51

### АТАКА ТИТАНОВ

#### РАГУ ОТ ХАНДЖИ

Вегетарианское рагу

Стр. 53

### ВАНПАНЧМЕН

#### НАБЭ ПАНЧ

Сукияки с говядиной, тофу и китайской капустой

Стр. 55

### НАРУТО

#### ЛУЧШИЙ РАМЭН ИЗ «ИЧИРАКУ»

Мисо рамэн со свиной тясю

Стр. 56

### ВАН-ПИС

#### КАРРИ ОТ САНДЖИ И ТАДЖИО

Японское карри

Стр. 60

ВАН-ПИС

## РИС С МОРЕПРОДУКТАМИ ДЛЯ ГИНА

Рис с осьминогом и креветками  
Стр. 62

НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ДЖОДЖО

## ПЕРВОЕ БЛЮДО ОТ ТОНИО

Спагетти алла путтанеска  
Стр. 65

НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ДЖОДЖО

## ТАЛЬЯТЕЛЛЕ С ЧЕРНИЛАМИ

Тальятелле с чернилами каракатицы  
Стр. 66

БОРУТО

## СУПЕРКИСЛЫЙ ЛИМОННЫЙ БУРГЕР

Бургер с курицей, лимонным майонезом  
и маринованным лимоном  
Стр. 70

БОРУТО

## УЛЬТРА-ОСТРЫЙ БУРГЕР

Бургер с котлетой из свиного и говяжьего фарша  
с перцем и острым кетчупом  
Стр. 73

HUNTER X HUNTER

## СПАГЕТТИ ИЗ РЕСТОРАНА DORFF AU MOULIN

Спагетти с соусом рагу и грибами  
Стр. 75

БРИГАДА ПЫЛАЮЩЕГО ПЛАМЕНИ

## ОМУРАЙСУ ОТ ИСАРИБИ

Острый жареный рис с омлетом и домашним кетчупом  
Стр. 77

ТОКИЙСКИЙ ГУЛЬ

## НИКУДЗЯГА ОТ ЙОРИКО

Говядина, тушеная с овощами и ширатаки  
Стр. 78

МОЯ ГЕРОЙСКАЯ АКАДЕМИЯ

## МАМИН КАЦУДОН

Свинья отбивная в панировке с яйцом, соусом и рисом  
Стр. 78

СЕМЬ СМЕРТНЫХ ГРЕХОВ

## ПИРОГ ИЗ «ШЛЯПЫ КАБАНА»

Пирог с мясом и овощами  
Стр. 82

В ПОИСКАХ БОЖЕСТВЕННОГО РЕЦЕПТА

## НЕПОДРАЖАЕМОЕ ЖАРКОЕ

Жаркое из картофеля с беконом  
Стр. 86

КОВБОЙ БИБОП

## ГОВЯДИНА ОТ ДЖЕТА

Чиндзяо розу, жареная говядина с овощами  
Стр. 88

## ДЕСЕРТЫ И НАПИТКИ

МАГИЧЕСКАЯ БИТВА

## КИКУФУКУ ДЛЯ ГОДЗЁ

Моти со сливками и сладкими бобами эдамамэ  
Стр. 93

МОЯ ГЕРОЙСКАЯ АКАДЕМИЯ

## ТАЙЯКИ ДЛЯ ГРАН ТОРИНО

Вафли в виде рыбок с начинкой из пасты анко  
Стр. 94

ХВОСТ ФЕИ

## ТОРТ «ФАНТАЗИЯ»

Бисквитный торт со взбитыми сливками  
и свежей клубникой  
Стр. 96

ТОКИЙСКИЕ МСТИТЕЛИ

## ДОРАЯКИ ДЛЯ МАЙКИ

Дораяки с арахисовым маслом и кремом  
с черным кунжутом  
Стр. 99

СТАЛЬНОЙ АЛХИМИК

## ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ ОТ ВИНРИ

Пирог с яблоками и ревенем  
Стр. 101

ТВОЕ ИМЯ

## БЛИНЧИКИ-СУФЛЕ ИЗ СНА

Блинчики-суфле с дыней, голубикой и кленовым сиропом  
Стр. 102

ДЕТЕКТИВ КОНАН

## ЛИМОННЫЙ ПИРОГ ОТ РАН

Тарт с юдзу  
Стр. 105

ДОКТОР СТОУН

## СЭНКУ КОЛА

Медовая газировка с лаймом и кинзой  
Стр. 106

## ДОПОЛНЕНИЕ

### БУЛЬОНЫ

Стр. 110

### СОУСЫ

Стр. 114

### БАЗОВЫЕ РЕЦЕПТЫ

Стр. 115

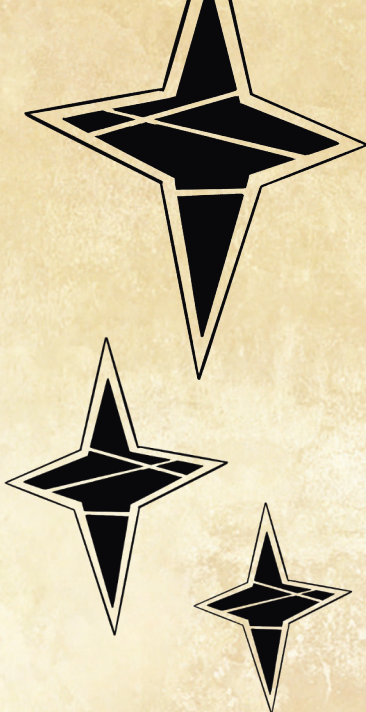
### ТЕСТО

Стр. 116

### ТАБЛИЦА МЕР И ВЕСОВ

Стр. 117





СТРИТ-

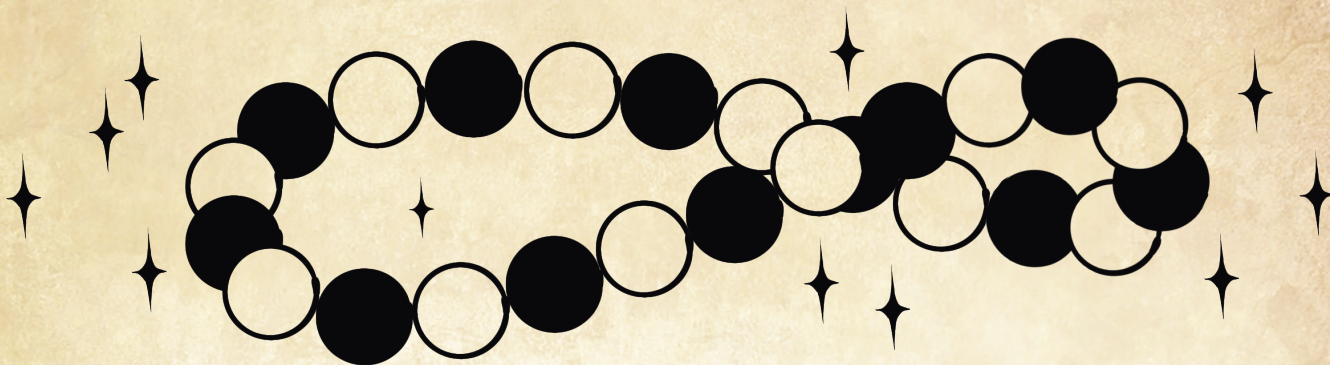


ФУД

---







## КОРЗИНКА ФРУКТОВ

УРОВЕНЬ СЛОЖНОСТИ ♦

Выход: 4 порции

Время подготовки: 10 минут

Время приготовления: 25 минут

Время остывания: 10 минут

# УТЕШИТЕЛЬНЫЕ ОНИГИРИ ОТ ТОРУ

РИСОВЫЕ ШАРИКИ С НАЧИНКОЙ ИЗ ЛУКА-ПОРЕЯ,  
СЛИВОЧНОГО МАСЛА И ПАСТЫ МИСО

## ИНГРЕДИЕНТЫ

### ДЛЯ НАЧИНКИ

1 маленький лук-порей

25 г сливочного масла

10 г пасты мисо

1 ст. л. соевого соуса

### ДЛЯ РИСА

400 г круглозерного риса сорта  
«японика» или «арборио»

100 мл рисового уксуса

40 г сахарного песка

5 г соли

1 лист нори



*Тору сказала бы, что вы похожи на рисовый шарик: внутри вас, как начинка внутри онигири, скрыто настоящее сокровище — ваши хорошие качества. Только вот спрятаны они слишком глубоко, и сам человек разглядеть их не может. Но Тору уверена: ваши хорошие качества на месте, уж она-то их отлично видит.*

✦ Несколько раз промойте рис. Повторяйте до тех пор, пока вода не останется прозрачной. Переложите рис в кастрюлю, добавьте 500 мл воды и доведите до кипения. Затем убавьте огонь до минимального и готовьте 12 минут. После этого снимите рис с огня и дайте ему остыть под крышкой еще 10 минут.

✦ Пока рис остывает, смешайте в небольшой кастрюльке уксус, сахар и соль. Поставьте на медленный огонь и дайте сахару и соли раствориться, но не доводите смесь до кипения. Затем снимите кастрюльку с огня и отставьте в сторону.

✦ Вернемся к рису. Переложите его в большую миску. Вылейте туда же уксусную смесь и хорошо перемешайте деревянной лопаточкой, стараясь не повредить зерна риса. В процессе перемешивания обмахивайте рис веером или чем-нибудь подобным, чтобы он остывал. Рис для онигири готов. Отставьте миску в сторону и накройте чистой влажной тканью. Пришла пора заняться начинкой.

✦ Промойте лук-порей и нарежьте его тонкими кольцами. Ненадолго отставьте в сторону. Займемся смесью мисо со сливочным маслом. Возьмите миску, положите туда масло и пасту мисо, затем смешайте их до однородности с помощью силиконовой лопатки. Переложите смесь в сковороду и дайте полностью расплавиться на среднем огне. Затем добавьте лук-порей и обжаривайте в течение 2 минут. Добавьте соевый соус. Хорошо перемешайте, накройте крышкой и продолжайте готовить на медленном огне еще 10 минут. Когда масло и соевый соус полностью впитаются в лук, снимите сковороду с огня.

✦ Сформируйте онигири. Смочите руки соленой водой и положите нужное количество риса на ладонь. Сформируйте в середине углубление и положите туда 1 столовую ложку луковой начинки. Закройте отверстие небольшим количеством риса и, слегка надавливая, придайте онигири форму. Если хотите, можете использовать формочку в виде котика, чтобы онигири получились миленькими. Вырежьте из листа нори полоски или любые фигуры и украсьте ими онигири. Готово! Осталось только угоститься!



## ДОРОХЭДОРО

УРОВЕНЬ СЛОЖНОСТИ ♦

Выход: 16 гёдза

Время подготовки: 30 минут

Время приготовления: 10 минут

# ОСОБОЕ БЛЮДО НИКАЙДО

ГЁДЗА С МЯСОМ И ЛИСТЬЯМИ ПЕРИЛЛЫ

## ИНГРЕДИЕНТЫ

16 листьев шисо \*

16 кружков готового теста  
для гёдза или пельменей

Растительное масло

ДЛЯ НАЧИНКИ

300 г свиного фарша (но можно  
говяжьего или из мяса птицы)

1 зубчик чеснока

2 см свежего корня имбиря

2 стебля зеленого лука

2 крупных шампиньона или грибов  
шитаке

4 листика шисо

20 мл кулинарного саке

50 мл соевого соуса

Соль

С этим рецептом вы сможете воссоздать знаменитые гёдза Никайдо с начинкой из мяса и листьев шисо. Именно их так любит Кайман, ведь они не только прекрасно утоляют голод, но и повышают настроение!

✦ Приготовьте начинку для гёдза. Почистите и мелко нарежьте имбирь и чеснок. Мелко порубите зеленый лук. Почистите и нарежьте шампиньоны. Порубите 4 листика шисо. Поместите все ингредиенты в миску и добавьте фарш. Приправьте солью, кулинарным саке и соевым соусом. Тщательно перемешивайте в течение 5 минут до однородности. Начинка готова, ненадолго поставьте ее в холодильник.

✦ Промойте и аккуратно промокните бумажным полотенцем 16 листьев шисо. Удалите стебельки и жилку посередине листка.

✦ Наполните тесто начинкой. Слегка присыпьте мукой рабочую поверхность и поместите на нее кружок теста. Смочите его края небольшим количеством воды с помощью кулинарной кисточки или просто пальцем. В центр кружка поместите лист шисо, а в центр листа — полную чайную ложку начинки. Сложите кружок теста пополам и растяните края так, чтобы они полностью закрывали начинку. Как следует защипните края, чтобы они не раскрылись в процессе приготовления. Повторите то же самое с остальными гёдза.

✦ Перейдем к приготовлению. Вылейте в сковороду 2–3 столовых ложки растительного масла и разогрейте на среднем огне. Затем выложите туда же гёдза и поджаривайте их 1,5–2 минуты, пока один их бок не станет золотистого цвета. Затем добавьте в сковороду 2–3 столовых ложки воды и накройте ее крышкой. Продолжайте готовить еще 2 минуты. Наконец снимите крышку и дайте им обжариться еще минуту. Цель заключается в том, чтобы каждый гёдза с одной стороны был хрустящим и поджаристым, а с другой — нежным и мягким.

✦ Накройте сковороду тарелкой и аккуратно переверните, придерживая по бокам так, чтобы гёдза оказались на тарелке. Подавайте их горячими с острым соусом — так вкуснее!



\* Найти свежий шисо не так легко, и если это все-таки не удалось, попробуйте использовать вместо него мяту или базилик. Вкус будет не таким аутентичным, но эти травы неплохо сочетаются с мясом. — Прим. ред.