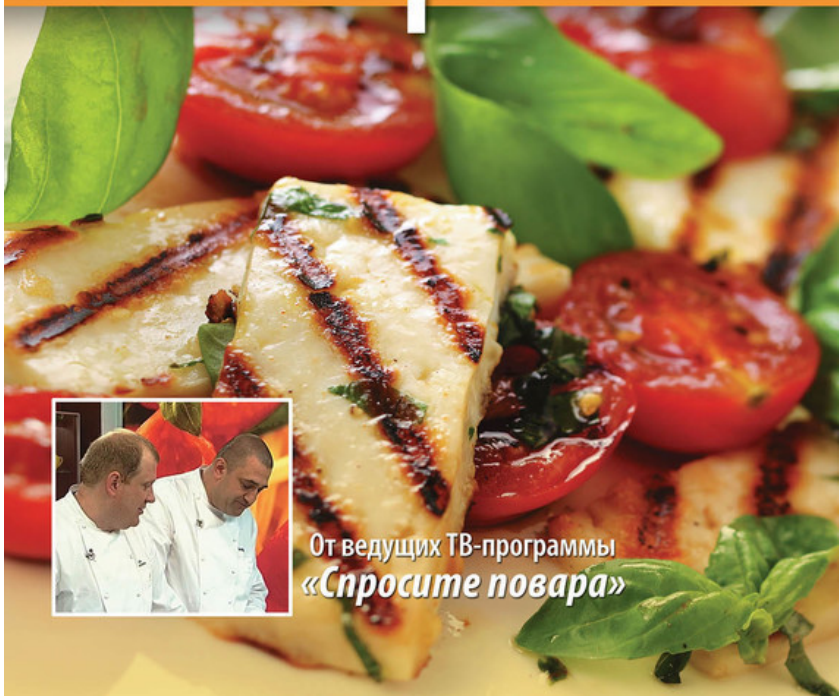


*Уроки шеф-повара*

# ГОТОВИМ С СЫРОМ



От ведущих ТВ-программы  
**«Спросите повара»**

# **Коллектив авторов**

# **Готовим с сыром**

## **Серия «Уроки шеф-повара»**

*Текст предоставлен правообладателем.*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=8741173](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8741173)*

*Готовим с сыром. Уроки шеф-повара: ЗАО «ОЛМА Медиа Групп»;*

*Москва; 2013*

*ISBN 978-5-373-04909-2*

### **Аннотация**

Большой популярностью в мировой кулинарии пользуются блюда из сыра. Это супы и бутерброды, пасты и соусы, сыр жареный и запеченный, блинчики, пироги, салаты и крокеты. Сырные блюда могут быть холодными и горячими, сложными в приготовлении и на редкость простыми. Ведь этот продукт хорошо сочетается не только с фруктами, овощами, мучными и крупяными изделиями, но и прекрасно подходит к мясу и рыбе. В нашей книге, где представлены рецепты лучших шеф-поваров Москвы, каждый найдет себе блюда из сыра, которые вполне удовлетворят его пристрастия и пожелания.

# Содержание

Авторы рецептов	7
Закуски	26
Ассорти из французских сыров	28
Ассорти из итальянских сыров	30
Палочки из свежих овощей с пикантным сырным соусом	32
Сэндвич с копченым лососем и сыром маскарпоне	39
Сэндвич с тунцом, зеленым салатом и сыром чеддер	42
Тартинки с пастой из сыра рокфор	45
Карпаччо из тыквы с сыром шавру	52
Конец ознакомительного фрагмента.	53

# ГОТОВИМ С СЫРОМ

## *Уроки шеф-повара*

© ООО «Шефик», 2013

© ЗАО «ОЛМА Медиа Групп», 2013

\* \* \*

Сыр принадлежит к древнейшим натуральным продуктам, произведенным человеком. Откуда произошел сыр, точно сказать никто не может. Многие историки считают, что родиной сыра, скорее всего, является Ближний Восток: бедуины использовали кожаные мешки из овечьих желудков для перевозки молока, а тряска, жара и ферменты превращали его в сыр. Также есть версия, что наши древние предки искали способ сохранения молочных продуктов и однажды заметили, что при створаживании в ферментной среде новый молочный продукт обретает способность храниться в твердом состоянии несколько недель.

В наши дни больше всего сыра вырабатывают и едят в Европе, где издавна сложилась культура потребления этого продукта. Конечно, лидеры в потреблении сыра – Италия, Франция и Греция. В России сыроварение началось в эпоху Петра I. Сыр производился естественным, «сырым» способом – то есть без тепловой обработки. Также при Петре

И в России появились европейские сорта сыра. Простые рецепты приготовления этого продукта знают и наши бабушки. Сейчас даже в городских условиях сделать сыр собственными силами не составит труда.

Среди всех молочных продуктов сыры занимают исключительное место, сочетая в себе молочные белки, молочный жир, минеральные соли, витамины и органические кислоты. Врачи-диетологи рекомендуют включать сыры в рацион каждого человека, в особенности людей, ведущих энергичный образ жизни. Как никакой другой молочный продукт, сыр поражает разнообразием видов и вкусов. Каждый сорт по-своему оригинален и самобытен, со своей историей и характером. Сыр способен придать насыщенность практически любому блюду. В мире существует более 2 000 сортов сыра и более 500 его видов. Самой удачной классификацией сыров является французская, которая разделяет все сорта сыра на следующие: вареные прессованные – большие сыр-ные круги, которые имеют светлую корочку и бледную сыр-ную массу с небольшими отверстиями (эмменталь, пармезан, грюйер); творожные или пастообразные – они очень схожи с творожной массой, нежные на вкус и обладают ярким привкусом молока (моцарелла, маскарпоне, фета, рикотта); мягкие сыры с плесенью (бри, камамбер); козы и овечьи сыры; невареные прессованные сыры – твердые плотные сыры, зреющие от одного месяца до года (гауда, эдам, чеддер); голубые сыры с плесенью (рокфор, горгонзола) и мягкие сыры.

Большой популярностью в мировой кулинарии пользуются блюда из сыра. Это супы и бутерброды, пасты и соусы, сыр жареный и запеченный, блинчики, пироги, салаты и крокеты. Сырные блюда могут быть холодными и горячими, сложными в приготовлении и на редкость простыми. Ведь этот продукт хорошо сочетается не только с фруктами, овощами, мучными и крупяными изделиями, но и прекрасно подходит к мясу и рыбе. В нашей книге, где представлены рецепты лучших шеф-поваров Москвы, каждый найдет себе блюда из сыра, которые вполне удовлетворят его пристрастия и пожелания.

P.S. Все рецепты в книге рассчитаны на 4 порции. Для каждого блюда указано количество калорий, содержащееся в его 100 граммах, а также время, затраченное автором рецепта на его приготовление. Последнее следует воспринимать не как строго заданную норму, а, скорее, как ориентир и цель, к которой стоит стремиться.

# Авторы рецептов



## **Константин Ивлев**

В ресторанном бизнесе с 1993 г. В разные годы шеф-повар столичных ресторанов «Репортер», «Ностальжи», VIP-21, «Бульвар», In Vino, Poison и др. В настоящее время шеф-повар ресторана Luciano. Участник многих профессиональных конкурсов, он дважды завоевывал бронзу на чемпионатах России по кулинарии (2000 и 2001 гг.) и трижды удостоивался звания «Шеф года» (в 2001 и в 2007 г. – по версиям журналов Time Out и «ШЕФ»). Возглавляет Федерацию профессиональных поваров и кондитеров России, руководит вместе с Юрием Рожковым открытой при ней кулинарной школой Ask the chef. Они также совместно ведут программу «Спросите повара» на телеканале «Домашний». Член Французской гильдии гастрономов Chaine des Rotisseurs, автор книги «Моя философия кухни».



## **Юрий Рожков**

Дипломированный повар, он учился также во Франции (в школе Le Notre и ресторане у Патрика Пажеса), стажировался в Швеции (ресторан Edsbaka Krog, 2 звезды Мишлен), в

Лондоне (рестораны известного британского повара Гордона Рамзи), в Америке. Кулинарное мастерство шлифовал в самом модном ресторане Москвы конца 1990-х – «Ностальжи». В 2001–2003 гг. работал шеф-поваром в ресторане «Ле Колон». С 2003 г. бессменный шеф знаменитого Vogue Cafe. Автор книги «Юрий Рожков. То, что я люблю». Член Клуба французских гастрономов, имеет звание шевалье-рыцаря французской гастрономии. Золотой (2000 г.) и бронзовый (2001 г.) призер Чемпионата России по кулинарии и сервису (командные соревнования). Вместе с К. Ивлевым руководит кулинарной школой Ask the chef, открытой при Федерации профессиональных поваров и кондитеров России. На телеканале «Домашний» они совместно ведут программу «Спросите повара».



## **Сергей Болотов**

Работал шеф-поваром в ресторанах «Золотая рыбка» и «Голливудские ночи» в С.-Петербурге, «Русский чай» в канадском Ванкувере, «Колесо» и «Купеческий двор» в Кие-

ве, кафе «Пушкин» в Москве... Участник районных и городских кулинарных конкурсов в С.-Петербурге, 2 место на I чемпионате по кулинарии «Золотая Кулина», дипломант двух выставок ПИР в командных и индивидуальных соревнованиях.



## **Антон Ершов**

На разных позициях – от су-шефа до шеф-повара – работал в московских ресторанах «Премиум» и отеля «Шератон Палас», ресторанной сети Entrecote в Алма-Ате. С 2009 г. шеф-повар столичного лаунж-бара Tommy D.



## **Вячеслав Казаков**

Дипломированный повар, он обучался также в столичном Vogue Cafe, а итальянской кухне – у шеф-повара Фабио Теста в ресторане Wop. Шеф-поваром работал, в частности, в

московском ресторане «Премиум», а с 2009 г. шеф-повар ресторана «Облака». Обладатель приза братьев Missoni «За современный стиль в традиционной кухне» на розыгрыше международного кубка Sanpellegrino в Италии (в командном зачете – 5 место).



## **Вячеслав Купцов**

В разные годы работал шеф-поваром в ресторанах «Зебрасквер», «Ла Вуаль» (отель «Шератон Палас»), «Бублик», с 2010 г. – в «Будвар».



## **Илья Захаров**

Начинал в 2007 г. поваром. Затем работал су-шефом в московском White Café, ресторанах «Твербуль» и «Метелица». В настоящее время шеф-повар столичного ресторана

Luciano.



**Марина Рябчикова**

Профессиональный повар-кондитер. В должности шеф-

кондитера работает в московских ресторанах Vogue Cafe (с 2003 г.), «Мистер Ли», «Чердак».



## **Анатолий Сон**

Работал шеф-поваром в Ved café и сети кафе «Маленькая Япония», с 2008 г. – в лобби-баре «Пиано» (гостиница «Шератон»).



## **Марк Стаценко**

Шеф-поваром работает с 2009 г.: сначала в ресторанах Blackberry café и «Курабье», а в настоящее время – в Cup & Cake. Участник российских и международных кулинарных

конкурсов.



## **Андрей Тысячник**

В разные годы был су-шефом ряда столичных ресторанов,

среди которых «Прага» и «Метрополь», затем шеф-поваром ресторанов «Бисквит», «Джу-Джу» (участвовал в его открытии и даже готовил для В. В. Путина), «Вишневый сад», а в настоящее время – в Parkhouse. Работал с поварами ресторана NOBU и такими мировыми знаменитостями в области кулинарии, как Ален Дюкасс и Пьер Эрме, когда они приезжали в Москву. Входил в состав судейской коллегии международного конкурса «Барбекю 2010» в Нижнем Новгороде.



## **Андрей Шашков**

В должности шеф-повара работал в ресторанах «Гео-кафе», «Чехов», The Cad. В настоящий момент бренд-шеф ресторана «Каприччо». Ведет мастер-классы, участвует в про-

фессиональных конкурсах и чемпионатах. В 2006 г. занял 3 место в чемпионате России по барбекю, в 2010 г. – 2 место в чемпионате России по кулинарии и сервису (в рамках ПИР 2010).

# Закуски

Сыр – самодостаточный и очень вкусный продукт. Самый быстрый способ накормить гостей изысканно и вкусно – это сырная тарелка с виноградом и орехами, дополненная бокалом красного вина. Здесь можно пофантазировать с выбором сыров, а можно воспользоваться рецептами сырных тарелок из нашей книги. Необходимо учитывать, что в отличие от любого другого продукта, резкий, а порой и отталкивающий запах сыра зачастую подтверждает его высокое качество. Иными словами, чем сильнее запах сыра, тем более нежным и тонким вкусом он обладает. Нарезанный и оформленный по правилам сыр станет настоящим украшением вашего стола.

Сырные закуски распространены достаточно широко из-за свойства сыра плавиться, образуя красивую хрустящую корочку. Тортильи, гренки или брускетты с сыром всегда будут иметь успех, а взыскательный гурман непременно оценит нежнейшее суфле с сыром.

Неизменной популярностью пользуются рулетики и тартинки, в которых сыры прекрасно сочетаются с овощами, салатом и зеленью.

Большое разнообразие сырных закусок дает возможность употреблять различные сорта сыра, что немаловажно, потому что этот удивительный продукт обеспечивает организм

всеми необходимыми питательными элементами.

# Ассорти из французских сыров

Рокфор – 50 г

Сыр сен-нектер – 50 г

Камамбер – 50 г

Сыр валенсай – 50 г

Сыр ливаро – 50 г

Сыр бофор – 50 г

Орехи пекан – 100 г

Инжир свежий – 5 шт.

Салат корн – 15 г

Салат фризе – 10 г

Цветочный мед – 150 г



7 мин



321 ккал

Все виды сыров нарезать. Каждый вид сыра выложить рядом друг с другом горочкой на тарелку. Сбоку разложить орехи пекан.

Инжир промыть и нарезать острыми дольками, затем кра-

сиво разложить на тарелке рядом с сыром.

Салаты корн и фризе промыть, просушить. Украсить ими тарелку с сырами.

Мед налить в соусник и поставить на тарелку. В кусочки сыра для удобства можно вставить бамбуковые шпажки.

# Ассорти из итальянских сыров

Сыр горгонзола – 70 г

Сыр пекорино романо – 70 г

Сыр скаморца – 70 г

Сыр грано падано – 70 г

Пармезан – 70 г

Сыр таледжо – 70 г

Красный виноград – 100 г

Зеленый виноград – 100 г

Грецкие орехи очищенные – 100 г

Салат корн – 50 г

Цветочный мед – 200 г



7 мин



294 ккал

Сыры нарезать небольшими кубиками. Затем каждый вид сыра выложить горочкой по кругу на тарелку.

Промытый и обсушенный виноград разобрать на маленькие кисточки и разложить рядом с сыром вместе с грецкими

орехами.

Салат корн промыть, просушить и выложить на тарелку с сырами. Мед налить в соусник и поставить в середину тарелки.

# Палочки из свежих овощей с пикантным сырным соусом

Морковь - 150 г

Стебли сельдерея - 150 г

Огурцы - 150 г

Сладкий перец - 150 г

## Для соуса

Сыр фета - 150 г

Сметана - 70 г

Чеснок - 1 зубчик

Укроп - 5 г



10 мин



99 ккал





1

Все очищенные овощи нарезать брусочками длиной 5–7 см.



2

Сыр фета, сметану и чеснок измельчить в блендере.



3

Добавить в соус рубленый укроп и перемешать.



4

Брусочки овощей выложить на тарелку. Сырный соус подать отдельно.



# Сэндвич с копченым лососем и сыром маскарпоне

Лосось холодного копчения (филе) – 150 г

Доньшки артишоков в масле – 4 шт.

Мини-спаржа – 12 шт.

Круассаны – 4 шт.

Салат фризе – 100 г

Салат мангольд – 30 г

Сок лайма – 10 мл

## Для соуса

Огурец – 1 шт.

Вяленые томаты – 15 г

Сладкий перец – 1/2 шт.

Морковь по-корейски – 50 г

Шнитт-лук – 5 г

Сыр маскарпоне – 200 г

Лайм (цедра) – 1 шт.

Перец



13 мин



297 ккал

Филе лосося нарезать тонкими ломтиками. Донышки артишоков разрезать на 4 части. Мини-спаржу бланшировать в кипящей подсоленной воде 2 минуты.

Приготовить соус. Очисть огурец от кожуры. Вяленые томаты, сладкий перец, огурец, морковь по-корейски и шнитт-лук мелко нарезать. Смешать сыр маскарпоне с нарезанными овощами. Добавить 30 мл масла от артишоков и цедру лайма, поперчить.

Круассаны разрезать вдоль и слегка запечь в духовке. Половинки круассанов смазать приготовленным соусом.

Салатные листья заправить соком лайма. Выложить попеременно на каждый круассан микс салатных листьев, ломтики копченого лосося, мини-спаржу, артишоки.



# Сэндвич с тунцом, зеленым салатом и сыром чеддер

Яйца - 4 шт.

Помидоры - 150 г

Тостовый хлеб - 250 г

Майонез - 100 г

Зеленый салат - 60 г

Тунец консервированный - 240 г

Сыр чеддер - 150 г



20 мин



261 ккал

Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить. Помидоры нарезать кружочками.

Хлеб обжарить в тостере. Смазать тосты майонезом.

На каждый тост положить нарезанный салат, размятый вилкой тунец, дольки отварного яйца, кружочки помидоров и ломтики сыра. Скрепить шпажками и разрезать каждый тост на два треугольника.



Тунец не теряет полезных свойств при консервировании, это делает его особенным среди других видов рыб. Консервированный тунец почти не содержит жира и соли. Рыбу консервируют в собственном соку, оливковом или другом растительном масле. Французы называют тунец «морской телятиной» из-за нехарактерного для рыбы вкуса. В нем большое количество фосфора и витамина D, жирных кислот омега-3 и селена при оптимальном соотношении калия и натрия. Неспроста, по утверждению ведущих диетологов Америки, «тунец – это пища для ума!»



# Тартинки с пастой из сыра рокфор

Коньяк - 100 мл

Изюм - 100 г

Рокфор - 400 г

Сливочное масло - 50 г

Тостовый хлеб - 250 г

Перец

## Для заправки

Оливковое масло - 15 мл

Винный уксус - 7 мл

Проростки шпината, сои или люцерны - 15 г

Соль



12 мин + настаивание



289 ккал





1

Коньяк налить в сотейник, довести до кипения. Снять с огня, положить туда изюм и дать настояться 30 минут.



2

Рокфор и размягченное сливочное масло измельчить в блендере до однородности, переложить в миску, добавить коньяк с изюмом и поперчить, все перемешать.



3

Приготовить заправку. Оливковое масло смешать с винным уксусом и взбить венчиком. Слегка посолить, добавить вымытые и обсушенные проростки и все перемешать.



4

Хлеб поджарить в тостере. Сырную массу намазать на хлеб, сверху полить заправкой.



# **Карпаччо из тыквы с сыром шавру**

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.