

Татьяна Черняева

Вкусная бродилка

Татьяна Черняева

Вкусная бродилка

«Автор»

2026

Черняева Т. В.

Вкусная бродилка / Т. В. Черняева — «Автор», 2026

Как превратить обычную готовку в увлекательный квест и навсегда забыть о кулинарных неудачах? Профессиональный повар Татьяна Черняева, известная миллионам как Любоедка, представляет свою уникальную книгу-гайд «Вкусная бродилка». В этой книге автор разложила по полочкам «золотую пятерку» культовых домашних блюд: наваристый экспресс-борщ, идеальный рассыпчатый плов, пикантный салат-перевертыш со стильным декором, сочный рыбный пирог в сливочном соусе и нежнейший домашний чизкейк. Каждый рецепт — это понятный игровой уровень. Шаг за шагом, управляя огнем и технологией, вы пройдете по кулинарным указателям шеф-повара и гарантированно получите ресторанный результат на своей домашней кухне с первого раза. Никаких заморских продуктов — только доступные ингредиенты, чистая химия вкуса и старинные поварские трюки, о которых вам никто не рассказывал. Эта книга создана для тех, кто хочет вставать за плиту с уверенностью шефа, готовить с чистым удовольствием и каждый день восхищать своих близких!

© Черняева Т. В., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Татьяна Черняева

Вкусная бродилка

Глава

ВКУСНАЯ БРОДИЛКА: 5 кулинарных уровней от шеф-повара **Пройди по шагам и получи ресторанный результат!** ****Автор:** Татьяна Черняева (Любоедка) ###** Об авторе Приветствую вас, дорогие кулинары! Меня зовут Татьяна Черняева, а в кулинарном мире многие знают меня как Любоедка. Я — профессиональный повар. Еда для меня — это дело всей жизни, страсть и чистая химия. За годы работы на кухне я поняла одну важную вещь: чтобы готовить потрясающе вкусные блюда, не нужны редкие заморские продукты. Достаточно лишь правильной, проверенной технологии. В интернете можно найти миллионы бесплатных рецептов, но большинство из них умалчивают о важных деталях. В итоге у домашних кулинаров опускаются руки, когда плов превращается в кашу, а борщ теряет свой яркий цвет. Эту миникнигу я создала в формате «вкусной бродилки». Мы пройдем с вами 5 увлекательных кулинарных уровней и разберем культовые домашние блюда: наваристый борщ, ароматный плов, пикантный салат-перевертыш, сочный рыбный пирог и нежнейший домашний чизкейк. Я разложила каждый процесс по полочкам — от правильной нарезки до управления огнем. Вам нужно просто идти по моим шагам-указателям, как в любимой игре! Моя цель — чтобы вы вставали за плиту с уверенностью шеф-повара и с первого раза получали ресторанный результат на своей домашней кухне. Готовьте с удовольствием, экспериментируйте и радуйте своих близких! ***Ваша Любоедка, Татьяна Черняева**

ГЛАВА 1. Экспресс-борщ: ресторанный вкус и рубиновый цвет за 40 минут **Ингредиенты для мясной основы и овощной базы (в кастрюлю):** * Мясо (свинина, говядина или куриное филе) — 400–500 г * Картофель (средний) — 3–4 шт. * Белокочанная капуста — 250–300 г * Репчатый лук — 1–2 шт. * Морковь (крупная) — 1 шт. * Растительное масло — 2 ст. л. * Вода или готовый бульон — 2–2,5 л ****Ингредиенты для рубиновой заправки (в сотейник):**** * Свекла (средняя) — 2 шт. * Томатная паста — 2 ст. л. (with горкой) * Уксус (9%) — 1–1,5 ст. л. * Сахар — 1 ст. л. * Соль — по вкусу ****Для финала и аромата:**** * Чеснок — 2–3 зубчика * Лавровый лист — 2 шт. * Свежая зелень — 1 пучок * Специи — по вкусу ****Способ приготовления:**** 1. ****Обжарка мясной основы.**** На дно кастрюли с толстым дном налейте растительное масло. Мясо нарежьте небольшими кусочками, лук — кубиками, морковь — тонкой соломкой. Выложите всё в кастрюлю и обжаривайте на среднем огне до легкой золотистости. 2. ****Варка картофеля и капусты.**** Залейте обжаренное мясо с луком и морковью готовым бульоном или чистой водой. Доведите до кипения. Добавьте в кастрюлю нарезанный кубиками картофель и нашинкованную капусту. Варите их вместе на умеренном огне до мягкости картофеля (около 12–15 минут). 3. ****Приготовление рубиновой заправки.**** Пока варятся овощи в кастрюле, займитесь сотейником. Выложите в него натертую на крупной терке свеклу. Добавьте томатную пасту, соль, сахар и уксус. Влейте пару столовых ложек воды, накройте крышкой и тушите на среднем огне до мягкости свеклы. 4. ****Сборка борща.**** Когда картофель и капуста в кастрюле станут мягкими, аккуратно переложите к ним готовую свекольную заправку из сотейника. Тщательно перемешайте. 5. ****Финальные штрихи.**** Добавьте лавровый лист, любимые специи и измельченный чеснок. В самом конце всыпьте мелко нарубленную свежую зелень. Дайте борщу покипеть еще 2–3 минуты, чтобы раскрылись все ароматы, после чего выключите огонь. Перед подачей обязательно дайте борщу настояться под крышкой 10–15 минут. ****Секреты шефа Любоедки:**** * Мы варим капусту и картофель отдельно от свеклы не просто так. Если добавить картофель в кислую среду (где уже есть уксус

и томатная паста), он станет «стеклянным» и жестким. Варка в чистом бульоне гарантирует идеальную мягкость овощей. * Кислота и сахар в сотейнике надежно «запирают» цвет свеклы, поэтому при объединении баз борщ мгновенно приобретает тот самый ресторанный рубиновый оттенок.

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.