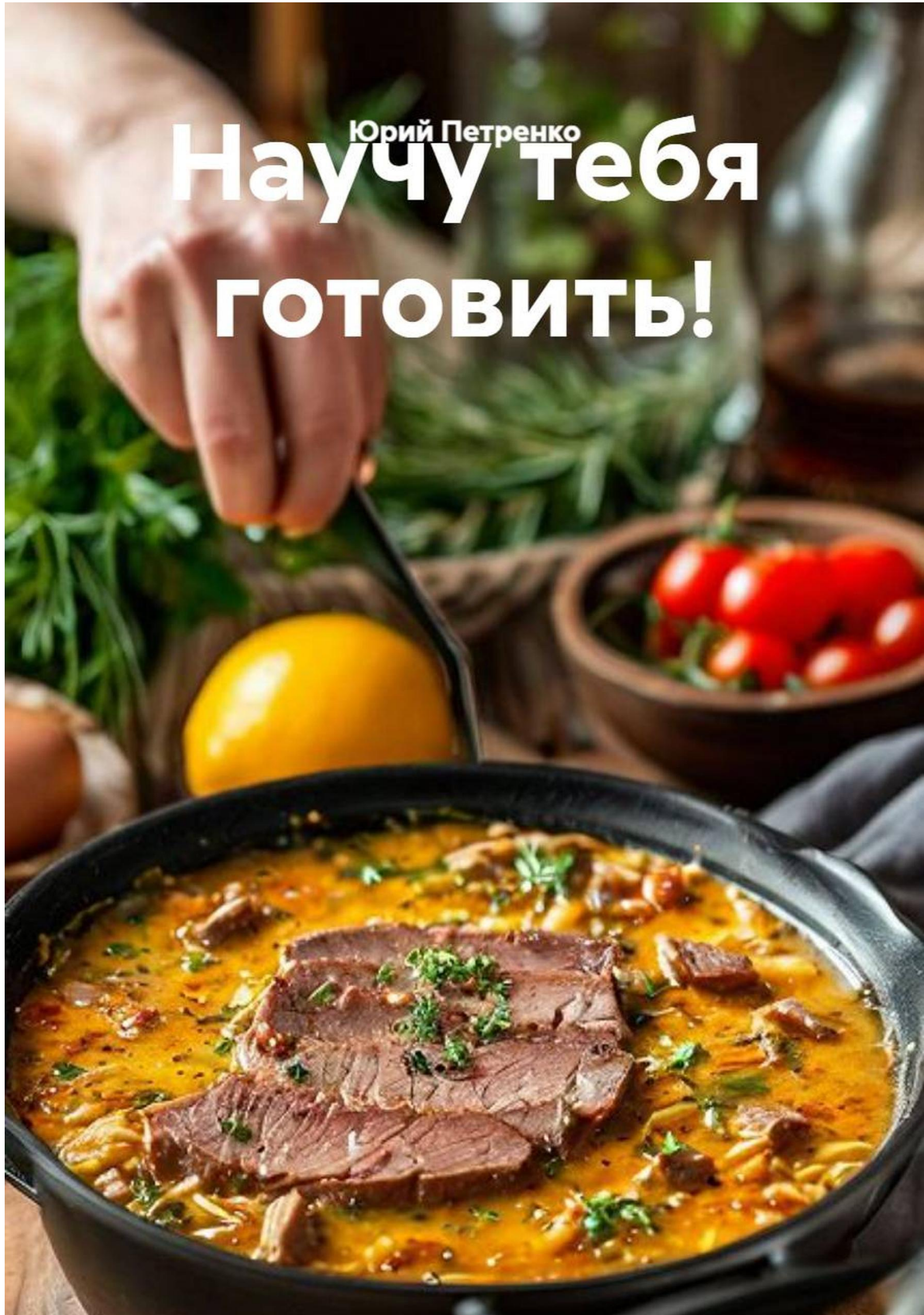


Юрий Петренко

Научу тебя ГОТОВИТЬ!



Юрий Петренко

Научу тебя готовить!

«Автор»

2026

Петренко Ю. А.

Научу тебя готовить! / Ю. А. Петренко — «Автор», 2026

Вы сделали это! Семь дней назад вы входили на кухню на правах робкого гостя. А теперь в вашем послужном списке значатся прозрачные бульоны, сочный бефстроганов, рассыпчатый плов и пузырчатые чебуреки. Вы доказали себе и плачущим курьерам из доставок, что готовка — это просто понятная физика, приправленная здравым смыслом и хорошей порцией здоровой иронии. Три золотые заповеди кулинарного выжившего на будущее: 1. Не усложняйте. Всё гениальное рождается из простых продуктов, если нарезать мясо строго поперек волокон. 2. Уверенность — половина вкуса. Если ваш блинчик порвался или чебурек получился странной формы — никогда не оправдывайтесь. Гордо объявите: «Это авторская подача в стиле деконструктивизма!». Едят вашу уверенность. 3. Сковорода должна быть чистой. Мойте посуду сразу, пока сметанный соус не превратился в цемент, а ягодный сироп — в эпоксидную смолу. Чистая раковина — залог кулинарного дзена. Вы больше не неумеха. Вы — Повар. Идите и управляйте своим кулинарным миром

© Петренко Ю. А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

ОГЛАВЛЕНИЕ	5
ВВЕДЕНИЕ. Осторожно, двери закрываются, следующая станция — «Повар»	7
ТЕХНИЧЕСКИЙ ЧЕК-ЛИСТ: Кухонный арсенал выжившего	8
## ДЕНЬ 1. Первое кулинарное крещение, или Как перестать бояться плиты и укротить кипяток	10
Конец ознакомительного фрагмента.	12

Юрий Петренко

Научу тебя готовить!

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ. Осторожно, двери закрываются, следующая станция — «Повар»

Три главных мифа о кухне, в которые пора перестать верить

Архитектоника кулинарного интензива

Технический чек-лист: Кухонный арсенал выжившего

ГЛАВА 1. ДЕНЬ 1. Первое кулинарное крещение, или Как перестать бояться плиты

Стратегический таймлайн дня

Этап 1. Запуск великого томления: Куриный и Мясной бульоны

Этап 2. Завтрак торжествующего повара

Латинский манифест: Ab ovo usque ad mala (От яйца до яблок)

Омлет «Королевский» с грибами, сыром и сметаной

Кофе в турке «Проснись и пой»

Историческая минутка: При чем тут аптека и откуда взялись рестораны?

Этап 3. Обеденный триумф: Быстрый суп на воде

Подарок от автора: Кофе по-берберски «Вздых Сахары»

ТЕХНИЧЕСКИЙ ЧЕК-ЛИСТ: Кухонный арсенал выжившего

Стратегический таймлайн дня

Часть 1. Завтрак с особым цинизмом

Латинский манифест: Fames est optimus coquus (Голод — лучший повар)

Яичница-болтуня (Скрембл) «Шелковый путь»

Блинчики с творогом «Второй день у плиты»

Часть 2. Обеденный триумф: Легендарный рубиновый Борщ

Главный секрет: Как не сварить «серую тряпку»

Анатомия Наваристых Щей и Кулеша

Интерактивная минутка: Кулинарный психоанализ «Какой ты ингредиент в борще?»

ГЛАВА 3. ДЕНЬ 3. Сплюснутая птица и ближневосточный хит

Стратегический таймлайн дня

Часть 1. Завтрак с восточным акцентом

Латинский манифест: Non ut edam vivo, sed ut vivam edo (Есть, чтобы жить)

Пряная Шакшука «Арабская ночь» и экспресс-гренки

Часть 2. Главное блюдо: Цыпленок тапака «Полный пресс»

Историческая минутка: При чем тут табак, отцовские гантели и чугунные утюги?

Часть 3. Кавказское застолье: Чахохбили «Курица в луковых слезах»

Подарок от автора: Кофе по-кавказски «Секрет старого тифлисца»

ГЛАВА 4. ДЕНЬ 4. Укрощение огня, или Как выжить под обстрелом кипящего масла

Стратегический таймлайн дня

Часть 1. Бронебойный рассвет

Латинский манифест: Alea iacta est (Жребий брошен)

Плотный омлет «Завтрак кавалериста» под сырным куполом

Блинчики-скородумки с мясной начинкой

Часть 2. Великое золочение: Шницель и Отбивная в двойной броне

Часть 3. Укрощение Нептуна: Рыба «тельное» в хрустящем кляре

Ресторанный соус: Польский соус «Растопленное счастье»

Подарок от автора: Кофе по-питерски «Ленинградская меланхолия»

Интерактивная минутка: Проверка на вшивость «Операция "Чистые стены"»

ГЛАВА 5. ДЕНЬ 5. Анатомия каши и восточные сказки

Стратегический таймлайн дня

Часть 1. Завтрак с восточным спокойствием

Латинский манифест: *Festina lente* (Поспешай медленно)

Яйца в мешочек «Точный расчет» с чесночным багетом

Оладьи «Пышный маневр» с творожной сердцевинкой

Часть 2. Восточные сказки: Идеальный Плов «Зернышко к зернышку»

Главный секрет: Правило первой фаланги пальца и золотой зирвак

Часть 3. Обед графа: Нежнейший Бефстроганов

Историческая минутка: Мясо для беззубого аристократа Александра Строганова

Подарок от автора: Кофе по-одесски «Герцог Ришелье»

Кулинарная загадка на ночь: «Дело о пропавшем объеме говядины»

ГЛАВА 6. ДЕНЬ 6. Мучные узлы и сырные лодки

Стратегический таймлайн дня

Часть 1. Субботний маневр

Латинский манифест: *Varietas delectat* (Разнообразие доставляет удовольствие)

Яичница-глазунья с хрустящим беконом и томатами

Блинчики с творожно-зеленым припёком «Вокзальный разгуляй»

Часть 2. Спуск сырных кораблей: Хачапури по-аджарски «Лодка любви»

Часть 3. Финальный мучной штурм: Пузырчатые Чебуреки «Золотые купола»

Картотека сочности: Три убойных варианта начинок (Мясо / Сыр / Грибы в сметане)

Подарок от автора: Кофе по-аджарски с горячим сердцем гор (Кавказский эпос)

ГЛАВА 7. ДЕНЬ 7. Воскресный обед шеф-повара, или Как заставить родствен-

ников аплодировать стоя

Стратегический таймлайн дня

Часть 1. Праздничный бранч с любовью

Латинский манифест: *Plenus venter non studet libenter* (Сытое брюхо к учению глухо)

Воздушный омлет для Любимых «Облако» (в стиле омлета Пуляр)

Яйца Бенедикт «Воскресный дипломат» с соусом Голландез

Часть 2. Главный обеденный триумф: Заливной пирог «Воскресный разгуляй»

Часть 3. Для интересующихся: Классический Французский луковый суп

Часть 4. Праздничный экспресс-десерт: Пирог с яблоками «Царский сад» и Быстрое варенье за 10 минут

Финальные подарки от автора:

Шоколад по-парижски «Mon Amour» (для милых дам)

Горячий Нормандский сидр «Яблочный поцелуй» (для джентльменов)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Свобода от курьеров, или Жизнь после кулинарного крещения

Три главных правила кулинарного выжившего на будущее

Напутственное слово новоиспеченному Повару

ВВЕДЕНИЕ. Осторожно, двери закрываются, следующая станция — «Повар»

Вы держите в руках эту книгу, а значит, в вашей жизни наступил критический, если не сказать трагический, момент. Либо у вас окончательно закончились деньги на доставку еды, либо курьеры из «Самоката» начали узнавать вас по шагам, здороваться с вашей кошкой и деликатно спрашивать, почему в вашем рационе три дня подряд присутствует только лапша быстрого приготовления.

Давайте сразу начистоту, без кулинарного снобизма: я не буду рассказывать вам про «лёгкий флёр девственного оливкового масла, собранного девственницами на рассвете в Тоскане» или «необходимость томления фермерской утки в течение сорока суток». Моя задача скромнее и циничнее — сделать так, чтобы ровно через 7 дней вы смогли приготовить полноценный праздничный обед, не спалив при этом брови, не залив соседей и не вызвав бригаду МЧС.

Три главных мифа о кухне, в которые пора перестать верить

Миф 1: Готовка — это сакральный дар богов. Абсолютная чушь. Готовка — это просто базовая физика и химия, замаскированные под высокое искусство. Если вы способны не перепутать кнопки на микроволновке и донести ложку до рта, не промахнувшись, — поздравляю, вы технически готовы сварить борщ.

Миф 2: Нужна дорогая посуда и техника. Для нашего экспресс-курса вам не понадобятся дегидраторы, су-виды, сифоны и сковородки из титанового сплава. Достаточно одной рабочей кастрюли, сковороды и капельки здравого смысла.

Миф 3: Путь к сердцу лежит через желудок. На самом деле путь к любому сердцу лежит через умение вовремя и без напоминаний помыть за собой сковородку после жарки рыбы. Это ценится в современном мире гораздо выше, чем диплом кулинарной академии.

Как устроен этот кулинарный интенсив?

Мы разобьем ваше кулинарное крещение на 7 понятных, логичных и хронологически выверенных шагов. Никакого хаоса.

1. **Первые три дня** мы будем учиться не бояться кипятка и открытого огня. Разберемся с прозрачными бульонами, поймем, почему цыпленок тапака так сильно расплюснут по жизни, и научимся печь блины с припёком, которые не превращаются в резиновые тапочки.

2. **К середине недели** мы перейдем к тяжелой артиллерии: мясу, рыбе в воздушном кляре и тесту, которое (я даю вам честное слово автора) у вас поднимется и задышит.

3. **В воскресенье** вы устроите финальный триумфальный обед, где гордо продемонстрируете близким, что вы больше не кулинарный неандерталец, а вполне состоявшийся шеф-повар.

Историческая минутка для поднятия эрудиции: Римский философ Сенека однажды сказал: *«Безумен тот, кто, покупая коня, осматривает только узду и попоны»*. Переводя на наш кулинарный язык: безумен тот, кто пытается приготовить дефlope с крутонами, не умея правильно и безболезненно сварить обычное яйцо или заварить турку. С простых, но фундаментальных вещей мы, пожалуй, и начнем.

Дисклеймер (Важное предупреждение)

Автор не несет ответственности за внезапный наплыв родственников, которые внезапно узнают, что вы научились печь хачапури по-аджарски и крутить сочные, пузырчатые чебуреки. Отбиваться от них и их голодных желудков вам придется самостоятельно. На всякий случай на четвертый день мы научим вас делать отбивные — это очень полезный навык во всех смыслах.

Вдохните поглубже. Сделайте серьезное лицо. Включите плиту. Мы начинаем.

ТЕХНИЧЕСКИЙ ЧЕК-ЛИСТ: Кухонный арсенал выжившего

Перед тем как мы зажжем огонь под Днем 1, давайте проведем ревизию в вашем кухонном шкафу. Забудьте про дорогие дегидраторы, сифоны для молекулярной пены и наборы из тридцати японских ножей. Нам нужна железная база — суровый, недорогой и бронебойный минимум, который выдержит натиск фритюра, штурм гантелями и заваривание теста.

Проверьте свои закрома по этому списку. Если чего-то нет — марш в ближайший хозяйственный, но выбирайте строго по моим техническим параметрам.

КАТЕГОРИЯ 1. ТЯЖЕЛАЯ АРТИЛЛЕРИЯ (Посуда для огня)

1. Кастрюля суповая «Главный калибр»

Параметры: Объём 3–4 литра. Обязательно с толстым, тяжелым многослойным дном (нержавеющая сталь).

Зачем нужна: Это дом для нашего прозрачного куриного бульона (День 1), рубинового борща (День 2) и заливки для лукового супа (День 7). Тонкое дно заставит овощи пригореть, а тяжелое обеспечит то самое правильное французское томление (*frémir*).

2. Сковорода универсальная «Гроза шницелей»

Параметры: Диаметр 24–26 см. Высокие борта (минимум 5 см), толстое дно и надежное антипригарное покрытие.

Зачем нужна: На ней мы будем вести обстрел кипящим маслом во время жарки шницелей в двойном золочении (День 4), на ней же будут подниматься пышные оладьи под крышкой (День 5) и запекаться шакшука (День 3).

3. Казан или Утятница «Кавказский узел»

Параметры: Объём 4–5 литров. Толстостенный чугун или литой алюминий с плотной тяжелой крышкой.

Зачем нужен: Без него вы не сварите плов «зернышко к зернышку» (День 5) и не потушите чахохбили в луковом соку (День 3). Обычная тонкая кастрюля превратит рис в слипшуюся вокзальную кашу.

4. Турка медная «Тифлисский эталон»

Параметры: Объём 200–300 мл. Строго с узким горлышком. Материал — медь с внутренним покрытием из пищевого олова.

Зачем нужна: Для проведения ежедневных утренних кофейных ритуалов (берберский, кавказский, питерский и одесский кофе). Керамические турки долго остывают и сжигают пену, а медь — мгновенно реагирует на смену огня.

КАТЕГОРИЯ 2. ОРУЖИЕ ПОВАРА (Инструменты контроля)

5. Нож Шеф-повара «Один против всех»

Параметры: Длина лезвия 18–20 см, широкое полотно, тяжелая рукоять. Нержавеющая сталь.

Зачем нужен: Им вы будете шинковать тонну моркови соломкой для плова и рубить килограмм лука перьями для французского супа. Тонкие маленькие ножики оставьте для чистки картошки. Купите к нему копеечную точилку (мусат) — тупой нож на кухне опаснее, чем разъяренная теща.

6. Кухонный молоток «Снятие стресса»

Параметры: Тяжелый, металлический (деревянные быстро ломаются и впитывают мясной сок).

Зачем нужен: Без него шницели в День 4 не станут тонкими, а суставы цыпленка тапака в День 3 не хрустнут и не сдадутся под прессом.

7. Мерный стакан и кухонный весы «Математический дзен»

Параметры: Самые простые электронные весы с шагом в 1 грамм и прозрачный стакан с рисками для жидкостей и муки.

Зачем нужны: Дрожжевое тесто для хачапури (День 6) и пропорции воды для плова не прощают измерения «на глаз».

КАТЕГОРИЯ 3. ТАКТИЧЕСКИЙ ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ ФЛОТ

8. Разделочные доски (Минимум 2 штуки)

Параметры: Большая пластиковая или деревянная (из бамбука/дуба).

Железное правило: Одна доска — СТРОГО для сырого мяса и птицы. Вторая — для овощей, зелени и хлеба. Смешивать их — официальное преступление против гигиены.

9. Силиконовая лопатка и венчик

Параметры: Лопатка с цельным силиконовым корпусом (чтобы в швах не копились бактерии), венчик — упругий, металлический.

Зачем нужны: Лопаткой мы будем ювелирно собирать со стенок сотейника соус Голландез (День 7) и нежно мешать шелковый скрембл (День 2). Венчик спасет нас от комочков при замесе теста для скородумок.

10. Форма для выпечки «Сладкий финал»

Параметры: Разъемная металлическая или цельная силиконовая форма диаметром 22–24 см.

Зачем нужна: В ней поднимется заливной пирог «Воскресный разгуляй» и запечется тонкое яблочное кружево в День 7.

ТАКТИЧЕСКИЙ СОВЕТ ОТ АВТОРА:

Если на вашей кухне раковина забита тарелками, а губки для посуды помнят прошлый Новый год — выбросьте их и купите упаковку новых, жестких, двухсторонних губок и хорошее средство, расщепляющее жир. Помните: *Ваша кулинарная эволюция захлебнется на первом же дне, если вы не научитесь мыть инструменты сразу после боя!*

ДЕНЬ 1. Первое кулинарное крещение, или Как перестать бояться плиты и укротить кипяток

Базовые техники дня: укрощение турки, создание идеальной текстуры яиц методом запечатывания под крышкой, варка прозрачного бульона, температурный контроль сред и снятие пены («шума»).

Главные герои дня: Кофе в турке «Проснись и пей», Омлет «Королевский» с грибами, сыром и сметаной (завтрак), Куриный и Мясной бульоны, Быстрый суп на воде (обед).

СТРАТЕГИЧЕСКИЙ ТАЙМЛАЙН ДНЯ (План шеф-повара)

Чтобы не метаться по кухне, как пассажир с баулами во время штурма общего вагона поезда 88 Симферополь — БАКУ, мы разделим утро на три четких этапа:

1. **09:00** — Запускаем «долгий процесс». Заливаем мясо и кости холодной водой, карулим пену и отправляем бульон томиться на полтора часа.

2. **09:20** — Бульон предоставлен сам себе. У нас есть уйма времени, чтобы спокойно сварить утренний кофе и сделать пышный королевский омлет.

3. **11:00** — Завтрак съеден, посуда помыта, а из кастрюли как раз пахнет янтарным золотом. Превращаем готовый бульон в наваристый обед или осваиваем экспресс-технику супа на воде.

ЭТАП 1. ЗАПУСК ВЕЛИКОГО ТОМЛЕНИЯ (09:00)

У всех плохих поваров бульон похож на лужу у вокзала — мутный, серый и навевающий тоску. У нас он будет прозрачным, как слеза младенца. Для этого прямо сейчас, до того как вы выпьете кофе, заложим фундамент.

Практика: Куриный и Мясной бульоны

Что ищем в холодильнике: Куриный суповой набор (крылья, голени) или кусок говядины на кости, 1 крупная луковица, 1 средняя морковка, соль, перец горошком, лавровый лист.

Пошаговый алгоритм:

1. **Загрузка:** Моем мясо, безжалостно бросаем в кастрюлю и заливаем **ХОЛОДНОЙ** водой. Если бросить в кипяток — белок на поверхности сразу свернется и запечатает все соки внутри. Нам же нужно, чтобы мясо постепенно отдало весь свой вкус и аромат воде.

2. **Включение:** Включаем сильный огонь. Это единственный момент, когда огонь должен быть большим — только до закипания.

3. **Охота за шумом:** Как только вода начнет закипать, на поверхности появится серая пена («шум»). Берем шумовку и с лицом хладнокровного хирурга полностью её вылавливаем. Оставьте пену — бульон будет безнадежно мутным.

4. **Смена режима:** Как только пена снята, немедленно скручиваем огонь на самый-самый минимум. Бульон не должен бурлить, как вулкан. Он должен едва «вздыхать». Французы называют это слово *frémir* — трепетать. Накрываем крышкой, оставив щелочку.

5. **Овощной десант:** Бросаем в кастрюлю очищенную морковь и целую луковицу. *Лайфхак: если луковицу не чистить до конца, а оставить нижний золотистый слой шелухи, бульон приобретет красивейший янтарный оттенок.*

Все! Засаекаем 1,5 часа. Кастрюля больше не требует вашего внимания. Переходим к завтраку.

ЭТАП 2. ЗАВТРАК ТОРЖЕСТВУЮЩЕГО ПОВАРА (09:20)

Пока кастрюля тихонько трепещет на плиту, мы займемся тем, что спасет нас от голодного обморока. Начинаем великое переселение из ресторанов на собственную кухню!

Латинский манифест дня: «*Ab ovo usque ad mala*» — «От яйца до яблок» (так древние римляне описывали классический обед, начинавшийся с яиц и заканчивавшийся

фруктами). **Толкование автора:** Мы понимаем эту мудрость буквально. Наш интенсив начинается сегодня утром с простого яйца, а завершится ровно через неделю роскошным яблочным пирогом. Так что обратного пути нет — разбивайте скорлупу!

Кофе в турке «Проснись и пей»

Пить растворимый суррогат после открытия этой книги — официальный позор. Варим кофе, который вернет вам радость жизни.

Засыпка: Насыпаем в турку 2 чайные ложки кофе мелкого помола (в пыль). Если любите сладкий — сахар бросаем прямо сейчас, к сухой смеси, чтобы он слегка карамелизовался.

Водный баланс: Заливаем ледяную воду до самого узкого места на горлышке турки.

Медитация: Ставим на самый медленный огонь. Забудьте про телефон, смотрите на пенку.

Поймать момент: Как только темная кофейная шапка начнет лениво подниматься вверх — немедленно снимайте турку! Повторите этот подъем дважды. Ни в коем случае не давайте кофе закипеть, иначе он станет горьким, как вкус разочарования.

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.