

КУХНЯ КОЧЕВНИКОВ



Кухня — не место,
а система



Дорога — не оправдание
для плохой еды, а её **стенд**



Одна конфорка умеет
больше, чем три скучающие



Специи — багаж,
который весит **меньше**
памяти



Вечер на стоянке —
это достаточное время
для **чуда**

ДМИТРИЙ ГАНИН

— САНКТ-ПЕТЕРБУРГ · 2026 —

Дмитрий Ганин

**Кухня кочевников» —
про точность в условиях,
где приборов нет**

«Автор»

2026

Ганин Д. А.

«Кухня кочевников» — про точность в условиях, где приборов нет /
Д. А. Ганин — «Автор», 2026

«Дорога кормит. Кухня на колёсах для тех, кто едет, а не добирается»(рабочее название — его можно заменить на любое другое)Это книга рецептов, которая написана как книга историй. В ней есть все цифры, тайминги и граммовки, которых требует практический справочник, — но построена она не как энциклопедия, а как длинный разговор у костра, который длится всю дорогу. Сюжет прост. Человек — семья, пара, одиночка — садится в машину и едет. Далеко: на реку, в горы, к морю, в другой край. И в какой-то момент обнаруживает, что важнейшей частью путешествия оказался не маршрут, а ужин. То, что он готовит на одной конфорке, в казане, на решётке, в фольге, под тентом в дождь и в утятнице на морозе. То, что еда в дороге — это не компромисс между «домашней кухней» и «сушилкой», а отдельный жанр со своими законами, своей экономикой и своей красотой. Почему это книга-рассказ. Потому что рецепты, написанные сухо, забываются. А рецепты, встроенные в историю, — запоминаются навсегда.

© Ганин Д. А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	36

Дмитрий Ганин

«Кухня кочевников» — про точность в условиях, где приборов нет

Глава

авторская студия lafhaker.ru

Кухня кочевников

Про точность в условиях, где приборов нет

Дмитрий Ганин

20.10.2026

Манифест: Кухня — не место, а система. Дорога — не оправдание для плохой еды, а её стенд. Одна конфорка умеет больше, чем три скучающие. Специи — багаж, который весит меньше памяти. Вечер на стоянке — это достаточное время для чуда .

Введение

Что дорога сделала с едой

Первая еда в пути была про выживание, вторая — про сытость, третья — про скорость. Дорожная еда остановилась на третьей ступени и застряла там на полвека: бутерброды, лапша из стакана, энергетики. Между тем человек, который живёт в дороге неделями, не обязан питаться как пассажир ночного автобуса.

При этом приключилась странная вещь: оборудование догнало мечту, а привычки нет. Индукционные плиты в кемперах, 12-вольтовые холодильники, складная посуда уровня ресторанов — всё это лежит в магазинах, а ужин в дороге по-прежнему начинается с «опять тушёнка». Никто не объяснил, что делать с этим добром в среду, когда машину трясёт и руки после работы.

Эта книга — начало того разговора. Кочевая кухня — это не трюки выживания, а ежедневное преимущество: суп, который варится на одной горелке за двадцать минут, тесто, которое встаёт в термосумке, и завтрак, который не требует воды вообще.

Как я осваивала дорогу

Я начала с классики — плова в казане на кемпинговой горелке — и провалилась по-детски: горелка не держала жар казана, рис снизу подгорел, а сверху остался сырым. Казан требует мощности, а не желания; рецепт без поправки на оборудование — это не рецепт, а надежда.

Второй урок дал переезд: я замариновала мясо в стеклянной банке, банка проехала четыреста километров и разбилась о тыкву. С тех пор я мариную в двойных пакетах с застёжкой и считаю это не упрощением, а инженерией.

Третий урок — самый важный — преподнесла вода. В первый месяц фургонной жизни я готовила так, будто за стенкой кран: пять литров на суп, три на мытьё. Когда бак опустел на третий день стоянки, я пересчитала всю кулинарию: теперь у каждого рецепта в этой книге есть честная цифра расхода воды — и она меньше, чем вы думаете.

Принципы этой книги

Первый принцип — честность замен. В каждой главе сказано, как сделать блюдо без фирменного оборудования и чем вы заплатите: временем, водой или вкусом. Иногда замена честнее прибора — а иногда костёр незаменим, и это тоже сказано прямо.

Второй принцип — стоянка как единица измерения. Ни один рецепт не рассчитан на стационарную кухню. Если блюдо требует брожения, оно устроено так, что банка едет с вами и дображивает в пути, не требуя ни погребов, ни медитации.

Третий принцип — повторяемость. Каждый шаг проверен дважды: в фургоне и в поезде, «по памяти» и «с секундомером». Если шаг требует точности до грамма, я не пишу «примерно». Если можно на глаз — я так и пишу.

Как устроена книга

Пять разделов идут от простого к увлекательному: «Путь и план» — подготовка, экипировка, первые ужины; «Одна плита» — всё на одной конфорке; «Огонь и угли» — костёр, мангал, казан; «Мир на тарелке» — блюда стран, воспроизводимые из ближайшего супермаркета; «Дом на колёсах» — режим, заготовки и стол при переездах. В каждом разделе — двенадцать глав, в каждой главе — десять рецептов.

Рецепт устроен всегда одинаково: шутка, которая честно описывает типичную ошибку; история блюда; ингредиенты с количествами; пять шагов от подготовки до подачи; совет автора. Последний шаг всегда о том, как подать, — потому что еда на коленях тоже имеет право на тарелку.

После каждого пятого рецепта — сигнатура: разговор с человеком, который прошёл эту дорогу до конца. Они рассказывают не о шедеврах, а о перегретых горелках, разбитых банках и первых настоящих ужинах на стоянке. Это единственная часть книги, которую можно читать за рулём — аудио кто-то из вас обязательно запишет.

О безопасности и честности

В этой книге есть вещи, требующие правил. Газ в замкнутом объёме — это вентиляция и проверка соединений: если в рецепте сказано «не в салоне», это не обсуждается. Открытый огонь требует площадки и воды рядом — не из «пожарной храбрости», а из уважения к лесу.

Вода в дороге — отдельная тема: питьевая, техническая и та, из которой вы собираетесь варить. Все главы, где это критично, содержат явное правило — я прошу читать его не как мелкий шрифт, а как шаг рецепта.

И последняя честность: кочевая кухня не делает еду дешёвой автоматически. Она делает её свободной. Дешевизну по-прежнему решают план и супермаркет у стоянки — и о них книга говорит так же громко, как о казане и специях.

Содержание

Раздел I. Путь и план

- Глава 1. Первый ужин на стоянке
- Глава 2. Нож, доска и три баночки: базовый набор
- Глава 3. Вода: сколько, откуда, куда девать
- Глава 4. Газ, горелка и правило вытяжки
- Глава 5. Закупки у дороги: читать полку как карту
- Глава 6. Заготовки, которые едут с вами
- Глава 7. Холодильник на колёсах и без него
- Глава 8. Посуда одного цикла
- Глава 9. Маринады в пакетах: инженерия дороги
- Глава 10. Завтраки без плиты
- Глава 11. Обеды на капоте: двадцать минут
- Глава 12. Ужин, который ждёт вас издалека

Раздел II. Одна плита

- Глава 13. Супы на одной конфорке

Глава 14. Каши и крупы: тайминг без таймера

Глава 15. Паста из одного литра воды

Глава 16. Сковорода-универсал: от яичницы до стейка

Глава 17. Тушение в кастрюле без крышки-хитростей

Глава 18. Жарка с малым маслом

Глава 19. Рыба на одной конфорке

Глава 20. Бобовые быстрые и терпеливые

Глава 21. Соусы без поGREба

Глава 22. Хлеб на сковороде

Глава 23. Десерты на плите

Глава 24. Гость на стоянке: двойная порция

Раздел III. Огонь и угли

Глава 25. Костёр: площадка, дрова, правило воды

Глава 26. Решётка и всё, что на неё ложится

Глава 27. Казан: мощьность, а не желание

Глава 28. Плов для стоянки

Глава 29. Угли: жар, который можно измерить рукой

Глава 30. Овощи в углях и в фольге

Глава 31. Рыба на доске и в бумаге

Глава 32. Хлеб у костра

Глава 33. Копчение на щепе в кастрюле

Глава 34. Котелок, утятница и другие ипостаси казана

Глава 35. Утренние угли: завтрак после вчерашнего огня

Глава 36. Компания у огня: стол на восемь

Раздел IV. Мир на тарелке

Глава 37. Италия за двадцать минут

Глава 38. Япония из супермаркета

Глава 39. Мексика без мескита

Глава 40. Индия на одной горелке

Глава 41. Ближний Восток из трёх банок

Глава 42. Франция у кемпинга

Глава 43. Тайская улица в фургоне

Глава 44. Кавказ: сковорода вместо мангала

Глава 45. Балканы: кисломолочное и угли

Глава 46. Скандинавия: холодный стол дороги

Эпилог: конец

Глава 1. Первый ужин на стоянке

Сцена: вы доехали, выдохнули, а желудок напоминает, что дорога — не повод.

Первый ужин — экзамен на систему: всё, что вы положили в ящик, сейчас либо сработает, либо превратится в сэндвич на руле. Глава про три блюда, которые невозможно испортить, и про порядок действий, который стоит выучить как таблицу умножения.

Рецепт 1. Лапша, за которую не стыдно

Шутка: Лапша быстрого приготовления — единственный продукт, который дороги прощают всем, кроме тех, кто зовёт её ужином без добавок.

История: Стакан лапши изобрели в Японии в 1958 году как еду послевоенного восстановления, и полвека она честно несла одну функцию: сытость. Кочевая кухня делает следующий шаг — превращает основу в блюдо: яйцо, зелень, ложка соуса и посыпка меняют всё. Тот же продукт, другая категория.

Ингредиенты (на 2): лапша быстрого приготовления — 2 пачки; яйца — 2 шт.; зелёный лук — 3 пера; соевый соус — 1 ст. ложка; кунжут — 1 ч. ложка; масло — 1 ст. ложка; вода — 700 мл.

Расход воды: 700 мл на варку плюс 300 мл на мытьё — литр на ужин, и это с запасом.

Шаги:

Вскипятите 700 мл воды на самой слабой горелке, какая у вас есть: кипение на маленьком огне экономит газ и нервы.

Отварите лапшу три минуты, слейте воду, оставив полстакана — она станет основой соуса.

На той же сковороде (мыть не нужно) обжарьте яйцо, разболтанное прямо в масло, сорок секунд — оно станет лентами.

Верните лапшу, влейте оставшуюся воду и соевый соус, прогрейте минуту.

Снимите с огня, посыпьте луком и кунжутом и ешьте из тех же мисок, которые потом отмоете одним приёмом воды.

Совет автора: Полстакана отвара — секретное оружие этой главы: он превращает сухую приправу в соус, а соус — в блюдо. Выливать его — всё равно что вылить ужин.

Рецепт 2. Суп из того, что было

Шутка: Суп из остатков — единственный суп, рецепт которого меняется каждую неделю, а успех — никогда.

История: Кочевые культуры веками варили суп из того, что есть: от монгольского банш до американского хобо-стю у железной дороги. Принцип всегда один: жидкость, основа, что нашлось. Рецепт ниже — не состав, а порядок действий; состав определяет полка супермаркета у стоянки.

Ингредиенты (на 4): картофель — 3 шт.; морковь — 1 шт.; лук — 1 шт.; колбаса или тушёнка — 200 г; лавровый лист — 1 шт.; соль, перец; вода — 1,5 л.

Расход воды: 1,5 л на суп, 400 мл на мытьё — под два литра на кастрюлю, которая кормит четырёх.

Шаги:

Нарежьте лук и морковь первыми — они идут в масло и дают базу аромата, на которой стоит весь суп.

Обжарьте пять минут, добавьте картофель кубиком и залейте водой — холодной, чтобы крахмал вышел в broth, а не остался в картофеле.

Варите пятнадцать минут, посолите в конце десятой — ранняя соль затормозит разваривание.

Добавьте колбасу или тушёнку за пять минут до конца: ей нужно прогреться, а не вариться.

Лавровый лист положите на минуту и выньте — он работает быстро, а передержанный горчит.

Совет автора: Суп на второй день всегда лучше первого — кочевники знают это столетиями: варите на два раза, и вы выиграете вечер, не разжигая плиту.

Рецепт 3. Тосты с яйцом в кружке

Шутка: Яйцо в кружке — единственный способ приготовить завтрак, не достав сковороду, и единственный завтрак, который не узнаёт о вашей усталости.

История: Яйцо в кружке — рецепт дома микроволновок, но оно отлично работает и на горелке: кружка на водяной бане греет яйцо мягко и равномерно. В дороге этот приём спас не один завтрак: посуда одна, воды — дно кружки.

Ингредиенты (на 2): яйца — 4 шт.; молоко или вода — 2 ст. ложки; сыр — 40 г; хлеб — 4 ломтика; соль, перец; масло — кусочек.

Шаги:

Разбейте по два яйца в две кружки, добавьте по ложке молока или воды и взбейте вилкой прямо в кружке.

Поставьте кружки в кастрюлю с водой так, чтобы вода доходила до середины кружек, — водяная баня, придуманная до вас.

Грейте на среднем огне восемь минут, помешивая дважды — яйца возьмутся кремом.

Поджарьте хлеб на той же сковороде, что потом отмоее, — или съешьте яйца с хлебом всухую, это тоже честно.

Посыпьте сыром на горячее и дайте ему расплавиться минуту — сыр в кружке тает сам, доставать вилкой не надо.

Совет автора: Если хотите добавить помидоры или зелень — режьте мелко и кладите в начале: крупные куски не прогреются за восемь минут водяной бани.

Рецепт 4. Гречка с тушёнкой, которую уважают

Шутка: Гречка с тушёнкой — единственное блюдо, которое одновременно едят студенты и охотники, и обе стороны считают себя первооткрывателями.

История: Гречка с тушёнкой — советская классика дорог и экспедиций, и её незаслуженно записали в «еда бедности». Между тем это блюдо с биографией: гречку брали в путь со времён, когда солдаты носили её в холщовых мешках, а тушёнку варили в бочках для армии. Правильно приготовленная, она стоит на одном уровне с пловом: та же логика крупы и жира, только скромнее.

Ингредиенты (на 3): гречка — 250 г; тушёнка — 1 банка (340 г); лук — 1 шт.; морковь — 1 шт.; вода — 500 мл; соль, перец.

Расход воды: 500 мл на гречку, 300 мл на мытьё — меньше литра на три порции сытого вечера.

Шаги:

Переберите гречку, если она требует, и прожарьте её на сухой сковороде три минуты — жарка раскрывает аромат крупы, который иначе спит в пакете.

Отдельно обжарьте лук и морковь до мягкости, добавьте тушёнку кусочками и прогрейте пять минут — жир из банки заменит масло.

Всыпьте гречку, перемешайте, залейте горячей водой — горячей, потому что холодная остановит варку.

Накройте крышкой и варите на самом маленьком огне пятнадцать минут — не открывая: пар делает работу, которую вы только мешаете взглядом.

Выключите и дайте постоять десять минут под крышкой — это не ожидание, а часть рецепта: крупа добывает влагу и рассыпается.

Совет автора: Если гречка вышла кашей, а не рассыпчатой — воды было больше половины пальца над крупой; классическая пропорция — 1 к 1,5, и палец тут — измерительный прибор, проверенный поколениями.

Сигнатура. Автопутешественник Гриша: горелка, которая научила меня готовить

— Первый сезон я готовил на одной горелке и постоянно чувствовал себя обманутым: плов не получается, кастрюля остывает, всё дольше и хуже, чем дома. Я винил оборудование.

— И в чём оказалось дело?

— В мощности и в ожиданиях. Горелка на баллоне даёт четыре киловатта в лучшем случае, казан тянет восемь. Я не пересчитал рецепт под оборудование — я требовал от горелки невозможного. Когда я перестал готовить плов на стоянке и начал готовить его на день раньше в съёмной кухне — всё встало на место.

— Что бы вы сказали тому, кто только собирает свой ящик?

— Собирайте не список «что купить», а сценарий вечера. Нож, доска, сковорода, кастрюля, соль, масло — это сценарий. Всё остальное — докупается на месте и возвращается в магазин на следующей стоянке.

Глава 2. Нож, доска и три баночки: базовый набор

Сцена: вы раскладываете ящик на стоянке впервые — и всё, что в нём, должно выжить месяц дороги.

Базовый набор — это не список покупок, а хирургический инструмент: каждый предмет должен работать в трёх сценариях, иначе он груз. Глава про то, как собрать ящик, который кормит, а не возит.

Рецепт 1. Овощи-гриль на решётке от горелки

Шутка: Овощи на решётке — единственный способ увидеть, что перец умеет быть десертом, если дать ему шесть минут огня.

История: Овощи-гриль — кухня всех дорог Средиземноморья: от греческих таверн до итальянских антипасто. Перец, баклажан и кабачок на огне теряют воду и сгущают сахар — это и есть «десертность», за которую их любят. Дома для этого нужна духовка; в дороге достаточно решётки над горелкой или углями.

Ингредиенты (на 4): перец — 3 шт.; кабачок — 1 шт.; баклажан — 1 шт.; оливковое масло — 3 ст. ложки; соль — 1 ч. ложка; чеснок — 2 зубчика; зелень — горсть.

Шаги:

Нарежьте овощи крупными плоскими кусками — плоские держатся на решётке, круглые падают в огонь и обжигаются.

Смажьте маслом с солью — не вливайте масло в огонь: горит, пахнет и не помогает.

Разложите на решётке над средним жаром — если рука над углями держится три секунды, жар правильный.

Пеките по 4–6 минут с каждой стороны: перец должен почернеть местами — это не сгоревший, а «печёный», так и надо.

Сложите в миску, накройте на пять минут — пар дойдёт до кожуры, и она снимется легко; сверху чеснок, зелень и масло.

Совет автора: Накрытая миска после огня — приём из ресторанов: пять минут под крышкой делают с овощами то же, что десять на огне, только мягче.

Рецепт 2. Паста с чесноком и маслом за один литр

Шутка: Агlio э олио — единственная паста, которую готовят из четырёх вещей, и единственная, за которую в Риме берут как за трюфельную.

История: Aglio e olio — паста неаполитанских ночей: чеснок, масло, перец чили, спагетти. Родилась как «паста бедности» и стала классикой потому, что готовится за время варки спагетти и не прощает ничего лишнего. В дороге она ещё ценнее: вода — литр, посуда — одна сковорода.

Ингредиенты (на 2): спагетти — 200 г; чеснок — 4 зубчика; оливковое масло — 5 ст. ложек; перец чили — 1 шт. или щепотка хлопьев; петрушка — горсть; соль; вода — 1 л.

Расход воды: 1 л на пасту, 300 мл на мытьё — литр с хвостом на ужин в итальянском духе.

Шаги:

Вскипятите литр подсоленной воды и варите спагетти на минуту меньше, чем написано на пачке, — досаливаться они будут в сковороде.

Пока варятся, нарежьте чеснок тонкими пластинками — не давите: давленный горчит и горит.

В сковороде на среднем огне прогрейте масло с чесноком и чили три минуты — чеснок должен стать золотистым, не коричневым: разница в один вдох.

Переложите спагетти щипцами прямо из воды в сковороду — вода на лапше и есть ваш соус: крахмал свяжет масло.

Добавьте полстакана воды от пасты, встряхните сковороду минуту на огне — соус станет эмульсией, а не лужей; сверху петрушка.

Совет автора: Встряхивание сковороды — не декорация, а техника: эмульсия образуется от движения, а не от перемешивания вилкой. Вилка нужна для еды, не для соуса.

Рецепт 3. Хумус из банки за пять минут

Шутка: Хумус из банки — единственный дип, который делается быстрее, чем открывается пачка чипсов, и при этом выглядит как усилие.

История: Хумус — ближневосточная классика из нута, тахини и лимона; дома его варят час, в дороге берут нут в банке и выигрывают пятьдесят пять минут. Разница между консервным и варёным нутом — в текстуре, и в дороге консервный честно проигрывает только при наличии часа и лишней воды.

Ингредиенты (на 4): нут в банке — 400 г; тахини — 2 ст. ложки (или арахисовая паста); лимон — 1 шт.; чеснок — 1 зубчик; оливковое масло — 2 ст. ложки; зира — 0,5 ч. ложки; соль.

Шаги:

Слейте нут, но сохраните жидкость из банки — она заменит воду и сделает хумус гладким без всякой магии.

Разомните нут вилкой в миске — до пасты не дожмёте, но до крупного пюре легко; если есть вилка с толстыми зубьями, считайте, что повезло.

Добавьте тахини, сок лимона, чеснок, зиру и соль — и втирайте вилкой, доливая жидкость из банки по ложке.

Когда масса станет кремом (минуты через три энергичной вилки), выложите на тарелку и сделайте ложкой углубление.

Полейте маслом в углубление и ешьте с любым хлебом, сухарями или теми же овощами-гриль из первого рецепта.

Совет автора: Хумус из банки выигрывает, если дать ему постоять полчаса: чеснок и лимон доходят до нута, и паста становится однородной сама, без вашего участия.

Рецепт 4. Картофель в мундире на углях

Шутка: Картофель в углях — единственный гарнир, который готовится без посуды, без внимания и без сожалений о выбранной жизни.

История: Картофель в углях — кухня всех лагерей мира: от российских туристских стоянок до американских барбекю. Приём один: не чистить, не заворачивать в фольгу — только мокрая кожура и горячие угли. Кожура обуглится, а внутри будет рассыпчатое ядро, которое не сделает ни одна духовка.

Ингредиенты (на 4): картофель — 8 шт. среднего размера; сливочное масло — 50 г; соль; зелень — по желанию; вода — миска для кожуры.

Шаги:

Помойте картофель и не вытирайте: мокрая кожура — то, что защитит его от углей и даст пар.

Разложите картофель прямо на угли, когда пламя уже умерло и остались только жарящиеся угли — не на огонь.

Переверните через десять минут; всего картофель будет готов через двадцать пять — проверить можно, воткнув нож в самый крупный.

Выньте щипцами, разломите пополам прямо в коже — не режьте: разлом даёт ту самую рваную текстуру, за которую это блюдо и любят.

В разлом положите масло и соль — масло растает и уйдёт в рассыпчатую мякоть; зелень сверху, если она есть.

Совет автора: Картофель в углях не требует фольги — фольга делает из него варёный; мокрая кожура честнее. Единственный расход: одна миска воды на помывку и руки.

Сигнатура. Фургонщица Настя: ящик, который сократился вдвое

— Первый сезон я возила с собой всё: три сковороды, казан, тёрку, дуршлаг, шесть банок специй. Через месяц я поняла, что достаю три вещи, а остальные катаются по багажнику и позвякивают.

— И что осталось?

— Нож, доска, сковорода, кастрюля, ложка, три баночки: соль, перец, паприка. Всё. Остальное докупаю на месте, если рецепт требует, и отдаю следующим кочевникам через группу в мессенджере — получилась своя сеть передачи.

— А казан?

— Казан живёт у родителей на даче, и раз в сезон я к нему приезжаю. Честно: плов в казане — это отдельный вид отпуска, а не дорога.

— Что бы вы сказали новичку?

— Ящик — это не склад, а гардероб: то, что не надевается месяц, — не одежда. Съездите с половиной и посмотрите, чего не хватило. Спойлер: хватило всего.

Глава 3. Вода: сколько, откуда, куда девать

Сцена: третий день стоянки, бак наполовину пуст, а вы впервые смотрите на воду как на валюту, а не на само собой разумеющееся.

Вода — главная валюта дороги, и kitchen-план начинается не с рецептов, а с литров. Глава про то, как варить, мыть и пить так, чтобы бак не опустел раньше, чем отпуск.

Рецепт 1. Суп-пюре на одном литре

Шутка: Суп-пюре — единственный суп, который экономит воду дважды: меньше на варку и нисколько на прожёвывание.

История: Суп-пюре родился из экономности французских деревень: овощи варили, протирали и подавали с гренками — так и калории в блюде, и ничего не выливается. В дороге приём становится стратегией: тыква, кабачок или горох дают кремовую текстуру без сливок, а жидкость из варки становится соусом, а не отходами.

Ингредиенты (на 4): кабачок или тыква — 600 г; картофель — 2 шт.; лук — 1 шт.; чеснок — 2 зубчика; оливковое масло — 2 ст. ложки; соль; вода — 1 л.

Расход воды: 1 л на суп, 250 мл на мытьё — литр с четвертью на кастрюлю, которая кормит четырёх и не требует салата.

Шаги:

Обжарьте лук и чеснок в масле прямо в кастрюле три минуты — это база аромата, и она экономит отдельную сковороду и отдельную мойку.

Добавьте овощи кубиком, залейте литром воды — ровно до покрытия овощей, не выше: пюре разбавить можно, сгустить — нет.

Варите двадцать минут на среднем огне; соль — на пятнадцатой, чтобы не тормозить разваривание.

Протрите толкушкой прямо в кастрюле — блендер не обязателен: кабачок и тыква разминаются вилкой почти в крем, а мелкие кубики придают текстуру.

Подайте с сухарями из вчерашнего хлеба — хлеб подсушен на решётке или в сковороде без капли масла и воды.

Совет автора: Жидкость — единственный параметр пюре, который можно исправить потом: разбавить водой просто, сгустить — никак. Начинайте с литра и добавляйте только если ложка стоит.

Рецепт 2. Паста методом «досуха»

Шутка: Паста досуха — единственный способ сварить макароны, о чём не напишет ни одна пачка, потому что производители не подозревают о вашем баке.

История: Метод досуха — итальянская хитрость ресторанных кухонь: паста варится в малом количестве воды под крышкой, весь крахмал остаётся в сковороде и становится соусом. Классическое правило «литр на сто граммов» существует для быстрого варенья в общем котле; дома и в дороге достаточно вдвое меньшего.

Ингредиенты (на 2): паста короткая — 200 г; вода — 500 мл; соль — 5 г; оливковое масло — 2 ст. ложки; чеснок — 2 зубчика; черри или переспелые помидоры — 150 г; базилик или любая зелень.

Расход воды: 500 мл на пасту, 250 мл на мытьё — почти вдвое меньше классики, а соус гуще.

Шаги:

Влейте в сковороду 500 мл воды, всыпьте соль и доведите до кипения — да, паста варится в сковороде, кастрюля отдыхает.

Всыпьте пасту и держите на сильном огне под крышкой, помешивая каждые две минуты — она варится в собственном крахмале.

К моменту готовности (по пачке минус минута) вода должна почти уйти — если ушла раньше, долейте полстакана.

Добавьте масло, чеснок и помидоры, встряхните сковороду минуту на огне — крахмальная вода свяжет всё в соус.

Подавайте из той же сковороды на стол — экономия посуды здесь не лень, а политика: каждый предмет это литр воды.

Совет автора: Паста досуха любит короткие формы — перья, пенне, фузилли: длинные спагетти в малой воде ломаются и слипаются. Это не вкус, а физика.

Рецепт 3. Овощи на пару без пароварки

Шутка: Овощи на пару в дуршлаг — единственный способ почувствовать себя рестораном, не покупая пароварку и не огорчая её.

История: Пар — самый бережный способ готовки овощей: витамины и цвет сохраняются, потому что овощи не плавают в воде. Китайская кухня строит на паре весь свой рацион тысячи лет; в дороге его даёт дуршлаг или решётка над кастрюлей — изобретение дешевле любой техники.

Ингредиенты (на 2): брокколи или цветная капуста — 400 г; морковь — 1 шт.; вода — 400 мл; соль; лимон или уксус — 1 ч. ложка; масло — 1 ст. ложка.

Расход воды: 400 мл на пар, 200 мл на мытьё — пол-литра на два полных ужина с гарниром.

Шаги:

Налейте в кастрюлю 400 мл воды — она не должна касаться дна дуршлага, пар работает выше.

Установите дуршлаг или решётку над водой, накройте крышкой и доведите до пара.

Разложите овощи в один слой — в два слоя нижние дойдут, верхние останутся хрустом, а не хрустом.

Держите на пару шесть–восемь минут: морковь чуть дольше, брокколи чуть меньше — воткните нож в самый толстый кусок.

Снимите, полейте маслом с лимоном и солью — вода из-под дуршлага уже отвар: влейте её в суп или выпейте тёплой, это готовый овощной бульон.

Совет автора: Отвар из-под пара — не отход, а эссенция: если вы добавите его в заварный суп, вы получите бульон, который дома варили бы час.

Рецепт 4. Кофе без кофеварки и с экономией воды

Шутка: Кофе в кружке наливкой — единственный способ выпить утренний кофе, не отчитываясь перед собой за литры.

История: Кофе по-турецки (джезва) изобрели задолго до кофеварок и давно поделили воду: на чашку — сто миллилитров. В дороге эта арифметика спасает бак: френч-пресс и пурвер требуют промывки, джезва — только ополоснуть кружку. Кочевники Ближнего Востока знали это настолько давно, что сделали чаепитие ритуалом, а не гигиеническим актом.

Ингредиенты (на 2): молотый кофе — 2 ст. ложки; вода — 200 мл; сахар — по вкусу; кардамон или корица — щепотка.

Расход воды: 200 мл на кофе, 100 мл на мытьё кружек — тридцать миллилитров утреннего бюджета на человека. (Перепроверьте: 300 мл на две чашки — это по-настоящему мало.)

Шаги:

Влейте в турку или небольшую кастрюлю 200 мл воды, добавьте кофе и сахар — всё сразу, как делают в Турции, без «три стадии кипения».

Грейте на самом маленьком огне, не отходит от турки: кофе поднимается шапкой за две минуты — снимайте до того, как перельётся.

Дайте постоять минуту — гуща уйдёт на дно, кардамон раскроется в тепле.

Разлейте по кружкам в два приёма, чтобы гуща осталась в турке — разливайте медленно, это не суета, а технология.

Пейте горячим, не спеша — за это время кружка отмоеется от остатков одной каплей воды и пальцем.

Совет автора: Гуща из турки — не мусор, а удобрение: высыпьте её под ближайшее дерево или в горшок с цветком на окне кемпера. Кофе ценит вежливость.

Сигнатура. Кемпер-мама Ольга: как мы научились жить на двадцати литрах в день

— Когда мы купили фургон, я думала, что вода — это про бак на сто литров и бак достаточен для всего. Через две недели я стояла у крана кемпинга с канистрами и понимала, что мы выбрасываем воду как в доме.

— И что изменилось?

— План. Мы сели и посчитали: душ по три минуты — сорок литров на двоих, готовка — пять, посуда — три, чай и кофе — два. Получилось пятьдесят на семью, и мы перестали жить с тревогой. Раньше мы тратили сто, просто потому что не считали.

— Самое трудное?

— Посуда. Мы мыли её под проточной водой по привычке. Теперь: кастрюля с горячей, таз с холодной, две руки — и всё за один приём. Дети у меня теперь моют посуду по протоколу, как летчики перед взлётом.

— Что бы вы сказали тем, кто только планирует дорогу?

— Посчитайте воду до покупки фургона, а не после. И научитесь варить суп-пюре: он экономит и воду, и ужин — дважды.

Глава 4. Газ, горелка и правило вытяжки

Сцена: вечер, газовый баллон шипит, а вы впервые читаете не рецепт, а инструкцию к баллону — и это правильный порядок.

Газ в дороге — это три вещи: запас, мощность и безопасность. Глава про то, как горелка умеет всё, если вы умеете с ней договориться: от проверки соединений до плова на четыре киловатта честности.

Рецепт 1. Яичница, которая не подгорает на ветру

Шутка: Яичница на горелке на ветер — единственный завтрак, который готовится в два приёма: с ветром и после него.

История: Яичница кажется самым простым блюдом кухни, и именно поэтому она же — главный провал стоянок: сильный огонь сжигает белок по краям раньше, чем желток догреется. Классические повара решали это низкой температурой и patience; в дороге решает ветрозащита и крышка — изобретение дешевле навеса.

Ингредиенты (на 2): яйца — 4 шт.; масло — 1 ст. ложка; соль, перец; хлеб — 2 ломтика; зелень — по желанию.

Шаги:

Поставьте горелку так, чтобы пламя было защищено — за ящиком, за машиной, за камнем: ветер срывает пламя и греет не сковороду, а ваш оптимизм.

Разогрейте сковороду на среднем огне минуту, добавьте масло и дайте ему разойтись.

Разбейте яйца на холодную зону сковороды — не в центр, где огонь: края прогреются равномернее.

Накройте крышкой (или миской) на две минуты — пар доведёт верх белка, желток останется жидким; это тот же принцип пашота, только проще.

Снимите, посолите, подайте с тостом из той же сковороды — она уже горячая, гренок стоит ноль усилий.

Совет автора: Крышка — недооценённый инструмент дороги: она заменяет вторую конфорку, духовку и половину времени варки. Если у вас нет крышки к сковороде, тарелка перевернутая работает так же.

Рецепт 2. Стейк на горелке с корочкой

Шутка: Стейк на одной горелке — единственное блюдо, за которое гости платят вам уважением, а вы платите барабану за дым.

История: Стейк не требует мангала — он требует жара. Сковорода из чугуна на сильной горелке даёт тёмную корочку за девяносто секунд с каждой стороны, а дальше всё решает отдых мяса. Рестораны строят на этом целые кухни; в дороге достаточно чугунной сковороды и открытого окна — или стоянки без стен вообще.

Ингредиенты (на 2): стейк (рибай или стриплойн) — 2 шт. по 250 г; соль крупная — 8 г; перец; масло растительное — 1 ст. ложка; сливочное масло — 20 г; чеснок — 1 зубчик; тимьян — 2 веточки.

Шаги:

Достаньте стейки из холодильника за час — холодное мясо на раскалённой сковороде сжимается и теряет сок.

Посолите крупной солью с обеих сторон — соль работает до жарки, а не только на языке.

Разогрейте сковороду до дыма на самой сильной горелке: капля воды должна испаряться в полсекунды.

Обжарьте стейки по девяносто секунд с каждой стороны, в конце добавьте масло, чеснок и тимьян и полейте стейки кипящим маслом тридцать секунд — это «ароматиз», который заменяет мангал.

Дайте отдохнуть пять минут на тарелке — сок перераспределится; резать раньше — всё равно что выключить фильм на последней минуте.

Совет автора: Чугунная сковорода — лучший багаж дороги: она работает как сковорода, как пресс, как противень и как оружие самообороны от крыс. Шучу. Частично.

Рецепт 3. Рис на пропорции, которая не подводит

Шутка: Рис по пропорции «один к одному с половиной» — единственный способ готовить рис без мерного стакана, весов и молитв.

История: Рис — главный продукт половины мира, и в каждой культуре есть свой способ: китайцы варят на пару, испанцы жарят, персы парят под полотенцем. Пропорция «1 к 1,5» — универсальный компромисс дороги: рис получается рассыпчатым в любой кастрюле на любой горелке, если не открывать крышку до конца.

Ингредиенты (на 4): рис длиннозёрный — 300 г; вода — 450 мл; соль — 6 г; масло сливочное или растительное — 30 г; лук — 1 шт.; куркума — 0,5 ч. ложки.

Шаги:

Промойте рис в трёх водах — это не ритуал, а физика: крахмал на поверхности слипает зёрна, и промывка — единственный способ рассыпчатости.

Обжарьте лук в масле до прозрачности, добавьте куркуму — она даст цвет и аромат без экзотики.

Всыпьте рис, перемешайте минуту — каждая рисинка в масле, и это гарантия рассыпчатости.

Залейте водой ровно в пропорции (450 мл на 300 г риса), доведите до кипения, убавьте огонь до минимума и накройте крышкой.

Варите пятнадцать минут, не открывая, затем выключите и дайте постоять десять — это не ожидание, а часть рецепта: пар дойдёт до верхних зёрен.

Совет автора: Открывание крышки во время варки — самая частая ошибка риса: каждый подъём крышки выпускает пар, и верх остаётся полусырым. Крышка — договор с рисом: не подписывать — не открывать.

Рецепт 4. Грибной суп из сушёных грибов

Шутка: Сушёные грибы — единственный багаж, который весит ничего, а пахнет всем лесом, в котором вы когда-то ходили.

История: Сушка — древнейший способ хранения грибов, и кочевые культуры веками возили их в мешках: сорок граммов сушёных заменяют полкило свежих и не требуют холодильника. Суп на сушёных грибах — русский стол в дороге: заправка из лука и моркови, ложка сметаны, и лес возвращается целиком.

Ингредиенты (на 4): сушёные грибы — 40 г; картофель — 3 шт.; лук — 1 шт.; морковь — 1 шт.; вода — 1,2 л; сметана — 3 ст. ложки; соль, перец; укроп — по желанию.

Расход воды: 1,2 л на суп, 300 мл на мытьё — полтора литра на ужин, который пахнет августом.

Шаги:

Залейте грибы стаканом кипятка на двадцать минут — это не «замачивание», а старт варки: грибы начнут отдавать вкус ещё до плиты.

Обжарьте лук и морковь в кастрюле пять минут — база супа делается там же, где варится.

Влейте воду от грибов и ещё литр свежей, добавьте нарезанные грибы и картофель.

Варите двадцать минут на среднем огне; соль — на пятнадцатой.

Подайте со сметаной и укропом; сметана в супе дороги — это не излишество, а витамин, который вы не возите в таблетках.

Совет автора: Возите сушёные грибы всегда: они весят сорок граммов, а их запах поднимает дух на стоянке сильнее, чем любая музыка. Проверено на трёх континентах.

Сигнатура. «Железнодорожный повар» Дима: горелка, которая заменила мне вокзал

— Я двадцать лет ездил в командировки и готовил на одном конфорке в гостиницах и хостелах. Сначала это был позор: тушёнка, лапша, сосиски. Потом я научился готовить на ней суп, рис, пасту и даже стейк — и понял, что конфорка не умеет только духовку.

— И что открылось?

— Порядок. На одной конфорке нельзя готовить одновременно — и это оказалось подарком: блюда идут по очереди, и каждое получает внимание. На домашней плите я жарил и варил впопыхах; на одной — последовательно и спокойно.

— Провал был?

— Плов в гостинице. Я требовал от электрической конфорки в двести ватт того, что делает газ в четыре киловатта. Рис снизу подгорел, сверху сырым. Пришлось признать: мощность — не настроение, а цифра.

— Что бы вы сказали тем, кто едет в командировку?

— Возите три баночки: соль, перец, паприка — и сковороду, если гостиница позволяет. Остальное докупается на месте. И научитесь рису: пропорция «один к одному с половиной» работает в любой гостинице мира.

Глава 5. Закупки у дороги: читать полку как карту

Сцена: пятница, супермаркет у трассы, полчаса до закрытия — и вы впервые идёте по рядам с планом, а не с списком надежд.

Супермаркет у стоянки — это не «что осталось», это ваша домашняя кухня. Глава про то, как из любого магазина, от сетевого гиганта до сельского магазинчика с одним холодильником, собрать неделю еды, которая не требует плиты три вечера из семи.

Рецепт 1. Банка нута превращается в обед

Шутка: Нут в банке — единственный продукт, который в супермаркете стоит три рубля, а на вкус — Средиземноморье.

История: Нут — основа кухни от Марокко до Индии, и консервирование сделало его доступным в любом супермаркете мира. В дороге банка нута — это паспорт в три кухни: хумус (Ближний Восток), чана масала (Индия), салат с тунцом (Испания). Один продукт — три ужина, и вода из банки уже послена производителем.

Ингредиенты (на 2): нут в банке — 400 г; тунец в банке — 1 банка; красный лук — половина; петрушка или любая зелень — горсть; оливковое масло — 2 ст. ложки; лимон — половина; паприка — 0,5 ч. ложки.

Шаги:

Слейте нут и тунца, но не промывайте: жидкость из банки нута пойдёт в заправку, а не в раковину.

Нарежьте лук тонко и залейте лимонным соком на пять минут — маринад снимет остроту и сделает лук вежливым.

Смешайте нут, тунца и лук в миске, добавьте масло, паприку и ложку жидкости от нута.

Разомните треть нута вилкой прямо в миске — он свяжет салат крахмалом, и заправка не стечёт на дно.

Сверху зелень и перец; ешьте с хлебом, сухарями или из миски вилкой — это обед, который не требует плиты и стыда.

Совет автора: Салат живёт в холодильнике двое суток и становится лучше на второй — лук маринуется, нут пропитывается. Готовьте на два раза: это закон дороги, а не лень.

Рецепт 2. Сосиски как в Вене

Шутка: Сосиски на стоянке — единственная еда, которая одинаково честна в три часа ночи на заправке и в шесть вечера с горчицей на костре.

История: Венские сосиски (винер) продаются по всей Европе в палатках у дорог, и это не фастфуд, а национальная кухня в переносном исполнении. Секрет их достоинства — не в сосиске, а в подаче: правильный хлеб, горчица и горячая вода вместо жарки. В дороге это значит: без масла, без сковороды, без мойки.

Ингредиенты (на 2): сосиски — 4 шт.; булки — 2 шт.; горчица — 2 ст. ложки; кетчуп или томатный соус — 2 ст. ложки; лук — половина; вода — 500 мл.

Расход воды: 500 мл на сосиски, которые потом пойдут в суп, — ноль на мытьё: посуда не участвует.

Шаги:

Нагрейте воду до кипения, снимите с огня и опустите сосиски — они должны плавать в воде, которая перестала кипеть: так они остаются сочными, а не лопаются.

Подержите пять минут — этого достаточно, сосиски уже готовы; они сырые только в учебнике.

Подогрейте булки на решётке или на краю сковороды без масла — они должны стать тёплыми и хрустящими, но не сухими.

Надрежьте булки вдоль, не до конца, вложите сосиски, горчицу и кетчуп.

Лук нарежьте мелко и положите сверху — если есть время, залейте его кипятком на минуту и слейте: так он теряет резкость, и это единственная роскошь, которую рецепт допускает.

Совет автора: Вода от сосисок — не отход, а бульон для завтрашнего супа: она уже солёная и ароматная. Перелейте в термос и вы сэкономите и воду, и вкус.

Рецепт 3. Тост с авокадо, который не в банкротит

Шутка: Авокадо на тосте — единственный завтрак, который в городе стоит как обед, а на стоянке стоит как завтрак, и в этом вся ирония глобализации.

История: Тост с авокадо — изобретение калифорнийских кафе девяностых, и в этом нет глубоких корней — но есть логика: жир, кислота, соль, хруст. Всё это доступно в любом супермаркете у трассы, и разница между кафе и стоянкой — только в цене и в том, кто нарезает.

Ингредиенты (на 2): авокадо — 1 шт. спелый; хлеб — 4 ломтика; лимон — половина; соль — 0,5 ч. ложки; перец; яйцо — 2 шт. (по желанию); оливковое масло — 1 ст. ложка.

Шаги:

Разрежьте авокадо вдоль, выньте косточку ложкой и разомните мякоть прямо в коже — это миска, которую не нужно мыть.

Добавьте лимонный сок, соль и перец — лимон не только для вкуса: он не даст авокадо потемнеть за десять минут.

Поджарьте хлеб на решётке или в сухой сковороде — без масла: хлеб должен хрустеть, а не плавать в жире.

Разложите авокадо на тосты, сверху при желании — яйцо-пашот из кружки или жареное на сухой сковороде.

Полейте маслом и ешьте сразу: тост с авокадо живёт на тарелке пять минут, потом хлеб смиряется с судьбой.

Совет автора: Авокадо спелый, если при лёгком нажатии продавливается, как мочка уха. Если он твёрдый, как адвокат, — положите его на солнце рядом с яблоком на сутки, и он станет вежливым.

Рецепт 4. Чечевица из банки с карри

Шутка: Чечевица из банки — единственный белок, который стоит дешевле сосиски и при этом звучит как выпуск кулинарной школы.

История: Чечевица — древнейшая культура человечества: её ели до пшеницы, и она до сих пор основа кухни Индии, Ближнего Востока и Средиземноморья. Консервированная, она

готова к употреблению и требует только прогрева с специями — пять минут, и вы находитесь в Дели, а не у заправки в сорок километров от города.

Ингредиенты (на 2): чечевица в банке — 400 г; помидоры в банке (пюре) — 200 г; карри — 1 ч. ложка; кокосовое молоко или сметана — 100 мл; лук — 1 шт.; чеснок — 2 зубчика; масло — 1 ст. ложка; вода — 100 мл.

Шаги:

Обжарьте лук и чеснок в масле до прозрачности — база индийской кухни всегда начинается с этого, и в дороге тоже.

Добавьте карри и прогрейте тридцать секунд — специи раскрываются в масле, а не в воде, и это не нюанс, а закон.

Влейте помидоры и воду, добавьте чечевицу (слитую, жидкость из банки в этом рецепте лишняя — она даёт муть).

Прогрейте десять минут на среднем огне — блюдо должно чуть булькать, но не кипеть: чечевица уже готова, вы только соединяете.

Влейте кокосовое молоко или сметану, посолите и снимите с огня — молочка не любит кипения, сворачивается, и это единственная её капризность.

Совет автора: Карри — это смесь специй, а не одна специя, и в супермаркете бывает три степени остроты. Для стоянки берите среднюю: «острая» в дороге превращает ужин в испытание характера.

Сигнатура. Экс-экспат Марта: полка, которая заменила мне кухню

— Я прожила шесть лет в чужих съёмных квартирах — по два-три месяца в каждой. Первые полгода я тратила на супермаркеты половину вечера и половину бюджета: покупала то, к чему привыкла, и половину выбрасывала.

— И что изменилось?

— Я перестала покупать «для кухни» и начала покупать «на неделю». Полка у трассы стала моей кухней: нут, тунец, чечевица, помидоры в банке, лимоны, лук — из этого складывается шесть ужинов. Оказалось, что банк продуктов важнее банка кухни.

— Провалы?

— Специи. Я купила в Турции мешок зиры — представьте мои чемоданы. Теперь правило: специй не больше трёх новых за поездку, и всё в маленьких баночках, а не мешках.

— Что бы вы сказали тому, кто только планирует переезды?

— Не ищите в каждом городе знакомые продукты. Ищите полку как карту: что лежит в этом регионе — то и ваша кухня на этот месяц. Так я узнала Египет через фуль, Португалию через консервированные сардины, а Грузию через лобио. Ни один путеводитель не дал мне больше.

Глава 6. Заготовки, которые едут с вами

Сцена: воскресенье перед дорогой, на столе контейнеры, а вы впервые готовите не ужин, а неделю.

Заготовка — главная инвестиция кочевника: три часа на воскресенье экономят пять вечеров на стоянке. Глава про то, что можно приготовить дома или на длинной стоянке, чтобы в дороге не готовить, а только соединять.

Рецепт 1. Маринад в пакете: мясо, которое едет

Шутка: Маринад в пакете — единственный способ приготовить мясо до того, как вы о нём вспомнили, и вспомнить о нём голодным, а не в панике.

История: Маринад — древнейшая технология дороги: кочевники веками мариновали мясо в кисломолочном и специях, чтобы оно пережило переход. Современный пакет с застёжкой сделал приём доступным каждому: мясо, маринад, вытеснить воздух — и продукт маринуется в пути, пока вы ведёте машину или читаете.

Ингредиенты (на 4): куриные бёдра — 800 г; соевый соус — 3 ст. ложки; чеснок — 3 зубчика; паприка — 1 ч. ложка; мёд — 1 ст. ложка; масло — 2 ст. ложки; лимон — половина; пакет с застёжкой — 2 шт.

Шаги:

Нарежьте бёдра крупными кусками — крупные куски маринуются медленнее, но в дороге это плюс: они дольше живут в холодильнике.

Смешайте все ингредиенты маринада в миске и вылейте на мясо в пакет.

Вытесните воздух, застегните и положите пакет плоско — так маринад обволакивает каждый кусок, а не собирается на дне.

Маринуйте минимум два часа, идеально — ночь; в дороге пакет лежит в холодильнике или термосумке и маринуется пока вы едете.

На стоянке выложите мясо на решётку или сковороду — маринад уже сделал половину работы, вам осталось только огонь.

Совет автора: Двойной пакет — это не паранойя, а инженерия: один пакет в дороге рвётся о замки и углы всегда. Второй пакет стоит копейки и спасает багажник от запаха маринада, который потом не выводится ничем, кроме продажи машины.

Рецепт 2. Хлебное тесто в контейнере на два дня

Шутка: Тесто в контейнере — единственный хлеб, который печётся в дороге, и единственная выпечка, которая не требует духовки и терпения одновременно.

История: Хлебное тесто в холоде — старая техника пекарей: медленное брожение даёт аромат, который не получить за час в тепле. Кочевая кухня использует это дважды: тесто, поставленное вечером, едет с вами и созревает в пути; на стоянке остаётся только испечь его на сковороде или в углях.

Ингредиенты (на 8 лепёшек): мука — 500 г; вода — 350 мл; дрожжи — 3 г (щепотка); соль — 8 г; масло — 1 ст. ложка; контейнер с крышкой — 1 шт.

Шаги:

Смешайте муку, соль и дрожжи, добавьте воду и масло, замесите пять минут — тесто должно стать однородным, но не гладким, как из пекарни: это дорожный хлеб, он любит честность.

Положите тесто в контейнер, смажьте маслом верх — так оно не засохнет за ночь в дороге.

Оставьте в холоде на ночь или на день пути — медленное брожение делает вкус глубже, и чем дольше, тем лучше, до двух суток.

На стоянке разделите на восемь шаров, дайте полежать двадцать минут — тесто должно согреться и расслабиться.

Пеките на сухой сковороде по три минуты с каждой стороны или в углях на решётке — лепёшки раздуются и покроются пятнами, как на восточном базаре.

Совет автора: Тесто в холоде живёт двое суток — можно замесить в воскресенье и печь лепёшки вторник и среду. Это не заготовка, а банк времени: вечер стоит часа, а хлеб даёт два дня.

Рецепт 3. Суповая база в термосе

Шутка: Суповая база в термосе — единственный суп, который готовится два дня, хотя вы готовите его двадцать минут, а термос делает остальное бесплатно.

История: Термос изобрели для физиков, а присвоили кочевники: он держит температуру шестнадцать часов, и этого хватает, чтобы доварить крупу без плиты. Приём известен в русской

кухне как «суп в тепло»: кастрюлю укутывали одеялом на ночь. Термос — это то же одеяло, только с крышкой и репутацией.

Ингредиенты (на 4): булгур или пшено — 150 г; сушёные грибы — 20 г; морковь — 1 шт.; лук — 1 шт.; соль — 6 г; лавровый лист — 1 шт.; кипяток — 1 л; термос на 1 л — 1 шт.

Расход воды: 1 л на суп, 200 мл на мытьё — термос моется тёплой водой без мыла и полоскания.

Шаги:

Прогрейте термос кипятком десять минут — холодный термос крадёт температуру, и суп не доварится.

Обжарьте лук и морковь, добавьте грибы и крупу, залейте литром кипятка, посолите, положите лавровый лист.

Прокипятите три минуты и сразу перелейте в термос — три минуты на плите, остальное термос доделает сам.

Закрутите крышку и не открывайте шесть часов — каждый подъём крышки сбрасывает температуру, и булгур останется твёрдым.

Через шесть часов суп готов: крупа набухла, грибы отдали вкус, и ужин ждёт вас на перевале, в поезде или после восьми часов дороги.

Совет автора: Термос — единственный прибор дороги, который не требует газа, воды и внимания одновременно. Если у вас нет термоса, купите его раньше сковороды: он меняет маршрут сильнее, чем любая горелка.

Рецепт 4. Овощи в масле со специями: неделя без плиты

Шутка: Овощи в масле — единственный гарнир, который становится лучше каждый день недели, тогда как свежий салат стареет за час.

История: Маринованные в масле овощи — кухня всего Средиземноморья: от итальянских антипасто до испанских консервированных перцев. Принцип один: масло сохраняет и аромат, и калории, а овощи в нём доходят до состояния, когда их едят вилкой с хлебом. В дороге банка таких овощей — это обед, который не требует ни плиты, ни холодильника.

Ингредиенты (на банку 0,5 л): перец — 2 шт.; кабачок — 1 шт.; баклажан — 1 шт.; оливковое масло — 150 мл; чеснок — 3 зубчика; тимьян или сушёные травы — 1 ч. ложка; соль — 1 ч. ложка; уксус — 1 ст. ложка.

Шаги:

Нарежьте овощи полосками и обжарьте на решётке или на сковороде до тёмных пятен — печёные овощи хранятся, сырые в масле портятся.

Сложите в чистую банку слоями, пересыпая чесноком и солью.

Влейте масло с уксусом и травами — оно должно покрыть овощи полностью: воздух над маслом — единственный враг этой заготовки.

Закройте крышкой и оставьте на сутки при комнатной температуре — за день овощи пропитаются и станут мягче.

Дальше храните в прохладе: на стоянке — в тени, в дороге — в термосумке. Банка живёт неделю и съедается обычно за три.

Совет автора: Масло из банки после овощей — готовая заправка: полейте им пасту, хлеб или салат. Вы заплатили за него один раз, а работает оно дважды — это лучшая экономика дороги.

Сигнатура. Кемпер-мама Ольга, вторая история: воскресенье, которое съедает дорогу

— После первого сезона мы поняли: стоянка — не место для готовки с нуля. Дети голодные, мы усталые, а горелка маленькая. И мы завели ритуал: воскресенье перед выездом — три часа готовки.

— Что вы готовите?

— Тесто в контейнер, маринад в пакет, суповую базу в термос, овощи в банку. Четыре заготовки — и неделя начинается наполовину готовой. В понедельник вечером мы не готовим: мы достаём.

— Дети участвуют?

— Старший отвечает за пакеты с маринадом — он вытесняет воздух и подписывает дату. Младший — за банки: пересыпать чеснок — его юрисдикция. Они гордятся этим больше, чем я готова признать вслух.

— Что бы вы сказали тем, кто ещё готовит с нуля на каждой стоянке?

— Три часа в воскресенье стоят пяти спокойных вечеров. И это не про еду, это про настроение: когда ужин наполовину готов, стоянка — отдых, а не смена после работы.

Глава 7. Холодильник на колёсах и без него

Сцена: утро, вы открываете холодильник и обнаруживаете, что треть еды — мёртвая: приехала живой, погибла молча.

Холодильник в дороге — это не прибор, а принцип: холод, тень, порядок. Глава про то, как хранить еду с прибором и без него, и почему половина стратегий хранения старше электричества на века.

Рецепт 1. Салат, который живёт два дня без холодильника

Шутка: Салат без холодильника — единственный салат, к которому не прикладывают лёд, и единственный, который становится лучше, пока вы спите.

История: Салаты без майонеза — кухня тёплых стран, где холодильники появились недавно: арабский фатуш, греческий хориатики, турецкий чобан. Все они построены на овощах, которые не боятся жары, и заправке из масла и кислоты. В дороге это означает: помидоры, огурцы, лук и лимон — и никакой сметаны, которая не переживёт полдень.

Ингредиенты (на 4): помидоры — 3 шт.; огурцы — 2 шт.; красный лук — половина; петрушка — горсть; оливковое масло — 3 ст. ложки; лимон — 1 шт.; соль; хлеб подсушенный — 2 ломтика (по желанию).

Шаги:

Нарежьте помидоры и огурцы крупно — крупные куски теряют сок медленнее, и салат на второй день выглядит живым, а не утонувшим.

Лук нарежьте тонко и замочите в лимонном соке на пять минут — та же вежливость, что и в главе 5.

Смешайте овощи с маслом и солью, но не добавляйте хлеб, если планируете вторую трапезу: хлеб впитает всё и превратит салат в кашу.

Накройте миску тарелкой и держите в тени — тень работает как холодильник для всего, что не содержит молока и мяса.

Перед второй подачей добавьте подсушенный хлеб и перемешайте: сухарь заберёт сок и станет соусом, и вторая трапеза будет лучше первой.

Совет автора: Соль добавляйте за десять минут до еды, а не раньше: соль вытягивает сок из овощей, и салат без соли живёт день, с солью — час. Это не рецепт, а график.

Рецепт 2. Сыр и колбаса: неделя без вреда

Шутка: Правильно упакованный сыр — единственный продукт, который в дороге живёт дольше, чем настроение водителя.

История: Сыр и колбаса — древнейшие дорожные продукты: кочевники везли сушёный сыр (курут), мореходы — твёрдые сорта, пастухи — всё то, что созревало в пути. Современный холодильник отучил нас от этой логики, но дорога возвращает её мгновенно: твёрдый сыр живёт неделю в пергаменте, а в плёнке — задыхается и потеет.

Ингредиенты (набор хранения): твёрдый сыр — 300 г; колбаса сыровяленая — 300 г; пергамент — 2 листа; фольга — 1 лист; хлопковая ткань или полотенце — 1 шт.

Шаги:

Сыр заверните в пергамент, а не в плёнку: пергамент дышит, плёнка душит, и задушенный сыр покрывается слизью за два дня.

Колбасу заверните в ткань, слегка смоченную и отжатую — вяленая колбаса в дороге любит лёгкую влажность, как погреб.

Уложите оба свёртка в самую холодную зону сумки — ко дну, в тень, подальше от колёс, которые греются.

Раз в день разворачивайте и осматривайте: белый налёт на сыре — это пенициллин-сосед, срезать его с запасом полсантиметра честно; липкость на колбасе — сигнал есть сегодня.

Перед подачей дайте сыру полежать час в тепле — холодный сыр не пахнет, и вы съедаете не сыр, а его тень.

Совет автора: Покупайте сыр куском, а не нарезкой: нарезка теряет влагу через срезы за сутки. Кусок с коркой — это упаковка, придуманная сыроделами бесплатно.

Рецепт 3. Термосумка как холодильник: порядок слоёв

Шутка: Термосумка — единственный холодильник, который работает от льда, дисциплины и чувства вины, и все три дешевле электричества.

История: Термосумка — наследие ледников: до электричества еду хранили в погребах и ящиках со льдом, и порядок укладки там был вопросом выживания, а не вкуса. Современная термосумка работает так же: лёд внизу, продукты выше, частое открытие — главный враг. Правило «одним движением» родилось не из эргономики, а из физики.

Ингредиенты (система): термосумка — 1 шт.; аккумуляторы холода или бутылки с замороженной водой — 2–3 шт.; продукты по принципу слоёв.

Шаги:

Заморозьте бутылки с водой накануне — бутылка работает лучше гелевого аккумулятора: потом её можно выпить, и в багажнике не остаётся мусора.

Уложите бутылки на дно сумки и вдоль стен — холод идёт снизу и с боков, сверху его выдувает каждое открытие.

Продукты разложите слоями: мясо и рыба — ко дну и к бутылкам, молочное — в середине, овощи и фрукты — наверх: им холод не обязателен.

Соблюдайте правило «одним движением»: продумайте, что достаёте, до открытия молнии — каждое открытие стоит сумке полчаса холода.

Вечером переставьте бутылки наверх — за день они подтаяли, и холоднее всего сейчас свежемороженый запас, а не вчерашний.

Совет автора: Заморозьте не одну бутылку, а три, и оставьте одну пустую: на стоянке её можно наполнить водой из крана, заморозить в холодильнике кемпинга — и у вас вечный цикл льда без покупок.

Рецепт 4. Кисломолочное, которое не боится дороги

Шутка: Твёрдые сорта сыра и йогурт в герметичной упаковке — единственные молочные продукты, которые прощают вам отсутствие холодильника и наличие лета.

История: Кочевые культуры решали проблему молока тысячами: они делали его shelf-stable своими руками — сушёный курул, айран в кожаных бурдюках, кисломолочные продукты, которые только улучшаются в тепле, пока не превратятся в сыр. Современный аналог

— йогурт в закрытой упаковке, живущий без холодильника до срока на этикетке, если она запечатана.

Ингредиенты (набор): йогурт в закрытых упаковках — 4 шт.; твёрдый сыр — 200 г; брынза в рассоле — 200 г (если есть холод на первые сутки); хлебцы — пачка.

Шаги:

Проверьте упаковки на заводскую герметичность — вмятины и вздутия отсеивайте в магазине: в дороге они откроются раньше срока.

Йогурт держите в самой холодной зоне первые сутки — после вскрытия он живёт часы, до вскрытия — недели.

Брынзу в рассоле используйте в первый день: рассол хранит её сам, но банка в дороге — лотерея; лучше съесть и не думать.

Твёрдый сыр — стратегический запас: он держится неделю по правилам главы, а перед едой час греется в тени и снова становится сыром, а не пластиком.

Хлебцы к кисломолочному — база завтрака без плиты: сыр, йогурт, горсть орехов — и вы завтракаете как пастух Балкан, не включая ничего.

Совет автора: Если видите в сельском магазине местный сыр в пергаменте — берите: он рассчитан на жизнь без холодильника, его делали так веками. Заводская нарезка — для города; дорога любит старые технологии.

Сигнатура. Автопутешественник Гриша, вторая история: два трупа и один урок

— За первый сезон я похоронил в дороге две курицы и пакет молока. Курицы ехали в пакете на заднем сиденье в июле, молоко — в багажнике рядом с запаской. На третий день машина пахла так, что я открывал окна на трассе.

— И что стало уроком?

— Что холодильник — это не прибор, а порядок. Я купил термосумку и стал укладывать её как чемодан: тяжёлое вниз, скоропорт к льду, овощи наверх. И ввёл правило «одним движением»: рука должна знать, за чем пришла, до открытия сумки.

— Самое неожиданное?

— Что тень — это техника. Я перестал держать еду на солнце и стал думать о машине как о печке: салон в июле греется до шестидесяти. Теперь сумка живёт в тени под сиденьем, а не «рядом, чтобы было удобно».

— Что бы вы сказали тому, кто ещё возит еду на заднем сиденье?

— Правило одно: если продукт не переживёт день на солнцепёке, он не должен туда попадать вообще. Дорога не прощает беспечность — она просто даёт вам счёт с задержкой в два дня.

Глава 8. Посуда одного цикла

Сцена: вечер после ужина, таз с водой, и вы впервые моете всю посуду дороги за один приём — и понимаете, что это и была цель.

Посуда одного цикла — это философия: каждый предмет дороги должен отработать на все блюда дня. Глава про минимальный набор, который кормит, и про порядок мытья, который экономит воду, а не нервы.

Рецепт 1. Один ужин — одна сковорода

Шутка: Ужин на одной сковороде — единственный ужин, после которого мытьё занимает меньше времени, чем еда, и обе цифры вас радуют.

История: Однопосудная кухня — наследие моряков и кочевников: на корабле сковорода одна, и рецепты строились так, чтобы этапы шли по очереди. Современная кухня разучи-

лась этой последовательности: четыре конфорки породили четыре кастрюли и ноль порядка. В дороге последовательность возвращается автоматически — не потому что вы дисциплинированы, а потому что второй конфорки нет.

Ингредиенты (на 2): куриные бёдра — 2 шт.; картофель — 3 шт.; лук — 1 шт.; паприка — 1 ч. ложка; соль, перец; масло — 2 ст. ложки; вода — 100 мл.

Расход воды: 100 мл на готовку, 500 мл на мытьё одной сковороды и одной тарелки на двоих — меньше литра на полный ужин с мытьём.

Шаги:

Обжарьте бёдра кожей вниз на масле до золотой корочки — восемь минут не трогайте: корочка сама отойдёт, когда будет готова.

Снимите бёдра на тарелку — она сейчас работает как подставка, потом станет сервировкой: один предмет, две работы.

В том же жире обжарьте лук и картофель кубиком с паприкой — десять минут, масло и аромат уже в сковороде, мыть вторую посуду не нужно.

Верните бёдра на картофель, влейте 100 мл воды, накройте крышкой — пар доварит курицу и картошку за пятнадцать минут.

Подайте прямо из сковороды на ту же тарелку; мытьё — сковорода, тарелка, две вилки: один приём воды, пять минут, и вечер свободен.

Совет автора: Порядок в однопосудной кухне всегда один: мясо — потом овощи — потом соус. Мясо даёт жир, овощи забирают его, соус собирает остатки. Нарушите порядок — и вам понадобится вторая посуда, а значит, вторая вода.

Рецепт 2. Миска-универсал: салат, тесто, посуда

Шутка: Одна миска — единственный предмет дороги, который работает как салатница, тестомес, таз для мытья и, в крайнем случае, шляпа. Последнее — проверено.

История: Миска — древнейшая посуда человечества, и кочевые культуры знали её силу: одна металлическая пиала в Средней Азии обслуживала весь стол — от чая до плова. Принцип «одна миска — все функции» держится на материале: металл моется, не бьётся и не впитывает запахи. Пластиковые миски дороги пахнут прошлым ужином до конца маршрута.

Ингредиенты (инвентарь): металлическая миска на 2 л — 1 шт.; вторая, поменьше, на 500 мл — 1 шт.

Шаги:

Утро: малая миска — тарелка для завтрака и кружка для кофе; большая — таз, в котором вы греете воду для умывания.

Обед: большая миска — тесто или салат; малая — порция, из которой вы едите.

Вечер: большая миска — дежурный таз для мытья посуды; малая — соусник к ужину.

Ночь: обе миски вымыты, вытерты и вложены одна в другую — они занимают места меньше, чем одна кастрюля и одна салатница отдельно.

Раз в неделю промойте миски с содой, а не с мылом: сода снимает запахи, которые мыло только маскирует, и металл снова становится нейтральным.

Совет автора: Сода — химчистка дороги: половина чайной ложки на миску горячей воды, и даже запах рыбы уходит за пять минут. Возите пачку: она весит меньше зубной пасты и работает на десяток задач.

Рецепт 3. Порядок мытья: от чистого к грязному

Шутка: Порядок мытья — единственное знание, которое передаётся от бабушек всем поколениям и забывается каждым поколением заново.

История: Порядок мытья «от чистого к грязному» — армейская и морская классика: сначала стаканы и кружки, потом тарелки, потом жирные сковороды. Логика физическая: вода остаётся чистой для первой посуды и грязной для последней, и один объём воды обслуживает всё. В дороге это не педантичность, а математика бака.

Ингредиенты (процесс): вода — 1,5 л на весь цикл; сода — 1 ч. ложка; губка или тряпка — 1 шт.; таз — 1 шт.

Шаги:

Сразу после еды сметите остатки в мусор или съешьте хлебом — чем меньше еды попадает в воду, тем дольше она работает.

Налейте в таз 1,5 л тёплой воды с содой — сода моет жир не хуже средства и не требует полоскания до скрипа.

Мойте в порядке: кружки и ложки — тарелки — доска и нож — сковорода в конце. Жирная посуда идёт последней и получает самую грязную воду.

Полоскать не обязательно: сода смывается почти без следа, а капля соды в супе завтрашнего дня не заметна и не вредна.

Воду из таза вылейте подальше от стоянки, в землю, а не в траву у стола: посуда отмыта, стоянка чиста, и соседей по кемпингу вы не удивите.

Совет автора: Тряпка моет лучше губки и сохнет быстрее — а мокрая губка в дороге живёт вонью уже на третий день. Тряпку постирали, высушили на зеркале — и она снова новая.

Рецепт 4. Доска, которая заменяет три доски и половину кухни

Шутка: Доска — единственный предмет дороги, который должен быть один, и единственный, о котором все спорят, каким он должен быть.

История: Доска в дорогах веками была одной и деревянной: её и резали, и подавали, и под неё стелили хлеб. Современные пластиковые доски пришли из санитарии общепита — там их моют в посудомойке при восьмидесяти градусах, чего дорога не даёт. Деревянная доска обладает секретом: древесина держит антибактериальные свойства сама, если её высушить.

Ингредиенты (инвентарь): деревянная доска 30 × 20 см — 1 шт.; масло растительное — 1 ч. ложка раз в месяц; соль — 1 ст. ложка для чистки; лимон — половинка (по желанию).

Шаги:

Используйте одну сторону для мяса и рыбы, другую для хлеба и овощей — верхняя и нижняя грань заменяют две доски, и это не компромисс, а система.

После мяса мойте доску горячей водой с содой и обязательно сушите вертикально — мокрая доска, лежащая горизонтально, это теплица для всего, чего вы не хотели бы растить.

Раз в неделю дезинфицируйте солью: насыпьте на доску столовую ложку крупной соли, разотрите половинкой лимона — соль соскребает остатки, лимон дезинфицирует, и запахи уходят.

Раз в месяц натрите доску маслом — капля на тряпку, тонкий слой: дерево не сохнет, не трескается и не пьёт воду из мяса.

Если доска начала пахнуть, чего не должна, — соль, лимон, солнце: час на солнцепёке убивает почти все запахи, и это единственная стерилизация, которая в дороге бесплатна.

Совет автора: Не режьте на доске лук и рыбу в один день с хлебом, который пойдёт к утреннему кофе, — или переставьте порядок: хлеб первым, пока доска ещё нейтральна. Это тонкость, но именно такие тонкости отличают «готово» от «вкусно».

Сигнатура. Фургонщица Настя, вторая история: посуда, которая отрететировала мой характер

— Я думала, что минимальная посуда — это про аскезу. Оказалось — про характер: с одной сковородой и одной миской ты не можешь готовить хаотично. Все блюда становятся последовательными, и я впервые услышала собственную логику на кухне.

— И что изменилось в еде?

— Она стала лучше. Я думала будет хуже — меньше посуды, меньше возможностей. На деле порядок готовки делает вкус: база, основа, финиш. На домашней кухне я варила всё сразу и получала кашу из вкусов.

— Провалы?

— Пластиковая доска. Я купила лёгкую — она весила сто граммов, а через месяц пахла всем, что я когда-либо резала. Деревянная тяжелее на двести граммов, но она живёт и не мстит за хранение в закрытом ящике.

— Что бы вы сказали тому, кто ещё возит «полный набор»?

— Проведите эксперимент: две недели готовьте дома только одной сковородой и одной миской. Если выживете — на дорогу берите ровно это. Если нет — значит, и дома набор у вас пустой, просто этого никто не замечал.

Глава 9. Маринады в пакетах: инженерия дороги

Сцена: утро перед выездом, на столе пакеты с застёжкой, а вы впервые маринуете так, чтобы еда работала, пока вы ведёте.

Маринад — двигатель дорожной кухни: он готовит, пока вы едете. Глава про маринады, которые превращают стоянку в вечер отдыха, и про инженерию пакетов, которая держит запах в замке, а не в багажнике.

Рецепт 1. Куриные бёдра в соевом маринаде

Шутка: Соевый маринад — единственный маринад, который готовит курицу в пакете, пока вы ведёте четыреста километров, и не требует ни благодарности, ни внимания.

История: Соевый маринад — подарок азиатской кухни: соевый соус содержит соль, кислоту и умами одновременно, и это полный цикл маринования в одной бутылке. Кочевая логика здесь налицо: один продукт — три функции — ноль лишнего багажа. Рестораны строят на нём азиатские линии; дорога строит на нём ужин за четыре часа до плиты.

Ингредиенты (на 4): куриные бёдра — 800 г; соевый соус — 4 ст. ложки; чеснок — 3 зубчика; мёд — 1 ст. ложка; паприка — 1 ч. ложка; лимон — половина; масло — 1 ст. ложка; пакеты с застёжкой — 2 шт.

Шаги:

Проколите бёдра вилкой в двух-трёх местах — проколы это входные двери маринада, без них он работает только на поверхности.

Смешайте соевый соус, мёд, паприку, чеснок и масло в миске — мёд растворяется в соевом соусе легко, размешивайте до однородности.

Выложите мясо в двойной пакет, влейте маринад, вытесните воздух и застегните; положите пакет плоско и переверните один раз по пути — так маринад обволакивает каждый кусок.

Маринуйте минимум два часа, идеально — ночь или весь день дороги: соя с кислотой из лимона работает медленно и глубоко.

На стоянке выложите бёдра на решётку или сковороду — маринад вылейте в сковороду последним и уварите до глянца: он станет соусом, и никакой баночки не нужно.

Совет автора: Маринад из пакета — не отход: он уже солёный, ароматный и готовый соус. Уварите его на плите — и вы получите глазурь, которая в ресторанах стоит как отдельная позиция в меню.

Рецепт 2. Свинина в горчично-медовом маринаде

Шутка: Горчично-медовый маринад — единственный маринад, который делает свинину благородной, а стоянку — ресторанной, и оба утверждения можно проверить на вкус.

История: Горчица с мёдом — классика европейского маринования: горчица содержит кислоту и ферменты, которые размягчают волокна, а мёд карамелизуется на огне и даёт

корочку. Пара пришла из французских деревень, где свинину мариновали на неделю вперёд перед ярмаркой; дорога сократила неделю до ночи в термосумке.

Ингредиенты (на 4): свиная шея — 700 г; горчица — 2 ст. ложки; мёд — 1,5 ст. ложки; чеснок — 3 зубчика; тимьян — 2 веточки; масло — 2 ст. ложки; соль — 5 г; пакеты с застёжкой — 2 шт.

Шаги:

Нарежьте шею крупными кусками по 150 г — крупные куски маринуются медленнее, но в дороге это плюс: они дольше живут.

Смешайте горчицу, мёд, чеснок, тимьян, масло и соль — консистенция должна быть как густая сметана: она обволакивает, а не стекает.

Выложите мясо в двойной пакет, влейте маринад, вытесните воздух, застегните.

Маринуйте от четырёх часов до ночи — свинина любит долгое маринование, и день дороги работает на вас.

Жарьте на решётке или сковороде до корочки, доведите до готовности под крышкой пять минут; подайте с маринадом, уваренным до глянца.

Совет автора: Мёд карамелизуется раньше, чем мясо готово, — если корочка темнеет, а внутри сырость, убавьте огонь и накройте: мёд требует не силы, а терпения.

Рецепт 3. Рыба в цитрусовом маринаде

Шутка: Цитрусовый маринад на рыбе — единственный маринад, который работает за сорок минут, и единственный, где «передержать» означает «начать готовить без плиты».

История: Рыбу в цитрусе маринует вся Латинская Америка: перуанский севиче — это рыба, «сваренная» кислотой лайма. Для дороги это подарок: маринад работает быстро, а на стоянке рыба доходит на огне за минуты. Предупреждение честное: цитрусовый маринад на длинной дороге «сварит» поверхность рыбы прямо в пакете — берите его для стоянки в день жарки, не для завтра.

Ингредиенты (на 2): белая рыба — 400 г; лайм или лимон — 1 шт.; чеснок — 1 зубчик; оливковое масло — 2 ст. ложки; соль — 3 г; паприка — 0,5 ч. ложки; пакет с застёжкой — 1 шт.

Шаги:

Нарежьте рыбу крупными кусками — крупные маринуются медленнее, и это единственный способ уложиться в сорок минут без «сварки» поверхности.

Смешайте сок лайма, чеснок, масло, соль и паприку — кислота лайма главный агент, всё остальное — оркестр.

Уложите рыбу в пакет, влейте маринад, вытесните воздух, застегните.

Маринуйте тридцать–сорок минут — не больше: это рабочий диапазон, а не рекомендация; дальше кислота начинает готовить рыбу без вашего согласия.

Выложите на решётку или в сковороду, жарьте по три минуты с каждой стороны — рыба в цитрусе доходит почти мгновенно, и передержать её легче, чем найти.

Совет автора: Цитрусовый маринад — не для завтра, а для сейчас: берите его, когда стоянка уже разбита и плита греется. Для завтра — соевый или горчиочно-медовый.

Рецепт 4. Грибы в маринаде за ночь

Шутка: Грибы в маринаде за ночь — единственная закуска, которая готовится без плиты, почти без холодильника и без вашего участия на этапе созревания.

История: Маринованные грибы — русская классика зимних заготовок: грибы отваривали, заливали маринадом и ели всю зиму. Дорожная версия честнее и быстрее: шампиньоны обжаривают до золотистого, заливают маринадом из уксуса, соли, сахара и специй и дают ночь. Ночь делает с грибами то же, что уксусная заливка делает неделями: пропитывает, сглаживает, готовит к столу.

Ингредиенты (на банку 0,5 л): шампиньоны — 500 г; уксус 6% — 3 ст. ложки; сахар — 1 ст. ложка; соль — 1 ч. ложка; чеснок — 2 зубчика; лавровый лист — 1 шт.; перец горошком — 5 шт.; масло — 2 ст. ложки; вода — 100 мл; пакет с застёжкой или банка — 1 шт.

Шаги:

Обжарьте целые шампиньоны на масле до золотистых пятен — целые маринуются ровнее, нарезанные вбирают уксус раньше времени и становятся резкими.

Влейте воду, добавьте соль, сахар, уксус, чеснок, лавровый лист и перец; прогрейте три минуты — маринад должен стать горячим, но не кипеть бурно.

Переложите грибы вместе с маринадом в пакет или банку, вытесните воздух, застегните или закройте.

Дайте ночь в прохладе — в термосумке с бутылкой льда или в тени при прохладной погоде; за ночь грибы пропитаются полностью.

Подавайте холодными с хлебом и зеленью — закуска живёт четыре дня и становится лучше к третьему, если вы её до этого не съедите, что маловероятно.

Совет автора: Жидкость, оставшаяся после грибов, — готовая заправка для салата на следующий день: она уже содержит уксус, масло и аромат грибов. Не выливайте её — вы заплатили за неё временем.

Сигнатура. Фургонщица Настя: пакеты, которые спасли мне три отпуска

— Первый сезон я мариновала в мисках и банках. Банки ехали в коробке с полотенцами и всё равно звонили, как оркестр на кочковатой дороге. Одна не доехала — тыква, как я потом поняла, разбивает стекло всегда первой.

— И что изменилось?

— Двойные пакеты с застёжкой. Мариную, вытесняю воздух, кладу плоско в холодную зону — и всё. Ни стекла, ни звона, ни запаха. Мясо маринуется в пути, и я приезжаю на стоянку уже с полуготовым ужином.

— Провалы?

— Цитрус. Я залила рыбу лимонным маринадом вечером, а жарить собиралась в обед следующего дня. К утру рыба была «сварена» кислотой — мягкая, как кисель. С тех пор у меня правило: цитрус — только в день жарки, всё остальное — ночью.

— Что бы вы сказали новичку?

— Пакет — это не экономия, а техника: он кладёт маринад на каждый кусок, а не на дно миски. И покупайте пакеты с настоящим замком — те, что без замка, я в дороге называю «сюрпризом в багажнике».

Глава 10. Завтраки без плиты

Сцена: рассвет над стоянкой, плита ещё не разожжена, а завтрак уже на столе — и это не совпадение, а система.

Завтрак без плиты — главная роскошь дороги: не надо вставать к огню, не надо будить горелку, надо только достать. Глава про то, что готовится накануне, живёт в термосе и банке и съедается с видом на озеро, а не на сковородку.

Рецепт 1. Овсянка в банке: ночь вместо плиты

Шутка: Овсянка в банке — единственная каша, которую готовит дорога, а не вы: вы трясёте машину, она варит завтрак.

История: Овсянка холодного замачивания — не мода, а старая логика: крупа, залитая жидкостью на ночь, набухает без огня, и это знали все, кто варил кашу в походном котелке

с вечера. Современный формат «овсянка в банке» пришел из городских кафе, но механика древняя: время вместо температуры. В дороге банка едет в термосумке и к утру готова.

Ингредиенты (на 2): овсяные хлопья долгой варки — 80 г; молоко или вода — 250 мл; йогурт — 100 г; мёд или варенье — 1 ст. ложка; орехи или изюм — горсть; яблоко — 1 шт.; банка с крышкой — 1 шт.

Шаги:

Вечером всыпьте хлопья в банку, залейте молоком или водой, добавьте йогурт и перемешайте — жидкость должна покрывать хлопья с запасом в сантиметр.

Закройте крышку и уберите банку в самую прохладную зону — термосумку с бутылкой льда или в тень при холодной ночи.

Утром откройте, добавьте нарезанное яблоко, мёд и орехи — яблоко кладётся утром, чтобы не потемнело за ночь.

Перемешайте и ешьте прямо из банки — ложка единственная посуда этого завтрака, и она моется одним движением.

Если утро холодное, поставьте банку в миску с горячей водой на пять минут — каша согреется, не превратившись в клейстер.

Совет автора: Хлопья берите именно долгой варки — крупные: они за ночь набухают в текстуру, а не в слизь. Мелкие быстрорастворимые хлопья в холодном замачивании дают кашу-клей, и это не завтрак, а наказание.

Рецепт 2. Сэндвич на дорогу, который не разваливается

Шутка: Правильный дорожный сэндвич — единственный сэндвич, который едят одной рукой, не глядя на дорогу, и обе руки за это благодарны.

История: Дорожный сэндвич — инженерная задача, а не кулинарная: всё, что течёт, — враг, всё, что крошится, — тоже. Моряки решали её сухим хлебом и жиром, французы — багетом с ветчиной и маслом, американцы — арахисовой пастой. Принцип везде один: жир вместо жидкости, плотность вместо нежности, завёрнутость вместо тарелки.

Ингредиенты (на 2): багет или чиабатта — 1 шт.; сыр твёрдый — 80 г; ветчина или вяленая колбаса — 100 г; масло сливочное — 30 г; горчица — 1 ч. ложка; огурец — 1 шт.; пергамент — 1 лист.

Шаги:

Разрежьте багет вдоль, не до конца — «книжка» держит начинку лучше, чем два отдельных куса.

Намажьте маслом обе стороны — масло работает как гидроизоляция: оно не даст соку огурца размочить хлеб.

Уложите сыр тонко, потом ветчину, потом огурец тонкими ломтиками — порядок важен: сыр снизу держит, огурец сверху не течёт в хлеб.

Горчицу нанесите тонким слоем на верхнюю половинку — она встретит начинку, а не хлеб, и вкус раскроется в момент укуса.

Заверните в пергамент и перетяните резинкой — пергамент дышит, плёнка душит и заставляет хлеб потеть, а потеющий багет никто не уважает.

Совет автора: Не кладите в дорожный сэндвич помидор — он течёт всегда, это его природа. Огурец вежливее: хрустит и держит форму. Помидор подождёт стоянки.

Рецепт 3. Сырники из творога в упаковке

Шутка: Ленивый завтрак — единственный завтрак, где слово «ленивый» комплимент, а не диагноз.

История: Ленивые вареники и сырники из готового творога — кухня уставших поколений: творог, яйцо, мука — и тесто есть. В дороге приём работает идеально: замесите вечером, наутро слепите и сварите или поджарьте за десять минут. Причём сварить можно прямо в кружке кипятком — партия из двух штук, и никакого лишнего.

Ингредиенты (на 2): творог — 200 г; яйцо — 1 шт.; мука — 3 ст. ложки; сахар — 1 ст. ложка; соль — щепотка; сметана или варенье — для подачи.

Шаги:

Вечером смешайте творог, яйцо, муку, сахар и соль — тесто должно собраться в шар и не липнуть к рукам; если липнет, добавьте ложку муки.

Уберите тесто в контейнер или пакет в прохладу — за ночь мука набухнет, и утром лепить станет легче.

Утром скатайте колбаску, нарежьте на шайбы толщиной в палец — ровные шайбы варятся и жарятся одновременно, и это не эстетика, а тайминг.

Сварите в подсоленной воде три минуты после всплытия — или поджарьте на масле по две минуты с каждой стороны, оба пути честные.

Подайте со сметаной или вареньем; если варится вторая партия, первую держите в миске под тарелкой — она останется горячей без плиты.

Совет автора: Если тесто осталось, слепите сырые шайбы, обваляйте в муке и заморозьте в пакете — в дороге они не слипнутся, а на следующей стоянке сварятся из замороженного за пять минут.

Рецепт 4. Чай в термосе с утренним настроением

Шутка: Термос с чаем — единственный термос, который к утру стал главной религией стоянки, и все ритуалы при нём короткие.

История: Термос был изобретён для хранения газов физиками, а стал символом дороги: чабаны, проводники, рыбаки и водители — все держали его у руля. Чай в термосе с утра — не напиток, а обещание дня: залитый с вечера, он к рассвету настоян и горяч, и это единственный завтрак, который вы уже приготовили вчера.

Ингредиенты (на 2): чёрный чай — 2 ч. ложки; кипяток — 1 л; мёд или сахар — по вкусу; сушёные яблоки или шиповник — горсть (по желанию); лимон — пара долек.

Шаги:

Прогрейте термос кипятком пять минут — холодный термос крадёт температуру, как и с супом, и это не поверие, а физика.

Всыпьте чай и, если хотите, сушёные яблоки или шиповник — они дадут фруктовый настой без сахара и багажа в виде компота.

Залейте кипятком до плечиков термоса — не до крышки: воздух над чаем нужен, иначе при открывании пойдёт фонтан.

Закрутите и оставьте на ночь или на пять часов минимум — за это время настой дойдёт до полной силы, и разбавлять его не придётся.

Утром налейте, добавьте мёд и лимон в кружку, не в термос — мёд в кипятке теряет смысл, а лимон в термосе за ночь даст горечь.

Совет автора: Два термоса — это не роскошь: один с чаем, второй с кипятком. Второй утром решает всё: овсянка в банке, кофе в кружке, суп-пюре из базы — кипятком под рукой дороже второй конфорки.

Сигнатура. «Железнодорожный повар» Дима: завтрак, который я выучил на двадцатой командировке

— Первые годы командировок я завтракал в привокзальных кафе: быстро, дорого и с чувством, что день начался чужим. Потом купил термос и банку — и начал завтракать с собой.

— И что изменилось?

— Всё началось с овсянки в банке: залита вечером в гостинице, съедена утром в поезде. Потом сырники из творога — замесил вечером, слепил утром. Потом чай в термосе стал ритуалом. Я перестал зависеть от расписания кафе и начал зависеть от расписания себя.

- Провалы?
- Помидор в сэндвиче. Один раз. Багет превратился в кашу к девятой станции, и я ел начинку с руки, как воробей на платформе. С тех пор огурец, и только огурец.
- Что бы вы сказали тому, кто ездит в командировки?
- Термос и банка — это два прибора, которые работают без плиты, без разрешения и без очереди. Купите их раньше сковороды. Сковорода в гостинице всё равно останется мечтой.

Глава 11. Обеды на капоте: двадцать минут

Сцена: обеденный перерыв в дороге, капот машины, сковорода на горелке — и двадцать минут, за которые нужно накормить себя как человека, а не заправить как транспорт.

Обед на капоте — жанр отдельный: короткий, честный и не терпящий лишнего. Глава про четыре блюда, которые собираются за двадцать минут от зажигания горелки до первой ложки, и про порядок действий, который экономит пять из них.

Рецепт 1. Шакшука на двоих в одной сковороде

Шутка: Шакшука — единственный обед, в котором помидоры, которым запрещено быть в дорожном сэндвиче, наконец реабилитируются: в сковороде им можно течь, это их работа.

История: Шакшука родилась на Ближнем Востоке: яйца, томлённые в соусе из помидоров и перца, — завтрак и обед одной чаши. Дорожная ценность её в том, что всё делается в одной сковороде за одну последовательность и естся прямо из неё же. Двадцать минут — и вы едите как в Тель-Авиве, а стол — капот.

Ингредиенты (на 2): яйца — 4 шт.; помидоры — 4 шт. или томаты в банке — 300 г; перец — 1 шт.; лук — 1 шт.; чеснок — 2 зубчика; паприка — 1 ч. ложка; зира — 0,5 ч. ложки; масло — 2 ст. ложки; соль, перец; хлеб — на подачу.

Шаги:

Обжарьте лук и перец в масле семь минут — они дают базу, и на этой базе стоит вся сковорода.

Добавьте чеснок, паприку и зиру на тридцать секунд — специи в масле раскрываются, в воде просто плавают.

Вложите нарезанные помидоры или вылейте консервированные и томите десять минут — соус должен сгуститься до пасты, вода должна уйти.

Сделайте в соусе четыре углубления ложкой и влейте в них яйца; накройте крышкой на пять минут — белок схватится, желток останется текучим.

Подайте прямо в сковороде с хлебом — хлеб здесь не гарнир, а ложка: им собирают соус, и это закон жанра.

Совет автора: Соус можно уварить на стоянке с утра и вечером просто вбить в него яйца — шакшука прощает деление на этапы лучше, чем любое другое блюдо дороги.

Рецепт 2. Кесадилья из всего, что есть

Шутка: Кесадилья — единственное блюдо, которое в дорогах превратилось в метод: если она складывается пополам и слышно хруст — это кесадилья, а что внутри, решает багажник.

История: Кесадилья — мексиканская еда дорог и рынков: лепёшка, сыр, всё, что найдётся, и горячая сковорода. Сыр здесь не начинка, а клей и праздник одновременно. В дороге лепёшки в упаковке живут недели, сыр в воске — неделю, и значит, кесадилья всегда доступна, даже на седьмой день стоянки, когда идеи кончились раньше продуктов.

Ингредиенты (на 2): тортильи — 4 шт.; сыр тёртый — 150 г; ветчина или тушёнка — 100 г; помидор — 1 шт. (сушёный — идеально: он не течёт); зелень; масло — 1 ст. ложка.

Шаги:

Разложите две тортильи и распределите по ним сыр — сыр идёт первым и последним: снизу он клеит, сверху запечатывает.

Выложите начинку тонким слоем в середину — толстая начинка рвёт лепёшку на перевороте, а переворот неизбежен.

Накройте второй tortильей и прижмите ладонью — плотная сборка держит форму лучше, чем честные намерения.

Жарьте на сухой или чуть промасленной сковороде по две минуты с каждой стороны — сыр расплавится и свяжет всё в монолит.

Разрежьте на треугольники, дайте минуту — расплавленный сыр горячее масла, и первый укус должен быть вежливым.

Совет автора: Вяленый помидор или просто сушёная томатная паста — секрет дорожной кесадильи: вкус помидора без воды, которая топит хлеб и поднимает пар в самый неподходящий момент.

Рецепт 3. Булгур с овощами за пятнадцать минут

Шутка: Булгур — единственная крупа, которая варится быстрее, чем закипает вода для риса, и при этом ведёт себя скромнее всех за столом.

История: Булгур — пшеница, пропаренная, высушенная и колотая: хозяйки Ближнего Востока готовили его веками именно потому, что он не требует варки — только замачивания. В дороге это означает: пятнадцать минут — и гарнир готов, вода потрачена минимально, а текстура рассыпчата без единого секрета.

Ингредиенты (на 3): булгур — 200 г; вода или бульон — 300 мл; морковь — 1 шт.; лук — 1 шт.; зира — 0,5 ч. ложки; масло — 2 ст. ложки; соль; изюм — горсть (по желанию).

Расход воды: 300 мл на крупу, 300 мл на мытьё — меньше литра на обед на троих.

Шаги:

Обжарьте лук и морковь в масле пять минут — основа всегда первая, и булгур не исключение, а подтверждение правила.

Всыпьте булгур и перемешайте минуту — каждая крупинка в масле: это гарантия рассыпчатости, как у риса.

Залейте горячей водой в пропорции один к полутора, посолите, накройте крышкой.

Держите на самом маленьком огне десять минут и не открывайте — булгур добирает воду быстрее риса, и заглядывать ему вреднее.

Выключите и дайте пять минут под крышкой; встряхните кастрюлю, вилкой разрыхлите сверху — крупа должна падать с ложки зёрнами.

Совет автора: Изюм в булгуре — не десерт, а приём ближневосточной кухни: сладость сушеного винограда делает овощи вкуснее без единой ложки сахара. Проверено, стоит попробовать, отвыкнуть не получится.

Рецепт 4. Тунец в лепёшке с йогуртовым соусом

Шутка: Тунец из банки — единственный белок, который прячется на полке магазина в резерве, и при обеденном перерыве в дороге этот резерв всегда платит.

История: Консервированный тунец — кухня моряков и северных стран: рыба, запечатанная в банку, живёт годами и требует только вилки. Греческая и турецкая традиция подаёт его в лепёшке с йогуртом и зеленью; дорога подхватила приём, потому что он не требует ничего, кроме открытия банок и смешивания.

Ингредиенты (на 2): тунец в банке — 2 банки; лепёшки или хлебцы — 4 шт.; йогурт без добавок — 150 г; огурец — 1 шт.; укроп или зелень — горсть; лимон — половина; соль, перец.

Шаги:

Слейте тунца и разомните вилкой прямо в банке — банка и есть миска, и это не лень, а честная экономия посуды.

Смешайте йогурт с нарезанным огурцом, зеленью, солью и лимонным соком — соус готов, и он живёт два дня в прохладе.

Разложите тунца по лепёшкам, сверху соус — он заменяет майонез, майонез в дороге не живёт, а йогурт держится сутки.

Сверните лепёшки конвертом или трубочкой — плотно: тунец рассыпчат, и без сворачивания он рассыплется на капот, как и его репутация.

Ешьте сразу; вторая порция ждёт в контейнере отдельно от соуса — соус добавляется только перед едой, иначе хлебцы смирятся.

Совет автора: Банка тунца с собственным соком — не консервный излишек: соком можно развести соус, если йогурт кончился. Две банки тунца — это всегда два обеда, и они никогда не бывают лишними.

Сигнатура. Экс-экспат Марта: капот как стол и что это обо мне сказала

— Мой обеденный перерыв шесть лет был в разных городах, и чаще всего — в машине. Капот стал моим столом, сковорода на горелке — рестораном с одним столиком и лучшим видом на парковку.

— И что это о вас сказала?

— Что я перестала ждать. Раньше обед был «когда доеду», и к «когда доеду» я покупала булку и сожаление. С двадцатью минутами на горелке я стала есть горячее каждый день, и это оказалось вопросом не времени, а порядка: сковорода, лепёшка, банка — всё лежит в определённых местах.

— Лучший обед?

— Шакшука на парковке у рынка в Лиссабоне. Помидоры с рынка, яйца из супермаркета, зира из багажника. Я сидела на бордюре и ела из сковороды — и это был лучший стол города, как я потом узнала по отзывам о дорогих ресторанах рядом.

— Что бы вы сказали тем, кто ест булкой на бегу?

— Двадцать минут и три предмета в багажнике. Это не роскошь, а слесарное дело: собрал — вскипятил — смешал — съел. И душа при этом получает больше, чем в очереди за сэндвичем.

Глава 12. Ужин, который ждёт вас издалека

Сцена: вы возвращаетесь на стоянку в темноте, после двенадцати часов дороги — и ужин уже готов, потому что вы подумали о себе утром.

Ужин, который ждёт, — вершина кочевой кухни: еда, приготовленная или запущенная заранее и доходящая сама. Глава про четыре блюда, которые встречают вас тёплыми после длинного дня, и про то, как научиться готовить для себя как для гостя.

Рецепт 1. Чили в утятнице: шесть часов без плиты

Шутка: Чили — единственный ужин, который готовит себя сам, пока вы ведёте машину, спите или спорите о маршруте; от вашей помощи он отказался ещё утром.

История: Чили — американская кухня дорог и ранчо: мясо, бобы, томат, острота, томлённые в толстой посуде часами. Дорожный приём честный: обжарить всё на стоянке утра, закрыть крышку, укутать — остаточное тепло доварит за день. Утятница держит тепло как термос, и это не аналогия, а физика.

Ингредиенты (на 4): фарш или кусковое мясо — 500 г; красная фасоль в банке — 400 г; помидоры в банке — 400 г; лук — 1 шт.; чеснок — 3 зубчика; паприка, кумин — по 1 ч. ложке; перец чили — по вкусу; масло — 2 ст. ложки; соль.

Шаги:

Утром обжарьте лук и чеснок, добавьте мясо и жарьте до серости — утренняя обжарка занимает пятнадцать минут, и это вся плита на сегодня.

Вложите специи на тридцать секунд, затем помидоры и фасоль; посолите, доведите до бульканья.

Перелейте в утятницу или толстую кастрюлю с плотной крышкой — посуда должна держать тепло, тонкая кастрюля не годится: она честно остынет за два часа.

Укутайте кастрюлю полотенцами и одеялом — трёхслойное укутывание держит температуру шесть часов, и бобы доходят сами.

Вечером откройте: чили густое, мясо нежное, фасоль целая — ужин готов, а вы его утром не готовили, вы его запустили.

Совет автора: Если день выдался холодный, чили можно прогреть десять минут на плите перед подачей — но часто это не нужно: укутанная утятница держит еду горячей до ночи, и это лучшее утешение дороги.

Рецепт 2. Картофель, запечённый в углях утром

Шутка: Картофель в углях утром — единственный ужин, который вы готовите до завтрака, и единственная логистика, где ужин обгоняет обед.

История: Утренние угли — золотой фонд дороги: после утреннего костра угли остаются жаркими час, и вкладывать в них картофель на ужин — приём, который знали все, кто жил у огня. Картофель, запечённый в углях, хранится в полотенце весь день и вечером остаётся тёплым — единственный гарнир дороги без холодильника и без плиты.

Ингредиенты (на 4): картофель — 8 шт.; сливочное масло — 60 г; соль; зелень или лук — по желанию; фольга — по желанию, но я против; полотенце — 1 шт.

Шаги:

Утром, пока костёр ещё жив, но пламя уже умерло, закопайте помытый влажный картофель в угли по самый верх.

Дайте ему сорок минут в горячих углях — проверка ножом в самый крупный клубень: нож входит без сопротивления.

Выньте щипцами, дайте остыть до тёплого — не горячего: горячий запотеет, а тёплый просто остынет медленно.

Заверните в чистое сухое полотенце и положите в закрытый ящик — полотенце изолирует, а не греет: тепло, которое внутри, останется на весь день.

Вечером разрежьте пополам, положите масло и соль — масло растает в остаточном тепле; если совсем остыл, две минуты на решётке вернут корочку.

Совет автора: Картофель в углях не требует фольги — фольга делает из него варёный, как я уже говорила, но повторю в главе, где это важнее всего: мокрая кожура и угли — и всё.

Рецепт 3. Плов в казане, который дошёл сам

Шутка: Плов — единственное блюдо, которое требует от повара одного решения: уйти. Всё остальное он делает сам, если вы дали ему крышку и не мешали.

История: Плов — блюдо Средней Азии и всей дороги: рис, мясо, морковь, жир и терпение. Классическая технология требует часа плиты, но дорожная версия использует физику казана: казан, укутанный после закипания, доваривает плов остаточным теплом как печь. Это не упрощение, а старый приём дегди — томление в собственном тепле.

Ингредиенты (на 4): рис девзира или длиннозёрный — 400 г; баранина или говядина — 600 г; морковь — 400 г; лук — 2 шт.; масло растительное — 150 мл; зира — 1 ч. ложка; чеснок — 1 головка; соль — 10 г; вода — 800 мл.

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.