ДОМ, КОТОРЫЙ
Я ПОСТРОИЛА СЕРДЦЕМ

Как научить маму готовить

Невыдуманные истории.



ИСТОРИИ
О СИЛЕ,
ПОДАРЕННОЙ
ДЕТЬМИ

Автор: Лина Май

Лина Май

Как научить маму готовить: невыдуманные истории

«Автор»
2026

Май Л.

Как научить маму готовить: невыдуманные истории / Л. Май — «Автор», 2026

«Как научить маму готовить» — не совсем кулинарная книга. Скорее, семейная история, в которой рецепты появляются там, где дети растут, мама работает, денег бывает немного, а ужин всё равно должен случиться.Карим и Амина - настоящие имена детей автора, которые постепенно учатся готовить вместе с мамой — сначала помогать, потом пробовать, ошибаться и наконец самостоятельно создавать свою «настоящую еду». Здесь есть супы, котлеты, рыба, картошка, быстрые перекусы и что-нибудь вкусное к чаю. Но за каждым рецептом — жизнь: смешная, иногда непростая, зато настоящая.Эта книга о том, что простая еда не бывает стыдной, экономия может быть достоинством, а кухня — одним из мест, где дети учатся не только готовить, но и жить.Тёплая, честная и немного хулиганская книга о еде, семье и взрослении — без идеальных мам, идеальных кухонь и идеальных картинок.

© Май Л., 2026
© Автор, 2026

Лина Май
Как научить маму готовить: невыдуманные истории

Предисловие.

Вообще-то мама умеет готовить.

И очень хорошо.

Она умеет открыть холодильник, посмотреть на его содержимое и через пару минут уже примерно понимать, что сегодня будет на ужин.

Она умеет приготовить суп из того, что ещё вчера казалось совершенно неподходящим для супа.

Умеет купить целую курицу и превратить её в несколько разных блюд.

Умеет сделать большую кастрюлю еды так, чтобы хватило всей семье.

И умеет экономить.

Не потому, что это какая-то особенная суперспособность.

Просто мама — работающая многодетная мама.

А значит, у неё есть две главные задачи: **накормить всех и не потратить на это всю жизнь.**

Эта книга появилась не потому, что мама ничего не умеет.

Скорее наоборот.

Мы решили записать то, что происходит у нас дома каждый день.

Без сложных продуктов.

Без обязательного кухонного комбайна за половину зарплаты.

Без рецептов на три страницы, где половина ингредиентов нужна только для того, чтобы красиво звучало.

У нас всё проще.

Есть продукты, которые мы покупаем впрок.

Есть морозилка.

Есть мультиварка.

Есть духовка.

Есть дети, которые почти всегда помогают.

Есть мама, которая иногда устала.

И есть семья, которую всё равно нужно кормить.

Поэтому здесь будут наши настоящие рецепты.

Такие, какие мы готовим дома.

Иногда точные.

Иногда «на глаз».

Иногда с маминой хитростью.

И почти всегда с детским участием.

А иногда просто с фразой:

«Так, все голодные? Сейчас что-нибудь придумаем».

Мы - Карим и Амина, и мы постепенно учимся не только резать, мешать, лепить и жарить.

Мы учимся понимать, откуда берётся еда.

Как из одного продукта можно сделать несколько разных блюд.

Почему не нужно выбрасывать то, что осталось.

Почему домашняя еда не обязана быть дорогой.

И почему совсем не стыдно жить экономно.

Наоборот.

Сложных блюд и рецептов в мире и так предостаточно, ими весь интернет пестрит.

А дома хочется, чтобы было просто.

Вкусно.

Тепло.

И чтобы за столом все были вместе.

Так что это книга не о том, как стать идеальной хозяйкой.

И даже не о том, как научить маму готовить.

Хотя название нам очень нравится.

Это книга о том, как обычная семья каждый день немного придумывает свою жизнь.

Из картошки с курицей.

Из пачки гречки.

Из фарша, который мама предусмотрительно убрала в морозилку.

Из нескольких яблок.

Из блинов, которые нужно сделать много, потому что все их любят.

И из очень простого семейного правила: **если дома есть продукты, время и желание быть вместе — уже очень многое получилось.**

И всё это — наша нормальная жизнь.

Без необходимости кому-то что-то доказывать.

А дома мама дает нам и другую мысль: **ценность еды не определяется её ценой.**

И ценность семьи тоже.

Можно жить просто.

Можно считать деньги.

Можно готовить из доступных продуктов.

Можно доедать вчерашний ужин.

Можно покупать мясо впрок и радоваться полной морозилке.

И при этом смеяться на кухне, вкусно есть и чувствовать себя счастливыми.

Поэтому в нашей семье мы знаем точно: **экономно — это не стыдно, экономно – это умение.**

И мы действительно гордимся тем, что умеем так жить.

Всё началось с того, что мама сказала:

— Ну всё. Сегодня готовить не из чего.

Карим заглянул в холодильник.

Потом ещё раз.

На всякий случай.

— Почему не из чего?

— Потому что не из чего, — совершенно убедительно ответила мама.

Амина тоже подошла к холодильнику.

— А это что?

— Это сыр.

— А это?

— Яйца.

— А это картошка?

— Картошка.

— И макароны?

Мама посмотрела на детей и слегка улыбнулась.

Дети тоже посмотрели на маму.

Они уже знали эту улыбку.
Так мама улыбалась, когда **что-то придумала**.
Или когда собиралась что-нибудь придумать.
Или когда хотела проверить, догадаются ли дети сами.
Карим снова посмотрел в холодильник.
— Мам, ты же можешь из этого всего что-нибудь приготовить.
— Конечно могу, — спокойно сказала мама.
— Тогда почему ты сказала, что не из чего?
Мама пожала плечами.
— Иногда полезно немного пожаловаться.
Амина задумалась.
— Зачем?
— Чтобы дети поняли, что маме тоже иногда бывает лень.
Карим засмеялся.
— Так ты специально нас обманула?
— Я не обманула, — возразила мама. — Я схитрила с воспитательной целью.
— Это как?
— Это когда мама хочет отдохнуть, но дети ещё об этом не знают.
Теперь засмеялись все трое.
А потом Карим вдруг сказал:
— А давай мы тебя научим готовить!
Мама даже замолчала.
— Меня?
— Тебя.
— Готовить?
— Да.
Мама посмотрела на Карима, потом на Амину.
И снова улыбнулась.
На этот раз немного иначе.
Потому что ей уже стало интересно, **что именно эти двое собираются с ней делать**.
Так появилась идея этой книги.
Правда, тогда никто ещё не знал, кто кого в итоге будет учить.

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.