

Александр БЕЛЬКОВИЧ:

С ДЕТСТВА ФАНАТ
БУЛЬБЫ

Павел РОДИОНОВ

■ Шеф-повар и телеведущий кулинарных шоу на СТС рассказал «СВ», как собрать оригинальный и бюджетный новогодний стол даже тем, кто не умеет готовить.

В МУРМАНСКЕ
ОБЪЕЛСЯ МОРОШКИ

- В телешоу «Сто мест, где поесть» вы объехали всю Россию: какая еда поразила вас больше всего?

- Везде было что-то такое, что меня приятно удивило. Это и было нашей целью - показать самые классные и вкусные места в каждом городе, составить хит-парад лучших заведений страны. Я видел и совсем небольшие заведения со своей неповторимой атмосферой, где люди вкладывали душу в готовку. Я иногда даже был сытым, покупал еду для шоу, но в итоге в процессе съемок все с удовольствием уплетал. Например, шаверма в Екатеринбурге, на мой взгляд, чуть ли не лучшая в моей жизни. А в Казани продукты были просто невероятные: и творог из топленого молока, и конское сало, и сумасшедшая выпечка. В Калининграде запомнились виноградные улитки. Я был в шоке, когда узнал, что они никак не связаны с виноградом. В Красноярск вообще удачно съездил и попал на гастрономическую премию, после которой побывал в заведениях победителей. Впечатлений - море.

- Какие регионы самые «вкусные» и почему?



На кухне он - бог. Но сам любит простую домашнюю еду.

- Особенно запомнились Калининград, Красноярск и Мурманск, потому что там я был впервые. Я даже решил вернуться в Калининград с семьей. Что касается еды, мне ближе северные города, потому что сам я из Северодвинска. Поэтому в том же Мурманске объелся любимой северной морошкой и был счастлив.

- Какой Новый год вам больше всего запомнился? Что было на столе?

- Нерабочий Новый год, был на Гавайских островах. Представьте, с бутылкой шампанского на берегу океана... Детей еще не было, мы с Олей такие молодые, легкие на подъем, решили отметить праздник как-то необычно и далеко. И совсем не пожалели: был серфинг, черный песок, вулканы, красота!

ЭКСПЕРИМЕНТЫ
С ПЮРЕШКОЙ

- В кулинарном шоу вы как-то готовили белорусские драники. Что еще из

белорусских рецептов вспоминается?

- У нас даже была рубрика, в которой главную роль исполняла картошка - ее особенно любят в Беларуси. Да и в нашей стране этот овощ есть в каждом доме. Я сам с детства фанат бульбы: люблю экспериментировать с пюрешками, лепить вареники. И в нашей программе были драники с копченой грудинкой, пюре с сыром и орехами, картофельный крем-суп и другие варианты с картошкой.

- Можете составить список блюд для новогоднего стола, чтобы не банально, но по силам приготовить тем, кто не силен в кулинарии?

- Я в этом смысле традиционный парень, поэтому за любимые всеми блюда в этот день. Новый год - это все равно крабовый салат, оливье и селедка под шубой. Такая традиция с детства, от этого никуда не деться. И дальше каждая хозяйка са-

ма решает. Можно каждый год добавлять новое блюдо, чтобы разнообразить праздничный стол и удивить гостей. И тут я могу помочь. Весь декабрь мы в «ПроСТО кухне» делимся разными необычными рецептами. Например, торт из шпинатных блинчиков и грибного крема, свинина по-китайски в соусе гобаожоу с булгуром, баклажаны с соусом баже. А на десерт - торт с тыквой, кекс с сухофруктами. В качестве напитков - лимонад из хурмы или мандаринов, экзотический коктейль из кокосового молока, пакетированного ананасового сока и сока лайма.

- Есть у вас свои новогодние семейные традиции?

- Да, 31 декабря оставлять на блюдечке под елкой морковку для оленей Деда Мороза. Дети знают, что животные устают развозить подарки, поэтому их надо подкармливать. А Изабелла, моя старшая дочь, еще и праздничные печеньки с мамой печет.

ДЕЛЬНЫЙ
СОВЕТНОЧЬЮ
К ХОЛОДИЛЬНИКУ -
НИ-НИ

■ Главный зимний праздник - про обжорство, но меру все же знать нужно.

- Какие из традиционных новогодних блюд самые полезные, а от каких прибавляется лишний вес? И чем тогда их заменить?

- Честно говоря, я не из тех людей, кто считает калории. Просто все должно быть в меру, при этом нужно быть активными, спортивными. Что касается новогодних блюд, везде есть майонез, от этого никуда не деться. Можно разбавлять такие салаты миксом из свежих овощей и фруктов. Но то, что Новый год - это про обжорство, правда.

- Раскройте секрет: как постоянно пробовать еду и не толстеть?

- Попробовать - это не значит полностью съесть. Я сам стараюсь не кусочничать во время готовки. Кроме того, я много знаю о правильном питании, поэтому какие-то вещи давно вошли в привычку. Я не ем ночью, не люблю жирное, не переедаю. Если очень хочется чего-то вредного, то не отказываю себе. Просто потом устраиваю разгрузочный день. Мне нравится двигаться, ходить, пробовать себя в новых видах спорта. Темперамент разгоняет метаболизм.

- Что пожелаете читателям готовить чаще, чтобы круглый год чувствовать себя хорошо?

- Всегда советую готовить из сезонных ягод, фруктов и овощей, они свежие, вкусные и актуальные. А так, мне кажется, всегда можно себе позволить и что-то вредное. Главное - не переедайте и не устраивайте ночные пробежки к холодильнику!

БАКЛАЖАНЫ С СОУСОМ БАЖЕ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Баклажаны 2 шт., гранат 1 шт., масло подсолнечное 15 мл, масло оливковое 10 мл, кинза 5 г, сумак 2 щепотки, соль, перец по вкусу.

СОУС:

Грецкие орехи 150 г, чеснок 2 зубчика, винный уксус 4 ч. ложки, хмели-сунели 1 ч. ложка, шафран имеретинский 1 г, вода 200 мл, соль.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Баклажаны нарезать крупными кружками. Посолить, поперчить, полить подсолнечным маслом и перемешать.

Противень застелить пергаментом, выложить на него баклажаны. Сбрызнуть оливковым

маслом. Отправить на 15 минут в предварительно разогретую до 180 градусов духовку.

Соус: шафран залить горячей водой (50 мл) и дать настояться. В кувшин блендера добавить грецкие орехи, чеснок, хмели-сунели, винный уксус и воду (150 мл). Посолить, затем через сито залить шафрановую воду и перебить.

Подпеченные баклажаны выложить на тарелку по кругу в несколько слоев. Полить соусом.

Блюдо посыпать специями сумак и зернами граната. Украсить кинзой.

ИТОГО: 6 ПОРЦИЙ = 319 РУБЛЕЙ*,
1 ПОРЦИЯ = 53 РУБЛЯ.



ПРЯНЫЙ ТОРТ С ТЫКВОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тесто: тыква 300 г, мука 300 г, сахар 300 г, масло подсолнечное 245 мл, апельсин (цедра) 1 шт., яйца куриные 5 шт., грецкие орехи 70 г, изюм светлый 60 г, разрыхлитель 8 г, сода 1 ч. ложка, корица молотая 1 ч. ложка, имбирь молотый 1/2 ч. ложки, мускатный орех молотый 1 г, соль 2 щепотки.

Крем: сыр творожный (сливочный) 400 г, сахарная пудра 150 г, сливки 33% 100 мл.

Форма для выпекания диаметром 22 см со съемными бортами.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

❖ Очищенную тыкву натереть на крупной терке.

❖ Куриные яйца взбить с сахаром. Добавить подсолнечное масло, продолжая взбивать.

❖ Муку перемешать с разрыхлителем, содой, мускатным орехом,

имбирем, корицей и солью. Затем сухую часть теста замешать с жидкой.

❖ Отправить натертую тыкву в тесто. Добавить на рубленые грецкие орехи, изюм и натереть цедру апельсина.

❖ Дно формы для выпекания застелить пергаментом. Залить тесто в форму и отправить на 1 час в предварительно разогретую до 160 градусов духовку.

❖ Готовому бисквиту дать остыть. Затем разрезать его на два коржа.

❖ Творожный сыр смешать с сахарной пудрой и сливками.

❖ Часть крема распределить по нижнему коржу. Накрывать вторым коржом и распределить крем по его поверхности.

По желанию украсить торт грецкими орехами, тыквенными семечками, розмарином, палочками корицы, звездочками аниса и шишкой. Готовый торт разрезать на порционные куски.

ИТОГО:
8 КУСКОВ = 522* РУБЛЯ,
1 КУСОК = 65 РУБЛЕЙ.



* По ценам на декабрь 2022 г., магазины «Ашан», «Пятерочка», «Перекресток», «Глобус».