ОЛЬГА КАРПОВА

ФЕРМЕРСКИЙ ОБЕД

Как создавать кулинарные шедевры из натуральных продуктов

Ольга Карпова

Фермерский обед. Как создавать кулинарные шедевры из натуральных продуктов

«Альпина Диджитал»

2019

Карпова О.

Фермерский обед. Как создавать кулинарные шедевры из натуральных продуктов / О. Карпова — «Альпина Диджитал», 2019

Эта книга родилась как продолжение проекта #фермерскийобеддлясвоих – званых обедов, которые Ольга Карпова организует на своей семейной ферме. Она собирает за столом до 80 человек и приглашает известных московских шеф-поваров угостить всех присутствующих изысканной и полезной едой. Александр Гаврилычев, Игорь Котов, Сергей Душков, Василий Емельяненко, Захар Иванченко, Ольга и Павел Сюткины, Янис Мелисидис, Александр Гаврилычев, Мая Гегидзе, Нуреттин Карадаш и Ольга Слуцкая адаптировали свои лучшие рецепты и разработали новые специально для этого проекта. Часть рецептов Ольга привезла из кулинарных путешествий по Греции и Грузии. В книге собраны 75 простых в исполнении рецептов из фермерских продуктов. Блюда подобраны по актуальности в то или иное время года. Здесь вы найдете рецепты для новогоднего стола, масленицы, пасхи и те, что можно готовить в период соблюдения поста. Вы почувствуете себя настоящим шеф-поваром, не потратив при этом много времени.

© Карпова О., 2019
© Альпина Диджитал, 2019

Содержание

Проект семейной фермы «Для своих» 7
Зима 8
Новый год 10
Новогодний декор 11
Рецепт от Александра Гаврилычева 11
Рецепт от Сергея Душкова 13
Рецепт от Сергея Душкова 14
Рецепт от Сергея Душкова 16
Рецепт от Сергея Душкова 18
Конец ознакомительного фрагмента. 20

Ольга Карпова
Фермерский обед. Как создавать кулинарные шедевры из натуральных продуктов

Руководитель проекта *М. Пикалова*
Корректор *Н. Витько*

© Карпова О., 2019

Все права защищены. Данная электронная книга предназначена исключительно для частного использования в личных (некоммерческих) целях. Электронная книга, ее части, фрагменты и элементы, включая текст, изображения и иное, не подлежат копированию и любому другому использованию без разрешения правообладателя. В частности, запрещено такое использование, в результате которого электронная книга, ее часть, фрагмент или элемент станут доступными ограниченному или неопределенному кругу лиц, в том числе посредством сети интернет, независимо от того, будет предоставляться доступ за плату или безвозмездно.

Копирование, воспроизведение и иное использование электронной книги, ее частей, фрагментов и элементов, выходящее за пределы частного использования в личных (некоммерческих) целях, без согласия правообладателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

* * *

Эту книгу я посвящаю всей своей большой семье, моим самым близким и дорогим людям. Моему мужу, маме, свекрови, многочисленным сестрам, тетушкам и всем мужчинам нашей семьи! Спасибо вам за то, что всегда поддерживаете все мои идеи и верите в меня, помогаете с детьми и хвалите за вкусную еду! И даже помогаете убирать кухню после моих страстных готовок! Я теперь точно знаю, что нет ничего важнее, чем семья – самые верные, бескорыстно любящие, готовые прийти на помощь, что бы ни случилось.

Я вас очень люблю!

Проект семейной фермы «Для своих»

«У нас есть небольшая семейная ферма: две коровы, десять коз, кролики, перепелки и куры. Мы производим натуральные продукты для себя, друзей и близких…» – так начиналась моя презентация тогда еще совсем маленького проекта семейной фермы «Для своих» в бизнес-школе СКОЛКОВО. Аудитория меня поддержала, и мой проект занял второе место среди проектов нашего курса. Тогда я не представляла, что через три года организую около 60 фермерских обедов и кулинарных мастер-классов «для своих», придумаю **#гастрономические_наборы_для_своих** ко всем праздникам, напишу первую кулинарную книгу и задумаю первое гастрономическое **#путешествие_для_своих**.

Идея о своей ферме родилась у моего мужа. Он мечтал, чтобы наши дети питались натуральными продуктами и могли больше времени проводить на свежем воздухе. Алексей любит охотиться и рыбачить, раньше после его походов оставались излишки, которые мы дарили друзьям. Также мы поступали с заготовками, которые всегда в избытке доставались нам от наших мам. Поэтому муж и назвал нашу ферму «Для своих».

Когда я была беременна вторым ребенком, мы с мужем пошли учиться в бизнес-школу СКОЛКОВО. Масштабы работ однокурсников поражали – роботы, 3Д-технологии, искусственный интеллект. Я задумалась, что в стремлении развивать новые технологии очень важно не потерять настоящее: семейные ценности, традиции, радость от общения с близкими и любимыми людьми.

Тогда я оформила свои мысли и планы в проект и решилась выступить перед одногруппниками. Чуть позже я получила премию «Стартап года» SKOLKOVO Alumni Awards.

Сейчас ферма «Для своих» производит молочные продукты, полуфабрикаты, домашние заготовки, гастрономические наборы. Мы регулярно проводим званые обеды с лучшими шеф-поварами Москвы. Эти обеды – наш фирменный знак, и я каждый день получаю сообщения от своих читателей с вопросом, когда же следующий обед.

В этой книге я хочу поделиться с вами лучшими рецептами с наших фермерских обедов. Основа каждого из них – сезонные фермерские продукты. Домашний сыр, яйца, овощи, ягоды, птица и мясо. Талантливые шеф-повара, рестораторы, привлеченные на наш проект, придумывали интересные сочетания и технологии, превращая базовые продукты в настоящие шедевры!

Я буду очень рада, если моя книга вдохновит вас на приготовление вкусных обедов или ужинов для близких. Не бойтесь экспериментировать, добавляйте свое видение! И если я не даю отдельных оговорок, не относитесь слишком серьезно к пропорциям, ведь мы готовили эти рецепты на ферме, на открытой площадке перед нашими гостями, чтобы показать, насколько упоительно вкусной получается еда из сезонных местных натуральных продуктов!

Ольга Карпова

Зима

Новый год

В детстве мы всегда встречали Новый год большой дружной семьей. Обычно собирались дома у бабушки, приходили ее подружки, прилетали и приезжали все родственники, на обеды-ужины собиралось до 30 человек. Мы играли и все вместе пели народные песни и песни про войну. Всем, даже самым маленьким, раздавали песенники, и мы вторили взрослым тоненькими голосочками. Настроение было по-настоящему новогодним.

Я выросла и собираю на Новый год большую теплую компанию. Всегда расстраиваюсь, если кто-то не может быть на нашем празднике. Очень хочется, чтобы и мои дети понимали, как важно в праздничные дни собираться вместе.

Мы с братом очень любили в детстве перевоплощаться на Новый год. Однажды я вовлекла его в эксперимент. У нас было два халата – розовый и голубой. Мы нарядились: он – в Деда Мороза, а я – в Снегурочку, собрали в подарочный мешок все наши школьные подарки и разработали наш первый в жизни бизнес-план.

Схема была проста: в каждом доме в нашем дворе было минимум четыре подъезда и в них по 16 квартир. Мы рассчитывали зайти в каждую, спеть песенку, предложить угоститься из нашего мешка и, конечно, получить как минимум в два раза больше угощений за наше выступление, чем планировали отдать сами.

Сначала все шло по плану. Сладкая прибыль росла. И тут… Одинокая баба Маня за секунду обанкротила наше предприятие. Как только мы предложили ей угоститься, она горсть за горстью переложила содержимое нашего мешка в свой.

Вывод – дарите подарки бескорыстно.

Новогодний декор

Я убеждена, что если красиво накрыть стол, то еда точно будет вкуснее. Я приучила старших детей помогать мне в сервировке. Это действительно объединяет: выбрать скатерть, собрать по всем углам свечи, красиво расставить тарелки, правильно разложить приборы. Не надо думать, что это слишком сложно и доступно лишь избранным.

На наших фермерских обедах мы часто используем посуду сети магазинов «Инлавка». Всегда можно подобрать приборы под праздник и настроение.

Хозяйка этого проекта Наталья Деко на странице @inlavka делится идеями декора и сервировки – и это настоящий источник вдохновения для меня.

Рецепт от Александра Гаврилычева
Холодец из лося

Это блюдо Александр Гаврилычев приготовил на нашем самом первом рождественском **#фермерский_обед_для_своих**. Я всегда вспоминаю этот обед как один из самых теплых и душевных – помню каждую его минуту! Все проходило в большом деревянном доме с настоящей печкой. Мне хотелось, чтобы нашим гостям было уютно и весело, чтобы еда была праздничной и вкусной, а атмосфера – теплой и домашней! Александр Гаврилычев – удивительный шеф-повар. Саша много ездил в кулинарные экспедиции по всей России, побывал в самых удаленных ее уголках, собрал рецепты северной и русской кухни.

Одно из блюд первого рождественского обеда, которое я готовлю по большим праздникам: потрясающий холодец из лося. Пожалуйста, не бойтесь готовить дичь, в этом нет ничего страшного, пробуйте!

НА 10-12 ПОРЦИЙ ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:
МЯСО ЛОСЯ – 2-3 КГ
КЕДРОВЫЕ ОРЕШКИ – ГОРСТЬ
МОРКОВЬ – 1 ШТ.
ЛУКОВИЦА – 1 ШТ.
СЕЛЬДЕРЕЙ (КОРЕНЬ) – 1 ШТ.
СОЛЬ, ПЕРЕЦ – ПО ВКУСУ
ЧЕСНОК – 2-3 ЗУБЧИКА
ЖЕЛАТИН – 1 Г

1. Мясо разделите на порционные куски. Положите в кастрюлю на 5–10 литров, залейте водой.

2. Бульон варите на медленном огне без крышки примерно три часа до готовности мяса. Постоянно снимайте пену.

3. Добавьте в бульон целые морковь, луковицу и корень сельдерея.

4. Готовый бульон нужно процедить.

5. В холодной воде замочите желатин. Растворите, подогревая и помешивая.

6. Бульон посолите и поперчите по вкусу. Добавьте растворенный желатин.

7. В форму для холодца положите обжаренные на сухой сковороде кедровые орешки. Сверху – измельченное мясо и измельченный чеснок. Залейте бульоном. Охладите и подождите, пока холодец хорошо схватится.

8. Переверните. Холодец готов.

Говорят, что холодец без желатина гораздо круче, но мясо лося очень диетическое и постное, поэтому, чтобы холодец схватился, нужно

добавить свиные или говяжьи голяшки, но лучше – желатин. Также, если есть возможность выбирать, используйте мясо на кости. Бульон будет более наваристым и поможет холодцу лучше схватиться.

Считается, что бульон для холодца нужно пересаливать и добавлять много перца. Потом вкус все равно станет более мягким, но насыщенным. Если недостаточно посолить и поперчить, будет не так вкусно.

Рецепт от Сергея Душкова

Профитроли с сыром, мандаринами и утиным паштетом

Если к вам неожиданно пришли гости, эти быстрые профитроли – настоящая палочка-выручалочка. Готовые профитроли неплохо иметь в запасе: их всегда можно найти в кондитерских отделах. Вам остается только приготовить начинку и открыть любимое вино.

НА 16 ПРОФИТРОЛЕЙ ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:
МОЛОДОЙ СЫР ИЗ КОРОВЬЕГО МОЛОКА – 240 Г
МИНИ-МАНДАРИНЫ – 240 Г
МЕД – 8 Г
МЯТА – ПО ВКУСУ
СОЛЬ И ПЕРЕЦ – ПО ВКУСУ
НА 180 Г ПАШТЕТА ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:
УТИНОЕ ФИЛЕ – 100 Г
РЕПЧАТЫЙ ЛУК – 20 Г
СЛИВОЧНОЕ МАСЛО – 60 Г
ТИМЬЯН – 2 ВЕТОЧКИ
СОЛЬ И ПЕРЕЦ – ПО ВКУСУ
ДЖЕМ ИЗ ИНЖИРА – ПО ВКУСУ

Готовим профитроли:

1. Сыр нарежьте небольшими кусочками. Полейте медом. Аккуратно, сыр не должен тонуть в нем. Посолите и поперчите по вкусу.
2. Начините профитроли кусочками сыра.
3. Украсьте долькой мандарина и листиком мяты.

Готовим паштет:

1. На половине масла обжарьте лук до карамельного цвета.
2. Грудку нарежьте на маленькие кусочки, завернитев пищевую пленку и поставьте в духовку с конвекцией на 65 °С на 30 минут. Утка должна получиться немного розоватой.
3. Соедините лук и грудку, пробейте с помощью блендера, добавьте сливочное масло – столько, чтобы получилась однородная масса.
4. Посолите и поперчите.
5. Добавьте 1 г тимьяна.
6. С помощью кондитерского мешка начините профитроли. Сверху положите джем из инжира.

Начинка из утиного паштета. Сергей готовит паштет заранее. Наполняет им кондитерский мешок и хранит в холодильнике, используя под профитроли или брускетты.

На наших обедах я всегда накрываю дегустационные столы. Как правило, прибывающим гостям предлагаю бокал ледяного просекко и какие-то легкие закуски. Этот салат на шпажке – находка. Его очень удобно есть, он очень легко готовится (сыр для этого салата выбираем такой, чтобы он держал форму, не мягкий!). Итак, нагреваем на сковороде топленое масло, кладем в масло пару ложек сахара, кидаем половинки абрикосов без косточек. На медленном огне карамелизуем абрикосы – нам надо, чтобы сахар растопился (при этом не сгорел!) и пропитал абрикосы карамелью.

Сыр режем на крупные куски и обжариваем на топленом масле. На шпажку поочередно нанизываем сыр и абрикос.

Рецепт от Сергея Душкова
Салат из рождественской индейки

Запекать птицу на Рождество целиком – для меня это уже традиция. Всегда волнительно, когда экспериментирую с рецептами или готовлю в незнакомой духовке. Боюсь пересушить.

Если вам тоже немного страшно запекать ее целиком, предлагаю рецепт прекрасного рождественского салата с птицей, который точно получится.

НА 4 ПОРЦИИ ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:
ФИЛЕ ИНДЕЙКИ – 350 Г
САЛАТ РОМЕН (ИЛИ ЛЮБОЙ ДРУГОЙ С ТВЕРДЫМИ ЛИСТЬЯМИ) – 160 Г
ПАСТА ИЗ АБРИКОСОВЫХ КОСТОЧЕК (УРБЕЧ) – 30 Г
ВАРЕНЬЕ ИЗ МОРОШКИ (ИЛИ ЛЮБОЕ ЯГОДНОЕ ВАРЕНЬЕ) – 40 Г
ОБЖАРЕННЫЙ МИНДАЛЬ – 40 Г
МОЛОДОЙ СЫР ИЗ КОРОВЬЕГО МОЛОКА – 80 Г
ОЛИВКОВОЕ МАСЛО – 40 МЛ
СОЛЬ, ПЕРЕЦ – ПО ВКУСУ

1. Индейку нарежьте небольшими кусочками, посолите, поперчите и обжарьте на гриле или сковороде гриль в течение двух минут.

2. Салат ромен нарвите руками на крупные листы.

3. Сыр нарежьте крупными кубиками, смешайте с салатом, добавьте варенье и урбеч. Я покупаю урбеч на рынке или заказываю в интернет-магазинах здорового питания. Добавьте индейку. Все перемешайте, посолите и поперчите. Добавьте оливковое масло.

В рецептах мы используем наш фермерский сыр – нейтральный по вкусу и молодой. Сергей любит его за то, что он держит форму при жарке. Вы можете использовать любой, только не слишком мягкий типа «шевр».

Рецепт от Сергея Душкова
Запеченная ножка ягненка

Настоящее праздничное блюдо по праву может стать главным как на Новый год, так и на Рождество. На нашем рождественском обеде все гости остались в восторге от него. Не переживайте, что ингредиенты указаны на 10 порций. Ногу можно хранить в холодильнике, отрезая по чуть-чуть хоть к завтраку. Например, мой муж очень любит, когда я запекаю ногу косули,

ведь если она по каким-то причинам не съедается за ужином, всю неделю вопрос с вкусным завтраком решен.

НА 10 ПОРЦИЙ ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:
НОГА ЯГНЕНКА – 3-5 КГ
ЧЕСНОК – 15 Г
КОПЧЕНАЯ ПАПРИКА – 10 Г
БАЛЬЗАМИЧЕСКИЙ СОУС – 50 МЛ
ДЛЯ СОУСА:
СВЕЖАЯ ИЛИ ЗАМОРОЖЕННАЯ СЛИВА – 100 Г
САХАР – 20 Г
СОК ЛИМОНА – 5 Г
ЧЕСНОК – 1 Г
КРАСНЫЙ МОЛОТЫЙ ПЕРЕЦ – 1 Г

Готовим ножку:

1. Нарежьте мелко чеснок, добавьте копченую паприку, бальзамический соус и замаринуйте ногу ягненка на три часа.

2. Заверните в фольгу и запекайте в духовке два часа при 180 °С. Фольгу в конце раскройте.

3. Готовое мясо нарежьте на порционные куски. Полейте соусом. Подавайте с молодым картофелем.

4. Также идеально сочетается с аджикой.

Готовим соус:

1. Смешайте все ингредиенты и взбейте с помощью блендера в однородную массу.

Вес ноги зависит от возраста ягненка. Берите любую, но с оговоркой, что чем больше нога, тем дольше готовится.

Ориентируйтесь на вкус сливы, если она сладкая, то сахара нужно совсем чуть-чуть. Соус не должен быть приторно сладким.

Считается, что бараны всегда спят на правом боку, чтобы не отлежать сердце. Поэтому левая часть считается мягче, и если есть возможность, лучше взять левую ногу.

Рецепт от Сергея Душкова
Паста фрегола со шпинатом и овощами

В моей семье не все едят мясо, зато рыбу – все. Также и на наших фермерских обедах я всегда думаю про тех, кто не ест мясо по каким-то причинам. Паста фрегола со шпинатом и овощами хороша тем, что может подаваться как самостоятельное блюдо. Вдруг у вас будут гости, которые не едят и рыбу. А фрегола в сочетании с форелью со сметаной и грибами – про-

сто безумно вкусное блюдо. Мне до сих пор пишут благодарные гости с того рождественского обеда с Сергеем Душковым.

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.