

Праздничный стол

разумно и креативно

Новогоднее меню, разработанное шеф-поваром Ильей Захаровым специально для амбассадоров рационального потребления



Для многих жителей страны празднование Нового года — в первую очередь гастрономическое событие. И центральным местом торжества становится праздничный стол и блюда, тщательно продуманные и с любовью созданные специально для него.

Предлагаем пойти чуть дальше и составить меню таким образом, чтобы не только удивить гостей, но и не создать лишних отходов.

Пригласили шеф-повара Илью Захарова, чтобы подсказать вам один из способов творчески и со вкусом собрать праздничный стол — и использовать без остатка каждый ингредиент.

Верим, что разумное потребление легко может стать привычкой и нормой для каждого — и в обычные дни, и в праздники.))



Анна Алиева-Хрусталёва

Автор и главный редактор медиапроекта «Про фудшеринг», эксперт по фудшерингу. Исполнительный директор банка еды «Русь»

Пусть Новый год принесет радость и счастье вам и вашим близким!



Захаров Илья

Илья Захаров — бренд-шеф ресторанов Brunello, Бафсет и Château De Talu, куратор Mantera Supreme, а также популярный телеведущий кулинарных шоу «Белый китель» и «Черный список»

Для меня кухня — это всегда про уважение. К продукту, процессу, людям, которые будут это есть. Когда работаешь с ингредиентами, важно видеть их потенциал и использовать всё, что они могут дать.

Я не верю в расточительство. Продукт должен быть раскрыт полностью: неважно, рыба это, овощ или кусочек хлеба.

В этом меню вы найдете блюда, в которых каждый элемент имеет смысл. Это про внимание к деталям, простоту, которая создает глубину, и желание поделиться чем-то настоящим.

Приятного аппетита! Надеюсь, вы почувствуете в этих блюдах тот смысл, который мы вложили.

Закуска

Янтарная хурма со сливочным сыром и пикантной колбасой

Ингредиенты:

- Хурма янтарная (мягкий сорт) - 2 (300 г)
- Сыр творожный сливочный - 50 г (3 ст. л.)
- Пикантная колбаса - 30 г
- Соль - 5 г
- Молоко - 70 мл



Рецепт:

1. Разрежьте хурму вдоль на две половинки, удалите белую часть и косточки, нарежьте дольками (должно получиться шесть долек с одной хурмы).
2. Приготовьте соус: смешайте сливочный сыр с молоком, взбейте в блендере, добавьте соль по вкусу. Белую часть хурмы можно съесть в процессе приготовления блюда.
3. Нарежьте пикантную колбасу мелким кубиком (примерно 4x4 мм).
4. Выложите одну столовую ложку соуса со сливочным сыром на тарелку, сделайте углубление, поставьте туда хурму и посыпьте колбасой.



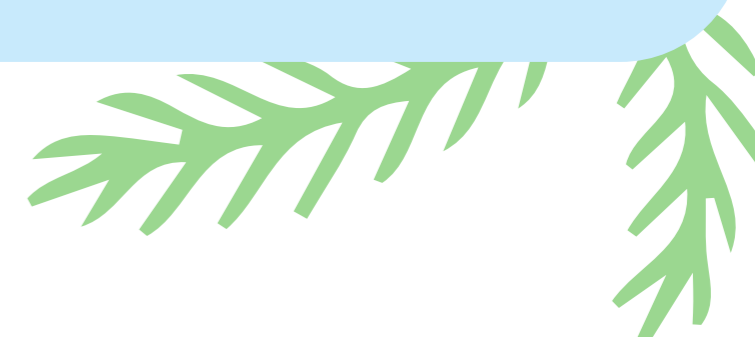
*Все изображения блюд в меню созданы с помощью искусственного интеллекта — ваше блюдо может выглядеть несколько иначе

Приятного аппетита!



Команда «Про фудшеринг» рекомендует

Использовать сезонные продукты в блюдах – рациональное и экологичное решение. В них максимум пользы, а ещё производители тратят меньше дополнительных ресурсов на их выращивание. Белую часть хурмы можно съесть в процессе приготовления блюда.



Закуска

Паштет из куриной печени и куриного филе с вишневым конфитюром

Ингредиенты:

- Куриное филе - 100 г
- Куриная печень - 300 г
- Молоко - 500 мл
- Сливочное масло - 100 г
- Чеснок - 1 зубчик
- Лук репчатый - 1 шт.
- Вишневый конфитюр - 100 г
- Оливковое масло - 100 мл
- Тимьян - 2 веточки
- Коньяк - 80 мл
- Вода - 200 г
- Хлеб - на ваше усмотрение (багет, чиабатта, бриошь)



*Тризонного
аннеюна!*

Рецепт:

1. Нарезьте куриное филе и куриную печень крупными кубиками, обжарьте с тимьяном и чесноком.
2. Добавьте коньяк, томите до испарения алкоголя, а затем уберите тимьян.
3. Добавьте молоко и кипяченую воду, готовьте 40 минут на среднем огне.
4. Взбивайте горячую массу в блендере 5-6 минут, добавьте сливочное масло и продолжайте взбивать 2 минуты, добавьте соль и перец по вкусу.
5. Остудите массу до комнатной температуры и уберите в холодильник на 1-1,5 часа.
6. Нарезьте хлеб, поставьте в духовку на 3 минуты и посыпьте тимьяном.



Салат

Оливье с телячьим языком



Ингредиенты:

- Лист лавровый - 1 шт.
- Перец душистый - 3 шт.
- Перец черный горошком - по вкусу
- Укроп - 1 веточка
- Язык телячий - 400 г
- Картофель - 2 шт.
- Морковь - 2 шт.



- Яйцо куриное - 4 шт.
- Горошек консервированный - 200 г
- Огурцы свежие - 2 шт.
- Огурцы-корнишоны консервированные - 6 шт.
- Майонез - 300 г
- Соль, сахар - по вкусу
- Лимон - 1 шт.



Рецепт:

1. Варите язык телячий с лавровым листом, душистым и черным перцем на среднем огне 5-6 часов.
2. После готовности остудите язык до комнатной температуры.
3. Варите картофель и морковь в мундире до готовности, остудите и очистите.
4. Отварите яйца – 10 минут в кипящей воде.
5. Нарезьте все ингредиенты кубиками размером с консервированный горошек.
6. Смешайте всё в салатнице, добавьте соль/перец по вкусу, добавьте 2/3 майонеза и лимонный сок.
7. Через час добавьте оставшуюся часть майонеза и украсьте укропом.

Приятного аппетита!



Юлиа Назарова

Сооснователь
«Про фудшеринг», президент
банка еды «Русь»,
амбассадор рационального
потребления

Не выливайте
бульон, вы сможете
приготовить на нем
наваристый суп
в каникулы. Если
улетаете в отпуск –
заморозьте его и
достаньте позже.



Горячее

Треска с топинамбуром и яйцом пашот в соусе из белого вина

Ингредиенты:

- Филе трески - 600 г
- Яйцо куриное - 4 шт.
- Уксус 9% - 2 ст. л.
- Корень топинамбура - 200 г
- Белое вино - 100 мл
- Рыбный бульон - 200 мл
- Сливочное масло - 100 г
- Молоко - 500 мл
- Соль, сахар - по вкусу
- Тимьян - 2 веточки

Рецепт:

1. Очистите филе трески, удалите кости и нарежьте на четыре стейка.
2. Приготовьте бульон из обрезков рыбы: варите их 30 минут на медленном огне, затем остудите.
3. Засолите стейки на 7-8 минут, после чего промойте холодной водой и просушите.

Яйцо пашот

1. Нагрейте воду в кастрюле до кипения.
2. Уменьшите огонь до минимума и добавьте уксус 9%.
3. Мешайте воду столовой ложкой по часовой стрелке, создавая воронку.
4. Разбейте одно яйцо и поддерживайте воронку, пока белок не схватится вокруг желтка.
5. Как только белок начнет белеть и укрепляться, оставьте яйцо готовиться на 2 минуты.
6. Повторите процедуру с оставшимися яйцами.





Егор Гольдин

фандрайзер банка еды «Русь»

Существуют десятки способов использовать яичную скорлупу с пользой: от чистки вещей до снятия горечи кофе. Но самый простой и проверенный способ – залить водой, дать настояться и полить комнатные растения для их укрепления и роста.

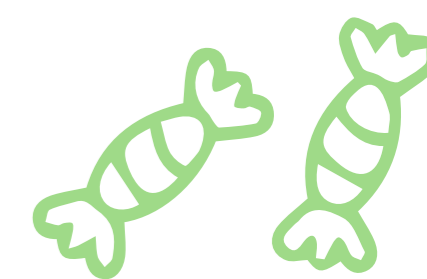


Пюре из корня топинамбура

1. Промойте топинамбур и очистите от мундира. Не спешите выбрасывать очистки - они еще пригодятся в рецепте.
2. Замочите очистки в холодной воде, чтобы убрать лишний крахмал.
3. Очищенный топинамбур положите в молоко и варите на среднем огне 30-40 минут до готовности.
4. Переложите готовый топинамбур в блендер, добавьте 100 мл молока и пробивайте до состояния пюре.
5. Промытые очистки от топинамбура просушите, пожарьте во фритюре или на сковороде с растительным маслом до состояния чипсов.
6. Просушите чипсы с помощью салфетки и добавьте соль по вкусу.

Соус из белого вина

1. Налейте в кастрюлю белое вино и томите до испарения алкоголя.
2. Добавьте рыбный бульон и тимьян, варите 3-4 минуты.
3. Уберите тимьян и вводите сливочное масло.
4. Помешивайте на среднем огне и уваривайте до состояния соуса.
5. Добавьте соль и перец по вкусу.

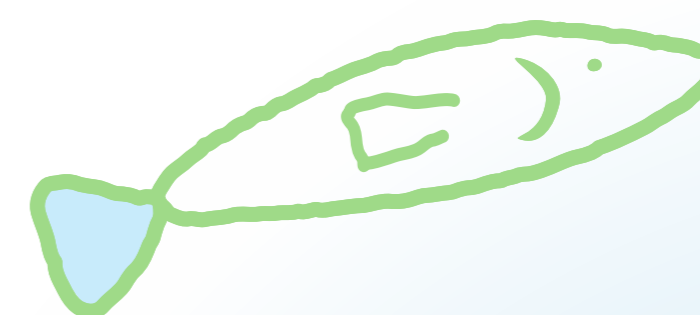


Приготовление рыбы

Рыбу можно запечь или приготовить на пару: запекайте при 180°C в духовке 8 минут либо готовьте на пару 8 минут.

Подача блюда

1. Выложите пюре из корня топинамбура на тарелку.
2. Сверху поместите рыбу и положите яйцо пашот.
3. Полейте блюдо соусом из белого вина и посыпьте чипсами.



Напиток



Сбитень из облепихи и мандарина

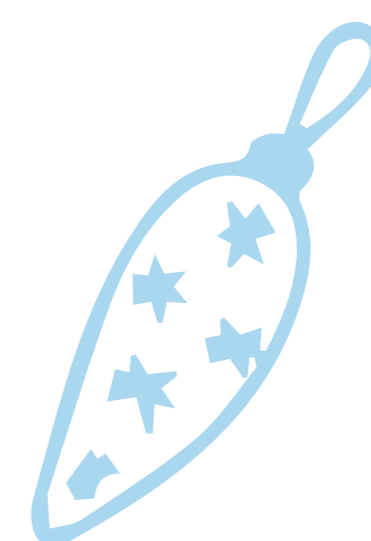
Ингредиенты:

- Облепиха - 300 г
- Мандарин - 2 шт.
- Вода - 1 л
- Мед цветочный - 5 ст. л.
- Корица - 1 палочка
- Бадьян - 1 шт.
- Кардамон - 1 шт.
- Тимьян - 1 веточка
- Сахар - 2 ст. л.



Приготовление:

1. Снимите цедру мандарина, избегая белой части.
2. В 1/3 воды (примерно 300 мл) варите облепиху на медленном огне 15 минут.
3. Процедите отвар, надавливая на ягоду, чтобы мякоть попала в жидкость.
4. В сотейник положите корицу, бадьян, тимьян, кардамон и кусочки мандарина.
5. Добавьте сахар и оставшиеся 2/3 воды, доведите пряную смесь до кипения и варите 10 минут под крышкой.
6. Процедите через сито, добавьте облепиховый отвар и мед. Не варите с медом, чтобы не потерять его полезные свойства.



Мы выпускаем медиа «Про фудшеринг»,

чтобы развивать культуру бережного отношения к продуктам питания и сделать фудшеринг привычкой для россиян.

190 ТЫС

человек уже продвигают принципы рационального потребления вместе с нами

Еда – это ценность и большой ресурс для каждого из нас. Благотворительный фонд «Банк еды «Русь»

более 12 лет

стремится к тому, чтобы хорошая еда не пропадала зря.

2 МЛН человек в 60 регионах страны

мы помогаем ежегодно

Мы забираем невостребованные качественные продукты питания и передаем тем, кто в них нуждается.

Нам всегда нужны средства на транспортные расходы, а ещё – закупку тех продуктов, которые компании не передают на фудшеринг.

Вы можете поддержать работу фонда и медиапроекта любой комфортной суммой.





с Новым годом!