Новые поступления
в читальный зал и на абонемент
Центральной городской библиотеки
(Бульвар Мира, 3)

Готовить может каждый!

Предлагаем вам познакомиться с трилогией книг Ильи Лазерсона и Михаила Спички, посвящённых приготовлению блюд по рецептам их любимых бабушек. Эти красочно иллюстрированные книги изданы московским издательством «Центрполиграф» в едином полиграфическом оформлении. И в то же время каждая из этих книг является независимой и может существовать отдельно.

«Посвящается памяти наших бабушек
Каперовской Риммы Лазаревны,
Поповой Елены Михайловны,
Берхифанд Евгении Захаровны,
Лазерсон Ольги Исааковны»

Илья Лазерсон – президент коллегии шеф-поваров Санкт-Петербурга, ведущий кулинарных программ на телеканале «Еда», организатор фестивалей русской кухни в Париже и Лондоне, автор популярных книг по кулинарии. 25 лет вместе с Михаилом Спичкой он вёл на «Радио России – Санкт-Петербург» передачу «Скорая кулинарная помощь» (1996-2022).

Михаил Спичка – член Санкт-Петербургского Союза журналистов, теле- и радиоведущий. Он – лауреат премии «Люди нашего города» в номинации «Лучшая радиопередача о культуре» (программа «Шведская спичка»), специальной премии конкурса «Золотое перо» в номинации «За безупречный вкус» (радиопередача «Скорая кулинарная помощь»).

По словам одного из авторов, «именно бабушки являются хранительницами семейных традиций, в которых совместная трапеза имеет огромное значение».

У кого из нас нет дома заветных тетрадок с кулинарными рецептами, которые достались нам от наших мам и бабушек. Вот и авторы книги бережно сохранили тетрадки своих бабушек. Избранные рецепты из них они предлагают вниманию читателей.

16+

Лазерсон, И. КГБ, или Как Готовили Бабушки : секреты фирменных блюд, рецепты праздничные и повседневные / Илья Лазерсон, Михаил Спичка ; художественное оформление Е. Ю. Шурлаповой ; фотограф Ярослав Фролов. – Москва : Центрполиграф, 2019. – 90, [5] с. : фот. цв.

Абонемент ЦГБ

Детство Ильи Лазерсона и Михаила Спички пришлось на советское время. У них обоих были бабушки, поэтому авторы считают, что им «повезло» – они «с интересом наблюдали, как бабушки священнодействуют на кухне…»: они придумывали новые рецепты из имеющихся под руками продуктов, используя свой кулинарный опыт и творческую фантазию.

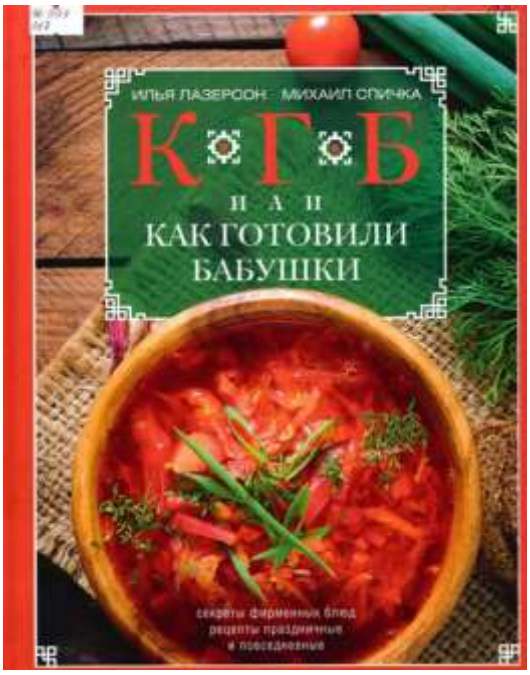
Большинство рецептов сегодня, наверное, можно назвать обычными, даже простыми – оладьи, свекольная икра, суп с гречкой, деруны… Есть и более сложные рецепты, например «Утка в соусе из чернослива», «Карп, фаршированный кусками». Есть рецепты привычных блюд с непривычными ингредиентами, например, гречневые… тефтели, селедка под шубой, в которой есть шампиньоны и сладкий перец, но нет свёклы…

Но ведь книга, по большому счёту, не об этом. Она – воспоминание о тех временах, когда авторы были совсем юными…»:

У наших бабушек всегда
Только лучшая еда!
Цукаты, конфеты, пампушки,
Душистые диво-ватрушки,
Пельмени и оладушки…
О, как готовят бабушки!

В книге много рецептов, которые готовили мама и бабушка и в моей семье. Некоторые рецепты понравились и мне. Хочу попробовать приготовить вариант овощного рагу под названием «Овощной “соус”», биточки из свинины в картофельной лепёшке «Души», вертуту с жареным луком… Заинтересовало и необычное приготовление супа из щавеля – добавление жареного брусочками картофеля в готовый суп при его подаче.

В книге также есть рецепты выпечки – «Медовая коврижка на кефире», «Творожный кекс», «Тертый пирог», «Морковный торт»… А может вам понравится варенье из брусники с грушей? Попробуйте приготовить!



16+

Лазерсон, И. ФСБ, или Фирменные секреты бабушек : рецепты, любимые с детства / Илья Лазерсон, Михаил Спичка ; художественное оформление Е. Ю. Шурлаповой ; фотограф Ярослав Фролов. – Москва : Центрполиграф, 2019. – 90, [5] с. : фот. цв.

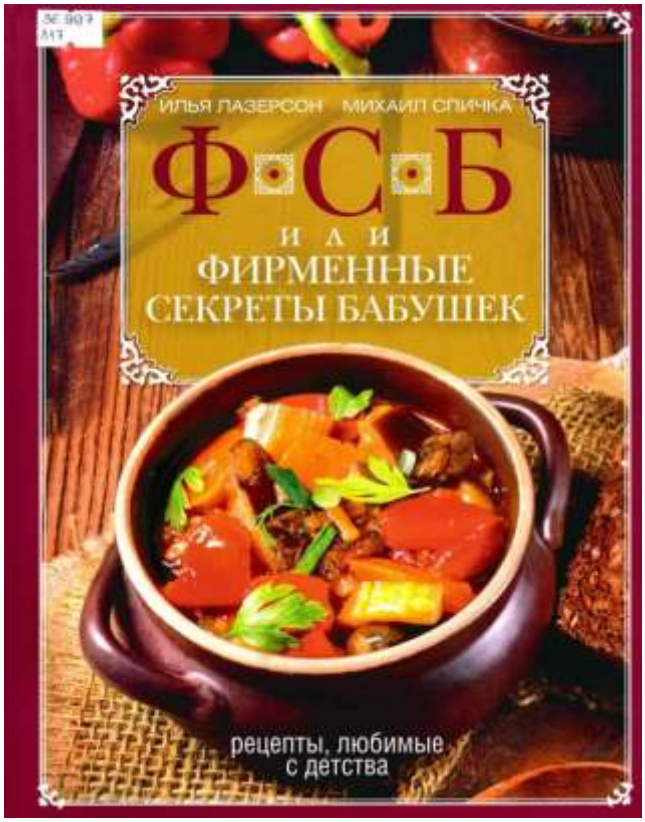
Абонемент ЦГБ

Это вторая книга цикла Ильи Лазерсона и Михаила Спички – о фирменных кулинарных секретах их бабушек. Они жили в советское время, когда хозяйки обменивались друг с другом идеями, повседневными и праздничными рецептами, секретами приготовления семейных фирменных блюд, записывая их в специальные тетрадки. Авторы бережно сохранили эти тетрадки своих бабушек и теперь предлагают читателям самые любимые рецепты из детства.

Вот лишь некоторые из них:

«Домашние консервы из селёдки»
(кстати – сельдь особенно полезна, благодаря содержанию омега-3
и является одним из наиболее концентрированных источников этих жирных кислот,
а также содержит много витамина Е и селена,
которые действуют как мощные антиоксиданты),
«Печёночный паштет с черносливом»,
«Щука в соусе с шафраном»,
«Картофельная колбаса»,
«Луковый пирог»…

Я помню, как мы, озорные детишки,
Жевали бабулины вкусные пышки,
Наваристый борщ, заливное, пюре…
Завидовали нам все подряд во дворе,
Как пахло вареньем, оладушками,
Всё очень вкусно у бабушки!



16+

Лазерсон, И. МВД, или Мгновенно, вкусно, доступно : великолепные рецепты, которые не отнимут много времени и средств / Илья Лазерсон, Михаил Спичка ; художественное оформление Янны Галеевой ; фотограф Ярослав Фролов. – Москва : Центрполиграф, 2019. – 90, [5] с. : фот. цв.

Абонемент ЦГБ

Эта книга завершает трилогию кулинарных книг Ильи Лазерсона и Михаила Спички.

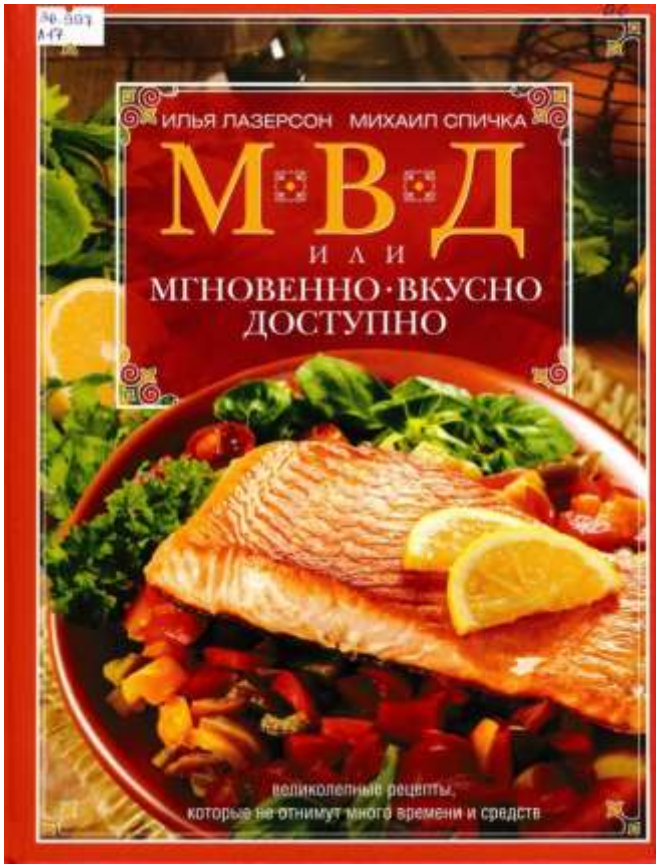
«Фунчёза с овощами и хрустящим облаком», «Сырный суп с курицей и овощами», «Фритатта из овощей», «Рыба по-бенгальски» и даже «Наполеон»… Эти и ещё 37 рецептов готовятся достаточно быстро, потому что ключевое слово этой книги – **мгновенно.**

Авторы уверены: «Еда, которая готовится очень быстро, не имеет права быть дорогой и невкусной!». Попробуйте убедиться в этом, приготовив блюда по рецептам, представленным в этой книге. Здесь можно найти рецепты всех групп блюд, составляющих трапезу – салатов, закусок, супов, основных блюд из рыбы, птицы и мяса, десертов.

Все рецепты приводятся из расчёта на 4 порции. В рецептах не упоминается соль, её использование очевидно и не имеет каких-либо особенностей для приводимых блюд.

Представляя подборку рецептов этой книги, Илья Лазерсон и Михаил Спичка обещают, что они «не отнимут много времени и средств, но доставят максимум кулинарного удовольствия!»

Проверьте! Возможно, какие-то из этих рецептов пополнят копилку ваших любимых блюд.



Предлагаем вашему вниманию две книги кулинарной редакции «ХлебСоль» издательства «Бомбора» из серии «Кулинария. Вилки против ножей». Они посвящены специям и рассматривают аспекты их применения не только в кулинарии, но и для оздоровления организма.

16+

Стивенс, Марк С. Готовим со специями : 100 рецептов смесей, маринадов и соусов со всего мира / Марк С. Стивенс ; вступительное слово Марты Холл Фуз ; [перевод с английского: Ивенская О. С.]. – Москва : ХлебСоль : Эксмо, 2019. – 267, [4] с. : цв. фот., ил. – (Кулинария. Вилки против ножей). – Указ. рецептов: с. 264-265. – Предм. указ.: с. 266-267.

Читальный зал ЦГБ

Автор книги Марк Стивенс – гражданин двух стран: Италии и США. Любовь к еде ему привила его итальянская бабушка Ивелиз, любовь к специям – его мама Кристина, а любовь к путешествиям – его тётя. В свободное от создания кулинарных шедевров время Марк работает в кино- и телеиндустрии. Он много путешествует по миру, изучая местные кулинарные традиции и рецепты.

В предисловии к книге автор кулинарных книг, лауреат премии Джеймса Берда (премия присуждается в США ресторанам, шеф-поварам, а также журналистам и писателям, которые пишут о кулинарии – это своего рода «Оскар» кулинарного мира) Марта Холл Фуз отметила, что книга Марка Стивена – «увлекательное чтение для кулинаров, мечтающих о путешествиях, и путешественников, которые хотят ощутить вкусы всего мира».

Специям принадлежит своя, особая роль в истории – они были средством культурного обмена, из-за них разгорались войны, они использовались в медицине – ими спасали жизни, излечивали болезни, специи служили в качестве денег, ими определялось местоположение дорог и городов. Сегодня специи доступны нам как никогда прежде в истории человечества. Они обладают способностью изменять, сохранять и улучшать вкус еды – в этом залог их популярности на протяжении всей истории человечества.

На любой кухне сегодня есть перец, базилик, куркума, корица, мускатный орех… Щепотка специй – и любое блюдо становится вкуснее и ярче. Именно специи превращают обычные блюда в настоящие кулинарные шедевры.

«Готовим со специями» – книга-справочник для любого кулинара. Все пряности в ней разбиты по регионам – от Индии до Европы. Вы узнаете о происхождении и культурном значении каждой из описанных в книге специй, её гармоничных сочетаниях с другими пряностями и применении для укрепления здоровья. Простые пошаговые инструкции помогут вам в приготовлении маринадов, паст, соусов и пряных смесей для любого сезона.

В книге описываются 50 специй со всего мира и приводятся рецепты более 100 смесей, масел, маринадов и соусов на их основе, с помощью которых вы сможете привнести в блюда новые вкусы.

Вот лишь несколько интересных рецептов из доступных специй:

Чермула

магрибская (североафриканская) паста для курицы, рыбы на гриле, морепродуктов, овощей

❖

Шафрановый соус

для курицы, утки, кролика, дичи, рыбы, морепродуктов

❖

Смесь специй Бахарат

для говядины, баранины, мясного рагу, начинок, томатных соусов

❖

Необычный апельсиновый соус

для сырной тарелки, мясных деликатесов, холодного мяса, дичи

❖

Соус с эстрагоном для курицы, птицы, рыбы

❖

Лимонно-горчичный маринад для курицы, лосося, тунца

❖

Французская смесь «Четыре специи» для мяса, птицы, запечённых блюд

❖

Деревенский соус чимичурри

для стейков и бургеров барбекю, курицы, чоризо и колбасок,
в качестве дипа для лепёшек, фруктов и овощей на гриле

В книге вы найдёте полезную информацию о сочетании специй и трав между собой, их сочетании с белковыми продуктами, овощами, фруктами, орехами, о хранении специй и их обработке в процессе приготовления блюд. Уверена, вы узнаете много нового, интересного и полезного из мира специй.

> «Потрясающая и невероятно систематически написанная книга! В России люди только-только начинают любить специи и интересоваться ими, постепенно уходит страх перед острыми блюдами и неожиданными вкусами. Я, как почитательница пряных ароматов и блюд, рекомендую всем наконец решиться на кулинарные эксперименты и найти свои самые любимые специи, карри и масалы с помощью этой невероятной книги».
>
> Аля Самохина, фуд-фотограф,
> автор книг «Переходи на зелёный», «45 оттенков зелёного»

Прочитайте эту книгу, чтобы неоткрытые пачки специй не скучали на полках ваших кухонных шкафчиков. Пусть специи подарят вам здоровье и порадуют ваших близких новыми интересными вкусами приготовленных блюд!

16+

Форе, Р. Алхимия трав : специи и травы на вашей кухне: от приправ до лекарства / Розали де ла Форе ; [перевод с английского Натальи Колесниковой]. – Москва : ХлебСоль : Эксмо, 2019. – 381, [2] с. : фот. цв., ил. – (Кулинария. Вилки против ножей). – Библиогр.: с. 346-370. – Алф. указ.: с. 371-378.

Читальный зал ЦГБ

Известный американский травник Розали де ла Форе зарегистрирована в Американской гильдии травников. Она помогает людям открывать мир трав и использовать их для сохранения сврего здоровья. Сейчас она работает директором по образованию компании LearningHerbs и является автором онлайн-курсов «Вкус трав», «Помощь трав при простуде» и «Травяная аптека» The Alchemy of Herbs Video Companion.

«Я писала эту книгу, опираясь на очень простую предпосылку: каждый человек уникален… Поэтому вместо того, чтобы рекламировать очередной магический «суперпродукт», я собираюсь показать, как вы сами можете подобрать лучшие травы для лечения вашего организма, учитывая его особенности… В этой книге рассказано, как использовать силу знакомых трав и специй в повседневной жизни», – отмечает во введении к книге Розали.

Почти 2000 лет назад школа медицины Гиппократа выдвинула доктрину: «Пусть пища будет вашим лекарством, а лекарство – пищей». Эта мудрая мысль сохранила своё значение и в наши дни. Идея питаться полезной для здоровья пищей обретает всё больше последователей. Используя при приготовлении еды пряные травы и специи, можно не только придать ей неповторимые оттенки вкуса, но и улучшить своё настроение и предотвратить многие хронические болезни.

Из книги Розали де ла Форе вы узнаете о полезных свойствах трав и специй и о том, как их подбирать, учитывая свою конституцию и энергетику, а также энергетику растений и заболеваний. В этом вам помогут приведённые в книге тесты и дегустационные упражнения.

Вторая часть книги разделена на пять разделов, которые посвящены пяти вкусам китайской теории трав – острому, солёному, кислому, горькому и сладкому. Каждая глава рассказывает об отдельной пряной траве или специи и включает рецепты, которые помогут вам проверить их лечебные свойства.

Специи могут помочь нам справиться с простудой, головной болью, стрессом и многими другими проблемами здоровья. Например, чай из корицы поможет при воспалении горла, а имбирно-лимонный чай – при простуде и гриппе, хумус из чеснока укрепит иммунитет, а муссовый шоколадный торт с кардамоном – сердце. А вы знаете, что пряный кофе с корицей и кардамоном, который наполнит ваш организм мощными антиоксидантами, можно приготовить и холодным способом?

Книга «Алхимия трав» научит вас использовать знакомые специи и пряности для приготовления блюд, которые способствуют исцелению, и составить домашнюю аптечку, незаменимую во всех случаях жизни.

Узнайте, что полезно именно вам!

В заключение, предлагаем вам познакомиться с книгой, в которой нет кулинарных рецептов. Она познакомит вас с гастрофизикой – новой наукой о питании, которая изучает влияние различных факторов на наше пищевое поведение и ожидания, на вкус, аромат и нашу оценку блюд и напитков, на воспоминания о них. Ведь наше впечатление о еде формируют сразу все сенсорные системы – зрение, вкус, обоняние, осязание и даже слух.

16+

Спенс, Ч. Гастрофизика : новая наука о питании : [истинные причины наших вкусовых предпочтений] / Чарльз Спенс ; перевод с английского Елены Зайцевой ; [предисловие Хестона Блюменталя]. – Москва : КоЛибри : Азбука-Аттикус, 2019. – 351 с. : фот. – Библиогр. в примеч.: с. 255-349 и в подстроч. примеч. – Фотоматериалы: с. 350-351.

Читальный зал ЦГБ

Понравится ли вам яблоко, которое не хрустит?

Почему пассажиры в самолёте чаще всего заказывают томатный сок?

Есть руками – это плохо или хорошо?

Отчего в компании мы съедаем как минимум на треть больше, чем в одиночестве?

Почему нам совсем не хочется пробовать зелёный кетчуп?

Современные учёные утверждают, что удовольствие от еды, впечатление от блюда или напитка формируется не во рту, а в голове. Пищевым поведением человека управляют все органы чувств сразу. Кроме вкуса, запаха и текстуры блюда на нас влияют фоновые звуки и музыка, которая играет дома или в ресторане, погода за окном, форма и цвет посуды, из которой мы едим, вес столовых приборов, наконец, компания, собравшаяся за столом…

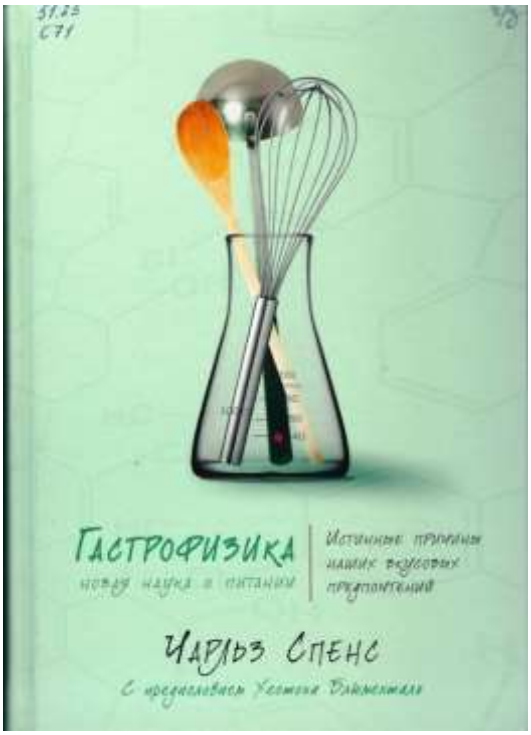
Создатель гастрофизики Чарльз Спенс – экспериментальный психолог и профессор Оксфордского университета – двадцать лет посвятил изучению мультисенсорного восприятия еды. Он руководит Кросс-модальной исследовательской лабораторией, давно и плодотворно сотрудничает с новатором гастрономии Хестоном Блюменталем. Многие исследования они проводят вместе на кухне знаменитого ресторана The Fat Dack в Брэе (графство Беркшир, Великобритания).

В предисловии к книге Хестон Блюменталь отметил: «Мы едим глазами, ушами, носом, памятью, воображением и желудком. У каждого человека свои отношения с едой: у кого-то хорошие, у кого-то плохие, но в конечном счёте всё дело в эмоциях и чувствах… Нам трудно представить, до какой степени наслаждение едой зависит от наших личных особенностей, насколько это удовольствие влияет на воспоминания, ассоциации и эмоции. Это невероятно увлекательная тема, и первые шаги к ней вы сделаете, читая «Гастрофизику».

Чарльз Спенс подробно исследует все аспекты восприятия еды – вкус, запах, вид, звук, тактильные ощущения, комфортность окружающей обстановки. Он рассматривает особенности трапезы в разных условиях – в компании, в самолёте, с эффектами театрализации (эмпирическая трапеза) и персонализации, с использованием цифровых технологий (пищевой 3D-принтер, цифровое меню, официант-робот, обед в дополненной реальности и т. д.), футуристическая кухня (вы найдёте здесь и «Манифест футуристической кухни», и рекомендации автора о том, как устроить свой собственный футуристический приём – этот вечер вашим гостям обязательно запомнится!). Чарльз Спенс рассказывает, как сделать трапезу приятной, пробуждающей воображение, оставляющей приятные воспоминания.

«Гастрофизика» – это книга, прочитав которую вы взглянете на еду в своей тарелке совершенно по-новому. «Лично я верю, что будущее гастрофизики – это и фундаментальные задачи, и множество возможностей изменить наше отношение к еде», – отмечает Чарльз Спенс. По его мнению, сегодня необходим поиск стратегий, которые направят людей «в сторону более здорового и экологичного пищевого поведения».

Ну и в заключение книги – рекомендации автора для тех, кто «хочет чувствовать себя более сытым и довольным, употребляя меньше еды (то есть питаться правильнее)».



Составитель: И. Паранина,
зав. Информационно-библиографическим отделом
Центральной городской библиотеки

г. Краснотурьинск
2023