

Супермаркет

информационно-рекламное издание

Деликатес

декабрь 2014 – январь 2015

*Звездный
путь*

.....

*Кухни
древних
цивилизаций*

.....

*Вкусы
Поднебесной*

.....



ВЫБЕРИ

Любая
за **175**
рублей!

時
ВРЕМЯ
СУШИ

www.sushi38.ru
тел. 60-80-70
www.5armia.ru

Хочешь кушать?



ВРЕМЯ
СУШИ



60-80-70

www.5armia.ru www.sushi38.ru

ОСНОВУ!

- Пшеничная лапша Удон
- Гречневая лапша Соба
- Рис



ВЫБЕРИ НАПОЛНЕНИЕ

- **со свиной** (основа + свинина, лук, шампиньоны, перец, соус.)
- **с курицей** (основа + курица, ростки сои, морковь, лук, перец болгарский, соус, кунжут)
- **с морепродуктами** (основа + морской коктейль, лук, морковь, яйцо, шампиньоны, соус)
- **с семгой** (основа + лосось, морковь, яйцо, зеленый лук, кунжут, соус)
- **с овощами** (основа + морковь, перец болгарский, лук, ростки сои, шампиньоны, помидор, соус)

Время Суши!



Меню
для Android

реклама



Любой
за **175**
рублей!



Новый

супермаркет

Деликатес

в центре Иркутска —

на ул. Декабрьских Событий, 31

- Свежайшие роллы
- Охлажденная рыба
- Мясные деликатесы и птица
- Морепродукты
- Изысканные сыры
- Чай, кофе, какао
- Консервация, джемы, мед
- Соки, воды, алкогольные напитки
- Соусы, специи, приправы
- Кондитерские изделия, конфеты, шоколад
- Элитная косметика и бытовая химия



Доставка
деликатесов на дом:

506-506
www.5armia.ru

Подарочные корзины
на любой вкус
и кошелек!



Вкусы Поднебесной

Несмотря на региональное многообразие китайской кухни, некоторые правила приготовления пищи остаются общими для всех поваров. Кулинарные каноны Китая требуют от повара, чтобы пища была не только вкусной, но и полезной, а иногда и лечебной.

Некоторые южно-китайские блюда, отличающиеся особой остротой, рассматриваются как сильные афродизиаки, улучшают настроение. В Китае считается, что пища людям дается небом, вследствие чего китайцам незнакомо понятие «перекусить». Принятие пищи всегда расценивается как момент приобщения к культуре нации. Блюда для трапезы подбираются так, чтобы среди них преобладали жидкие и мягкие кушанья. Трапеза начинается с раскладывания на тарелки компонентов. Так, на большом парадном обеде подают до 40 различных блюд, при этом каждый сидящий за столом, обычно круглым, получает пиалу с пресным вареным рисом и палочки. В центр стола ставятся общие блюда.

Сначала пьют зеленый чай без сахара и молока, затем подают мисочки с холодными закусками, обычно это нарезанные мелкими кусочками печень, мясо, рыба или овощи. Едят китайцы не торопясь и понемногу, наслаждаясь процессом. Гостю в знак особого внимания, высшей заботы и уважения принято подкладывать в пиалу угощение своими палочками. Затем переходят к рису, который едят, смешивая верхний слой в пиале с соусом. К этому следует подогретое рисовое вино или матан. В заключение трапезы подается бульон и снова чай, но в него добавляют немного масла. Именно такой состав и порядок считается наиболее благоприятным для пищеварения.

В большинстве случаев своеобразие китайской кухни достигается искусной обработкой исходного сырья, а не самим сырьем. Так, один из основных принципов — блюдо должно состоять из маленьких кусочков, чтобы во время трапезы не требовалось дополнительных усилий для разделки готового кушанья на тарелке. Отсюда два основных кулинарных секрета по-китайски: правильно нарезать и правильно обжарить. Маленькие, одинаковые по форме и размеру кусочки готовятся очень быстро (буквально одну-две минуты) на сильном огне в раскаленном масле, при этом в масле сначала прожаривается душистый перец и имбирь, что придает особый аромат готовому блюду. Часто в приготовлении пищи используют кляр из теста или крахмала — такой способ позволяет сохранять сочность исходного продукта. В кляре готовятся кусочки мяса, рыбы, морепродуктов, овощей и вообще всего съедобного (сравните с японской кухней). Крайне редко продукт готовят целиком, не нарушая его целостность: удаляются все кости так, чтобы внешняя форма не изменилась.

Кажущаяся несовместимость компонентов, вкусов и ароматов — еще одна особенность китайской кухни. Примеров тому масса: «свинина с ароматом рыбы», «говядина с фруктовым вкусом», кисло-сладкие огурцы и т. д. Правильно приготовленная рыба не может иметь вкуса рыбы, иначе непонятно, зачем с ней что-то делали.





История китайского блюда «Утка по-пекински»

Известное на весь мир китайское национальное блюдо — «Утка по-пекински». В Китае начали готовить много столетий назад, еще во времена правления династии Сунн, воцарившейся в X веке. Тогда утку запекали еще в глиняной корочке, просто обмазывая ее глиной со всех сторон. Во времена династии Юань, правившей в Китае начиная с начала XIII столетия, рецепт приготовления утки был существенно изменен, птицу перед выпеканием фаршировали бараниной, благодаря чему блюдо было адаптировано к вкусам монголов, завоевавшим значительную часть территории Китая. В XIV столетии, когда воцарилась династия Мин, рецепт приготовления утки опять претерпел изменения — птицу уже стали мариновать, так чтобы она после приготовления оставалась белой, ее кожа была тоненькой, а вкус мяса стал особенно нежным.

Со временем рецепт «Утки по-пекински» был еще более усложнен, птица должна была пройти предварительную семидесятидневную подготовку. Сначала утку откармливают специальной смесью, состоящей из злаков, а режут ее лишь после того, как птица наберет необходимый вес. И уже потом наступает время для других процедур согласно рецепту. Далее утка готовится в течение суток до того момента, когда ее уже нужно ставить на праздничный стол.

Сейчас «Утку по-пекински» готовят во всех странах мира, в основном, в китайских рестораниках. Есть поговорка, которая гласит: «В Китае нужно сделать две вещи: побывать на Великой китайской стене и попробовать утку по-пекински». Об утке по-пекински иногда даже говорят как о «самом вкусном блюде в мире». Сейчас, когда везде можно найти рестораны быстрого питания, пекинская утка по-прежнему готовится вручную.

«Утка по-пекински» — блюдо непростое, существуют детали, с которыми нужно быть знакомым, чтобы есть ее правильно. Перед подачей на стол повар на специальном разделочном столике на колесах перед глазами клиентов разрезает утку на маленькие тонкие кусочки. Такой способ нарезки был принят в 60-х годах прошлого века. Однажды премьер министр Госсовета КНР Чжоу Эньлай устроил банкет в честь неких западных гостей. Гости, естественно, ели вилками и ножами. Они не умели пользоваться китайскими палочками. Тогда премьер Чжоу попросил повара нарезать утку в виде листьев ивы. После чего утку стали традиционно нарезать в таком виде.

Блюдо «пекинская утка» состоит не только из самой утки. По традиции сюда включаются и тонкие блинчики, свежие огурцы, лук и специально приготовленный соус.



Утка по-пекински

Способ приготовления:

Замороженную утку необходимо разморозить постепенно — сутки подержать в холодильнике при температуре +3...+4°C. Потом еще на 10–12 часов оставить ее оттаивать при комнатной температуре. Когда утка окончательно разморозится, отрезать ножом или ножницами для птицы верхние фаланги крыльев.

Уберите с утки весь лишний жир. Жир, который находится под кожей, после правильной обработки растопится и вытечет во время запекания в духовке.

Начать готовить утку нужно за сутки до ее подачи на стол. Вскипятите чайник, подвесьте утку за шею и обдайте ее крутым кипятком так, чтобы кожа утки побелела. Дайте воде стечь, промокните утку досуха бумажным полотенцем. Возьмите сухой херес или китайское рисовое вино, натрите им утку снаружи и внутри. Оставьте ее полежать 5–10 мин. Возьмите крупную морскую соль и натрите ею утку — снаружи и внутри. После этого утку нужно на 12 часов поместить в холодильник, ничем не закрывая, в вертикальном положении — подвешенная или насаженная на бутылку. Из утки будет вытекать кровь, так что под нее нужно поставить тарелку. Через 12 часов выньте утку из холодильника и смажьте ее снаружи медом. Мед должен быть распределен по поверхности тонким равномерным слоем. Снова положите ее в холодильник в вертикальном положении — пусть она подсыхает еще 12 часов.

Нагрейте духовку до 190°C. Положите утку грудкой вверх на решетку, под которой закреплен противень. Налейте в противень стакан холодной воды и накройте утку фоль-

Ингредиенты:

- Утка — 2,5–3 кг
- Херес или рисовое вино — 1/4 стакана
- Соль морская
- Мед — 4 ст. л.
- Масло кунжутное — 1 ст. л.
- Соус соевый — 5 ст. л.
- Имбирный порошок — 1 ст. л.
- Перец черный свежемолотый — 1 ст. л.
- Вода — 1 чашка

Для теста:

- Яйцо — 1 шт.
- Мука — 1 чашка
- Молоко — 2/3 чашки
- Масло растительное — 2 ст. л.

А также:

- Соус для утки по-пекински «Hoisin» (хой-син)
- Огурцы — 1–2 шт. большого размера
- Зеленый лук — 2 больших пучка

В СУПЕРМАРКЕТЕ
Деликатес
ВСЁ ДЛЯ РЕЦЕПТА

Можно использовать
готовые блинчики,
которые продаются
в супермаркете
«Деликатес»

гой так, чтобы плотно закрытой оказалась вся конструкция вместе с противнем. Поставьте в разогретую духовку на 1 час.

Смешайте имбирь с кунжутным маслом, перцем и соевым соусом так, чтобы получилась густая масса. Выньте утку из духовки, снимите фольгу и уберите противень с жидкостью, кисточкой равномерно обмажьте утку получившейся массой. Увеличьте температуру духовки до 260°C. Поместите утку на решетке обратно в духовку на 25 мин. Следите, чтобы она не пригорела!

Выньте утку из духовки и смажьте смесью 2 ст. л. меда и 1 ст. л. соевого соуса. Выключите огонь и включите гриль. Поставьте утку на решетке в нижнюю часть духовки на 5–10 мин. до образования хрустящей корочки. Выньте утку из духовки, дайте остыть. Аккуратно срежьте все мясо с костей и порежьте его небольшими кусочками, чтобы корочка оказалась на каждом.

Приготовьте тесто для блинчиков. Смешайте муку с водой и яйцом так, чтобы не было комочков, добавьте молоко, растительное масло и мелко нарезанный зеленый лук. Выпекайте очень тонкие блинчики (лучше взять сковороду с антипригарным покрытием, чтобы жарить без масла).

Порежьте зеленый лук. Огурцы очистите от кожуры и семян, порежьте тонкими длинными полосками и оставьте на бумажном полотенце, чтобы стек лишний сок. Возьмите блинчик, смажьте небольшим количеством соуса хой-син, сверху положите начинку — лук, огурец и утку, сверните блинчик. Приятного аппетита!



18+



Горького, 34

☎ 91-49-49



НОВОГОДНЯЯ НОЧЬ

в новом ресторане
«Золотой гусь»

В ПРОГРАММЕ НОВОГОДНЕЙ НОЧИ:

- встреча нового года с хлопушками и поздравлением президента
- праздничный салют
- шутки и конкурсы от ведущего вечера
- выступление деда Мороза

ИЗЮМИНКА ВЕЧЕРА:
специально
приглашенные артисты
из таинственного
Китая!

Музыкальное сопровождение на протяжении всей ночи!

The background of the advertisement is a warm, golden-yellow gradient. In the upper left corner, there is a red rectangular logo with the word "Art" in white script and "BEAUTY ХОЛДИНГ" in white capital letters below it. To the left of the logo, the word "реклама" is written in small white letters. The main visual elements include several bright orange fruits: a whole orange in the lower left, another whole orange in the upper center, and a cross-section of an orange showing its segments in the lower right. Pine branches with green needles and brown pinecones are arranged in the upper left. A glass of orange juice is on the right side, with a splash of juice at the top. A silver spiral ribbon is wrapped around one of the pinecones and the orange in the lower left. The overall mood is festive and fresh.

Art

реклама

BEAUTY
ХОЛДИНГ

Вкусное меню

Жизнь в удовольствие!

Киевская, 18
24-25-35, 24-26-10

Гоголя, 15
48-34-94

Лермонтова, 321
42-89-22

Горького, 15
24-09-50

www.artirk.ru

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ

для вашего отдыха

Релакс-программы

- **SPA-пакет «Блаженство»** 6 500 руб.
Включает в себя экзотические ритуалы Абхьянга и Широухара, хаммам, увлажняющий уход, чай, укладку
- **SPA-уход «Омоложение»** 6 000 руб.
Включает в себя ритуалы: Удвартана и Широухара, чай, хаммам и укладку
- **Аюрведа SPA-Абхьянга** - масляный ритуал в 4 руки..... 2 950 руб.
- **SPA Ломи-Ломи** 2 400 руб.
Распаривание в хаммаме и 2 часа удовольствия
- **Турецкие банные техники** 3 400 руб.
Включает в себя пилинг Кессе, арабский мыльный и турецкий масляный уход. Увлажняют кожу, дарят релаксацию и состояние гармонии
- **Стоун-терапия** 2 950 руб.
Способствует нормализации обмена веществ и микроциркуляции в тканях, а также обладает потрясающим релаксирующим эффектом
- **SPA-уход на люкс-косметике Thalasso Bretagne** 1 700–3 500 руб.
Принципиально новая, эксклюзивно разработанная на основе натуральных компонентов SPA-косметика, оказывающая благотворное воздействие одновременно на кожу и психоэмоциональное состояние
- **SPA-уход на косметике Jean Klebert**..... 1 600–3 400 руб.
- **Солевая шахта** 300 руб.
Сохранение молодости и красоты. Профилактика целебным микроклиматом простудных заболеваний, аллергии, астмы у взрослых и детей. Снятие стресса и синдрома хронической усталости

Коррекция фигуры

- **Уход липолитический** 1 700 руб.
Улучшает самочувствие, уменьшает локальные жировые отложения
- **Уход «медовое глазирование»** 2 400 руб.
Делает силуэт подтянутым, дарит ощущение блаженства. Питает кожу, обладает антицеллюлитным эффектом
- **Общий уход с аромамаслами** 1 850 руб.
Ароматический уход оказывает общеукрепляющее действие, способствует глубокой релаксации

НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Популярные продукты



У бурого риса есть характерный запах, напоминающий запах ореха. Такой рис более полезен, так как содержит множество полезных веществ и микроэлементов, клетчатки и витаминов. Используется для приготовления разнообразных гарниров.



Бутанский красный рис является разновидностью японского. Рис полушлифованный: некоторое количество красноватой отрубной оболочки остается на зернах. Из-за этого он готовится несколько быстрее, чем нешлифованный бурый рис. В вареном виде рис бледно-розовый, мягкий и слегка липкий. Его подают в качестве красивого цветного гарнира, добавляют в салаты, тушат.



С древних времен **черный рис** рос исключительно в горах Тибета. Собрать его приходилось вручную. Зерно нешлифованного черного риса имеет овальную, слегка вытянутую форму. Белая сердцевина, богатая белком и клетчаткой, покрыта тонкой черной шелухой. Черный рис можно подавать как гарнир или использовать в салатах с фруктами, орехами, зеленью и морепродуктами.



Гречневая лапша

(соба) — национальная японская лапша, приготовленная из гречневой муки. Она примерно такая же по толщине, как современные спагетти. В Японии соба участвует во многих здоровых рецептах горячих и холодных блюд. Гречневая лапша содержит вдвое больше питательных белков, чем рис.



Пшеничная лапша

— это один из самых распространенных видов лапши, который изготавливают из пшеничной муки и воды. Пшеничную лапшу подают в виде гарнира или основного блюда. Так же пшеничную лапшу добавляют в супы и холодные закуски, к примеру, в острый салат.



Рисовая вермишель

— тонкая, прозрачная, сделанная из рисовой муки, практически безвкусная. Лучше всего подходит к кокосовым супам, stir fries или салатам. Лапша остается твердой и эластичной и после тепловой обработки, никогда не раскисая.

азиатской кухни



Хой Син — «запах моря», изобретение кантонских поваров. Несмотря на название, ни рыбы, ни морепродуктов этот соус не содержит. Чаще всего хойсин используют в качестве приправы или маринада к мясу — особенно к утке и свинине. Сладковатый, сложный, почти медовый вкус этого соуса делает самое скучное блюдо богатым и насыщенным.



Хлопья бонито — сушеные рыбные хлопья с мягким, немного копченым привкусом, изготавливают из рыбы семейства скумбриевых. Тонкие стружки бонито — один из основных ингредиентов бульона даси, служащего основой многих блюд. Хлопья бонито, растертые в порошок, используются в качестве приправы. Продаются в расфасованном виде, хранятся в течение нескольких месяцев в холодильнике.



Традиционные **Лунные пироги** (юэбины) едят на праздник середины осени чжун чеу цзе. Лунный пирог сделан из теста и фарширован яичным желтком, семенами лотоса, красной фасолью, стружкой кокосового ореха, грецкий орехом. Сверху Лунного пирога, выдавливаются китайские иероглифы, представляющие долголетие или гармонию. Так же существует легенда, что именно эти пряники помогли китайцам свергнуть монгольскую династию Юань, так как в них заговорщики передавали записки.



Муэр (древесные ушки) — это черные древесные грибы. Грибы имеют ярко выраженный запах дыма и сладковатую хрустящую мякоть. Вкус у грибов муэр практически нейтральный, благодаря этому они отлично сочетаются с любыми продуктами. Муэр используются для приготовления жареных и тушеных блюд, супов, гарниров, салатов и холодных закусок.



Шиитаке — древесные грибы, которые растут на деревьях ши. Они обладают изысканным вкусом и считаются деликатесом. Их вкус напоминает что-то среднее между белыми грибами и шампиньонами. Эти грибы используют для приготовления супов, соусов, а также йогурта. Экстракт шиитаке добавляют в напитки, пирожные и конфеты.



Намеко — японский вариант рыжиков или опят. Их название означает «скользкие грибы». Небольшие — 1–2 см в диаметре, оранжево-коричневые шляпки намеко, покрыты очень скользким желеобразным веществом. Чаще всего из намеко варят суп с мисо и готовят закуски.



Фуцжу или соевая спаржа — соевый продукт, который готовят из юбы — нежной пленки соевого молока. Соевые продукты применяют в пищу в Китае более 2 000 лет. Соевые бобы считаются одним из пяти священных злаков в восточной культуре. Соевая спаржа — полезный, питательный продукт. Соевый белок по питательности схож с животным белком.



Вонтоны — разновидность китайских пельменей. Вонтоны бывают круглой или треугольной формы. Готовят вонтоны на пару, варят или жарят в растительном масле. В Китае для вонтонов продают готовое тесто, которое уже нарезано на квадраты или кружки, но его вполне можно приготовить и самостоятельно.

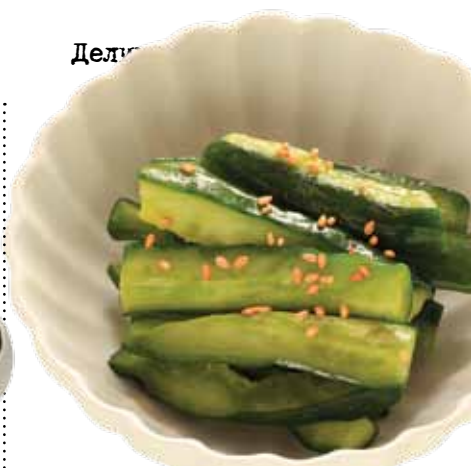


Столетние яйца — популярная закуска китайской кухни. Яйца специально выдерживают несколько месяцев в специальной смеси из чая, извести, соли, золы и глины, после чего закатывают в рисовую шелуху и солому, помещают в корзины и закапывают в землю. Чаще всего столетние яйца подаются нарезанными на ломтики, как самостоятельная закуска.



Пампушки с начинкой

(бао цзи) — это китайский аналог хот-догов, гамбургеров и сэндвичей. Бао цзи готовят на пару. Начинка может быть как сладкой, так и острой. Сладкие пампушки обычно едят холодными, а острые (с начинкой из свинины, жареной в меду) — горячими. Согласно легенде, баоцзы были изобретены знаменитым стратегом II–III века н. э. Чжугэ Ляном и с тех пор являются одним из самых популярных блюд в Китае.



Битые огурцы — чрезвычайно популярное китайское блюдо быстрого приготовления. Китайцы любят, чтобы огурцы были мягкими, поэтому свежие огурцы держат в тепле 2–3 дня. Огурцы в начале бьют, а потом нарезают. На юге Китая вообще огурцы ножом не режут, только ломают. Считается, что от соприкосновения с металлом они теряют свой вкус.



Традиционный китайский десерт «Фрукты в карамели».

Кусочки фруктов не жарятся во фритюре, а просто нанизываются на палочку и заливаются карамелью. Чтобы карамель быстрее застыла, лакомство опускают в холодную воду. Китайцы делают «бинтан хулу» из самых разных фруктов и ягод. Особенно популярны здесь кусочки ананасов, бананов, мандаринов и яблок.



2015

Новогодние корпоративы с 22 декабря

от 2900 руб.
на персону
(включая программу)

по-чешки душевно!
по-европейски весело!

Прага
ресторан



для
компаний
от 4 до 60
персон

22-38-38

ул. Депутатская, 42/2

www.praga-irk.ru

18+

ООО «Прага» - торговая компания. ИНН 3811138982, КПП 381143001, ОГРН 1103850013211





Китайские спрингроллы (чунь цзюань) — это рулетики цилиндрической формы, кантонское блюдо в стиле «дим-сум». Начинкой этих небольших рулетов может быть мясо или овощи, на вкус они могут быть сладковатыми или пряными. Рулетики подают горячими с аппетитной корочкой золотистого цвета.



Китайский новогодний пирог. Обязательным блюдом на праздничном столе в традиционный китайский Новый год является няньгао — новогодний пирог. Его готовят из клейкого риса или пшеничной муки с добавлением всевозможных продуктов, например, с пюре из плодов юбы, соевым пюре, фруктами, консервами и т. п.



Свинина в кисло-сладком соусе — традиционное блюдо кантонской кухни. История этого блюда берет свое начало со времен правления шестого императора династии Цин. Кусочки свинины сначала обжаривают во фритюре в панировке из кукурузного крахмала, а затем — с овощами и ананасами в кисло-сладком соусе.



Тофу (соевый сыр) — один из важнейших источников белка и кальция в рационе китайцев, который на протяжении веков заменял им мясо и молоко. У тофу почти нет собственного вкуса, поэтому его не едят просто так, а используют в кулинарии для приготовления самых разных блюд. Его режут на небольшие кусочки и варят или жарят.



5 китайских специй — это одна из древних пряных смесей, известная также под названием «усянянь». В китайской кулинарии 5 китайских специй обозначает смесь приправ: сладкого укропа, гвоздики, корицы, а также из звезд аниса и горошин сычуаньского перца. Китайскую смесь добавляют в блюда из мяса и из домашней птицы, которым она придает специфический, чуть сладковатый вкус.



Китайские пельмени (цзяо цзы) — что по звучанию совпадает с фразой «передавать полночь», что символизирует истинное начало нового временного цикла, обновление. По традиции — количество съеденных пельменей обязательно должно быть четным, но ни в коем случае нельзя доедать их все до конца. Такое расточительство должно способствовать наличию «избытка» во всем хорошем в наступающем году.



Черничный мусс

Ингредиенты:

- Сливочный сыр 125 г
- Сметана 1 ст.
- Черника 1 ст.
- Сахарная пудра 4 ст. л.
- Лимонный сок

Способ приготовления:

Сметану взбить с двумя ложками сахара, ягоды перетереть блендером. Сыр перемешать с сахаром в гладкую однородную массу, добавить лимонный сок, сметану и чернику. Осторожно вымешать. Вылить в высокие бокалы и поставить в холодильник или прохладное место на 2–3 часа. Украсить ягодами с листиком мяты или эстрагона.



В СУПЕРМАРКЕТЕ
Деликатес
ВСЕ ДЛЯ РЕЦЕПТА

Телятина в вишневом маринаде

Ингредиенты:

- Телятина 1 ½ кг
- Сок вишневый
- Коньяк 50 мл
- Смесь перцев 1 ч. л.
- Красный перец ¼ ч. л.
- Сухой тимьян 1 щепотка
- Мед 1 ст. л.
- Соль 1 ч. л.

Для соуса:


- Вишня замороженная 350 г
- Лук репчатый 1 шт
- Масло сливочное 50 г
- Вино красное сухое 2,5 ст. л.
- Сахар 2 ст. л.
- Зелень эстрагона 2 ст. л.
- Соль и перец по вкусу

Способ приготовления:

Все сухие специи растолочь в ступке. Телятину просушить бумажной салфеткой и натереть подготовленной смесью специй и соли. В отдельной посуде перемешать вишневый сок, коньяк и мед. Отправить мясо в маринад и оставить на 30 минут постоять при комнатной температуре. Спустя пройденное время телятину перевернуть и отправить на 1 час в холодильник. Мясо впитает в себя нужное количество маринада. Через 30 минут мясо снова перевернуть. Разогреваем духовку на 200°C. Телятину промокнуть салфеткой и обжарить на сильном огне со всех сторон. Уменьшить температуру духовки до 170 градусов. В рукав положить кружочки моркови, а на них обжаренную телятину. Вылить оставшийся маринад и завязать пакет. Отправить в духовку на 40–50 минут.

Приготовить соус: В сотейнике растопить сливочное масло (25 г), добавить лук. Накрыть крышкой и тушить на слабом огне 20 минут, периодически помешивая. Выложить в сотейник вишню, всыпать сахар, влить вино. Посолить, поперчить. Тушить без крышки 20 минут. Добавить эстрагон к вишневому соусу, перемешать и снять с огня.

Перед подачей дать мясу отдохнуть 10 минут, и, только после этого открывать пакет и нарезать мясо. Полить вишневым соусом.



5 минут
и готово



Закуска из печеных перцев с муссом из трески

Запеките перцы в духовке, снимите шкурку. Взбейте в блендере отваренное на пару филе трески, мякоть авокадо и груши, сок апельсина, сливочный сыр до однородной массы. Мусс поперчите, посолите и еще раз взбейте. Нафаршируйте муссом перчики и уложите сверху на поджаренный в духовке, с плавленым сыром, хлеб. Проткните зубочисткой и украсьте зеленью петрушки.



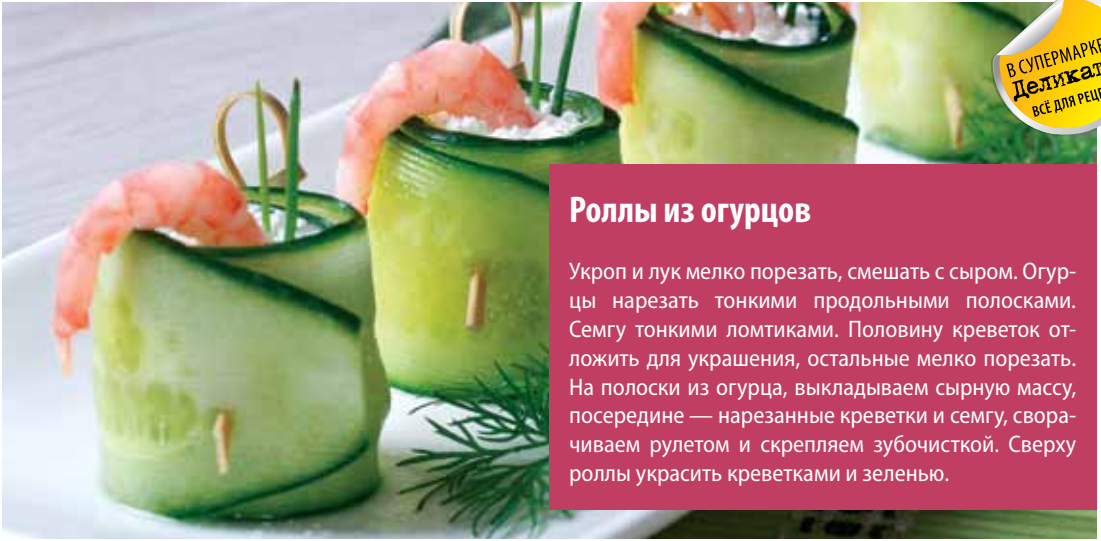
Запеченная свекла с сыром фета

Свеклу, запеченную в духовке, нарезать дисками и проложить сыром фета. Сверху полить смесью из оливкового масла, сока лимона, меда и горчицы. Посыпать пророщенными ростками сои.



Куриные шашлычки

Куриное филе нарезать крупными кусочками и замариновать: немного посолить, поперчить, смазать растительным маслом, слегка сбрызнуть соком лимона и соевым соусом, добавить мед. Хорошо перемешать и поставить в холодное место на 30–40 минут. Овощи порезать. На деревянные шпажки плотно нанизать по очереди кусочки: перец и помидор. Жарить шашлык из куриного филе на сковороде на растительном масле по 5–7 минут с каждой стороны до образования румяной корочки. Выложить на блюдо и украсить зеленью. Подавать с острым томатным соусом.



Роллы из огурцов

Укроп и лук мелко порезать, смешать с сыром. Огурцы нарезать тонкими продольными полосками. Семгу тонкими ломтиками. Половину креветок отложить для украшения, остальные мелко порезать. На полоски из огурца, выкладываем сырную массу, посередине — нарезанные креветки и семгу, сворачиваем рулетом и скрепляем зубочисткой. Сверху роллы украсить креветками и зеленью.



Десерт Доменика

Измельчить в блендере или пропустить через мясорубку печенье или подсушенный бисквит. Перемешать сухари со сливочным маслом. Добавить молоко, сахарную пудру и белое сухое вино. Сформировать пирожные, обвалять их в толченых орехах и какао. Поставить в холодильник на 2 часа. Подавать, украшенными лесными ягодами.



Десерт Тирамису

До светлого оттенка взбить желтки с сахарной пудрой, влить ликер, положить размятый маскарпоне, лопаткой перемешать, миксером взбить на слабой скорости до однородности. Сварить кофе, остудить, пропитать им печенье. Слойми выложить крем и печенье, посыпать какао. Подавать десерт можно сразу, либо охладить его в холодильнике. ○

Супермаркет Деликатес

ул. Декабрьских Событий, 31
поселок Дзержинск,
ул. Стахановская, 49



Креветки тигровые, свежемороженые,
без головы, 16/20, 1 кг, Китай

650 руб.



«Ароматы жизни» Масло из виноградной
косточки, рафинированное, 250 мл

-132-119 руб./шт.



«Ароматы жизни» Масло льняное,
нерафинированное, 250 мл

-99-89 руб./шт.



«Ароматы жизни» Масло горчичное,
нерафинированное, 250 мл

-102-92 руб./шт.



«Delphi» Брускетта
из оливок, 230 г

170 руб./шт.



«Delphi» Брускетта
из сушеных томатов, 230 г

170 руб./шт.



«Delphi» Маслины с косточкой
Каламата, 360 г

170 руб./шт.



Семга свежемороженая,
с головой, 5–6 кг, Чили
449 руб.



«Вилма» Хаггеттс куриные,
хрустящие, 300 гр
82 руб.

Доставка
деликатесов
на дом
тел. 506-506
www.5armia.ru



«Aceites vallejo» оливковое масло БИО
Органик-премиум, 0,5 л
382 332 руб./шт.



«Aceites vallejo» оливковое масло
Extra Virgin-премиум, 0,25 л
212 184 руб./шт.



«Aceites vallejo» оливковое масло
Extra Virgin-премиум, 0,5 л
297 258 руб./шт.



«Delphi» Джем черешневый, 380 г
121 руб./шт.



«Delphi» Джем апельсиновый, 380 г
121 руб./шт.



«Delphi» Томаты высушенные,
в подсолнечном масле, 340 г
175 руб./шт.

Новогодний пудинг с вересковым медом

Ингредиенты:

- Вересковый мед
Lune De Miel **130 г**
- Несоленное сливочное
масло **100 г**
- Яйца **3 шт.**
- Разрыхлитель **1 ч. л.**
- Самоподнимающаяся
мука **110 г**
- Сладкий заварной крем
для украшения
- Фигурки из мастики
новогодней тематики

Способ приготовления:

Смажьте маслом форму для пудинга. Покройте дно 2 столовыми ложками верескового меда (если мед слишком густой, подогрейте его на водяной бане).

Оставшийся мед и остальные ингредиенты взбейте миксером в течение 2 минут, начиная с небольшой скорости, и постепенно ее увеличивайте. Получившуюся массу вылейте в форму для пудинга поверх медового слоя. Положите лист пергаментной бумаги на лист фольги и сделайте в центре большую складку (так у пудинга будет место для подъема). Держа оба листа вместе, закройте ими чашу с пудингом (лист фольги сверху), закрепите их поверх чаши веревочкой, загнув один из концов вокруг чаши в виде ручки.

Поместите чашу в большую кастрюлю, наполненную до половины кипящей водой. Закройте кастрюлю и оставьте томиться пудинг на медленном огне (1 ч. 15 мин.) до тех пор, пока он не поднимется. Подливайте по необходимости воду.

Уберите фольгу и пергаментную бумагу. Достаньте пудинг, перевернув его вверх дном на теплое блюдо. Украсьте кремом и остролистом с ягодами из мастики.



Вересковый мед пчелы делают на основе нектара, собранного с вереска, растущего на обширных вересковых пустошах в Шотландии. Прославил вересковый мед Роберт Льюис Стивенсон благодаря своей одноименной балладе, в которой он написал легенду о древних пиктах, варивших на основе этого сорта меда хмельной напиток, даривший силы и молодость.



Пирог на скорую руку с лимонным курдом

Ингредиенты:

- Самоподнимающаяся
мука **140 г**
- Сахарная пудра **110 г**
- Размягченное сливочное масло
или маргарин **110 г**
- Взбитые яйца **2 шт.**
- Лимонный курд «Maskays» **2 ст. л.**
- Сахарный песок **2 ст. л.**
- Цедра 1 лимона
- Лимонный сок **2 ст. л.**

Способ приготовления:

Разогрейте духовку до 170°C.

Муку, сахарную пудру, сливочное масло (маргарин), яйца и лимонный курд хорошо вымешайте миксером. Выложите в смазанную кондитерским жиром форму. Выпекайте в течение полутора часов.

Приготовьте пропитку для пирога: взбейте в блендере сахарный песок, лимонный сок и лимонную стружку.

Достаньте готовый пирог из духовки и дайте ему «отдохнуть» в форме 2–3 минуты. Пока он еще горячий, полейте лимонной пропиткой и дайте ей впитаться еще полчаса. Затем достаньте его, перевернув форму.

Посыпьте сверху сахарной пудрой.





Лимонный курд —

это традиционный английский десерт, напоминающий лимонный крем. В Англии его обычно подают с хрустящими тостами к чаю или используют для прослойки и декорирования тортов. Лимонный курд имеет легкий цитрусовый вкус со сливочным

привкусом и нежную консистенцию. Шелковая текстура курда тает во рту и приносит настоящее наслаждение!

**Лимонный курд
«Mackays», 340 г**

Горькие цитрусовые

из испанской Севильи и традиционный рецепт датских поваров конца XVIII века позволили представить вам изумительный апельсиновый джем с ароматом настоящего шотландского виски. Компания «Mackays» — последний оставшийся производитель этого культового продукта в Британии.

До сих пор эта компания варит свои джемы и мармелад в открытых медных чанах, используя медленный паровой подогрев при осторожном постоянном помешивании, чтобы не разрушить удивительные ароматы свежих фруктов. Вкус джема из апельсина с виски не оставит вас равнодушными!



**Десерт «Mackays»
из апельсина с виски, 340 г**

Свинина с десертом из апельсина и виски

Ингредиенты:

- Свинина 4 куска
- Оливковое масло 1 ст. л.
- Нарезанный шалфей
- С тмином 1 ст. л.
- Куриный бульон 1/2 чашки
- Десерт «Mackays»
из апельсина с виски 1 банка
- Соль, перец

Способ приготовления:

Разогрейте духовку до 150°C.

Положите свинину в жаровню. Смажьте мясо оливковым маслом, натрите солью и перцем, посыпьте шалфеем и тмином, добавьте бульон в жаровню.

Разогрейте десерт из апельсина с виски в микроволновой печи и натрите им мясо. Продолжайте смазывать свинину мармеладом каждые 10 минут. Доведите до готовности по вкусу.

Подавайте на стол с печеными овощами или картофелем в качестве гарнира.



В СУПЕРМАРКЕТЕ
Деликатес
ВСЕ ДЛЯ РЕЦЕПТА



Антон Климов

Гастрономический мир Китая глазами путешественников-вегетарианцев

Отправляясь в путешествие по Китаю, мы не покупали путевок, не бронировали номера в отелях и не составляли маршрут. Нашей целью было свободное перемещение в течение месяца, знакомство с образом жизни местного населения и наслаждение живописными видами, будь то природные ландшафты или архитектурные достижения Поднебесной.

В гастрономическом плане у нас также не было особых требований к продуктам, обслуживанию и сервировке стола. К тому времени уже имелся богатый опыт посещения в Иркутске «чуфанек» — китайских кафе, где еда всегда вкусная, сытная и безопасная. Такими же чуфаньками изобилует весь Китай, непритязательный интерьер которых составляет пластиковая мебель и небольшая кухня с угольной печью и традиционной сковородой вок. Благодаря полусферическому дну и максимально возможной температуре нагрева, скорость приготовления блюда в сковороде вок составляет от трех до пяти минут. В качестве приправ китайцы используют большое количество соевого соуса, имбирь, чеснок и перец.

Единственное, что иногда становилось препятствием для полноценного погружения в удивительный мир китайской кухни — наше вегетарианство, нежелание есть мясо и рыбу. Это вызывало полное непонимание и даже раздражение у местных (собственно, как и в России), потому что мясо в различных видах (а на юге — рыба и морепродукты), составляют основу рациона китайской кухни (опять же, как и в России). Если прибавить к этому практически полное отсутствие познаний в английском у китайцев, а в китайском у нас, то заказ еды частенько превращался в веселый лингвистический аттракцион. Со временем мы обзавелись иероглифами, обозначавшими наши гастрономические вкусы.



Нам понравились открытые кафе на юге Китая. В них стоят холодильники с уже нарезанными продуктами на выбор. Можно самостоятельно наполнить свою тарелку и отдать для приготовления. Такая тарелка вкусного разнообразия с порцией риса обходилась всего в пятьдесят рублей на наши деньги.



Приготовление по-китайски



Антон Климов
Живая репортажная фотография
antonklimov.com
8-914-8-77-03-77



реклама



Так выглядит утка по-пекински: она нарезана ломтиками и сопровождается множеством дополнительных закусок.

Но в некоторых местах мне приходилось бесцеремонно заходить на кухню, открывать холодильник, и тыкать пальцем во все, что раньше не бегало или не плавало. Бывали случаи, когда нас просто отказывались обслуживать, поняв, что мы не желаем покупать рыбу (дело происходило на юге). Еда была вкусной и разнообразной, потому что, помимо десятков разновидностей мясных и рыбных блюд, в любом ресторанчике есть зелень и овощи: баклажаны, тофу, ростки сои, фасоль, грибы, шпинат, помидоры, огурцы и т. д. Из напитков мы отдавали предпочтение зеленому чаю. Его китайцы пьют в больших количествах из пластмассовых термосов, постоянно разбавляя заварку кипятком.

Пекинская утка и китайская трапеза

Осваиваться в этой необычной стране нам помогал молодой IT специалист Вей Ши, любезно согласившийся принять нас в своей маленькой пекинской квартире. Вей к тому же оказался знатным любителем пресмыкающихся, и комната, в которой мы жили, была наполнена питонами, удавами, тарантулами и прочими тварями. Как-то Вей сказал: «Ребята, сегодня воскресенье, значит, время кормить удава, пошли на рынок выбирать кролика». Выбрав несчастного кролика и принеся его домой, мы около пятнадцати минут наблюдали процесс обеда любимца Вей. А в самый первый день нашего пребывания в столице Вей, как очень гостеприимный человек,



Типичная чуфанька



Рынок небольшого южного городка



Тофу, баклажаны, тыква



Обычный ужин в Китае частенько оборачивался невероятными гастрономическими экспериментами: непонятные «сладости» бежевого цвета, моченые огурцы с перцем, лапша с ростками, что-то розовое...



Уличная еда: рис с мясом, запеченный на углях в стебле бамбука.



Трудности перевода.

прихватив парочку своих друзей, повел нас в свой любимый ресторан, где подают «неплохую» утку по-пекински. Немного погрузив из-за того, что гости не хотят попробовать самое известное пекинское блюдо, ребята принялись заказывать для себя. Есть в Китае принято много и, если уж собирается компания, то через десять минут большой круглый стол заставляется множеством тарелок с разнообразными блюдами. Каждый накладывает себе понемногу из общего блюда в маленькую тарелочку, а счет в конце вечера делится на всех поровну. Правда, сколько мы не трапезничали вместе с местными жителями, заплатить за себя нам ни разу не дали — китайцам принципиально важно угостить гостей своей страны.

Азиатская хитрость

Как-то поздно вечером после посещения пекинской оперы мы решили где-нибудь поужинать. Зашли в первую попавшуюся чуфаньку, в которой кроме нас никого не было. На столе лежали несколько комплектов посуды, завернутых в полиэтилен. Мы заказали несколько блюд с помощью иллюстрированно-

го меню, показали наши вегетарианские иероглифы, развернули посуду и приступили к трапезе. Все было вкусно, но принесенная бумажка с написанной от руки суммой счета сильно удивила — она оказалась более чем в три раз выше запланированной. Мы попросили еще раз меню, но нам принесли точно такое же, только с наклеенными с помощью скотча новыми ценами поверх старых. Позабавившись азиатской находчивости, мы отодрали новые цены и предложили пересчитать заново. Подошли молодые люди с калькулятором и начались двадцатиминутные торги. Основными аргументами разницы в цене (на тот момент она уже снизилась процентов на 50) была якобы высокая стоимость чая (который мы не могли идентифицировать в меню, так как он был без картинки) и плата за посуду, которую даже можно было забрать. Но нам она была особенно ни к чему, и мы продолжали настаивать на своей цене. В итоге, измученные торгом и переплатив рублей пятьдесят, мы покинули заведение. Это оказалось для нас хорошим уроком, после чего мы уже относились к заведениям с запакованной посудой с некоторым опасением.



Каждую неделю кулинарные
БЕСПЛАТНЫЕ МАСТЕР-КЛАССЫ!



Выпечка
Без хлопот!

Пельмени и пирожки
С помощью формы «Солнышко»
можно быстро приготовить красивые
и аккуратные пирожки с любой начинкой.
Пельменница с ложечкой позволит
за один раз приготовить 40 пельменей!

Узнайте больше прямо сейчас в Дистрибьюторном Центре
Иркутск, ул. Дзержинского, 20
Тел.: 20-14-74, 8-983-244-00-92
www.tupperware.ru



Tupperware®

Реклама © Tupperware 2014 г. Все права защищены.
Права на все товарные знаки принадлежат Dart Industries Inc.

Рецепты. Китай VS Гонконг

Свинина в кисло-сладком соусе с ананасом

Ингредиенты:

- Свинина 500 г
- Соус соевый 100 г
- Консервированные ананасы 300 г
- Мука 1 ст. л.
- Крахмал 1 ст. л.
- Кетчуп 4 ст. л.
- Уксус яблочный 2 ч. л.
- Сахарный песок 40 г
- Масло растительное для жарки
- Зелень
- Соль, перец

Способ приготовления:

Нарезать свинину небольшими кусочками, залить соевым соусом. Добавить муку, крахмал и тщательно перемешать. Мариновать десять минут.

Пока свинина маринуется, обжарить ананасы в большом количестве масла. Затем в этом же масле обжарить промаринованные кусочки мяса.

Перемешать уксус, кетчуп, сахар-песок. Полученную смесь вылить в сковороду к мясу, дополнить ананасами, все перемешать и тушить пятнадцать минут. Можно добавить немного ананасового сиропа.

Выложить свинину с ананасами в глубокое блюдо, посыпать рубленой зеленью.



Китайский салат с языком

Ингредиенты:

- Язык говяжий вареный 300 г
- Огурцы 250 г
- Морковь 250 г
- Перец болгарский 1 шт.
- Лук красный сладкий 1 шт.
- Соус соевый 2 ст. л.
- Масло кунжутное по вкусу
- Уксус бальзамический 1 ст. л.
- Кунжут по вкусу
- Чеснок 2 зубчика
- Перец чили красный по вкусу
- Кинза (кориандр) 1 пучок

Способ приготовления:

Отварной говяжий язык нарезать соломкой. Размять ножом и мелко порубить чеснок, добавить к языку. Залить смесь соевым соусом, бальзамическим уксусом и кунжутным маслом.

Нарезать красный лук вдоль, свежие огурцы и морковь нарезать толстыми брусочками, перец — соломкой. Добавить нарезку к смеси и тщательно перемешать.

Добавить по вкусу кинзу и перец чили. Подавать, посыпав кунжутным семенем.





Курица терияки с овощами

Ингредиенты:

- Куриная грудка 500 г
- Растительное масло 2 ст. л.
- Зеленый горошек (стручки) 150 г
- Брокколи 150 г
- Молотый перец чили 1 ч. л.

- Крахмал 2 ст. л.
- Чеснок 3 зубчика
- Соус соевый 2 ст. л.
- Уксус 1 ч. л.
- Сахар 1 ч. л.
- Зеленый лук
- Мед 1–2 ст. л.

Способ приготовления:

Куриную грудку промыть и нарезать небольшими кубиками. На растительном масле слегка обжарить кусочки курицы. Добавить брокколи, разрезанную на соцветия и горошек. Добавить чили, готовить около 10 минут.

Крахмал развести в 1 стакане воды. Чеснок выдавить через чесночницу. Смешать соевый соус, чеснок, сахар, уксус и мед. Добавить в сковороду смесь соевого соуса, довести до кипения, влить воду с крахмалом. Добавить нарезанный зеленый лук. Готовить еще 5 минут, пока соус не загустеет.

В СУПЕРМАРКЕТЕ
Деликатес
ВСЁ ДЛЯ РЕЦЕПТА

Хрустящие вонтоны с восточным соусом

Ингредиенты:

Для начинки

- Свиная вырезка 300 г
- Очищенные и отваренные креветки 400 г
- Имбирь резаный 1 ст. л.
- Устричный соус 1 ст. л.
- Густой соевый соус 1 ст. л.
- Рисовый уксус 1 ст. л.

- Тростниковый сахар 1 ч. л.
- Кунжутно-соевое масло 2 ч. л.
- Белый перец щепотка

Для теста

- Рисовая мука 2 чашки
- Яйцо 1 шт.
- Соль $\frac{3}{4}$ ч. л.
- Вода $\frac{1}{2}$ чашки

Способ приготовления:

Для теста: взбейте яйцо с солью и водой, соедините массу с мукой и замесите тесто. Скатайте из теста шар и положите в теплое место минимум на 30 мин. Раскатайте шар и вырежьте круглые формочки стаканом. Посыпьте каждую формочку мукой и отложите в сторону. Для фарша: свинину и креветки пропустите через мясорубку с крупными отверстиями решетки. Смешайте в миске все необходимые для фарша ингредиенты (соевый и устричный соусы, рисовый уксус, перец, кунжутное масло, сахар, имбирную пасту), добавьте к свинине и креветкам.

Чайную ложку фарша положите на каждый кружочек теста, предварительно смочив его края водой. Разогрейте на сковороде кунжутно-соевое или оливковое масло, обжарьте, переворачивая каждые 3 минуты, до золотистого цвета. Подавайте со сливовым соусом, остро-сладким соусом чили или сладким соевым соусом, смешанным с чесночно-перечной пастой.



Jamie Oliver

KEEP IT SIMPLE



Знаменитый шеф-повар, известный телеведущий Jamie Oliver считает, что на кухне нужно постоянно экспериментировать с новыми продуктами и ингредиентами. В его коллекции под названием «Keep it simple» представлены продукты, мало известные российским потребителям — такие как антипасты, топпинги для брускетты, бальзамические глазури и песто. О последнем продукте и хотелось бы рассказать подробнее:

Название продукта происходит от итальянского слова «pesto», которое означает «давить» или «растирать». И это неспроста, ведь для приготовления классического зеленого песто необходимо растолочь в ступке листья базилика с орехами и оливковым маслом. Родиной песто считается северный район Италии под названием Лигурия.



Песто из коллекции Jamie Oliver изготавливается на родине песто на заводе CLAS, что позволяет использовать свежий, растущий неподалеку базилик. Помимо классического вида песто в коллекции есть еще 9 видов: песто из итальянских трав изготовлен тем же путем, что и зеленый песто, но с добавлением розмарина и тимьяна, придающих вкусу неповторимую глубину; красный песто (с вялеными томатами), желтый песто (с сыром Пекорино и желтым перцем), песто с грецким орехом и сладким красным перцем, песто с кориандром и кешью, песто Трапанезе, острый песто с перцем чили и чесноком, песто с красным перцем и сыром Рикотта, песто с томатами черри и сыром Рикотта.

Вы можете использовать эти виды песто в качестве соуса для пасты, мяса, рыбы или салата. Попробуйте один из этих ароматных песто! Вам обязательно понравится!



Что вам потребуется:

Jamie Oliver Песто с кориандром и кешью
 Jamie Oliver Оливковое масло на каждый день
 Jamie Oliver Оливковое масло Extra Virgin

Салат с жареной курочкой, заправленный песто

Ингредиенты:

- Куриная тушка 1 шт.
- Лимон 2 шт.
- Несколько веточек тимьяна
- Лук 2 головки
- Руккола и кресс-салат 150 гр
- Соль, перец
- Jamie Oliver Оливковое масло на каждый день
- Jamie Oliver Оливковое масло Extra Virgin
- Jamie Oliver Песто с кориандром и кешью 2 ч. л.

Способ приготовления:

Разогрейте духовку до 200°C, поставьте противень для прогрева в духовку. Курицу полейте оливковым маслом и хорошо посыпьте солью и перцем. Разрежьте лимон пополам и полейте курицу соком одной половинки лимона, другой вместе с веточками тимьяна зафаршируйте курицу. Натрите курицу полученной смесью и переложите на противень. Убавьте температуру в духовке до 180°C и поставьте курицу запекаться в течение 1 часа 40 минут.

Пока готовится курица разрежьте оставшийся лимон пополам и выдавите сок одной половинки в стеклянную баночку, добавьте Jamie Oliver Оливковое масло Extra Virgin, щепотку соли и перца, закройте баночку и хорошо потрясите ее содержимое.

Порежьте лук ломтиками, переложите в глубокое блюдо, добавьте туда листья салата. Заправьте полученной смесью. Смешайте 2 чайные ложки с горкой Jamie Oliver Песто с кориандром и кешью, сок оставшейся половинки лимона и сок от курицы. Отделите мясо курицы от костей и выложите на большую тарелку. Полейте соусом с песто. По краям тарелки выложите салат. Можно украсить хлебными сухариками.



Кростини с песто

Ингредиенты:

- Jamie Oliver Песто с красным перцем и грецким орехом
- Свежий хлеб
- Jamie Oliver Оливковое масло на каждый день

Способ приготовления:

Поджарьте хлеб до золотистого оттенка на гриле или сковороде с небольшим количеством оливкового масла. Положите на кусочки хлеба песто, украсьте свежей зеленью и подавайте горячим!

Приятного аппетита!

В СУПЕРМАРКЕТЕ
 Деликатес
 ВСЕ ДЛЯ РЕЦЕПТА

Что вам потребуется:

Jamie Oliver Песто с красным перцем и грецким орехом
 Jamie Oliver Оливковое масло на каждый день

Подробнее о составе продуктов
 и рецептах блюд с ними
 узнайте на сайте

www.jamieoliver-food.ru

Становление вкуса

Часть четвертая

Китай



Кулинарное искусство Китая совершенствовалось на протяжении веков. Самые древние археологические находки, свидетельствующие о достаточно высоком гастрономическом уровне китайцев, найдены в городе Аньян провинции Хэнань. Это — бронзовые горшки, ножи, кухонные доски, лопатки, черпаки и прочая утварь.

Еще в 770–221 гг. до н. э. — в период «Весны и Осени» и «Воюющих царств», в Китае существовали публичные рестораны. Примерно 1 500 лет назад была составлена подробная кулинарная книга, а это говорит о том, что кулинарное искусство издавна являлось предметом серьезного изучения. История китайской кухни хранит имена знаменитых поваров, становившихся министрами при императорском дворе, и неудачников, лишившихся головы из-за невкусно приготовленного блюда. В те времена роль книги жалоб исполнял остро заточенный меч, хранившийся на специальном серебряном блюде тут же в зале, где принимали пищу. При дворе некоторых императоров находились сотни специ-

алистов по приготовлению того или иного блюда: повара, эксперты по овощам и рыбе, знатоки вин, дегустаторы мороженого. Шесть, семь веков назад китайцам еще не были известны специальные сладости, приготовленные с использованием сахара, но вкус мороженого они уже знали.

Китайской кулинарии свойственна специфическая технология приготовления блюд, управление огнем, применение особой посуды и приемов маринования, вымачивания, обезжиривания, подслащивания различных продуктов. Блюда китайской кухни отличаются большим числом компонентов, причем ингредиенты для одного и того же блюда готовятся

раздельно, в определенном температурном режиме. Тепловая обработка, как правило, не занимает много времени. Ко всему прочему, повар чрезвычайно тщательно подбирает ингредиенты, требуя от продуктов вполне определенных качеств. Например, утка или курица должна быть определенного возраста, откормленная определенным образом.

Исторически густонаселенные районы Китая вынуждены были изыскать пути экономичного использования всех ресурсов: продовольствия и топлива. Именно это выработало специфические приемы обработки сырья (мелкое измельчение), специальную конструкцию сковородок (вок), а также сплетенную из бамбуковых волокон корзину, в которой варились одновременно несколько блюд. Все продукты перед тепловой обработкой маринуются, замачиваются, что также ускоряет процесс приготовления блюд. Благодаря совокупности указанных факторов китайская кухня более свежая и питательная, чем западная.

Китайские кулинары изящно оформляют блюда, широко используя зелень, красные, черные, желтые и белые цветы.

Китайские кушанья не только полезны, вкусны, но и хорошо усваиваются человеческим организмом.

Китайские блюда имеют сложный вкус и запах за счет использования огромного набора компонентов (соевый соус, грибы, соевые побеги, свежий имбирь, перчики, арахис, китайский лук и зеленый лук, бадьян, чеснок сухой и зеленый). Китайская пища квалифицируется не только по вкусу, запаху и виду, но и по целой шкале других качеств: хрусткость, упругость, гибкость, приятность, слизистость, липкость, студнеобразность, жирность и сочность.

Сложность китайской кухни всегда заключалась в замысловатой и запутанной терминологии. Считается, что терминология китайской кулинарии так же трудно поддается переводу, как и названия лекарств китайской медицины. Многие названия блюд представляют собой некий ребус, докопаться до смысла которого не так-то просто. Такая замысловатость названий кроется в намерении поваров запутать и увести от истины. А ведь именно в этом и заключается искусство китайского повара, который умеет приготовить свинину так, что ее не отличишь от рыбы, рыбу по вкусу напоминающую баранину, а баранину похожую на куриную котлету.

Есть немало блюд, происхождение которых непосвященный просто не угадает. И чем дальше он будет от истины, тем большее удовольствие доставит повару.

С самого начала становления национальной кухни сервировка стола и этикет принятия пищи имели особую значимость для китайской кухни. Блюда состояли из виртуозно нарезанных продуктов (в виде зернышек, соломки, в форме колосков пшеницы, лепестков хризантемы), образуя в целом изящные фигурки птиц, рыб, цветов, фруктов, драконов или пейзажи. Что касается этикета, то, конечно, раньше китайские традиции были намного более сложными, чем в наши дни. Так, в древнем Китае хозяин должен был ожидать прихода гостей во дворе дома.



По прибытии все приглашенные гости с уважением обменивались приветствиями с хозяином. После официальной части все перемещались в гостиную, где начиналась непринужденная беседа, во время которой хозяева подавали чай и закуски. Вскоре гостей приглашали к столу, причем места за столом были строго распределены. Как правило, место во главе стола напротив входной двери принадлежало самому почетному гостю. Во время обеда хозяин собственноручно накладывал еду в тарелку гостя в знак радушия и гостеприимства. После сытного обеда все гости вслед за хозяином возвращались в гостиную, где беседа продолжалась за чашкой чая. Приятный неспешный разговор был обязательной частью званых обедов.

Масло *Vallejo*

НОВИНКА

Компания «ACEITES VALLEJO» один из крупнейших производителей оливкового масла в Испании. Владелец и руководитель компании Эмилио Валлехо лично контролирует качество своей продукции на всех этапах изготовления. Такой подход отражается и на вкусе масла VALLEJO. Для масла под этой маркой используются только отборные испанские оливки. 100% оливковое масло льется тягучим потоком, напоминая одновременно и расплавленное золото, и отблески горячего испанского солнца. Ароматное, с ярко выраженным оливковым вкусом и легкой горчинкой, масло первого холодного отжима Extra Virgin передает неповторимый дух Средиземноморья.



Оливковое масло Помас — продукт, представляющий собой смесь рафинированного масла оливы и оливкового масла первого отжима. Основная составляющая Olive-pomace oil — масло второго отжима. Для придания рафинированному маслу оливкового вкуса и аромата к нему добавляется часть нерафинированного масла первого отжима. Olive-pomace oil рекомендуется использовать для жарки и приготовления горячих блюд.

Оливковое масло Помас, 1 л



Оливковое масло БИО Органик-экстра-класса Vallejo — это масло, произведенное первым холодным отжимом (Extra Virgin Olive Oil). Оливки, которые используются в органическом масле — родом с юга Испании, Андалусии. В этих местах оливковые рощи возникли самостоятельно, без участия человека. Органическое масло обладает высокими органолептическими показателями и отличается непревзойденным вкусом и ароматом.

Оливковое масло БИО Органик-премиум, 0,5 л



Оливковое масло экстра вирджин (Extra Virgin) — лучшее оливковое масло, которое производится способом первого холодного отжима только с помощью механического оборудования. Слово Virgin означает девственный, чистый, несмешанный, настоящий, свободный от примесей.

Оливковое масло экстра производится по высочайшим стандартам качества только из высококачественных оливок при температуре не выше 27°C. Оливковое масло экстра вирджин представляет собой нерафинированное масло, сохраняющее все полезные элементы, необходимые для здоровья человека. Его можно использовать в качестве заправки к свежим салатам, для ухода за кожей и волосами.

Оливковое масло Extra Virgin, 1 л

Оливковое масло Extra Virgin, 0,5 л

Оливковое масло Extra Virgin-премиум со специальной насадкой для разлива, 0,25 л

Оливковое масло Extra Virgin-премиум, 0,5 л

факты

CHINA

Современное англоязычное название Китая **«China»**, вероятнее всего, произошло от императорской династии Цинь — Qin — «чин», которую иностранцы произносили как Chin.

В Китае, во время трапезы, приветствуются разговоры. А если в процессе еды вы испачкали скатерть, то это воспринимается как комплимент повару, так как в Китае считается, что чем больше жирных пятен на скатерти, тем сильнее понравилась еда.



Согласно древней китайской легенде, **чай был открыт в 2737 году до н. э.** императором Шэнь-нунем (Shennong). Произошло это случайно, когда ароматные листья попали в царскую чашку с горячей водой. Современные жители Китая считают чай неотъемлемой, необходимой частью своей жизни.



Китайцы изобрели **мороженое** (храня смесь молока с рисовой кашей в снегу) примерно **в 2000 г. до н. э.**



Карп — символ силы и настойчивости в Китае. Размеры и усы рыбы делают ее внешне похожей на дракона, наибольший талисман счастья китайцев. Рыбы играют большую роль в китайской культуре, и даже слова «изобилие» и «рыба» произносятся одинаково — «yu».



В разные времена **столица Китая** носила разные названия. Раньше главный город Поднебесной был известен миру как Яньцзин, Даду и Бэйпин. Сегодня китайская столица именуется Пекином, что в переводе на русский означает «Северная столица». Пекин — второй по величине город страны после Шанхая.



В Китае **летучая мышь** — традиционный символ удачи. Изображение животного можно часто встретить на текстиле, изделиях из фарфора.



Жители Китая использовали **десятичную систему исчисления** еще в четырнадцатом веке до н. э., за 2300 лет до первого известного случая применения системы европейскими математиками. Китайцы первые, кто стал использовать при счете ноль. ○

31 декабря
мы с друзьями
ходим в Баню...

БА
БАСНИНСКИЕ
БАНИ



Время для
ВАШЕЙ КОМПАНИИ
бронируйте заранее

Баснинские Бани расположены в центре города на одной из старейших улиц Иркутска – Свердлова (ранее Баснинской) в исторической усадьбе Василия Николаевича Баснина.

Баснинские бани продолжают традиции общественных бань высшего уровня. В отдельных отделениях – мужском и женском, предлагается комплекс банных процедур и услуг. Здесь вы можете насладиться густым паром, а после обтереться настоящим снегом. Мыльный массаж, ароматный травяной чай, великолепная кухня и другие удовольствия... Представительниц прекрасного пола ждут нежные ароматы хаммама, а их мужественных спутников усиленный пар и бассейн.

Возрождаем лучшие банные традиции в Иркутске!

ул. Свердлова, 35, тел.: 722-832
www.basninskiebani.ru

 **Баснинские бани**

Ricca Festa — искусство вкуса!



Инжир, фаршированный сливочным сыром — приятная альтернатива любому десерту. В меру сладкий вкус спелого инжира в нестандартном сочетании со свежим сыром — настоящая находка для любителей сладкого, не желающих набирать лишний вес. Кроме того, инжир богат калием, помогает снимать напряжение с кровеносных сосудов, расширяя и расслабляя их.



Томаты вяленые, фаршированные сливочным сыром — полноценная закуска и для повседневного и для праздничного стола. Нежность сливочного сыра составляет гармоничный дуэт с кислинкой вяленых помидоров. Универсальная закуска, которая хорошо сочетается с любыми гарнирами и отлично подчеркивает вкус мясных блюд.



Финики, фаршированные сливочным сыром. Ярко выраженная сладость фиников, смягченная сливочным вкусом — это традиционное лакомство стран Востока, дополненное европейским деликатесным сыром. Подавать их можно отдельно в качестве десерта или изысканной закуски для вина, можно оттенить свежими фруктами или представить в качестве дополнения к сырной тарелке.



Овощное ассорти: томаты, огурцы, патиссоны — овощи выложены аккуратными слоями под нейтральным по вкусу маринадом. Хрустящие маринованные огурчики небольшого размера, томаты черри и маленькие патиссоны прекрасно сочетаются с отварной картошечкой и другими традиционными гарнирами. Все овощи для этого ассорти выращены на Кубани и здесь же консервируются.



Абрикосы, фаршированные сливочным сыром — замечательный дуэт с сочетанием сладкого и сливочно-творожного вкуса. Этот десерт не только изысканно вкусный, но и полезный — быстро утоляет чувство голода, обогащает организм витаминами и микроэлементами. Плоды абрикоса благоприятно влияют на процесс кроветворения, помогают улучшить память и повышают мозговую активность.



Каперсы — маринованные ягоды с колючего каперсового куста. Обычно их подают в аппетайзерах перед едой для возбуждения аппетита. У них пряный, кисло-острый вкус, который украшает салаты, соусы, пиццу, мясные и рыбные блюда. Каперсы входят в состав соуса тартар, подаются к копченой рыбе, макаронам, мартини. Вполне уместно сочетать каперсы с карпаччо из говядины или тартаром из лосося.

Это продукты премиального класса в традиционных и новых рецептах — овощи и фрукты, фаршированные сливочным сыром, паста из оливок и артишоков, грибы и многое другое. Закуски и десерты придется по вкусу не только взрослым, но и детям



Патиссоны, фаршированные сливочным сыром.

Маленькие патиссоны при консервировании остаются хрустящими и приобретают оригинальный вкус в сочетании с мягким сыром. Они подойдут в качестве отдельной закуски и как сопровождение к мясу, грибам, рису и овощным гарнирам.



Перец сладкий, фаршированный сливочным сыром.

Маленькие перчики сладкие на вкус со слегка солоноватым мягким сыром — идеальная закуска, которая подойдет к любым гарнирам, мясным и рыбным блюдам.



Оливки с косточкой изумрудные крупные —

консервированные оливки ярко-зеленого цвета. Такой цвет они получают благодаря добавлению в рассол лимонной кислоты, которая одновременно смягчает вкус, убирая излишнюю горечь.



Черные оливки без косточек с апельсином —

это натуральные оливки, созревшие на дереве. Их сочетание с апельсином создает приятный, яркий вкус — здесь и апельсиновая сладость, и оливковая горчинка, и цитрусовая терпкость. Эта закуска отлично сочетается с мясными блюдами, служит замечательным ингредиентом сложных овощных салатов, а также используется самостоятельно.



Оливки с косточкой рубиновые крупные —

сладкие оливки, собранные в процессе созревания, — именно времени сбора они обязаны своим насыщенным, аппетитным цветом. Если сравнивать с изумрудными оливками, рубиновые более маслянистые по своей структуре. Для производства рубиновых оливок используются более сладкие сорта, что добавляет изюминку к классическому оливковому вкусу.



Сливы, фаршированные сливочным сыром —

предварительно высушенные плоды сливы аккуратно наполнены свежим сыром. Слива богата минералами, витаминами и другими важными для жизнедеятельности организма веществами. Полезные свойства слив в сушеном виде только умножаются. Нежный чернослив в сочетании с мягким сыром — лакомство для гурманов, прекрасная закуска под красные вина.



Пожалуй, ни в чем так полно, ярко не проявляется аромат и вкус настоящего коровьего молока, как в свежих сырах. «Откусить молоко» — так итальянцы говорят об одном из своих главных гастрономических специалитетов — моцарелле, воздавая должное ее деликатности, нежности и изысканному вкусу.

Моцарелла — это молодой итальянский сыр, ставший наряду с Колизеем, пиццей и Венецией своего рода визитной карточкой Италии. Но времена меняются и теперь **СВЕЖУЮ** моцареллу производят в Сибири! Попробуйте нашу моцареллу в разных рецептах и вы ощутите настоящий вкус Италии у себя дома!

Пирог с форелью



Ингредиенты: (6 порции)

- Молоко **100 мл**
- Дрожжи сухие **10 г**
- Сахар **2 ст. л.**
- Яйцо куриное **1 шт.**
- Соль **1 ч. л.**
- Масло сливочное **70 г**
- Мука пшеничная **370 г**
- Филе форели **600 г**
- Перец болгарский красный **1 шт.**
- Сыр моцарелла Fior di latte **120 г**
- Помидоры **1 шт.**
- Петрушка **по вкусу**
- Перец черный молотый **по вкусу**

Способ приготовления:

- Развести дрожжи в молоке, добавить сахар, соль, масло, яйцо, муку и замесить тесто. Накрывать и поместить в холодильник минимум на 3 часа.
- Подошедшее тесто (объем увеличивается в 2 раза) достать из холодильника и дать ему постоять около часа, раскатать круг толщиной 0,6 см.
- Отступить от края 3,5 см и по кругу выстелить нарезанные 2,5 см толщиной полоски форели, накрыть тестом и хорошо залепить — получается валик.

- Нарезать валик кусочками 4 см шириной и вывернуть каждый кусочек рыбой вверх.
- Оставшуюся рыбу нарезать кусочками и поместить в центр пирога.
- Сверху выложить томаты, нарезанные кружочками, и перец. Посолить, поперчить и накрыть все кружочками моцареллы. Оставить для расстойки минут на 30.
- Запекать в прогретой до 180 градусов духовке 30 минут до золотистой корочки. Через 20 минут после начала запекания смазать тесто желтком.

В СУПЕРМАРКЕТЕ
Деликатес
ВСЁ ДЛЯ РЕЦЕПТА



Салат из клубники и черри

Ингредиенты: (4 порции)

- Помидоры черри 150 г
- Клубника 200 г
- Руккола 1 пучок
- Масло оливковое 2 ст. л.
- Уксус бальзамический 3 ст. л.
- Соль по вкусу
- Сыр моцарелла Ciliegina 100 г

Способ приготовления:

- Вымыть помидоры, клубнику, рукколу.
- Помидоры, клубнику, моцареллу нарезать.
- Добавить рукколу, посолить, полить оливковым маслом и бальзамическим уксусом.



Салат из моцареллы с персиками

Ингредиенты: (4 порции)

- Салат зеленый 2 пучка
- Персики 2 шт.
- Сыр моцарелла Ciliegina 1 головка
- Ветчина пармская 6 шт.
- Базилик по вкусу
- Сок лимонный по вкусу
- Масло оливковое по вкусу
- Соль по вкусу
- Перец черный молотый по вкусу

Способ приготовления:

- Крупно нарезать листья салата, моцареллу, ломтики ветчины, персики и свежие листья базилика. Перемешать.
- Сбрызнуть лимонным соком, посолить, поперчить, заправить оливковым маслом.



Бутерброды с баклажаном и моцареллой

Ингредиенты: (4 порции)

- Баклажаны 600 г
- Хлеб белый 230 г
- Масло растительное 60 мл
- Сыр моцарелла Fior di latte 230 г
- Орегано 1 ч. л.
- Перец чили ¼ ч. л.
- Помидоры сушеные 8 шт.
- Базилик 1 г

Способ приготовления:

- Нагрейте гриль. Баклажаны нарежьте кружочками, выложите на решетку. Половиной порции масла смажьте баклажаны с двух сторон. Жарьте на гриле с двух сторон минут 10–12.
- Отрежьте по диагонали торцы батона, остальное нарежьте по диагонали на 8 кусков.

- Тонко нарежьте моцареллу. В небольшой миске смешайте вилкой орегано, чили, соль и оставшееся масло.
- Смажьте хлеб смесью из трав. Сверху положите жареные баклажаны, кусочки моцареллы и сушеные помидоры.
- Положите листья базилика между кусочками моцареллы.



Китайский Новый год

называют еще Лунным новым годом или «Чуньцзе», что дословно переводится как «Праздник Весны».

Фиксированной даты у него нет, она вычисляется по дальневосточному лунно-солнечному календарю. Начало года приходится на второе новолуние после зимнего солнцестояния и поэтому перемещается между 21 января и 21 февраля. В 2015 году Китайский новый год приходится на 19 февраля, но китайцы также отмечают новый год 1 января, как и все остальные страны мира. Именно этот день будет символизировать начало нового отсчета времени, а также приход любви и удачи ко всем.

По всей стране на китайский Новый год 2015 проходят развлекательные мероприятия — по улицам танцуют драконы, водятся хороводы, а также шагают акробаты на своих высоченных ходулях. Это самый длинный китайский праздник, он заканчивается на 15-й день Праздником Фонарей. Все расклеивают специальные парные бумажные надписи по своему жилью и снаружи его. Вместо елки в Китае украшают цветами, гирляндами и фонариками так называемое Дерево Света. Еще до празднования многие семьи встречаются вместе за праздничным столом, на котором обязательно должен присутствовать овощной пирог, шарики из риса и картошки, а также блюда из курицы и рыбы. Вечером зажигают фейерверки и благовония, смотрят новогодний концерт по телевизору, а уже на утро подаются оригинальные пельмени, после чего наступает черед поздравления всех близких и родных. В них будут пожелания здоровья, любви и счастья в наступающем году. Считается, что каждый ребенок, пришедший в дом в течение 15 дней с момента нового года, обязательно должен получить красный конверт с юанями.

Китайский новый год олицетворяет собой верования в мифы и традиции. Одним из главных символов является обозначение Нового года животным и стихией. Всего 12 таких животных и 5 стихий.

В 2015 году символом года будет **Овца (Коза)**, стихией — дерево, а расцветкой — синий и зеленый цвета.

В Китае со встречей Нового года связано множество традиций и суеверий. Раньше перед Новым годом на притолоку двери вешали пять длинных полосок бумаги, символизирующих «пять видов счастья»: удачу, почет, долголетие, богатство и радость. Согласно древней традиции при встрече Нового года полагается создавать шум и гам. Запуск фейерверков и петард связаны в Китае с легендой о том, что в канун Нового года злые духи, изгнанные из разных мест, ищут себе новое пристанище, селятся в нем и весь предстоящий год чинят хозяевам разные беды. До изобретения петард и хлопушек для создания шума в ход шла домашняя утварь, оказавшаяся под рукой. С XIV века в Китае появился обычай в новогоднюю ночь бросать в печь бамбуковые палочки, которые издавали треск и тем самым отпугивали злых духов. Позже эти палочки (баочжу) были заменены хлопушками и пиротехникой, но название осталось прежним. Существовало поверье, что злые духи боятся красного цвета, поэтому в праздничные дни всюду преобладал красный цвет. Перед Новым годом на самые разные предметы наклеивали красные полоски бумаги. К этим обычаям относится заклеивание окон и дверей бумагой, двери должны быть закрыты, чтобы в дом не проникли злые духи. Еще во время празднования Нового года, приходя в гости, было принято преподносить хозяевам два мандарина, а уходя — получать два других мандарина от них. Возникновение этой традиции связывают с тем, что на китайском языке «пара мандаринов» созвучно со словом «золото».

По сложившейся традиции, к началу праздника должны быть выполнены все домашние дела. Уборка начиналась от порога и заканчивалась в середине жилища. Это также связано с легендой, по которой в канун Нового года боги одаривают каждый дом удачей на весь предстоящий год, которая, по поверью, оседает в виде пыли в канун и во время празднования этого события.

Праздничный ужин принято готовить за несколько часов до наступления Нового года, чтобы в последние часы старого года не пользоваться ножом, которым, как считают китайцы, можно нечаянно отрезать свое счастье и удачу. Новогодний ужин не обходится без блюд из куриного мяса, рыбы и «доуфу» — соевого творога, который также известен как «тофу». В китайском языке названия этих продуктов созвучны со словами, означающими «счастье» и «достаток».



Компания «Деметра Фреш» — это поставщик свежих овощей и фруктов, грибов и ягод, зелени и экзотики в рестораны и магазины города Иркутска.

- Подарочные фруктовые корзины
- Розница, мелкий опт, доставка в рестораны и магазины города
- Любая фруктовая или овощная экзотика под вашу индивидуальную заявку

ДЕМЕТРА
fresh
ОВОЩИ И ФРУКТЫ СО ВСЕГО МИРА

В розничном магазине «Фреш»

вы найдете огромный ассортимент свежих фруктов и овощей со всего света круглый год!

Тренд этой осени — мини-овощи (бэби-овощи): баклажаны, кукуруза, перец (желтый, красный, зеленый), стручковая фасоль, спаржа, лук порей, цуккини и морковь.

В конце 60-х годов XX века известной швейцарской селекционной компании поступил заказ из Японии на производство мини-овощей и фруктов. К этому японцев подтолкнул эксперимент, проведенный в токийских супермаркетах. Оказалось, что когда в продажу поступили половинки и четвертинки овощей, их оборот резко возрос. Швейцарские селекционеры быстро справились с поставленной задачей и на японский рынок поступили мини-редис и карликовая цветная капуста в несколько раз меньше своих «оригинов». Покупателям мини-овощи понравились гораздо больше нарезанных, и японские бизнесмены, не теряя времени, стали работать над расширением ассортимента. Чуть позже выяснилось, что бэби-овощи и фрукты пришлись по вкусу не только в Японии — продуктовым «минимализмом» увлеклись и в других странах.

Мини-овощи, приготовленные любым способом, всегда выглядят необычно и празднично, к тому же это самый простой способ украсить привычные блюда!



Мы находимся по адресу: пос. Дзержинск, ул. Стахановская, 49 (рядом с супермаркетом «Деликатес»)

Телефон: 28-95-98
www.demetrafresh.ru



Теплый салат из мини-овощей

Шалот, не очищая, залить кипятком, довести до кипения, варить 3 мин., откинуть на дуршлаг, обдать холодной водой, очистить. Картофель, кукурузу и морковь сварить на пару почти до готовности. У перцев удалить плодоножку с семенами, цикорий разобрать на листья. Цуккини, перцы и шалот уложить в большую форму, сбрызнуть маслом, запекать при 200°C 10 мин. Добавить цикорий, черри, кукурузу, морковь и картофель, еще раз сбрызнуть маслом и приправить, встряхнуть форму, запекать 10 мин., вынуть, накрыть фольгой. Зиру поджарить на сухой сковородке на небольшом огне 30 сек., растолочь в ступке вместе с чесноком. С лимона снять цедру мелкой теркой, сок выжать. Смешать лимонный сок и сахар, добавить зиру с чесноком, соль, паприку и перец. Помешивая, по ложке влить 5 ст. л. масла. Переложить овощи на теплое блюдо, добавить снятые со стеблей листья кинзы, полить заправкой и перемешать.



Год деревянной козы



Год Деревянной Козы будет для **Обнов** весьма успешным. У представителей этого знака появится реальная возможность измениться к лучшему, занять лидирующие позиции в любви и финансовой деятельности. Представителям этого знака жизненно необходимо отдохнуть в первой половине года. И тогда ваших сил хватит на все. Покровительство Деревянной Козы поможет воплотить в жизнь все мечты и планы, достичь новых вершин. Но действовать нужно быстро и решительно.



Люди, родившиеся под знаком **Тельца** в 2015 году могут надеяться на значительные изменения в жизни. Большая вероятность, что Телец увлечется новой философией и решительно изменит свою жизнь. Светила советуют им в 2015 году избегать конфликтов с родственниками. Будет много интересной работы, что позволит проявить свои скрытые таланты и занять лидирующие позиции в профессио-

нальной сфере. Все это положительно отразится на финансах. В 2015 году Тельцы — домоседы, внезапно решат посмотреть мир и отправятся путешествовать.



Год Деревянной Козы для **Близнеца** — время глобальных перемен. Общение с людьми абсолютно разных слоев общества будет для Близнеца простым и комфортным. Новая влюбленность и вступление в брак кардинально изменят жизненные позиции представителя этого знака. Это может быть смена профессии, переезд в другую местность, возможен даже выезд за рубеж на постоянное жительство. Удача будет сопутствовать Близнецу весь год.



Звезды предвещают представителям **Рака** благополучный год Козы, без финансовых потерь, проблем в бизнесе и жизненных потрясений. Ракам рекомендуется не бояться неизвестности, завязывать новые знакомства и деловые отношения — это принесет финансовые блага, поможет

решить немало сложных задач. Раку нужно покорять неизведанные просторы, смело вносить коррективы в жизнь в первой половине года. Во второй половине года Козы, начиная с сентября, предпочтительнее завершить начатые дела и отдать долги.



Для представителей знака **Льва**, 2015 год будет насыщен событиями. Многие Львы пересмотрят свое движение по жизни, начнут строить планы в непривычном для себя направлении или отправятся в поездку, где отдых дополнится новыми полезными знакомствами. Те Львы, кто в первой половине года успешно пройдут через все сложности бизнеса и карьеры, смогут провести второе полугодие так, как сами пожелают.



Гороскоп для **Девы** на 2015 год предвещает много позитивных изменений. Девы будут привязаны к дому, быту, детям — это при-

вычное состояние для знака. В новом году у Девы появится более философский взгляд на недоброжелателей и врагов, к родным и близким более внимательное отношение, понимание необходимости двигаться, развиваться. Излишняя мелочность уйдет на второй план. Девы будут сдержаны и серьезны, что позволит им двигаться к позитивным изменениям в своей судьбе. В целом год Козы будет благоприятным для знака зодиака.



Развитие, целеустремленность и планирование — основные составляющие жизненного пути для **Весов** в 2015 году. Рожденных под этим знаком на протяжении всего года будет сопровождать повышенный тонус и вдохновение, что позволит без особого труда решать все текущие проблемы. Для достижения любых целей звезды рекомендуют Весам не отказываться от помощи родственников и близких друзей, их поддержка в этом году потребуется, как никогда прежде.



В 2015 году **Скорпионы** будут активны и предприимчивы, что связано с огромным желанием поднять жизнь на качественно новый уровень. У знака всегда хватает решительности, а теперь будет и организованность, произойдет встреча (в середине года) с важным человеком в судьбе, который будет направлять энергию Скорпиона. Скорпион

в год Козы сумеет свернуть горы, если будет уверен в себе и своих возможностях.



Год будет достаточно удачным для тех **Стрельцов**, которые с оптимизмом смотрят в будущее. Если вы относитесь к данной категории, то год Деревянной Козы принесет вам множество приятных сюрпризов и радостных моментов. Для Стрельцов наступит благоприятный период для налаживания новых связей. Многим представителям данного знака посчастливится реализовать свои давние мечты и совершить долгожданное путешествие в дальние страны. Окружающим будет комфортно с вами, вы будете притягивать новых друзей и поклонников.



Этот год станет для людей, рожденных под знаком **Козерога**, годом поиска ответов на вопросы. К сожалению, не все из них удастся найти, спешка и недальновидность порой будут заводить вас в тупиковые ситуации. Все важные судьбоносные решения, равно как и крупные покупки, следует оставить на конец года. Гороскоп на 2015 год для Козерогов предупреждает, что вы словно магниты будете притягивать к себе нечестных людей, слепо доверять лицемерам и идти у них на поводу. Козерогам потребуется немало времени, чтобы отделить зерна от плевел. Будьте предельно внимательны

к новым знакомым, не распахивайте перед ними душу и двери своего дома.



Год Козы идеально подходит для всех начинаний **Водолея**, просто для комфортного и гармоничного существования этого знака, для разрешения личных проблем или успехов в творчестве. Коза по натуре очень близка Водолеям. Они одинаково любознательны, общительны, контактны, не созданы для тяжелого труда и способны на испепеляющие страсти. Личности творческие и неординарные, многие Водолеи к концу года придут к успеху. Счастье ждет представителей знака и в личной жизни. Гармония будет связана не только с благополучными отношениями в паре, но и с самореализацией творческих способностей.



Люди, рожденные под знаком **Рыб**, готовы к одному из важнейших рывков в своей жизни, именно в 2015 году у вас есть шанс сделать гораздо больше, чем за последнее десятилетие. Год Деревянной Козы станет для вас порой неожиданных открытий, долгожданных успехов и грандиозных возможностей. Гороскоп на 2015 год для Рыб рекомендует вам применить всю свою интуицию и деловую хватку для достижения наилучшего результата. Успех ожидает Рыб не только в профессиональной деятельности, но и в других сферах жизни.

Ходить на работу —
к деньгам, Отдыхать —
к хорошему настроению!

«Пятая Армия» — организация не военная,
но работают в компании настоящие бойцы, которые
умеют не только биться за результат, но и ударно
отдыхать!

Поздравляем наших друзей, партнеров и клиентов
с наступающим волшебным праздником!





Доска почета

Пятая
армия



Деян Марич

Шеф-повар ресторана
«The London Pub»



Илья Алешин

Шеф-повар ресторана
«Fuller's»



Михаил Гуляев

Шеф-повар ресторана
«Bier House»



Николай Хвостов

Шеф-повар гриль-бара
«The Rocks»



Марк Крис

Шеф-повар ресторана
«Варвар»

«Пятой Армии»



Егор Куртов

Шеф-повар клуба
«Happy birthday
Mr. President»



**Людмила
Герасимова**

Шеф-повар суши бара
«СушиЕд»

**Оптовые поставки
для ресторанов, кафе,
баров и фаст-фуд**

**Более 3 000 деликатесов
по лучшим ценам.**

Доставка день в день

8 (3952) 560-450

www.5armia.ru

Информационно-рекламное издание
«Супермаркет Деликатес»

Адрес редакции:

664510, Иркутская область, Иркутский район,
п. Дзержинск, ул. Стахановская, 49
Тел./ факс: (3952) 560-450

Руководитель проекта:

Екатерина Щелкунова
Sarmia@5armia.ru

**Главный редактор,
менеджер рекламы и распространения**

Елена Сковцова
es-marketing@5armia.ru
+7 (924) 710-04-02

Дизайн:

Сергей Цы, Инна Лебедева, Татьяна Высоцкая
Sarmia@5armia.ru

Отпечатано

000 «Издательский дом «Вояж»
630048 Новосибирск, ул. Немировича-Данченко, 104
тел. 383-314-67-31, 314-19-40

Подписано в печать: 14.11.2014

Тираж: 4 000 экз.

Распространяется бесплатно в супермаркетах,
ресторанах, отелях, туристических агентствах,
магазинах, салонах красоты, барах, в офисах
коммерческих структур города

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Все рекламируемые в журнале товары подлежат обязательной сертификации, услуги — лицензированию. Ответственность за достоверность информации, содержащейся в рекламных объявлениях, несет рекламодатель. Все цены в рекламных объявлениях указаны в рублях и действительны на момент подписания журнала в печать. Время проведения мероприятий необходимо уточнять у организаторов. При цитировании статей и материалов, опубликованных в журнале, ссылка на журнал обязательна.

Зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Иркутской области. Регистрационный номер: ПИ № ТУ38-00718 от 25 февраля 2014 г.

Для читателей старше 18 лет



1

2



3

4



5

6



7

8



9

10



- 1 Калифорния (200 г. / 8 шт.) **350 руб.**
Рис, нори, мясо краба, икра тобиго, авокадо, огурец, майонез
- 2 Филадельфия (250 г. / 8 шт.) **290 руб.**
Рис, нори, сливочный сыр, лосось
- 3 Касуми (250 г. / 8 шт.) **310 руб.**
Рис, лосось, угорь, соус унаги, кунжут
- 4 Лава маки (220 г. / 8 шт.) **230 руб.**
Рис, нори, сливочный сыр, лосось, огурец, гребешок, икра тобиго, майонез
- 5 Инки маки (200 г. / 8 шт.) **215 руб.**
Черный рис, нори, сливочный сыр, угорь, авокадо, темпура
- 6 Эбибекон маки (250 г. / 8 шт.) **180 руб.**
Рис, нори, сливочный сыр, бекон, креветка темпура, огурец
- 7 Кюри Маки (200 г. / 8 шт.) **160 руб.**
Черный рис, нори, сливочный сыр, лосось х/к, салат, икра тобиго
- 8 Ханабира маки (220 г. / 8 шт.) **240 руб.**
Рис, нори, сливочный сыр, гребешок, угорь копченый, огурец, икра масаго
- 9 Нара маки (220 г. / 8 шт.) **270 руб.**
Рис, нори, лосось х/к, угорь копченый, сливочный сыр, чукка, огурец, лимон, кунжут, соус ореховый, соус унаги
- 10 Тортилья сакэ (180 г. / 8 шт.) **245 руб.**
Тортилья, сливочный сыр, лосось х/к, лук зеленый, икра тобиго, лист салата, лимон

Акция:
Закажи набор
со скидкой
подробности
на сайте

50%

60-80-70

www.sushi38.ru

www.5armia.ru



- 11 Темпура тори (240 г. / 8 шт.) **165 руб.**
Рис, филе куриное, сливочный сыр, помидор, лук
зеленый, бумага соевая, темпура
- 12 Темпура сяке (200 г. / 8 шт.) **165 руб.**
Рис, нори, сливочный сыр, лосось, соус терияки,
темпура
- 13 Юмэ маки (190 г. / 8 шт.) **255 руб.**
Рис, нори, сливочный сыр, лосось х/к, угорь, креветка,
кунжут
- 14 Каппа фила маки (210 г. / 8 шт.) **180 руб.**
Рис, нори, сливочный сыр, огурец, икра красная,
авокадо, лосось
- 15 Бонито маки (200 г. / 8 шт.) **170 руб.**
Рис, нори, сливочный сыр, лосось терияки, огурец,
стружка тунца
- 16 Ясай маки (вегетарианский, 180 г. / 8 шт.) **110 руб.**
Рис, нори, лист салата, огурец, авокадо, перец,
помидор, укроп
- 17 Сяке маки (120 г. / 6 шт.) **120 руб.**
Рис, нори, лосось
- 18 Унаги маки (130 г. / 6 шт.) **135 руб.**
Рис, нори, угорь, соус, кунжут
- 19 Эби маки (120 г. / 6 шт.) **130 руб.**
Рис, нори, креветка
- 20 Текка маки (120 г. / 6 шт.) **125 руб.**
Рис, нори, тунец



11



12



13



14



15



16



17



18



19



20



Заказывай
через Андроид
и получай
подарки!





ВРЕМЯ
СУШИ



Заказывай
через Андроид
и получай
подарки!

ОГО! ЦЕЛЫХ
2 КИЛО!



Разыгрываем 2 килограмма роллов
и другие подарки к Новому году!

ПОДРОБНОСТИ НА САЙТЕ
WWW.SUSHI38.RU

ИЛИ ПО ТЕЛЕФОНУ

60-80-70



WWW.5ARMIA.RU