



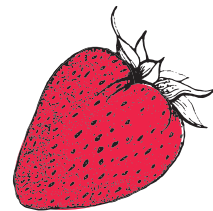
# Веттуццелене

«Ленивый кулинар» как стиль жизни. Мы очень любим еду и сам процесс приготовления, обожаем смешивать продукты, получать интересные вкусы, пробовать что-то новое!

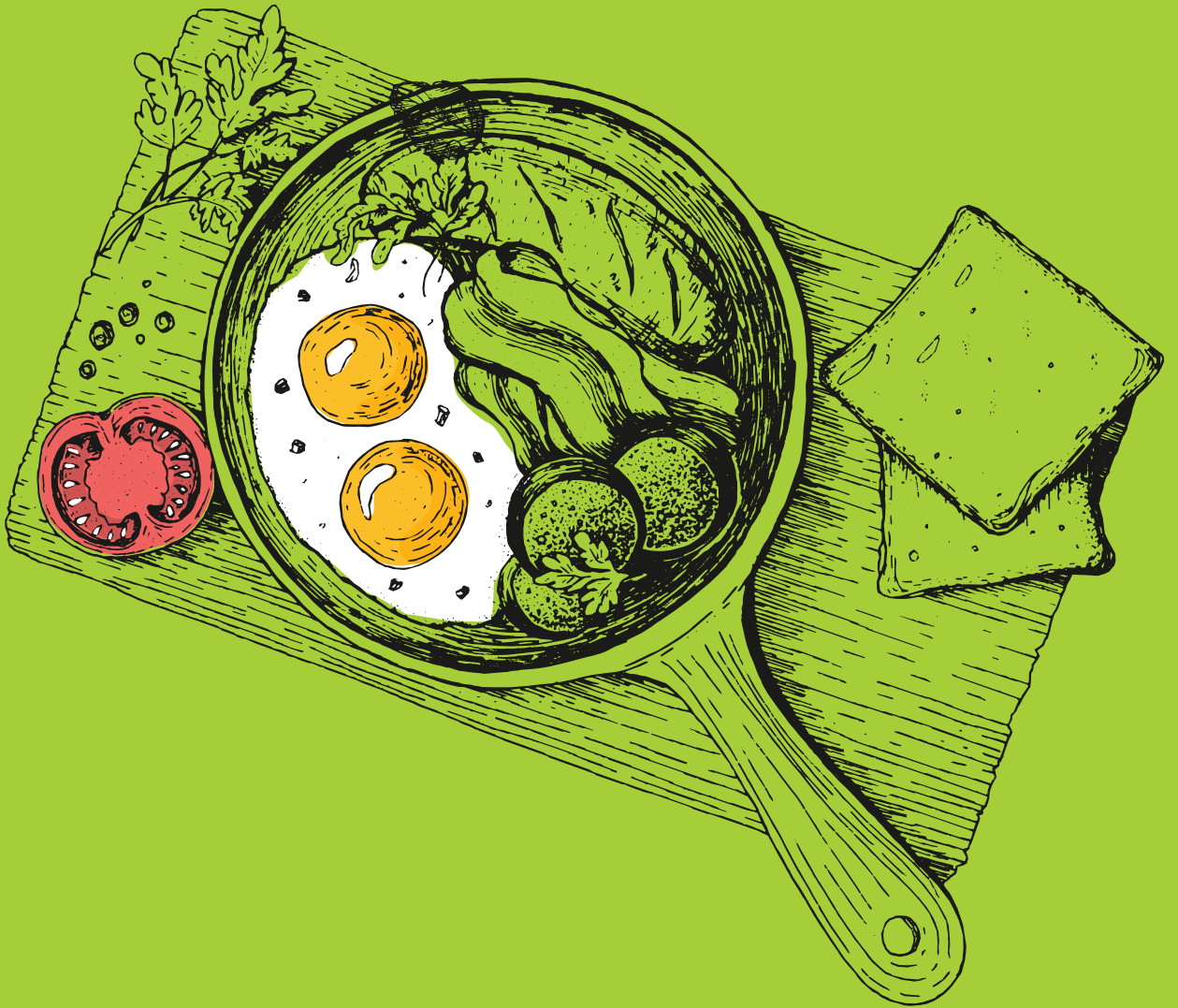
Тем не менее все наши рецепты отличаются особой «ленивостью»: готовить по ним очень быстро и просто, а результат вас приятно удивит. Минимум усилий и максимум удовольствия!

Мы глубоко убеждены, что готовить может каждый! Главное — не бояться пробовать, экспериментировать, фантазировать и делать все это с отличным настроением. А наши рецепты помогут вам вдохновиться и стать настоящим творцом на кухне.

**Ваши Оля и Лена,  
«Ленивый кулинар»**





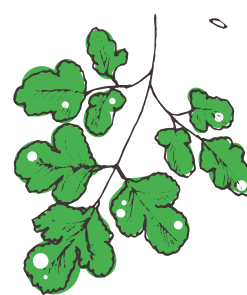


Член  
забирателни  
бюджет!



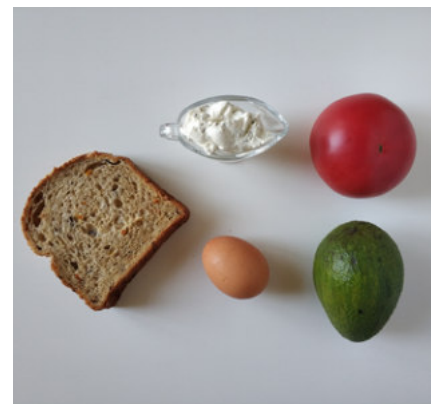


Когда читаешь рецепт яйца пашот, кажется, что это что-то безумно сложное и приготовление его подвластно только опытным поварам. Отнюдь! Мы уверены, что при использовании лайфхака в виде ситечка справится даже начинающий кулинар!



# Яйцо пашот

в нестандартном исполнении



Яйцо — 1 шт.  
Хлеб — 1 ломтик  
Творожный сыр — 20 г  
Авокадо — ½ шт.  
Помидор — ½ шт.  
Перец — по вкусу





1. Яйцо разбиваем в ситечко и ждем пару минут. За это время стечет лишний белок, который зачастую образует некрасивые «лохмотья».
2. В чуть кипящую воду аккуратно опускаем яйцо с ситечка. Рекомендуем воду немного посолить и ни в коем случае не допускать сильного бурления.
3. Через 3 минуты яйцо пашот будет готово. С помощью шумовки аккуратно достаем его из воды.
4. На хлеб намазываем творожный сыр. При желании хлеб можно предварительно немного подрумянить в тостере или на сухой сковороде.
5. Сверху выкладываем ломтики авокадо и помидора, чередуя местами.
6. Завершаем композицию: на бутерброд сверху кладем яйцо пашот, посыпаем душистым перцем. Ну а теперь завтракаем этой вкуснотищей с огромным удовольствием!



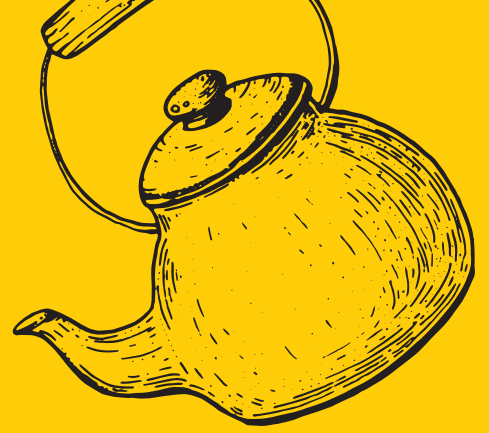
5–10 минут



1 порция







Давайте  
еще  
что-нибудь  
испечем!







Один из самых ярких десертов, которые только придумало человечество! Делать его можно в любое время года с сезонными ягодами или фруктами. Это не стандартный пирог, к которому привыкло большинство из нас, а горячий нежный десерт с хрустящей корочкой.



# ЯГОДНЫЙ Крембл



- Ягоды — 600 г
- Сливочное масло — 100 г
- Мука — 220 г
- Сахар — 70 г
- Орехи — 20 г





1. Мелко рубим орешки. Подойдут абсолютно любые.
2. Смешиваем масло, орехи, муку и сахар.
3. Хорошо перетираем тесто до получения песочной крошки.
4. Выкладываем ягоду в смазанную маслом форму.
5. Посыпаем тестом ягоды. Слой получится довольно толстый, около 3–4 мм.
6. Отправляем ягодный крамбл в духовку при 180 °С на 40 минут.



50–60 минут



8 порций

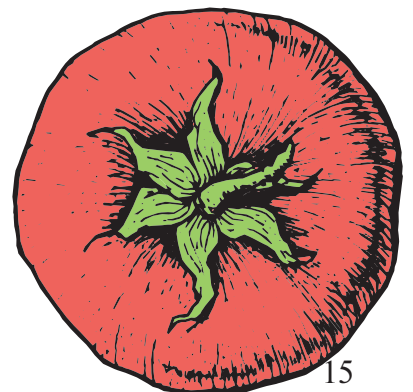






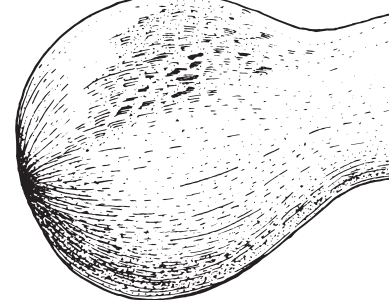


# Судичик дня

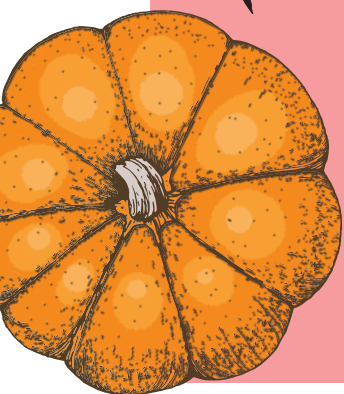




О, этот нежнейший суп!  
Согласитесь: и вкус, и цвет  
поистине изумительные. Сразу  
настроение поднимается!

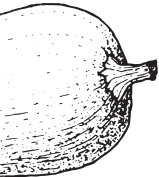


# Тыквенный суп – пюре



Тыква — 300 г  
Картофель — 200 г  
Лук — 50 г  
Морковь — 70 г  
Сливки 20% — 100 мл  
Сухарики  
из белого хлеба





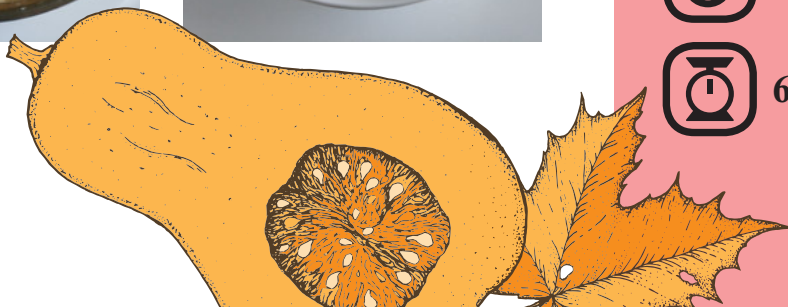
1. Тыкву разрезаем пополам, убираем все семечки, очищаем от кожуры.
2. Все овощи (тыкву, картофель, лук и морковь) нарезаем на довольно крупные кубики. Размер и форма нам не очень важны, все равно впоследствии все измельчим.
3. Овощи складываем в кастрюлю и заливаем стаканом воды. Много воды сразу добавлять не рекомендуем, так как овощи дадут сок. Солим.
4. Через 20 минут, когда все овощи готовы, измельчаем их погружным блендером до пюреобразного состояния.
5. Добавляем в получившееся пюре сливки.
6. Тщательно перемешиваем. При необходимости разводим водой до нужной консистенции. При подаче посыпаем гренками.



30–40 минут

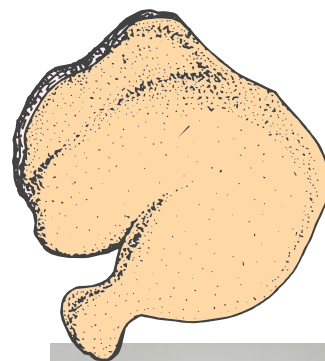


6 порций



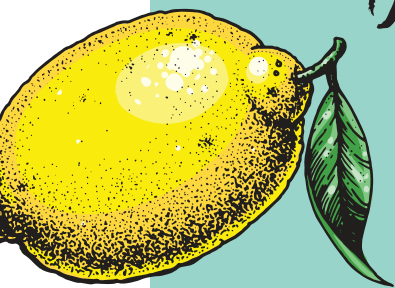


Попробуйте приготовить это блюдо, и увидите, как из самых обычных продуктов получается удивительно яркий и восхитительно вкусный, сытный ужин!



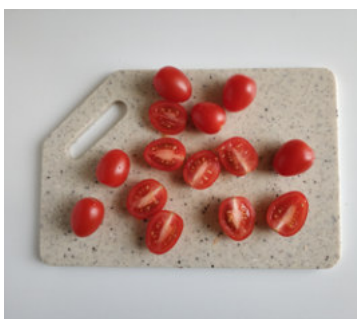
# Бедрышки

**со шпинатом  
в лимонном соусе**



Куриные  
бедрa — 4 шт.  
Помидоры — 100 г  
Шпинат — 50 г  
Лимон — 1 шт.  
Соль,  
перец — по вкусу





1. Куриные бедра солим и хорошо перчим. Лучше использовать смесь перцев, будет красивее и насыщеннее.
2. Помидоры при необходимости режем на кусочки. Если используем помидоры черри — не разрезаем, готовим целиком.
3. Обжариваем куриные бедра по 10–12 минут каждой стороны на смазанной маслом сковороде. Часто не переворачиваем: нам важно получить аппетитную корочку.
4. Выкладываем на сковороду к бедрам помидорки, перемешиваем и тушим 5–7 минут.
5. Следующим этапом выкладываем на сковороду шпинат. Он будет готов буквально через пару минут.
6. В завершении поливаем наше блюдо соком лимона. Он перемешается с маслом, соком от помидоров, жиром от бедер, и получится просто восхитительный соус. Тушим все вместе под крышкой 2–3 минуты и подаем к столу.



50–60 минут



4 порции