

# СОДЕРЖАНИЕ

|   |  |    |
|---|--|----|
| • | От автора _____  | 6  |
| • | Что такое фудпейринг _____                                       | 8  |
| • | Советы сомелье _____   | 11 |
| • | Основы выбора _____  | 11 |
| • | Читаем этикетку _____  | 13 |
| • | Выбираем вино в подарок _____                                    | 15 |
| • | Храним вино правильно _____                                      | 16 |
| • | Винные бокалы _____  | 18 |
| • | Вина под закуски _____   | 19 |
|   | <b>Несладкие закуски:</b>  |    |
|   | Тарталетки из теста фило с креветками _____                      | 25 |
|   | Галета с грушей и горгонзолой _____                              | 28 |
|   | Таралли _____  | 31 |
|   | Дип из авокадо _____   | 32 |
|   | Полезные чипсы _____   | 34 |
|   | Запеченный баклажан с фетой, томатами и кедровыми орешками _____ | 37 |
|   | Палочки «Гриссини» _____   | 39 |
|   | Мини-тарты с сыром и томатами черри _____                        | 41 |
|   | Кростини с козьим сыром и карамелизированным луком _____         | 43 |
|   | Котлетки из креветок с соусом _____                              | 45 |
|   | Кростини с тремя видами начинок _____                            | 47 |
|   | Легкая закуска с креветками _____                                | 51 |
|   | Запеченный камамбер с клюквенным соусом _____                    | 52 |
|   | Бабагануш _____  | 55 |
|   | Мини-пирожки из теста фило с фаршем _____                        | 56 |
|   | Рулетики из цуккини _____  | 59 |
|   | Сырные крекеры с кунжутом _____                                  | 60 |



|  |     |
|--|-----|
| Брускетта с творожным сыром и запеченными перцами _____            | 63  |
| Фокачча с розмарином _____   | 65  |
| «Конфетки» из теста фило с сыром и шпинатом _____                  | 69  |
| Закусочные вафли из цукини с лососем _____                         | 71  |
| Сырные трюфели с фисташковой крошкой _____                         | 73  |
| Овощи «Меланзана» _____  | 75  |
| Брускетта с авокадо и тапенадом из маслин _____                    | 76  |
| Хумус с запеченными томатами _____                                 | 79  |
| Мини-чизкейки с вялеными томатами и карамелизированным луком _____ | 81  |
| Карамелизированный халуми _____                                    | 85  |
| Фаршированные шампиньоны _____                                     | 86  |
| Карпаччо из лосося _____   | 89  |
| Дип из свеклы с фундуком _____                                     | 90  |
| <br>   |     |
| <b>Сладкие закуски:</b>  |     |
| Печенье «Амаретти» _____   | 99  |
| Трюфели с лаймом и клюквой _____                                   | 100 |
| Бискотти с миндалем и апельсиновой цедрой _____                    | 102 |
| Мини-Павловы с ягодой _____  | 105 |
| Тарталетки с лимонным курдом _____                                 | 107 |
| Шоколадное пирожное «Вупи пай» _____                               | 109 |
| Заварные кольца с кремом и миндальными лепестками _____            | 111 |
| Чизкейк на морковной основе _____                                  | 113 |
| Паштел-де-ната _____   | 117 |
| Брускетты с ягодными начинками _____                               | 119 |
| <br>   |     |
| ⋮ <b>Заключение</b> _____  | 121 |





- ВИНО И ЕДА – ИДЕАЛЬНАЯ ПАРА, а если еще пригласить друзей, постелить скатерть, достать красивые тарелки и бокалы, приготовить закуски, и все это под веселый шум бесед, с бокалом вина... Звучит заманчиво, не правда ли? Я всегда любила принимать гостей, а когда у нас появилась собственная кухня, пятничные посиделки с друзьями за круглым столом стали традицией. В этой книге вы не найдете сложных рецептов, потому что любая хозяйка подтвердит: если весь день стоять у плиты, то к приходу гостей уже ничего не хочется. Поэтому я постаралась собрать такие рецепты, заготовки к которым вы сможете сделать заранее, а потом останется только надеть красивое платье, припудрить носик – и подать все к столу.

За винную часть в книге отвечает мой коллега Сергей. Если позволите, расскажу небольшую предысторию: я всегда мечтала побывать в Тоскане. В прошлом году я отправилась в гастротур, где прониклась местной атмосферой. Мы жили на вилле у хозяев, которые как истинные итальянцы каждый вечер угощали нас вкуснейшей едой и, конечно же, вином. Кроме того, у них была своя винодельня, где нам провели экскурсию и показали запасы вина. По возвращении домой в моей голове сразу же поселилась мысль: я должна написать об этом книгу! Но не просто книгу с рецептами, а чтобы она носила еще и познавательный характер. Если за рецепты я не переживала, то вот как правильно написать про вино, не будучи сомелье? Конечно, можно было бы почитать статьи в интернете, но, согласитесь, это вы можете и сами сделать.

Однажды моя подруга рассказала мне о винных мастер-классах, которые они устраивают в своей компании, и о Сергее, который за один вечер поменял все ее представление о вине.





Долгие месяцы совместной работы и общая любовь к вину и еде привела нас к этой книге.

Далее предоставляю слово Сергею, который как никто лучше расскажет о себе.

Меня зовут Сергей Попов, и уже более 7 лет я занимаюсь винным консалтингом. Моя методика – через легкое общение показать яркость и многогранность винного мира, раскрыть потенциал вкуса и аромата, а также помочь советом в подборе гастрономической пары. В свою очередь, это обязательно приводит к меньшему употреблению напитков и к большему удовольствию в процессе.

Вот уже более 10 лет я живу в мире вин. За время работы в ресторанном бизнесе я успел пройти всю цепочку иерархии от официанта до управляющего, и на любом уровне мне приходилось сталкиваться с винной темой. Уже в 2013 году я отправился в свободное плавание: занялся консалтингом и основал бренд Winespeaker, где по сей день несу свою миссию – развиваю культуру питья в России.

А еще, я очень легко и доступно говорю о сложных вещах и готов отвечать на «глупые» вопросы десятки раз. Мне нравится, когда люди их задают: это значит, что им интересно расти и развиваться. Для меня это показатель того, что я все делаю правильно, и поэтому в этой книге я поделюсь с вами тонкостями, которые вы сможете применить в повседневной жизни.

•



# ЧТО ТАКОЕ ФУДПЕЙРИНГ

Раньше всех новое понятие **фудпейринг** освоили молодые люди, которые следят за здоровым питанием, диетами и прочими тонкостями желудка. Возможно, вы слышали о **фудпейринге**, если вы следите за новостями гастрономии. Давайте разберемся, что же это такое?

Английское слово **foodpairing** состоит из двух корней: **food** — еда, продукты и **pairing** — соединение двух частей. Получается, что **фудпейринг** — это игра с вкусовыми рецепторами и, как следствие, с удовольствием от употребления тех или иных продуктов в паре. Проще говоря, идеальная пара в сочетании вкуса.

Конечно, находить удачные сочетания продуктов и напитков люди начали уже очень давно, и большинство даже не посвященных в гастрономические изыски знают, что красное вино лучше сочетается с мясом, а белое — с рыбой. Это базовый **фудпейринг**, который можно развивать, и тогда разное вино будет раскрывать свой вкус в зависимости от типа приготовления мяса или рыбы. Научно же эти тонкости вкуса обосновал бельгийский химик Бернар Лаусс в 2007 году: отсюда идет точка отсчета современного **фудпейринга**. Лаусс пришел к выводу, что для человека важны не только сами вкусовые ощущения, но и их дополнение обонянием. Именно это чувство отвечает за то, как мы будем воспринимать тот или иной продукт. Например, если откусить печеного лука, закрыв при этом глаза и нос, то многие могут перепутать его с печеным яблоком. В винной индустрии такие эксперименты тоже бывают: иной раз, полагаясь только на чувство вкуса без помощи обоняния, можно спутать красное вино с белым, а иногда даже с розовым.

Все дело в том, что мы активно улавливаем молекулы аромата, которые дополняют наши ощущения в полости рта. Вкус всего лишь дополняет наши ассоциации, которые мы чувствуем носом. Наверняка вы замечали, что люди с насморком слабо понимают вкус еды. Приведу еще пример, на этот раз из рабочего опыта: проводя однажды



дегустацию и описывая характеристики вина, одна девушка призналась, что никогда не пробовала болгарский перец. Но она ощутила его во вкусе после того, как я описал ей его аромат.

Часто людям кажется, что модные веяния слишком сложны для понимания и осознания. Мы думаем, что это большое заблуждение, и именно поэтому вместе с Евгенией решили провести вас за кулисы гастрономического искусства.

Мы всегда хотели, хотим и будем хотеть получать удовольствие от еды.

Это очень важно, так как этот процесс наполняет нас энергией и служит источником физических, умственных и эмоциональных сил. Когда-то человек испытывал радость от простого мяса, пожаренного на костре с пресной лепешкой. Но постепенно блюда усложнялись, как, например, пицца, которой уже много столетий: сегодня в ней можно встретить самые необычные ингредиенты на любой вкус. Мы эволюционируем и открываем новые сочетания и способы обработки продуктов, создаем приправы, соединяем различные вкусы, и все это ради гастрономического оргазма.

Вино тоже является важной составляющей пищи. Да, его не обязательно употреблять каждый день или каждый раз, когда мы садимся есть. Хотя почему бы и нет? Посмотрите на французов или итальянцев, практически каждый прием пищи они сопровождают вином. И при этом считаются долгожителями, прекрасно себя чувствуют, всегда улыбаются, выглядят стильно и спортивно. У вас есть сомнения? Рекомендую вам отправиться в круиз на корабле по Европе, где вы встретите множество пожилых людей от 60 лет и старше, которые постоянно, медленно, с удовольствием сопровождают бокалом вина каждый обед и ужин.

Вино всегда было напитком, который сопровождал важные события, и, кроме того, служил важным антисептиком: вином разбавляли воду, чтобы сделать ее более безопасной. Сегодня вода чистая, а вот употребление вина, точнее, его гастрономическая составляющая, постепенно начинает входить в культуру каждого, кто хочет испытать настоящее наслаждение от этого напитка.



UNILABO, SRL  
Produzione e officio via Sotomaggio 11 - Loc. San Giulio - 50029 Prato (Firenze)  
Amministrazione: fax 0571 822947 - email: unilabo@unilabo.it  
Contabile: fax 0571 802200 - email: unilabo@unilabo.it



RECUPERO  
TAPPI SUGHERO



# СОВЕТЫ СОМЕЛЬЕ

## Основы выбора

Прежде чем давать рекомендации по сочетанию вин с блюдами, я предлагаю познакомиться с основными правилами выбора вина.

Яркость и разнообразие этикеток в магазине так и пытаются склонить вас к покупке, поскольку многие выбирают глазами: если красиво — значит, вкусно. Поэтому важно отметить сразу, что большинство вин на полках магазинов действительно изготовлены с использованием винограда. Даже самая дешевая бутылка содержит виноград, вот только качество сырья и, как следствие, напитка — это уже другой вопрос. Поэтому давайте разберемся, как выбрать вино не по картинке, а по его свойствам.

Итак, вы пришли в магазин. Как же выбрать вино?

**Первое правило — цвет вина.** Какого цвета вино должно быть на вашем столе? В магазине чаще всего вина расставлены по цветовой гамме — слева красные и розовые, справа белые (ну, или наоборот). Определите, в какую сторону вы будете смотреть сегодня, поскольку от прыжков с одной полки на другую устают и глаза, и нервы, а главное, хочется уже быстрее взять что-нибудь и уйти. Поэтому первое правило ограничит вас в выборе и сделает его более легким.

Подойдя к нужной полке, смотрите по краям и вниз. Вверх тоже можно смотреть, но обычно там стоят дорогие вина, а центральное место часто занимают самые известные и популярные образцы, те названия и компании, которые знают все. Можно, конечно, остановиться на них, но если вы уже пробовали «Шабли» тысячу раз, может, сегодня захочется чего-то другого? Как раз по сторонам и внизу чаще скрываются малоизвестные производители, которые скромно ждут своего покупателя. А еще внизу часто выставляют распродажи.



**Остаточный сахар** — еще одна важнейшая характеристика вина. Это тот сахар, который остался после дрожжевого брожения. Иными словами, это сахара, которые накопил в себе виноград и которые не были переработаны дрожжами и остались в напитке в свободном виде. Обычно количество такого сахара измеряется в граммах на литр. На основе содержания остаточного сахара большинство вин можно разделить на следующие категории сладости:

- *сухие* — менее 4 г/л;
- *полусухие* — до 18 г/л;
- *полусладкие* — от 18 до 45 г/л;
- *сладкие* — от 45 г/л.

Обратите внимание на то, что в крепленых винах и ликерах остаточного сахара может быть еще больше, поэтому их принято пить совсем понемногу.

**Далее — стоимость.** Вы должны понимать, сколько готовы заплатить за бутылку. Сегодня стоимость достойного вина начинается от 500 рублей. От стоимости и, как следствие, качества напитка будет зависеть ваше удовольствие, но сразу скажу, что можно и за небольшие деньги встретить приличный образец, если поискать в магазине акции.

## 12

Например, давайте рассмотрим вино за 150 рублей. Как и любое другое, оно производится из винограда, но не факт, что он будет качественным. У такого вина, если оно сухое, не будет ни аромата, ни тела, ни вкусовых нюансов. Его можно сравнить с недорогими чайными пакетиками, в которые засыпана так называемая чайная пыль — остатки производства хороших продуктов. Такой чай даст цвет и даже какой-то вкус, но он не будет ни выраженным, ни изысканным, ни наполненным, и даже, возможно, будет содержать красители и искусственные добавки. Также и дешевое вино, скорее всего, будет произведено из сырья низкого качества и не обрадует вас оттенками аромата и высокими нотами вкуса. А если оно очень простое, то как же оно сможет справиться с вашим с ужином?

Вина, которые стоят около 500 рублей без скидок, уже могут порадовать ароматом, телом и вкусом. В этой ценовой категории я рекомендую обратить внимание на такие страны как Испания, Чили, ЮАР, Аргентина, Португалия (но не портвейн (Porto)), юг Италии и, возможно, юг Франции, а также Россия. Вина из этих стран прекрасно подойдут для тех, кто только начинает познавать винный мир.



Если ваш бюджет составляет около 1000 рублей, тогда смотрите на перечисленные страны, а также обратите внимание на Италию, Новую Зеландию, Австрию, Австралию, Францию (долина Луары, долина Роны, Эльзас). В этой категории уже можно получить вино, выдержанное в дубовой бочке, которое одарит вас своей насыщенностью.

**Обращаем внимание на пробку.** Корковая пробка хороша и более привычна потребителю. Но у нее есть один недостаток, который перекрывает все достоинства — корковая болезнь, которая может испортить не только саму пробку, но и, как следствие, напиток в бутылке. Виодел закладывает на «корк», как мы ласково называем заболевшие вина, порядка 10% стоимости, а это значительная цифра, учитывая объемы производства вин. Да и стоимость хорошей корковой пробки выше, чем винтовой. Поэтому если вы не собираетесь хранить вино на протяжении десятилетий, то смело выбирайте бутылки с винтом.

Многие боятся или стесняются покупать вино с винтовой крышкой — это металлическая закручивающаяся крышка, самая простая и легкая в использовании. Иногда считается, что такая пробка — признак низкокачественного вина. И это большое заблуждение! Сегодня винт — это бюджетная крышка, которая позволяет вину сохранить свежесть. Открою секрет: есть производители, которые закрывают свои вина стоимостью по 10 000 рублей и более именно таким образом. Вина с такой крышкой лучше употребить в ближайшие три года с момента сбора урожая, поскольку они не предназначены для длительного хранения. То же самое касается вин, которые укупоривают силиконовой или пластиковой пробкой. Такие вина стоит употребить в первые три года. Поэтому, когда вы выбираете бутылку вина, можете обратить внимание на пробку, но это не самое важное.

## Читаем этикетку

Этикетка — паспорт вина. Именно информация на этикетке расскажет вам, откуда вино, из какого оно сорта винограда, каков его потенциал и многое другое. Самое важное — понять, что именно следует искать на этикетке.

- 1. Страна производства.** Это важно в совокупности со стоимостью. Стоимость вин из основных стран-поставщиков Старого Света (Франция, Италия, Испания, Германия, Австрия) в среднем будет выше, чем у напитков из стран Нового Света (ЮАР, Австралии, Чили, Аргентины и других). Ориентируйтесь на цены не ниже 600 рублей за бутылку для европейских вин и не ниже 400 рублей — для вин из Нового Света.
- 2. Регион производства.** Чем меньше указанная область производства, тем более строгим будет контроль качества. Например, страна Чили, регион Майпо или страна