

Меню®

списание за модерно хранене | брой 78 | януари – февруари 2015 | 5 лв. | www.menu.bg

ЗИМАТА ВИ КАНИ НА ДОМАШЕН ХЛЯБ

- Празнични вечери
- Английски класици

Кулинарна прогноза **2015**

Мандра
КОЗЛЕ

ФЕНИКС
КАФЕ, Вудин





Още малко и годината ще се завърти и отново ще попаднем в условното начало на времето със своите обещания, решения, съжаления и мечти.

Моята година премина изцяло под знака на храната: започна с първата разточена през живота ми баница с късмети (с помощ от приятели), продължи с чудесната ми работа, за която съм повече от благодарен (колеги - обич и респект) и която ме отведе на чудни и вкусни места из страната и при комшиите. Лятото посветих на пожелано „заточение“ в откритата кухня на фестивал на сред планината, където на огнища, без ток и без течаща вода заедно с жизнерадостния доброволчески екип всекидневно готвехме за вдъхновените хора на събитието.

През есента с българската Slow Food делегация се озовахме в Торино наред възможно най-голямото съвплотворение на хора, милеещи за храната и за идеите, които ще направят живота ни по-добър и по-спокоен. Terra Madre/Salone del gusto е най-важното събитие в света, посветено на борбата за вкусна, чиста и честна храна.

Малко след това приключих с редактирането на задълбочената творба на нашия шеф-готвач Ивелина Иванова и с радост мога да кажа, че книгата ѝ „Домашен хляб“ вече е по книжарниците - реални и виртуални.

Дојде времето и на този брой на списание „Меню“, за който няма да ви кажа нищо повече от това час по-скоро да го разгърнете.

За една година видях, научих и усетих толкова много за храната, че и непрекъснато да говоря и пиша през следващата, пак няма да успея да разкажа за всичко. А съм убеден, че това може да се случи с всеки, ако поиска, стига да обърне леко поглед встрани и да вкуси, буквално и преносно, живота наоколо.

През тези дванадесет месеца всеки от нас сумарно е излял впечатляващи количества, но те не са толкова важни. Важни са техните качества - вкусови, здравословни, емоционални и социални. Храната освен чисто гориво е все повече преживяване, работа, удоволствие, кауза, взаимопомощ и идея.

Пожелавам ви 2015 година да ви донесе всички тези усещания и много радост!

Людмил Хайдутов,
редактор



рецепти в броя

ПОСТНИ ЯСТИА

- 18 ВЕГАН КРЕКЕРИ С КВАС И ЗЕХТИН
- 20 ХЛЯБ ОТ ЛИМЕЦ С КВАС
- 25 ТОПЛА САЛАТА ОТ КУСКУС И ПЕЧЕНА ТИКВА В ТОРТИЛЯ
- 25 ПОСТНО КОЛЕДНО РУЛО
- 27 ЯБЪЛКОВ СЛАДКИШ СЪС ЗЕХТИН
- 30 ХЛЯБ С МЕД И РОЗМАРИН
- 36 КИСЕЛО ЗЕЛЕ С БУЛГУР, ПРАЗ И СУШЕНИ ПЛОДОВЕ



25

ЯСТИА С МЕСО

- 8 КРЕМ ОТ ГЪШИ ДРОБ СЪС САЛАТА ОТ РУКОЛА И МАНДАРИНИ
- 10 МИНИФИЛЕТА УЕЛИНГТЪН
- 22 ПЪЛНЕН ХЛЯБ С МАСЛИНИ, ШУНКА И КАШКАВАЛ
- 36 ПАТЕШКИ БУТЧЕТА С КИСЕЛО ЗЕЛЕ И ДЮЛИ
- 41 TOAD IN THE HOLE
- 42 LANCASHIRE HOTPOT

БЕЗМЕСНИ ЯСТИА

- 9 ХРУПКАВ ХЛЯБ С КАШКАВАЛ И МАЩЕРКА
- 16 ПРАЗНИЧНА ПОГАЧА С РОЗИ
- 61 ПОРТОКАЛОВО-МОРКОВЕНА СУПА
- 79 КРЕМСУПА ОТ ЗЕМНА ЯБЪЛКА И ЛЕШНИЦИ



48

ДЕСЕРТИ

- 12 ШОКОЛАДОВО ЛАВА СУФЛЕ С МАЛИНОВО СОРБЕ
- 31 ТИКВЕН ЧИЙЗКЕЙК
- 32 ПОРТОКАЛОВА ВЕГАН ТОРТА
- 46 КАРАМЕЛИЗИРАН КРЕМ С ДЮЛИ
- 48 ТАРТА С МЕД И ДЮЛИ
- 48 АРОМАТНО ЖЕЛЕ ОТ ДЮЛИ
- 50 КЕКСЧЕТА С ДЮЛИ
- 50 КОЛЕДНИ ТОРТИЧКИ
- 60 АНГЛИЙСКИ ХЛЕБЧЕТА СКОУНС
- 60 МИНС ПАЙ

ЯСТИА С РИБА

- 8 КАНАПЕ ОТ ДОМАШНО ПУШЕНА СКУМРИЯ С ПЕЧЕНИ ЧУШКИ, АВОКАДО И КЪРИ МАЙОНЕЗА
- 40 FISH AND CHIPS

42



МЕНЮ®

у дома

сезони Зимно празнично меню	6
време за хляб Хляб за празник	14
модерни традиции Постни изненади за Бъдни вечер	24
меню с приятели Кулинарно ателие „Ананда“	29
българска кухня Идеи с кисело зеле.....	34
световно меню Английски хумор в кухнята.....	38
неустойимо Зимата ухае и на гюли	44
неустойимо в стъпки Коледни тортички	52



8



48

МЕНЮ®

за храната

меню навън „Феникс кафе“ или малко топлина по английски.....	56
от натура Мандра „Козле“	64
за храната отговорно Съкровищница от вкусове	70
тенденции Кулинарна прогноза 2015.....	74

70



64

НАШАТА ФИЛОСОФИЯ

Храната е основата, върху която градим всичко. Да, тя поддържа физическото съществуване на човека, но далеч надхвърля ролята на биологично гориво. За нас, в списание „Меню“, храната е общуване и ритуал, вековна култура и акт на творчество, естетика и интелектуално предизвикателство.

Храната трябва да е вкусна и да доставя удоволствие. Пълноценните ястия – приготвени с качествени съставки, с шадящи продуктите техники и умело подправени, са апетитни, те носят наслада, приятни мизове, хубаво настроение и радост от живота.

Едновременно с това храната изгражда организма ни, настроението ни, здравето ни. Хипократ е казал, че лекарството трябва да е храна, а храната – лекарство. Всички рецепти в списанието ни са **здравословни** и **балансиранни**, запоба и те не са специално обозначени като такива.

В нашите рецепти няма да видите калории. Уверени сме, че читателите ни имат специално отношение към кулинарията и правилна преценка за количествата на храната си. **Мярката** е съществен елемент от правилното хранене и добрия начин на живот.

Съчетаването на храната с **качествено вино** в умерени количества допринася не само за удоволствието от вкуса и от съпребивяването, но и за едно още по-здравословно хранене. Феноменът на средиземноморската диета е доказателство за това. Виното, тази древна напитка на боговете, е съвършеният партньор на вкусната храна.

Всички рецепти в списание „Меню“ са приготвени от шеф-готвач **Ивелина Иванова**, опитани са от екипа ни и са снимани от нашите фотографи. Изключение правят творенията на нашите гости, които също са пробвани и снимани от „Меню“, освен ако изрично не е указано друго. **Гарантираме**, че ако следвате точно рецептите, ще получите желаните резултати. Но също така можете да ги разглеждате само като идеи и смело да **експериментирате** на тяхната основа – творчеството в кухнята доставя голяма радост.

В някои от рецептите предлагаме да се използват съставки от конкретни марки. Това е предпочитан и желан от рекламодатели и партньори подход да рекламират своите продукти. „Меню“ гарантира, че въпросният продукт е подходящ за ястието и резултатът ще е добър, но предлаганата марка винаги има **алтернатива** по преценка на читателите.

Категорично се обявяваме **против бързото хранене** в популярия му съвременен градски смисъл. Но приемаме необходимостта в динамичния ни живот да се приготвя „нещо за халване“ сравнително бързо. Ето защо предлагаме „бързи рецепти“ и ястия с „пет продукта“ – те не отнемат много време и усилия, а са пълноценна и вкусна храна. Сангвичите също са полезни, когато са приготвени с добри продукти и балансиран състав.

Тъй като приемаме и уважаваме всички начини на хранене, предлагаме рецепти както за вегани и всички видове вегетарианци, така и за хората, които ядат месо. **Крайностите са ни чужди** и вярваме, че всички тези системи могат да осигуряват както балансирано и пълноценно хранене, така и удоволствие от яденето.

Безкрайно разнообразен е светът на храната и храненето и ние го разглеждаме и харесваме в цялата му многоликост. Предлагаме идеи за ястия от всички кухни по света – **национални или регионални**. Българската кухня е богата и интересна – тя е част от балканската и европейската кулинария. В „Меню“ се отнасяме с интерес и уважение към родната ни традиция и се стараем да откриваме позабравени регионални рецепти или продукти. Но шовинизмът не ни е присъщ и вярваме, че хората по цялата Земя предлагат интересни продукти и вкусни комбинации с тях.

От друга страна, насърчаваме използването на местни продукти и често ги предлагаме като заместители на чуждоземни – за нас има значение **колко километра** е изминал един продукт, преди да се появи в чинията ни.

Тайната на добрата храна е в **продуктите**. Без качествени продукти няма вкусна и полезна храна. Борим се за свят, в който храната ни е от свежи, чисти, сезонни, местни, автентични продукти, пълни със силата, ароматите и вкуса на една съхранена природа.

Устойчивото развитие е важна част от философията на „Меню“ за храната, храненето и продуктите. Дълбоко уважаваме и лъшем за онези производители, които са се посветили на мисията да осигуряват на хората екологично чисти продукти с истински вкус.

Вярваме, че е нужно в света да се наложи справедливост за хората, които произвеждат храна. Затова подкрепяме организацията и продуктите на „справедливата търговия“ **Fair Trade**.

В „Меню“ сме и за пълноценното оползотворяване на храната, против безотговорното ѝ изхвърляне и за създаването на **хранителни банки**, осигуряващи качествена храна на оромен брой нуждаещи се от нея.

Заставаме и зад международното обичане **Slow Food** заради усилията му да открие и възроди автентични местни продукти, сортове и породи по цял свят и да съхрани агро-гастрономическото биоразнообразие на планетата ни.

Философията ни за храната и природата прозира винаги през рецептите на нашите страници в МЕНЮ У ДОМА и е лйтмотив на материалите ни в секцията ЗА ХРАНАТА.

МЕНЮ®

брой 78 / януари – февруари 2015

www.menomag.bg

ЕКИПЪТ НА МЕНЮ:

Ивелина Иванова, шеф-готвач, ivelina.ivanova@gourmet.bg

Веселина Маринова, главен редактор, vesselina.marinova@gourmet.bg

Людмил Хайдutow, редактор, lyudmil.haidutov@gourmet.bg

Елена Негриева, графичен дизайн, elena.negrieva@gourmet.bg

Драгомир Матеев, **Николай Камбуров**, фотографии

Ирина Гугова, фугстайлинг

Милена Маргова, реклама, milena.mardova@divino.bg

Десислава Ганчовска, търговски директор, desislava.ganchovska@gourmet.bg

Издател: **Емил Коралов** чрез „Гурме Пи Си Ту И“ ООД



ISSN 1312-5923

адрес: **Списание Меню**, София, ул. „Лъчезар Станчев“ 5, Sophia Business Towers, Търговски център, ет. 2

редакция: 0884 940 748, 0897 823 952, 02/ 951 66 34, 02/ 951 66 37
e-mail: menu@menomag.bg

реклама: 0884 940 751

печат: **ВАУНС ПРINT**

картия:

Всички права запазени. Не е разрешено публикуването на това списание или на части от него под каквато и да било форма без писменото разрешение на издателя.



станете ни приятели във фейсбук
<http://www.facebook.com/menomag>



следвайте ни в twitter
@MENUMAGazine



гледайте нашите видеорецепти на
www.youtube.com/user/GourmetPublishing



следвайте ни в pinterest
www.pinterest.com/menomagazine



<https://plus.google.com>



Разгледайте онлайн списание Меню на
www.issuu.com/gourmet_publishing и на
www.pbox.bg/GourmetPublishing



Вижте нашите рецепти на www.menomag.bg/recepti



легенда на символите:

степен на трудност при приготвяне на рецептата:
○ лесно, ○○ средно трудно, ○○○ сложно

препоръчани напитки:
вино – бяло, розе, червено
 бира, аперитив, кафе/чай

- идеи и вариации на рецепти
- непознати кулинарни термини и продукти
- полезни хрумвания, свързани с някои от продуктите



ХЛЯБ НА МАСАТА

Без хляб празник няма | 14

Пекарна „Ананга“ | 29



Зимно празнично МЕНЮ | 6

и още:

Британски кулинарни символи | 38

Ароматни десерти с дюли | 46

Коледни тортички | 52



Зимно празнично меню



Съдовете и аксесоарите
в рубриката са представени
от Студио Шкафа

Без хляб празник няма

Цивилизацията си върви по пътя и хората се променяме непрекъснато, за да не изоставаме от собствените си постижения. Но на празник у нас все още се събужда първичната гуховна енергия и в тези дни сме по-весели, по-смирени, повече свързани помежду си и с по-силна връзка с незримите светове наоколо. И не са нужни свръхчувствителност и свръхестествени способности, за да усетим нишката, която свързва всичко живо, nežиво и отвъдно – достатъчно е да замесим хляб и да го споделим с близките на празничната маса.



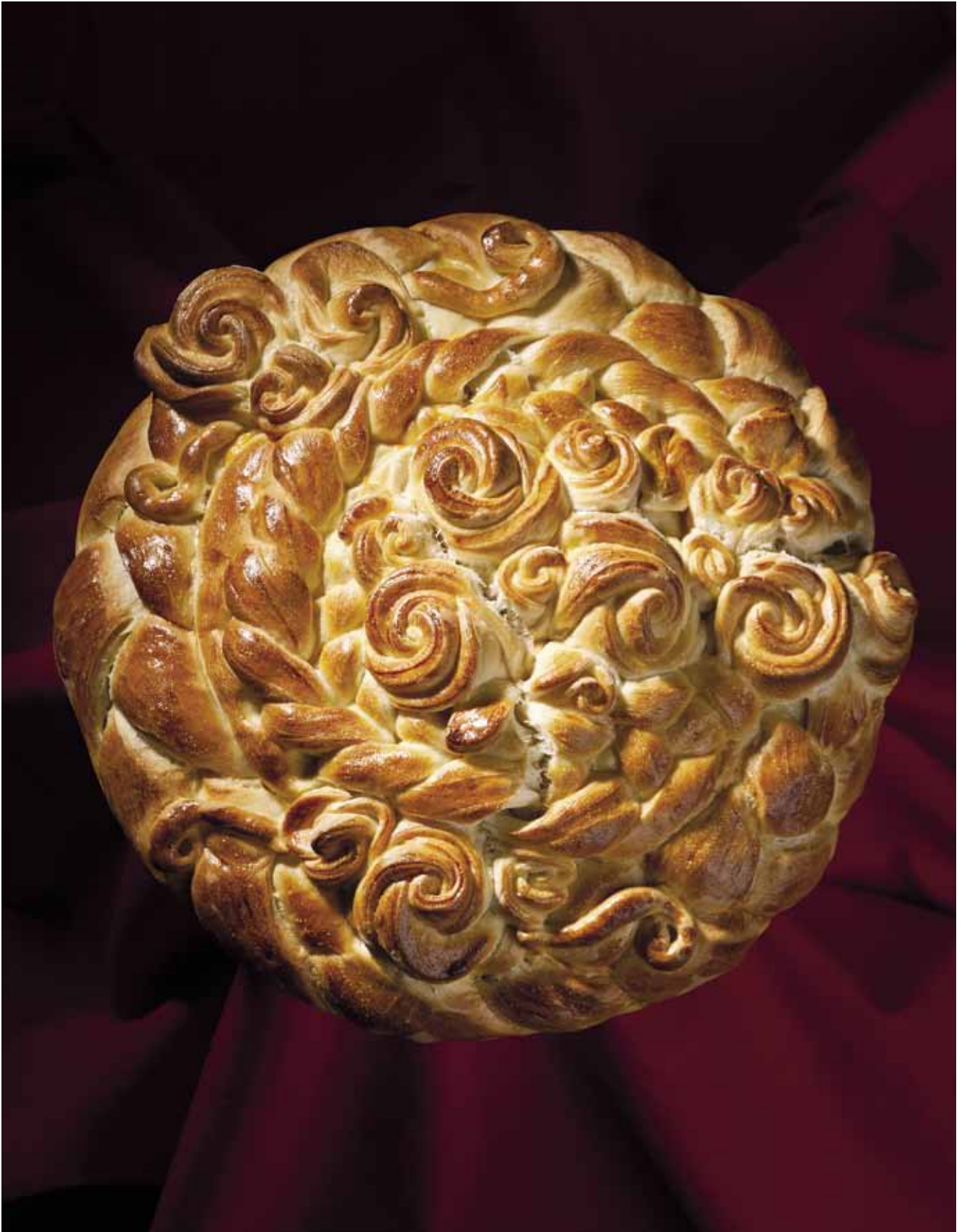
Антрополозите често описват празничния хляб като безкръвно приношение към божествените сили, като предплата за доброто през следващите дни, като преносител на човешките стремежи и нужди. Заради тази важна роля символната украса на българските погачи е толкова богата и развита. На Бъдни вечер по питките порастват гроздове и житни класове, крави, овце и пилци се сбират в оборите и курниците, палешникът разорава нивата за плодородие и късмет, а небесните светила слизат върху хрупкавата коричка.

Приготвянето на хляба граничи с магията, и за да бъде укротена и усвоена от човека тази основополагаща домашна дейност е превърната в точно спазван ритуал – по ген и по час. Не е чудно, че за хляба се е мислило в свръхестествени категории, той е осигурявал пряка връзка между поколенията чрез кваса и ношвите, които са се предавали в рода. Връзка, която е прекъсната, но може да се възстанови.

Интересът към традиционния хляб, независимо дали квасен, безквасен или с мая, нараства с всеки изминат ден – сервира се в ресторантите, за него се отварят нови фурни и се организират курсове. Преди около месец излезе от печат най-новата книга на нашия шеф-готвач Ивелина Иванова. Тя се казва „Домашен хляб“ и в нея освен над 40 рецепти напълно приложими в дома авторката на базата на богатия си опит обяснява за процесите, които протичат по време на месенето, втасването и печенето, за брашната и зърната и за различните пекарски техники. Но макар и достъпно написана от гледна точка на биологичните, химичните и физичните закони, в книгата се прокрадва преклонението пред хляба като най-важна храна, като символ на живота.

Както животът е невъзможно разнообразен, така и хлябовете, особено тези за празничните дни, могат да са съвсем различни, в което ще се убедите на следващите страници.

➔ Людмил Хайдутков

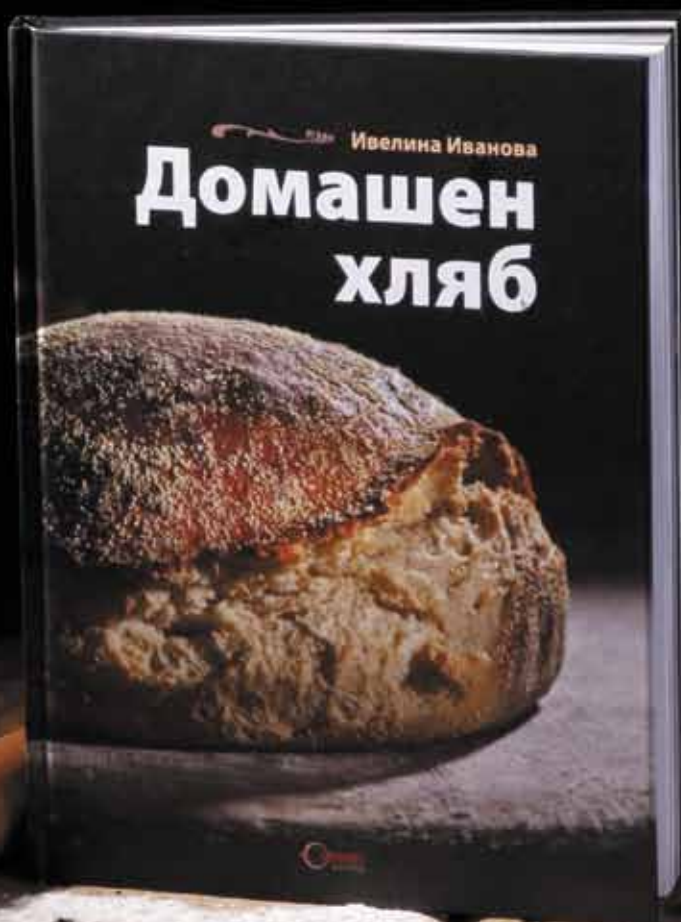


ПРАЗНИЧНА ПОГАЧА С РОЗИ

Домашен хляб

ЗА ЕДИН ПО-ВКУСЕН СВЯТ

с най-новата
и уханна книга
на Ивелина
Иванова



издание на:  GOURMET
publishing

Кулинарно ателие за леки блаженства

„Ананда“ отваря врати през март 2013 г. На санскрит гумата означава блаженство, но в дъното на историята на тази пекарна е любовта.

В един момент от живота си Светослав и Светослава работят в две съседни заведения, без да се познават. Светослава решава да провери кой е адашът ѝ и оттогава двамата са неразделни и в работата, и в живота. По професията е инженер, а Светослав – арабист, но едно от нещата, които ги свързват, е страстта към готвенето и възискателността към качеството на храната.

Решението да отворят „Ананда“ е резултат от съвсем практична нужда. На един кукерски фестивал се оказало, че няма какво да ядат - изборът се свеждал само до кебапчета, клофета и туршия. Съвсем естествено се родила идеята да отворят място, където да продават храната, която харесват.

В самото начало фокусът са сватбените торти, приготвяни и декорирани от Светослава. Но бързо установяват, че търсенето е далеч по-голямо и нишата – по-широка. И след тортиите и сладкишите се появява хлябът, за който основното действащо лице е Светослав.

„Целта ми, както и при сладкишите, беше да предложа алтернатива: хляб без химия, без избелители, подобрители или изкуствени набухватели. Истинският хляб се прави с квас. Занаята в голяма степен съм го крал от тук и там, включително и през времето, когато живеех в Щатите.“



Защо квас? Не е ли това просто мода при хлябовете?

Квасът е жив организъм, който, попадайки в хляба, разгражда сложните захари на прости и така го прави лесно разградим за стомаха, превръща го в лека и качествена храна.

В „Ананда“ предлагат над 15 вида хляб. Всеки ден се печат шест-седем фурни с различен хляб - разнообразие, подходящо за всеки вкус. Освен с различните брашна тук смело „играт“ и с мед, розмарин, орехи, коприва, сушени домати, маслини и ядки. „Разписанието“ се публикува на сайта на сладкарницата-пекарна.

»»»

БЪЛГАРСКА
КУХНЯ



Извадете зелка от кацата



КИСЕЛО ЗЕЛЕ С БУЛГУР, ПРАЗ И СУШЕНИ ПЛОДОВЕ



ОТ СЪНОВНИКА: „Присъни ли ви се кисело зеле бъдете по-дискретни в делата си, защото може да станете обект на клоку от страна на недоброжелатели.“

КОМЕНТАР: Ако ви се присъни кисело зеле, се захванете съвсем недискретно да сготвите някоя от рецептите тук – тогава дори недоброжелателите ще ви славословят.



ПАТЕШКИ БУТЧЕТА С КИСЕЛО ЗЕЛЕ И ДЮЛИ

Зимата ухае и на дюли

Когато бях дете, с настъпването на зимата къщата ни се изпълваше с аромати, в които тя се разполагаше удобно и за дълго. Киселото зеле, туршията, лютеницата, компотите от череши, кайсии, круши и, разбира се, неизменният от дюли с индрише. Когато конфитюрът от вишни изчезнеше, а това се случваше много по-бързо от всякакви планове, идваше ред на сладкото от дюли. И зимните сутрини отново започваха да ухаят на топлина.



Судония oblonga, дюлята, е единствен представител на своя род Судония от многочленното семейство Розоцветни, към което се числят ябълката и крушата. Може би не случайно се среща в ябълковидна и крушовидна форма. Родината ѝ е регионът на Кавказ и планинските местности в Средна Азия. За пръв път се споменава в гръцки текстове от 600 г. пр. Хр. като атрибут на богинята на любовта Афродита. Някои историци смятат, че дюлята е била свещена и е била задължителен елемент в сватбени ритуали. Култивирането на дюлята води началото си от Месопотамия, а между 200 и 100 г. пр. Хр. гръците започнали да отглеждат „златната ябълка“, както я наричали. Смята се дори, че преди самата ябълка. А съществува и предположение, че именно дюлята е била плодът на раздора между Афродита и Хера, чието неразбирателство разпалва Троянската война.

Дюлята обича умерения климат и места, където температурните амплитуди не са резки и застудява постепенно. Това ниско дърво или дървовиден храст се развива най-добре във влажни почви и достига височина до 5–6 метра. У нас може да се види из дворове и градини, главно в предпланински и планински райони до 1500 м н. в. Цъфти най-късно от всички овошни видове – между април и май. Затова обикновено пролетните слани и застудявания не поразяват плодовете ѝ. В света са известни около петдесет сорта дюли, а в нашата страна има няколко, които не потъмняват при съхранение, не образуват горчиви ядки и плодовете им се запазват свежи до края

на зимата. Такива сортове са триумф, асеница и хемус – зреят в края на септември или в началото на октомври и плодовете им достигат 450 грама.

Дюлите имат високо съдържание на пектин – около 3%, а и на дъбилни вещества, които дават стипчивостта на суровите плодове. Богати са и на киселини, съдържат витамините С, В₁ и В₆, захари и минерални соли. Пектинът в съчетание с танини действа противовъзпалително, затова и дюлите са полезни при лечение на заболявания на дихателните пътища и черния дроб. Но тъкмо високото съдържание на пектин и танини е причината рядко да харесваме плода, когато е току-що откъснат. Готвенето на бабен огън обаче освобождава пектиновите нишки от клетъчните стени и плодът става мек, разгръща аромата си и губи стипчивостта си. Дюлите присъстват в световната кухня във вид на сладко, мармалад, конфитюр, компот, желе, пелте и нектар. Месото на дюлята без семките се използва и в задушени ястия с риба, дивеч, агнешко. Готовите сладка и желета се добавят към пайове, тартти, кейкове. От семките на плода също се приготвят варианти на желета.

В римската готварска книга на Апиций от I век се среща описание за консервиране за дюли: цели плодове заедно с листата се варят в мед и редуцирано младо вино с подправки. Смята се, че римляните научават от гръците тази техника и може би това е и първообразът на днешните конфитюри, мармалади и сладка от дюли. Друга известна рецепта на Апиций е за задушени дюли с мед и праз в мазнина. Най-ранният конфитюр от дюли в Европа обаче вероятно е приготвен не по-рано от 1400 г. Дюлите са варени с мед и вино и така се е получавало гъсто пектиново желе. Любопитен факт е, че английската гума marmalade се появява в езика към края на XV век през френския и произлиза от португалската marmelada. На португалски дюля е marmelo и marmelada е тъкмо сладко от дюли.



ТАРТА С МЕД И ДЮЛИ

Майкъл Патернити

ЕД КОНТАДОР



ИСТОРИЯ ЗА СТРАСТ,
ПРЕДАТЕЛСТВО,
ОТМЪЩЕНИЕ
И НАЙ-ВЕЛИКОТО
СИРЕНЕ В СВЕТА



gourmet.bg



най-новото издание на:

 GOURMET
publishing





ТЕНДЕНЦИИ 2015 | 74



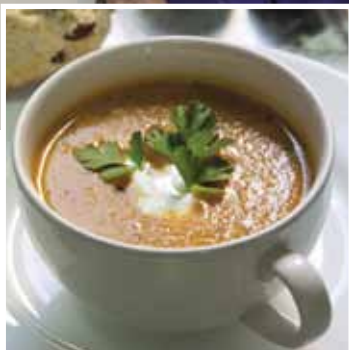
и още:

Мик Купър от Видин и новите възможности | 56

Големият скок на мангра „Козле“ | 64

Slow Food съкровищница от Вкусовете | 70

Феникс, или малко топлина по английски



Мик, Нели и Никю

Англичаните са студени, казват. Крайно неадекватно твърдение, нали? И все пак всеки го е чувал поне веднъж. Въпреки че именно във Великобритания има безброй хора, готови да помагат на по-нуждаещите се от тях и да вършат благодеяния, които като психология са недостижими за представителите на някои други нации. Благодетелността от векове е част от манталитета на британците. Освен това жителите на Острова лесно преобръщат целия си живот и заживяват в чужда среда и култура. Сякаш са едновременно най-заклетите традиционалисти и най-изявените космополити.



Портокалово-морковена супа

Тази семпла супа е с богат вкус, аромат и текстура. Мик Купър и неговият екип във Видинското „Феникс кафе“ често я предлагат на клиентите си. Идеална е за зимата, но може да се яде и студена през лятото. Най-добра е, когато се направи от предния ден и се претопли – тогава вкусът ѝ е още по-наситен.

ПРОДУКТИ:

50 г **масло**
 25 мл **зехтин**
 100 г **лук**, нарязан на резени
кората и **сокът от 1 портокал**
 500 г **моркови**, нарязани на кубчета
 50 г **брашно**
 35 г **доматено пюре**
 1 л **зеленчуков бульон**
 1 ч. л. **босилек**, свеж или сушен
 1 ч. л. свеж **магданоз**
сол и **черен пипер** на вкус
кисело мляко за гарниране

ПРИГОТВЯНЕ:

| 4 порции | 40 мин. | ○○

1. Мазнините се загреват заедно в голям дълбок тиган и в тях се разбъркват лукът, портокаловата кора и морковите. Огънят се намалява, тиганът се похлупва и се оставя за няколко минути, като от време на време се разтръсква енергично заедно с капака, за да не загори. При този процес се освобождават ароматите на портокаловата кора.

2. Добавят се доматиеното пюре и брашно, колкото да поеме мазнината. Сместа се бърка с дървена лъжица около 2 мин., за да стане на ру - гладка запръжка от мазнина и брашно. Не бива да се прекалява с брашното, иначе супата ще бъде твърде брашнена.

3. Горещият зеленчуков бульон се налива малко по малко и при непрекъснато бъркане с дървената лъжица, за да се получи гладка течна сплав. Добавя се и портокаловият сок. Така получената супа е фина, но с плътно тяло.

4. Слага се босилекът и се оставя да къкри, докато морковите станат готови.

5. Добавят се магданозът, черен пипер, сол на вкус и се пасира с блендер. Супата е с добра текстура, а ако е твърде гъста за вашия вкус, добавете ѝ още малко зеленчуков бульон.

6. Добре е да се поднесе, гарнирана с малко кисело мляко и с прясно изпечен италиански хляб.

Скокът на „Козле“

„Козле“ звучи хем мило, хем вирозлаво, но без съмнение симпатично. Така са нарекли своята мандра за козе сирене Тодорка и Иван Мутафчиеви от Банско – самите те много симпатично семейство. Малката им мандра е в Разлог, до реката, а фермата с козите – до Банско, точно където планината започва да се дупли нагоре.





Кулинарна прогноза 2015

Както всяка година през изминалото десетилетие, и 2015 г. се очертава като богата на изненади, нови вкусове и нови творчески интерпретации на добре забравени традиционни продукти. Сблъсъкът между традиции и новаторство и симбиозата на новите технологии с древни растения ще ни предложат интересни изживявания, а някои от нещата, които можем да очакваме, са:

