

СВЕТЛАНА БАХЛИНА

Не  
слипнейтсѧ!



Издательство АСТ  
Москва

УДК 641.55  
ББК 36.997  
Б30

Все права защищены, ни одна часть данного издания не может быть использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

**Бахлина, Светлана**

Б30 Не слипнется! / Светлана Бахлина. — Москва : Издательство АСТ : Кладезь, 2022. — 192 с. — (#Рецепты Рунета).

ISBN 978-5-17-152687-0

Не слипнется! Потому что хорошего много не бывает. Эта книга для тех, кто считает, что кухня — не просто место, где мы готовим еду. Здесь мы создаем моменты и впечатления, задаем настроение, следуя простым рецептам: вечерний чай с кексом, чтобы дети расслабились после учебного дня; утренние воскресные блины, за которыми оживленно болтает вся семья; ароматный кофе с быстрым десертом, чтобы побыть наедине с собой.

Если еда — ваш язык любви, то эти десерты непременно разнообразят ваш лексикон, сделают речь выразительнее и обязательно найдут путь к сердцу ваших близких.

Пристегните ремни и приготовьтесь создавать моменты!

УДК 641.55  
ББК 36.997

ISBN 978-5-17-152687-0

© Бахлина С., текст и изображения, 2022  
© ООО «Издательство АСТ», 2022

## *От автора*

Если вы сейчас читаете эти строки, значит по какой-то причине вы приобрели эту книгу. Возможно, она приглянулась вам на прилавке магазина. Возможно, вы увидели рекомендацию на каком-то сайте или же получили ее в подарок. А может быть, вы уже давно наблюдаете за мной в социальных сетях и готовите не первый год по моим рецептам. Как бы там ни было, я счастлива, что теперь у вас есть эта книга. Мы стали немного ближе и я смогу передать вам кусочек своего опыта, настроения и, конечно же, поделиться своими рецептами!

Как детали пазла в моей голове регулярно возникали фрагменты, которые я хотела видеть в своем кулинарном блоге. Но я даже мечтать не могла, что однажды этот пазл сложится в мою книгу рецептов.

Блог я веду уже 6 лет. Безусловно, он не только про кулинарию. Он про мою жизнь. Но я не представляю свою жизнь без вкусных ароматных блюд, которые я готовлю для своей любимой семьи. Ведь это так важно: собраться всем за столом, выпить чай с кеком, приготовить утренние воскресные блины и вместе обсуждать планы на день или же приготовить быстрый десерт к ароматно-



му кофе и побыть одной, наедине со своими мыслями. Именно в блоге я стала делиться рецептами. Так, как я могу! Не всегда идеально. Не всегда как профессиональный кулинар. Но может в этом и кроется секрет, почему сотни, а иногда и тысячи людей сохраняют эти самые рецепты, готовят по ним и делятся своими результатами! Порой



я пишу шаги приготовления блюд чрезвычайно простыми словами. Так, как написала бы в ответном сообщении подруге, если бы та спросила совет.

Я постаралась именно так и написать эту книгу: простым языком, без лишних действий, без сложных рецептов и без заоблачных ингредиентов. Этим я хотела донести до своих читателей, что мы с вами не профессионалы, мы любители. Любители — от слова ЛЮБИТЬ! А когда ты любишь то, что делаешь — ты обязательно увидишь результат!

В книге я собрала как простейшие, давно известные нам рецепты родом из детства, так и современные, актуальные блюда. Я постаралась уделить внимание подаче и сервировке. Ведь это очень важно. Это вли-

яет на восприятие блюда, на ваше настроение и на впечатление от рецепта в целом.

Также в книге вы найдете много зарубежных рецептов. Я обожаю готовить блюда разных кухонь мира. Ведь это самый быстрый и доступный способ переместиться в ту или иную страну и попробовать ее на вкус!

Я желаю вам успехов в кулинарии! Не бойтесь экспериментов, пробуйте новое и не забывайте про давно любимое! Я старалась создать эту книгу понятной и не оставляющей за собой вопросы. Но если все же вам захочется что-то уточнить, я всегда рада ответить на вопросы в своем блоге.

С любовью и благодарностью,  
Светлана Бахлина

@lizona\_mama





## *Слова благодарности*

Прежде чем мы окунемся в мир сладкой кулинарии, мне бы хотелось сказать спасибо людям, благодаря которым родилась эта книга.

Моя семья. До последнего момента я не говорила дочкам, что работаю над книгой. Я знала, как сильно они обрадуются, как будут мной гордиться, и боялась их подвести. Написать книгу — значит посвятить всю себя процессу. Ведь это и приготовление, и съемка, и написание текстов. Спасибо им за то, что терпеливо отнеслись к недостатку времени с мамой, что были рядом и помо-

гали мне не сойти с дистанции, даже когда было морально тяжело. Спасибо всей моей большой семье.

Мои друзья. Вы в меня всегда верите, поддерживаете и помогаете. Фото со мной сделаны фотографом Дарьей Анненковой. А благодаря Юлии Ворониной издательство обратило на меня внимание.

Ну и самое главное — спасибо моему редактору Софье Пинхасовой за доверие, веру и поддержку на всех этапах создания книги.









# Специи и пряности в сладкой кулинарии

*Тема специй, пряностей, приправ и соусов в кулинарии — одна из моих любимых. Я уверена, что при наличии нужных специй и трав любая хозяйка приготовит шедевр. Ведь даже маленькая щепотка корицы или штукка гвоздики могут до неузнаваемости изменить вкус блюда, а замена одних специй на другие — весь рецепт.*

*Я хочу рассказать про основные специи и пряности в сладкой кулинарии.*



**КОРИЦА** Корица — одна из наиболее распространенных и используемых пряностей. Ее добавляют во всевозможные десерты. Корица обладает ярко выраженным сладким вкусом и сложным ароматом.

Хозяйки любят корицу за ее универсальность — она отлично подходит к сдобной выпечке, десертам, тортам, фруктовым салатам и даже напиткам.

Важно отметить, что существует «родственница» корицы — Кассия. Настоящая корица — это внутренний слой коры небольшого вечнозеленого кустарника родом из Шри-Ланки и Южной Индии, а Кассия — это кора другого дерева из Южного Китая. Отличие между ними не только в происхождении, но и во вкусе и, конечно же, цене. Корица имеет теплый, мягкий аромат и сладковато-пряный вкус. Кассия же — резкий запах, жгуче-пряный, терпкий и вязущий вкус. Легче всего различить их по структуре трубочек: корица — светлая, тонко скрученная, хрупкая. Кассия же наоборот скручена в толстенькие трубочки, темнее и ее тяжело разломить. При выборе молотой специи внимательно читайте состав.

**ВАНИЛЬ** Мне кажется, это вторая по популярности добавка в сладкой кулинарии. Ее чудесный аромат украсит собой любой десерт от выпечки до мороженого. Ваниль особенно хороша в сочетании с молочными продуктами, кокосом, какао и шоколадом.

Как и с корицей, важно понимать, что ваниль бывает разная.

- Ванилин — это белый порошок, синтетический заменитель ванили с ярко выраженным вкусом и ароматом.
- Ванильный сахар — ванилин или семена ванили в смеси с сахаром.
- Ванильный экстракт — стручки ванили, настоянные в алкоголе. Такой вид ванили следует использовать только в рецептах без термической обработки.
- Ванильные стручки и семена ванили — настоящая ваниль. Со стручками варят крема, готовят экстракты, семена же добавляют в любые блюда (в том числе и в выпечку). Это самый дорогой, натуральный вид ванили.

Работая с ванилью (особенно с ванилином), важно соблюдать дозировку. При чрезмерной концентрации можно получить горький вкус блюда.

**ИМБИРЬ** У многих выпечка с имбирем ассоциируется с уютной осенью и холодной зимой, поскольку такие рецепты чаще всего ароматные и согревающие. Имбирь отлично сочетается с гвоздикой, мускатом и корицей. Эта специя имеет острый вкус и пряный аромат. Идеально подходит для пирогов, печенья и пряников.

**КАРДАМОН** Кардамон продается в виде семян, так как очищенные зерна очень быстро теряют свой аромат. Кардамон имеет жгучий вкус и свежий, сладкий аромат. Подходит к маковой, ореховой начинке.

**БАДЬЯН** Бадьян популярен в сладкой кулинарии не только благодаря приятному аромату, многих также привлекает его «декоративная» форма. Целыми звездочками бадьяна украшают салаты из фруктов, молочные коктейли, горячий шоколад. В выпечку следует добавлять молотый бадьян в самом начале приготовления теста, так как он раскрывает яркий аромат только после термической обработки. Бадьян отлично оттеняет вкус холодных десертов — кофейных, молочных и карамельных.

**МУСКАТНЫЙ ОРЕХ** У мускатного ореха достаточно своеобразные и оригинальные вкусовые качества. Он очень пикантный, горьковатый и землистый на вкус. Однако при этом его довольно часто используют в десертах. Щепотку этой пряности добавляют в карамельную выпечку, мороженое и холодные пудинги. А вот в citrusовые и кислые ягодные десерты добавлять его не рекомендую — вкус станет горьким. Добавлять мускатный орех принято в самом конце приготовления, чтобы не потерять аромат.



## РОЗМАРИН

Розмарин довольно долго считали специей исключительно для картофеля, рыбы, мяса и других несладких блюд.

Однако потом случился бум на использование розмарина в сладкой выпечке. Хвойный, свежий аромат, пряный вкус — за это кулинары и полюбили розмарин. Он потрясающе сочетается с фруктами: цитрусовыми, абрикосами, персиками, яблоками, грушами и даже ягодами.

Сейчас десерты с ягодно-розмариновыми начинками, а также розмариново-фруктовые лимонады можно встретить в меню лучших ресторанов мира.

Для холодных блюд используем только свежие веточки — сушеный розмарин не сможет раскрыться.

---

Я описала лишь часть трав и специй для выпечки и десертов. Продолжать можно долго: тимьян, шафран, куркума, можжевельные ягоды, тмин...

Запомните важное правило: не бойтесь экспериментировать и изучать новые вкусовые сочетания. Это позволит вам раскрыть вкусовые горизонты!

