

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Девіз (food-журн)

Наукова робота

на тему „Гастрономічна журналістика: новаторство та перспективність”

Автор: Сафарова Ельміра Рамізівна

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 Food-фотографія: візуальний рівень	
1.1 Історія food-світлин.....	5
1.2 Практика: техніка та спеціалізація кулінарного фотографа.....	8
РОЗДІЛ 2 Food-текст у форматі 3D: вербальне втілення	
2.1 Їжа – важливий складник міжкультурної комунікації.....	12
2.2 Формула «смачного» тексту.....	13
РОЗДІЛ 3 Авторські проекти: апробаційний вимір	
3.1 Підготовка гастрономічного фоторепортажу для друкованого видання...	20
3.2 Створення власного кулінарного видання «RetroGusto».....	25
ВИСНОВКИ.....	27
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	28
ДОДАТКИ	

ВСТУП

Food-фотографія та гастрономічна журналістика – нові на сьогодні поняття, які лише у ХХІ ст. набрали оберту та закріпили міцні позиції серед тематичного спрямування журналістики.

Наукове значення нашої роботи полягає у дослідженні світового досвіду в напрямку food-фотографії та виведенні загальної концепції створення якісних гастрономічних текстів.

Висвітлення будь-яких суспільних галузей через призму гастрономії донедавна вважали неефективним. Але сьогодні ми бачимо протилежну тенденцію. Модерний погляд на гастрономічну журналістику робить нашу роботу *актуальною*.

Новизна наукової роботи зумовлена тим, що вперше досліджується тема food-стайлінгу, яка не так давно зайняла передові позиції у медіабізнесі. Вперше також пропонується «формула смачного тексту» й створюється модерне кулінарне видання.

Огляд літератури. Зважаючи на те, що в Україні та Росії спеціалізація food-фотографа та гастрономічного журналіста з'явилася не так давно, інформації за цією темою майже немає, лише окремі невеличкі статті. Тому ми користувалися також англomовною літературою та власними судженнями, які спиралися на ґрунтовне дослідження цієї теми за всіма можливими гастрономічними публікаціями.

Об'єкт дослідження. У своїй роботі ми вибрали для аналізу гастрономічні статті із журналів «Jamie Magazine» та «ХлебСоль», роботи світових food-стилістів, таких, як ФранческоТонеллі, МетАрмендаріз та Девід Маннс.

Предметом дослідження є загальні концепції створення гастрономічних фоторепортажів та особливості food-фотографії як окремої сфери.

Основні *наукові методи*, які ми обрали для дослідження, – аналіз та синтез інформації, порівняння явищ та моделювання власної концепції. Саме ці способи, на нашу думку, є найбільш зручними, бо допомагають детально та всеохопно розглянути досліджуване явище.

Мета нашого дослідження – довести, що гастрономія – різнобічна платформа для створення якісних та оригінальних медіаматеріалів.

Завдання – дослідити історію food-фотографії, перші кроки та базові знання, які потрібні для реалізації себе як food-стиліста, запропонувати базовий набір технічних засобів та варіанти спеціалізації food-фотографа; простежити зв'язок їжі та подорожей, дати визначення поняттю «food-журналістика», дослідити, як ми сприймаємо смак, вивести формулу «смачного» тексту, розібратися у помилках авторів-початківців; дослідити концепцію створення гастрономічного фоторепортажу для друкованого видання та створити власний кулінарний журнал.

Теоретичне та практичне значення наукової праці полягає в тому, що ми одночасно даємо поради спеціалізованим медійникам-практикам та пропонуємо визначення й формуємо теоретичні підходи до актуальної проблеми.

Наукове дослідження *апробоване* на IV Міжнародному інтернет-симпозіумі «Гра в бісер: комунікаційні ігри сучасності», на III міжнародній науково-практичній конференції «Медіаграмотність, медіаекологія, медіаосвіта: цифрові медіа для майбутнього», на III Всеукраїнській інтернет-конференції молодих вчених та студентів «Сучасні медіакомунікації: прикладний аспект», на II міжнародному інтернет-симпозіумі «Криза як рушій амбівалентних змін крізь призму медіа» та у двох журналістських матеріалах, опублікованих в онлайн-виданні «VIP» (див. Додаток №3).

Структура: роботи складається зі вступу, трьох розділів, висновку та списку використаної літератури, що охоплює 15 позицій. Загалом наукову працю викладено на 29 сторінках.

РОЗДІЛ 1 FOOD-ФОТОГРАФІЯ: ВІЗУАЛЬНИЙ РІВЕНЬ

1.1 Історія food-світлина

Щодня мільйони користувачів смартфонів у всьому світі під час сніданку, обіду та вечері зі звичайних людей перетворюються у food-фотографів. Світ відкрив для себе іншу сторону зйомки їжі. Виявилось, що це ціле мистецтво, в якому кожен вигин серветки і листочок базиліку грають важливу роль.

Варто розуміти, що їжа сама по собі не викликає апетиту. Одним із головних завдань food-фотографа є не тільки сфотографувати бургер при нормальному освітленні та із вдалою композицією, але й примусити читача захотіти з'їсти цей бургер, тобто правильно його подати.

Які смакові асоціації викликає шоколад? Який аромат уявляє споживач, коли читає про каву чи спеції? Що ми думаємо про пиво? Що ми відчуваємо, коли чуємо, як смажиться картопля чи соковитий стейк?

Food-фотограф повинен розумітися у всіх цих речах і найжорстокішим способом грати на людських відчуттях.

Фотографування їжі, як і зйомка fashion, – командна робота. Тому food-проекти загалом роблять тільки з food-стилістом [13].

До 1960-х рр. вся реклама, всі ілюстрації в книгах, журналах, які стосувалися їжі, були намальованими. Існувала група ілюстраторів в агентствах, яким нічого не вартувало в будь-якому ракурсі, в будь-якій пропорції намалювати потрібні композиції. У людини, яка вміє малювати, чудово розвинене відчуття композиції та стилю, та й за потреби такі фахівці могли ще й верстати текст. У кулінарних виданнях тих часів все – від вигляду посуду до способу нарізки овочів – було намальоване від руки в одну лінію.

Через деякий час з'явилася фотографія, і їжу спробували сфотографувати. Фотографували гарячими прожекторами, використовували кінообладнання. І в певний момент зіткнулися з проблемою: ілюстратор

намалювати їжу може, а фотограф може лише зафіксувати те, як їжа виглядає. Фотографія – річ чесна. Тому знадобилися люди, які могли ту їжу приготувати і красиво оформити. Раніше для зйомки використовували гарячі освітлювачі, гарячі прибори, тому їжа швидко сохла. А отже потрібні були люди, які знали так званий кулінарний «сопромат». Вони повинні були орієнтуватися у тому, як ведуть себе матеріали в світлі і як підтримувати їх в потрібному стані.

Мистецтво food-фотографії започатковане в Америці. В 1960-х роках у США з'явилася така професія, як домашня економка, – це були найчастіше жінки, які закінчували коледж, у яких були власні напрацювання рецептів, свої люди на ринках та в магазинах, які доставляли їм якісні продукти. У них налагоджувалися зв'язки в крамницях із посудом та великих магазинах, тобто вони могли спрогнозувати, скільки їм потрібно склянок і виделок з урахуванням того, що їх будуть красти, а склянки битись. Вони знали все про текстиль (як виводити плями зі скатертини), тобто вони вели повне домашнє господарство. Звісно, вміли готувати, знали дуже багато про кулінарію. І цих домашніх економок продакшн-студії та рекламні агентства почали ставити на чолі своїх студій, які відповідали за зйомку їжі. Це були перші food-стилісти. Фотографи, які працювали з цими food-стилістами почали займати окрему галузь, яка стала називатися food-фотографією. Таким чином, у 1979 році вперше в «New York Magazine» з'явилося словосполучення food-стиліст і з'явилася професія food-стиліста [14].

Food-фотографії 38 років. Це небагато. На наш погляд, вона тільки починає формуватися. Раніше, коли використовувалися гарячі освітлювачі, фотографи працювали з муляжами, себто з підробними продуктами. Потім ці муляжі стали використовувати тільки для того, щоб спрямувати потік світла в потрібну точку. І уже на те місце ставили справжню готову страву. Сьогодні ж у багатьох європейських ресторанах забороняють використовувати будь-які ненатуральні фарбники, додаткові масла і т.д. Звичайно, це рентабельно лише в тому випадку, коли фотограф працює для кулінарної книги, журналу, тобто

для видання, яке спрямоване на їжу. В рекламі ж, навпаки, крім натуральних інгредієнтів часто використовують всілякі ерзаци.

Розглянемо фотографії для журналу «La Cucina Italiana» 1981 року (див. Додаток №1, Рис. 1, 2).

Такі ілюстрації в інтер'єрі або ж на упаковках сьогодні можна побачити майже в кожному супермаркеті.

Варто зауважити, що хоч італійський дизайн і вважається дуже хорошим, але на той час food-фотографія не була досконалою (див. Додаток №1, Рис. 3 – 9).

Сьогодні такі фотографії – це не вершина майстерності, а типова реклама.

У ХХІ ст. food-фотографія набула нового забарвлення. На Рис. 10 (див. Додаток №1) зображено фото для журналу 2010 року. На Рис. 11 (див. Додаток №1) – 2013 р.

Погляньмо, як все змінилося: більш контрастне освітлення, інша композиція, їжа виглядає натуральнішою, легка недбалість в оформленні. Але при цьому вся ця недбалість надзвичайно продумана. Споживач має асоціювати себе із задуманою композицією, тобто він усвідомлює, що так само намазує авокадо на піту, а не викладає його ложечкою через колечко в рівне коло (див. Додаток №1, Рис.11).

Подібні видання націлені на те, щоб читачі приготували їхню страву і їм сподобалось, щоб наступного місяця вони знову купили цей журнал. Це суто комерційний продукт, який приносить вигоду, тому що в еру інтернету, айпадів та планшетів подібні журнали все ще випускаються в друкованій версії великими накладками. А отже, це працює; виходить, що у них є можливість заробити на цьому, їхня діяльність користується попитом, а значить це чудовий спосіб монетизації.

1.2 Практика: техніка та спеціалізація кулінарного фотографа

Зазвичай відомі на сьогодні food-фотографи розпочинали популяризацію своєї творчості із блогів та соціальних мереж (див. Додаток №1, Рис. 12, 13).

Food-фотографи-початківці, не маючи досвіду у гастрономічній фотографії, розвивають свої навички через копіювання або ж аналіз чужих знімків. Оцінюючи роботи фотографів-професіоналів, початківці намагаються орієнтуватися на правила композиції, світлові схеми (як розміщене джерело світла залежно від об'єкту зйомки), поєднання кольорів; запозичують цікаві ідеї для зйомок, оформлення та представлення страв, реквізиту; намагаються зрозуміти, які деталі створюють атмосферу і стиль на зйомках. Це допомагає розвиватися у сфері food-фотографії та виробляти власний стиль.

Де і на кого орієнтуються новачки? Перш за все, це такі соціальні платформи, як 500Px, flickr, instagram, shutterstock, але на багато опублікованих там фотографій орієнтуватися не слід. Більше якісних робіт можна знайти в музеях, на виставках (це роботи відомих художників), у портфоліо знаменитих та успішних фотографів, у кулінарних книгах та журналах.

Досліджуючи галузь food-фотографії, ми зупинились на кількох іменах, роботами яких захоплюються в усьому світі:

1. ФранческоТонеллі (Francesco Tonelli) – шеф-кухар з Італії. Він багато років працював у різноманітних ресторанах, викладав у Кулінарному інституті Нью-Йорка, і весь цей час плідно реалізовувався у сфері фотографії. Їжа на його знімках виглядає доволі таємничо і загадково. Самі фотографії Франческо володіють дуже незвичайною своєрідною перспективою. Роботи Тонеллі активно використовуються багатьма мережами агентств, транснаціональними корпораціями, великою кількістю міжнародних видань (див. Додаток №1, Рис.14, 15).

2. Мет Армендаріз (Matt Armendariz). Цей майстер фотографування кулінарних шедеврів живе і працює в Лос-Анджелесі. Починаючи з 2009 року

він викладає food-фотографію у власній майстерні. Також Мет Армендаріз співпрацює з видавничим домом Марти Стюарт і популярним журналом «Time» (див. Додаток №1, Рис. 16, 17).

3. Девід Маннс (David Munns). Роботи цього фотографа не схожі на витвори інших майстрів. Вони відрізняються характерним сплеском розсіяного, але сильного освітлення, викликають легке, безтурботне, справді весняно-літнє відчуття. Девід Маннс вважає, що кулінарію краще знімати під невеликим кутом. Адже саме так їжу, яка лежить перед ним на столі, бачить той, хто приготувався до обіду (див. Додаток №1, Рис. 18, 19).

Серед російських food-фотографів та блогерів ми звернули увагу на Ірину Овчинникову і її блог, у якому кожен рецепт – це окрема історія. Фотографії авторки атмосферні, кожне фото – вдало вибудована композиція та красива гра зі світлом (Рис. 20, 21).

В Україні також розвинена тема food-стайлінгу, але якісного контенту не так багато. Досліджуючи цю галузь в соціальних мережах, ми зупинились на Улянні Хорунжі, фото якої витримані в темних тонах та композиційно стилізовані (див. Додаток №1, Рис. 22, 23).

Food-фотограф має великий простір для реалізації своїх знань. Це і комерційна зйомка, і зйомка за бартером (себто технічне завдання), і робота для конкурсів.

У царині комерційної зйомки можна виділити два напрями: друкований та конвергентний. Друкований – це меню для закладів харчування, кулінарні книги, брошури, анонси місцевих гастрономічних подій, листівки, рекламна продукція, візитки. До конвергентного можна віднести кулінарні сайти, food-проекти, онлайн-меню кафе/ресторанів, каталоги, соцмережі, електронне портфоліо, онлайн-магазини кондитерів тощо.

Зйомка за бартером – це зазвичай реклама. Що рекламують за допомогою їжі? Посуд, солодощі, фото-фони, продукти.

Перед тим, як приступити до технічного завдання, food-фотограф попередньо опитує замовника, аналізує надану йому інформацію, складає

візуальні приклади (замальовки, опис, схему світла), передбачає стиль, настрій, відчуття (світлі/темні/історія/тематика/ідея); також детально розписує технічні вимоги до фотографій: розмір і дозвіл екрану фотоапарата, цілі використання, орієнтація/ракурс (квадрат/горизонталь/вертикаль/кут зйомки); не менш важливим є те, скільки кадрів чи страв потрібно замовнику, чи потрібні додаткові ракурси (час зйомки), місце під текст, локація/освітлення/помічник/додаткові свіжі продукти; насамкінець food-фотограф здійснює підбір та пошук реквізитів.

Особливу увагу food-фотографи радять приділяти угоді між замовником та виконавцем. Тобто варто наперед узгоджувати термін виконання/оплати, форму оплати (аванс); вимагати максимально детально розписані права на використання фото (переконатися, чи передається ексклюзивне авторське право); просити розписане технічне завдання (див. Додаток №2) в електронному чи друкованому вигляді, фотографії з архіву [11].

Для того, щоб зробити якісне фото, яке приносить дохід, фотограф не обмежується одним лише фотоапаратом. В його арсеналі повинні бути штатив, спалах, відбивач, комплект ІО (імпульсивне освітлення), пульти та синхронізатори, саморобний реквізит, т.зв. «тривожна валіза» фотографа.

Сьогодні серед food-фотографів популярна фотографія, зроблена в низькому ключі (світлом виділяється лише маленька, найбільш значна частина фотографії, все інше залишається в тіні). Це надає зображенню драматичності, загадковості, інколи й містичності (див. Додаток №1, Рис. 24). Знімок, зображений на Рис. 24 (див. Додаток №1), зроблений за схемою, поданою на Рис. 25 (див. Додаток №1), з єдиною різницею в тому, що з протилежного боку від джерела світла стоїть чорний поглинач, який створює певне провалля в тіні [1].

Без світла ми не можемо бачити. І не можемо скомпонувати кадр чи отримати зображення. Світло у фотографії – найважливіше. Як правило, перше, що люди зазвичай говорять про знімок, – це щось про саму страву. І друге, що вони найчастіше помічають, свідомо чи ні, – те, як світло падає на

певну частину страви (або не падає). Світло і тіні, занадто сильні або занадто слабкі, сприяють тому, чи сподобається фотографія глядачу так само, як і сама страва, представлена на ній [5].

Food-фотограф, попри, здавалося б, вузько направлену діяльність (фотографія), має багато можливостей для реалізації. Наприклад, ведення власного кулінарного блогу, видання гастрономічних книг чи журналів, репортажна зйомка (гастрономічний фоторепортаж), зйомка кафе, ресторанів, різноманітні food-проекти. Також до монетизації фотографій можна віднести стоки (це онлайн-платформи, на яких купують різного роду знімки). Цікавим заробітком для food-фотографів є стилізація упаковок. І, звісно, найпоширеніша сфера для реалізації – реклама. Тут спектр можливостей найрізноманітніший.

Світ food-фотографії – це мінливе поєднання композиції, зовнішнього вигляду, творчості та дослідження. Тут завжди можна знайти новий спосіб використання світла і фіксування краси їжі. Щоб досягти успіху в кулінарній фотографії, потрібен лише величезний запас терпіння, самовіддачі та одержимості.

РОЗДІЛ 2 FOOD-ТЕКСТ У ФОРМАТІ 3D: ВЕРБАЛЬНЕ ВТІЛЕННЯ

2.1 Їжа – важливий складник міжкультурної комунікації

Генетично кулінарний мотив у мас-медійному просторі формується на основі фольклорно-обрядової та християнської традицій. Образи та сюжети сучасного медіагедонізму ґрунтуються на рештках архаїчного розуміння їжі як порятунку. І хоча схильність до надмірного вживання їжі завжди вважалася поганою звичкою, вона існувала завжди: у ритуалах, жертвоприношеннях, різновидах майданних святкувань, традиціях національних кухонь [6, 59].

Кількість, якість та рівень «кулінарної релаксації» – це також показник добробуту держави [6, 59]. Часто саме їжа є своєрідною візитівкою для залучення туристів і, як наслідок, розвитку міжкультурних зв'язків. Ми можемо легко в цьому переконатися на власному досвіді.

Повертаючись із подорожей, що ми привозимо із собою? Спогади. Але це зазвичай не розповідь екскурсоводів і не красиві пейзажі, а смачна їжа. Так чи інакше, значна частина наших спогадів буде пов'язана з темою їжі, з тактильними та смаковими відчуттями. Це доволі логічно, тому що емпіричний шлях пізнання простіший та ефективніший, ніж абстрактний. Тому, коли ми описуємо країну через їжу, – це запам'ятовується. Як зазначав Умберто Еко «...не спробувавши тамтешньої їжі, я не можу зрозуміти тамтешнє життя, уявити, про що думають і як розмірковують місцеві люди» [15].

Для прикладу візьмемо Японію. В цій країні побутує таке поняття, як філософія вабі-сабі. Що це означає? Вабі-сабі – це японський погляд на прекрасне. Втілення суворої пустельної краси. Культ природності, недосконалості та мінливості [8]. Спробуємо уявити себе в позі лотоса на підлозі просторого японського дому з величезними вікнами. Нам приносять звичайну холодну гречану локшину собу, а поряд ставлять найпростіший соус на основі міріну. І ця звичайна локшина набагато перевершує наші

сподівання. Це той момент, коли ми розчиняємось в гармонії, світ розчиняється у нас. Але найважливіше – ми починаємо краще розуміти країну, в якій перебуваємо. Ми відчуваємо її животом, нутром, а це досить важливо. І саме в цей момент ми починаємо розуміти філософію вабі-сабі – бачити красу в простих речах, як-от у гречаній локшині. І коли ми переживаємо цей момент, пов'язаний з їжею, нам простіше буде написати хороший текст.

Найчастіше food-журналістику асоціюють із кулінарними критиками, збірниками рецептів, гастрономічними книгами та журналами. Але food-журналістика цим не обмежується. Це повноцінна критика, повноцінна публіцистика. Гастрономічний журналіст може писати про що завгодно – науку, економіку, екологію, медицину, подорожі і т.д. Хороший текст про їжу не стільки про саму їжу, як про світ крізь призму гастрономії. Тому немає ніяких обмежень у темах. Їжа для автора – це універсальна мова, яка доступна всім, себто зрозуміла будь-якому читачеві.

Гастрономія дозволяє автору і відкрити нову країну, і зрозуміти її, і віднайти оригінальну тему для аудиторії, і написати її простими словами. Тобто вона вирішує найважливіші завдання журналістики: пошук якісної інформації, вміння донести її до споживачів так, щоб їм було цікаво і не нудно.

2.2 Формула «смачного» тексту

Щоб написати «смачний» текст, нам потрібно розуміти, як ми сприймаємо смак продукту і страви. Уявимо себе в невеликому італійському містечку десь в Неаполі. Ми заходимо у місцеву піцерію, і що ми сприймаємо спершу? Запах розпеченої трав'яної печі та пропеченого тіста. Потім ми чуємо бадьорий шум задоволених життям італійців. Ось нам приносять піцу, і ми розламуємо її, вловлюючи хрускіт тонкого тіста. Звичайно, не обійтися без італійського триколу: глянцево-біла моцарела, зелений базилік, червоні

помідори... І знову запах, але він уже трансформований, ближчий, інший. Далі іде дотик: піца надзвичайно гаряча, прямо з печі, ми майже обпікаємо кінчики пальців, якими стікає сир та оливкова олія. І ось тільки після цього ми кладемо її в рот і відчуваємо смак. Настільки довгий шлях ми проходимо, щоб розказати про смак італійської піци... Це потрібно враховувати. На Рис. 26 (див. Додаток №1) ми графічно зобразили фактори, які впливають на сприйняття смаку.

Головна помилка авторів-початківців в тому, що вони пишуть про смакові відчуття і забувають про все інше. Зазвичай ми розрізняємо лише 5 базових смаків: солодкий, кислий, солоний, гіркий, уамі. Вчені також згадують і про інші смаки: пряний, терпкий, крохмальний, пекучий та жирний [7]. Тобто існує всього лише 10 базових смаків, які визначає людина. А ось ароматів будь-який реципієнт визначає тисячі. А це визначає можливості розбудити спогади, відчуття, емоції, які викликають у нас певні запахи. Відповідно, коли ми пишемо текст, акцентувати потрібно не на смакових відчуттях, а на ароматі. Крім ароматів, велику роль грає також звук. Де ми знаходимось і що ми чуємо, куштуючи страву, розповідь читачу набагато більше, ніж звичайний опис смаку. Текстура, температура, колір, форма – все це невід'ємні складники смачного тексту. Коли ми кладемо всі ці відчуття у миску, або ж у текст (у нашому випадку), ми отримуємо ефект мультиплікації. Атмосфера та ситуація, традиції та культура, настрої та здоров'я – весь цей контекст найчастіше буває набагато важливішим та інформативнішим, ніж сама страва.

Щоб перетворити вище згадані відчуття у текст, ми пропонуємо формулу «5 відчуттів + 4 виміри». Що це означає і як нею користуватися?

Почнемо з почуттів. Ми згадували, що не варто зупинятися лише на смакових відчуттях, потрібно вводити в текст й інші рецептори сприймання. На перше місце вчені ставлять запахи, тому що 80 % «смаку» у запахах. Відповідно, варто шукати вдалі метафори, образи, порівняння, таким чином

ми апелюватимемо до ароматної пам'яті читача, а отже й отримаємо зворотну реакцію.

Також часто автори забувають про звуки. Як падає жир на розпечений гриль? Який соковитий звук у спілого фрукта, коли ми його надкушуємо? Варто бути уважним до звуків, тому що вони роблять картинку об'ємнішою. Вченими доведено, що за допомогою звуків можна маніпулювати людськими відчуттями, наприклад, низькі звуки посилюють відчуття гіркоти, а високі навпаки збільшують відчуття солоду. Експеримент проводився на морозиві. По черзі одним і тим самим людям програвали різноманітні мелодії, і всі погоджувались з вище наведеним твердженням. Відповідно, вводячи у текст звуки, ми викличемо у читачів набагато сильніші смакові відчуття.

Те ж саме стосується і дотиків. Обов'язково потрібно вводити у текст тактильні відчуття, які стосуватимуться не лише їжі, а й, наприклад, посуду чи стола. Це теж працює на пожвавлення тексту, наша картинка стає тривимірною. До того ж дотик – це не лише наші руки, а й язик. Наведемо до прикладу речовину, яка знаходиться у червоному перці і відповідає за його пекучість, – капсоїцин. Виявляється, капсоїцин так впливає на смакові рецептори нашого язика, що нам здається, ніби температура їжі на 15 % більша, ніж вона є насправді. Такі-от психологічні ігри із нашим сприйняттям є доволі цікавими для дослідження, тому автори-професіонали часто використовують ці методи для впливу на реципієнтів.

Не менш важливим є колір. Він має такий самий вплив на смакові рецептори, як і звук. У кольорі є смак. Це також доведено. За дослідженнями, червоні яблука здаються людям солодшими, ніж зелені, хоча за рівнем цукру може бути й навпаки. У грі з кольором потрібно проявляти себе художником: шукати кольори і посилювати за їх допомогою ефект від написаного тексту.

Насамкінець згадаємо про смак. За науковими даними, смак їжі для нас – 10 % сприйняття від загального враження.

Для прикладу наведемо уривок із книги Рут Рейчл «Часник і сапфіри».

«Паличками для їжі ви берете із бамбукової підставки собу, занурюєте її в даши і шумно всмоктуєте (гучне хлюпання вітається). Локишина пружна, щільна на зубах і м'ягка всередині... Справжній любитель соби їсть її холодною і без приправ, особливо пізньою осінню, коли збирають урожай гречки. В цей період її смак особливо вишуканий [12]».

Авторка починає з тактильних моментів та зі звуків: беремо, занурюємо, шумно всмоктуємо, гучне хлюпання. Потім знову тактильність: пружна, щільна, м'ягка. Під кінець вона переходить у ситуативний та часовий контекст: вона пише, наскільки і чому чудовий смак собу саме пізньою осінню. Помітимо, що в цьому уривку немає ні слова про смак (лише один епітет «вишуканий»). Але попри це у нас в голові складається атмосферна картинка Японії та гречаної локшини – нам цікаво це скуштувати.

Другий складник нашої формули – 4 виміри.

Зрозуміло, що для хорошого тексту мало лише відчуттів. Щоб наша картинка була об'ємною, нам не обійтись без так званих чотирьох вимірів. Чому? Тому, що людина завжди сприймає смак у комплексі з іншими відчуттями. І, відповідно, хороший текст повинен імітувати цей процес. Окрім відчуттів на наше сприйняття сильно впливає ситуація та атмосфера, у якій відбувається наша дегустація. Відповідно, впливають і культурні особливості країни (етикет, місцеві звичаї), настрій, температура повітря – це все варто вводити в текст, щоб читач разом із нами забруднювався мукою, злизував олію з пальців, вдихав запахи, мружився від щастя тощо.

Крім тривимірного простору (географія, ситуативний контекст, культурні особливості), ми вводимо в текст також відчуття часу (історія, традиції, сучасність).

Як це все використовувати в матеріалі? Існує такий метод, який ми умовно назвемо мультиекспозицією. Наведемо приклад-уривок із гастрономічної статті Марини Миронової про малабарську кухню.

«Кочі – факторія європейців в Індії, яка практично не змінилася з колоніальних часів. Інтернаціональне населення. Десяток церков різних

конфесії – від християн до джайністів. Пропахлі імбиром вулиці. Склади спецій, де їдкий пряний пил в'ївся в давно небілені стіни.

... Завершує обід інтернаціональний десерт. Сушені фіги в сиропі з гвоздикою та кардамоном. Фіги – привіт із Аравії. Гвоздика вивезена європейцями з Індонезії і прижилась тут, як рідна. Кардамон, світові запаси якого зосереджені прямо за найближчим гірським пасмом, – автохтонний місцевий житель. Плюс кулька ванільного морозива для охолодження можливих міжнаціональних розбіжностей [9]».

Для аналізу ми використали перший абзац статті та останній. Перше речення – це історичний факт. Далі авторка описує, який вигляд має Кочі сьогодні. Тобто журналістка використовує часову паралель, що допомагає читачу здійснити «подорож у часі».

Основна частина статті – опис кухні через призму п'яти відчуттів.

В останньому абзаці авторка описує традиційний малабарський десерт – сушені фіги в сиропі з гвоздикою та кардамоном, використовуючи при цьому метод мультіекспозиції: вона згадує, що Кочі – факторія європейців, вводить у текст інформацію про те, хто там торгував і яке було населення. І ось вдалий часовий вимір: «фіги – привіт із Аравії», тому що багато аравійських купців їздили туди і привозили свій улюблений фрукт, таким чином ввівши його в історичну кухню Малабара. Гвоздику ж привезли європейці; вони спочатку її «вкрали» з Індонезії і посадили в Індії, почавши вирощувати її в промислових масштабах. І, звісно, кардамон – «автохтонний місцевий житель». І уже на завершення авторка жартує про можливі міжнаціональні розбіжності.

Тобто метод мультіекспозиції полягає в тому, щоб дати відчуття місця та атмосфери, знайшовши історичний чи будь-який інший зв'язок з їжею, яку ми скуштували в певній місцевості. Таким чином ми отримуємо більш глибоку та цікаву картинку для читача.

Також food-журналісти використовують такі методи, як зміна ритму та зміна планів.

Монотонність «вбиває» будь-яку історію. Змінювати ритм тексту можна за допомогою минулого часу, займенника «ми», великої кількості епітетів та означень, безособових речень – це все сповільнює розповідь, але інколи це потрібно. І навпаки – теперішній час, велика кількість активних дієслів, конкретні імена персонажів, деталі – пришвидшують розповідь. Змінюючи ритм тексту, ми робимо сприйняття нашої статті цікавішим та ґрунтовнішим.

Також полегшує сприйняття тексту і зміна планів (великий, середній, загальний). Тут схожий метод, як і в хорошому фільмі – постійна динамічна зміна планів. Чому? Тому, що ми так дивимось на світ, ми постійно змінюємо наш кут зору, хоч і не усвідомлюємо цього. До прикладу, ми заходимо в ресторан – огорнули поглядом приміщення (загальний план), знайшли столик і заглибились в меню (великий план), підходить офіціант (середній план), приносить нам страву (великий план) і т.д. Коли ми відтворюємо це все в тексті, наш текст стає реальністю, а не лише описом.

Отже, формула смачного тексту виглядає приблизно так: 5 відчуттів + 4 виміри + баланс фактів та емоцій. Остання складова є не менш важливою, адже ми пам'ятаємо, що наші емоції мало кого цікавлять; якщо їх забагато, (а наш мозок влаштований так, що коли нас переповнюють емоції, ми не знаходимо якісних та вдалих слів, щоб їх висловити) з'являються певні кліше та штампи (прекрасний, чарівний, тане в роті і т.д.). Читачам цікава нова інформація (або ж стара, але в новій обгортці), і тому виграє той автор, який вміє подати пізнавальні факти через яскраві образи, емоції та відчуття. Як це зробити? Наприклад, замість того, щоб написати «божественний смак», варто подумати, які умови створили ось цей продукт із «божественним смаком». А це може бути склад ґрунту, мікроклімат, джерела води, сезон, традиційний метод виробництва, 20 років тренувань шефа, який робить цю страву, температура подачі і т.д. Ось це справді цікаво читачу, а не наші емоції.

1. Прикметники. Часто автори їх використовують понад міру, особливо т. зв. «пишні» прикметники: божественний, дивовижний, приголомшливий – всі ці епітети «забруднюють» текст і роблять його схожим на типову

рекламну брошуру. Читач зазвичай не довіряє таким публікаціям. Вживання прикметників понад міру робить текст слабким, надто сентиментальним, і його зазвичай важко сприймати. Тому замість того, щоб написати «найкраща та найпрекрасніша», варто подати факт, який пояснить, чому ця страва така дивовижна. Таким чином ми запобігаємо допущенню помилок і робимо текст кращим.

2. Ракурс. Автори найчастіше беруть відомі усім теми і пишуть про відомі усім речі: «тістечко «Павлова» було вигадане в Новій Зеландії», «піца народилась в Неаполі в такому-то році», «...королева Маргарита, в честь якої названо різновид начинки до піци» і т.д. Але ж можна ці теми подати в іншому ракурсі, наприклад, розповісти про історію неаполітанської піци через конкретного піцайоло, себто зробити репортаж про один день із його життя (де він купує борошно, хто доставляє йому сир і чому цей сир найкращий, певні моменти дитинства, пов'язані із його теперішнім заняттям і т.п.). Вся інформація, яку розповість конкретна людина, буде унікальною, а отже – цікавою. Обрана нами тема буде, ймовірно, не новою, але інформація, подана в ній, – унікальною лише через вдало обраний ракурс.

3. Головна ідея. Перед тим, як почати писати текст, варто відповісти на три питання: про що текст, як ми висвітливо задуману нами тему і навіщо ми пишемо цей текст, себто що ми хочемо сказати цим текстом читачеві. Головне питання, яке постає перед нами з кожним написаним текстом, – як зміниться читач після прочитання нашого матеріалу. Відповідно, коли ми розуміємо, що саме хочемо сказати своїм текстом, ми водночас робимо свій матеріал глибоким та цікавим.

В кінцевому висновку зауважимо, що текст роблять смачним не лише його зміст, а й «зміст» самого автора. Чим він багатший, тим цікавішим буде і сам текст.

РОЗДІЛ 3 АВТОРСЬКІ ПРОЕКТИ: АПРОБАЦІЙНИЙ РІВЕНЬ

3.1 Підготовка гастрономічного фоторепортажу для друкованого видання

Термін «food-журналістика» доволі молодий. Найчастіше під ним розуміють огляди ресторанів та збірники рецептів. Та насправді діапазон тем набагато ширший. Food-журналістика включає в себе і дослідження їжі, і новини про харчове виробництво, і те, як м'ясо коня видають за яловичину чи продають старі продукти з новими етикетками.

Одна з найпоширеніших сфер food-журналістики – здоров'я. Завдяки соціальним мережам низьковуглеводна дієта поширилась настільки, що тепер навіть мами готують вуглеводи та білки, а не хліб та м'ясо. Тому не можна заперечувати, що ЗМІ (як конвергентні, так і пресові) впливають на те, що і як їсть населення країни.

Food-журналістика – це також і сторітелінг [3]. Хороші автори розповідають кумедні та повчальні історії із життя, які обертаються навколо їжі. Теми для цих історій беруть із гастрономічних трендів. Чому зараз всі варять крафтове пиво і готують кімчі? Що таке рамен бургер, сейтан і чим «Нью-Йорк» стейк відрізняється від «рібай»? Щоб збирати матеріал для історій, варто цікавитися ресторанною індустрією, слідкувати за новими тенденціями і якнайбільше спілкуватися з людьми на тему їжі.

Food-журналістика розважає і задовольняє цікавість. Де готують найкращий рибний суп у місті? Хто вигадав пончик? Що вміє вафельниця? Як правильно їсти піцу? Діапазон тем про їжу набагато ширший, ніж просто рецепти та огляди місцевих закладів [4].

Гастрономічна журналістика, як і будь-яка інша тематична спеціалізація журналістики, має різноманітні жанри. Ми зупинимось на фоторепортажі для газетного видання, адже газетне виробництво вимагає ретельного опрацювання та, на відміну від конвергентних медіа, не допускає помилок.

На Рис. 27, 28 (див. Додаток №1) подано приклад того, який вигляд має верстка гастрономічного фоторепортажу.

Відразу кидається в очі велика кількість фото, що є першою відмінністю від digital платформ, на яких ми можемо опублікувати 1-2 знімки (виключенням є блоги, в яких одна публікація може містити 5-7 фотографій).

Гастрономічний репортаж – це не звичайний travel, він вузькоспеціалізований, а тому потребує ретельної експертизи з точки зору і редактора, і фотографа.

Гастрономічні подорожі є двох типів:

- подорож, яку журналіст організовує самостійно з метою вивчення певної теми. Звісно, це подорож за власний рахунок, але в такому разі перевагою є невизначена кількість часу та т.зв. «вільне плавання»;

- прес-тур.

Ми зупинимось на другому виді, тому що, по-перше, це складніше, а по-друге, будь-яка діяльність є роботою лише в тому випадку, коли за неї платять. В іншому разі – це лише хобі.

Прес-тури, як правило, групові і збирають різних журналістів з багатьох видань; у кожного своя мета та свій об'єктив. Та перш, ніж ми зупинимось на особливостях гастрономічного фоторепортажу, згадаємо про такий момент, як попередня робота.

Нижче ми прописали основні попередні завдання, які спростовують роботу food-журналіста власне під час самої подорожі:

- визначити жанр, формат, сюжет майбутньої публікації;
- попередньо знати обсяг майбутньої публікації;
- сконтактуватися з інсайдерами, які пишуть на потрібні журналісту теми;
- написати сценарій поїздки;
- опрацювати всі контакти і попередньо домовитись про зустріч;
- перевірити час роботи та технічні умови (час роботи ресторанів, магазинів, світло (коли схід і захід), можливість інтерв'ювання, кількість інших людей, присутніх на зйомці, дозвіл на зйомку;

- уточнити, які свята, фестивалі, ярмарки проходять в дні перебування на завданні;
- оцінити кліматичні умови регіону (важливо для зйомки);
- вивчити етикет країни, транспорт, зв'язок, валюту, бюрократичні питання, карти.

Основне завдання гастрономічного журналіста – розказати, чому читач повинен поїхати саме в це місце. Репортаж повинен передавати його колорит.

Із планами поїздки повинні ознайомитись усі учасники процесу, адже це дозволить зекономити час та безпосередньо вплине на якість майбутньої публікації.

Проаналізувавши популярні гастрономічні видання, такі, як «JamieMagazine» та «ХлебСоль», ми із впевненістю можемо стверджувати, що хороший food-репортаж не обмежується знімками їжі. Що повинен містити гастрономічний фоторепортаж, щоб яскраво передавати особливості країни та змусити читача не лише візуально сприймати інформацію, а й кінестетично, розглянемо на прикладі (див. Додаток №1, Рис. 29, 30).

Ми виокремили чотири категорії фотографій, які присутні (або ж які повинні бути присутні) у якісному гастрономічному фоторепортажі:

1. Природа. Це загальні плани місцевості і природні деталі: рослини, каміння, водоспади, пляжі... (див. Додаток №1, Рис. 31, 32).
2. Місто. Архітектура, пам'ятки, вуличне життя, магазини, сувеніри, туристи – все те, що можна побачити в цій місцевості. Репортажні фотографії (див. Додаток №1, Рис. 33, 34).
3. Їжа. Приготування вуличної їжі, репортажні фотографії з кафе, крамниці з їжею, ринки, місцева їжа, місцеві кухарі, продукти, страви (див. Додаток №1, Рис. 35, 36).
4. Люди. Саме через них можна показати традиції, історію, колорит. Саме люди роблять історію живою. Люди, зайняті своєю справою (див. Додаток №1, Рис. 37, 38).

Звісно, що кількість фотографій повинна бути врівноважена. Ми не можемо опублікувати 10 знімків природи і 3-5 їжі.

На рис. 29, 30 (див. Додаток №1) ми позначили, до якої категорії належить кожен знімок. Із 13 фотографій 5 належать до категорії місто, 4 – їжі, і по 2 до категорій люди та природа. Репортаж повинен бути різноманітним (загальний вид, великий план, деталі, портрети, люди в дії).

Варто зауважити, що кожна фотографія сама по собі не розповість історію, картину творить цілісний колаж.

Для фоторепортажу важлива також емоція. А емоцію творять люди. Фоторепортер повинен вміти впіймати момент, який повністю передасть не лише менталітет країни, а й особистість зокрема. Переглянувши десятки food-блогів та гастрономічних журналів, ми виокремили ті місця, в яких гастрономічний журналіст легко зможе отримати емоцію, тим самим зробивши свій репортаж живим та унікальним:

- на фермерському ринку рано-вранці чи на нічному фудмаркеті в Азії (див. Додаток №1, Рис. 40);
- на ярмарку, фестивалі, міському святі, зборі врожаю;
- в сім'ї (див. Додаток №1, Рис. 39);
- на зустрічі з кулінарними «зірками» на виробництві.

У матеріалі мають бути присутні живі історії реальних людей, а не лише піар та промо-матеріали. Читач відразу відчує підробку, навіть якщо матеріал написано професійно.

Щоб зацікавити читачів, інформація повинна бути унікальною. Всі знають, що батьківщиною апельсинів є Китай (навіть якщо не знають, цю інформацію легко знайти в інтернеті), журналіст-професіонал повинен віднайти те, про що в інтернеті ще не писали, адже якщо це друковане видання, то споживач платить за нього гроші, тому навряд йому цікаво буде читати про сакури в Японії.

Також попри унікальність гастрономічний журналіст повинен пам'ятати про достовірність фактів та експертизу. Тут діє загальне правило журналістів – інформацію потрібно перевіряти як мінімум у трьох джерелах.

У гастрономічному репортажі важливо вказувати прикладну інформацію (посилання, адреси, контакти, рецепти), бо навряд читач буде задоволений лише апетитним описом готової страви – він захоче сам її скоштувати. Теж саме стосується і посилань на додаткову корисну інформацію, наприклад, на адреси гастрономічних закладів, про які йдеться в публікації. Персональний авторський погляд також має значення; гастрономічна журналістика – одна з небагатьох сфер журналістики, яка не те що дозволяє, а й потребує авторського «я».

Останнім етапом у підготовці фоторепортажу є відправлення його в редакцію. Але тут варто пам'ятати, що фотоальбом із фотографій ні одна редакція не робитиме. Якщо у доробку журналіста є 2000 фотографій, його ні в одній редакції не переглянуть повністю.

Потрібно відібрати не більше 100 фотографій. Реальна історія – це 25-30 фотографій. Якщо є якісь сумніви у знімку (сюжеті, композиції, кольорі), не варто брати її у свій проект (за законом Мерфі, вона обов'язково потрапить в репортаж). А зазвичай кожен журналіст хоче бачити якісний результат своєї праці, тому краще відбирати те, в чому впевненість стовідсоткова.

У кожного видання є головний редактор, арт-директор та фоторедактор, які приймають рішення щодо вибору фотографій. Це не завжди збігатиметься з баченням і думкою автора знімків. Звісно, це момент суто індивідуальний, але часто таке-от неспівпадання поглядів негативно впливає на матеріал.

Підготовка гастрономічного фоторепортажу для друкованого видання – процес трудомісткий, адже мало володіти технікою фотографії, потрібно вміти також проектувати матеріал в процесі його створення та вміти із деталей творити цілісну картину.

3.2 Створення власного кулінарного видання «RetroGusto»

Втілення практичної частини роботи виявилось завданням нелегким. По-перше, тому, що ми не володіємо навиками журнальної верстки. По-друге, кулінарія як явище вивчена лише на любительському рівні. А цього недостатньо для якісного кулінарного видання.

Проаналізувавши кулінарні видання волинської та рівненської областей та провівши опитування серед міських жителів, ми дійшли висновку, що, на жаль, уявлення про «кулінарні видання» тут стереотипні та обмежені. На мас-медійному ринку переважають просто збірники рецептів, які журналом назвати важко.

Лише один журнал ми оцінили гідно — «Platefull». Це видання випускається у Луцьку. Воно насичене різноманітними матеріалами, які розкривають тему здорового харчування та питомої української кухні. Тут є інтерв'ю, статті, нариси, фоторепортажі. Єдиний недолік — надто багато реклами. Складається враження, що це рекламне видання.

Тому ми вирішили створити тематичне кулінарне видання з мінімальним вмістом реклами (див. Додаток №4) Темою номера ми обрали італійську кухню та те, без чого її неможливо уявити – пасту. Ми зупинили свій вибір на італійській кухні тому, що вважаємо ставлення італійців до культури харчування — показовим. Та й те, що у кожній країні є ресторани, які спеціалізуються на італійській кухні, уже гідний поваги факт.

Творити журналістські матеріали було неважко. Адже ми стажувалися у вище згаданому журналі «Platefull» та певний час працювали на кухні в місцевому ресторані, що дало змогу заглибитись у процес приготування їжі. Але редакторський обсяг роботи видався надзвичайно складним. Верстали ми в онлайн-програмі Canva, яку доводилось освоювати самотійно.

Назва журналу («Retro Gusto») перекладається з італійської як «післямак». Нам ця назва видалася доречною, адже як хороша їжа, так і хороший текст зберігаються у нашій пам'яті ще довгий час після того, як ми сповна ним насолодились.

Ми намагалися жанрово збалансувати матеріали, опубліковані в журналі. Звичайно, перевагу надавали статтям та малюнкам, адже хотіли глибоко та повноцінно висвітлити обрану нами тему.

Верстка витримана в чорно-білих, світло-коричневих, гірчичних, ніжно-рожевих та тілесних відтінках. Ми намагались робити дизайн мінімалістичним, адже перенавантаження деталей заважає легкому сприйняттю написаного. Шрифт обрали Open Sans Light 9 розміру. Формат сторінок – А4. Журнал плануємо роздруковувати на матовому папері. На наш погляд, це виглядає стриманіше та естетичніше.

Матеріали частково власні, частково перекладені. Текст написаний за розробленою нами формулою. Фото ретельно підібрані до загальної логіки видання. Всі рецепти нами особисто випробувані. Фоторепортаж, на жаль, зробити не вдалося. Але виведена нами концепція його створення допомогла у підборі та написанні суміжних матеріалів.

Загалом, створюючи це видання, ми хотіли популяризувати італійську кухню, ознайомити українців із культурою приготування паст, яка не даремно популярна в усьому світі. Так, як італійці люблять їжу, не любить жодна країна. Це і лякає, і вражає водночас. Хоч ми й не можемо поїхати в Італію, щоб «вивернути її нутрощі», але, здається, ми уже робимо маленькі кроки до цього, читаючи журнал. Ми намагалися показати читачам інший світ кулінарних видань – стильний, атмосферний, смачний та загадковий.

Цікаво те, що нам довелось починати спочатку майже закінчений проект лише через те, що він перестав подобатись. Попри втрату часу та ентузіазму, друга спроба виявилася набагато кращою. Вочевидь, для того, щоб навчитися робити щось якісно, потрібно зробити велику кількість помилок. Думаємо, що це цього варте. Адже виношувати ідею – це одне, а випустити її у світ – зовсім інше. Нехай продукт недосконалий, зате він існує. А це уже маленька перемога. Як мінімум, над собою.

ВИСНОВКИ

Отже, у результаті проведеного дослідження можна зробити такі висновки:

Попри те, що food-стайлінг та гастрономічна журналістика досі не досліджувані на україномовних просторах, ми спробували якнайбільш детально висвітлити «новоприбулі» поняття у журналістиці.

Хоча food-фотографії лише 38 років, це не заважає їй міцно стояти на своїх позиціях і займати призові місця у всеможливих конкурсах.

Food-стайлінг – це окрема галузь фотографії, яка є складником гастрономічних текстів, котрі, в свою чергу, надзвичайно різнобічні та піддатливі для експериментів.

Ми виокремили чотири категорії фотографій, які присутні (або ж які повинні бути присутні) у якісному гастрономічному фоторепортажі: природа, місто, їжа та люди.

Щоб писати текст у форматі 3D, ми на прикладах довели важливість 5 відчуттів та 4 вимірів, за якими будь-який реципієнт сприймає продукт чи страву.

Створення власного журналу дозволило нам освоїти верстку та застосувати на практиці здобуті знання. Детальний аналіз мас-медійного простору і розчарування, пов'язані із нестачею якісних кулінарних видань, змусили нас по-іншому поглянути на, здавалося б, зовні таку банальну тему.

У нашій науковій роботі ми намагались довести, що гастрономія – універсальна мова, за допомогою якої будь-яку тему можна зробити зрозумілою та цікавою. Тому, що їжа – це те, з чим ми щодня стикаємося і без чого неможливе ні наше життя, ні хороший текст.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Беседина Юлия: Съёмка еды в низком ключе или «Darkphoto» [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://besedinajulia.ru/fotoshkola/semka-edy-v-nizkom-kljuche-ili-dark-photo>
2. Венгерова Людмила: «Мальме, Швеция» [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://jurnali-online.ru/kulinariya/jamie-magazine-3-4-mart-aprel-2016.html>
3. Дорош Марина: «Сторітелінг на папері та планшеті» [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: http://osvita.mediasapiens.ua/web/online_media/storiteling_na_paperi_ta_plansheti
4. Дубро Ольга: «Food-журналистика. Начало: как стать food-блогером и о чем писать» [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://helloworld.ru/journal/food-zhurnalistika-nachalo/>
5. ДюжарденЭлен.Мастерство фуд-фотографии / Элен Дюжарден ; [пер. с англ. О. И. Бубновской]. — Москва :Эксмо, 2014. — 288 с.
6. Косюк О. М Гра — інформація — комунікація: генетичний розтин розважальної продукції електронних мас-медіа / О. М. Косюк. — Луцьк, 2009. — С. 59.
7. KrulwichRobert: «Sweet, sour, salty, bitter... andumami» [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.npr.org/templates/story/story.php?storyId=15819485>
8. Махно Сергей: «Ваби-саби – искусствожить просто» [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://mahno.com.ua/blog/post/wabisabi-philosophy>
9. Миронова Марина: «Буйство вкуса» [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://marinamironova.com/?s=%D0%B8%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D1%8F>

10. Никитина Людмила, ДеминаЕкатерина: «Невшательское озеро и Леман, Швейцария» [Электронный ресурс]. – Режим доступа до ресурсу: <http://jurnali-online.ru/kulinariya/jamie-magazine-3-4-mart-aprel-2016.html>
11. Паршина Елена: «Бриф и техническое задание» [Электронный ресурс]. – Режим доступа до ресурсу: <http://www.content-stroy.ru/blog/?p=136>
12. РейчлРут. Чеснок и сапфиры. / РутРейчл. – АСТ Москва, 2008. – 384с.
13. Садовская Ольга: «Food-фотография» [Электронный ресурс]. – Режим доступа до ресурсу: http://photocasa.ru/photo-journal/uroki-fotografii/new_photographer/6628-food-fotografiya.html
14. Campbell T. Food Photography & Lighting: A Commercial Photographer's Guide to Creating Irresistible Images. / T. Campbell. – New Riders, 2012. – 288 с.
15. Эко Умберто: «Иноземец, одухотворенный любовью, напоминает итальянцам то, что мы забыли...» [Электронный ресурс]. – Режим доступа до ресурсу: <http://www.vzglyad.ru/culture/2006/10/11/52323.print.html>



Рис.1



Рис.2



[Рис.3](#)



[Рис.4](#)



[Рис.5](#)



Рис. 6

SEDETEVI A TAVOLA E PENSATE SAPORE DELLA VITA.

La vita ha più sapore se riusciamo a gustarci la natura che è intorno a noi. Una natura che ha nascosto nel cuore del mais, un olio buono e leggero: Cuore. L'olio dietetico cuore è stato il primo a darti quei componenti polinsaturi così importanti per ridurre il colesterolo. Cuore, olio di semi di mais, ci aiuta tanto nel nostro menu. Perché è un piacere naturale che non ci impone rinunce. E chi lo sceglie sa bene cosa dà Cuore. Da il piacere della tavola e il piacere di sentirsi in forma. Con Cuore. Il mais ha il cuore buono.

OLIO CUORE. MANGIAR BENE SENTIRSI IN FORMA.

Рис. 7



Рис. 8

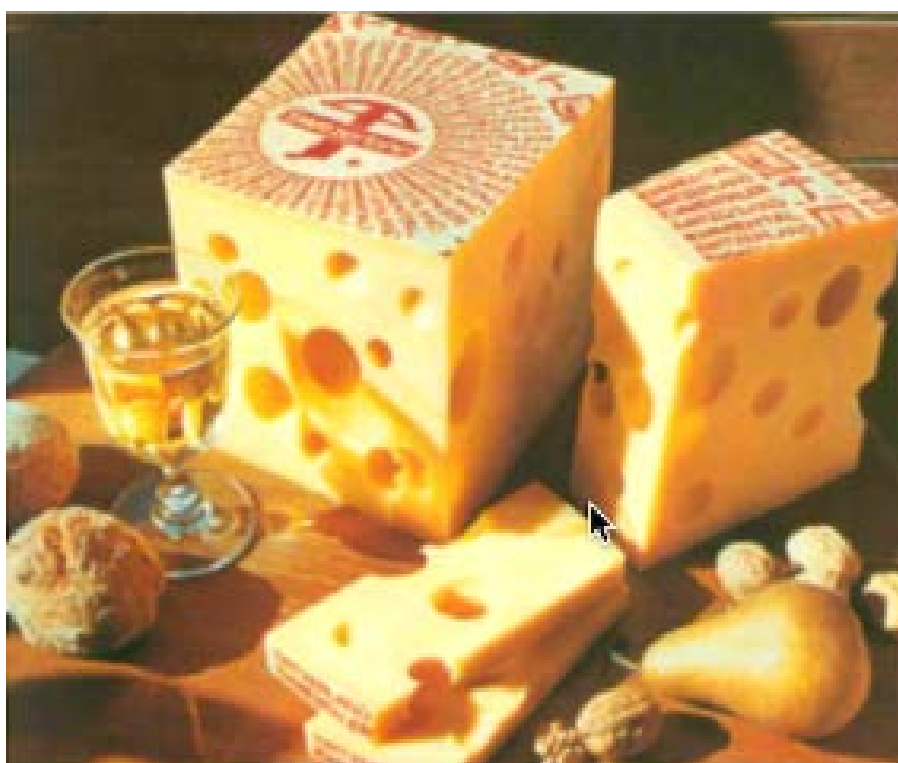


Рис. 9



Рис. 10



Рис.11

Besedina Julia

ФУДФОТОГРАФ

ПОРТФОЛИО ФОТОШКОЛА РЕЦЕПТЫ БЛОГ СОБЫТИЯ ОБО МНЕ КОНТАКТЫ

СОБЫТИЯ

ВСТРЕЧА БЛОГЕРОВ НА ДРУЖЕСКОМ ОТКРЫТИИ "ARTLOFT OKOSHKI"

Арт-лофт Окошки – творческое пространство, не просто стены, это место, где хочется провести мастер-класс, лекцию, отметить и отпраздновать важное событие в жизни детей, друзей и коллег и отснять фотосессию. Там же разместится склад магазина посуды "Мими лавка". В этот понедельник 5 сентября 2016г прошло не официальное открытие этого прекрасного пространства, на котором я выступала в качестве фотографа. Среди приглашенных хорошие друзья, популярные блогеры, для них Дарья Гейлер провела свой МК по состариванию фото рамок.



СМОТРЕТЬ ФОТО

Рис.12



besedinajulia

Подписаться

1 879 публикаций 53,7тыс. подписчиков Подписки: 444

• ФУДФОТОГРАФ • СТИЛИСТ • г.Москва

ЗАКАЗАТЬ СЪЁМКУ сотрудничество

post@besedinajulia.ru проверенные рецепты

статьи про фото www.besedinajulia.ru/fotoshkola



Рис.13



Рис. 14



Рис. 15



[Рис.16](#)



[Рис.17](#)



Рис.18



Рис.19



Рис.20



Рис.21



Рис. 22



Рис.23



Рис. 24



Рис. 25

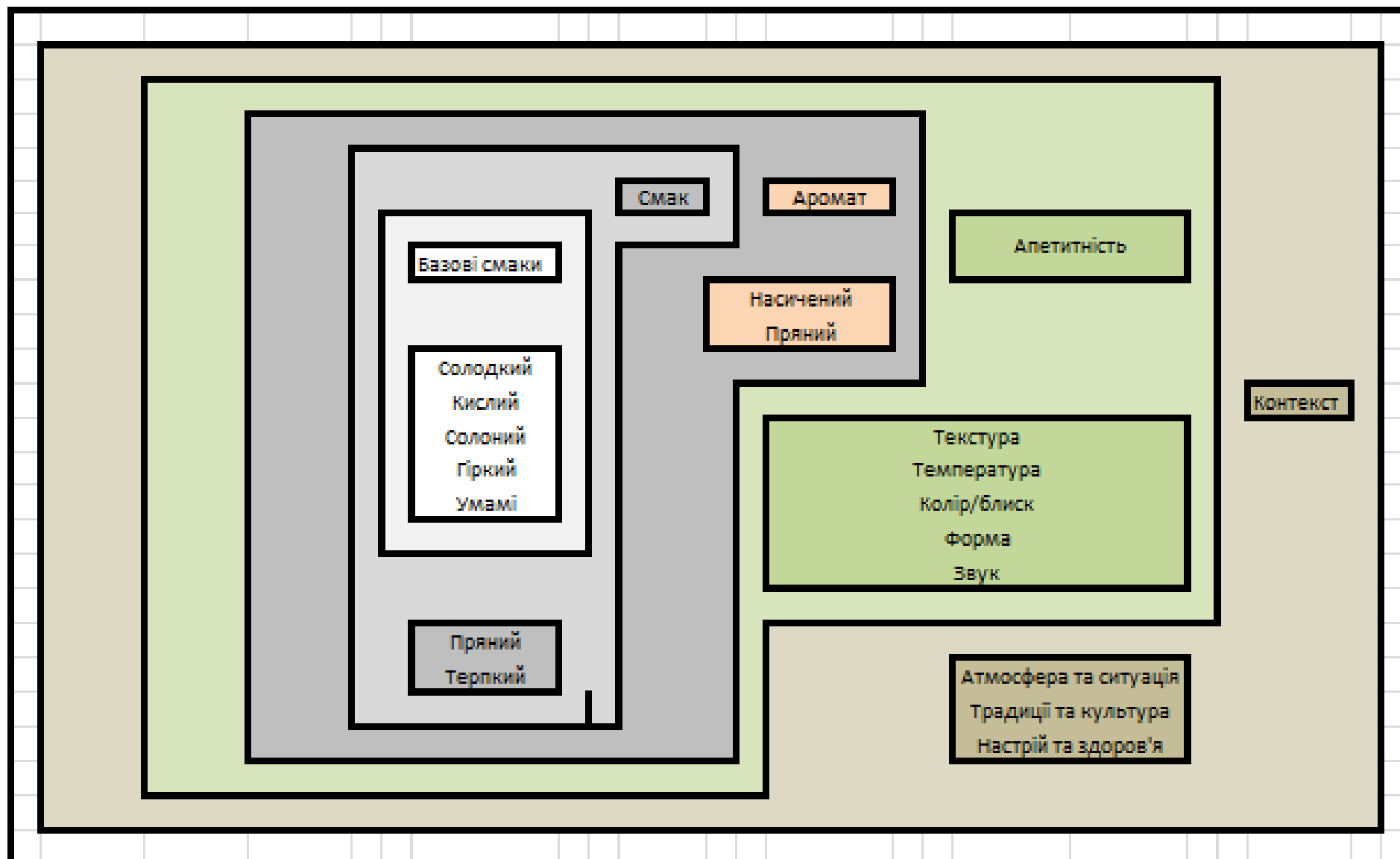


Рис. 26

МАЛЬМЕ, ШВЕЦИЯ

В Мальме стоит побывать хотя бы для того, чтобы убедиться: чувство локтя и чувство вкуса могут помочь сделать из скучной европейской глубинки настоящий город будущего.

Текст и фото: Людмила Венгерова

С атому кожному городу Швеции, Мальме, не повезло с культурными коннотациями. Уильям Берроуз в своем «Голема в транше» взял и назвал его «самым депрессивным городом на планете», причем, кажется, сам он там даже не бывал. После погонялся над горожанами Лужас Мудиссон, важный шведский кинорежиссер и, кстати, уроженец этих мест. Он высказался о Южной Швеции в том смысле, что для всех прочих шведов ее жители – примерно то же, что для нас чужаки, то бишь главные герои анекдотов. Наконец, нагнал страху культовый сериал «Мост», образец шведского нуара. В нем Мальме предстает темным-темным городом, состоящим сплошь из потрепанных промышленных зон, где кишмя кишат серийные маньяки и прочие неуравновешенные личности.

На двухчасовую экскурсию по мотивам сериала «Мост» в Мальме легко можно записаться. Благо, огромная туша закрывшейся в 2008 году судовой верфи все еще довлечет над окраинами города, и хотя медленно и верно ее цеха обживают лофты и офисы, любителям индустриального макабра здесь все еще есть чем поживиться. Для всех прочих куда интереснее будет увидеть Мальме настоящим, тем городом, что давно вышел из тени кризиса 2008-го и сумел направить жизнь по по-

вым рельсам. Ими стали экостандарты и высокие технологии.

В Западной гавани, абсолютно новом районе города, где раньше ютились заброшенные ангары, за какие-то восемь лет вырос город будущего с креативной архитектурой, солнечными батареями, садами на крышах, ветровыми электростанциями, автономной от человека системой уборки уличного мусора и прочими бытовыми инновациями.

В двух шагах – набережная Scanparken с авангардным разноуровневыми деревянным настилами, где гоняют роллеры и велосипедисты. А семьи с деть-



ми и любители пикников сидят на солнышке и смотрят на тот самый сериальный Эресуннский мост, соединивший Мальме с Копенгагеном и добавивший городу весомую порцию туристов. Если раньше мало кто из приезжавших в Стокгольм был готов делать ради Южной Швеции крюк в 600 км или плыть на пароме, то теперь по мосту-туннелю из Дании в Швецию на поезде можно добраться всего за полчаса.

Мальме прилежно доказывает, что включать его в туристический

маршрут имеет смысл: игрушечный старый центр с типично датскими башенками и узкими домами совсем недавно был начинен и отреставрирован. Ставшие ненужными доки активно застраиваются шоу-румами и барами, дизайн-центрами и галереями современного искусства. От пресловутой скандинавской хандр изобилует круговорот фестивалей: театральный сменяется фестивалем сальсы, тот – фестивалем джаза. В конце августа на площадках в рамках крупнейшего в Северной

Рис. 27



Следующий Malmöfestivalen пройдет 12–19 августа 2016 года. Обычно программа фестиваля собирает ежегодно лучшее в мировой музыке и гастрономии, привлекая более 1.5 млн зрителей.

Европе Malmöfestivalen пересекаются сразу несколько событий: музыка делит сцену с едой, уличные концерты актуальных групп и походные кухни заслуженных скандинавских поваров удивительным образом дополняют друг друга. Можно, например, взять коробочку бенто из фургона ресторана Saiko повара Понтуса Йоханссона, всемирно известного своими попытками представить шведскую кухню в виде японских суши, и тут же попасть на концерт First Aid Kit, проповедующих межкультурную гармонию языком шведского фолка. Кукинг-класс пионера slow-food Бьорна Штенбика (например, тайскую утку со шведскими мхами) совместить со стихийным джазовым сейшном, в котором может принять участие каждый, кто пришел с гитарой. А наглядный урок по выращиванию древесных грибов от гуру ну-

трициологов Тами Сауки – с шоу в честь легендарной группы ABBA. Весь город, от солидных господ до молодых неформалов, выходит на площади и в парки, занимает пластиковые столики или садится на паркет, поедает карамельные яблоки на палочках и креативные сморреброды из пластиковых тарелок, хватая с жаровен горячие колбаски, утощаясь винами с острова Эланд, пьет густой голландский эль, набивает сумки экологически чистыми продуктами и отбивает ритм на коленках в такт роковым парням из In Flames. Сальса, мохито, копченый лосось, джаз, улыбки и рок-н-ролл – все это здесь, в самой жаркой точке холодной Скандинавии.

Редакция Jamie Magazine благодарит VisitSweden и лично Марию Крючек за увлекательную поездку на Malmöfestivalen.

jamie magazine.ru



Рис. 28



Ивердон-ле-Бен – небольшой город, расположенный рядом с Невшатальским озером. Прежде всего значатся своими термальными источниками, однако последнее десятилетие известность этому месту приносит трюфельная ярмарка, организованная энтузиастами, мечтающими возродить местному трюфелю авторитет и былую славу.

Звучит горни, и с громким лаем лохматая Зорра породы лаготто-романоло скатывается с повозки, где до этого сидела смиренно, и бежит рядом с конской упряжкой, время от времени запрыгивая на козлы к хозяину. Поведение Зорры кажется немного глупым, но вскоре и мы подпрыгиваем от нетерпения: это первое в нашей жизни «трюфельное путешествие». Года четыре назад мы с Катей Деминой уже охотились за трюфелями (дело было в Пьемонте), но в засушливый сезон поиски не увенчались успехом. Так вот о Зорре. Собаки этой породы были выведены на севере Италии много веков назад, и изначально помогали охотникам: благодаря своей выносливости, они могли много времени проводить в холодной воде, отсюда и название породы (lago – «озеро»). Позже, когда гурманы оценили трюфель в качестве деликатеса, собаки прошли профирантацию и стали охотниками на трюфели (свиньи составляли бы им конкуренцию, если бы не перерывали ценные почвы),

НЕВШАТЕЛЬСКОЕ ОЗЕРО И ЛЕМАН, ШВЕЙЦАРИЯ

В одном из прошлых номеров Jamie Magazine мы уже признавались в любви к кантону Во и рассказывали о связях России и Швейцарии. Сейчас речь пойдет о трюфельном маршруте.

Текст: Людмила Никитина
Фото: Екатерина Демина

И в Пьемонте, и в Ивердон-ле-Бене стоимость такого песика, овладевшего профессией тартуфайо, превышает несколько тысяч евро, и собаки нередко становятся добычей мошенников. Так сложилось, что миру более знакомы бургундские, тосканские и пьемонтские трюфели, а в Швейцарии эту традицию только начали возрождать силами нескольких энтузиастов, один из которых – наш спутник Клод Жагги.

В окрестностях Невшатальского озера чаще всего можно встретить Tuber Uncinatum, который также называют летним, или бургундским. Оттенки лесного ореха во вкусе открывают шеф-поварам немало возможностей для гастрономических фантазий. Реже выпадает удача отыскать Tuber Melanosporum, или перигорский трюфель.

В отличие от Альпы, ставшей культовым местом для любителей душистого гриба, в Ивердоне пока нет специализированных магазинов, и нужно, как говорится, знать места. Трюфель все еще ценный, но доступный деликатес, а не предмет спекуляции на непопулярных туристах. Централь-

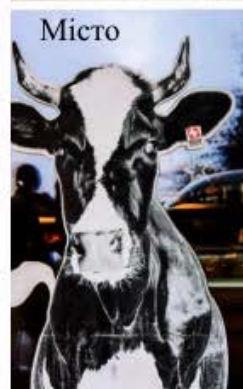


Рис. 29



Місто

Їжа

Природа

Все больше вин из кантона Во производят в соответствии с принципами биодинамического виноделия, в гармонии с природой: на винодельнях даже включают негромкую музыку и размещают предметы искусства.

ним событием года становится ярмарка в Бонвилларе, на которую съезжаются такие же, как наш Клод, энтузиасты. А главное угощение на ярмарке – фондю. Рецепт этого блюда содержит сухое белое вино, чеснок, кукурузную муку, растворенную в кирше (здесь главное – не переборщить), свежемолотый перец и конечно же сыр – грюйер (Gruyère) в сочетании с вашран фрибуржуа (Vacherin Fribourgeois). Этот вариант называют двойным фондю. У каждого повара свой рецепт: с сырами разных видов, добавлением грибов, есть даже рецепт томатного фондю! В дополнение – соленые огурчики, молодая картошка, вяленое мясо, крестьянский хлеб, нарезанный кусочками, и легкое белое вино, например из сорта «шасла». Твердый сыр грюйер – один из важнейших специалитетов кантона Во. Его производят исключительно из молока коров свободного выпаса. Чем старше сыр, тем он дороже и ценнее. Классическим считается грюйер, который выдерживали 6–9 месяцев. Во вкусе такого сыра звучат сладковатые ноты. С каждым шагом (10, 18, 24 месяца) вкус становится более сложным и специфическим. Выдержанные сорта хорошо подходят к вину, более молодые используют для приготовления фондю.

Вашран фрибуржуа из соседнего кантона Фрибург добавляет фондю кремовости и нежности, оставляя немного пряности в послевкусии. Для вызревания ему надо меньше времени – от 2 до 5 месяцев. Когда-то такая любовь к сыркам возникла из необходимости сохранять излишки молока для долгих зимних вечеров, сейчас же ароматное фондю по семейному рецепту собирает родственников по выходным на ужин, бизнес-партнеров – на обед, а для туристов это незаменимый аттракцион. А с тоненьким кружочком трюфеля – настоящая «каша из топора» на швейцарский манер.

Рис. 30

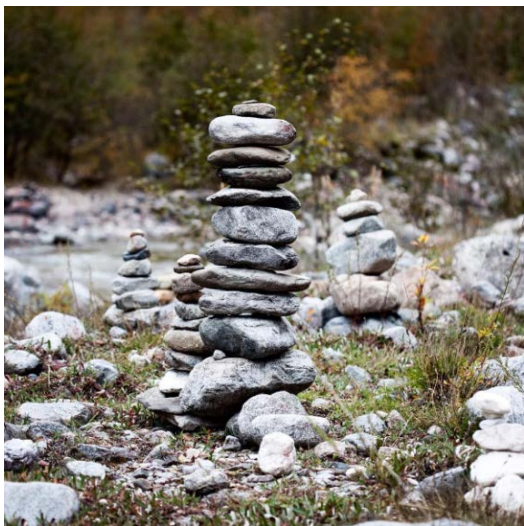


Рис. 31

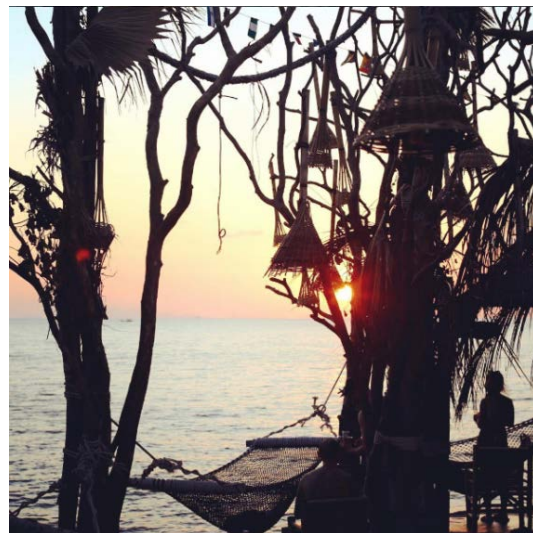


Рис. 32



Рис. 33

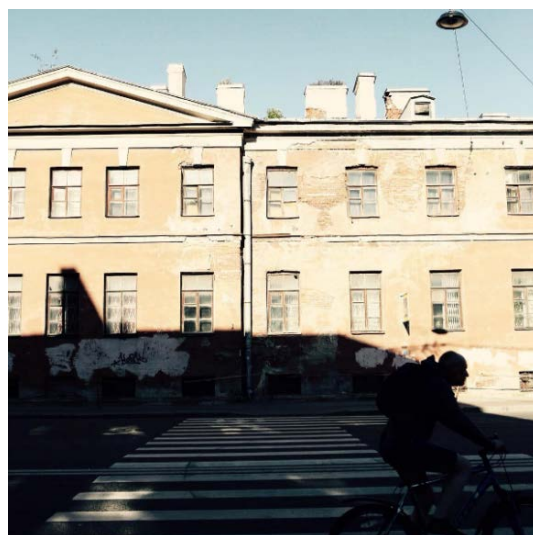


Рис. 34



Рис. 35



Рис. 36



Рис. 37



Рис. 38



Рис. 39



Рис. 40

Бріф (технічне завдання замовника)

ФОТО ДЛЯ САЙТУ

Композиція

(4-5 фото)

Фотографуються композиції із овочів/фруктів/інших продуктів для банерів, рекламних модулів, наборів продуктів і т.д. – загальне фото для заставок (фрукти/овочі/олії/горіхи, упорядковані в композицію) – 1-2

Тарілки: – Свіжий багет з червоною ікрою на сніданок на 4 людей

Тарілки: – Асорті фермерських сирів з грушею, інжиром та ожиновим медом на 6 осіб

Тарілки: – Хамон (прошутто) з динею на 8 (залежить від розміру дині) людей

Фон

Фірмова дерев'яна стільниця (пофарбована в колір – візитну картку бренду. Білий фон/тканина)

Реквізит

Стільниці 2 шт., пофарбовані у фірмові кольори – темніші і світліші

Посуд – білі/дерев'яні тарілки, миски, чашки, склянки

Обробні дерев'яні дошки – 4 штуки

Дерев'яні та білі великі ложки, спеціальні засоби для розмішування

Фірмова упаковка (наклейки з логотипами, пакети, сири запаковані, банки з медом, кошики, якщо будуть, і т.д.)

V Pasta italiana, або Чому X

vip.volyn.ua/articles/pasta-italiana-abo-chomu-krashche-ne-yisty-ukrayinsku-pastu-top-domashnih-receptiv

26.11.2017 12:39

PASTA ITALIANA, АБО ЧОМУ КРАЩЕ НЕ ЇСТИ УКРАЇНСЬКУ ПАСТУ? ТОП ДОМАШНІХ РЕЦЕПТІВ

P.S. Так-так, знаємо, що постскриптум пишеться після закінченого тексту. Але це своєрідне попередження. Рестораторам і шеф-кухарям луцьких закладів харчування бажано не читати, вони нас зненавидять :)



Всі люблять смачно поїсти – це незаперечний факт. І, коли ми уже по горло ситі пельменями, смаженою картоплею, котлетами і голубцями, ноги самі несуть в найближчий

АРХІВ

Введіть дату для пошуку

Від До

Введіть назву

ЗАСТОСУВАТИ

НОВИНИ

30 Лис. 2017

19:11 Марія Яремчук роздяглась для соцпроекту

18:42 Викладачка волинського вишу стала членом Спільки письменників

18:19 Поету з Волині вручили престижну премію

18:01 Гарячі перці: руді чоловіки похвалились своїми принадами

17:49 У луцькому клубі відгуляли суботню

UK 21:10 30.11.2017

Вікно браузера: Pasta italiana, або Чому X

Адреса: vip.volyn.ua/articles/pasta-italiana-abo-chomu-krashche-ne-yisty-ukrayinsku-pastu-top-domashnih-receptiv

ресторан (ну гаразд, кафе) для того, щоб задовольнити наші гастрономічні забаганки.

Нещодавно нам трапилася в очі одна цитатка: "Їсти по-італійськи означає насолоджуватись перетворенням життя в мистецтво". І так вона запала нам в душу, що ми вирішили внести трохи поезії в такий примітивний процес, як вживання їжі. Тому згадаємо сьогодні про італійську гордість – пасту.

Коли ми говоримо знайомим, що готуємо пасту, вони піднімають брови і кажуть: "Навіщо Ці модні словечка? Кажіть відразу, що вермишель". Нам залишається лише сумно зітхнути (навіщо нам, гурманам, сперечатися з людьми, які нічого не тямлять) і промямляти: "Ага, вермишель"...

Так-от, пропустимо цю всю патетику і перейдемо до справи.

Скуштувавши пасту в популярних луцьких закладах, перечитавши багато літератури про традиції італійської кухні, приготувавши з десяток паст за класичним італійським рецептом, ми зробили висновок, що, на превеликий жаль, паста у нас не та. Чому? Тому, що смак не насичений, попри її бездоганний вигляд. Вочевидь, кухарів важають, що достатньо відчувати нотки певного інгредієнту, замість того, щоб повністю насолоджуватись багатством смакових поєднань та неочікуваних гастрономічних баталій. Але італійська кухня – це пристрасть, емоції, крик. І справжній шеф повинен уміти це передати, інакше

Вікно новин: Фото

- 17:27 25-річний ювілей «Пікардійська Терція» відсвяткує у Луцьку
- 17:05 Сімейний затишок та комфорт: новорічні корпоративи у «Patio di fiori»*
- 16:41 У Луцьку презентували чорно-білу виставку «Путі»
- 16:11 Офіційно: Кварцяний залишається президентом «Волині»
- 16:01 Пара, яку поєднала війна, одружилася на Волині
- 15:41 У Луцьку відбудеться показ словацько-українського фільму
- 15:07 Пухнасті та м'які: з ким бавляться відомі волиняни
- 14:45 «Волинь» очолить Богатир
- 13:29 «Вона пестила себе у інтимних місцях», – лучанин розповів про скандальний салон

Панель завдання: Pasta italiana, або... | Документ1 - Мікр...

Статус: UK, 21:12, 30.11.2017

навіщо робити кепську пародію?

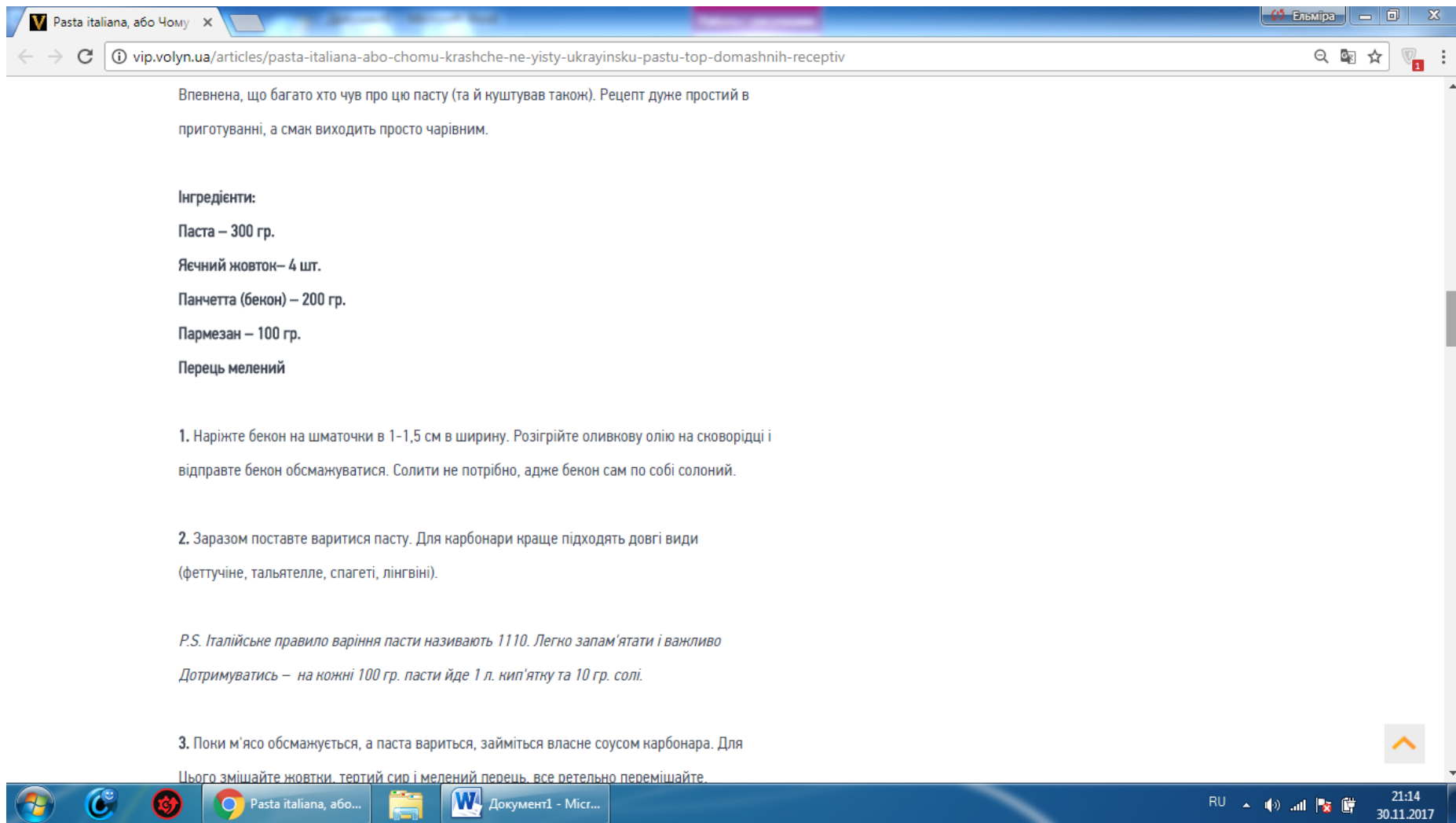
Хочемо дати вам пораду: якщо бажаєте скуштувати смачну пасту – приготуйте її самостійно.

Витратити ж самі, але порцій більше і смак кращий (повірте, ми уже не одну собаку на цьому з'їли).

Пропонуємо вам три рецепти паст, які є одними з найбільш популярних в Італії:
болоньєзе, карбонара, паста з соусом песто.

КАРБОНАРА





Pasta italiana, або Чому X

vip.volyn.ua/articles/pasta-italiana-abo-chomu-krashche-ne-yisty-ukrayinsku-pastu-top-domashnih-receptiv

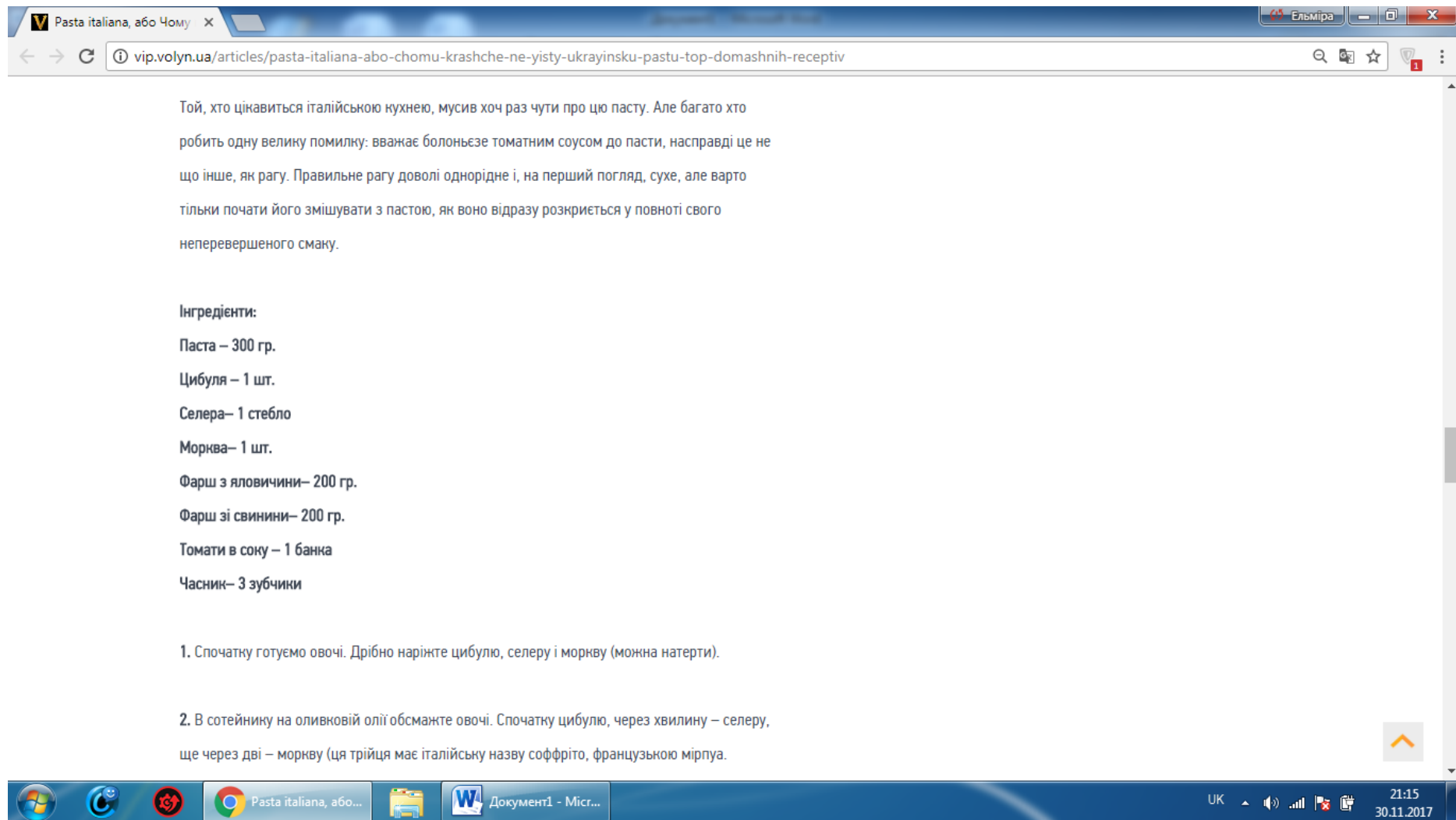
4. Настав час об'єднати все разом. Пасту перекладіть в сковорідку з м'ясом, добре перемішайте і обов'язково (наголошуємо, обов'язково!) зніміть з вогню. Тільки після цього заливайте яєчну суміш і перемішуйте. Якщож не забрати з плити, яйця почнуть потихеньку перетворюватись в омлет, а нам цього аж ніяк не потрібно.

5. Насипте в тарілку і щедро посипте пармезаном та меленим перцем. Приємного апетиту!

СПАГЕТІ БОЛОНЬЕЗЕ



Windows taskbar: Pasta italiana, або... | Документ1 - Міс... | UK | 21:14 | 30.11.2017



V Pasta italiana, або Чому X

vip.volyn.ua/articles/pasta-italiana-abo-chomu-krashche-ne-yisty-ukrayinsku-pastu-top-domashnih-receptiv

Використовується в інших соусах, супах та різних стравах). Обсмажте овочі до м'якості, відставте.

3. Переходимо до м'ясної частини. М'яса беремо наполовину (свинина та яловичина). Велика помилка, коли додають фарш до овочів та обсмажують його там. Для багатого сильного смаку потрібно карамелізувати м'ясо, іншими словами, підсмажити до скоринки. Фарш добре розімніть лопаткою, щоб не було великих шматків м'яса. Спочатку м'ясо буде тушкуватися у власному соці. Поступово ви почуєте, що воно вже не побулькиє, а смажиться. Не потрібно спалювати м'ясо, лише трішки підрум'янити.

4. Саме час варити пасту.

5. Поки паста вариться, змішайте м'ясо з овочами, додайте помідори із соком і варіть на маленькому вогні 40-60 хв. (в класичному рецепті рагу готується до 4-6 годин, але ми не будемо настільки педантичні). В кінці додаємо часник.

6. Ні в якому разі не варто змішувати соус із пастою відразу. Краще робітьце уже в тарілці, так смачніше!

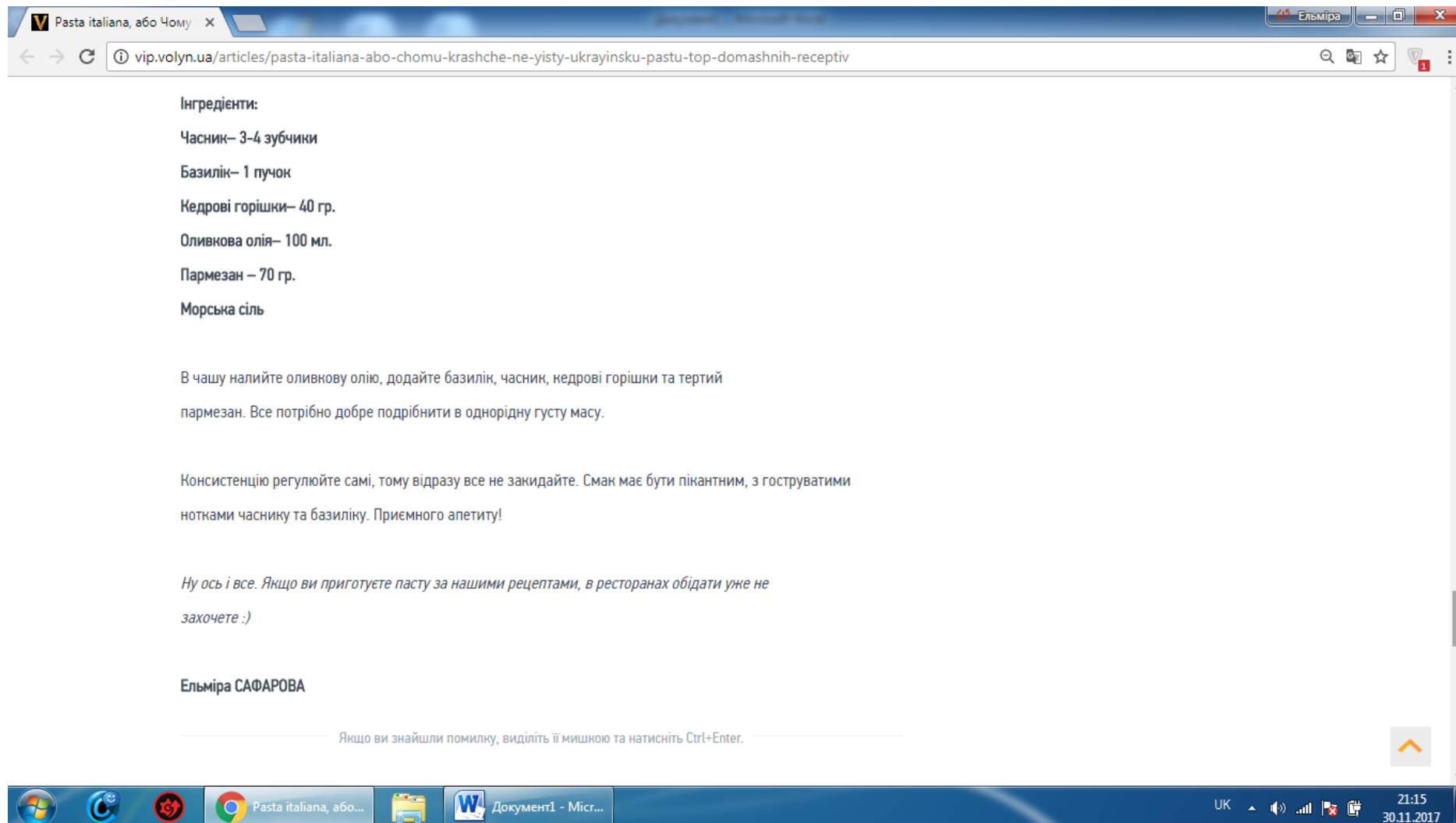
СПАГЕТІ З СОУСОМ ПЕСТО

Windows 7 taskbar: Pasta italiana, або..., Документ1 - Миср..., 21:15 30.11.2017



Існує багатоваріацій цього соусу. Якщо простіше – це подрібнені трави з оливковою олією, горішками та іншими добавками. Ми розповімо вам про найбільш класичний варіант. Робиться він в кам'яній ступці, але блендер може прекрасно її замінити.

Інгредієнти:



ТОП-7 порад для смачн

Ельміра

← → ↺

vip.volyn.ua/articles/top-7-porad-dlya-smachnyh-foto-vid-luckyoi-studentky

🔍 📄 ☆ 🛡️ 1

26.11.2017 19:33

ТОП-7 ПОРАД ДЛЯ СМАЧНИХ ФОТО ВІД ЛУЦЬКОЇ СТУДЕНТКИ

Ні для кого не є дивиною, що соціальні мережі займають надто багато часу. Ми намагаємось ділитися з підписниками всім, що відбувається з нами протягом дня, зокрема й фотографіями наших трапез.



Недаремно один із найпопулярніших хештегів в Instagram — **#мирдолжензатягтояем**. Але часто наші фото не є апетитними і викликають швидше не захоплення, а співчуття=)

Ви можете звинуватити в цьому камери своїх мобільних телефонів, аргументуючи це так: "Ну це ж не

АРХІВ

Введіть дату для пошуку

Від

До

Введіть назву

ЗАСТОСУВАТИ

НОВИНИ

30 Лис. 2017

19:11 Марія Яремчук роздяглась для соцпроекту

18:42 Викладачка волинського вишу стала членом Спільноти письменників

18:19 Поету з Волині вручили престижну премію

18:01 Гарячі перці: руді чоловіки похвалились своїми принадами

17:49 У луцькому клубі відгуляли суботню

🌐 📄 ⚙️ 🔥

ТОП-7 порад для... 📁 📄 Документ1 - Міср...

UK 📶 🔊 🖨️ 🗑️ 21:17 30.11.2017

ТОП-7 порад для смачн

Ельміра

← → ↺ vip.volyn.ua/articles/top-7-porad-dlya-smachnyh-foto-vid-luckoyi-studentky

🔍 📷 ☆ 🛡️ 1 ⋮

професійна фотокамера, і так нормально, для Instagram згодиться"... Але хочемо вас розчарувати — справа тут не у професійній фотокамері, а в нерозумінні базових основ мобільної фотографії.

Тому ми вирішили зібрати для вас найбільш цінні рекомендації, які зроблять ваші знімки вдалим, а їжу в кадрі — апетитною.

1. Правильне освітлення — запорука вдалої фотографії. Завжди використовуйте денне світло, але уникайте прямих сонячних променів. Оптимальна погода для творчих експериментів — хмарна, а час дня — ранок або вечір. Світла в кадрі повинно бути достатньо, щоб на фотографії не було шумів (підвищеної зернистості), але при цьому воно не повинне бути надто інтенсивним, тому що на знімку з'являться жорсткі тіні і пересвічені ділянки.

Вдома фотографуйте біля вікна, за необхідності завісивши його тюлем або білою простинею, щоб пом'якшити світло. В кафе надавайте перевагу найбільш світлим столикам біля вікна, в теплу пору року можна також сидіти на вулиці.



вечірку. ФОТО

17:27 25-річний ювілей «Піккардійська Терція» відсвяткує у Луцьку

17:05 Сімейний затишок та комфорт: новорічні корпоративи у «Patio di fiori»*

16:41 У Луцьку презентували чорно-білу виставку «Путі»

16:11 Офіційно: Кварцяний залишається президентом «Волині»

16:01 Пара, яку поєднала війна, одружилася на Волині

15:41 У Луцьку відбудеться показ словацько-українського фільму

15:07 Пухнасті та м'які: з ким бавляться відомі волиняни

14:45 «Волинь» очолить Богатир

13:29 «Вона пестила себе у інтимних місцях», - лучанин розповів про скандальний салон

    ТОП-7 порад для...

  Документ1 - Міср...

UK 🔊 📶 🔌 🖨️ 🗑️ 21:17 30.11.2017

ТОП-7 порад для смачн

Ельміра

← → ↺

vip.volyn.ua/articles/top-7-porad-dlya-smachnyh-foto-vid-luckoyi-studentky

🔍 📷 ☆ 🛡️ 1



2. Оскільки камеру на мобільному телефоні можна вважати ширококутною, то на знімках неминуче з'являться достатньо виражені спотворення перспективи: об'єкти зблизька будуть виглядати набагато більшими, ніж предмети на задньому плані. Вибирайте в залежності від творчих завдань або ракурс 90° (вид зверху), або 45°, за умови, що у вас красивий задній план.

Оскільки камера мобільного телефону не дозволяє розмити задній план, і в зону різкості обов'язково потраплять всі об'єкти в кадрі, то фон повинен бути красивим, але при цьому не надто активним, щоб не перетягувати увагу на себе. При фотографуванні зверху розташуйте мобільний телефон паралельно поверхності столу і тримайте його таким чином, щоб лінії, які відповідають за геометрію кадру, не мали

15:07 Пухнасті та м'які: з ким бавляться відомі волиняни

14:45 «Волинь» очолить Богатир

13:29 «Вона пестила себе у інтимних місцях», - лучанин розповів про скандальний салон

12:18 Північ - вірний друг волинян

1 2 ... >

Всі новини

БЛОГИ



Elizabeth Nakhamets
"Паличка-виручалочка" для ОТГ Волині



Павлович Марія
Децентралізація сьогодні: ефективність діяльності об'єднаних...



Ольга
Медзаклади краю отримують комп'ютерне обладнання для...

Всі блоги



ТОП-7 порад для...



Документ1 - Міср...

UK 📶 🔊 🔌 🖨️ 🗑️

21:17
30.11.2017

нахилу.

3. При фотографуванні їжі на мобільний телефон працюють ті ж самі правила композиції, що і в звичайній фотографії. Не заповнюйте кадр надто сильно, залишайте трохи вільного простору — він допоможе виділити головний об'єкт.

Основний акцент зробіть на вашій страві, нехай вона займає не менше 1/3 кадру, а інші елементи будуть потрібні лише для того, щоб доповнити головного героя, а не затьмарити його. За бажанням можна навіть обрізати деякі предмети по краям знімка — так композиція буде виглядати цікавішою.



ТОП-7 порад для смачн... X

vip.volyn.ua/articles/top-7-porad-dlya-smachnyh-foto-vid-luckoyi-studentky

4. Ваш кадр — це історія, яку ви розповідаєте не тільки за допомогою страви, але й всього, що її оточує: фону, посуду, тканини і т.д. Ця історія повинна бути красивою і цікавою глядачу. Тому ретельно підходьте до вибору реквізиту. В кадрі добре дивляться живі квіти, журнали та книги.

5. Зверніть особливу увагу на їжу в кадрі — вона повинна бути фотогенічною! На жаль, не всі страви є такими. Найбільш красиво в кадрі виглядає випічка: круасани, тістечка, торти, печиво.

Зверніть увагу також на свіжі овочі, фрукти та ягоди, традиційні страви для сніданку (оладки, млинці, сирники, мюслі) та крем-супи. Вся їжа у вашому кадрі повинна бути свіжою!



ТОП-7 порад для... Документ1 - Місг... 21:18 30.11.2017

ТОП-7 порад для смачн... X

vip.volyn.ua/articles/top-7-porad-dlya-smachnyh-foto-vid-luckoyi-studentky

6. Навіть ідеальним знімкам потрібне редагування. Не використовуйте фільтри Instagram, надавайте перевагу спеціальним програмам. Сьогодні існує багато фоторедакторів, наприклад, Snapseed, VSCO або Afterlight. Оберіть той, яким вам зручно користуватися.

Зробіть кадр темнішим або світлішим, додайте різкості, контрастності і, за необхідності, насиченості, попрацюйте зі світлими та темними ділянками, змініть тональність знімка, якщо вам здається, що фотографія жовтить або, навпаки, віддає синім. За бажанням, можна накласти легкий фільтр, який не спотворить природніх кольорів їжі.

7. Обов'язково протріть камеру мобільного телефону! Цей пункт повинен стояти на першому місці, і це не жарт. Перед кожним фотографуванням відразу переконайтеся в тому, що камера чиста — без пилу та розводів.

Бажаємо вам смачних мобільних кадрів!

Ельміра САФАРОВА



ТОП-7 порад для... Документ1 - Місг... 21:18 30.11.2017

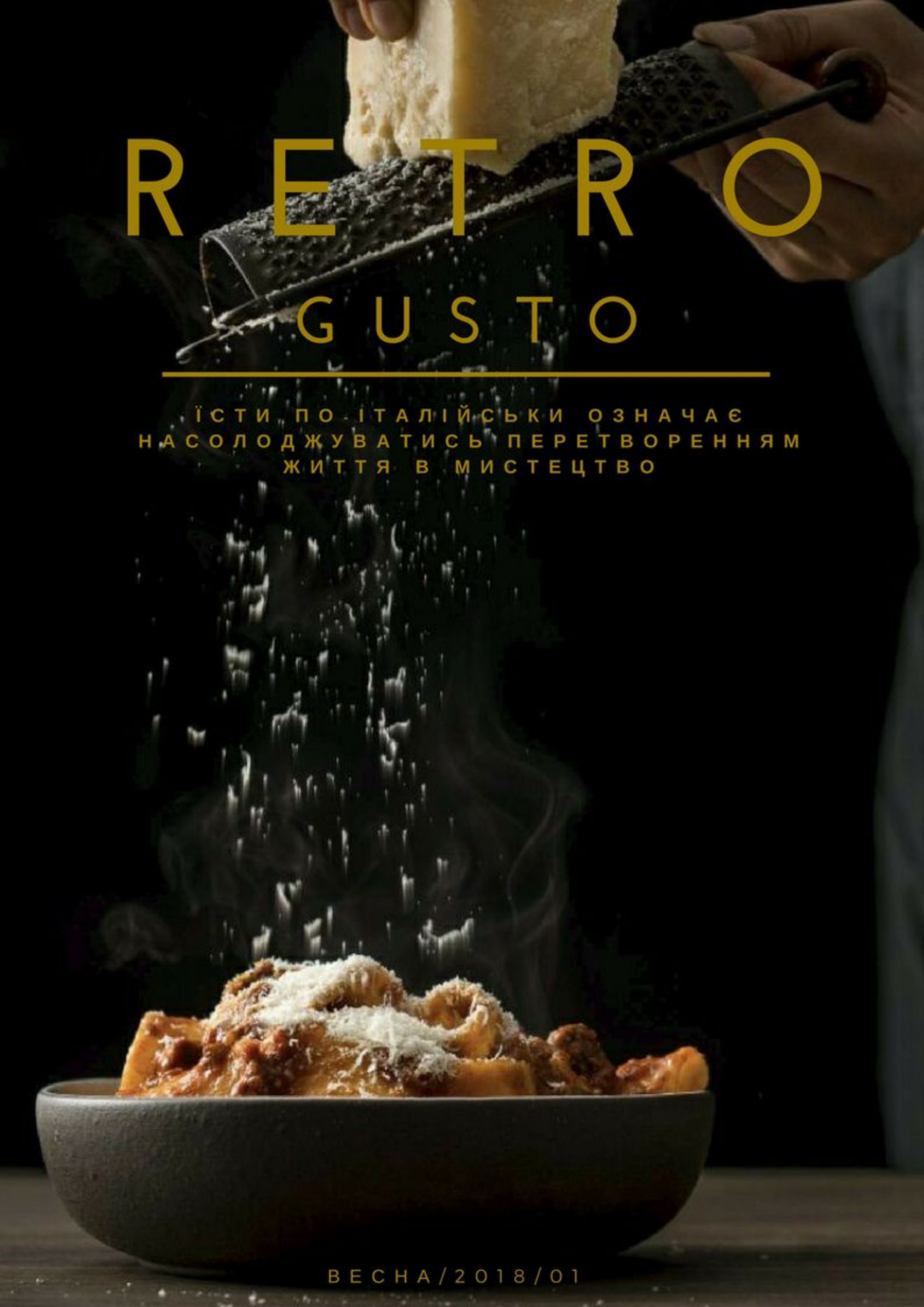
7. Обов'язково протріть камеру мобільного телефону! Цей пункт повинен стояти на першому місці, і це не жарт. Перед кожним фотографуванням відразу переконайтеся в тому, що камера чиста — без пилу та розводів.

Бажаємо вам смачних мобільних кадрів!

Ельміра САФАРОВА



Якщо ви знайшли помилку, виділіть її мишкою та натисніть Ctrl+Enter.

A close-up, high-contrast photograph of a person's hands grating a block of hard cheese (likely Parmesan) over a bowl of food. The cheese shavings are captured in mid-air, creating a dynamic, cascading effect. The background is dark, and the lighting highlights the texture of the cheese and the steam rising from the bowl. The title 'RETRO GUSTO' is overlaid in a bold, yellow, sans-serif font.

RETRO GUSTO

ЇСТИ ПО ІТАЛІЙСЬКИ ОЗНАЧАЄ
НАСОЛОДЖУВАТИСЬ ПЕРЕТВОРЕННЯМ
ЖИТТЯ В МИСТЕЦТВО



ЗВІДКИ МОЯ ЛЮБОВ ДО ІТАЛІЇ?

ЛИСТ РЕДАКТОРА

Чому саме паста?

Зрозуміти, що таке їжа в Італії найкраще з особистого досвіду. Переконатися в тому, що в Італії їжа – не просто важливий компонент повсякденного життя людей, а частина культури нації, можна, відправившись в гастрономічний тур цією країною. Італійці – справжні гурмани, для них має значення як якість продуктів, – а вона, без сумніву, має бути на висоті, – так і мистецтво приготування страв.

В Італії кулінарія дійсно мистецтво. Це проявляється навіть на побутовому рівні: всі італійці чудово готують (до того ж, найчастіше, чоловіки перевершують у майстерності жінок).

Кожний регіон Італії має свої кулінарні особливості: на півночі країни надають перевагу рису і вершковому маслу, а на півдні не уявляють життя без всіляких макаронних виробів та оливкової олії.

В Італії дбайливо зберігають і передають з покоління в покоління кулінарні традиції. Можливо, саме в цьому і полягає секрет визнання і популярності італійської кухні в усьому світі.

Дійсно, італійська кухня стала і справді міжнародною – складно знайти місто, в якому не було б італійського ресторану з традиційними пастою та ризото. Піца давно стала «своєю» для американців, її із задоволенням їдять у всій Європі і навіть в Азії. Капучино та еспresso – напої, без яких не можуть уявити життя сила-силенна людей у всьому світі, але ж їх батьківщина та ж Італія.

Однак особливості національної італійської кухні полягають не тільки у всесвітньо відомих, «брендових» стравах і продуктах. Родзинка Італії та її кулінарії в самому ставленні до їжі, до процесу приготування їжі та культури трапези.

В Італії не заведено їсти на ходу, поспіхом, тому фаст-фуд там не прижився. Якщо в Італії сідають за стіл, нехай то сніданок в колі сім'ї, обід з колегами по роботі або вечерея з друзями, то їдять не поспішаючи, жваво розмовляючи і обов'язково розпиваючи пляшку вина.

Італійці часто обідають поза домом, тому ресторанна культура там дуже розвинена. Є кафе і ресторани для будь-якого рівня доходу: від мінімального до цілком солідного. І в будь-якому закладі ви можете розраховувати на якісні страви і відповідне обслуговування.

Отож, італійська кухня – це паста і соуси, піца і оливки, сир і вино. Все це можна покуштувати, відправившись в гастротур Італією. Але, що найголовніше, в кулінарній подорожі вловити, що італійська кухня – це ще і сама Італія, трохи гостра, пряна і неймовірно соковита.

головний редактор Ельміра Сафарова

ЗВІДКІЛЯ ВЗЯЛАСЯ ПАСТА

03

СПАГЕТІ БОЛОНЬЄЗЕ

05

PASTA ITALIANA

09

СФОПЬЯ

11

СПАГЕТІ АЛЛА КАРБОНАРА

13

ТАЛЬЯТЕЛЕ

17

РІЗНОБАРВНА ПАСТА

19

ОВОЧЕВА ЛАЗАНЬЯ

21

ПАРМЕЗАН

25

ПРО СОУСИ

27

РАВІОЛІ З ГАРБУЗОМ І ГОРОШКОМ
У ТОМАТНОМУ СОУСІ

29

АНДРЕА ГАЦЦАНІ

33



RETRO GUSTO

ЗВІДКІЛЯ ВЗЯЛАСЯ ПАСТА?



Історія про те, що пасту нібито привіз у 1295 році в Італію Марко Поло з Китаю — чиста вигадка. Це був всього лише американський рекламний трюк для залучення уваги споживача до пасты, вигаданий факт, який вперше був опублікований в «*Macaroni Journal*», журналі американських промисловців.

Насправді паста існувала в Італії вже задовго до цього. На підтвердження наведемо цікавий факт: в етрусському похованні IV століття до н.е. "Grotta Bella" були знайдені зображення інструментів, які використовуються для виготовлення пасты в наші дні: скалка, дошка, на якій розкатують тісто, і коліщатко для нарізки. Численні згадки про пасту можна знайти в працях класиків, таких, як Аристофан і Горацій, які використовували термін "lāganon" (греки) і «laganum» (римляни) для позначення тіста, отриманого замість води з борошном, яке потім було розкатане і нарізане на смужки.

Дуже важливим свідченням 1154 року є згадка географа сицилійського короля Руджеро II Аль-Ідрісі, який описує містечко Траб'я в 30 км. від Палермо, як місто млинів, де виготовляють пасту циліндричної форми, що експортується за допомогою великих кораблів по всьому Середземномор'ю, християнському і мусульманському. Це перша і дуже важлива історична згадка про пасту в тому вигляді, в якому вона знайома нам.

Винахід сухої пасты для довгого зберігання, найімовірніше, належить арабам і пов'язаний з необхідністю мати достатньо запасів для тривалих подорожей пустелею. Метод сушки пасты дозволив полегшити перевезення на судах і слугував початком її бурхливої комерції.

Важливим періодом розвитку пасти стали Середні віки, коли з'явилися нові форми макаронів, а також змінився метод приготування: пасту стали не запікати, а варити. Увійшла в ужиток паста з начинкою.

До XV століття в Італії пасту готували тільки в домашніх умовах. Потім з'явилися перші дрібні виробники, *vermicellaio*, які робили так звані *vermicelli* (слово «вермишель» увійшло і в українську мову).

Колискою сучасної індустрії сухої пасти вважаються Неаполь і Салерно, де, завдяки жаркому клімату, низькій вологості та руху повітряних мас, відкрилися перші цехи з виготовлення макаронних виробів, які поступово перетворилися в найбільші сучасні фабрики. Потім виробництво розширилося і включило Апулію, Тоскану і Лігурію. Однак Емілія-Романья, Ломбардія і Венето залишалися прив'язані до свіжої пасти, і ця традиція збереглася до наших днів.

У XVII столітті з'явилися перші верстати, і виробництво пасти злетіло вгору через високий попит (і не тільки на національному рівні), а також через введення нових витяжних штампів, які дозволили запропонувати споживачу нові форми пасти.

Наступним етапом в історії сухої пасти був винахід сушильних шаф. Це сприяло розширенню виробництва на нових територіях і зникненню невеликого сімейного бізнесу, заснованого на традиційних засобах виготовлення макаронних виробів. Однак деякі марки все ж вижили, незважаючи на конкуренцію, і продовжують радувати високим рівнем якості пасти, виробленої старим методом.

Особливо слід відзначити суху пасту з міста Граньяно (в провінції Неаполя), де в XVI столітті з'явилися перші сімейні виробництва, для яких в місті було побудовано 30 водяних млинів, що використовували для замісу, крім борошна, воду виключно з джерел Monte Faito. Так звані *massaroni* з Граньяно прославили місто, до XIX століття досягнувши світової слави. У Граньяно була побудована залізниця, що зв'язує його з Неаполем і з усією країною. Пасту відправляли в Турин, Флоренцію і Мілан. Із поширенням електроенергії фабрики модернізувалися, старі ручні витяжні штампи були замінені на автоматичні. На виробництві пасти була задіяна велика частина населення міста. Після Другої Світової війни фабрики Граньяно різко відчули конкуренцію потужних фабрик півночі Італії, і виробництво поступово зазнало занепаду, посиленого землетрусом 1980 року, після якого в Граньяно вціліло лише вісім фабрик. Незважаючи на безліч проблем, Граньяно залишається італійською столицею сухої пасти, яка отримала знак IGP, що підтверджує її унікальність і неповторність.

Винахід вилки можна вважати пов'язаним з поширенням пасти. У той час, як в Європі було прийнято їсти руками аж до XVII-XVIII століття, в Італії в побут увійшла вилка, якою (як на диво!) набагато зручніше поїдати гарячу і слизьку пасту. В цей же час стали з'являтися перші вказівки щодо варіння пасти, які радили варити її недовго, залишаючи більш твердою і сильно не розварювати (як це люблять робити у нас). Так само в цей період пасту стали посипати тертим сиром і було введено поєднання її з помідором.

*Знати про їжу
людина повинна
не менше, ніж про
математику або
про свою рідну
мову.*

— Гордон Рамзі



A top-down photograph of a white plate filled with spaghetti, topped with a meat sauce. A silver fork is placed on the plate, lifting a portion of the spaghetti. The image is darkened to serve as a background for the text.

СПАГЕТІ БОЛОНЬЄЗЕ

RETRO GUSTO / РЕЦЕПТИ



Мабуть, це найвідоміша паста у світі. Навіть ті, хто не особливо цікавиться кухнею, чули хоч раз це заповітне слово – болоньєзе. Однак за цим словом криється велика помилка. Більшість асоціюють болоньєзе з рідким томатним соусом до пасти. Насправді ж класичний болоньєзе – це не що інше, як рагу. Ви бачили де-небудь рідке рагу? Правильний соус досить однорідний і на перший погляд сухий, однак варто почати його змішувати з пастою, і соус розкривається. Паста насичується стійким ароматом і смаком соусу, саме тоді починається чудовий дует.

ІНГРЕДІЄНТИ:

- ♦ Паста – 300 гр.
- ♦ Цибуля – 1 шт.
- ♦ Селера – 1 стебло
- ♦ Морква – 1 шт.
- ♦ Фарш яловичини – 200 гр.
- ♦ Фарш свинячий – 200 гр.
- ♦ Томати в соку – 1 банка
- ♦ Часник – 3 зубчики

Болоньєзе

Дрібно нарізаємо цибулю, селеру і моркву.

В сотейнику на оливковій олії обсмажуємо овочі. Спершу цибулю, через хвилину селеру, ще через 2 – моркву.

Обсмажуємо овочі до м'якості і відставляємо в сторону.

Пристаємо до м'ясної частини. М'яса беремо навпіл (свинина і яловичина). Великою помилкою є, коли додають фарш до овочів і обсмажують його там. Для багатого сильного смаку потрібно карамелізувати м'ясо, іншими словами, підсмажити до скоринки. Фарш добре розминаємо лопаткою, щоб не було великих грудок м'яса.

Спочатку м'ясо буде тушкуватися у власному соку. З часом ви почуєте, що воно вже не побулькує, а смажиться. Не потрібно спалювати м'ясо, лише трохи підрум'янити.

Саме час готувати пасту.

Поки паста вариться, змішуємо м'ясо з овочами, додаємо помідори з соком і варимо на повільному вогні хвилин сорок-годину. У класичному рецепті рагу готується до 4-6 годин, але ми не будемо настільки педантичні. У самому кінці додаємо часник.

Ні в якому разі не варто змішувати соус з пастою відразу. Краще робити це вже в тарілці, так смачніше!



МЕРЕЖА СІМЕЙНИХ ЕКО-КАФЕ

СТРАВИ ІТАЛІЙСЬКОЇ КУХНІ

ПІЦА, ПАСТА, ДЕСЕРТИ,

а також улюблені суші з
японської кухні

МАКАРОНИ ВЛАСНОГО ВИРОБНИЦТВА

**ДО ВАШОЇ УВАГИ
ПРОПОНУЄМО СПРОБУВАТИ
СТРАВИ З ЕКО-ПРОДУКТІВ
ВЛАСНОГО ВИРОБНИЦТВА:
БОРОШНО, З ЯКОГО МИ
ВИГОТОВЛЯЄМО ТІСТО НА
ПІЦУ, А ТАКОЖ МАКАРОНИ
ВЛАСНОГО ВИРОБНИЦТВА.**

Чекаємо вас за адресами:
вул. Лесі Українки, 59;
пр. Волі, 4в

Служба доставки
від "Дядя PIZZA"
працює ЦІЛОДОБОВО
Тел. 099-167-70-05



PASTA ITALIANA



Італійці вживають в їжу 28 кг. пасти на людину в рік. $\frac{3}{4}$ від цієї кількості належить сухій пасті і $\frac{1}{4}$ — свіжій. Президентський Декрет від 9 лютого 2001 року чітко встановлює їхні характеристики і різновиди. Суху пасту виробляють виключно з твердих сортів пшениці і води. Паста з твердих сортів пшениці не розварюється, не злипається і відмінно тримає форму. Це визначається кількістю білка в зерні, з якого вона виготовлена. У твердих сортах пшениці вміст білка вищий, ніж в м'яких. Клейковинний каркас, який утримує масу крохмальних зерен в сирих виробках, при опусканні в киплячу воду (тобто при варінні пасти) не тільки не розріджується, а навпаки — фіксується і зміцнюється. Нормальними варильними властивостями володіють макаронні вироби при вмісті сирої клейковини в борошні 25-40%.

Для виробництва свіжої пасти використовують також пшеницю м'яких сортів. Яєчну ж пасту готують із семоли і курячих яєць, до того ж вага яєць повинна бути мінімум 200 гр. на 1 кг. семоли. Існує також «особлива паста» (paste speciali) — це паста, в яку, крім основних інгредієнтів (семоли і води), додають інші інгредієнти, наприклад, шпинат, спеції, томати і т.д.

Паста — це основний елемент так званої середземноморської дієти, італійського раціону харчування. Вона забезпечує організм складними вуглеводами, які є «паливом» для нього. Паста доволі поживна (цьому вона має завдячувати вмісту в ній крохмалю), але, на жаль, часто доводиться чути скарги, що паста повнить. Повнить не паста, а її кількість, і також соуси, з якими її подають. Паста корисна при будь-якому режимі харчування, вона допомагає контролювати рівень цукру в крові у хворих на діабет (італійські дієтологи наполягають на цьому факті). Зазвичай люди, які хочуть схуднути, прибирають зі свого раціону пасту і хліб, але це неправильно. Адже найкращі дієти — це не ті, які змушують нас весь час відчувати голод, а ті, які містять низькокалорійну їжу, що дає нам змогу відчувати ситість. Тому невелика порція пасти, заправленої овочевим соусом, не принесе нічого, крім користі. Правильна порція пасти — це 70-80 гр., а ідеальна заправка — ложка оливкової олії і 2 ложки тертого пармезану. Така порція містить всього 420 калорій, а зважаючи на те, що зараз можна купити пасту з цільнозернового борошна (яка є тільки смачнішою), кількість калорій в порції знижується до 400. Порція смачної пасти піднімає настрій і долає почуття втоми. Вона є еліксиром довголіття і рятує від захворювань серця. Для здорового життя 55% калорій організм повинен отримувати саме зі складних вуглеводів, тому італійські дієтологи радять в тиждень їсти до 8 порцій (по 80 гр.) пасти. Крім усього іншого, паста містить необхідну кількість мінеральних солей, калію, фосфору, кальцію і декількох вітамінів групи B, а також триптофан, з якого організм створює серотонін, що захищає від депресії. Паста з цільнозернового борошна регулює роботу кишечника і рівень холестерину та цукру в крові.

З овочевими соусами, наприклад, з броколі, баклажанів, цукіні, помідорів і базиліку, паста стає повноцінною, збалансованою стравою, а в поєднанні з овочами і м'ясом (або рибкою), може замінити собою першу і другу страву разом.

Як же правильно вибрати пасту в магазині?

По-перше, потрібно завжди шукати на упаковці знак 100% grano italiano, тобто 100% італійського зерна, а не імпортованого з-за кордону. Італійське зерно вирощують без використання синтетичних добрив і шкідливих для здоров'я пестицидів, воно не модифіковане генетично. І, звичайно, на пачці справжньої пасти повинен бути присутній напис semola di grano duro.

Другий показник якості — напис *trafilata a bronzo*. Тут йдеться про витяжні штампи для отримання різноманітних форм пасти, які можуть бути зі вставками з бронзи або тефлону. У першому випадку виходить традиційна паста, більш шорстка, яка добре вбирає соус, в другому випадку паста виходить більш гладкою, і різниця між двома способами більш, ніж відчутна. Штампи з бронзи — це дуже старовинні інструменти, але нічого кращого не винайдено і до сьогодні.

І найголовніше! Хороша паста — це та паста, яка апетитна і без заправки, сама по собі, свіжозварена, *in bianco*, як то кажуть. Вона має свій власний відчутний і насичений смак зерна, а не є лише базою для соусів, без яких вона не цікава, не спокуслива і не самодостатня.





RETRO GUSTO

СФОЛЬЯ

ЯК ПРИГОТУВАТИ ТІСТО ДЛЯ ПАСТИ



ЗАХОПЛЕННЯ КУЛІНАРІЄЮ — ЦЕ ПРИРОДНЯ ПОТРЕБА БУДЬ-ЯКОГО ДОПИТЛИВОГО РОЗУМУ, ЯКИЙ ОПИНАЄТЬСЯ В КРАЇНІ, ЩО Є СПРАВЖНІМ ГАСТРОНОМІЧНИМ РАЄМ — ІТАЛІЇ, ЗЕМЛІ ГУРМАНІВ. А ЯКИЙ ГУРМАН НЕ ВМІЄ ГОТУВАТИ ТІСТО ДЛЯ ПАСТИ? ЯКЩО ВИ ДОСІ КУПУЄТЕ СУХІ МАКАРОНИ — НЕ ЧИТАЙТЕ ДАЛІ. БО ВАРТО ВАМ СПРОБУВАТИ — ВИ БІЛЬШЕ НЕ ЗАХОЧЕТЕ ХОДИТИ В МАГАЗИН, ЩО ПРИЗВЕДЕ ДО ПАДІННЯ ПОПИТУ НА МАКАРОНИ. А НАВІЩО НАМ ПОЗБАВЛЯТИ ЛЮДЕЙ ЗАРОБІТКУ?

Класична сфолья не вимагає ніяких інших інгредієнтів, крім муки та яєць, але хтось радить додавати в тісто при замісі оливкову олію і сіль з розрахунку 1 ч.л. олії на 2 яйця і 1 щіпка солі на 1 яйце.

1. Підготуємо всі інгредієнти. Насипаємо муку на робочу поверхню гіркою.

2. Поміщаємо руку в центр гірки, розгрібаємо муку в сторони і робимо "кратер" (як називають це італійці) або (українською) "криницю" так, щоб в центрі стало видно робочу поверхню. Вийде так званий фонтан. Чим ширшу ми зробимо "криницю", тим легше нам буде працювати з мукою і замішувати тісто.

3. Розбиваємо яйця безпосередньо в "криницю". Часто в італійських рецептах радять розбивати яйця спочатку в мисочку, щоб уникнути випадкового попадання скорлупи в тісто, а потім перелити їх в "криницю". Хороша порада для початківців.

4. Починаємо збивати яйця вилкою, потроху підмішуючи муку, поки не утворяться великі пластівці. За бажанням можна допогти собі скребком.

5. Як тільки утворилися пластівці, а яйця уже не розтікаються, відкладаємо вилку і починаємо замішувати тісто пальцями.

6. Поступово підключаємо всю долоню, періодично збираючи муку скребком. Мука, насипана гіркою, і процес замішування, описаний вище, дозволяють використати саме стільки муки, скільки потрібно для отримання еластичного, слухняного тіста. Надлишок муки залишається на робочій поверхні. Якщо ж муки виявиться мало, її завжди можна додати. Надлишок муки, а також залишки замісу, які не ввійшли в тісто, потрібно зібрати скребком і забрати. Не шкодуємо ці залишки! Їх ні в якому разі не можна підмішувати в готове тісто, тому що вони відразу зіпсують його структуру.

7. Вимиваємо руки. З рук потрібно забрати все тісто, яке прилипло, тому що засохлі часточки можуть на наступному етапі порвати сфолью.

8. Продовжуємо вимішувати тісто на чистій робочій поверхні чистими руками. Працюємо всією долонею, рухаючись від зап'ястя. Тісто при замісі не перевертаємо, але повертаємо його за часовою стрілкою кожного разу на четверть кола. Замішуємо протягом 15 хвилин. Тісто повинне стати однорідним, гладким, але не жорстким. При натисканні на готове тісто пальцем повинна утворитися вм'ятинка, яка зникне через кілька секунд.

9. Залишаємо тісто "відпочити" мінімум на 30 хвилин. Його можна загорнути в плівку або накрити мискою. Найголовніше, щоб воно не сохло. Після "відпочинку" тісто стане більш еластичним і слухняним.

10. Через 30 хвилин переносимо тісто на робочу поверхню, присипану мукою. Починаємо розкатувати його скалкою від центру в сторони. Повертаємо тісто за часовою стрілкою і продовжуємо розкатувати таким же чином. Сфолью в процесі розкатки обов'язково потрібно перевертати. Коли вона стане надто великою для того, щоб її перевернути самостійно, можна накрутити її на скалку. За необхідності додатково присипаємо робочу поверхню мукою — сфолья ні в якому разі не повинна до неї прилипати. Готова сфолья буде майже прозорою. Місцеві господарки говорять, що вона повинна бути настільки тонкою, що крізь неї можна було б прочитати заголовки газети, підложеної знизу.

Не забуваємо, що замішувати тісто потрібно в хорошому настрої, тому що ми передаємо йому свою енергетику.



Я люблю поїсти, але я люблю здорову їжу. Я люблю пасту. Я люблю крохмаль. Всім, чим я є, я завдячую спагеті!

— Софі Лорен



СПАГЕТІ АЛЛА КАРБОНАРА

RETRO GUSTO / РЕЦЕПТИ



Більшість істориків італійської кухні сходяться на думці, що паста алла карбонара народилася в Аbruццо і своєю назвою зобов'язана вугільникам – людям, які йшли на довгий час в ліси заготовлювати деревне вугілля (італ. *carbone*) і вели майже самотній спосіб життя. У кожного відчайдушного самотника не могло не бути в запасі копченої солонини (зазвичай це свинячі щоки, грудинка, сало) та овечого сиру. Звідтіля і з'явилася друга за популярністю у світі (після болоньєзе) паста алла карбонара.

ІНГРЕДІЄНТИ:

- ✦ Паста – 300 гр.
- ✦ Чорний перець
- ✦ Яєчний жовток – 4 шт.
- ✦ Пармезан – 100 гр.
- ✦ Панчета/сало – 200 гр.

Карбонара

В оригінальному (якщо можна так назвати) рецепті використовується панчета або інші копчення, але можна використовувати й бекон (на американський манер).

Нарізаємо м'ясо на шматочки в сантиметр-півтора шириною. Знову ж таки, все індивідуально – любите побільше/дрібніше – сміливо робіть так. Розігріваємо оливкову олію на сковорідці і відправляємо м'ясо обсмажуватися. Солити тут не потрібно, оскільки копчення самі по собі досить солоні.

У цей же час ставимо варитися пасту. Для карбонари найкраще підходять довгі види (фетучіні, тальятеле, спагеті, лінгвіні та інші). Якщо немає таких – можна замінити й іншими – як кому подобається.

Поки м'ясо обсмажується, а паста вариться, займемося власне соусом карбонара. Для цього з'єднаємо разом жовтки, тертий сир твердих сортів (пармезан, пекоріно), перець і все ретельно перемішаємо. Існує легенда, що вище згадані вугільники так сильно перчили пасту, ніби це був вугільний пил, який покривав страву повністю. Їх можна зрозуміти, перець тут дійсно не просто спеція, а важливий інгредієнт. Одне зауваження – багато зараз не уявляють карбонару без вершків – 50 мл. на порцію буде цілком достатньо. Але ми все ж рекомендуємо починати з класики.

Готову пасту перекладаємо в сковорідку з м'ясом, добре перемішуємо і обов'язково (ОБОВ'ЯЗКОВО) знімаємо з вогню. Тільки після цього заливаємо яєчною сумішшю і перемішуємо. Якщо з плити не забрати – яйця почнуть згортатися, перетворюючись в омлет – нам цього не потрібно. Розкладаємо по тарілках і щедро посипаємо тертим сиром і перцем.

До речі, є ще більш божевільна версія, що коли яєць і м'яса під рукою не було, карбонару готували просто з великою кількістю сиру і перцю. Можемо сміливо сказати, що навіть в такому вигляді (за умови хороших інгредієнтів) буде дуже смачно. Соус же виходить кремовий, трохи в'язкий з яскравим жовтковим ароматом. Без сумніву, до нього добре йде паста саме на яйцях. Смачного!

CLASSIC

сім'я ресторанів



В оновленому трьохповерховому закладі, що в самому центрі Ковеля, вдалося поєднати відпочинок на будь-який смак. Піцерія Classic пропонує ароматну піцу з різними начинками, свіжу пасту «Фреску» власного виробництва з твердих сортів пшениці, різні салати з сезонними пропозиціями, суші та десерти. У нас завжди свіжі та якісні продукти за демократичними цінами.

Для любителів кальяну — окремий лаунж-зал з особливою димною атмосферою. Якщо бажаєте не нудьгувати, а весело провести час — запрошуємо на боулінг. Любите свіже повітря? Вам сподобається на наших затишних літніх терасах! Для ваших малюків теж буде чим зайнятися в просторій дитячій кімнаті, а за бажанням можете й весело відсвяткувати дитяче день народження.

м. Ковель, вул. Міцкевича, 14
Години роботи: 11:00 - 24:00
Телефон: +38 (099) 075-12-22



КОМФОРТ ТА ВІДПОЧИНОК НА БУДЬ-ЯКИЙ СМАК

м. Ковель, вул. Володимирська, 87
+38 (099) 075 15 77



Паста фреска - свіжа паста, яку ми виготовляємо повністю вручну. За основу використовуємо тверді сорти пшениці. Щоб паста завжди була свіжою та зберігала усі корисні властивості, ми готуємо її виключно сьогодні на сьогодні.

м. Ковель, вул. Володимирська, 87
Години роботи: 11:00 - 24:00
Телефон: +38 (099) 075-15-77

ТАЛЬЯТЕЛЕ

або як і чим нарізати сфолью



В ІТАЛІЇ НАЙПОШИРЕНИШИМ ТИПОМ ДОМАШНЬОЇ ПАСТИ, ПРИГОТОВЛЕНОЇ З РОЗКАТАНОЇ СФОЛІ, Є ТАЛЬЯТЕЛЕ.

Спосіб приготування тальятеле простий: тонко розкатати сфолью і нарізати її на довгі смужки (назва "тальятеле" походить від дієслова tagliare (тальяре), що означає "різати"). Але для кожного виду пасты існує свій стандарт, і це дуже серйозно.

У 1972 році так зване "Братство Тортеліні" (група захоплених гурманів і кулінарів) спільно з Італійською кулінарною академією помістило на зберігання в Торгову Палату єдино вірний рецепт тальятеле з точною вказівкою їхньої ширини: 7 мм. в сирому і 8 мм. у вареному вигляді. Традиційно тальятеле подають з м'ясним соусом рагу.



ОТОЖ, ВЧИМОСЯ НАРІЗАТИ ТАЛЬЯТЕЛЕ

Готуємо сфолью з яєць і борошна (ви ж уже вмієте). Розкату сфолью залишаємо підсохнути на робочій поверхні. Підсушувати не менше 30 хвилин, але цей процес залежить від ваших кліматичних умов і використаної муки, тому може затягнутися й до години. Готова для нарізки сфолья повинна бути на дотик суха і нелипка. Якщо ви погано її підсушили, тальятеле злипнуться, коли ви складете сфолью для нарізки, і вже нічого не можна буде зробити, щоб виправити ситуацію.

Тепер сфолью можна перетворювати в тальятеле. Для цього її потрібно злегка припудрити борошном і скласти кілька разів. Можна загорнути сфолью з одного боку (на зразок рулету), а можна складати з двох сторін до центру. Без сумніву, другий варіант зручніший. Ножом ріжемо складену сфолью на смужки по 7 мм. Потім потрібно підчепити тупим боком ножа по центру і різко підняти ніж верх.

Якщо ви все правильно зробили (досить тонко розкатали сфолью, дали їй добре висохнути), тальятеле самі розкриються і повиснуть на ножі. Зніміть їх з ножа впевненим рухом і закрутіть в «гніздечко». Помістіть на лляний рушник або на картонний піднос. Пластик не підходить, тому що те, на що ви розкладаєте тальятеле, має вбирати вологу і додатково підсушувати їх, щоб вони не склеїлись.

Тальятеле краще варити відразу в підсоленій воді хвилини 2 (свіжа паста швидко вариться). Можна залишити їх до вечора.

Є ще кілька пристосувань, які використовуються для нарізування сфольї на смужки. Існує спеціальна скалка, а також різні коліщатка, із зубчиками і без, по одному і по багато коліщаток за раз. При використанні таких пристосувань сфолью не потрібно згортати, а можна розкатати, підсушити злегка і нарізати. Бажаємо терпіння та наснаги!

РІЗНОБАРВНА ПАСТА

Як красиво і смачно експериментувати з кольорами



Тепер, коли ви вже навчилися робити класичну сфолью з борошна та яєць, настав час поговорити про її варіанти, а саме про її забарвлення. Адже за допомогою овочів, спецій та інших добавок сфолью можна забарвити і надати їй різних відтінків.

Кольорова паста радує око та урізноманітнює нашу страву, додаючи аромат інгредієнта, використаного для її фарбування. Саме для того, щоб не перекрити цей аромат, з подібною пастою радять подавати найпростіші соуси, що не заб'ють її смак, а доповнять його.

Працюючи з кольоровим тістом, потрібно мати на увазі, що при додаванні забарвлюючого інгредієнта, консистенція тіста змінюється. У випадку з овочами, які містять рідину, потрібно уважно ставитися до способу їх термічної обробки. Найкращим варіантом вважається запікати такі овочі, як гарбуз, морква і буряк, в духовці, що так само дозволяє зберегти їх поживну цінність. Але, що найголовніше, їхній смак і колір залишаються при цьому найбільш насиченими. Потім, для отримання рівномірного кольору пасті, овочі перетворюють в пюре, і готове пюре протирають через сито.

Шпинат найкраще помити і потушувати на сковорідці мокрим, не додаючи додаткової води. Мангольд правильніше відварити на пару. Можна використовувати кропиву й огіркову траву, але потрібно пам'ятати, що вони надають специфічний смак пасті. У будь-якому випадку всі листові овочі після варіння слід ретельно обсушити і тільки потім перетворювати в пюре і протирати.



Таким чином виходить овочевий барвник, кількість якого можна збільшити за бажанням, відступивши від схеми, зазначеної нижче, щоб домогтися більш або менш насиченого кольору.

Але все ж слід пам'ятати, що найбільш насичений колір пасті надають буряк і шпинат.

При замісі кольорового тіста за основу ми беремо рецепт класичної сфольї з борошна та яєць. Ми пам'ятаємо, що приблизно на 100 гр. борошна йде 1 яйце, але так само не забуваємо, що не всі яйця однакові. Для кольорової пасті розрахунок наступний: при 200 гр. борошна залишаємо одне яйце, а друге замінюємо 60 гр. отриманого овочевого барвника.

А тепер невеличкі підказки:

для зеленої пасти — шпинат, мангольд, кропива, огіркова трава;

для помаранчевої пасти — морква, гарбуз;

для червоної пасти — томатна паста;

для рожевої пасти — буряк;

для жовтої пасти — куркума, шафран;

для коричневої пасти — гірке какао;

для чорної пасти — чорнило каракатиці.



ОВОЧЕВА ЛАЗАНЬЯ

RETRO GUSTO / РЕЦЕПТИ



Лазанья (італ. *lasagne*) – макаронний виріб у формі плоского квадрата або прямокутника, а також традиційна страва італійської кухні, особливо міста Болонья, приготовлена з цього виробу, упереміш із шарами начинки, залитих соусом (зазвичай, бешамель). Шари начинки можуть бути, зокрема, з м'ясного рагу або фаршу, помідорів, шпинату, інших овочів, сиру пармезан. Лазанья – це своєрідний конструктор на основі листів пасти. Варто всього лише освоїти базовий принцип, а потім можна експериментувати зі смаками, шарами, соусами, навіть висотою готових шматочків.

ІНГРЕДІЄНТИ:

- ◆ Листи лазаньї – 6 шт.
- ◆ Солодкий перець – 1 шт.
- ◆ Цибуля – 1 шт.
- ◆ Цукіні – 1 шт.
- ◆ Густий томатний соус – 300 гр.
- ◆ Моцарела – 100 гр.
- ◆ Базилік – 4 листочки

Лазанья

Всі овочі ріжемо дуже дрібно (5 мм.). Це важливо, тому що так вони приготуються швидше, втративши менше смакових і корисних властивостей, а також лазанья буде міцніша.

Розігріваємо на сковорідці оливкову олію. Коли вона нагріється, відправляємо в сковорідку цибулю і обсмажуємо хвилин 5. Кухня майже відразу наповниться характерним запахом оливкової олії, а ще завдяки їй всі вітаміни, які овочі віддали нам, засвоються краще і швидше.

До цибулі додаємо перець, добре перемішуємо і обсмажуємо ще хвилини 3. В кінці додаємо цукіні. Обсмажуємо хвилин 5. Поки досмажуються овочі, натремо 100 грамів моцарели.

Тепер найцікавіший творчий процес – формування. Найкраще підходять прямокутні та квадратні форми, керамічні і скляні виглядають добре ще й тому, що страву можна подавати на стіл відразу у формі.

Змастіть тонким шаром томатного соусу дно форми. Викладіть перший шар листів пасти. Попередньо листи не відварюємо. Є всього два важливих правила: кожен шар повинен бути щільно накритий листами (для цього можна відламувати потрібні шматочки, щоб закрити всі діри); всі шари листів повинні розкладатися по-різному (це потрібно для того, щоб лазанья не розвалювалася), іншими словами, якщо в одному шарі листи лежать горизонтально, то наступний викладаємо вертикально.

Зверху на листи знову наносимо томатний соус, розкладаємо обсмажені овочі і посипаємо щедро шаром сиру. Потім новий шар листів і начинки. В ролі соусів можна використовувати томатні, бешамель, вершкові і т.д., все на ваш смак. Можна брати рікоту. Фінальний шар не варто повністю закривати сиром, щоб в готовій страві видно було шматочки овочів та соус. Радимо зверху посипати листочками базиліку, він значно посилює ароматність страв.

Випікаємо в духовці при 180 градусах 40-50 хвилин. За цей час всі шари добре з'єднуються, листи пасти стануть м'якими і просочаться смаком інгредієнтів.

Готовій лазаньї дамо постояти хвилин 10, щоб сир схопився і скріпив її. Подавати можна квадратиками, вирізаними з форми, а можна їсти ложками відразу з форми. Ще раз наголосимо – сміливо додавайте шари з фаршу, рікоти, шпинату, шматочків курки і т.д.

The image shows the interior of a cafe named 'Patio di Fiori'. The bar is constructed from a variety of vintage suitcases in different colors like green, brown, and black. A vase of colorful flowers sits on the bar. The background wall is dark with vertical wooden slats and warm lighting. The floor is made of light-colored wood.

Patio di Fiori

Чекаємо Вас в Patio di Fiori
за адресою
м. Луцьк, вулиця Кравчука, 13



ПЕРШИЙ РЕСТОРАН ВИСОКОЇ КУХНІ У ЛУЦЬКУ.

МЕНЮ В ПОЄДНАННІ З КРАЦЮЮ КОЛЕКЦІЄЮ ВИН ІТАЛІЇ, ФРАНЦІЇ, ІСПАНІЇ ТА НОВОГО СВІТУ ЗАЛИШИТЬ НЕЗАБУТНЄ ВРАЖЕННЯ.

ВСЕ ЗРОБЛЕНО СПЕЦІАЛЬНО ДЛЯ ТОГО, ЩОБ ЗАДОВОЛЬНИТИ БУДЬ-ЯКІ ВАШІ ОЧІКУВАННЯ НЕЗАЛЕЖНО ВІД ТОГО, ЧИ ВИ ЗАЗИРНУЛИ, ЩОБ ПЕРЕКУСИТИ, АБО Ж ПРОВЕСТИ ВЕЧІР ІЗ ДРУЗЬЯМИ ЧИ КОХАНИМИ.

ДЛЯ ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ ТІЛЬКИ НАЙКРАЦІ ПРОДУКТИ, З ЯКИХ МИ ГОТУЄМО ДЛЯ ВАС ВСЕ — ВІД ХЛІБА ТА ПАСТИ ВЛАСНОГО ПРИГОТУВАННЯ ДО ДЕСЕРТІВ, ЯКІ ТАНУТЬ У РОТІ.

ПАРМЕЗАН

Італійський "король сирів"



Пармезан (оригінальна назва "Парміджано-Реджано", італ. "Parmigiano-Reggiano") — італійський твердий сир довгого дозрівання, виготовлений з коров'ячого молока.

Свою назву сир отримав від найменування двох основних регіонів, де його виробляють: Парма і Реджо-Емілія. Слово «пармезан» є французьким варіантом італійської назви, саме воно і набуло поширення в усьому світі.

Жоден інший сир не користується такою популярністю в країні любителів пасты, піци та вина. Але різний за зрілістю пармезан і вживають по-різному.

Однорічний Parmigiano-Reggiano — чудова закуска до молодого вина, свіжих фруктів або овочів.

Сир з витримкою до 2-х років зазвичай додають в салати з овочів або фруктів, а також в овочеві страви.

Зрілий пармезан від 24 до 36 місяців особливо вишуканий з витриманим червоним сухим вином.

Безпрограшним варіантом є подача нарізаних пластин пармезану, приправлених невеликою кількістю бальзамічного оцту.

Пармезан додають у величезну кількість рецептів, до того ж для різних страв вибирають різний за зрілістю сир.

У тертому вигляді з ним запікають овочі, готують ризото і піцу. З колотими шматками подають свіжі та сушені фрукти, а також варення з ягід і навіть цибулі, помідорів чи гарбуза. Перед подачею рекомендується завчасно витягнути пармезан з холодильника на кілька годин, але залишити в упаковці.

Але все ж головний супутник пармезану — це паста. «Паста без парміджано, що жінка без носа» — стверджує старе італійське прислів'я.

Пармезан додають майже в усі рецепти, в яких використовуються макарони. Винятком є страви та соуси з рибою та морепродуктами. У стравах, де сир плавиться і змішується з іншими інгредієнтами, не обов'язково використовувати витриманий пармезан, підійде і відносно дешевий однорічний сир. У вже готові страви, де не передбачається розплавлення сиру, додають дорожчий і зрілий сир віком від двох років.

До речі, у пармезана є ще один нюанс. При плавленні він не тягнеться нитками, як напівтверді і м'які сири. В італійських ресторанах можна зустріти цікаве приготування і подачу пасти з пармезаном. Макарони обвалюють прямо в голівці сиру, зробивши в ньому отвір зверху і попередньо термічно обробивши. Так паста повністю покривається рівним шаром сиру.

Ціна за кілограм Parmigiano-Reggiano від 5 до 40 євро.



ПРО СОУСИ

"ТРИ МУШКЕТЕРИ" ІТАЛІЙСЬКОЇ ПАСТИ

СОУС "ПЕСТО"



Соус песто (іт. pesto від дієсл. pestare — розтирати, товкти, подрібнювати) — соус із базиліку та оливкової олії з додаванням кедрових горіхів, часнику, морської солі і твердого сиру, традиційний продукт регіону Лігурія (північний захід Італії). Згідно з традиціями лігурійський або pesto genovese готується у мармуровій ступці: всі інгредієнти розтирають дерев'яним товкачем (звідси і назва).

Існує думка істориків, що соус винайдений для того, щоб заготовляти про запас базилік, якого є в надлишку на лігурійському узбережжі.

Інша версія свідчить, що соус придумали випадково. Базилік (від лат. *osimum basilicum* — «царський аромат; аромат, гідний царів»), який завезли з Малої Азії, використовувався в медицині як протиотрута і як засіб від укусів кліщів. Селяни робили з суміші базиліку і оливкової олії мазь від екземи для моряків. І один з них випадково пролив суміш тертого базиліку та олії на шматок хліба, спробував ... і відтоді базилік зайняв своє місце в кухні Лігурії.

Перше документальне свідчення про приготування такого соусу відносять до 1865 року, але цей соус знали і готували ще в Середні віки. Моряки намазували песто на коржі (focasse), які і сьогодні лежать на столах італійців.

Часник — 3-4 зубчики

Базилік — 1 пучок

Кедрові горішки — 40 гр.

Оливкова олія — 100 мл.

Пармезан — 70 гр.

Морська сіль — щіпка

Робиться соус в кам'яній ступці, але блендер може прекрасно її замінити. У чашу наливаємо оливкову олію, кидаємо базилік, часник, кедрові горішки і тертий пармезан. Все потрібно добре перемолоти в однорідну густу масу.

Консистенцію дивимось самі і регулюємо інгредієнтами. Тому відразу все не кидаємо. Використовують песто з пастою або як маринад для м'яса і риби, до сендвічей. Смак повинен бути пікантним, з гоструватими нотками часнику та базиліку. Смачного!

СОУС "АЛЬФРЕДО"



Цей соус був винайдений випадково (як і всі геніальні речі). Римський ресторатор приготував дружині, яка зовсім втратила апетит після народження сина, пасту із вершкового масла та натертого сиру, який він взяв із центру сирної головки (там він найніжніший). Дружина та гості були в захваті. Відтоді слава про цей соус поширилась по всьому Риму, а потім і по всьому світу. Ось на що здатні закохані чоловіки...

Петрушка — 2-3 гілочки
Блакитний сир — 50-100 гр.
Вершкове масло — 50 гр.
Вершки 20% — 200 мл.

Дрібно нарізаємо петрушку та блакитний сир.

На гарячій сковорідці розтоплюємо вершкове масло. Як тільки воно все розплавилось — вливаємо вершки. Перемішуємо постійно, поки соус не почне густіти. Додаємо сіль і перець за смаком.

Коли соус починає схоплюватися, але все ще рідкий, додаємо сир і петрушку. Знову перемішуємо. Консистенція повинна бути такою, щоб, провівши лопаткою, можна було залишити слід.

СОУС "БЕШАМЕЛЬ"



Соус отримав власну назву від прізвища гофмейстера маркіза Луї де Бешамель (Béchamel). Саме для нього уперше був приготований соус, щоб здивувати його смакові уподобання. Тому часто маркіза несправедливо згадують як винахідника цього соусу.

У той же час ім'я кухаря, який винайшов соус бешамель, залишилося невідомим. Згідно з поширеною легендою народився соус бешамель випадково: кухар маркіза вирішив додати трохи вершків у звичайний густий білий соус Veloute («велюте» або «парізьєн»). Відтоді, ось уже декілька століть, соус бешамель користується популярністю в усьому світі.

Масло — 25 гр.
Мука — 25 гр.
Молоко — 300 гр.
Сир — 30 гр.

В сотейник з товстим дном кладемо кубик масла і борошно (по 25 грамів). Нагріваємо на сильному вогні, помішуючи лопаткою.

Коли маса почне трохи схоплюватися, вливаємо 100 грамів молока і відразу ж помішуємо віничком. Робити потрібно це постійно, щоб позбутися грудочок.

Як тільки соус схопився, вливаємо ще 100 грамів молока. Знову постійно помішуємо віничком, ніби збиваючи масу. Як тільки соус знову почав густіти — вливаємо третю порцію молока (100 гр). Перемішуємо віничком до тих пір, поки соус не буде впевнено покривати тильну сторону ложки. Пам'ятайте, що, охолоджуючись, соус буде густішати, тому знімати з плити потрібно трохи рідкіший соус, ніж ви хочете бачити в пасті.

Особливі естети можуть додати третій пармезан або шматочки Дор Блю. Соус вийде об'ємніший і харизматичніший.

A top-down view of numerous square-shaped ravioli with a decorative, wavy-edged border. The ravioli are a pale yellow color, suggesting a pumpkin or squash filling. They are scattered across a dark, textured surface. A sprig of fresh green parsley is placed in the upper right corner, partially overlapping the ravioli. The text is centered over the top half of the image.

РАВІОЛІ З
ГАРБУЗОМ І
ГОРОШКОМ У
ТОМАТНОМУ
СОУСІ

RETRO GUSTO / РЕЦЕПТИ



Квадратні равіолі з макаронного тіста дуже схожі на українські пельмені з різними начинками (або дуже дрібно перемеленими, або порізними маленькими шматочками). Їхня назва перекладається як «маленька ріпка».

ІНГРЕДІЄНТИ:

- ♦ Гарбуз – 200 гр.
- ♦ Цибуля – 1 шт.
- ♦ Горошок – 50 гр.
- ♦ Тісто для пасти – 300 гр.
- ♦ Помідор – 1 шт.

Равіолі

Спочатку підготуємо начинку. Очищаємо гарбуз, ложкою виймаємо насіння і нарізаємо кубиком. Розмір тут абсолютно не має значення, але чим дрібніші будуть шматочки, тим швидше начинка приготується. Дрібно ріжемо цибулю.

У сотейнику обсмажуємо цибулю до прозорості, додаємо гарбуз і горошок (заморожений або свіжий). Обсмажуємо до готовності гарбуза. Він повинен добре розминатися виделкою. Блендером або вилкою робимо масу однорідною.

Поки начинка буде остигати, ми підготуємо тісто. Тут все дуже просто – беріть невеликі шматочки тіста і розкатуйте по черзі, змінюючи напрям і перевертаючи лист. Тобто провели качалкою раз від себе, перевернули лист на іншу сторону і на 90 градусів, і повторюєте те ж саме. У такий спосіб ми отримуємо квадратну форму. Товщина листа 2-3 мм., не більше! Зайве підрізаємо ножом або спеціальним пристосуванням для тіста. Нам потрібно отримати листи з висотою 8-9 см.

Коли лист готовий, змащуємо водою один край (це допоможе зліпити тісто). Викладаємо начинку (приблизно по 1 чайній ложці) на відстані двох пальців ближче до мокрого краю. Накриваємо зверху листом. Дуже важливо випустити все можливе повітря. Для цього спочатку зліплюємо бокові шви, трохи видавлюючи повітря до краю, а потім і передні, натискаючи пальцями від начинки до краю.

Надлишки також відрізаємо. Нам же важливий не тільки смак, але і зовнішній вигляд страви. Тому підрізаємо надлишки спеціальним ножом. Якщо його немає, відрізаємо звичайним, а потім краї продавлюємо вилочкою, щоб отримати характерний візерунок.

Даємо равіолі трошки відпочити, хвилин 5. Ставимо підсолену воду на плиту і варимо равіолі хвилини 3-5 до готовності тіста. Тут все залежить від того, якої товщини тісто ви зробили.

Соус у нас простий. Розтоплюємо масло, обсмажуємо дрібно порізані помідори, і потім додаємо готові равіолі. Дві-три хвилини і все готово. Масло дасть вершковий смак, а також равіолі будуть красиво блищати. Помідори ж своєю кислуватістю злегка відтінять солодкий смак гарбуза.

Хто б що не говорив, але равіолі – це не пельмені і не вареники. Зовсім інший смак, інші начинки, інша філософія. Спробуйте!



"ФЕЛІЧИТА"

pizza e cucina

ГРАНД ПЕРСОНА



felixita

PIZZA E CUCINA



ІТАЛІЙСЬКА КУХНЯ

ПР. ВОЛІ, 11 - ТЕЛ: +38 067 332 33 65
ПР. СОБОРНОСТІ, 11 - ТЕЛ: +38 067 332 65 35
ВУЛ. СТІЛЕЦЬКА, 11 - ТЕЛ: +38 067 332 71 56
ВУЛ. ВИННИЧЕНКА, 2 - ТЕЛ: +38 067 874 44 22
ВУЛ. ІВАНА ФРАНКА, 3 - ТЕЛ: +38 067 334 22 12

АНДРЕА ГАЦЦАНІ

ШЕФ-КУХАР ІЗ ВЕРОНИ, ЯКИЙ ЗНАЄ, В ЧОМУ СЕКРЕТ УСПІХУ
ІТАЛІЙСЬКОЇ КУХНІ



АНДРЕА ГАЦЦАНІ:

"Приклад є
найкращою
формою навчання"

НАЙБІЛЬШЕ У ЦЬОМУ МОЛОДОМУ
ХЛОПЦЕВІ ВРАЖАЄ ТЕ, З ЯКИМ
БЛИСКОМ В ОЧАХ АНДРЕА ПРО ВСЕ
РОЗПОВІДАЄ. САМЕ ПРО ТАКИХ,
ЗАХОПЛЕНИХ СВОЄЮ РОБОТОЮ
ЛЮДЕЙ, ВАРТО ГОВОРИТИ.

Як ти вважаєш, у чому полягає секрет
світового успіху італійської кухні?

Безумовно, однією з причин успіху
італійської кухні є те, що в повоєнний час
багато моїх співвітчизників переїжджали
жити за кордон, і дуже часто вони
відкривали там свої ресторани, таким
чином, знайомлячи світ з нашими
кулінарними традиціями. Це мало великий
успіх.

Я вважаю, що різноманіття і простота
нашої кухні, яка насправді дуже бідна, і
вміння підкреслити смак продуктів без
використання спецій, зіграли свою роль
у світовому успіху італійської кухні.

Крім того, італійська кухня подобається
багатьом, тому що ми використовуємо
мінімум спецій і трав, навіть малюкам
подобаються наші страви. До того ж
вона не дуже дорога, якщо ми говоримо
про вартість інгредієнтів.



“Італія - це не країна, а відчуття.”

Італійська кухня – це тільки піца і паста? Чи є якісь інші страви?

(Сміється). Я повинен сказати, що звик до цього широко поширеного у всьому світі стереотипу про італійську кухню. Проблема полягає в тому, що багато італійських ресторанів за кордоном дуже часто пропонують у своєму меню тільки пасту і піцу. На щастя, італійська кухня багата й іншими стравами, основу яких складають риба, м'ясо, овочі, приготовані тисячами різних способів.

Одне із найактуальніших питань останніх років – це здоровий спосіб життя. Чи є в Італії так звані wellness-ресторани і бари, де готують їжу для тих, хто стежить за своїм здоров'ям і дотримується дієти? Чи є послуги з доставки такої їжі, чи в Італії цей напрям не користується популярністю? І чому в Італії так мало страв з овочів?

В Італії існує безліч страв, основу яких складають овочі. Я б міг перерахувати дуже багато, але, думаю, що найбільш знаменита страва – це Парміджано (запечені в духовці баклажани з помідорами і моцарелою).

Багато людей дотримуються дієти, яка може бути правильною або неправильною. Якщо ви маєте на увазі дієти wellness, то я можу відповісти вам з 100% впевненістю, що в Італії є ресторани і кафе, які спеціалізуються на приготуванні саме таких страв. У ресторані, де працюю я, ми готуємо страви, збалансовані за рівнем калорій.

Я вважаю, що потрібно дотримуватись тієї дієти, яка включає багато різноманітних інгредієнтів, але також не забувати про здорову фізичну активність.

Take away в Італії набув найбільшого поширення у великих містах, наприклад, в Мілані та Римі, але в більшості своїй на культурному рівні ми не любимо страви, які були приготовлені заздалегідь і потім розігріті.

На що ти порадиш звертати увагу туристам при виборі ресторану в Італії?

Уникайте ресторанів, які пропонують дуже велике меню. Краще обмежений вибір, саме це є синонімом гарної кухні та свіжих продуктів.

Крім цього, вибирайте традиційні страви того регіону, де ви знаходитесь. Отже, перш ніж відправитися в подорож, вивчіть матеріали про те, що з себе представляє кухня цього міста/ регіону. В Італії кожні 3 км. ви виявите міста, які відрізняються від своїх сусідів, і це вас дуже здивує. Ви також повинні розуміти й те, що через кожні 10 метрів ви знайдете різні кухні в одному місті. Це може здивувати вас ще більше. Але у цьому вся Італія.



У ІТАЛІЙЦЯ В
ГОЛОВІ ТІЛЬКИ
ДВІ ДУМКИ;
ДРУГА — ЦЕ
СПАГЕТІ



RETRO GUSTO