

www.appetite.org.ua

Кушать подано!

№1/2(32)
2009

ISSN 1819-8910



4 821819 891063

Возьми! мое сердце!

- вкуснейшее мясо
- аппетитная форель
- готовим с сыром фета
- меню для влюбленных

Больше всего слов, когда-либо произнесенных и написанных великими мира сего, — о любви. Поэтому, пожалуй, очень трудно найти неизбитые фразы, которые смогли бы поведать о переполняющих чувствах... Перестаньте говорить и начните действовать! Способов сказать «люблю» — множество. Один из них — самый вкусный — на сегодняшней обложке (рецепт на стр. 49).

60
РЕЦЕПТОВ
+ 2 РЕСТОРАНА

10 ЧАЙНЫХ
ВАРИАЦИЙ



кушать подано!

№1/2(32) '2009



www.appetite.org.ua

- 4 Новости
- 7 За покупками
Грибное веселье
- 8 Первые блюда
ВАРИСЬ супчик!
- 12 Детское меню
Веселая компания
- 14 Традиционная кухня
Масленица: к теще – на блины
- 20 Продукт месяца
Рыбное место
- 24 Готовим в феврале
Лакомый кусочек
- 28 Сытный обед
Грибная зима
- 31 Простые рецепты
Часть 1. Фасоль
- 35 Мастер-класс
Божественный союз
- 38 Праздничная кухня
Перепелиная охота
- 42 Кулинарная библиотека
Хотим погорячее!
- 49 Рецепт с обложки
Пудинг с йогуртом и малиной
- 50 Своими руками
Яблочный зефир для сластены
- 52 Wellness-меню
Паровая фигура
- 57 Напитки
Бархатный кофе
- 58 Рецепты читателей
Королева стола
- 61 Конкурс
- 63 Посуда
С пылу с жару!
- 64 Техника
Кухонная помощница
- 65 Сервировка
Танец влюбленных
- 66 Кулинарные хитрости
5 способов сделать чай еще вкуснее

ШЕФ-РЕДАКТОР
Светлана Островская

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Татьяна Капелюшная

АРТ-ДИРЕКТОР
Вячеслав Марченко

ДИЗАЙНЕРЫ
Михаил Килеса,
Наталья Недзведская,
Анастасия Леднёва

КОНТРОЛЬНЫЕ РЕДАКТОРЫ
Мария Марченко,
Элеонора Чепинская

ФОТОГРАФ Владимир Хомяков

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ
Татьяна Кожанова, Оксана Корж,
Анна Карвацкая

ОТДЕЛ РЕАЛИЗАЦИИ
Мария Котовская, Ольга Петрусь

Журнал «Кушать подано!», №1/2 (32) 2009
Свидетельство о регистрации КВ №13373-2257/ПР
от 06.11.2007 г.
Подписной индекс 95474
Выходит 12 раз в год. Издаётся с апреля 2006 г.
Учредитель и издатель – ООО «Блиц-Пресс»
Директор – Николай Москаленко

За содержание и достоверность рекламной информации
ответственность несет рекламодатель.
Мнение редакции не всегда совпадает с точкой зрения авторов.
Полная или частичная перепечатка материалов допускается
только с письменного разрешения редакции.
Цветовоеделение и печать – 
Киев, ул. Бориспольская, 15; тел. 425-1254
Цена свободная. Тираж 55 000 экз.

Адрес редакции и издателя: 02140, Киев, ул. Мишуги, 3-в, оф. 19
Телефон редакции: (044) 501-4860, факс: (044) 501-4863
E-mail: office@imedia.org.ua, <http://www.appetite.org.ua>

По вопросам размещения рекламы обращайтесь, пожалуйста,
по телефонам: (044) 501-4860, 501-4861
© «Блиц-Пресс», 2009 г.
Все права защищены.

international **m**edia
ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ



Куриный суп с рисом

На 10 порций:

- 2 л воды
- небольшая куриная тушка
- 300 г вареного риса
- 1 морковь
- 2 ст.л. растительного масла
- 1 луковица
- 1 ст.л. соли
- зелень для украшения

1 Тушку курицы залейте холодной водой, варите в течение часа, затем выньте мясо, отделите

мякоть от костей и нарежьте некрупными кусочками.

2 Лук и морковь нашинкуйте соломкой и спассеруйте на масле.

3 Пассерованные овощи залейте кипящим бульоном, варите 15 минут. В конце приготовления добавьте рис, кусочки курицы и доведите суп до кипения.

4 При подаче посыпьте суп рубленой зеленью.

75
минут

244
ккал

10
порций

По рецепту в суп нужно добавить уже отваренный рис. Это предусмотрено специально для того, чтобы рисовая крупа не варилась в бульоне и он оставался прозрачным.



Веселая компания

В нашей веселой компании собрались две мышки, два ежика, две черепахи, зайчик, поросенок, лягушка-болтушка и крокодил. Маме не составит труда свести всех зверушек вместе: достаточно отварить несколько яиц, запастись овощами и начать готовить смешные поделки с малышом. Ваш ребенок будет в восторге!

Яичные поделки

На 3 порции:

- 6 вареных яиц
- 3 маслины без косточек
- 2 болгарских перца (зеленый и красный)
- 2 моркови
- 1 вареная картофелина
- 1 салатный огурец
- 1 соленый огурец

FOTO.MILLIONMENU.RU

Сыр фета – очень калорийный продукт (жирность более 50%), но кушать его надо прежде всего с удовольствием, не думая о лишних килограммах.

Овощной салат с фетой

На 4 порции:

- 2 огурца
- 8 редисок
- 2 болгарских перца разных цветов
- 30 г корня петрушки
- 200 г сыра фета
- 3 ст.л. йогурта без наполнителя
- рубленая зелень укропа и петрушки (по 1 ст.л.)
- 2 ст.л. кедровых орешков

- соль, красный молотый перец по вкусу

1 Огурцы и редис нарежьте ломтиками, перец – соломкой. Корень петрушки натрите на крупной терке.

2 Овощи смешайте, добавьте сыр фета, зелень, соль, перец и полейте йогуртом.

3 Украсьте салат кедровыми орешками.

15
минут

279
ккал

4
порции

