

## АНАСТАСИЯ ЗУРАБОВА

Журналист, блогер и фуд-фотограф. Кулинарией увлеклась еще в детстве благодаря бабушке и «Книге о вкусной и здоровой пище». Несколько лет назад начала вести кулинарный блог, а летом 2014 года основала первый в России электронный журнал о еде Russian Foodie. В 2016 году в издательстве «Эксмо» вышла ее дебютная книга «Начни с десерта!» с рецептами популярной американской выпечки, которая стала настоящим бестселлером. Появившаяся на прилавках весной 2017 года книга «Выпей меня!» о домашних наливках, настойках и ликерах также была принята читателями крайне благосклонно. Для Анастасии главное в любом блюде – это простота его приготовления и доступность ингредиентов, чтобы оно получалось у всех людей без исключения, вне зависимости от их уровня подготовки и места жительства.

105 000  
подписчиков







АНАСТАСИЯ ЗУРАБОВА

**«В» – значит  
выпечка!**

**Пироги,  
ТОРТЫ,  
БУЛОЧКИ, КЕКСЫ, ХЛЕБ**

**и другая выпечка**



Москва  
2018





Любитель

1-22 F-1.50M 1:4.5 50158252



Посвящается моим детям Мише и Луизе –

моим самым главным помощникам  
и преданным ценителям моего

кулинарного творчества.

Я вас очень люблю!



292.

### Плюшка с маком

Для 10 плюшек общим весом около 800 г: тесто сдобное (по рецепту 290) на 2 стаканах муки, начинка из мака (по рецептам 223, 224), 1 чайная ложка сахарной пудры для обсыпки.

Тесто раскатать в пласт толщиной 4–5 мм и шариков 25–30 см. Покрошить пластом, покрытым мукой, маком, затем свернуть в трубку, нарезать на равные куски. Плюшки выложить на противень, смазанный маслом, и выпекать в духовке при температуре 200–220 °С до готовности. Вынуть плюшки из духовки, посыпать сахарной пудрой.

### Плюшка

290. 200 г муки, 100 г сливочного масла, 100 г сахара, 1 яйцо, 1 чайная ложка разрыхлителя, 1 чайная ложка соли, 1 чайная ложка ванилина, 1 чайная ложка лимонного сока.









## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	СТР. 9
ОСНОВЫ .....	СТР. 12
ХИТРОСТИ И ТРЮКИ .....	СТР. 28
СОУСЫ И НАЧИНКИ ДЛЯ ПИРОГОВ .....	СТР. 39
СЛАДКИЕ ДРОЖЖЕВЫЕ БУЛОЧКИ .....	СТР. 59
НЕСЛАДКИЕ ПИРОГИ И ХЛЕБ .....	СТР. 89
КЕКСЫ И МАФФИНЫ .....	СТР. 113
ТАРТЫ И ГАЛЕТЫ .....	СТР. 145
ТОРТЫ .....	СТР. 167
ЧИЗКЕЙКИ .....	СТР. 187









## ВВЕДЕНИЕ

**Дорогие друзья,**

рада приветствовать вас на страницах моей третьей кулинарной книги, полностью посвященной домашней выпечке. Год после моего литературного дебюта выдался крайне насыщенным на события и встречи, однако мой образ жизни, к счастью, ничуть не изменился и все так же связан с любимым делом. Я с удовольствием провожу много времени на кухне, экспериментируя с новыми вкусами или повторяя уже проверенные сочетания. Совершенствуюсь в фотографии и делюсь результатами съемок с читателями моего блога в Инстаграме. И конечно, продолжаю руководствоваться при выборе блюд самыми важными для меня критериями – простотой приготовления и доступностью ингредиентов – чтобы моими рецептами могли пользоваться обычные люди, а не только мастера кулинарного дела.

Выпечка, собранная в этой книге, может, на первый взгляд, показаться кому-то несколько разнородной: ведь что может быть общего у плюшек с маком или бабушкиных пирожков из детства и современной зарубежной классики в виде французских тартов и американских чизкейков? Однако все эти изделия из теста объединяет то, что они прошли строгую проверку у моих близких, ведь именно им выпадает возможность первыми продегустировать результаты моих трудов и вынести окончательный вердикт. И вы даже не представляете, сколько блюд не выдержало их критики! А что-то, наоборот, стало всеобщим фаворитом и было приготовлено несчетное количество раз. Как, например, лимонный чизкейк, творожный кулич и шоколадный кекс с жидким центром. В результате я включила в книгу только любимые и удачные сочетания, чтобы вы смогли порадовать вашу семью и без труда организовать самое вкусное и душевное чаепитие.



## ПРОДОЛЖЕНИЕ...

Для удобства все рецепты в издании сгруппированы по типам теста: здесь вы найдете и дрожжевые булочки, и хлеб, которые не вошли в «Начни с десерта!», и кексы и маффины, в том числе и несладкие, и выпечку из песочного теста, и, конечно же, торты и чизкейки – для самых ярких ваших праздников. Открывает книгу обширный вводный раздел, в котором я познакомлю вас с основными ингредиентами, необходимым инвентарем, а также поделюсь различными хитростями и трюками по приготовлению тех или иных блюд. И конечно, по традиции, в начале каждой главы вас ждут рекомендации по работе с соответствующим видом изделий. И я очень надеюсь, что у меня получится убедить вас, что домашняя выпечка – это вкусно, быстро, доступно, совсем не сложно и даже полезно для здоровья – ведь время, проведенное у духовки, определенно снижает стресс и повышает уровень гормона счастья.

Желаю вам приятного аппетита и удачных кулинарных экспериментов! И не забывайте делиться результатами ваших трудов в соцсетях с хештегами #взначитвыпечка и #инстакулинария – мне будет очень приятно следить за вашими успехами!

*Ваша Анастасия Зурбова*



На фото: вишневый  
тарт с крамблом,  
см. рецепт на стр. 164.





## ОСНОВЫ

Многие начинающие кулинары убеждены, что приготовление идеальной домашней выпечки – удел избранных, наверняка совершающих к тому же перед духовкой какие-то магические ритуалы. Спешу вас заверить: не нужно быть волшебником, чтобы испечь вкусный кекс или пирог. Секрет успеха кроется в понимании некоторых элементарных законов физики, химии и биологии и, конечно, в их соблюдении (не бойтесь, все не так страшно!). Зная о свойствах и взаимодействии различных ингредиентов и правилах работы с разными видами теста, имея под рукой необходимый инвентарь, а также выполняя ряд несложных рекомендаций, вы без труда сможете повторить любой рецепт из данной книги.





## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- мука;
- сахар;
- яйца;
- разрыхлитель теста;
- сода;
- дрожжи;
- соль;
- сливочное масло;
- растительное масло;
- молоко;
- кисломолочные продукты (кефир, йогурт, сметана);
- сливки для взбивания;
- сливочный сыр;
- желатин;
- ванильный экстракт;
- несладкий какао-порошок;
- шоколад;
- ягоды и фрукты.

Начать разговор о домашней выпечке я хотела бы с описания основных ингредиентов, встречающихся в книге практически в каждом рецепте. Внимательно изучите этот список. Как видите, в нем нет редких или необычных продуктов — большинство из них можно приобрести в ближайшем супермаркете. Однако перед началом работы не лишним будет узнать их оптимальную жирность, температуру использования и особенности их взаимодействия, а также ту функцию, которую они выполняют в тесте.



## МУКА

Мука — это продукт переработки зерна путем помола. Она является ключевым структурным ингредиентом любого теста и напрямую влияет на качество, вкус и внешность будущего изделия. В зависимости от помола (тонкого, среднего, грубого) муку принято делить на сорта. Например, для пшеничной муки по ГОСТу различают крупчатку, высший, первый, второй сорта и обойную (цельнозерновую) муку. Культур, из которых изготавливают муку, огромное множество: это и привычная нам пшеница, и рожь, и ячмень, и кукуруза, и рис, и овес, и даже миндаль. Каждый из этих видов обладает своими свойствами и подходит для выпечки определенных изделий.

Для приготовления бисквитов и хлеба идеальным вариантом считается пшеничная мука высшего сорта, именно она задействована в большинстве рецептов в книге. Она состоит в основном из крахмала, однако содержит и особые белки, которые, соединяясь с жидкостью, превращаются в глютен (клейковину). Количество этих белков может сильно различаться в зависимости от производителя — от 10 до 14% (обычно эта информация указана в составе продукта на упаковке). При вымешивании теста молекулы глютена соединяются в длинные эластичные цепочки, которые хорошо растягиваются и не рвутся. Это позволяет им удерживать газы, выделяющиеся в процессе ферментации, или брожения, что обеспечивает готовой выпечке правильную пористую и однородную структуру, которая особенно важна для сдобы и хлеба. Таким образом, для изделий из дрожжевого теста желателно использовать муку с высоким содержанием белка или, иными словами, «сильную» муку. К сожалению, у нас в супермаркетах ее бывает довольно непросто найти — как правило, ее производят итальянские и финские фирмы. Поэтому многие хлебопеки для «усиления» муки смешивают ее с различными добавками на основе клейковины и ферментов (в первую очередь панифарином), которые продаются в специализированных магазинах. А вот для приготовления кондитерских изделий нужна, наоборот, «слабая» мука, чтобы тесто получилось нежным и рассыпчатым. Чтобы искусственно снизить содержание белка в муке, ее разбавляют кукурузным или картофельным крахмалом. Вот почему этот ингредиент можно нередко встретить в рецептах бисквитов и кексов.

Для выпечки хлеба также применяют цельнозерновую муку, которую получают путем помола зерна пшеницы вместе с оболочкой. Она считается одним из самых полезных сортов. Несмотря на достаточно высокое содержание клейковины, она темная и грубая и требует больше влаги, чем обычная мука. Тесто из нее получается неэластичным, а готовые изделия довольно быстро черствеют, поэтому рационально использовать смесь цельнозерновой и муки высшего сорта в равных пропорциях, если другое не предусмотрено рецептом.

Помимо пшеничной, в некоторых блюдах из книги можно также встретить кукурузную и миндальную муку. Из кукурузной муки получается выпечка красивого желтого цвета с характерным нежным вкусом. Миндальная мука представляет собой кондитерский продукт из молотых миндальных орехов, который составляет прекрасную основу для сладких кексов и французских пирожных макарон. Оба вида муки не содержат клейковину, а потому идеально подходят для людей, соблюдающих безглютеновую диету.



## САХАР

Сахар и другие подсластители – неотъемлемый компонент сладкой выпечки и десертов (например, карамели или меренги). Они не только придают блюдам сладкий вкус, но и влияют на структуру теста и создают питательную среду для размножения дрожжей.

Чаще всего в тесте используют обычный сахар-песок. Он обеспечивает кексам и бисквитам мягкий и нежный мякиш и красивую золотистую корочку, а также хорошую высоту коржа. Растворяясь, он препятствует образованию клейковины, а значит, делает выпечку более рассыпчатой. Однако все хорошо в меру – слишком много сахара может практически полностью остановить образование в тесте химических связей, в результате чего серединка такого изделия обязательно просядет. Еще один плюс: сахар притягивает воду, делая выпечку более влажной и не давая ей слишком быстро черстветь.

В зарубежных рецептах десертов можно также нередко встретить такой ингредиент, как коричневый, или тростниковый, сахар. Внешне он похож на сахар-песок, но поверхность его крупиц покрыта небольшим количеством черной патоки (мелассы), которая и окрашивает продукт в характерный цвет. Такой сахар придает тесту ярко выраженный карамельный аромат и красивый янтарный оттенок. А присутствие патоки делает выпечку еще более нежной и влажной. Однако, как следствие, высота коржа будет меньше, чем с обычным сахаром-песком. Что касается видов тростникового сахара, то считается, что для выпечки лучше всего подходит сорт мусковадо.

Довольно часто возникает вопрос, можно ли уменьшить количество сахара в рецепте? Да, но следует помнить, что структура готового изделия от этого может пострадать – мякиш получится менее нежным, влажным и пышным.

## ЯЙЦА

Яйца наряду с мукой являются одним из важнейших структурных ингредиентов в выпечке. Их главная функция – это образование устойчивой пены и формирование «каркаса», который удерживает в тесте мельчайшие пузырьки воздуха. Они также поглощают жидкость, делая мякиш мягким и влажным. Плюс яйца являются природным эмульгатором, предотвращающим расслоение масла и воды и способствующим соединению всех компонентов в однородную массу. Структурирующие свойства в большей степени присущи белку, на втором месте находится целое яйцо, а уже потом идет желток. В выпечке могут использоваться как белок и желток по отдельности, так и все яйцо целиком. Более подробно о том, как правильно взбить яйца, можно прочитать в разделе «Хитрости и трюки» на стр. 34.

Перед началом приготовления блюд с использованием яиц обязательно обратите внимание на их размер и свежесть. Все яйца, произведенные на российских птицефабриках, имеют на скорлупе маркировку с двумя знаками. Первый, «Д» или «С», указывает на свежесть яйца: диетические яйца («Д») должны быть реализованы в течение 7 дней по-