

Шеф-повар Николай Сарычев родился 3 июля 1982 г. в городе Истра. Там же он окончил Кулинарный колледж по специальности «повар-кондитер». С первых лет обучения Николай совмещал учебу и работу в одном из московских ресторанов под руководством итальянского шеф-повара Джузеппе Стоянно (Верона).

Николай постиг самые главные секреты итальянской кухни, твердо решив стать шеф-поваром именно этого направления. Более чем за восьмилетний трудовой стаж ему посчастливилось работать с такими известными итальянскими шеф-поварами, как Стефано Дзафрани (ресторан «Рубенс»), Игнассио Россо (раньше шеф-повар работал в лондонском «Хилтоне», нью-йоркской «Астории» и лас-вегоском MGM Grand, а теперь готовит в московском ресторане «Арена Club»), Эрос Франчеози (ресторан «Сесто-Сенсо») и др.

«Прелесть итальянской кухни в том, что в ней используются много различных продуктов, начиная от оливкового масла, полезного для человека по своему составу, – итальянцы называют его маслом жизни, – заканчивая сырами и морепродуктами, – делится с нами Николай Сарычев.

Именитые наставники научили Николая не только готовить итальянские блюда так, как делают это истинные итальянцы, но и привили любовь к этой кухне: «Мои любимые блюда – пицца с морепродуктами, карпаччо из говядины, сыр мацарелла с помидорами. А еще я обожаю базилик, добавляю его во многие блюда, поскольку эта травка имеет шикарный аромат и невероятные вкусовые качества».

Сейчас Николай работает шеф-поваром в престижном московском



У молодого шеф-повара Николая Сарычева много всевозможных талантов и идей.

Николай Сарычев МОЛОДОЙ, НО РЕЗВЫЙ

ресторане «Борсалино» и занимается новым проектом – рестораном в Мытищах (МО), используя различные ингредиенты для создания самых неординарных блюд. Например, приобретенный опыт работы с японским шеф-поваром, заместителем председателя Ассоциации японских шеф-поваров в Москве, Томоёши Мурата (Токио) помогает ему в экспериментах с блюдами в стиле фьюжен. Эти же навыки при-

годились Николаю для разработки своего авторского меню.

Также Сарычев участвует в кулинарных ТВ-шоу, членствует в кулинарном клубе Rational, постигает искусство карвинга (декоративная резьба по овощам и фруктам), ведет кулинарный форум <http://recept.arbb.ru>. А недавно Николай Сарычев вступил в Национальную гильдию шеф-поваров. ■

ЭКСКЛЮЗИВ
от Николая Сарычева



Суп-пюре из брокколи с креветками

- 150 г капусты брокколи
- 50 г сливок 33%
- 30 г креветок коктейльных
- 10 г миндаля (пластины)

1 Брокколи отварить, слить воду и залить сливками, проварить 2–3 минуты, посолить, поперчить. Пробить через блендер.

2 Налить суп в тарелку и сверху положить готовые креветки и миндаль.

3 Можно украсить отварным соцветием брокколи

Сливочный суп из морского черта

- 600 г филе морского черта
- 50 г бекона нежирного
- 1 головка лука белого
- 1 стебель лука-порея (только белая часть)
- 3 черешка сельдерея (вместе с листьями)
- 2 небольшие картофелины
- 1,5 стакана сливок нежирных
- 4 ст. ложки масла сливочного
- 2 ст. ложки муки
- соль, перец

1 Нарезать рыбу средними кубиками, залить 1,5 л воды, довести до кипения, варить на минимальном огне 7 минут.

2 Рыбу вынуть шумовкой, отставить, бульон процедить. Бекон нарезать тонкими полосками, лук и картофель – средними кубиками, порей – полукольцами, сельдерей – тонкими дольками.

3 В кастрюлю с толстым дном положить бекон, на среднем огне зажарить до золотистого цвета, шкварки вынуть на тарел-



ку. В кастрюлю добавить масло, лук, порей и сельдерей, обжаривать 5 минут. Добавить соль и муку, готовить 3 минуты.

4 Постепенно влить бульон, помешивая, чтобы не было комков. Добавить картофель и варить до готовности картофеля.

5 Снять с огня, влить сливки, добавить рыбу и бекон, закрыть кастрюлю крышкой и дать настояться 2–3 часа.

6 Перед подачей нагреть на медленном огне, но не кипятить.

Салат с блином и слабосоленым лососем

• 40 г рукколы • 80 г лосося слабосоленого • 50 г помидоров черри • 1 блин • 30 мл масла оливкового • 10 г лука красного • 3 мл сока лимона • соль и перец

1 Рукколу перебираем, отрезаем ножки и моем, лук нарезаем кольцами, черри режем на 2 части, лосось нарезаем соломкой, блин – длинными полосками.

2 Все ингредиенты перемешиваем, солим, перчим, заправляем оливковым маслом и соком лимона. Горочкой выкладываем салат на тарелку.



ЭКСКЛЮЗИВ
от Николая Сарычева

Блины

На 1 л молока: • 4 яйца • 3–4 ст. ложки сахара • 1 щепотка соли • 1,5 стакана муки

Яйца перемешиваем с сахаром, солью и мукой до однородной эластичной массы. Вводим молоко и тщательно перемешиваем венчиком. На блинной сковородке жарим блины по 1 минуте с каждой стороны. Этот рецепт хорош тем, что комков в тесте не образуется.

Салат из кролика и раковых шеек под малиновой венегретой

• 70 г филе кролика (можно заменить на куриное филе) • 30 г раковых шеек (можно заменить на креветки) • 30 г салата Романо • 50 г помидоров черри

Для венегеты: • 30 г малины • 3 мл винного уксуса • 20 мл масла оливкового • 5 г эстрагона (тархуна) • 10 мл масла растительного • 4 г сахара • соль и перец

1 Салат романо рвем руками на сегменты, помидоры черри режем пополам. Раковые шейки отделяем от рассола.

2 Филе кролика режем кубиком и обжариваем на растительном масле.

3 Все ингредиенты перемешиваем.

4 Готовим венегету: в блендере пробиваем малину, уксус, сахар и эстрагон, процеживаем через сито и смешиваем с оливковым маслом, солим и перчим.

5 Салат заправляем частью венегеты, перемешиваем.

6 Выкладываем салат на тарелку, снова поливаем венегетой.



Морской волк, фаршированный овощами с мидиями и шафрановым маслом

• 1 сибас (весом 300–400 г) • 50 г цукини • 2 шт. спаржи • 40 г вяленых помидоров • 30 мл масла оливкового • 10 г масла сливочного • 50 мл вина белого • 1 г шафрана • 5 мидий (мясо) • 1 веточка розмарина (на украшение) • соль и перец

1 Сибас разделяем, отрезаем голову и пластуем на филе, оставляя оба филе с хвостом. Отдельно нарезаем соломкой цукини.

2 Спаржу, вяленые помидоры маринуем в оливковом масле и укладываем в сибас, солим, перчим. Заворачиваем нафаршированную рыбу в пергамент, затем в

фольгу и запекаем 15–20 минут при 180° С.

3 В это время готовим соус: в соевый чай наливаем белое вино, выпариваем 3–4 минуты, снимаем с плиты и добавляем сливочное масло и шафран. Солим, перчим.

4 Мидии обжариваем на оливковом масле. Солим, перчим.

5 На тарелку выкладываем сибас, рядом кладем мидии и поливаем вокруг соусом. Украшаем розмарином.



ЭКСКЛЮЗИВ
от Николая Сарычева

Лосось в креветочном соусе

• 150 г лосося или семги • 4 креветки • 30 мл масла оливкового • 1 г шафрана • 50 мл белого вина • 30 мл коньяка • 10 горошков розового перца • 100 мл сливок 33% • соль

1 Лосось разделяем на филе (заготавливаем 4 брусочка).

2 Обжариваем со всех сторон, гасим белым вином и коньяком, выпариваем, добавляем сливки, шафран. Солим, перчим.

3 В конце добавляем 1 рубленую креветку и остальные креветки уже целиком. Провариваем в соусе 7–10 минут до готовности. На тарелку выкладываем рыбу, поливаем соусом.



ЭКСКЛЮЗИВ
от Николая Сарычева



Классический чизкейк

Для бисквита:

• 4 яйца • 200 г сахара • 200 г муки

Для крема:

• 6 яиц • 300 г сахарной пудры • 1,4 кг сыра филадельфия • 600 г сливок 38% • 80 г крахмала

Для глазури:

• 2 яйца • 100 г сахарной пудры • 80 г сыра филадельфия • 4 г желатина в пластинах

1 Готовим бисквит: яйца взбиваем с сахаром в густую пену, добавляем в два приема муку, переме-

шиваем. Противень смазываем сливочным маслом и пересыпаем мукой, выливаем тесто на него и выпекаем 7 минут при температуре 180 °С. Вытаскиваем и охлаждаем, вырезаем по форме круга.

2 Готовим крем: яйца взбиваем с сахарной пудрой в густую пену. Сливки взбиваем вместе с крахмалом до плотной текстуры.

3 Сыр филадельфия смешиваем с яичной смесью и сливками. Даем отстояться в холодильнике 25–30 минут.

4 Форму перестилаем пергаментом. Кладем бисквит в форму, на него выкладываем полученную массу.

5 Выпекаем 1 час при температуре 70° С, далее 20 минут при температуре 120° С. Остужаем и замораживаем.

6 Готовим глазурь: яйца взбиваем с сахарной пудрой, добавляем сыр филадельфия, перемешиваем. Затем кладем разведенный желатин. Заливаем чизкейк глазурью и вновь замораживаем.

Ломтики говядины с гарниром из рикотты и шпината с ароматным кофе

- 150 г говяжьего филе
- 4 г апельсиновой цедры
- 80 г шпината свежего
- соль, перец
- 250 г сыра рикотта (жирного)
- 2 г свежесмолотого кофе
- 50 мл масла оливкового
- чеснок, перец острый
- слоеное тесто

ЭКСКЛЮЗИВ
от Николая Сарычева



1 Мясо отбить до толщины 3–4 мм. Посолить, поперчить и обжарить с чесноком.

2 Шпинат ошпарить кипятком и отжать от воды.

3 В миске смешать рикотту, мелко рубленный шпинат, острый перец и цедру. Завернуть в слоеное тесто и запекать 15 минут при 180°С.

4 Выкладывать мясо на тарелку, рядом класть гарнир из рикотты и шпината.

5 Украшать луком-сибулет, веточкой тимьяна и кедровыми орешками



Реклама

Что такое Поварёнок.Ру?

Это - кулинарная социальная сеть. Это море рецептов и тысячи друзей. Добавь свой рецепт - и получи приз!

<http://www.povarenok.ru/>
или набери "поваренок" в Яндексe