МОЙ МАГНИТ

2025

53 РЕЦЕПТА НОЯБРЯ

ТЕПЕРЬ ЖУРНАЛ В ВАШЕМ ТЕЛЕФОНЕ

ЖАРИМ РУМЯНЫЕ ДРАНИКИ, ПЕЧЕМ ЗОЛОТИСТУЮ САМСУ

СУП КАЖДЫЙ ДЕНЬ: ЕСТЬ ИЛИ НЕ ЕСТЬ?

ДЕСЕРТЫ С АРОМАТОМ ЯБЛОК

8 ПРАВИЛ ВКУСНОГО БОРЩА



Теплая осень

МЕНЮ, КОТОРОЕ СОГРЕЕТ: ЯРКИЕ БЛЮДА С ПРЯНОСТЯМИ

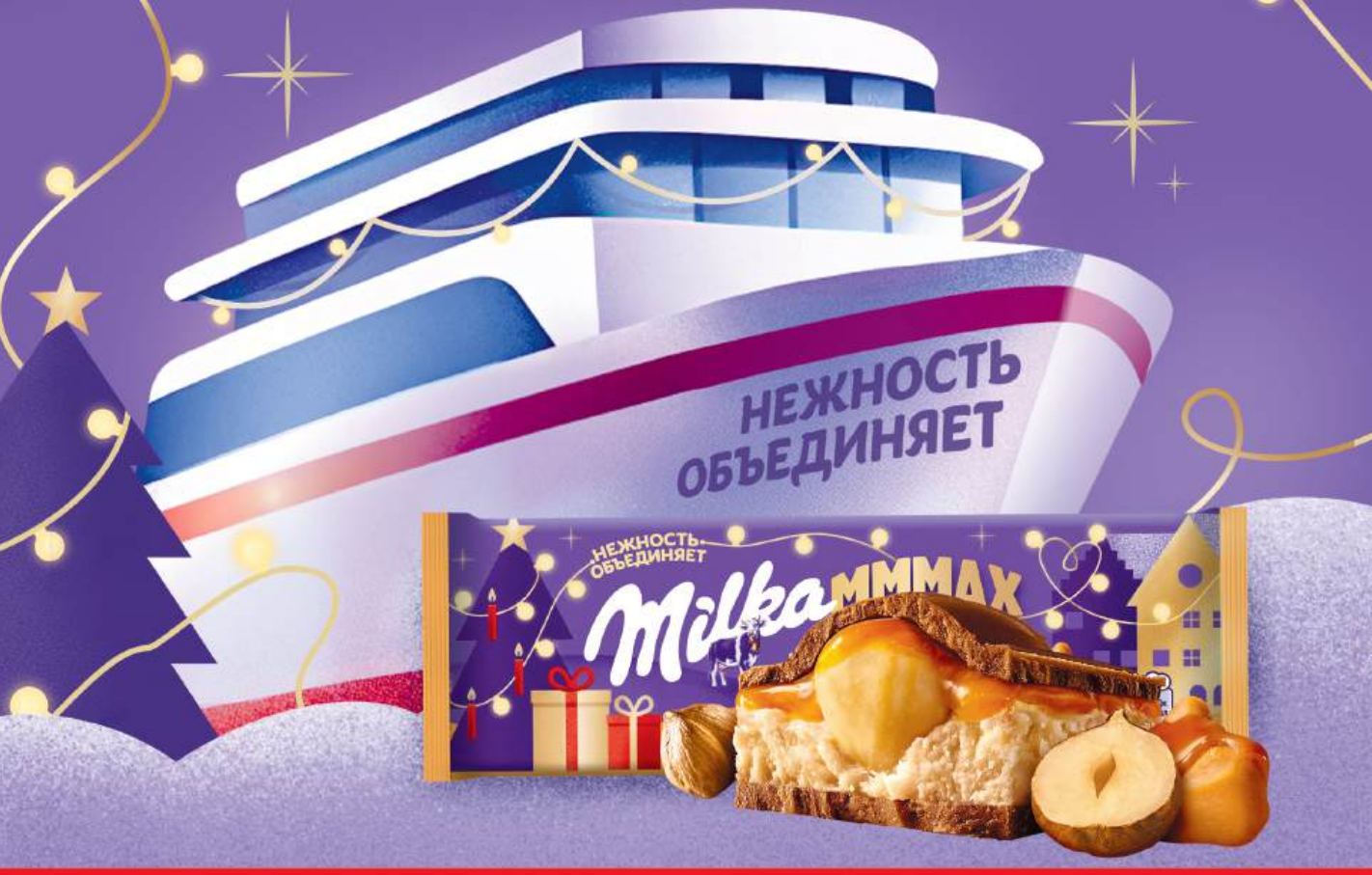
2+ 0800005639932

Milka

12.11.2025 – 06.01.2026

ЭКСКЛЮЗИВНО В МАГНИТ

ВЫИГРАЙТЕ ПУТЕШЕСТВИЕ НА СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС*



1. ПОДТВЕРДИТЕ

УЧАСТИЕ В АКЦИИ
В ПРИЛОЖЕНИИ МАГНИТ**,
НАЖАВ КНОПКУ «УЧАСТВОВАТЬ»

2. КУПИТЕ

НА СУММУ ОТ 190 Р.***
С КАРТОЙ МАГНИТ ПЛЮС
ИЗ ПРИЛОЖЕНИЯ МАГНИТ



3. ВЫИГРЫВАЙТЕ ПРИЗЫ!

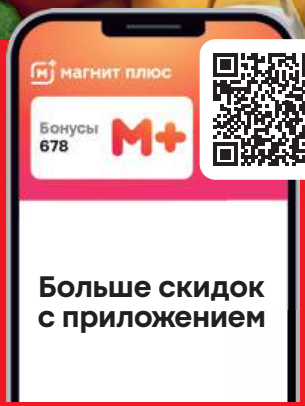
ОБЩИЙ СРОК ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ, ВКЛЮЧАЯ ВЫДАЧУ ПРИЗОВ С 12.11.2025 ПО 03.02.2026. СРОК СОВЕРШЕНИЯ ПОКУПОК ПРОДУКЦИИ*** ПОД ТОВАРНЫМИ ЗНАКАМИ «MILKA», «МЕДВЕЖОНОК БАРНИ», «OREO», «7 DAYS», «ЮБИЛЕЙНОЕ», «ALPEN GOLD», «DIROL» ОТ 190Р. С ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ ПРЕДЪЯВЛЕНИЕМ КАРТЫ МАГНИТ ПЛЮС ИЗ МОБИЛЬНОГО ПРИЛОЖЕНИЯ С 12.11.2025 ПО 06.01.2026. АКЦИЯ ПРОВОДИТСЯ В МАГАЗИНАХ ТОРГОВОЙ СЕТИ МАГНИТ В ФОРМАТАХ МАГНИТ У ДОМА, МАГНИТ СЕМЕЙНЫЙ, МАГНИТ ЭКСТРА, РАСПОЛОЖЕННЫХ НА ТЕРРИТОРИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, А ТАКЖЕ В МОБИЛЬНОМ ПРИЛОЖЕНИИ В РАЗДЕЛЕ «ДОСТАВКА». В РЕКЛАМЕ ПРЕДСТАВЛЕНЫ ИЗОБРАЖЕНИЯ НЕКОТОРЫХ ТОВАРОВ, УЧАСТВУЮЩИХ В АКЦИИ. ПРИЗЫ И ТОВАРЫ МОГУТ ОТЛИЧАТЬСЯ ПО ВНЕШНЕМУ ВИДУ ОТ ИЗОБРАЖЕНИЙ В РЕКЛАМНОМ МАТЕРИАЛЕ. КОЛИЧЕСТВО ПРИЗОВ И АКЦИОННЫХ ТОВАРОВ ОГРАНИЧЕНО. ИМЕЮТСЯ ИНЫЕ ОГРАНИЧЕНИЯ. С ИНФОРМАЦИЕЙ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ АКЦИИ, О ПОЛНЫХ ПРАВИЛАХ ПРОВЕДЕНИЯ, КОЛИЧЕСТВЕ ПРИЗОВ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ИХ ПОЛУЧЕНИЯ МОЖНО ОЗНАКОМИТЬСЯ В МОБИЛЬНОМ ПРИЛОЖЕНИИ. ПРОДАВЕЦ: АО «ТАНДЕР», ОГРН 1022301598549, Г. КРАСНОДАР, УЛ. ИМ. ЛЕВАНЕВСКОГО, 185.

*ВАРИАНТЫ ВРУЧЕНИЯ ПРИЗА НА УСМОТРЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЯ – 1. КОМПЛЕКТ СЕРТИФИКАТОВ: СЕРТИФИКАТ НА ПУТЕШЕСТВИЕ НА СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС НОМИНАЛОМ 7 500 000,00 РУБЛЕЙ И ЭЛЕКТРОННЫЙ СЕРТИФИКАТ ТУТУ.РУ НОМИНАЛОМ 100 000,00 РУБЛЕЙ. 2. ДЕНЕЖНАЯ СУММА 7 500 000,00 РУБ. (СУММА ПОСЛЕ ВЫЧЕТА НАЛОГОВ).
**МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ «МАГНИТ: АКЦИИ И ДОСТАВКА» (6+) (МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ)
***ПРОДУКЦИЯ, ПРИНИМАЮЩАЯ УЧАСТИЕ В АКЦИИ, УКАЗАНА В ПРАВИЛАХ АКЦИИ (П. 1.4).

Чёрная Пятница

Скидок много не бывает





05.10.2025 – 02.12.2025

Приходите в магазины Магнит или заказывайте доставку

1 ПОКУПАЙТЕ
от **500** рублей
или товары-участники
с картой из приложения
Магнит Плюс

2 ИГРАЙТЕ
в игру в приложении
Магнит

3 ВЫИГРЫВАЙТЕ
до **100 000** бонусов
1 бонус = 1 рубль

С 10:00:00 05 ноября 2025 г. по 23:59:59 02 декабря 2025 г. (МСК) играйте в приложении «Магнит: акции и доставка» (6+), получайте моментальный приз. Совершайте покупки с картой Магнит Плюс из приложения и за каждые 500 руб. в чеке либо за покупку товаров-участников получайте дополнительные попытки в игре (до 4 в день) и получайте бонусы за прохождение уровней в игре. Общий срок акции: с 05.11.2025 по 31.12.2025 (включая срок вручения призов). Количество призов ограничено. Информация об организаторе акции, правилах проведения, товарах-участниках, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения – на сайте magnit.ru/blackfriday. Есть ограничения. Организатор вправе досрочно прекратить акцию или изменить ее условия. Горячая линия «Магнит»: 8 (800) 200-90-02 (звонок по России бесплатный).

МАГНИТ

Дым Дымыч

КОЛЛЕКЦИЯ

Новинка в коллекции —
колбаса сырокопченая
С грецким орехом.



НАТУРАЛЬНОЕ КОПЧЕНИЕ

ИЗЫСКАННЫЙ ВКУС

АВТОРСКАЯ РЕЦЕПТУРА





МЯСНОЕ РАГУ ПОД СЛОЕНЫМ ТЕСТОМ

❄

2 ч 40 мин **6–8 порций**

1 кг мякоти говядины (огузок)
400 г лука-шалота
2 моркови
120 г замороженной зеленой фасоли
100 г стебля сельдерея
1 веточка розмарина
500 мл темного пива
125 г сыра с голубой плесенью
40 г сливочного масла
40 мл растительного масла
250 г слоеного теста
1 яйцо
½ ч. л. сухого чеснока
⅓ ч. л. сухого орегано
соль, свежемолотый черный перец

Для подачи:
зеленый салат

1 Очистите мясо от пленок, нарежьте крупными кубиками. Натрите солью, перцем и сушеным чесноком.
2 В сковороде разогрейте смесь сливочного и растительного масел. Обжарьте говядину со всех сторон до румяной корочки. Влейте пиво и 200 мл воды, доведите до кипения. Накройте крышкой и тушите на слабом огне 1,5–2 ч (при необходимости подливайте кипящую воду).
3 Лук-шалот разрежьте пополам, морковь нарежьте крупными кружками. Добавьте к мясу овощи, орегано и розмарин за 30 мин до готовности.
4 Готовое мясо разберите вилкой на волокна.
5 Нарежьте сельдерей маленькими кусочками. Раскрошите сыр.
6 Добавьте к мясу сельдерей, сыр и предварительно размороженную зеленую фасоль. Посолите, поперчите и перемешайте. Переложите рагу в форму для запекания.
7 Разогрейте духовку до 180 °С. Слоеное тесто раскатайте в круглый пласт чуть большего размера, чем диаметр формы. Сделайте несколько отверстий для выхода пара.
8 Слегка взбейте яйцо. Смажьте края формы яйцом, накройте форму тестом, прижмите его по бокам вилкой. Смажьте поверхность теста яйцом. Поставьте форму в духовку на 20–25 мин. Подавайте рагу с зеленым салатом.

На 100 г: белки 12,40 г (15,50% суточной нормы) • жиры 9,52 г (10,58%) • углеводы 9,67 г (5,76%) • ккал 177,18 (9,84%) • натрий 319,29 мг (22,02%) • общий сахар 2,05 г (4,10%) • НЖК 3,28 г (16,40%) • пищевые волокна 1,23 г (4,10%)

Doshirak

ПОПРОБУЙТЕ ВСЕ ВКУСЫ ДОШИРАК КВИСТИ!





Теплое отношение
Завтрак вегана – какой он? Заряжающий энергией, согревающий и, конечно, вкусный!



Сделай самсу сам
Самса, которую шеф-повар Рустам Рахимов готовит дома, всегда получается румяной и сочной. Если вы последуете его простым советам, испечете такую же.



Самый вкусный борщ
У вас наверняка есть проверенный семейный рецепт. А у нас есть что к нему добавить, чтобы ваш борщ получился еще ароматнее и вкуснее.



Праздник близко
Подготовка к Новому году дарит не меньше эмоций, чем сам праздник. Так почему бы не начать ее пораньше? Подобрали рецепт, который создаст волшебное настроение.



Дорогие друзья!

Ноябрь часто недооценивают. Его называют темным и унылым, ругают за серость, тоску и беспросветность. Говорят, что нет в нем ни осенней красоты, ни зимней свежести. Но у этого грустного месяца свое предназначение: его ветреные дни, его промозглые вечера побуждают нас зажигать огонь в своих сердцах и дарить его искорки тем, кто рядом.

Ваша осень обязательно будет теплой, если вы наполните ее любовью и заботой о других. Начните с самых дорогих: уделите время детям, отправьте цветы матерям (а может быть, дети сами захотят сделать вам приятное и приготовят по нашим рецептам необычное печенье и какао). Протяните руку тем, кому нелегко: примите участие в нашем благотворительном проекте и помогите исполнить скромные желания женщин, воспитывающих особенных детей. Пусть в ноябре у всех будет больше поводов для улыбок.

Добавить в угрюмый сезон теплых красок способна еда, уютная и согревающая. Особенно если готовить ее из хороших продуктов, по простым вдохновляющим рецептам. У нас вы найдете и то и другое. Покупайте ароматные фрукты, витаминные овощи, аппетитные колбаски, листайте журнал, воплощайте на своих кухнях яркие блюда, которые дарят тепло! Или приходите к нам за вкусной готовой едой и свежей выпечкой – в наших магазинах есть все для душевного осеннего ужина.

Ноябрь такой, каким вы его видите. Почувствуйте его особую силу и красоту, и он будет приносить только приятные эмоции!

Ваш «Магнит»
всегда рядом с вами

В номере

СОЦИАЛЬНЫЕ ИНИЦИАТИВЫ

14 В преддверии Дня матери рассказываем о проекте «Даже сильной маме нужна забота».

ЕДИМ С УМОМ

16 Нужно ли есть суп каждый день? Мнение диетолога Анжелики Дюваль.

ВКУС СЕЗОНА

18 7 витаминных овощей и фруктов, которые стоит купить в ноябре.

ХОРОШЕЕ НАЧАЛО

22 Согревающие и питательные веганские блюда для завтрака? Они существуют!

ЗАКОН БУТЕРБРОДА

28 Чорипан – сэндвич, приправленный аргентинской страстью.

БЫСТРО И ПРОСТО

30 Блюда из говядины за 30 минут: минимум усилий, максимум вкуса.

ЗАМЕНИ И ПОПРОБУЙ

36 Римская пицца – классическая и альтернативная, без муки. И та и та хороша.

КУЛИНАРНАЯ ШКОЛА

42 Как пожарить настоящие драники, хрустящие снаружи и воздушные внутри, – в нашем наглядном пособии.

СЪЕДОБНЫЙ КОНСТРУКТОР

48 Не только сметана: 6 ярких соусов, которые можно подать к драникам.

ШЕФ НАУЧИТ

50 Секреты домашней самсы: ароматной, с золотистой корочкой и сочной начинкой.



ТАКАЯ РАЗНАЯ ПАСТА

54 Макароны в сливочном соусе: нежно и вкусно, хоть и не в итальянских традициях.

СЕЗОННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

56 Вы уже наквасили капусты? У нас есть идеи, как ее использовать.

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

58 Как сварить вкусный борщ: советы, которые могут пригодиться даже знатокам.

ГОТОВИМ БЕЗ ВОПРОСОВ

60 Варим, жарим и запекаем красное мясо птицы так, чтобы оно получалось нежным и сочным.

МЯСНЫЕ ИСТОРИИ

64 Как выбрать хорошую колбасу? Спросили эксперта – руководителя категории «Мясная гастрономия».

66 Колбаса «Любительская», «Русская», «Чайная»: найдите различия.

МЕНЮ ПО СЛУЧАЮ

68 Для тех, кто любит погорячее: блюда с согревающими пряностями.



НА СЛАДКОЕ

78 Урожай яблок собран. Самое время готовить из них ароматные десерты!

ДОМАШНЯЯ ВЫПЕЧКА

82 Готовьтесь к Новому году с осени и пополняйте копилку праздничных рецептов.

НАША КУХНЯ

86 Все для уютного осеннего чаепития вы найдете на Фестивале выпечки от «М Кухни».

ГОТОВИМ С ДЕТЬМИ

88 У мамы праздник, у детей работа – приготовить для нее необычное какао и испечь ароматное печенье.

СО ЗНАНИЕМ ДЕЛА

92 Почему стоит прямо сейчас попробовать овощные консервы наших торговых марок «Магнит» и Green Ribbon.



Аромат айвы удивителен: в нем есть терпкие нотки недозрелых груш и цедры лимона, теплые оттенки пряностей и миндаля. Этот фрукт способен украсить многие блюда, но особенно хорош в соусах и десертах.

ГАСТРОНОМИЧЕСКАЯ КАРТА

94 Пирожки с огурцами, пельмени с рыбой: славные традиции Ярославля.

НАПИТКИ

98 Гранат в напитках: что попробовать, чтобы добавить ярких эмоций в хмурые дни.

100 Коньяк в кулинарии: зачем его добавлять в тесто, соусы и заготовки.

104 Коктейли на основе крепкого кофе: насыщенный вкус и яркий аромат.

108 Мед пьем: что такое медовуха и как ее подавать.



КАКИЕ ТОНКИЕ НОТЫ!

Оливковое масло первого холодного отжима Monini Classico отличает гармония вкуса и аромата. Тонкие травяные нотки придают ему свежесть и утонченность. Масло прекрасно под ходит для заправки салатов, приготовления закусок и основных блюд.



ВКУС ЛЕТА

«Ящик астраханских помидоров» – это настоящая томатная паста без соли, сахара и крахмала. В 1 кг пасты целых 7 кг спелых летних помидоров! Астраханские помидоры – единственные томаты в России, имеющие сертификат географического наименования. Их выращивают в открытом грунте и собирают на пике зрелости и вкуса. Именно поэтому паста получается такой густой и вкусной.



В ИТАЛЬЯНСКИХ ТРАДИЦИЯХ

Вряд ли можно найти настолько же универсальное и популярное блюдо, как макароны. Бантики La Molisana из муки из твердых сортов пшеницы отлично держат форму при варке. Их можно подавать с любым соусом для пасты, использовать в качестве гарнира, ингредиента салатов, супов и запеканок.



С ЯРКИМ АКЦЕНТОМ

«Бакинский акцент» – вкус, который вы ищете. Это небольшие, но невероятно сочные и сладкие томаты. Мякоть у них одновременно плотная и нежная, а вкус – по-настоящему яркий и запоминающийся. Мы выращиваем томаты в собственных теплицах на юге России и собираем на пике спелости, поэтому уверены в том, что они вкусные и ароматные. «Бакинский акцент» станет ярким ингредиентом разных блюд, идеальной основой салатов и полезным перекусом.

фото: Shutterstock/Fotodom.ru

ДВАЖДЫ ДВА

Подарите себе гастрономическое удовольствие с сырокопчеными колбасами и деликатесами «Мясная история». Они прекрасно подойдут для мясной тарелки и изысканных блюд. В каждой упаковке вы найдете два вкуса: дуэт разных кулинарных традиций «Сальчичон» и «Тоскана» или ассорти «Шейка» и «Балык». Отборная свинина, ароматные специи и превосходный вкус тонких ломтиков нарезки делают продукт отличным решением для любого случая.





ИЗЫСКАННОЕ АССОРТИ

С тонкими ломтиками сырокопченой колбасы «Черкизово Премиум» у вас получатся самые аппетитные блюда. В упаковке два вида изысканной нарезки: «Салями Экстра» с мелкозернистой структурой и «Гурмэ с перцем» – структурная колбаса из отборной свинины, приправленная ароматными специями.

ВСЕМ ЛЮБИТЕЛЯМ СОСИСОК

Сосиски «Молочные» «Высокий стандарт» – прекрасное решение для горячего завтрака, сытного перекуса и быстрого ужина. Их сочную мясную текстуру и легкие молочные ноты во вкусе оценит вся семья. Дополните сосиски гарниром и овощами, и вкусное блюдо будет готово за несколько минут!





ФАВОРИТ СЕМЬИ

Сосиски с сыром – это универсальная классика! Их насыщенный вкус по достоинству оценит вся семья. Нежная, сочная текстура фарша сочетается с расплавленным сыром, и вместе они создают гармоничный аппетитный дуэт. Сосиски легко и быстро готовить, что особенно ценно в условиях современного ритма жизни.

АРОМАГИЯ СЛУЧАЕТСЯ

Каждая встреча за чашечкой кофе Monarch вдохновляет на большее. Настало время почувствовать волшебную силу аромагии. Попробуйте растворимый кофе Monarch Original в новом формате: 300 и 900 граммов. Выгодный объем упаковки для всей семьи!





ОСЕННИЕ ТРЕНДЫ

Поздней осенью, как никогда, нужны яркие эмоции и краски. Их добавит необычное мороженое «Дубайский шоколад» Premiere of Taste. Это трендовая восточная сладость в виде холодного десерта. Он представлен в двух форматах: в ведерке и эскимо. Мороженое обладает нежной текстурой, тает во рту и оставляет яркое послевкусие. Оригинальная линейка эскимо Premiere of Taste порадует и другими незабываемыми сочетаниями вкусов.



ОСОБЫЙ ДЕЛИКАТЕС

Отличная закуска и дополнение к разным блюдам – нежная свиная вырезка «Знаменские деликатесы», копченная на буковой щепе. Насыщенный благородный цвет, тонкий аромат можжевельника и легкая нотка горчицы никого не оставят равнодушными.



В ЦЕНТРЕ МЯСНОЙ ТАРЕЛКИ

Колбаса сырокопченая «Мраморная» бренда «Стародворье» – это оригинальное сочетание вкуса и консистенции. Благодаря необычному большому диаметру и красивому структурному рисунку «Мраморная» станет украшением вашего стола.





АРОМАТЫ ГРУЗИИ

Грузинский коньяк «Сараджишвили» удивит объемным ароматом с тонами винограда и цветов, мягким вкусом с пикантной терпкостью и послевкусием с нюансами эфирных масел. Прекрасен в качестве дижестива, хорош в паре с кофе.



СО ВКУСОМ ВЕРЕСКА

Подайте на дижестив шотландский купажированный виски Glen Forest из зерновых и солодовых дистиллятов. У напитка благородный светло-коричневый цвет, мягкий сбалансированный вкус с нотками вереска и элегантный аромат с оттенками сухофруктов и солода.

ТРИ ЯГОДЫ – ТРИ МИРА ВКУСА

В каждой капле настойки сладкой «РУССКОЕ СЕРЕБРО ЯГОДНЫЙ МИКС» – все лучшее, что дарят ягоды. Малина добавляет нежность и сладость, черная смородина – глубину и бархатистость, красная смородина – яркую кислинку и сочность. Вместе они создают симфонию вкуса и аромата, которую невозможно забыть.

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

БЕРЕМ ЗА ОСНОВУ

Замороженные кубики Bellini и Martini – яркая основа для коктейлей и лимонадов. Сбалансированная фруктово-ягодная смесь, которая позволит быстро приготовить разнообразные напитки.



РОДОМ ИЗ СИБИРИ

Водку «Пять озер» отличает комбинация спирта «альфа» высокой степени очистки и природной сибирской воды, обогащенной кислородом и ионами серебра. Именно поэтому у нее такой мягкий и чистый вкус. Теперь на полках появилась новая «Пять озер» – ищите продукт в обновленном дизайне с красным флажком!



ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

ТОЛЬКО В СЕТИ

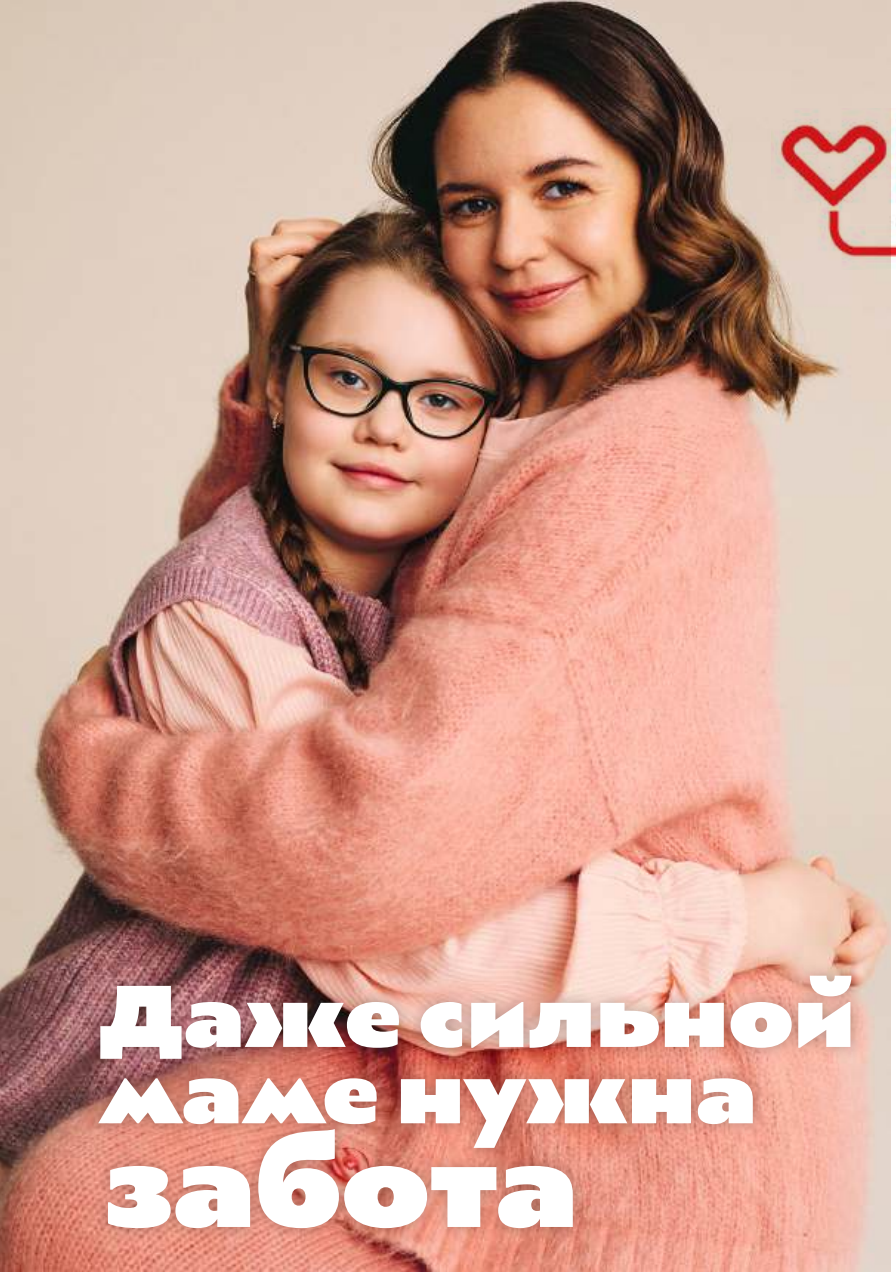
МАГНИТ

РЫБНАЯ ГАСТРОНОМИЯ

СЕВЕРНАЯ ГАВАНЬ



Остров вкуса в море изобилия



Даже сильной маме нужна забота

В ноябре мы отмечаем один из самых важных праздников – День матери. Невозможно переоценить любовь и внимание, которые женщины дарят своим детям. Но кто же позаботится о них самих? Наша компания всегда стремилась менять к лучшему жизнь простых людей, а в этом году мы присоединились к проекту «Даже сильной маме нужна забота», который проводят бренд «Бархатные ручки» и благотворительный фонд «Клуб добряков».

ДЛЯ УЧАСТИЯ В ПРОЕКТЕ ОТСКАНИРУЙТЕ QR-КОД

Право на слабость

На домашние обязанности и воспитание детей женщины тратят много времени, жертвуя своими хобби, личной жизнью, сном. А между тем мамам необходимо развиваться и регулярно восполнять ресурсы, физические и эмоциональные, именно для того, чтобы потом отдавать тепло семье. Как никто, уязвимы мамы детей с особенностями здоровья, которым зачастую нужно быть рядом с ребенком круглые сутки и которые часто заботятся о нем одни.

К счастью, сейчас разрушаются стереотипы о материнстве, больше не считается, что женщина обязана сама заниматься детьми и не имеет права на усталость. Все больше благотворительных фондов и коммерческих компаний реализуют программы в поддержку матерей. Одной из них стал проект «Даже сильной маме нужна забота». Он создан для помощи женщинам, которые воспитывают детей с ограниченными возможностями здоровья.

БЛАГОПОЛУЧИЕ ЖЕНЩИНЫ ТАК ЖЕ ВАЖНО, КАК ЗДОРОВЬЕ ЕЕ РЕБЕНКА. СЧАСТЛИВАЯ МАМА СМОЖЕТ ДАРИТЬ ЕЩЕ БОЛЬШЕ ЛЮБВИ.



С СОЦИАЛЬНЫМИ ИНИЦИАТИВАМИ НАШЕЙ КОМПАНИИ ВЫ МОЖЕТЕ ПОЗНАКОМИТЬСЯ НА ЦИФРОВОМ РЕСУРСЕ «МАГНИТ ВСЕВОЗМОЖНЫЙ». МЫ СТРЕМИМСЯ ПОМОГАТЬ ЛЮДЯМ, ОКАЗАВШИМСЯ В СЛОЖНЫХ ЖИЗНЕННЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ, ПОДДЕРЖИВАЕМ ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ НАЧИНАНИЯ И ВОЛОНТЕРСТВО И ВДОХНОВЛЯЕМ ДРУГИХ ПРИСОЕДИНИТЬСЯ К НАМ.

BLAGO.MAGNIT.RU



Маленькая покупка – большое дело

У мам особенных детей простые желания: поход в спа, набор косметики, гаджеты для быта. Но часто даже такие мелочи оказываются хорошим дополнительным стимулом двигаться вперед. На сайте **маменужназабота.рф** женщины рассказали о том, чего бы им хотелось, а пользователям Сети предложили помочь в осуществлении их желаний. Инициатива получила горячий отклик: за прошедшее лето удалось исполнить маленькие мечты более 900 мам.

А сейчас можно принять участие в акции, которая проходит в магазинах «Магнит Косметик». До 31 декабря 2025 года 1 рубль с каждой покупки крема бренда «Бархатные ручки» перечисляется в «Клуб добряков» – фонд оказания помощи детям и взрослым с тяжелыми заболеваниями. Эти средства позволят приобрести лекарства, оплатить лечение и реабилитацию подопечных фонда.

Покупая крем, в том числе из лимитированной коллекции – с теплыми посланиями маме, вы не только сделаете приятное себе и близким, но и проявите заботу о других. Одна маленькая покупка может оказаться большим вкладом в создание неравнодушного общества.



По словам **Оксаны Бахмары**, амбассадора проекта «Даже сильной маме нужна забота» и мамы дочери с особенностями здоровья, очень важно привлечь внимание к потребностям женщин, которые растят детей со сложными диагнозами: «На них лежит огромная нагрузка и ответственность, но ребенок должен видеть здоровую и счастливую маму. Этот проект позволит немного больше узнать о наших проблемах, а нам – хоть ненадолго отвлечься от них». Главное, не забывать: чтобы проявить заботу, не нужно дожидаться праздников и проведения акций, ведь мамам всегда нужна наша поддержка.

Горячая тема

Супы всегда занимали важное место в нашей кухне, но в последнее время они превратились в предмет кулинарных споров. Пользу первых блюд все чаще подвергают сомнению. Насколько необходимо есть суп и горячую пищу в целом, нам рассказала диетолог.



Анжелика Дюваль,
врач-диетолог

Мнение

Традиция со смыслом

«Горячее нужно есть каждый день», «Не будешь есть суп – испортишь желудок»... Наверняка многие читатели слышали эти фразы от своих мам и бабушек. На протяжении десятилетий именно таким был стиль домашнего питания – с первым, теплым вторым и гарниром. Комплексные обеды в столовых и кафе тоже включали три блюда, и во многих местах общественного питания такой подход сохраняется и сейчас. Но все же в последние годы тенденция изменилась. Все чаще можно услышать, что горячее и суп в частности – это не обязательная часть питания, а лишь дань традиции.

Как диетолог, могу сказать: это правда и неправда одновременно. Если отказаться от супа, в краткосрочной перспективе ничего плохого, конечно, не случится. Но традиции не формируются просто так, в них есть глубокий смысл, и привычка есть суп благотворно влияет на здоровье. Если вы заботитесь о своем организме, старайтесь, чтобы горячие блюда и первое регулярно появлялись в вашем меню.

Чем полезен суп?

Можно выделить несколько его важных свойств.

● СУП ПОДДЕРЖИВАЕТ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНУЮ СИСТЕМУ. Сегодня в нашем рационе немало полуфабрикатов, фастфуда и другой пищи, тяжелой для пищеварения. На этом фоне суп можно считать важным помощником. Жидкая пища усваивается легче, чем твердая, и общая нагрузка на ЖКТ благодаря этому снижается. Любой орган имеет свой «запас прочности»: чем сильнее его износ, тем быстрее он начинает снижать эффективность своей работы и болеть. Ежедневное употребление супов дает органам пищеварения своего рода передышку и таким образом продлевает их качественную работу.

фото: Shutterstock/Fotodom.ru

● **В СУПАХ МНОГО ПОЛЕЗНЫХ ВЕЩЕСТВ.** Овощи в составе супов – прекрасный источник клетчатки, которая необходима кишечнику. Конечно, получить ее можно и из свежих овощей, салатов. Но если у вас есть склонность к метеоризму или другие проблемы с пищеварением, суп предпочтительнее: после термической обработки и в сочетании с жидкостью клетчатка действует мягче. Кроме того, из первых блюд мы получаем витамины и минералы, некоторые антиоксиданты, а если суп приготовлен на основе мяса или суповых костей – еще и белки, в том числе нужный для кожи и суставов коллаген.

● **СУПЫ ПОМОГАЮТ СНИЗИТЬ ОБЩУЮ КАЛОРИЙНОСТЬ МЕНЮ.** Традиционные супы примерно наполовину состоят из воды. Они быстро заполняют желудок, помогая нам обрести чувство сытости и не переедать, и при этом содержат меньше калорий, чем твердые блюда.

СУПЫ НЕ СЛУЧАЙНО ЧАСТО ВКЛЮЧАЮТ В ДИЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ. ЕСЛИ ВЫ СЛЕДИТЕ ЗА ВЕСОМ, РЕКОМЕНДУЮ НАЧИНАТЬ ОБЕД ИМЕННО С СУПА – ЕСТЬ ВСЕ ШАНСЫ, ЧТО ПОСЛЕ НЕГО ВЫ СЪЕДИТЕ МЕНЬШЕ.



Какие супы выбирать?

Еще один существенный плюс супов – они помогают сделать рацион разнообразным. Замените пару овощей другими, и вы получите блюдо с иным вкусом. Таких вариаций множество, рецептов супов – десятки, если не сотни. При желании можно есть новое первое блюдо хоть каждый день – такое питание точно будет нескучным.

Однако в стремлении к разнообразию важно понимать: свойства супов во многом зависят от их состава. Он должен быть достаточно легким, чтобы блюдо шло организму на пользу. Оптимально готовить суп только из овощей и трав на воде или брать за основу бульон на диетическом белке: нежирном мясе, рыбе.

В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ ГОДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СУПОВ НЕ СТОИТ ПОСТОЯННО ИСПОЛЬЗОВАТЬ СЫР, СЛИВКИ, КОНСЕРВЫ. ОНИ СНИЖАЮТ ПОЛЬЗУ БЛЮДА, УВЕЛИЧИВАЮТ КАЛОРИЙНОСТЬ И НАГРУЖАЮТ ОРГАНЫ ПИЩЕВАРЕНИЯ. ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ СЪЕСТЬ ТАКОЙ СУП МОЖНО, НО ЕЖЕДНЕВНАЯ СУПОВАЯ ОСНОВА ДОЛЖНА ОСТАВАТЬСЯ ДИЕТИЧЕСКОЙ.



ПОЧЕМУ НАМ НУЖНА ГОРЯЧАЯ ПИЩА

Горячей называют пищу, температура которой выше комнатной, чаще всего около 40–42 °С. Ее комфортно есть, и желательно, чтобы она была в рационе каждый день.

● Горячая еда необходима для активации пищеварения.

● Из горячей пищи быстрее усваиваются ценные вещества, так как термическая обработка частично расщепляет белки, жиры и углеводы в составе продуктов.

● Горячие блюда мы едим медленнее, чем холодные, – это дает более качественное насыщение.

● Наконец, качество, важное в холодное время года: горячая пища согревает гораздо быстрее еды комнатной температуры. При этом от чересчур горячих, обжигающих блюд лучше отказаться: они негативно влияют на состояние слизистых ротовой полости и пищевода. Подождите, пока немного остынут.



ОСЕНЬЮ хороши супы из корнеплодов: тыквы, свеклы, моркови, сельдерея, батата, репы. У них невысокая калорийность, но они насыщают, дают ощущение тепла. В таких супах уместны грибы.

ЗИМОЙ можно повысить сытность блюда, используя костные рыбные и мясные бульоны, а также доступные овощи и согревающие специи.

ВЕСНОЙ будут кстати легкие диетические бульоны на нежирных сортах мяса, птицы и рыбы с овощами и травами.

ЛЕТОМ отличный вариант – протертые супы без варки из молодых плодов: кабачка, перца, томатов, огурцов, с добавлением лука, редиса, зелени.



АЙВА

• сварить невероятного цвета компот • приготовить мармелад или желе • давить в плов и тушеное мясо • запечь курицу с айвой • нафаршировать орехами, изюмом, сбрызнуть медом и запечь



ФЕЙХОА

• перекрутить с апельсинами и сахаром • сделать чатни из фейхоа с имбирем и подать к мясу • добавить в салат с копченой курицей • сварить варенье из фейхоа с грецкими орехами



БРОККОЛИ

• отварить очень быстро, не дольше 1–2 минут, и подать с соусом айоли • добавить в киш с лососем • использовать в сочетании и любым мясом и овощами для стир-фрая • запечь сырное суфле с брокколи



КИВИ

• использовать для смузи с апельсином / мятой и огурцом/бананом, ананасовым соком и манго • приготовить сорбет из киви, апельсинового сока и йогурта • сделать домашние цукаты

7 главных продуктов

У природы не бывает плохой погоды и не бывает месяца, в котором бы не нашлось витаминных фруктов и овощей. Встречайте героев ноября, по-летнему красивых, по-осеннему вкусных, по-зимнему согревающих.

СТОИТ ПОПРОБОВАТЬ В НОЯБРЕ



ТОМАТЫ ЧЕРРИ

• замариновать с травами, оливковым маслом и белым винным уксусом и подавать к мясу • добавить в теплый салат с печенью, руколой и бальзамиком • использовать в рецептах макарон, например, вместе с креветками, горошком и чили



ЛУК

• приготовить фламмкухен – эльзасский «пылающий пирог» с луком и сыром • испечь домашний луковый хлеб • пожарить луковые кольца в пряном кляре • сделать луковый джем и подавать к сырам и мясным деликатесам



КОРЕНЬ ИМБИРЯ

• для осенних чаепитий заготовить баночку варенья из моркови и имбиря • добавить в яблочный чатни и подавать к запеченному камамберу • заварить согревающий чай с апельсином, облепихой и имбирем

БРОККОЛИ – ЭТО:

- ЗАПАС ВИТАМИНОВ ДЛЯ КРЕПКОГО ИММУНИТЕТА;
- ЗАЛОГ ХОРОШЕГО ПИЩЕВАРЕНИЯ;
- ПРОФИЛАКТИКА САХАРНОГО ДИАБЕТА;
- ПОДДЕРЖКА ЗДОРОВЬЯ СЕРДЦА И СОСУДОВ;
- ЛЕТНЯЯ СВЕЖЕСТЬ В ЛЮБЫХ БЛЮДАХ.



ТОЛЬКО В МАГНИТ



Томаты черри «Горячее сердце» Premiere of Taste – это любовь с первого взгляда! Сочные, яркие помидорчики просто созданы для фуршетных закусок. Они украсят любое горячее блюдо или салат.

САЛАТ ИЗ БРОККОЛИ С СОУСОМ КАРРИ

30 мин **4 порции**

400 г брокколи
400 г консервированного нута
8 томатов черри
1 морковь
4–5 перьев зеленого лука
4–5 веточек кинзы
40 г миндальных лепестков
40 г вяленой клюквы

Для заправки:
50 г пасты тахини
3–4 ст. л. питьевой воды
1 маленький лимон
1 зубчик чеснока
2–3 см корня имбиря
1 ч. л. жидкого меда
1 ч. л. порошка карри
½ ч. л. куркумы
соль, свежемолотый черный перец

1 Брокколи нарежьте маленькими кусочками, морковь – тонкой соломкой, томаты черри разрежьте пополам, мелко нашинкуйте кинзу и зеленый лук.

2 На сухой сковороде поджарьте миндальные лепестки до золотистого цвета.

3 Очистите и натрите на мелкой терке имбирь, пропустите через пресс чеснок, положите в маленькую миску. Добавьте пасту тахини, сок и цедру лимона, мед, карри и куркуму, размешайте. Добавьте воду, чтобы получился жидкий соус, посолите и поперчите.

4 В салатник положите брокколи, нут, морковь, черри, зелень, вяленую клюкву и миндальные лепестки, полейте приготовленной заправкой, перемешайте и подавайте.

На 100 г: белки 5,61 г (7,01% суточной нормы) • жиры 5,94 г (6,60%) • углеводы 16,16 г (9,62%) • ккал 134,24 (7,46%) • натрий 309,74 мг (21,36%) • общий сахар 5,33 г (10,66%) • НЖК 0,10 г (0,50%) • пищевые волокна 3,92 г (13,07%)

АЙВА – ЭТО:

- БОГАТЫЙ ИСТОЧНИК АНТИОКСИДАНТОВ, ПОДДЕРЖИВАЮЩИХ НАШУ МОЛОДОСТЬ И ИММУНИТЕТ, БОРЮЩИХСЯ С ВОСПАЛЕНИЯМИ;
- ПЕКТИНЫ И КЛЕТЧАТКА, СТИМУЛИРУЮЩИЕ РАБОТУ ЖКТ И НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ ОРГАНИЗМА ОТ ТОКСИНОВ;
- НЕПОВТОРИМЫЙ ПРЯНЫЙ АРОМАТ, БЛАГОРОДНЫЙ ТЕРПКИЙ ВКУС И КРАСИВЫЙ ЯНТАРНЫЙ ЦВЕТ ГОТОВЫХ БЛЮД.

ТОМЛЕНАЯ АЙВА С КАЙМАКОМ И ФИСТАШКАМИ

1 ч 10 мин + 1 ч
6 порций

3 айвы
200 г сахара
100 г каймака
50 г фисташек
2 ст. л. сушеного гибискуса
цедра 1 апельсина
1 палочка корицы
1 веточка розмарина

1 Налейте в кастрюлю 1 л воды, добавьте сахар и доведите до кипения. Разрежьте айву пополам, положите в сироп.

2 Добавьте в кастрюлю апельсиновую цедру, гибискус, корицу и розмарин. Снова доведите до кипения, уменьшите огонь до минимума, накройте крышкой и варите 1 ч (айва должна стать мягкой, но не развариться).
3 Переложите айву шумовкой на тарелку и уберите на 1 ч в холодильник.
4 Подавайте айву с каймаком, посыпав рублеными фисташками.

На 100 г: белки 3,16 г (3,95% суточной нормы) • жиры 10,12 г (11,24%) • углеводы 17,54 г (10,44%) • ккал 172,12 (9,56%) • натрий 11,83 мг (0,82%) • общий сахар 13,62 г (27,24%) • НЖК 0,55 г (2,75%) • пищевые волокна 3,89 г (12,97%)



ФЕЙХОА – ЭТО:

- ИСТОЧНИК ВИТАМИНОВ, АНТИОКСИДАНТОВ И ХОРОШЕЕ ПОДСПОРЬЕ В ПРОФИЛАКТИКЕ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ;
- ВАЖНЫЙ ПРОДУКТ ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ РАБОТЫ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ БЛАГОДАРЯ ЙОДУ В СОСТАВЕ И УКРЕПЛЕНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ БЛАГОДАРЯ ВЫСОКОМУ СОДЕРЖАНИЮ КАЛИЯ;
- СВЕЖИЙ ВКУС И АРОМАТ С ОТТЕНКАМИ ЗЕМЛЯНИКИ, ЯБЛОК И АНАНАСА.



ЧАЙ С ФЕЙХОА И КИВИ

10 мин **4 порции**

2 фейхоа
1 киви
1 апельсин
1 лимон
1 ст. л. зеленого чая
2–3 ст. л. меда

1 Нарежьте ломтиками вместе с кожурой апельсин, фейхоа и лимон, киви очистите и нарежьте кружками.
2 Положите фрукты в заварочный чайник и слегка помните толкушкой.
3 Добавьте зеленый чай и влейте кипяток.
4 Дайте чаю настояться 5 мин, процедите и подавайте с медом.

На 100 г: белки 0,22 г (0,28% суточной нормы) • жиры 0,01 г (0,01%) • углеводы 4,88 г (2,90%) • ккал 19,06 (11,06%) • натрий 1,26 мг (0,09%) • общий сахар 4,74 г (9,48%) • НЖК 0,00 г (0,00%) • пищевые волокна 0,02 г (0,07%)

Теплое отношение

О веганстве существует много стереотипов, и один из них – что такая еда не подходит для холодного климата. Наши рецепты согревающих и питательных веганских завтраков доказывают обратное! Кстати, в этом месяце есть повод хоть ненадолго поменять отношение к животным и отказаться от их эксплуатации: 1 ноября мир отмечает День вегана.



АРАХИСОВЫЕ ОЛАДЬИ

20 мин **2–3 порции**

150 мл овсяного молока
75 г овсяной муки
1 ст. л. арахисовой пасты
1 ст. л. семян льна
1 ст. л. кокосового масла
1 ч. л. лимонного сока
1 ст. л. тростникового сахара
1 ч. л. ванильного сахара
½ ч. л. разрыхлителя
¼ ч. л. соды
1 щепотка соли
2–3 ст. л. растительного масла

Для подачи:
1 банан
50–70 г свежих ягод
2 ст. л. арахисовой пасты

1 Смешайте молоко и лимонный сок. Измельчите в кофемолке семена льна в порошок, пересыпьте в большую миску, добавьте 2 ст. л. воды, перемешайте и оставьте для набухания на 2–3 мин.
2 Растопите кокосовое масло, влейте в миску к семенам льна. Добавьте арахисовую пасту, тростниковый и ванильный сахар, перемешайте.
3 Взбивая венчиком, влейте тонкой струйкой в миску смесь молока и лимонного сока. Добавьте овсяную муку, соду, разрыхлитель и соль, перемешайте только до объединения ингредиентов. Оставьте на 5 мин.
4 В широкой сковороде разогрейте растительное масло, выкладывайте тесто столовой ложкой, жарьте по 1,5–2 мин с каждой стороны, до румяной корочки.
5 Подавайте оладьи с кусочками банана, свежими ягодами и арахисовой пастой.

На 100 г: белки 5,60 г (7,00% суточной нормы) • жиры 17,24 г (19,16%) • углеводы 27,08 г (16,12%) • ккал 273,59 (15,20%) • натрий 166,43 мг (11,48%) • общий сахар 9,88 г (19,76%) • НЖК 4,70 г (23,50%) • пищевые волокна 3,41 г (11,37%)



ТОСТ С ФАСОЛЬЮ

40 мин **4 порции**

4 ломтика цельнозернового хлеба
400 г консервированной белой фасоли
200 г протертых томатов
250 г томатов черри
1 луковица шалота
1 горсть руколы или шпината
1,5 ст. л. горчицы
1 ст. л. яблочного уксуса
2 ст. л. тростникового сахара
2 ч. л. сушеного чеснока
2 ст. л. оливкового масла
соль, свежемолотый черный перец

1 Разогрейте духовку до 160 °С. На противень, выстеленный пергаментом, положите томаты черри, сбрызните оливковым маслом, посыпьте солью и перцем, запекайте 35 мин.
2 Нарежьте шалот маленькими кубиками. В сотейнике разогрейте оливковое масло, пассеруйте шалот, помешивая, 3–5 мин.
3 Добавьте в сотейник протертые томаты, горчицу, уксус, сахар и сушеный чеснок. Тушите под крышкой 10 мин на огне чуть ниже среднего.
4 Добавьте в томатный соус сцеженную фасоль, посолите, поперчите по вкусу и тушите еще 10 мин на слабом огне.
5 Подсушите хлеб в тостере или на сухой сковороде до румяной корочки.
6 На ломтики хлеба положите томленую фасоль в томатном соусе, руколу или листья шпината и запеченные томаты черри. Подавайте горячими.

На 100 г: белки 2,49 г (3,11% суточной нормы) • жиры 4,33 г (4,81%) • углеводы 17,11 г (10,18%) • ккал 111,54 (6,20%) • натрий 273,25 мг (18,84%) • общий сахар 6,98 г (13,98%) • НЖК 0,60 г (3,00%) • пищевые волокна 2,41 г (8,03%)

МАГНИТ РЕКОМЕНДУЕТ



Хумус с вялеными помидорами «АмФуд» порадует насыщенным вкусом и нежной текстурой. В сочетании с хрустящим хлебом и овощами он станет отличным питательным перекусом.

НУТОВЫЙ СКРАМБЛ

30 мин **2 порции**

400 г консервированного нута
1 баклажан
1 зубчик чеснока
3 ст. л. лимонного сока
2 ст. л. пасты тахини
1 ч. л. куркумы
½ ч. л. молотой зиры
¼ ч. л. молотого имбиря
½ ч. л. копченой паприки
2 ст. л. растительного масла
соль, свежемолотый черный перец

Для подачи:
1 авокадо
3–4 веточки кинзы

1 Разогрейте духовку до 230 °С. Нарежьте баклажан кружками толщиной 6–7 мм, положите на противень, выстеленный фольгой, слегка посолите и сбрызните растительным маслом. Запекайте на верхнем уровне духовки 2–3 мин, переверните и готовьте еще 2 мин. Переложите кружки баклажана в контейнер, накройте крышкой и оставьте на 5 мин.

2 В миску положите нут, добавьте 3–4 ст. л. жидкости из банки, куркуму, зиру, имбирь и паприку, перемешайте, разминая вилкой, посолите и поперчите по вкусу.

3 Снимите кожицу с ломтиков баклажанов, переложите мякоть в чашу кухонного комбайна с насадкой «нож». Добавьте чеснок, лимонный сок, тахини и щепотку соли, взбейте до однородности.

4 В широкой сковороде на среднем огне разогрейте 1 ст. л. растительного масла, добавьте нут и готовьте, помешивая, 3–4 мин. Добавьте к нуту 4–5 ст. л. пасты из баклажана, обжаривайте еще 3–4 мин.

5 Разложите скрамбл по тарелкам, подавайте с ломтиками авокадо, посыпав рубленой кинзой.

На 100 г: белки 4,82 г (6,03% суточной нормы) • жиры 10,75 г (11,94%) • углеводы 14,52 г (8,64%) • ккал 166,33 (9,24%) • натрий 216,13 мг (14,91%) • общий сахар 3,18 г (6,36%) • НЖК 1,11 г (5,55%) • пищевые волокна 5,47 г (18,23%)

Природная антистресс формула*





*АШ-ТАУ – ПРИРОДНАЯ АНТИСТРЕСС-ФОРМУЛА – зарегистрированный товарный знак № 870495.

**Химический состав



НА РАБОТУ, В ШКОЛУ, В ДОРОГУ

Чипсы из морской капусты Midori – яркий питательный перекус, который зарядит энергией в течение дня. Удобно есть, не отвлекаясь от дел.



ЭКОМИЛК

С 4 НОЯБРЯ ПО 1 ДЕКАБРЯ 2025 г.



1 КУПИТЕ
2 ЛЮБЫЕ УПАКОВКИ «ЭКОМИЛК»:
ТВОРОЖНЫЙ СЫР 350 г/ 120 г,
ПЛАВЛЕНЫЙ СЫР 350 г ИЛИ МАСЛО
«СЛИВОЧНОЕ» 180 г

2 ЗАРЕГИСТРИРУЙТЕ
ЧЕК НА ECOMILK-PROMO.RU

замажем на МИЛЛИОН

ЭКСКЛЮЗИВНО В МАГНИТ





3 ПОЛУЧИТЕ
СЕРТИФИКАТ МАГНИТ НА 100 ₽*

4 ВЫИГРАЙТЕ ПРИЗЫ

Акция проводится в магазинах «Магнит у дома», «Магнит Семейный», «Магнит Экстра» и «Магнит Опт» (допускаются к участию также заказы через раздел «Доставка» в мобильном приложении «Магнит: акции и доставка» (6+)). Срок приобретения продукции и регистрации чеков: с 04.11.2025 по 01.12.2025. Общий срок акции (включая срок выдачи призов): с 04.11.2025 по 08.12.2025. Есть ограничения. Информация об организаторе Акции, о правилах ее проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения размещена на сайте ecomilk-promo.ru. Продавец: АО «Тандер», г. Краснодар, ул. Леваневского, д.185, ОГРН 1022301598549.
*Сертификат вручается в электронном виде первым 6 062 участникам, зарегистрировавшим первый чек в соответствии с условиями акции.

Латинская страсть

Чорипан – неизменная часть аргентинской культуры, любимый стритфуд, завсегдатай пикников и дружеских встреч. Название происходит от слов chorizo, «колбаса», и pan, «хлеб». Но это не просто бутерброд с колбасой. Он приправлен ароматами гриля и специй, сдобрен соусами из трав и овощей, и вместе они дают невероятное сочетание вкусов! За неимением сырых колбасок чоризо можно использовать любые пряные колбаски для жарки или сочные сардельки.



ДЛЯ СОУСА ЧИМИЧУРРИ:
1 ПУЧОК ПЕТРУШКИ
2 ПЕРА ЗЕЛЕНОГО ЛУКА
2–3 ЗУБЧИКА ЧЕСНОКА
1 СТ. Л. ЛИМОННОГО СОКА
1 СТ. Л. КРАСНОГО ВИННОГО УКСУСА
1 СТ. Л. СУШЕНОГО ОРЕГАНО
½–1 Ч. Л. ХЛОПЬЕВ ПЕРЦА ЧИЛИ
50 МЛ ОЛИВКОВОГО МАСЛА
СОЛЬ, СВЕЖЕМОЛОТЫЙ ЧЕРНЫЙ ПЕРЕЦ

1 ДЛИННЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ БАГЕТ

4 СВИНЫЕ КОЛБАСКИ ДЛЯ ЖАРКИ ИЛИ САРДЕЛЬКИ

ДЛЯ САЛЬСЫ:
3–4 ПОМИДОРА
1 ЛУКОВИЦА
1 Ч. Л. КРАСНОГО ВИННОГО УКСУСА
1 Ч. Л. ЛИМОННОГО СОКА
1 СТ. Л. ОЛИВКОВОГО МАСЛА
СОЛЬ, СВЕЖЕМОЛОТЫЙ ЧЕРНЫЙ ПЕРЕЦ

ЧОРИПАН

20 мин 4 порции

1 Для чимичурри мелко порубите петрушку, зеленый лук и чеснок, положите в миску. Добавьте лимонный сок, уксус, орегано и перец чили. Влейте оливковое масло, посолите и поперчите по вкусу, перемешайте и уберите в холодильник.
2 Для сальсы удалите семена и сок из помидоров, нарежьте мякоть маленькими кубиками, положите в миску. Мелко нарежьте лук, добавьте в миску. Влейте уксус, лимонный сок и оливковое масло, приправьте солью и перцем, перемешайте и уберите в холодильник.
3 Разрежьте багет на 4 части, каждую прорежьте вдоль на половинки.
4 Обжарьте свиные колбаски или сардельки на сковороде-гриль со всех сторон до готовности и румяной корочки. Разрежьте вдоль пополам. Обжарьте половинки колбасок и багета срезами вниз.
5 Смажьте нижние половины багета соусом чимичурри, разложите на них по 2 половинки колбасок или сарделек, сальсу и еще немного чимичурри. Накройте оставшимся хлебом и слегка прижмите.

На 100 г: белки 5,31 г (6,64% суточной нормы) • жиры 11,5 г (12,78%) • углеводы 19,10 г (11,37%) • ккал 198,59 (11,03%) • натрий 412,62 мг (28,46%) • общий сахар 2,48 г (4,96%) • НЖК 2,76 г (13,80%) • пищевые волокна 1,88 г (6,27%)

СОВЕТУЕМ ПОПРОБОВАТЬ



Прекрасный вариант для закусок и сэндвичей — сырокопченая колбаса «РЕМИТ» Palermosolo. Она приготовлена с добавлением розового перца, который придает нежный цитрусовый аромат и сладковатую перечную нотку.



Свиные сардельки «Мясницкий ряд» словно созданы для этого рецепта: плотные и упругие, они не лопнут на гриле и позволят ощутить сочный взрыв вкуса. Насыщенные мясные ноты дополнены легкими копчеными оттенками.

Яркий колорит закусочной тарелке придаст ассорти деликатесов «РЕМИТ»: Palermosolo со вкусом итальянского окорока, сырокопченая грудинка, свернутая в рулет, и Milanosollo — панчетта коппата по особому рецепту.





Вкусные бутерброды для завтрака и сытного перекуса вы приготовите с печеночным хлебом «Знаменские деликатесы». Ароматный жареный лук придает продукту особую сочность, а душистый черный перец дарит пикантные ноты.

О ВКУСАХ НЕ СПОРЯТ, ЕСЛИ ЭТО

Черкизово

ПРЕМИУМ



Скоростной режим

Говядина – вкусное и полезное мясо. Но многие считают, что блюда из нее требуют времени и усилий, а потому не часто включают их в свое меню. Однако, если измельчить мясо в фарш или тонко нарезать, оно приготовится очень быстро и уже через полчаса у вас на столе будет аппетитный ужин. Убедитесь сами!

МЫ ПОДОБРАЛИ БЛЮДА, КОТОРЫЕ МОЖНО ПРИГОТОВИТЬ ВСЕГО ЗА 30 МИНУТ И ВСЕГО ИЗ НЕСКОЛЬКИХ ИНГРЕДИЕНТОВ, НЕ СЧИТАЯ РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА, СОЛИ, ПЕРЦА И ДРУГИХ ПРИПРАВ, КОТОРЫЕ НАВЕРНЯКА ЕСТЬ В КАЖДОМ ДОМЕ.





ЕЩЕ БОЛЬШЕ РЕЦЕПТОВ

ОСТРО-СЛАДКАЯ ГОВЯДИНА

25 мин **4 порции**

1 Отварите рис, согласно инструкции на упаковке. Нарежьте чеснок маленькими кубиками.

2 В небольшой мисочке смешайте соевый соус, рисовый уксус, соус шрирача и тростниковый сахар.

3 В сковороде разогрейте растительное масло, обжарьте говяжий фарш на сильном огне, разбивая мясные комочки лопаткой, в течение 3 мин. Добавьте чеснок, готовьте еще 1 мин.

4 Добавьте в сковороду приготовленный острый маринад, готовьте на среднем огне 5–7 мин, время от времени помешивая.

5 Влейте в сковороду 80 мл воды, перемешайте и готовьте еще 1 мин.

6 Огурец нарежьте соломкой, редис – тонкими кружками, морковь натрите на терке для корейской морковки.

7 Разложите рис по тарелкам, на него выложите остро-сладкую говядину и свежие овощи и подавайте, посыпав хлопьями чили.

На 100 г: белки 8,84 г (11,05% суточной нормы) • жиры 5,91 г (6,57%) • углеводы 24,05 г (14,32%) • ккал 185,12 (10,28%) • натрий 212,77 мг (14,67%) • общий сахар 6,95 г (13,90%) • НЖК 2,11 г (10,55%) • пищевые волокна 0,88 г (2,93%)



450 г говяжьего фарша



250 г риса



2 зубчика чеснока, ½ ч. л. хлопьев перца чили



2 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. рисового уксуса, 3–4 ст. л. соуса шрирача, 4 ст. л. тростникового сахара



1 огурец, 1 морковь, 2–3 редиски



400 г мякоти говядины



1 морковь,
100 г зеленой фасоли,
100 г шампиньонов



200 г лапши быстрого приготовления



50 мл соевого соуса,
2 ст. л. кукурузного крахмала, 2 ст. л. тростникового сахара



¼ ч. л. хлопьев перца чили,
¼ ч. л. молотого имбиря



ГОВЯДИНА С ЛАПШОЙ И ОВОЩАМИ

30 мин **4 порции**

1 Нарежьте говядину тонкой и длинной соломкой, положите в миску. Смешайте 1 ст. л. крахмала, соевый соус, молотый имбирь, перец чили и 1 ст. л. растительного масла. Залейте говядину приготовленным маринадом, оставьте на 10 мин.

2 Морковь нарежьте тонкой соломкой, шампиньоны – тонкими пластинками.

3 Разогрейте в глубокой сковороде оставшееся растительное масло на сильном огне. Положите говядину (маринад сохраните), морковь, зеленую фасоль и шампиньоны, готовьте, помешивая, 4–6 мин.

4 Приготовьте лапшу, согласно инструкции на упаковке, откиньте на дуршлаг, дайте стечь.

5 Влейте в сковороду маринад из-под говядины, доведите до кипения. Оставшийся крахмал разведите в 50 мл холодной воды или бульона, добавьте к мясу с овощами. Перемешайте и уменьшите огонь до минимума, готовьте 2–3 мин.

6 Снимите сковороду с огня, добавьте к мясу лапшу, посолите и поперчите по вкусу, перемешайте и подавайте.

На 100 г: белки 9,21 г (11,51% суточной нормы) • жиры 7,22 г (8,02%) • углеводы 20,28 г (12,07%) • ккал 182,93 (10,16%) • натрий 445,57 мг (30,73%) • общий сахар 5,51 г (11,02%) • НЖК 1,55 г (7,75%) • пищевые волокна 1,45 г (4,83%)



Для заправки лапши с овощами, салатов, винегретов стоит попробовать рыжиковое масло. Его пикантный, слегка острый вкус придаст особую ноту любимым блюдам.

В ТУРЦИИ ЭТО БЛЮДО ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ СБРЫЗГИВАЮТ ГОРЯЧИМ ТОПЛЕНЫМ МАСЛОМ.



ИСКАНДЕР-КЕБАБ

30 мин **4 порции**

1 Нарежьте говядину тончайшими ломтиками поперек волокон, положите в миску. Добавьте натертую луковицу, хлопья перца чили, 2 ст. л. оливкового масла, соль и перец, перемешайте, оставьте на 20 мин.

2 Для томатного соуса налейте в небольшой сотейник 2 ст. л. оливкового масла, добавьте протертые томаты, паприку, посолите и поперчите. Доведите до кипения, тушите в течение 5 мин.

3 Помидоры нарежьте на четвертинки, сладкий перец – крупными ломтиками. Слегка смажьте овощи оливковым маслом и обжарьте на сковороде-гриль до появления коричневых подпалин.

4 В то же время нарежьте лаваш кубиками со стороной 2 см, положите на противень, выстеленный пергаментом, запеките в заранее разогретой до 230 °C духовке в течение 2–3 мин, до румяной корочки.

5 На порционные тарелки выложите хрустящие кубики из лаваша, полейте томатным соусом, положите говядину, помидоры и зеленый перец, снова полейте соусом и подавайте.

На 100 г: белки 9,15 г (11,44% суточной нормы) • жиры 6,34 г (7,04%) • углеводы 16,62 г (9,89%) • ккал 158,46 (8,80%) • натрий 286,26 мг (19,74%) • общий сахар 1,35 г (2,70%) • НЖК 1,36 г (6,80%) • пищевые волокна 1,49 г (4,97%)



Попробуйте дополнить кебаб соусом наршараб «Кинто». Он изготавливается из отборных, спелых, сочных гранатов. Его сладко-кислый вкус добавит свежие акценты блюдам из мяса и рыбным деликатесам.

500 г мякоти говядины

1 большой толстый лаваш

1 луковица, 2 зеленых сладких перца, 2 помидора



400 г протертых томатов



1,5 ч. л. паприки, ¼ ч. л. хлопьев перца чили



450 г говяжьего фарша

400 г консервированной красной фасоли

400 г протертых томатов, 1 луковица

½ ч. л. кайенского перца, ½ ч. л. зиры, ½ ч. л. паприки, ½ ч. л. орегано, ¼ ч. л. сушеного чеснока

100 г сметаны, 80 г тертого сыра

ЧИЛИ С ГОВЯДИНОЙ

30 мин **4 порции**

1 Нарежьте лук маленькими кубиками. В кастрюле с толстым дном разогрейте растительное масло, положите лук и фарш, обжаривайте в течение 10 мин, разбивая мясные комочки лопаткой.
2 Посыпьте содержимое кастрюли специями, хорошо перемешайте. Добавьте протертые томаты и 120 мл воды, доведите до кипения.
3 Добавьте фасоль (жидкость слейте), посолите по вкусу и тушите на среднем огне 15 мин.
4 Разложите чили по тарелкам и подавайте со сметаной, посыпав тертым сыром.

На 100 г: белки 10,46 г (13,08% суточной нормы) • жиры 7,38 г (8,20%) • углеводы 6,63 г (3,95%) • ккал 133,10 (7,39%) • натрий 240,35 мг (16,58%) • общий сахар 1,91 г (3,82%) • НЖК 3,59 г (17,95%) • пищевые волокна 2,09 г (6,97%)

ЗАКАЖИ С ДОСТАВКОЙ



НАСТОЯЩАЯ ТОМАТНАЯ ПАСТА

1 кг пасты = 7 кг помидоров



В СОСТАВЕ ТОЛЬКО ПОМИДОРЫ И НИЧЕГО БОЛЬШЕ

Горячая штучка®

ПОПРОБУЙ ХРУСТЯЩИЕ КРЫЛЫШКИ





КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С ИКРОЙ ИЗ МОЛОДЫХ БАКЛАЖАНОВ ИЛИ КАБАЧКОВ

30 мин **3 порции**

3 картофелины, сваренные в мундире
200 г икры из молодых баклажанов или кабачков
100 г голландского сыра
2 веточки петрушки
2 ст. л. растительного масла, соль

1 У картофеля срежьте боковину. Ложкой выньте мякоть, разомните ее в пюре. Смешайте с икрой, посолите по вкусу.
2 Нафаршируйте картофель приготовленной начинкой, выложите в жаропрочную форму.
3 Смажьте растительным маслом, посыпьте тертым сыром и запекайте при 180 °С 20–25 мин.
4 Подавайте, посыпав листиками петрушки.

На 100 г: белки 5,38 г (6,73% суточной нормы) • жиры 12,43 г (13,81%) • углеводы 14,81 г (8,82%) • ккал 191,34 (10,63%) • натрий 342,19 мг (23,60%) • общий сахар 0,87 г (1,74%) • НЖК 3,22 г (16,10%)

Гостья из Рима

Римская пицца когда-то была стритфудом, который готовили исключительно в Вечном городе. Потом ее полюбили и в других уголках Италии, а теперь пекут по всему миру. Предлагаем приготовить римскую пиццу дома и убедиться, что она действительно очень хороша, а заодно оценить ее альтернативную версию на тесте без муки.

ПИЦЦА

КЛАССИКА



- 150 г томатного соуса
- 120 г моцареллы
- 30 г тертого пармезана
- 12–16 кружочков пеперони
- 100 г маринованных артишоков
- 40 г оливок каламата без косточек
- 1 спелый помидор
- 4 шампиньона
- 2–3 веточки базилика
- оливковое масло «экстра вирджин»

Для теста:

- 270 г муки+ еще для раскатывания
- 1,5 г сухих дрожжей
- 20 г оливкового масла «экстра вирджин»
- 10 г сахара
- 6 г соли
- 175 г питьевой воды

204 ККАЛ

ЛЕГКОЕ РЕШЕНИЕ

- 500 г цветной капусты
- 200 г протертых томатов
- 1 горсть руколы
- 2–3 веточки базилика
- 30 г оливок каламата без косточек
- 60 г пармезана
- 4 ломтика прошутто
- 1 яйцо
- 1 ст. л. бальзамической глазури
- 1 ст. л. оливкового масла
- ½ ч. л. сушеного чеснока
- соль, свежемолотый черный перец



95 ККАЛ

Воздушное тесто

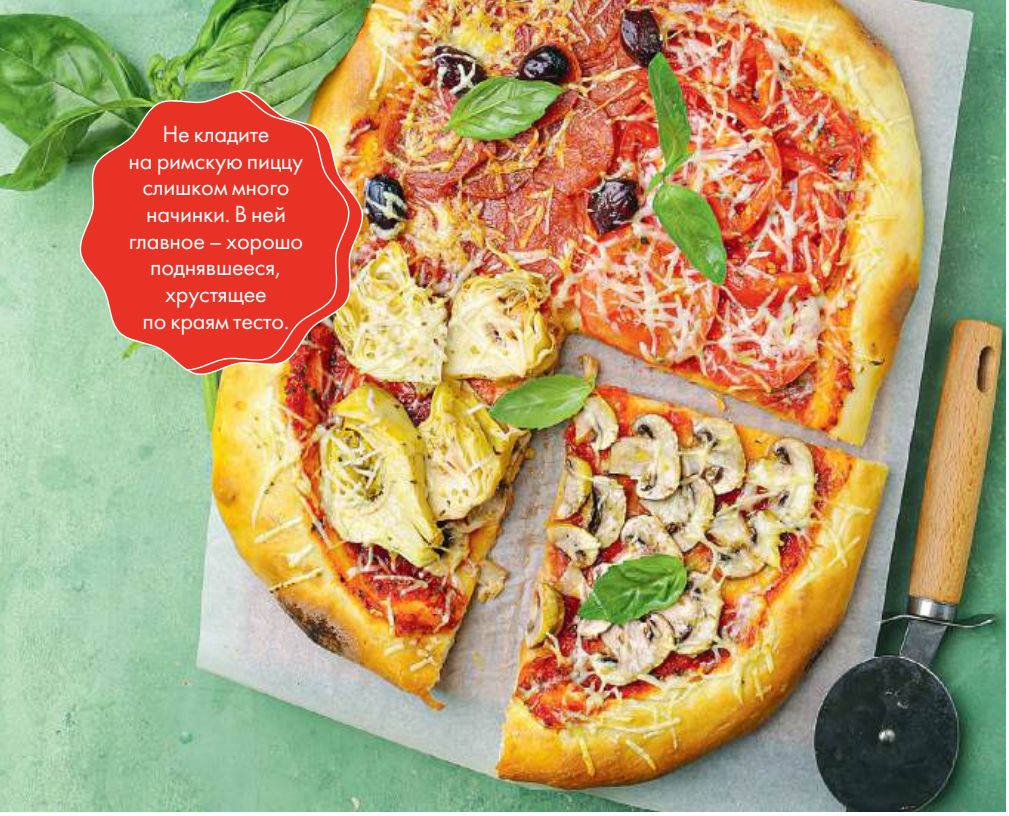
Римская пицца отличается от обычной прямоугольной формой (часто ее готовят на огромных противнях и продают большими квадратными кусками на вес) и более воздушным, пузырчатым и зажаренным тестом. Само тесто тоже не похоже на традиционное, скажем, неаполитанское: в нем гораздо больше воды. У такого теста очень пористый мякиш, но работать с ним тяжело: оно очень липкое. Тесто для римской пиццы нельзя сделать «на сегодняшний вечер», ему требуется длительная холодная ферментация – от 24 до 72 часов. Дрожжей в нем всегда немного, и есть технология, при которой тесто не нужно долго вымешивать. Собственно, его вымешивают, только чтобы соединить ингредиенты в самом начале. Основная технология приготовления называется stretch and fold – «растяни и сложи». Она позволяет почти не тратить на тесто усилия – нужно только время.

Частично выпечена

Если вам очень захотелось испечь такую пиццу прямо сейчас, обратите внимание на отличное решение – парбейк. Это калька с английского par (partially) bake – «частично выпеченный». По этой технологии тесто для пиццы заранее выпекается на две трети готовности и замораживается. Парбейки теперь продаются в магазинах в том же отделе, где все замороженные продукты. Обратите внимание, например, на марку Di Manchini. Вам нужно лишь прогреть духовку, выложить начинку на замороженную основу – и через 10 минут горячая римская пицца у вас на столе.

Основа без капли муки

Сегодня в мире довольно много людей с непереносимостью глютена, да и тех, кто просто старается есть меньше пшеницы, становится все больше. На волне популярности безглютеновых диет появилось много симпатичных рецептов. Один из них – основа для пиццы из цветной капусты, вообще без зерновых, с добавлением твердого сыра и иногда яиц. По вкусу она не похожа на хлеб, скорее на запеченный сыр. С сортами сыра можно экспериментировать, но его главная роль – скрепить «тесто», не дать ему развалиться, а также придать красивый золотистый оттенок по краям.



Не кладите на римскую пиццу слишком много начинки. В ней главное – хорошо поднявшееся, хрустящее по краям тесто.

РИМСКАЯ ПИЦЦА «4 СЕЗОНА»

❄

1 ч + 25 ч **1 пицца**

150 г томатного соуса
120 г моцареллы
30 г тертого пармезана
12–16 кружочков пеперони
100 г маринованных артишоков
40 г оливок каламата без косточек
1 спелый помидор
4 шампиньона
2–3 веточки базилика
оливковое масло «экстра вирджин»

Для теста:
270 г муки + еще для раскатывания
20 г оливкового масла «экстра вирджин»
10 г сахара
6 г соли
1,5 г сухих дрожжей
175 г питьевой воды

1 Приготовьте тесто заранее, за 24 ч, оно ферментируется в холодильнике. В миску всыпьте муку, добавьте сахар, соль и дрожжи, перемешайте. Нагрейте питьевую воду до 35–37 °С, добавьте масло, влейте в мучную смесь и перемешайте, только чтобы вся мука увлажнилась.

2 Выложите тесто на рабочую поверхность в виде прямоугольника. Смажьте руки маслом и 4 раза сложите тесто: беритесь за один короткий край, вытягивайте его чуть вверх и складывайте пополам. Затем беритесь за противоположный короткий край и делайте то же самое. Затем сложите с боковых краев, которые изначально были длинными. Накройте миской и оставьте на 15 мин.

3 Аналогично сложите тесто еще 2 раза с перерывом 15 мин. Затем положите в большую чистую миску, затяните пленкой и поставьте в холодильник на 24 ч.

4 В день приготовления выньте тесто за 1,5–3 ч до выпекания (в зависимости от температуры в кухне) и дайте подойти. За 30 мин до выпечки разогрейте духовку до 250 °С. Подкатайте тесто на подпыленной мукой рабочей поверхности в шар, накройте полотенцем и дайте расстояться 10–20 мин.

5 Положите шар на посыпанную мукой поверхность. Руками похлопайте по тесту, слегка прижимая его, чтобы удалить большие пузыри воздуха. Превратите шар в прямоугольник, с силой нажимая на тесто пальцами по центру и разгоняя остатки воздуха в борта. Растяните тесто в более тонкий прямоугольник, держа его на кулаках и поворачивая.

6 Переложите тесто на противень, еще растяните. Полейте соусом, потом оливковым маслом, выпекайте 6–10 мин (время зависит от мощности духовки). Верх должен подпечься.

7 Выложите на лепешку произвольно нарезанные ингредиенты начинки в виде 4 секторов, посыпьте пармезаном. Полейте пиццу маслом, верните в духовку на 6–8 мин.

На 100 г: белки 8,05 г (10,06% суточной нормы) • жиры 7,64 г (8,49%) • углеводы 25,94 г (15,44%) • ккал 204,19 (11,34%) • натрий 457,85 мг (31,58%) • общий сахар 2,36 г (4,72%) • НЖК 3,09 г (15,45%) • пищевые волокна 2,34 г (7,80%)

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ



Если у вас нет точных весов для взвешивания дрожжей, то 1,5 г – это чуть меньше половины стандартной чайной ложки.



Если тесто для пиццы плохо вытягивается и норовит съежиться, растяните его, не прилагая особых усилий, как получится, и уложите на рабочую поверхность под пленку отдохнуть на 3–4 минуты. После этого расслабившееся тесто станет очень податливым.

ПОПРОБУЙТЕ СДЕЛАТЬ В ДВА РАЗА БОЛЬШЕ ТЕСТА И ПОЛОВИНУ ОСТАВИТЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ ЕЩЕ НА СУТКИ, ТО ЕСТЬ В ОБЩЕМ НА 48 ЧАСОВ. МНОГИМ ПИЦЦА ИЗ ТЕСТА БОЛЕЕ ДЛИТЕЛЬНОЙ ФЕРМЕНТАЦИИ НРАВИТСЯ ЕЩЕ БОЛЬШЕ.

ТОЛЬКО В МАГНИТ



Основа для римской пиццы «Парбейк» DiManchini уже частично выпечена. Вам остается дополнить ее любимой начинкой и отправить на несколько минут в духовку.



Для легкой начинки используйте рикотту и нежную ветчину из грудки индейки.

ЕЩЕ БОЛЬШЕ РЕЦЕПТОВ

ПИЦЦА ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

❄

30 мин **4 порции**

500 г цветной капусты
200 г протертых томатов
1 горсть руколы
2–3 веточки базилика
30 г оливок каламата без косточек
60 г пармезана
4 ломтика прошутто
1 яйцо
1 ст. л. бальзамической глазури
1 ст. л. оливкового масла
½ ч. л. сушеного орегано
½ ч. л. сушеного чеснока
соль, свежемолотый черный перец

1 Нарежьте цветную капусту на маленькие соцветия, положите в чашу кухонного комбайна с насадкой «нож» и измельчите в мелкую крошку. Переложите цветную капусту в широкую сковороду и готовьте, помешивая, около 15 мин, до полного испарения жидкости. Дайте остыть.

2 Для соуса положите в сотейник протертые томаты, добавьте оливковое масло, орегано, сушеный чеснок, посолите и поперчите. Уварите 10 мин на слабом огне. Разогрейте духовку до 180 °С.

3 Натрите пармезан на мелкой терке, 40 г положите в миску, добавьте яйцо и цветную капусту, хорошо перемешайте. Высыпьте смесь на противень, выстеленный пергаментом, равномерно распределите в виде прямоугольника и очень хорошо утрамбуйте.

4 Запекайте основу 35 мин, аккуратно переверните и готовьте еще 10 мин.

5 Переложите основу для пиццы на сервировочную доску, смажьте томатным соусом. Разложите руколу, ломтики прошутто, оливки, листочки базилика, сбрызните бальзамической глазурью, посыпьте оставшимся пармезаном и подавайте.

На 100 г: белки 6,48 г (8,10% суточной нормы) • жиры 5,52 г (6,13%) • углеводы 6,03 г (3,59%) • ккал 95,5 (5,31%) • натрий 254,79 мг (17,57%) • общий сахар 1,94 г (3,88%) • НЖК 1,85 г (9,25%) • пищевые волокна 1,94 г (6,47%)

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ



Для основы из цветной капусты можно использовать кочерыжку, которую вы обычно наверняка выбрасываете, а также толстое основание внешних листьев.



Основу можно приготовить вообще без яиц – только с твердым сыром, увеличив его количество на 50 г.



При желании такую пиццу можно запечь и вместе с начинкой, чтобы сыр подтаял.



Ветчина из филе индейки «Индилайт» понравится тем, кто хочет питаться вкусно и правильно. Нежная грудка индейки делает ее более легкой, а специально подобранные специи придают утонченный вкус и аромат.


la Trattoria
PIZZA SPECIALE
335г
la Trattoria
PIZZA MOZZARELLA
335г
la Trattoria
PIZZA PEPPERONI
la Trattoria
PIZZA QUATTRO FORMAGGI
335г


bibigo
бибиго
ОТКРОЙТЕ ДЛЯ СЕБЯ
магию
КОРЕЙСКОЙ КУХНИ
Сочная начинка
Дамплинги «Bibigo» королевские
со свининой и овощами


ПЕЛЬМЕНИ
Сибирская коллекция
ФАРШ
НА МОЛОКЕ
Сибирская коллекция
сочные
Сибирская коллекция
сочные


ЛОЖКАРЕВЪ
ИДЕАЛЬНЫЙ
ВЫБОР
ЛОЖКАРЕВЪ
КОТЛЕТЫ
«КУРИНЫЕ»
ЛОЖКАРЕВЪ
КОТЛЕТЫ
«ПО-ДОМАШНЕМУ»
ЛОЖКАРЕВЪ
КОТЛЕТЫ
«ИЗ ИНДЕЙКИ»





ЖАРИМ С ПОЛЬЗОЙ

Выбор растительного масла не только вопрос личных предпочтений. От этого зависит, насколько вкусным и полезным получится блюдо. Важно, чтобы масло гармонично дополняло мясо или овощи, а также не горчило и не дымилось при нагревании. Именно такими качествами обладает высокоолеиновое подсолнечное масло «Подобедов».

Высокоолеиновое масло – что это?

Уже из названия следует, что такое масло богато олеиновой кислотой – мононенасыщенной жирной кислотой, относящейся к категории омега-9. Благодаря особому природному строению она более устойчива к окислению и даже при термообработке не теряет ценных свойств. В высокоолеиновом подсолнечном масле «Подобедов» содержится не менее 80% олеиновой кислоты, а содержание витамина Е (токоферола), который традиционно считают хранителем молодости, достигает 45 мг в 100 г.

Высокоолеиновое масло «Подобедов» производят из особого сорта подсолнечника методом холодного отжима. Благодаря этому оно приобретает неповторимый вкус и аромат с легкими травянистыми, ореховыми нотами и тонким послевкусием семечек. Им можно заправить любимые салаты: винегрет, овощной, нисуаз, и они зазвучат по-новому.

Жареные факты

Еще одно достоинство высокоолеинового масла – на нем безопасно жарить. Когда вы добавляете такое масло в сковороду и увеличиваете температуру, оно не пенится и не дымит, а главное, при этом не образуются канцерогены. Все это заслуга высокого содержания жирных мононенасыщенных кислот, которые не боятся нагревания. Точка дымления (порог температуры, когда масло начинает дымиться) высокоолеинового масла «Подобедов» составляет 211 °С, что подтверждено официальными документами и испытаниями.

С высокоолеиновым маслом легко добиться равномерной золотистой корочки на мясе, рыбе или курице, приготовить блюда в технике быстрой обжарки стир-фрай или порадовать семью аппетитными блинчиками. Масло можно добавлять в любые блюда: супы, запеканки, закуски и выпечку для нежности и полноты вкуса. Ну а изысканный ореховый аромат станет отличным бонусом.

МАСЛО «ПОДОБЕДОВ» ИЗГОТОВЛЕНО МЕТОДОМ ХОЛОДНОГО ОТЖИМА ИЗ СЫРЬЯ С ВЫСОКИМ СОДЕРЖАНИЕМ ОМЕГА-9. УКУПОРЕНО В БУТЫЛКУ ИЗ ТЕМНОГО СТЕКЛА. ЭТО ПОЗВОЛЯЕТ СОХРАНЯТЬ ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЙ ВКУС В ТЕЧЕНИЕ ВСЕГО СРОКА ГОДНОСТИ. УДОБНО, КОГДА НА КУХНЕ ЕСТЬ ТАКОЙ ПОМОЩНИК, СПОСОБНЫЙ ПРЕОБРАЗИТЬ РАЦИОН СЕМЬИ.


АГРОЭКО
ПОДЖАРКА
ИЗ СВИНИНЫ


КЛАССИКА – СОЧНОЕ МЯСО
СВИНИНЫ И СПЕЦИИ
МЯСОКОМБИНАТ
КУРГАНСКИЙ
1907
СВИНИНА
ТУШЕНАЯ
ГОСТ 32125-2013
Для ваших
первых и вторых блюд!

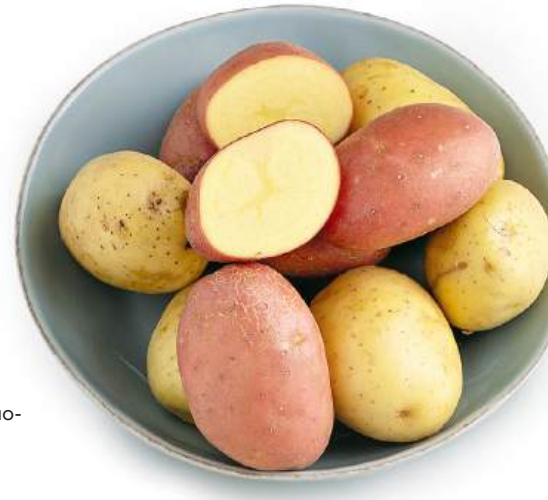

КЛАССИКА
ВКУСА
Роллтон
ГОТОВИТЬ ЛЕГКО!
ВАРИТЬ
3–5
МИНУТ
ЛАПША ЯИЧНАЯ
«КЛАССИЧЕСКАЯ»
ИЗДЕЛИЯ
МАКАРОННЫЕ
ЯИЧНЫЕ

Проще некуда

По накалу страстей обсуждение рецептов драников не уступает борщу или домашним котлетам. Каждая семья, в которой готовят это блюдо, придерживается собственного «правильного» варианта, но, если понимать общие принципы, можно пожарить прекрасные драники с первой попытки и без семейных секретов.



ЕСЛИ ЕСТЬ БЛЮДА – ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ СИМВОЛЫ СТРАНЫ, ТО ДЛЯ БЕЛОРУССИИ ЭТО ОПРЕДЕЛЕННО ДРАНИКИ: ЗОЛОТИСТЫЕ, С ХРУСТЯЩЕЙ «ЮБОЧКОЙ» ПО КРУГУ И МЯГКИМ, НЕЖНЫМ, ВОЗДУШНЫМ ЦЕНТРОМ. ВНЕШНЕ ОНИ ПОХОЖИ НА ОЛАДЬИ, КРУГЛЫЕ И РУМЯНЫЕ, ОДНАКО ЕСТЬ ВАЖНОЕ ОТЛИЧИЕ: ГЛАВНЫЙ ИНГРЕДИЕНТ ДРАНИКОВ – СЫРОЙ КАРТОФЕЛЬ. И ЭТОТ, КАЗАЛОСЬ БЫ, ПРОСТОЙ ПРОДУКТ ТРЕБУЕТ К СЕБЕ ВНИМАТЕЛЬНОГО ОТНОШЕНИЯ И ПОНИМАНИЯ.



Какой картофель выбрать

Считается, что для драников подходит исключительно картофель с высоким содержанием крахмала, тот, который рассыпается при термической обработке (на упаковке его маркируют «для запекания»). Действительно, «тесто» из него лучше держит форму без добавления муки и/или яиц, а драники получаются более воздушными.

Но этот же крахмал, особенно если картофель долго хранился, может сыграть злую шутку: часть крахмала со временем преобразуется в сахара, которые карамелизуются при жарке и формируют не золотистую, а почти черную корочку.

В картофеле восковых сортов (молодом или предназначенном для варки) недостаток собственного крахмала легко компенсировать, добавив либо связующие ингредиенты – муку и/или яйцо, либо самый очевидный недостающий элемент – картофельный крахмал.

ДРАНИКИ МОЖНО УСПЕШНО ПРИГОТОВИТЬ ИЗ ЛЮБОГО КАРТОФЕЛЯ, ГЛАВНОЕ, ЧТОБЫ ОН БЫЛ ВКУСНЫМ И НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ПОДМОРОЖЕННЫМ. ЕСЛИ ЗАТРУДНЯЕТЕСЬ С ВЫБОРОМ, СМЕШАЙТЕ КАРТОФЕЛЬ РАЗНЫХ СОРТОВ.





Как натирать

О самом правильном способе натереть картофель говорит название блюда – драники. Посмотрите на классическую четырехстороннюю терку и найдите «колючую» сторону. На ней-то и «дерут» картофель практически в кашицу. На самом деле на это мало кто отваживается: уж слишком трудоемкая затея, да и порезать костяшки пальцев очень легко. В Белоруссии есть даже поговорка: мол, самые вкусные драники приправлены каплей крови хозяйки.

Не готовы рисковать пальцами – используйте мелкую терку. Если под рукой есть кухонный комбайн, возьмите диск с самыми мелкими отверстиями. Кстати, результат, очень схожий с использованием «колючей» терки, дает измельчение ножами в чаше кухонного комбайна в импульсном режиме. Только не забывайте почаще останавливать мотор и очищать стенки чаши.



ЕСЛИ НАТЕРЕТЬ КАРТОФЕЛЬ НА КРУПНОЙ ТЕРКЕ, РАСПОЛАГАЯ КЛУБЕНЬ ПО ДЛИНЕ, ЧТОБЫ ПОЛУЧИЛАСЬ ДЛИННАЯ ТОНКАЯ СОЛОМКА, ВЫ ПРИГОТОВИТЕ НЕ ДРАНИКИ, А ЛИБО ШВЕЙЦАРСКОЕ БЛЮДО РЁСТИ, ЛИБО АМЕРИКАНСКИЙ ХАШБРАУН, В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ДАЛЬНЕЙШИХ ДЕЙСТВИЙ.







Отжимать или нет?

Натертый картофель выпускает довольно много сока. Некоторые хозяйки предпочитают его отжать как можно тщательнее. Делают это либо руками, либо перекладывают на кухонное полотенце, завязывают узлом и выжимают. Отжатую воду иногда сохраняют и дают ей отстояться. На дно посуды оседает крахмал, который возвращают в картофель, аккуратно слив с него картофельный сок. Конечно, если под рукой есть картофельный крахмал в пачке, проще подсыпать его, хотя это и не в духе традиций.

ОБЩЕЕ ПРАВИЛО ТАКОВО: ЧЕМ СУШЕ КАРТОФЕЛЬНАЯ МАССА, ТЕМ ПЫШНЕЕ ДРАНИКИ. ПРОБУЙТЕ РАЗНЫЕ ВАРИАНТЫ, ИЩИТЕ СВОЙ ЛЮБИМЫЙ.

Другие не отжимают картофель вовсе. Такое тесто сильнее расплывается при жарке, но всегда можно подсобрать его по краям лопаточкой.

Самый распространенный способ – слегка отжать руками или откинуть на дуршлаг и немного утрамбовать, чтобы сок стек.

Что, кроме картофеля?

Пуристы ответят на этот вопрос строго: ничего! Только картофель, соль, перец и, так и быть, тертый лук, чтобы масса не темнела. «Тесто» связывается за счет собственного крахмала картофеля.

ЯЙЦА И МУКА. В реальной жизни к картофелю часто добавляют яйцо. Оно делает массу более жидкой, но при обжаривании протеины коагулируют, связывая картофельную массу. В современных рецептах драников в тесто, помимо яиц, также добавляют пшеничную муку. Как правило, ее совсем немного, только для связки и подстраховки на случай недостатка крахмала. Ни яйца, ни мука не оказывают существенного влияния на вкус драников, но лишают их привлекательности для тех, кто придерживается веганской или безглютеновой диеты.

ЛУК. Если присутствие яиц и муки в драниках вызывает бурные дискуссии, то лук считается совершенно правомерной добавкой, и вот почему.

При натирании сырой картофель окисляется и становится серого, а затем бурого цвета (точно так же ведет себя яблоко). В луковом соке присутствуют соединения, благодаря которым картофельная масса дольше остается светлой.



СООТНОШЕНИЕ КАРТОФЕЛЯ И ЛУКА ПОДБИРАЮТ ПО ВКУСУ: ОТ 1 ЛУКОВИЦЫ НА 1 КГ КАРТОФЕЛЯ ДО РАВНОГО КОЛИЧЕСТВА.

Чтобы картофель точно не потемнел, начните с измельчения лука (с помощью кухонного комбайна или терки) и натирайте картофель прямо в миску с луком. Часто перемешивайте, чтобы свеженатертый картофель соприкасался с луком.

СМЕТАНА. Иногда в рецептах драников появляется небольшое количество сметаны, простокваши или кефира. Они выполняют или усиливают функцию лука за счет создания кислотной среды. Но любой из этих продуктов делает тесто более жидким, к тому же может свернуться при термической обработке. Лук прекрасно предотвратит потемнение картофеля без помощников.



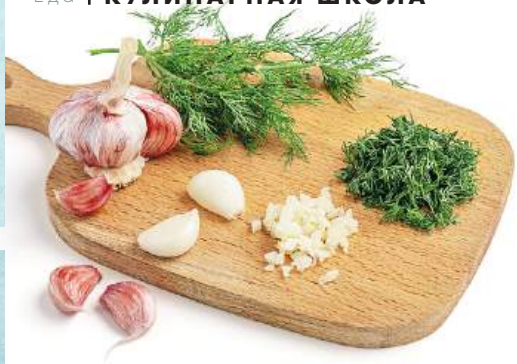


Прочие добавки

Свежий зеленый или обжаренный репчатый лук, жареные грибы, мясной фарш, мелко нарезанный бекон прекрасно сочетаются с картофелем и словно просятся в тесто для драников. Если хочется непременно добавить один из перечисленных ингредиентов, сделайте это в виде припека: в самом начале обжаривания драника выложите на еще сырую поверхность дополнительные ингредиенты. Когда одна сторона подрумянится, переверните драник и обжарьте со стороны припека.







НЕПОСРЕДСТВЕННО В МАССУ ДЛЯ ДРАНИКОВ МОЖНО ДОБАВИТЬ МЕЛКО НАРЕЗАННЫЙ ЧЕСНОК И УКРОП.

На чем жарить?

Сегодня драники чаще всего жарят на рафинированном растительном масле. Это удобно и дешево, но, если придерживаться традиций белорусской кухни, стоит попробовать поджарить драники на вытопленном свином или курином жире – смальце. И аромат будет ярче, и корочка получится более хрустящей. Нет смальца – возьмите топленое сливочное масло или хотя бы смешайте растительное со сливочным.

В любом случае жир необходимо тщательно разогреть в сковороде



с тяжелым дном и только после этого наливать или выкладывать (это зависит от выбранного рецепта) порции теста. Огонь при жарке – среднесильный, чтобы образовалась румяная хрустящая корочка, но в то же время успел пропечься центр драников. При необходимости снижайте интенсивность нагрева, не позволяйте драникам подгорать и оставаться сырыми внутри.

КРЫШКА ВАМ НЕ ПОНАДОБИТСЯ: В ДРАНИКАХ ОСОБО ЦЕНЯТСЯ ХРУСТЯЩИЕ КРАЕШКИ, А ПОД КРЫШКОЙ ОНИ ТОЧНО НЕ ПОЛУЧАТСЯ. ТОНКИЕ ДРАНИКИ ДРАНИКИ УСПЕЮТ ПРЕКРАСНО ПРОЖАРИТЬСЯ – ПРОСТО СЛЕДИТЕ ЗА СИЛОЙ ОГНЯ В ПРОЦЕССЕ ПРИГОТОВЛЕНИЯ.





Драники в духовке

Жарка – самый распространенный способ приготовления драников. Но если очень хочется или необходимо от него отказаться, то попробуйте их запечь. Чтобы драники не расплывались, выберите рецепт без яиц, а картофель отожмите чуть сильнее, чем «слегка». Разогрейте духовку до 220 °С – корочка получится румяной, но картофель под ней успеет пропечься.

Застелите противень бумагой для выпечки и смажьте ее тонким слоем жира. Выложите драники, поставьте в духовку и запекайте 25–30 минут, до золотистого цвета. Достаньте противень, переверните драники и верните в духовку еще на 7–10 минут.

Чтобы драники получились идеально круглыми, выкладывайте порции в сервировочное кольцо. Но не утрамбовывайте массу слишком усердно, иначе драники получатся плотными и будут долго пропекаться.



ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ ВАФЕЛЬНИЦА, ПОПРОБУЙТЕ ПРИГОТОВИТЬ ДРАНИКИ В НЕЙ. ТЩАТЕЛЬНО СМАЖЬТЕ ПЛАСТИНЫ ЖИРОМ И ДОБАВЬТЕ В ТЕСТО НЕМНОГО РАСТОПЛЕННОГО СЛИВОЧНОГО МАСЛА.



Родственники драников, близкие и не очень

• У драников есть брат-близнец – картофельные латкес. Это блюдо ашкеназских евреев, живших в Польше, Литве и Белоруссии. В латкес нет ни яиц, ни муки, только сырой картофель, тертый на мелкой терке, соль, перец и репчатый лук. Жарили латкес на курином или гусином жире, а подавали не со сметаной, а с яблочным пюре: сочетание в одном блюде и даже в одной трапезе мясных и молочных продуктов запрещено по религиозным соображениям.
• В Швейцарии готовят рёсти (рёшти). Для них картофель натирают так, чтобы получилась длинная тонкая соломка. В составе только картофель, соль и перец, никакого лука, муки или яиц. Картофель спасают от потемнения промыванием в воде, часто подсоленной. Как правило, рёсти зажаривают на сковороде как блин, а при подаче нарезают сегментами.
• Американский хашбраун объединяет рёсти и драник: картофель натерт крупно, обжаривается порционно. Если для рёсти картофельную массу стараются утрамбовать поплотнее, то для хашбрауна, напротив, стремятся оставить рыхлой, чтобы получились хрустящие, поджаристые края.

Иногда встречаются рецепты хашбраунов, в которых картофель сначала отваривают до полуготовности, а затем натирают на терке и обжаривают. Кстати, драников из вареной картошки не бывает. Это уже какое-то другое блюдо: картофельные котлеты, зразы, хашбраун... Но не драники.

С чем подавать

• Обжигающе горячие драники с жирной плотной холодной сметаной – это золотой стандарт, когда драники подаются как самостоятельное блюдо.
• Не менее хороши драники с грибным соусом или просто жареными грибами, как гарнир.
• В Белоруссии драники часто подают с мачанкой – густым рагу из мелко нарезанной свиной грудинки.
• Соленый или копченый лосось и сметана с укропом, рубленая сельдь с луком, шпроты, печеночный паштет, яичный салат, терпкое брусничное варенье или нежный яблочный соус – все это составит отличную компанию драникам.

ОСТАВШИЕСЯ ДРАНИКИ НА СЛЕДУЮЩИЙ ДЕНЬ МОЖНО СЛОЖИТЬ В ГОРШОЧЕК ИЛИ НЕБОЛЬШУЮ ЖАРОПРОЧНУЮ КАСТРЮЛЮ, ПРОСЛАИВАЯ ГРИБНЫМ СОУСОМ, И ПРОГРЕТЬ В ДУХОВКЕ.

ДРАНИКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СЛИВОЧНО-ГРИБНОМ СОУСЕ

1 ч **4 порции**

500 г картофеля
2 луковицы
200 г шампиньонов
150 мл сливок жирностью 20%
100 г тертого сыра
1 яйцо
растительное масло для жарки
соль, свежемолотый черный перец

1 Натрите картофель и 1 луковицу на мелкой терке. Хорошо отожмите, положите в миску. Добавьте яйцо, соль и перец, перемешайте.
2 Разогрейте в широкой сковороде растительное масло, выкладывайте картофельную массу столовой ложкой. Обжарьте драники до румяной корочки с двух сторон, переложите на бумажные полотенца.
3 Разогрейте духовку до 200 °С. Оставшуюся луковицу нарежьте тонкими полукольцами. Шампиньоны нарежьте пластинками.
4 В той же сковороде разогрейте еще немного растительного масла, пассеруйте лук до золотистого цвета, часто помешивая. Добавьте в сковороду грибы и готовьте до полного испарения жидкости. Влейте сливки, дайте соусу слегка загустеть, посолите и поперчите.
5 В жаропрочную форму выложите слоями драники, грибной соус и тертый сыр, повторите слои. Запекайте в духовке в течение 10–15 мин. Подавайте блюдо сразу же.

На 100 г: белки 6,14 г (7,68% суточной нормы) • жиры 10,64 г (11,82%) • углеводы 12,17 г (7,24%) • ккал 165,55 (9,20%) • натрий 429,69 мг (29,63%) • общий сахар 2,20 г (4,40%) • НЖК 4,14 г (20,70%) • пищевые волокна 1,86 г (6,20%)



Отступая от классики

Горячие драники и холодная сметана – самый распространенный, но не единственный вариант подачи хрустящих картофельных оладий. Придайте классическому блюду новое звучание, добавив к нему яркие соусы. Вот несколько идей, что приготовить.



Doshirak

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ

ВКУС, ОТ КОТОРОГО ТЕПЛО НА ДУШЕ!



Сделай самсу сам

Хрустящая золотистая корочка, сочная начинка и потрясающий аромат, мгновенно разжигающий аппетит, – это про самсу, знаковое блюдо восточной кухни, которое любят и по всей России. О том, как самим испечь вкусную самсу, нам рассказал шеф-повар Рустам Рахимов – именно такую он готовит дома.

РЕЦЕПТ НА СТР. 52

ЕЩЕ БОЛЬШЕ РЕЦЕПТОВ



Рустам Рахимов,
шеф-повар ресторана «Умай», Казань

Мнение

Классическая самса – это слоеное или пресное тесто, запеченное в тандыре или духовке, с сочной мясной начинкой. В ней четыре базовых ингредиента: тесто, мясо, жир и лук. Первое, что нужно знать о самсе, – ее готовят заранее, так как и тесто, и фарш должны около суток выдерживаться в холодильнике.

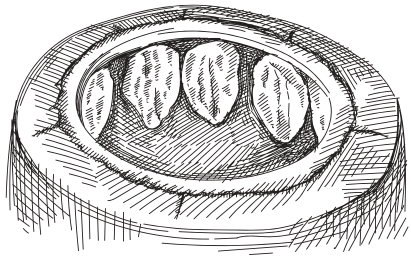
Фундамент вкуса – тесто

Оно должно быть очень твердым, поэтому вымешивание потребует усилий. Соедините воду, муку, соль и растительное масло и замешивайте тесто до тех пор, пока оно не перестанет липнуть к рукам и поверхности стола. Затем накройте тесто полотенцем и дайте ему отдохнуть 15–20 минут.

Чтобы дальше работать было комфортнее, разделите тесто на две части. Каждую из них тонко раскатайте и смажьте размягченным сливочным маслом, а лучше растопленным животным жиром комнатной температуры, в идеале гусиным, так тесто получится более твердым и хрустящим.

Смазанный пласт теста нужно свернуть в очень плотный рулет, натягивая тесто на себя. Таким же образом поступаем со второй частью теста. Получившиеся рулеты сворачиваем «улиткой», укладываем их на блюдо, накрываем пленкой и отправляем в холодильник. Там тесто должно пролежать около суток.

Если вы хотите приготовить самсу со слоеным тестом, то подготовленное заранее тесто (сутки в холодильнике) нужно раскатать в тонкий пласт, смазать сливочным или топленым маслом, свернуть в рулет, дать отдохнуть в холодильнике пару часов, нарезать шайбами по 4–5 см, превратить их в лепешки, надавив ладонью, а затем снова раскатать до толщины 1–2 см. Такое тесто после выпечки будет хрустящим и многослойным.



Традиционную самсу выпекают в тандыре – глиняной печи. Однако и в духовке получится вкусно.

Сердце самсы – начинка

Чаще всего начинку для самсы делают из жирных отрубов говядины и баранины. Мясо нарезают кубиками 5 х 5 мм (ни в коем случае не прокручивайте через мясорубку!). Можно его предварительно слегка подморозить – так нарезать будет легче. Обязательно добавьте курдюк или другой животный жир, например нутряной, чтобы фарш получился более сочным и насыщенным. И, конечно же, лук, много лука! В пропорции 1:1 к мясу (или даже больше) лук тоже дает начинке сочность.

Лук нарезаем очень тонкой соломкой и хорошо промина-ем с фаршем. Затем солим и добавляем пряности. Базовый набор – кориандр, зира, молотый чили и черный перец. Иногда я еще кладу копченый черный перец или копченую паприку, так начинка приобретает оттенок дымка. А чтобы раскрыть вкус и аромат зиры и кориандра, я обжариваю их на сухой сковороде, а затем растираю в ступке.

После того как добавили специи, нужно все еще раз тщательно промять и перемешать. Фарш, как и тесто, желательно убрать в холодильник на ночь или на сутки. За это время мясо как следует промаринуется и станет мягче.

Правила лепки

Возвращаемся к тесту. Достаем рулетики из холодильника, нарезаем на кусочки и расплющиваем ладонью. Муку больше не используем. Каждую лепешку раскатываем до 2 мм таким образом, чтобы края остались тонкими, а центр был более плотным. Делать это удобно на силиконовом коврике.

Затем выкладываем в центр начинку и формируем самсу. На 40 г теста я обычно использую 60 г фарша. Форма самсы может быть разной: круглой, треугольной или в виде полумесяца. Для круглой нужно приподнять тесто с краев и защепить в центре, для треугольной – приподнять тесто с трех сторон и защепить. Готовую самсу переворачиваем швом вниз и накрываем пищевой пленкой, чтобы тесто не подсохло, пока вы лепите остальную.

В печь!

Духовку нужно предварительно хорошо разогреть. Выкладываем самсу на противень (швом вниз!), застеленный пергаментом, смазываем ее яйцом и посыпаем кунжутом или маком. Обязательно оставляйте зазоры между пирожками, чтобы самса выпекалась равномерно.

фото: Shutterstock/Fotodom.ru

После первых 20 минут самсу можно сбрызнуть водой из пульверизатора, чтобы она не пересохла, а затем убавить температуру до 150 °С и довести до готовности. Испеченную самсу накройте полотенцем – тесто будет мягким и хрустящим, а начинка останется сочной.

Подают самсу горячей, с черным или зеленым чаем. Мне нравится самса в компании травяного сбора с лепестками роз или чабрецом. Иногда ее едят с айраном, кефиром или сметаной. А если у вас большое застолье, рекомендую приготовить для самсы томатный соус.

Привычное и необычное

Самса у тюркских народов – блюдо обыденное, в Средней Азии ее продают на каждом углу. Но есть и необычные варианты, например самса на кости. Внутри нее мясо на косточке с жиром и луком, а из пирожка торчит тонкая косточка. Вариации блюда зависят от региональных традиций и веяний моды. Бывает даже самса с креветками! Я люблю делать самсу на основе сезонных продуктов: осенью это тыква, весной – дикий шпинат или пряный джусай (китайский лук). Вот несколько хороших начинок:

С ТЫКВОЙ. Сладкая тыква, много лука, немного масла или курдюка. У этой начинки очень нежная текстура.

С КАРТОФЕЛЕМ. Картофель нарезают мелко, почти как для драников. Добавляют лук, специи, иногда чуть-чуть гусиного жира или топленого масла. Сытно и не накладно.

С КУРИЦЕЙ. Куриное филе или бедрышко нарезают кубиками, смешивают с луком и специями. В качестве специй хорошо добавить кунжут. Самса с такой начинкой готовится быстрее, и это менее жирный вариант, чем классика.

С СЫРОМ И ЗЕЛЕНЬЮ. Это блюдо называют кок-самса, оно очень популярно в Узбекистане. Можно брать любой сыр: брынзу, сулугуни, адыгейский и свежую зелень по вкусу – шпинат, мангольд, кинзу, зеленый лук, укроп, мяту. Получается пирожок с нежной пикантной начинкой, который особенно хорош с чаем.

С ГРИБАМИ. Шампиньоны или лесные грибы смешивают с луком, перцем, иногда с картофелем. Ароматная альтернатива мясной самсе.

С ЯБЛОКАМИ И КОРИЦЕЙ. Десертный вариант, в который можно добавить изюм и орехи.

7 СЕКРЕТОВ САМСЫ ОТ РУСТАМА РАХИМОВА

- Мясо рубить, а не перекручивать в мясорубке, иначе фарш потеряет плотность вкуса.
- Использовать животный жир, в идеале курдюк, чтобы получить более воздушное тесто.
- Лука не жалеть: от него зависит сочность начинки.
- Сформированную самсу перед выпечкой можно немного охладить – так тесто станет более слоистым.
- Хорошо защипывать края, чтобы сок не вытек.
- Жарить самсу не стоит, это не чебурек. Жарка лишает ее воздушности.
- Если у вас найдется пекарский камень для пиццы и хлеба, используйте его для выпечки самсы в духовке, так тесто приобретет «тандырную» текстуру и корочку. А если на даче есть тандыр, готовьте именно в нем!



Подайте к самсе соус из уваренных томатов в собственном соку, приправленных зеленью, чесноком, молотым кориандром и чили.

ДОМАШНЯЯ САМСА

❄

1 ч 20 мин + 24 ч

16–18 штук

400 г муки
220 мл питьевой воды
50 г сливочного масла
50 г растительного масла
3 г соли
1 яйцо
2–3 ст. л. кунжута или мака

Для начинки:
400 г мякоти баранины или говядины с жирком
500 г лука
200 г тыквы
1 щепотка семян зиры
соль, свежемолотый черный и острый перец по вкусу

1 Просейте горкой муку, добавьте соль, воду и растительное масло. Тщательно замесите нелипкое тесто. Накройте полотенцем и оставьте на 15–20 мин.

2 Разделите тесто на 2 равные части, раскатайте каждую в тонкий пласт и смажьте размягченным сливочным маслом.

3 Каждый пласт скатайте в плотный рулет, слегка растягивая тесто. Сверните рулеты «улиткой». Положите «улитки» на блюдо или доску и уберите в холодильник на сутки.

4 Для начинки мелко порубите мясо. Нарежьте лук тонкой соломкой, а тыкву – маленькими кубиками. Зиру слегка обжарьте на сухой сковороде, растолките в ступке.

5 Разомните мясо с луком, добавьте тыкву, зиру, приправьте солью, черным и острым перцем по вкусу и еще раз перемешайте.

6 Рулеты из теста нарежьте поперек на кусочки весом около 40 г. Слегка сплющите их ладонью. Каждый кружок раскатайте так, чтобы края были чуть тоньше, а середина чуть толще.

7 На середину кружка положите 60 г начинки, соедините над ней края теста с трех сторон и плотно защипните.

8 Разогрейте духовку до 190–200 °С. Положите самсу на противень, застеленный пергаментом, швом вниз. Смажьте разболтанным яйцом, посыпьте кунжутом или маком. Выпекайте до румяной корочки 30 мин.

9 Накройте самсу полотенцем, дайте постоять 5 мин и подавайте.

На 100 г: белки 8,81 г (11,01% суточной нормы) • жиры 8,08 г (8,98%) • углеводы 22,88 г (13,62%) • ккал 198,69 (11,04%) • натрий 235,67 мг (16,25%) • общий сахар 1,73 г (3,46%) • НЖК 2,82 г (14,10%) • пищевые волокна 1,44 г (4,80%)









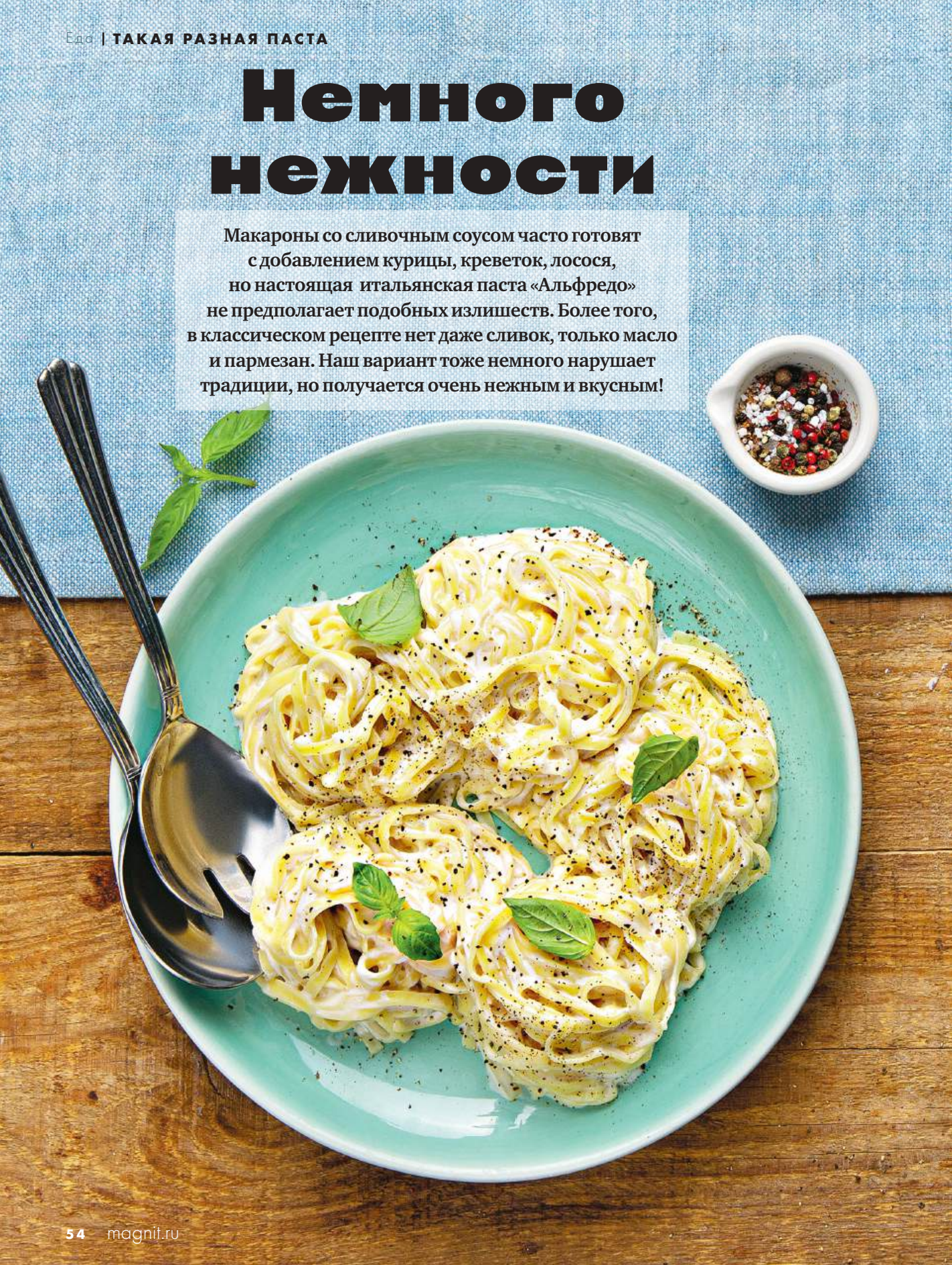


Если для начинки вы используете говядину, обратите внимание, чтобы мясо обязательно было с жирком.




Немного нежности

Макароны со сливочным соусом часто готовят с добавлением курицы, креветок, лосося, но настоящая итальянская паста «Альфредо» не предполагает подобных излишеств. Более того, в классическом рецепте нет даже сливок, только масло и пармезан. Наш вариант тоже немного нарушает традиции, но получается очень нежным и вкусным!





Если вы привыкли строго следовать классике, приготовьте пасту так, как задумал автор, римский ресторатор по имени Альфредо. Кремовый соус в этом случае должен состоять из щедрой порции сливочного масла и хорошего молодого пармезана.

ПАСТА «АЛЬФРЕДО»

20 мин **4 порции**

350 г длинной пасты
500 мл сливок жирностью 20%
50 г пармезана
4 зубчика чеснока
1 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. муки
щепотка белого перца
щепотка мускатного ореха
соль
базилик для подачи

1 Отварите пасту, согласно инструкции на упаковке, откиньте на дуршлаг, дайте воде стечь.

2 Мелко нарежьте чеснок. Растопите масло в широкой сковороде, помешивая, пассеруйте чеснок в течение 1 мин. Добавьте муку и готовьте, помешивая, еще 1 мин.

3 Тонкой струйкой при непрерывном помешивании влейте в сковороду сливки. Натрите пармезан на мелкой терке.

4 Доведите соус почти до кипения, уменьшите огонь до минимума, готовьте 1–2 мин, до загустения.

5 Добавьте в соус пармезан, приправьте белым перцем и мускатным орехом, посолите и хорошо перемешайте.

6 Положите в сковороду пасту, перемешайте, чтобы она была полностью покрыта соусом. Разложите по тарелкам и подавайте. При желании украсьте базиликом.

На 100 г: белки 6,62 г (8,28% суточной нормы) • жиры 10,96 г (12,18%) • углеводы 24,67 г (14,68%) • ккал 223,73 (12,43%) • натрий 237,56 мг (16,38%) • общий сахар 2,35 г (4,70%) • НЖК 6,63 г (33,15%) • пищевые волокна 1,02 г (3,40%)



Скидка 25%

на первый заказ в приложении Магнит

Промокод ДОСТАВКА25



Бесплатная доставка

СКИДКА 25% ДЕЙСТВУЕТ С 01.09.2023 ПО 31.12.2025 НА ПЕРВЫЙ ЗАКАЗ ОТ 1000 РУБ. В РАЗДЕЛЕ «ДОСТАВКА» В ПРИЛОЖЕНИИ «МАГНИТ: АКЦИИ И ДОСТАВКА» (6+) ПО ПРОМОКОДУ «ДОСТАВКА25» В РЕГИОНАХ ПРИСУТСТВИЯ СЕРВИСА. СКИДКА ПРИМЕНЯЕТСЯ ТОЛЬКО НА ОБЩУЮ СТОИМОСТЬ ТОВАРОВ В КОРЗИНЕ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ, НЕ МОЖЕТ ПРЕВЫШАТЬ 4000 РУБ. И НЕ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ НА УСЛУГИ СБОРКИ И ДОСТАВКИ ЗАКАЗА. ПРОМОКОД НЕ ДЕЙСТВУЕТ В ФОРМАТАХ «ГИПЕРМАРКЕТ» И «МАГНИТ АПТЕКА». БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА ДЕЙСТВУЕТ С 01.02.2024 ПО 31.12.2025 ПРИ ЗАКАЗЕ ОТ МИНИМАЛЬНОЙ СУММЫ ИЗ МАГАЗИНА «МАГНИТ» В РАЗДЕЛЕ «ДОСТАВКА» В ПРИЛОЖЕНИИ «МАГНИТ: АКЦИИ И ДОСТАВКА» (6+), ЗА ИСКЛЮЧЕНИЕМ ФОРМАТА «МАГНИТ АПТЕКА». АО «ТАНДЕР» ВПРАВЕ ИЗМЕНИТЬ СРОКИ И ИНЫЕ УСЛОВИЯ АКЦИЙ. ПОДРОБНОСТИ НА DOSTAVKA.MAGNIT.RU. АО «ТАНДЕР», ОГРН: 1022301598549, Г. КРАСНОДАР, УЛ. ЛЕВАНЕВСКОГО, 185.

Удачное применение

Капусту не принято квасить маленькими порциями. Если уж браться за дело, то так, чтобы получилась целая бочка! Или хотя бы кастрюля. Зачем мелочиться, ведь есть столько отличных идей, как потом квашеную капусту использовать.



КАК КВАСИТЬ КАПУСТУ

КАРТОФЕЛЬНЫЙ СУП С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ И КОЛБАСКАМИ

3–4 порции

В кастрюле обжарьте на растительном масле нарезанную кубиками луковицу. Добавьте 2 копченые колбаски, нарезанные кружками, и 350 г отжатой квашеной капусты. Влейте 1 л бульона, добавьте нарезанные кубиками 2–3 картофелины, лавровый лист, ½ ч. л. тмина и 1 ст. л. сладкой паприки. Варите под крышкой на слабом огне 20–25 мин. Добавьте в суп 80 мл сливок жирностью 20%, посолите, поперчите и подавайте, посыпав свежей петрушкой.

На 100 г: белки 1,57 г (1,96% суточной нормы) • жиры 3,49 г (3,88%) • углеводы 5,54 г (3,30%) • пищевые волокна 1,27 г (4,23%) • ккал 57,87 (3,22%) • НЖК 1,24 г (6,20%) • натрий 457,26 мг (31,54%) • общий сахар 1,77 г (3,54%)

ВАРЕНИКИ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ И ШКВАРКАМИ

3–4 порции

Нарежьте луковицу кубиками, 400 г квашеной капусты отожмите и нарежьте короткой соломкой. На растительном масле спассеруйте лук, добавьте капусту, обжарьте вместе. Уменьшите нагрев и тушите под крышкой 20–25 мин, приправьте ½ ч. л. молотого кориандра, поперчите. В центр каждого кружочка теста для вареников положите капустную начинку, защипните края. Отварите вареники в большом объеме подсоленного кипятка. 150 г соленого сала нарежьте мелкими кубиками, поджарьте на сухой сковороде до румяной корочки. Подавайте вареники, посыпав шкварками.

На 100 г: белки 5,35 г (6,69% суточной нормы) • жиры 15,06 г (16,73%) • углеводы 24,05 г (14,32%) • пищевые волокна 2,38 г (7,93%) • ккал 252,76 (14,04%) • НЖК 3,81 г (19,05%) • натрий 591,22 мг (40,77%) • общий сахар 1,44 г (2,88%)

ХРУСТЯЩИЕ ШАРИКИ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ

3–4 порции

Удалите оболочку с 200 г колбасок для жарки и поджарьте до коричневого цвета, разбивая мясные комочки лопаткой. Добавьте нарезанную кубиками луковицу и готовьте еще несколько минут, остудите. Смешайте фарш с 250 г отжатой квашеной капусты, 2 ст. л. хлебных крошек, 3 ст. л. творожного сыра, приправьте солью и 1 ч. л. сушеного чеснока. Сформируйте 16 шариков и уберите в холодильник на 30 мин. Запанируйте шарики в муке, обмакните во взбитом яйце, обваляйте в панировочных сухарях и обжарьте во фритюре до румяной корочки со всех сторон.

На 100 г: белки 7,74 г (9,68% суточной нормы) • жиры 15,38 г (17,09%) • углеводы 11,23 г (6,68%) • пищевые волокна 2,00 г (6,67%) • ккал 213,38 (11,85%) • НЖК 4,25 г (21,25%) • натрий 543,56 мг (37,49%) • общий сахар 2,26 г (4,52%)

ШТРУДЕЛЬ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ

3–4 порции

Нарежьте 6 ломтиков бекона соломкой, обжарьте до румяной корочки. В вытопившемся жире спассеруйте нарезанный кубиками лук. Смешайте в миске 350 г отжатой квашеной капусты, бекон, лук, 1 яйцо, 2 ст. л. панировочных сухарей и ½ ч. л. тмина. Раскатайте 500 г слоеного теста в прямоугольный пласт, смажьте растопленным сливочным маслом. Положите начинку вдоль длинной стороны, сверните рулет, переложите на противень швом вниз и смажьте сливочным маслом. Выпекайте 30–35 мин в разогретой до 175 °С духовке. Подавайте со сметаной.

На 100 г: белки 6,37 г (7,96% суточной нормы) • жиры 26,45 г (29,39%) • углеводы 28,19 г (16,78%) • пищевые волокна 2,15 г (7,17%) • ккал 374,36 (20,80%) • НЖК 7,89 г (39,45%) • натрий 473,87 мг (32,68%) • общий сахар 1,62 г (3,24%)



Квашеная капуста с подсолнечным маслом — это классика. Масло «РУССКА» получено методом холодного прессования из сырых семян подсолнуха. Оно прекрасно подходит для заправки салатов и других блюд.

Самый вкусный борщ

Борщ – наше все! Его варят по всей России, от Карелии до Камчатки, и всюду он разный. Наверное, не найдется семьи, где борщ не любят. И даже если у вас есть проверенный бабушкин рецепт, все равно можно попробовать приготовить борщ так, чтобы он стал еще вкуснее.

1 Встречаются борщи без свеклы, например, кубанский или донской, но чаще всего свекла – обязательный ингредиент. Чтобы она отдала борщу максимум цвета и вкуса, при этом сама не превратилась в вату, используйте запеченную, а не вареную или тушеную. Заверните неочищенную свеклу в фольгу, запекайте при 200 °С примерно 1 час, затем обдайте холодной водой, очистите, нарежьте и положите в бульон с остальными овощами за 10 минут до готовности борща. Если вы тушите свеклу, делайте это на огне не выше среднего.

2 Для яркого свекольного вкуса и цвета выжмите сок из сырой свеклы и добавьте его в кастрюлю с борщом за пару минут до готовности.

3 Кислота помогает создать сбалансированный вкус и сохраняет красивый цвет борща. Но это не обязательно должен быть уксус или лимонный сок, кислоты помидоров бывает достаточно.

ДЛЯ ЯРКОГО АРОМАТА БОРЩА МЕЛКО ПОРУБИТЕ С СОЛЬЮ И СЫРЫМ ЧЕСНОКОМ ЗЕЛЕНЬ И ДОБАВЬТЕ ЕЕ В КАСТРЮЛЮ УЖЕ ПОСЛЕ ТОГО, КАК ОГОНЬ ВЫКЛЮЧЕН.

Борщ можно варить на любом бульоне: мясном, из птицы, овощном, грибном. Чтобы он получился вкусным и наваристым, кладите продукты в холодную воду, на среднем огне доводите до кипения, солите, снимайте пену, уменьшайте огонь до слабого и томите от 40 минут (для овощей и грибов) до 4–6 часов (для жилистого мяса, суповых наборов).





5 ДОБАВОК К БОРЩУ

- СОЧНЫЕ МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ С ЗЕЛЕНЬЮ;
- КРУПНО НАРЕЗАННЫЕ ЖАРЕНЫЕ ГРИБЫ;
- ЗАПАРЕННЫЙ В БУЛЬОНЕ С ЧЕСНОКОМ И ТОНКО НАРЕЗАННЫЙ ЧЕРНОСЛИВ;
- КРАСНАЯ ФАСОЛЬ – ВЕГЕТАРИАНСКИЙ БОРЩ МОЖНО ГОТОВИТЬ НА ЕЕ ОТВАРЕ ВМЕСТО БУЛЬОНА;
- ЖАРЕНАЯ РЫБА (КЛАДЕТСЯ В ТАРЕЛКУ С ГОТОВЫМ ВЕГЕТАРИАНСКИМ БОРЩОМ).

4 Если вы используете томатную пасту, ее не нужно обжаривать. Зачерпните половник жидкой составляющей борща, влейте в небольшую мисочку, добавьте пасту, перемешайте венчиком и верните в кастрюлю.

5 Прекрасная альтернатива свежим помидорам – консервированные в собственном соку или томатное пюре. В них даже больше вкуса и цвета.

6 Ничто не портит вкус борща так, как переваренная капуста. Ей достаточно покипеть 5–7 минут и потом настояться под крышкой, когда огонь уже выключен.

7 Не все любят в борще картофель, хотя это важный ингредиент. Хороший вариант – нарезать картофель крупно, например на четвертинки, и класть его в тарелку только тем, кто хочет.

8 Классические приправы для борща – лавровый лист, черный перец, чеснок и петрушка. При желании можно добавить тимьян или орегано, капельку кориандра, немного соевого соуса. Прекрасный «ароматизатор» для вегетарианского борща – ломтики сухих белых грибов.

РАБОТА НАД ОШИБКАМИ

• **Борщ получился слишком густым?** Часто говорят, что в хорошем борще «ложка стоит», но все-таки жидкой составляющей не должно быть совсем мало. Разбавить борщ водой – значит испортить его. Можно поступить так: переложить из борща часть овощей без жидкости в отдельную кастрюлю, залить томатным соком, приправить солью и перцем, поварить 5–10 минут и влить в борщ только жидкость. Овощи в борщ лучше не возвращать, их можно заправить сливочным маслом и съесть как гарнир. Другой вариант – пассеровать до густоты натертые помидоры, приправить, влить немного воды, поварить минуту и разбавить борщ.

ХОРОШО НАСТОЯВШИЙСЯ, ВЧЕРАШНИЙ БОРЩ ВСЕГДА ВКУСНЕЕ ТОЛЬКО ЧТО СВАРЕННОГО. НО СТАРАЙТЕСЬ НЕ НАГРЕВАТЬ ЕГО БОЛЬШЕ ДВУХ РАЗ: ОН ОТ ЭТОГО СИЛЬНО ТЕРЯЕТ ВО ВКУСЕ.



ЕЩЕ БОЛЬШЕ РЕЦЕПТОВ

КЛАССИЧЕСКИЙ БОРЩ

3 ч 40 мин **8–10 порций**

1,2 кг говядины на кости
400 г капусты
3 луковицы
2–3 моркови
2 свеклы
3 картофелины
4 помидора
1 сладкий перец
5 зубчиков чеснока
2 ст. л. яблочного уксуса
1 пучок петрушки
растительное масло
1 ч. л. перца-горошка
соль
сметана для подачи

1 Говядину положите в кастрюлю, залейте 3 л холодной воды, доведите до кипения, посолите, уменьшите огонь до минимума, снимите пену. Добавьте крупно нарезанные луковицу и морковку, стебли петрушки и перец-горошек. Варите без крышки 3 ч. Процедите бульон. Мясо снимите с кости и нарежьте.
2 Измельчите лук. Морковь и свеклу нарежьте соломкой, перец – маленькими кубиками, картофель – средними дольками. Капусту нашинкуйте. Помидоры натрите на терке.
3 Поставьте на средний огонь 2 сковороды, в каждой нагрейте небольшое количество масла. В одну положите лук, в другую – свеклу. Обжаривайте, помешивая, 5 мин.
4 К луку добавьте морковь и перец, готовьте 5 мин. Положите помидоры, тушите, помешивая, еще 5 мин.
5 К свекле влейте уксус, готовьте 5 мин, снимите с огня.
6 В слабо кипящий бульон положите картофель, варите 10 мин. Добавьте капусту, свеклу и лук с морковью, варите 15 мин.
7 Чеснок мелко порубите с листьями петрушки, добавьте в борщ вместе с мясом. Посолите и поперчите. Доведите до кипения, выключите огонь и настаивайте борщ 15 мин. Подавайте со сметаной.

На 100 г: белки 7,75 г (9,69% суточной нормы) • жиры 7,37 г (8,19%) • углеводы 5,57 г (3,32%) • ккал 117,29 (6,52%) • натрий 265,38 мг (18,30%) • общий сахар 1,92 г (3,84%) • НЖК 2,63 г (13,15%) • пищевые волокна 1,53 г (5,10%)

ТОЛЬКО В МАГНИТ



Петрушка «М Свежесть» придаст яркий вкус вашим супам и горячим блюдам, станет украшением салатов и закусок.







Ставим на красное

Мясо птицы принято разделять на белое – грудку – и красное: бедрышки и голени. О первом часто говорят, что оно особенно полезное, а о втором – что самое сочное и вкусное. На самом деле красное мясо курицы и индейки тоже приносит пользу, главное – правильно его приготовить.



1 Сварить

Вареное красное мясо птицы будет полезным и вкусным, даже если просто сварить его. Для яркого вкуса и мягкости опускайте окорочка, бедрышки или голени в кипящую воду. Ее можно немного посолить, но гораздо важнее посолить мясо птицы, причем заранее, минимум за час, а лучше за несколько часов до варки. Соль, возможно, заставит вытечь немного мясного сока, но это лишняя жидкость, она не играет роли, а вот вкус точно улучшится.

Еще ароматнее ножки станут при варке не в простой воде, а в бульоне с пряными овощами и специями. Положите в кастрюлю с холодной водой припеченные на открытом газу или гриле половинки луковицы, морковки или пастернака, несколько черешков сельдерея, стебли петрушки, горошины черного и душистого перца, звездочку бадьяна, палочку корицы… Поварите все это 10 минут и только потом опускайте курицу или индейку. Они будут вариться от 30 минут до часа-полутора, в зависимости от качества и размера кусков. Получившийся отвар вполне можно зачислить в бульоны – на таких очень хорошо варить крупы, особенно цельнозерновые: коричневый рис, цельный овес и пшеницу.





ЕСЛИ ВЫ НЕ ЛЮБИТЕ ВАРЕНУЮ КОЖУ ПТИЦЫ, СНИМИТЕ ЕЕ ПОСЛЕ ВАРКИ И ВЫСУШИТЕ В ДЕГИДРАТОРЕ ПРИ 60–70 °С, А ПОТОМ ОБЖАРЬТЕ ВО ФРИТЮРЕ – ПОЛУЧАТСЯ ХРУСТЯЩИЕ ЧИПСЫ.

2 Пожарить

Совет посолить мясо заранее здесь будет еще более актуален. Кроме того, перед жаркой нужно довести птицу до комнатной температуры. Чем крупнее кусок, тем больше времени понадобится – от 35–40 минут для некрупных куриных бедрышек без кости до 2–2,5 часа для большого индюшиного бедра или голени. Этого времени как раз хватит, чтобы мясо впитало некоторое количество маринада.

Для птицы, которую вы собрались жарить, уместнее всего масляный маринад, причем масло может быть как растительным, так топленым или

даже сливочным. Вмешайте в масло любимые специи **(1)**. Жареной птице хорошо подходят ассорти перцев из мельницы, немножко корицы и кардамона, душистый перец и чуть-чуть кориандра. И конечно, чеснок! Можно сухой или свежий, натертый на мелкой терке.

Чтобы мясо бедра на кости лучше промариновалось и более равномерно прожарилось, воспользуйтесь традиционной французской технологией. Французские повара надрезают на бедре мясо со стороны кожи до глубины, когда нож упирается в кость **(2)**. Таких надрезов на курином бедре делают 3, на индюшином – 6–7. Кладите подготовленные таким образом бедра на горячую (но не раскаленную) сковородку кожей вниз не слишком плотно друг к другу, жарьте на среднем огне и не переворачивайте, пока снизу не образуется уверенная румяная корочка **(3)**.

Голени птицы жарить из-за из округлой формы не очень удобно, разве что во фритюре, так что их предпочтительнее запекать.

ЧТОБЫ МЯСО БЫСТРО ПРОМАРИНОВАЛОСЬ, ПОЛОЖИТЕ ЕГО ВМЕСТЕ С МАРИНАДОМ В СПЕЦИАЛЬНЫЙ ПАКЕТ И ЗАВАКУУМИРУЙТЕ. ЧАС В ВАКУУМНОМ ПАКЕТЕ ДАСТ ТАКОЙ ЖЕ ЭФФЕКТ, КАК ОБЫЧНОЕ МАРИНОВАНИЕ В ТЕЧЕНИЕ 8–10 ЧАСОВ.











3 Запечь

Ножки и бедрышки для запекания можно подержать во «влажном» маринаде на основе, например, кисломолочных продуктов (кефир, йогурт, мацони) **(1)**, или соевого соуса, или яблочного сока. Все это можно смешать с измельченным чесноком, имбирем, пряными травами или же паприкой, куркумой, карри. И не забывайте про соль!

Очень вкусным красное мясо птицы получается при запекании даже не в рукаве (хотя в рукаве тоже), а в пергаменте. Бумага для выпечки хорошо пропускает воздух, поэтому мясо не парится, а именно запекается. Но сока в нем остается больше. Внутрь куска бумаги, под ножки-бедрышки, можно положить дополнительно пряных овощей или просто овощей – картошка, лук и морковь, на которые стекает вытекающий мясной сок и жирок, получаются изумительно вкусными **(2)**.

Не делайте температуру духовки слишком высокой – пусть красное мясо пропекается медленнее и равномернее, 150–160 °С – идеальная температура.

СОХРАНИТЕ КОСТИ ЗАПЕЧЕННЫХ БЕДРЫШЕК И ГОЛЕНЕЙ ПТИЦЫ, ОСОБЕННО КРУПНОЙ. ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ СРЕЖЬТЕ С НИХ МЯСО, ОСТАВИВ ЧУТЬ-ЧУТЬ НА КОСТИ. ИЗ ЭТИХ КОСТОЧЕК ПОЛУЧИТСЯ ВКУСНЫЙ ЛЕГКИЙ БУЛЬОН – НУЖНО ЛИШЬ ЗАЛИТЬ ИХ ХОЛОДНОЙ ВОДОЙ, ДОБАВИТЬ ЛУК, МОРКОВЬ, СОЛЬ, ПРЯНОСТИ И ПОТОМИТЬ НА СЛАБОМ ОГНЕ 30–40 МИНУТ ПОСЛЕ ЗАКИПАНИЯ.

4 Нафаршировать

Если из бедра птицы аккуратно удалить кость так, чтобы образовался «карман», можно заполнить его вкуснейшими начинками. Чтобы удалить кость, положите бедро кожей вниз на разделочную доску. Найдите кость на ощупь – она проходит по центру бедра. Кончиком острого разделочного ножа сделайте неглубокий надрез по всей длине кости, держась как можно ближе к ее поверхности **(1)**. Двигайтесь вдоль одной стороны кости, медленными короткими движениями как бы соскабливая с нее мясо. Освободив одну сторону кости, повторите процесс с другой стороны. Когда кость будет очищена со всех сторон, разрежьте удерживающие ее хрящ и соединительную ткань с обеих концов и вытащите кость **(2)**. Заполнив «карман» начинкой **(3)**, зашейте разрез или подверните мясо в рулет и завяжите. Бедра с начинкой будут запекаться чуть дольше, чем без.



ВАРИАНТЫ ВКУСНЫХ НАЧИНОК

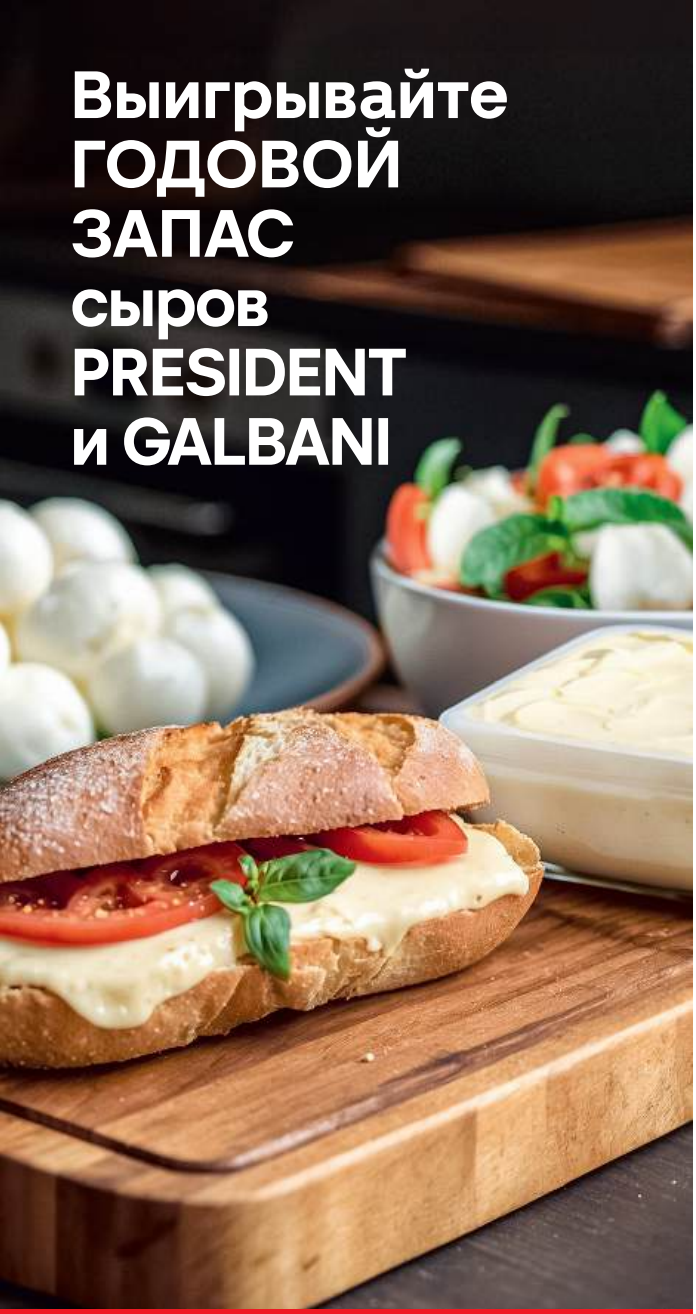
- хлебные крошки + тертый твердый сыр + кусочки жареного бекона
- вареный булгур + вяленая клюква + раскрошенная брынза
- жареный лук + рубленая зелень + рубленые грецкие орехи

ПАПА МОЖЕТ



МЯСА МНОГО БЫВАЕТ

Выигрывайте ГОДОВОЙ ЗАПАС сыров PRESIDENT и GALBANI



1 – 30 ноября 2025 г.

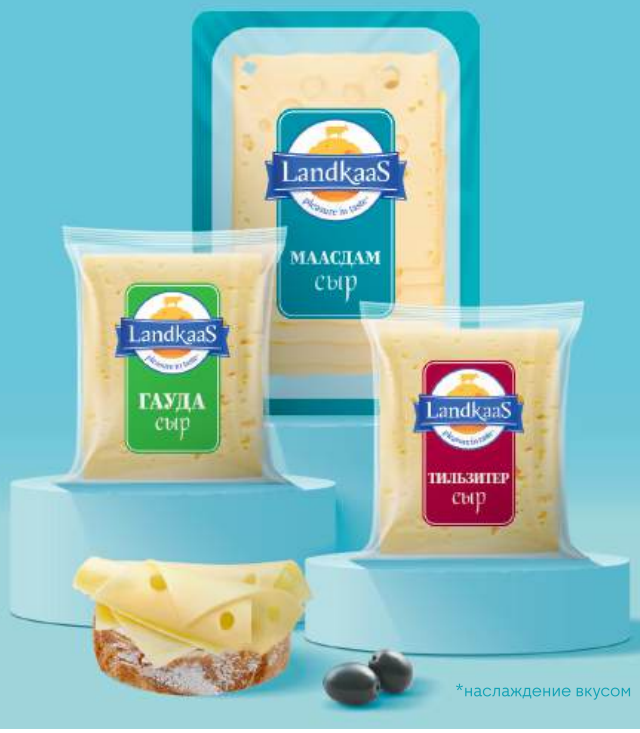


1. Покупайте плавленые и мягкие сыры
2. Показывайте карту Магнит Плюс из приложения
3. Участвуйте в розыгрыше призов

С 01.11.2025 по 30.11.2025 покупайте с картой Магнит Плюс из приложения товар категории «Плавленые и мягкие сыры», выделенный на полке специальным баннером, в «Магнит Семейный» и «Магнит Экстра», участвуйте в розыгрыше призов. Общий срок проведения акции: с 01.01.2025 по 18.01.2026. Информация об организаторе акции, правилах её проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке получения размещена на сайте https://magnit.ru/offer/zapas

Коллекция традиционных сыров

LandkaaS
pleasure in taste



*наслаждение вкусом

Горячая Штучка®

ПРОКАЧИВАЕТ КАК НАДО!



С выбором не ошибетесь

Колбаса – один из самых популярных продуктов на нашем столе. В будни она становится частью сытного завтрака, быстрого обеда и перекуса, в праздники украшает мясную тарелку и позволяет приготовить изысканные закуски. Чтобы и бутерброды, и солянку, и оливье ваши близкие ели с удовольствием, важно выбрать хорошую колбасу. Как это сделать, спросили у эксперта.



Инна Коженова,
руководитель категории «Мясная гастрономия» сети «Магнит»

Прямая речь

Стандарты качества

При выборе колбасы многие прежде всего обращают внимание на указание «сделано по ГОСТу», и это действительно важный показатель безопасности и качества. Государственный стандарт устанавливает строгие требования к составу и производственному процессу, определяет, какие ингредиенты можно использовать, а какие – нет, сколько процентов мышечной ткани должно быть в колбасе. Так что, если вы видите на упаковке надпись «ГОСТ», можете не сомневаться: продукт соответствует действующим нормам.

Однако это не означает, что колбаса, произведенная по техническим условиям, или ТУ, обязательно будет хуже. ТУ – это внутренний документ компании, он регламентирует производство конкретной продукции и устанавливает требования к ее качеству и безопасности. Они могут соответствовать государственным стандартам и даже превышать их. Технические условия бывают более подробными и строгими, чем ГОСТ, если производитель так решил.

Изучаем состав

Даже если вы ориентируетесь на ГОСТ, обязательно оцените состав продукта. Для лучших колбас используют в основном свинину и говядину, а также птицу: курицу и индейку. Мясо подвергается обвалке, то есть его отделяют от костей. В рецептуру входят отборные куски мяса, и чем выше категория изделия, тем его больше, причем чистых волокон, без кожи, жира и прочего. Так, в колбасах категории А мышечной ткани должно быть не менее 80%. Чем дальше от начала алфавита (категории Б, В, Г), тем меньше мяса в колбасе и тем больше допустимо других компонентов. Субпродукты в колбасы высших категорий также не добавляют, их оставляют для производства специальных продуктов.

Следом за мясом в списке ингредиентов обычно значатся соль, сахар, специи, вода, жиры (шпик), могут встречаться яичный порошок и молоко. Конечно, чем меньше пунктов, тем лучше. Старайтесь выбирать продукты, в составе которых нет муки и сои.

Современное производство редко обходится без пищевых добавок, и далеко не всех стоит опа-

фото: Shutterstock/Fotodom.ru

ХОРОШАЯ КОЛБАСА ПО ДОСТУПНОЙ ЦЕНЕ – ЭТО ВОЗМОЖНО. ВЫБИРАЙТЕ ИЗДЕЛИЯ С ВЫСОКИМ СОДЕРЖАНИЕМ МЫШЕЧНОЙ ТКАНИ И ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ, ЧТОБЫ В НИХ НЕ БЫЛО СЛИШКОМ МНОГО ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК.

саться. Так, нитрит натрия – необходимый консервант, который предотвращает развитие бактерий и позволяет сохранить цвет мяса после термической обработки; аскорбиновая кислота – важный антиоксидант, отвечающий за срок годности продукта; глутамат натрия делает более яркими вкус и аромат. Все они признаны безопасными, разрешены не только российскими, но и большинством мировых организаций, в том числе ВОЗ. Их использование вовсе не означает, что производитель пытается сэкономить.

А что снаружи?

У колбасы обычно есть оболочка. Следите, чтобы она плотно прилегала к фаршу и не была повреждена. А вот натуральная оболочка или нет, непринципиальный момент. Натуральная – хорошо, но у искусственной свои преимущества. Искусственные оболочки прочнее и эластичнее, их сложнее повредить, что важно при транспортировке и хранении. Они гигиеничны: лучше защищают от кислорода и бактерий, а значит, продлевают срок хранения, а кроме того, позволяют выпускать колбасу одинакового диаметра и наносить маркировку, это удобно и практично.

Также учитывайте, что морщинистая оболочка и налет на ней не всегда признак порчи. Они абсолютно естественны для сыровяленых и сырокопченых колбас. Белый налет, например на фуэте, – это благородная плесень, природный консервант, который защищает продукт от высыхания и придает ему характерный грибной аромат. У сырокопченых колбас также допустим сухой налет, важно, чтобы он не проникал внутрь фарша и оболочка плотно прилегала к нему. А вот если, помимо белого налета, есть пятна или неприятный запах, это уже повод отказаться от покупки. Когда оболочка отстает от фарша, это обычно указывает на нарушение технологии производства.

Под надежной защитой

Изучили состав и внешний вид колбасы? Теперь посмотрите на упаковку: она должна быть без повреждений, вздутий и конденсата. Не гонитесь за набирающей все бóльшую популярность вакуумной упаковкой и упаковкой в газовой среде. Для вареных и варено-копченых колбас это действительно хорошее решение: она позволяет продлевать срок годности без дополнительных консервантов. Но те же сырокопченые и сыровяленые изделия прекрасно хранятся в своей натуральной оболочке: в них мало влаги, и они долго не портятся в обычных условиях.

ЦВЕТ – ЭТО ВАЖНО

Утверждение, что натуральная колбаса, как и вареное мясо, должна быть серого цвета, не более чем миф. Качественная колбаса на срезе светло-розовая, но не серая. Серый оттенок может говорить о нарушении процесса производства или использовании некачественного мяса. А для сыровяленых и сырокопченых колбас вообще характерен темно-красный и даже алый, как у чоризо, цвет среза.



Почему колбаса долго хранится

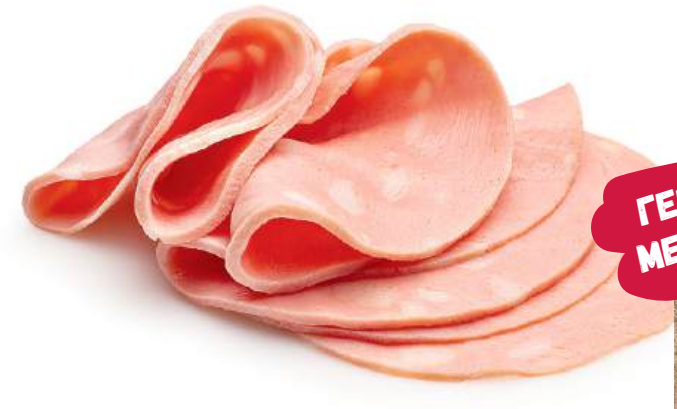
Есть такой стереотип, что длительный срок хранения продукта должен настораживать. Но срок годности колбас и деликатесов зависит прежде всего от технологии производства и упаковки, а не от качества. В пример снова можно привести сырокопченые и сыровяленые изделия: именно качественные будут храниться несколько месяцев, конечно, если соблюдать условия хранения.

Еще одно расхожее мнение, что мясные изделия обязательно держать в холодильнике, а если они не портятся при комнатной температуре, значит, в них много добавок и консервантов. Это не совсем так. Благодаря особым технологиям – обработке дымом, сушке, холодному копчению – некоторые колбасы оказываются устойчивыми к размножению бактерий, их можно хранить без холодильника. Колбасы с так называемой теплой полки очень удобны: их хорошо брать в путешествия, на работу, на пикник.

НАРЕЗКА СОКРАЩАЕТ СРОК ХРАНЕНИЯ ПРОДУКЦИИ. ЕСЛИ ВЫ ПОКУПАЕТЕ КОЛБАСУ НА РАЗВЕС, ОБЯЗАТЕЛЬНО ХРАНИТЕ ЕЕ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ, ПЛОТНО ЗАВЕРНУВ В ПЕРГАМЕНТ, ПЛЕНКУ ИЛИ ФОЛЬГУ.



Любят все



ГЕРОЙ МЕСЯЦА

95% ЖИРНОСТИ –

СТАНДАРТ ДЛЯ ШПИКА В ВАРЕНЫХ КОЛБАСАХ. ШПИК – ЭТО СВИНОЙ ЖИР ВЫСОКОЙ ЧИСТОТЫ, БЕЗ ВКРАПЛЕНИЯ МЫШЕЧНОЙ ТКАНИ. БЫВАЕТ ХРЕБТОВОЙ ИЛИ БОКОВОЙ. ХРЕБТОВОЙ ВЫШЕ КАЧЕСТВОМ, В «ЛЮБИТЕЛЬСКОЙ», «ЧАЙНОЙ» И «РУССКОЙ» ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ИМЕННО ОН.

Вареная колбаса – это милое домашнее удовольствие. Ее и на бутерброд, и в омлет, и просто пожарить можно. А если она с жирком, удовольствие делается чуть более запретным (жирок же), и от этого бутерброда хочется только сильнее!

За колбасными достижениями в СССР стоял нарком пищевой промышленности Анастас Микоян. В 1936 году он подписал приказ о производстве новых видов мясных продуктов: сосисок, колбас, полуфабрикатов. Именно тогда были введены рецептуры не только «Докторской», но и колбас с жирком – «Любительской», «Чайной» и «Русской». Главные различия между этими сортами – плотность мяса и количество шпика, а также набор специй и добавок, делающих вкус мягким, нежным или более насыщенным.

«Любительская» – вареная колбаса с большим содержанием шпика (до 25%), соотношение говядины и свинины примерно 1:1. Вкус мягкий, с нотами мускатного ореха, приятная упругая консистенция. Эта колбаса была дороже докторской и считалась более изысканной.

«Русская» – традиционный вариант вареной колбасы с классическим мясным составом: говядина и свинина, немного шпика, нет избыточных добавок и специй. У нее более простой вкус, но при этом хорошая упругая текстура. Популярный повседневный продукт.

«Чайная» – более бюджетная и менее насыщенная по вкусу вареная колбаса, из говядины 2-го сорта, полужирной свинины и шпика. Ее часто предлагали как перекус, на завтрак или к чаю.

В подобных сортах особое внимание уделяется видимому распределению шпика – именно он придает колбасе сочность, мягкость и узнаваемый вкус.



САЛАТ С ЛЮБИТЕЛЬСКОЙ КОЛБАСОЙ И ФИСТАШКАМИ

УДАЧНЫЕ СОЧЕТАНИЯ ДЛЯ БУТЕРБРОДА:

1. «Любительская» + запеченный перец + аджика + бородинский хлеб
2. «Чайная» + ломтики малосольного огурца + сливочный сыр + дарницкий хлеб
3. «Русская» + кружки помидора + песто + чиабатта



ТАРТ С ЛЮБИТЕЛЬСКОЙ КОЛБАСОЙ И ОЛИВКАМИ

❄

40 мин **4 порции**

350 г слоеного теста
100 г любительской колбасы ломтиками
300 г творожного сыра
30 г оливок без косточек
1 яйцо
½ ч. л. сушеного чеснока
1 ч. л. прованских трав

1 Разогрейте духовку до 220 °С. Слегка раскатайте слоеное тесто в прямоугольник на листе пергамента, перенесите на противень. Маленьким ножом обозначьте бортики шириной 1,5 см, не прорезая насквозь. Часто наколите тесто вилкой, кроме бортиков.
2 Взболтайте яйцо, смажьте тесто. Выпекайте 10 мин.
3 Порубите оливки. В миске смешайте творожный сыр с оставшимся разболтанным яйцом, оливками, чесноком и прованскими травами.
4 Достаньте противень из духовки и лопаткой примните центр коржа. Распределите начинку. Уменьшите нагрев до 200 °С. Выпекайте еще 10–15 мин, до золотистого цвета.
5 Выложите на тарт ломтики любительской колбасы и подавайте.

На 100 г: белки 9,19 г (11,49% суточной нормы) • жиры 37,77 г (41,97%) • углеводы 23,94 г (14,25%) • ккал 469,06 (26,06%) • натрий 424,62 мг (29,28%) • общий сахар 1,80 г (3,60%) • НЖК 14,32 г (71,60%) • пищевые волокна 0,88 г (2,93%)



С ОСОБОЙ НЕЖНОСТЬЮ

Вареная колбаса «Стародворье» со шпиком, золоченная в печи, – это аппетитная румяная корочка и нежный вкус, который мы любим с детства. Фарш приправляют душистыми пряностями, наполняют им оболочку и выдерживают в печи до золотистого цвета. Колбаса получается сочной внутри и румяной снаружи. С ней и бутерброды хороши, и закуски, и салаты, и выпечка.



Добавьте перцу!

В промозглый ноябрьский день ничто не действует так согревающе, как аромат блюд, щедро приправленных специями. А некоторые из них способны согреть нас и в прямом смысле. Мы добавили «горячие» пряности в самые разные рецепты и получили идеальное меню для осенних вечеров.



Помимо пряных блюд, хорошо согревают и напитки со специями. Заварите чай с имбирем или добавьте в него молоко с кардамоном, корицей и мускатным орехом. Приготовьте безалкогольный глинтвейн на основе сока с душистым перцем, гвоздикой и цедрой апельсина.

На то, чтобы согреться, наш организм тратит много энергии, и, если ее не хватает, мы некомфортно себя чувствуем, настроение портится, активность тает и вообще пропадает желание что-то делать. Есть много способов побороть осеннюю апатию и не залечь в спячку, и один из них прост и доступен: согреть и придать бодрости могут пряности и специи. К согревающим традиционно относят черный перец, чили, имбирь, кардамон, корицу, гвоздику, мускатный орех, куркуму и даже лавровый лист. Их можно добавлять в самые разные блюда – от супов и закусок до выпечки и десертов. Они будут кстати в любом меню: утреннем и обеденном, повседневном и праздничном. Согревающие специи не значит острые (хотя и такие в том числе), так что блюда с ними подходят не только для тех, кто любит погорячее. Главное, не увлекаться и любые пряности использовать в меру. Проверьте свои ароматные запасы (наверняка их пора обновить!), возьмите на заметку наши рецепты и дарите тепло себе и близким!



БОЛЬШЕ ИДЕЙ, КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПРЯНОСТИ



Сырокопченые колбаски «Пятнички» торговой марки «Русские колбасы» – удобная питательная закуска, которая всегда пригодится. «Пятнички» подойдут для перекуса дома и на работе, дополнят мясную тарелку.

ОСТРЫЕ КАЛЬМАРЫ В КУКУРУЗНЫХ ХЛОПЬЯХ

25 мин **4 порции**

500 г колец кальмаров
100 г кукурузных хлопьев
2 яйца
1 ч. л. чили перца в хлопьях
½ ч. л. сушеного чеснока
растительное масло для фритюра
соль, свежемолотый черный перец

1 В чашу кухонного комбайна с насадкой «нож» насыпьте кукурузные хлопья, добавьте перец чили, сушеный чеснок, ½ ч. л. свежемолотого черного перца и щепотку соли. Измельчите в очень мелкую крупку. Пересыпьте в миску.
2 В глубокой тарелке взболтайте яйца с щепоткой соли.
3 В кастрюлю налейте растительное масло слоем не менее 6 см, разогрейте на среднем огне.
4 Кольца кальмара по одному обмакивайте в яйце и запанируйте в кукурузных хлопьях, прижимая панировку. Опускайте во фритюр.
5 Жарьте до золотисто-коричневого цвета со всех сторон. Перекладывайте шумовкой на бумажные полотенца. Подавайте горячими.

На 100 г: белки 14,29 г (17,86% суточной нормы) • жиры 9,59 г (10,66%) • углеводы 16,92 г (10,07%) • ккал 213,18 (11,84%) • натрий 360,04 мг (24,82%) • общий сахар 1,59 г (3,18%) • НЖК 1,47 г (7,35%) • пищевые волокна 0,25 г (0,83%)

ЛЕПЕШКИ РОТИ С ПРЯНЫМ КАРТОФЕЛЕМ

1 ч 20 мин **8 порций**

210 г муки
70 г цельнозерновой муки
30 мл растительного масла + для жарки
220–240 мл питьевой воды
¼ ч. л. соли

Для начинки:
800 г картофеля
1 маленькая луковица
2,5 см корня имбиря
1 зеленый острый перец
3 веточки кинзы
1 ч. л. зиры
1 ч. л. молотого кориандра
1 ч. л. копченой паприки
¼ ч. л. кайенского перца
1 щепотка молотой гвоздики
1 щепотка мускатного ореха
соль, свежемолотый черный перец



1 Подогрейте воду до 70 °С. В миску просейте муку, добавьте соль и растительное масло, перемешайте до состояния крошки.
2 Добавляя по 1–2 ст. л. горячей воды за раз, вымешивайте 5–7 мин, пока не получится мягкое тесто. Скатайте тесто в шар, заверните в пищевую пленку и оставьте на 30 мин.
3 Для начинки очистите и крупно нарежьте картофель, положите в кастрюлю, залейте холодной водой и доведите до кипения, посолите. Варите до готовности на слабом огне, 10–12 мин, слейте отвар и дайте остыть до комнатной температуры, разомните вилкой в грубое пюре.
4 Мелко нарежьте лук, острый перец и кинзу. Имбирь натрите на мелкой терке. Добавьте зелень, перец, имбирь и пряности к картофелю, посолите и поперчите.
5 Разделите тесто на 8 частей. Раскатайте каждую на слегка подпыленной мукой рабочей поверхности в круглый пласт диаметром 15 см. Смажьте лепешку растительным маслом, положите в центр 3–4 ст. л. картофельной начинки. Соедините края лепешки над начинкой, защипните и расплющите.
6 Снова аккуратно раскатайте скалкой в лепешку диаметром 15 см. Следите, чтобы начинка не вылезла наружу. Таким образом подготовьте все лепешки.
7 Разогрейте на слабом огне сковороду с толстым дном. Смажьте лепешки растительным маслом с одной стороны, положите на сковороду смазанной стороной вниз. Смажьте маслом верхнюю сторону. Жарьте около 5 мин. Аккуратно переверните и жарьте еще 5 мин.
8 Готовые лепешки роти складывайте стопкой и подавайте горячими.

На 100 г: белки 5,21 г (6,51% суточной нормы) • жиры 4,49 г (4,99%) • углеводы 39,20 г (23,30%) • ккал 215,47 (11,90%) • натрий 124,30 мг (8,50%) • общий сахар 1,15 г (2,30%) • НЖК 0,64 г (3,20%) • пищевые волокна 3,63 г (12,10%)

САЛАТ ИЗ «КОПЧЕНОЙ» ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С КУСКУСОМ

30 мин **6–8 порций**

170 г кускуса
400 мл овощного бульона
600 г цветной капусты
1 красный сладкий перец
1 зеленый сладкий перец
100 г томатов черри
1 луковица
2 зубчика чеснока
5 перьев зеленого лука
1 пучок петрушки
60 г майонеза
30 мл соуса шрирача
3 ст. л. оливкового масла
1,5 ч. л. копченой паприки
½ ч. л. молотой паприки
¼ ч. л. сушеного чеснока
½ ч. л. молотой зиры
½ ч. л. корицы
соль, свежемолотый черный перец

1 Разогрейте духовку до 200 °С. Разберите цветную капусту на небольшие соцветия, положите в большую жаропрочную форму, полейте 2 ст. л. оливкового масла, посыпьте копченой паприкой, сушеным чесноком, посолите и поперчите. Перемешайте, запекайте 20 мин.
2 Пока цветная капуста запекается, приготовьте кускус: в кастрюле разогрейте 1 ст. л. оливкового масла, пассеруйте до прозрачности нарезанный лук, около 5 мин. Добавьте пропущенный через пресс чеснок, зиру, паприку, корицу, посолите и поперчите. Жарьте, помешивая, 2 мин. Добавьте кускус и горячий бульон. Доведите до кипения, снимите с огня и оставьте под крышкой на 5 мин.
3 Сладкий перец нарежьте маленькими кубиками, зеленый лук и петрушку тонко нашинкуйте, помидоры черри разрежьте на четвертинки.
4 В большой миске перемешайте кускус с овощами, переложите на сервировочное блюдо. Сверху выложите «копченую» цветную капусту.
5 Смешайте майонез с соусом шрирача, полейте салат и подавайте.

На 100 г: белки 2,26 г (2,83% суточной нормы) • жиры 5,00 г (5,56%) • углеводы 10,74 г (6,39%) • ккал 94,88 (5,27%) • натрий 111,84 мг (7,71%) • общий сахар 1,82 г (3,64%) • НЖК 0,77 г (3,85%) • пищевые волокна 1,86 г (6,20%)





Масло Baraka Oliva Organic Extra Virgin получают методом первого холодного отжима: оливки собирают вручную, а затем механически отжимают. Тонкий нежный вкус масла придаст вашим блюдам изысканные ноты.

ЛУКОВЫЕ БХАДЖИ

25 мин **8 порций**

2 крупные луковицы
2 см корня имбиря
1 зеленый острый перец
130 г нутовой муки
1 ст. л. кукурузного крахмала
½ ч. л. соды
1 ч. л. зиры
1 ч. л. молотого кориандра
½ ч. л. хлопьев перца чили
½ ч. л. сушеного чеснока
½ ч. л. куркумы
100–130 мл питьевой воды
растительное масло для фритюра
соль

1 Нарежьте лук тонкими кольцами. Имбирь натрите на мелкой терке. Острый перец разрежьте пополам, удалите семена и перегородки, мелко порубите.
2 Положите в миску лук, имбирь, острый перец, нутовую муку, соду, крахмал и пряности, посолите и хорошо перемешайте.
3 Частями вливайте воду, вымешивая, так, чтобы луковые кольца оказались покрыты кляром.
4 Налейте в кастрюлю растительное масло слоем 7–10 см, нагрейте на среднем огне. Зачерпывайте столовой ложкой лук в кляре и выкладывайте в горячий фритюр (не кладите больше 4–5 штук за раз). Жарьте до коричневого цвета со всех сторон, 3–4 мин.
5 Перекладывайте бхаджи шумовкой на бумажные полотенца. Подавайте горячими.

На 100 г: белки 7,79 г (9,74% суточной нормы) • жиры 9,51 г (10,57%) • углеводы 24,36 г (14,50%) • ккал 211,38 (11,74%) • натрий 5,79 мг (0,40%) • общий сахар 2,13 г (4,26%) • НЖК 1,04 г (5,20%) • пищевые волокна 0,59 г (1,97%)



Любой ужин, обед, перекус удачно дополнит сервелат «Суздальский» торговой марки «Русские колбасы». Это сыро-копченая колбаса с мелким шпиком, приготовленная по авторской рецептуре, с добавлением ароматных специй.

К этому салату идеально подойдут орехи в карамели, их легко можно приготовить дома. Смешайте 30 г сырых орехов с 1 ст. л. тростникового сахара, 2 ст. л. оливкового масла и ½ ч. л. соли. Положите орехи в один слой на противень, выстеленный пергаментом, запекайте 10-15 мин при 150°С.

САЛАТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ОРЕХАМИ И ПЕЧЕНЫМ ПЕРЦЕМ

25 мин **4 порции**

1–2 апельсина
1 красный сладкий перец
2 луковицы шалота
5 перьев зеленого лука
5 веточек мяты
30 г грецких орехов
2–3 ст. л. оливкового масла
2 ст. л. сока лайма
1 ч. л. тертой цедры лайма
1 ч. л. хлопьев перца чили
соль, свежемолотый черный перец

1 Разогрейте духовку до 230 °С. Слегка смажьте растительным маслом сладкий перец, запеките до появления черных подпалин. Положите в герметичный контейнер или пакет, оставьте на 10 мин. Снимите с перца кожицу, нарежьте мякоть тонкой соломкой.
2 Очистите апельсин и аккуратно вырежьте мякоть. Шалот нарежьте тонкими кружками. Нашинкуйте зеленый лук и порубите листики мяты.
3 В салатнике смешайте апельсин, перец, шалот, зеленый лук, мяту и грецкие орехи.
4 В маленькой мисочке взболтайте оливковое масло, сок и цедру лайма, хлопья перца чили, соль и перец.



5 Полейте салат приготовленной заправкой, аккуратно перемешайте и подавайте.

На 100 г: белки 2,23 г (2,79% суточной нормы) • жиры 12,12 г (13,47%) • углеводы 11,80 г (7,02%) • ккал 157,37 (8,74%) • натрий 159,84 мг (11,02%) • общий сахар 7,34 г (14,68%) • НЖК 1,50 г (7,50%) • пищевые волокна 2,91 г (9,70%)



Горячих ноток вашему меню добавит острый перечный соус Original бренда Costa Caliente. Сделает более ярким вкус самых разных блюд — от итальянской классики до азиатских закусок.

КУРИЦА ГУНБАО

1 ч **4 порции**

3 филе куриной грудки
2 красных сладких перца
1 цукини
1–2 острых перца
1 пучок зеленого лука
70 г орехов кешью
1 ст. л. растительного масла
1 ч. л. кукурузного крахмала
соль

Для маринада:
3 см корня имбиря
2 зубчика чеснока
100 мл соевого соуса
3 ст. л. рисового уксуса
1 ст. л. кунжутного масла
3 ст. л. сахара

1 Для маринада натрите имбирь на мелкой терке, пропустите чеснок через пресс. Добавьте остальные ингредиенты, хорошо перемешайте.
2 Нарежьте куриное филе кубиками со стороной 2,5–3 см, положите в миску, посыпьте крахмалом и хорошо перемешайте. Добавьте к курице треть маринада, перемешайте, накройте пищевой пленкой и уберите в холодильник на 30 мин.
3 Нарежьте сладкий перец длинной соломкой, острый перец – тонкими кружками (для уменьшения остроты можно удалите семена и перегородки), цукини – полукружьями, зеленый лук нашинкуйте.
4 В воке или широкой сковороде разогрейте растительное масло на сильном огне. Положите курицу и жарьте, помешивая, 7–8 мин.
5 Добавьте сладкий и острый перец, цукини и зеленый лук (немного отложите для подачи), жарьте еще пару минут.
6 Влейте в вок оставшийся маринад, готовьте, помешивая, 2 мин. Добавьте кешью, жарьте 1 мин, посыпьте зеленым луком и сразу подавайте к столу.



На 100 г: белки 22,74 г (28,43% суточной нормы) • жиры 5,83 г (6,48%) • углеводы 4,32 г (2,57%) • ккал 157,88 (8,77%) • натрий 566,27 мг (39,05%) • общий сахар 2,19 г (4,38%) • НЖК 1,15 г (5,75%) • пищевые волокна 0,7 г (2,33%)

СВИНИНА В ИМБИРНО-АРАХИСОВОМ СОУСЕ

2 ч 30 мин **4–6 порций**

1 кг филе свинины
300 мл куриного или овощного бульона
400 мл кокосового молока
2 ст. л. арахисовой пасты
2 ст. л. соевого соуса
100 г соевых ростков
1 луковица
сок 1 лайма
2 ч. л. молотого кориандра
1 ч. л. молотой зиры
1 ч. л. молотого имбиря
½ ч. л. сушеного чеснока
1 ст. л. растительного масла
соль

Для подачи:
250 г риса

1 Разогрейте духовку до 170 °С. Нарежьте свинину брусочками толщиной 2,5–3 см. Лук мелко порубите.
2 Разогрейте в жаровне растительное масло, на сильном огне обжарьте свинину со всех сторон до румяной корочки в течение 6–8 мин.
3 Уменьшите нагрев до среднего, добавьте лук и жарьте, помешивая, еще 5 мин.
4 Посыпьте свинину кориандром, зирой, имбирем и сушеным чесноком, перемешайте.
5 Добавьте бульон, кокосовое молоко, арахисовую пасту и соевый соус. Помешивая, доведите до кипения.
6 Накройте жаровню крышкой и поставьте в духовку на 1,5 ч.
7 Отварите рис в кипящей подсоленной воде.
8 Достаньте жаровню с мясом, добавьте сок лайма и соевые ростки, перемешайте. Поставьте в духовку еще на 10 мин. Подавайте свинину с рисом, полив соусом.

На 100 г: белки 17,85 г (22,31% суточной нормы) • жиры 12,70 г (14,11%) • углеводы 3,96 г (2,36%) • ккал 199,11 (11,06%) • натрий 589,25 мг (40,64%) • общий сахар 1,69 г (3,38%) • НЖК 19,82 г (99,10%) • пищевые волокна 0,96 г (3,20%)



Для большей пикантности добавьте к свинине острый перчик чили и порошок карри.



РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ ПО-ТАЙСКИ

30 мин **4 порции**

400 г филе лосося
1 яичный белок
2 см корня имбиря
1 красный острый перец
2 зубчика чеснока
3 пера зеленого лука
половина пучка кинзы
2 ст. л. соевого соуса
2 ч. л. тростникового сахара
½ ч. л. молотой зиры
3 ст. л. растительного масла
соль

Для подачи:
2 моркови, 1 огурец и 60 мл сладкого соуса чили

1 В чашу кухонного комбайна с насадкой «нож» положите крупно нарезанные имбирь, острый перец, чеснок, зеленый лук, соевый соус, сахар, зиру. Измельчите в пасту.

2 Нарежьте рыбу кубиками, добавьте в чашу комбайна и измельчите в грубый фарш, переложите в миску.

3 Мелко нарубите кинзу, положите к фаршу, добавьте яичный белок и слегка посолите.

4 Сформуйте маленькие круглые котлетки, положите на тарелку и уберите в холодильник на 10–15 мин.

5 С помощью овощечистки или острым ножом нарежьте морковь и огурец тончайшими пластинками.

6 Разогрейте в широкой сковороде на среднем огне растительное масло. Жарьте котлеты по 1,5–2 мин с каждой стороны, до румяной корочки.

7 Подавайте котлеты с овощами и сладким соусом чили.

На 100 г: белки 21,59 г (26,99% суточной нормы) • жиры 21,77 г (24,19%) • углеводы 4,75 г (2,83%) • ккал 302,99 (16,83%) • натрий 768,31 мг (52,99%) • общий сахар 3,19 г (6,38%) • НЖК 4,66 г (23,30%) • пищевые волокна 0,47 г (1,57%)


Настойка
Архангельская
ОТКРЫВАЕМ
БРУСНИЧНЫЙ СЕЗОН
Архангельская
1898
ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ


ДВЕ КОЛЛЕКЦИОННЫЕ
РЮМКИ В ПОДАРОК*
БЕЛАЯ БЕРЁЗКА
ЗОЛОТАЯ
*В составе подарочного набора
ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ
ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ


RUM
-BA-
RUM
®
Ритмы Карибских Кварталов
RUM-BA-RUM
ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Яблочная пора

Яблоки – удивительные фрукты, из них можно приготовить сотни вкусных блюд. Особенно хороши эти плоды в выпечке и десертах. Сейчас, когда собран свежий урожай и в наших магазинах более 15 сортов яблок, самое время изучить сладкие рецепты и устроить уютное осеннее чаепитие!



ЯБЛОЧНЫЕ МИНИ-ШТРУДЕЛИ С МОРОЖЕНЫМ

❄

45 мин **8 порций**

16 листов теста фило
110 г сливочного масла
160 г сахара
4 яблока
30 г грецких орехов
40 г изюма
1 ч. л. лимонного сока
1 ст. л. муки
1 ч. л. корицы
2 ст. л. сахарной пудры
400 г ванильного мороженого

1 Очистите и натрите яблоки на крупной терке, порубите грецкие орехи.
2 В глубокую сковороду добавьте яблоки, орехи, изюм, лимонный сок, сахар и корицу. Готовьте, помешивая, на среднем огне около 10 мин, пока яблоки не станут мягкими, а жидкость почти полностью выпарится. Снимите сковороду с огня, посыпьте яблочную начинку мукой и хорошо перемешайте.
3 Разогрейте духовку до 175 °С. Растопите сливочное масло. На рабочую поверхность положите лист теста фило, смажьте сливочным маслом, сверху положите еще один лист, снова смажьте маслом. Сложите пополам по длинной стороне, снова смажьте маслом.
4 В основание получившегося прямоугольника положите 3 ст. л. яблочной начинки, сверните рулетом, защипите концы по типу конфетного фантика. Положите штрудели на противень, выстеленный пергаментом, швом вниз.
5 Выпекайте 20 мин, до золотистого цвета. Посыпьте сахарной пудрой и подавайте с шариком ванильного мороженого.

На 100 г: белки 3,85 г (4,81% суточной нормы) • жиры 12,64 г (14,04%) • углеводы 46,43 г (27,64%) • ккал 308,76 (17,15%) • натрий 170,27 мг (11,74%) • общий сахар 21,66 г (43,32%) • НЖК 6,45 г (32,25%) • пищевые волокна 1,23 г (4,10%)

ЯБЛОЧНОЕ СУФЛЕ С КАЛЬВАДОСОМ

❄

50 мин **4 порции**

Для основы:
330 г молока
20 г сливочного масла
2 яйца
80 г сахара
50 г муки
20 мл кальвадоса
1 щепотка соли

Для яблочной начинки:
4 яблока
100 г сахарной пудры
50 мл сливок жирностью 33%
40 г сливочного масла
30 мл кальвадоса
1 ст. л. сахарной пудры
для подачи

1 Приготовьте начинку: очистите яблоки, нарежьте ломтиками. Растопите сливочное масло в сковороде на среднем огне, обжарьте яблоки до золотистого цвета со всех сторон. Посыпьте сахарной пудрой и готовьте, помешивая, около 8 мин. Влейте кальвадос, готовьте еще 2 мин. Добавьте сливки, тушите, помешивая, 1 мин. Разложите по 4 смазанным маслом порционным керамическим формочкам.
2 Разогрейте духовку до 180 °С. В небольшом ковшике доведите до кипения 250 мл молока. В миске смешайте до однородности оставшееся молоко, 60 г сахара и муку, при непрерывном помешивании влейте в эту смесь горячее молоко. Перелейте обратно в ковшик, помешивая, готовьте 1–2 мин, до загустения.
3 Снимите ковш с кремом с огня, добавьте сливочное масло, дайте постоять 5 мин. Добавьте кальвадос и яичные желтки, хорошо перемешайте.
4 Миксером взбейте в пену яичные белки с солью. Всыпьте оставшийся сахар, увеличьте скорость миксера до максимальной и взбейте до устойчивых пиков. Частями аккуратно подмешайте взбитые белки к крему. Выложите на яблочную начинку, разровняйте.
5 Выпекайте 15–20 мин (суфле должно подняться и зарумяниться), посыпьте сахарной пудрой и сразу подавайте.

На 100 г: белки 2,92 г (3,65% суточной нормы) • жиры 8,04 г (8,93%) • углеводы 29,21 г (17,39%) • ккал 209,02 (11,61%) • натрий 65,46 мг (4,51%) • общий сахар 24,03 г (48,06%) • НЖК 4,59 г (22,95%) • пищевые волокна 1,07 г (3,57%)





Вареники с клубникой и игристым вином «Абрау-Дюрсо» от «Сибирской коллекции» — десерт для особого случая. В нем соединились сладость сочных ягод и благородная игристость вина.

СЭНДВИЧИ ИЗ ДОМАШНЕГО ПЕЧЕНЬЯ С ЯБЛОКАМИ И МОРОЖЕНЫМ

❄

1 ч 30 мин **10–12 штук**



ЕЩЕ БОЛЬШЕ РЕЦЕПТОВ

Для печенья:
100 г муки
100 г сахара
60 г сливочного масла
1 крупный яичный желток
1 ч. л. ванильного сахара
1 ч. л. корицы
⅓ ч. л. разрыхлителя
1 щепотка соли

Для начинки:
200 г ванильного мороженого или пломбира
1 яблоко
½ ч. л. лимонного сока
1,5 ст. л. сливочного масла
1,5 ст. л. тростникового сахара
½ ч. л. корицы
1 щепотка молотого душистого перца
1 щепотка молотого мускатного ореха
1 щепотка молотой гвоздики
1 щепотка соли

1 Приготовьте печенье. Заранее достаньте сливочное масло, чтобы оно стало мягким. Разогрейте духовку до 190 °С. В глубокой тарелке смешайте 2 ст. л. сахара и корицу.

2 В миске взбейте сливочное масло с сахаром и ванильным сахаром на высоких оборотах миксера до получения воздушного крема. Добавьте яичный желток, снова взбейте.

3 Просейте в масляную массу муку с разрыхлителем и солью, перемешайте на низкой скорости только до объединения ингредиентов.

4 Скатайте из теста шарики диаметром 2,5–3 см, обваляйте в смеси сахара с корицей и выложите на противень, выстеленный пергаментом, на расстоянии друг от друга. Выпекайте до золотистого цвета, в течение 8–10 мин. Аккуратно переложите на решетку и дайте полностью остыть.

5 Для начинки очистите яблоко и нарежьте его маленькими кубиками. Мороженое положите в холодильник, чтобы оно слегка размягчилось.

6 В сковороде растопите сливочное масло, положите яблоко, добавьте лимонный сок, тростниковый сахар, соль и пряности. Тушите, помешивая, на слабом огне около 20 мин. Дайте полностью остыть.

7 Смешайте размягченное мороженое с яблочной начинкой. Соберите «сэндвичи»: на плоскую сторону одного печенья положите около 1,5 ст. л. мороженого с яблоками, накройте вторым печеньем и слегка прижмите. Уберите в морозильник на 30 мин.

На 100 г: белки 3,77 г (4,71% суточной нормы) • жиры 16,71 г (18,57%) • углеводы 43,30 г (25,77%) • ккал 334,10 (18,56%) • натрий 91,64 мг (6,32%) • общий сахар 28,36 г (56,72%) • НЖК 9,98 г (49,90%) • пищевые волокна 1,91 г (6,37%)

ЗАКАЖИ С ДОСТАВКОЙ



Сладости для радости

Современных детей удивить непросто: у них столько игрушек и безделушек, что с каждым годом подбирать подарки все труднее. Но есть верный способ доставить радость – положить под елку коробку сладостей. В наших магазинах вы найдете наборы на любой вкус!



Праздник близко

К Новому году и Рождеству многие начинают готовиться заранее. Предлагаем уже сейчас подобрать рецепт выпечки, которая наполнит дом ароматом праздника. В свежеиспеченных булочках с корицей и так есть что-то волшебное, а если «сплести» из них красивый венок, они точно создадут рождественское настроение!



ВЕНОК ИЗ БУЛОЧЕК С КОРИЦЕЙ

❄

1 ч + 2 ч / **9 порций**

500–550 г муки
135 г сахара
110 г сливочного масла
240 мл молока
2 яйца
10 г сухих дрожжей
½ ч. л. соли

Для начинки:
100 г сливочного масла
100 г тростникового сахара
1,5 ст. л. корицы
3 ст. л. капель из молочного шоколада

Для глазури:
120 г сахарной пудры
1–2 ст. л. молока

Для подачи:
чипсы из апельсина, кумкват, палочки корицы, клюква, ежевика, голубика, розмарин, капли шоколада

1 Заранее достаньте сливочное масло, чтобы оно стало мягким. В теплом молоке растворите 1 ст. л. сахара и дрожжи. Оставьте на 10 мин.
2 Взбейте яйца с оставшимся сахаром. Просейте муку с солью. Добавьте в муку яйца и подошедшую опару. Замешивайте тесто, частями добавляя размягченное масло. Вымешивайте в течение 10 мин.
3 Скатайте из теста шар, положите его в миску, накройте полотенцем или пищевой пленкой и уберите на 1–1,5 ч в теплое место – тесто увеличится вдвое.
4 Обомните подошедшее тесто и раскатайте в прямоугольник толщиной 5–6 мм. Смажьте размягченным сливочным маслом, посыпьте смесью тростникового сахара и корицы, а затем равномерно распределите шоколадные капли. Скатайте плотный рулет и разрежьте на 10 частей.
5 Выстелите противень бумагой для выпечки, разложите булочки кольцом на небольшом расстоянии друг от друга. Накройте полотенцем и дайте подойти 30 мин.
6 Разогрейте духовку до 180 °С. Выпекайте венок около 25 мин, до золотистого цвета. Аккуратно переложите на решетку.
7 Для глазури взбейте молоко с сахарной пудрой.
8 Сбрызните венок глазурью, украсьте чипсами из апельсина, палочками корицы, клюквой, ежевикой, голубикой, веточками розмарина и шоколадными каплями.

На 100 г: белки 6,38 г (7,98% суточной нормы) • жиры 15,83 г (17,59%) • углеводы 60,51 г (36,02%) • ккал 405,62 (22,53%) • натрий 117,35 мг (8,09%) • общий сахар 29,24 г (58,48%) • НЖК 9,46 г (47,30%) • пищевые волокна 2,14 г (7,13%)



МАГНИТ РЕКОМЕНДУЕТ

Шоколадные капли «С.Пудовъ» сделают особенными домашние булочки, кексы, оладьи и торты. Шоколад не плавится при выпечке и сохраняет свой насыщенный вкус.





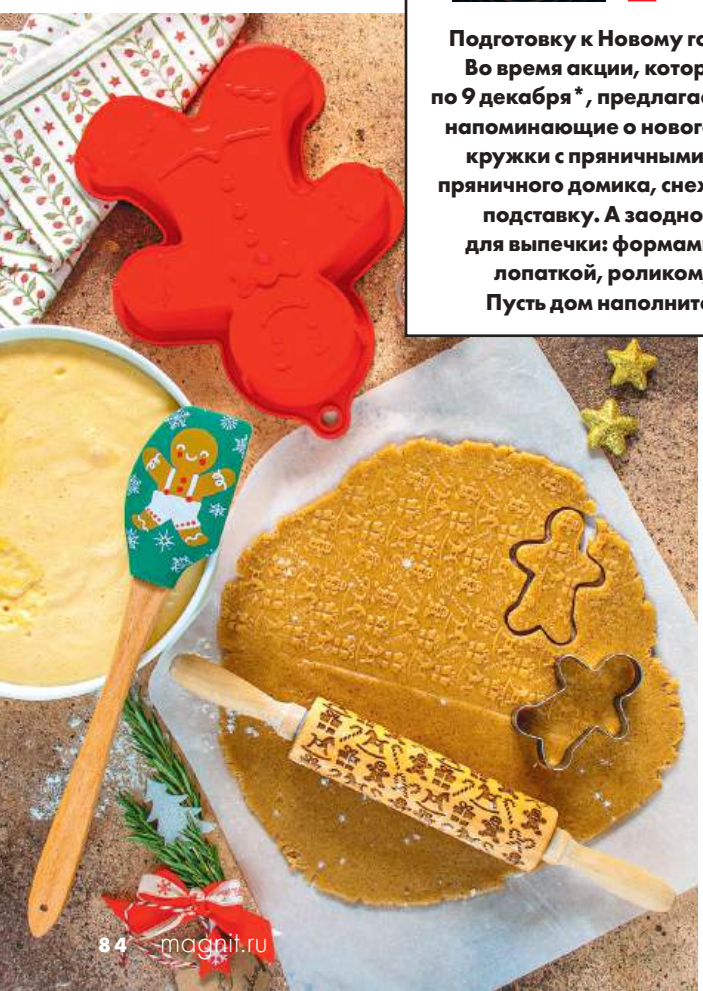


* Акция действительна с 12 ноября по 9 декабря 2025 года. Подробности акций уточняйте у продавцов в торговых точках. Имеются ограничения.



МАГНИТНЫЕ ДНИ

Подготовку к Новому году стоит начинать заранее. Во время акции, которая проводится с 12 ноября по 9 декабря*, предлагаем купить приятные подарки, напоминающие о новогодних имбирных пряниках: кружки с пряничными фигурками, блюда в виде пряничного домика, снежинок и елки, декоративную подставку. А заодно запастись аксессуарами для выпечки: формами, скалкой с трафаретами, лопаткой, роликом, печатями для печенья. Пусть дом наполнится ароматом праздника!





Jyй и Jums!

яркие эмоции в каждой упаковке



воздушное маршмеллоу
с нежной ванилью и вкусом
кремового пломбира,
тающее как летнее облачко

печёмся о традициях

ЧУДЕСНЫЙ КРАЙ

«Чудесный Край» — традиционные рецепты, внимание к деталям и любовь к своему делу!



НОВИНКА



Чайная пара

Осенью особенно приятно приходить в дом, где пахнет свежей выпечкой. Если для вас приготовили пирог, значит, вы дорогой гость, вас любят и ждут. Чтобы близкие каждый день чувствовали ваше тепло и заботу, мы проводим Фестиваль выпечки. Заваривайте ароматный чай и наслаждайтесь по-домашнему вкусными булочками без каких-либо хлопот!

5 ИДЕЙ ДЛЯ ОСЕННЕГО ЧАЕПИТИЯ

«М КУХНЯ» – БРЕНД ГОТОВОЙ ЕДЫ НАШЕЙ СЕТИ. МЫ ДЕЛАЕМ ПО СОБСТВЕННОЙ РЕЦЕПТУРЕ КЛАССИЧЕСКИЕ И ОРИГИНАЛЬНЫЕ БЛЮДА, ИСПОЛЬЗУЯ ДЛЯ НИХ ТОЛЬКО КАЧЕСТВЕННЫЕ ПРОДУКТЫ. «М КУХНЯ» – ЭТО САЛАТЫ, ЗАКУСКИ, ПЕРВЫЕ И ВТОРЫЕ БЛЮДА, СЭНДВИЧИ, ВЫПЕЧКА, ПИЦЦА И ПИРОГИ. КРОМЕ ТОГО, У НАС ЕСТЬ СВЕЖИЕ МЯСНЫЕ И РЫБНЫЕ ПОЛУФАБРИКАТЫ.

ЯГОДНАЯ КЛАССИКА

Покупаем: пирог с брусникой, пирог со сливами.
Подаем: с традиционным русским напитком иван-чаем, дополненным чабрецом или черным чаем.

Пироги с ягодами – это вечная классика. Главное, за что их любят, – сочная начинка. Обычно ее очень много, и наши пироги не исключение. И открытый сливовый, и плетеный брусничный порадуют любителей осенних плодов своими терпковатыми нотами.



МИРОВЫЕ ХИТЫ

Покупаем: круассан «Красный бархат», австрийский штрудель с вишней.
Подаем: с классическим черным или зеленым чаем.

Есть блюда, любимые и узнаваемые во всем мире. Круассан, созданный по мотивам знаменитого «бархатного» торта, и классический штрудель можно смело предлагать любому гостю.

Готовим для вас Кухня

ФЕСТИВАЛЬ ВЫПЕЧКИ ПРОХОДИТ В НАШИХ МАГАЗИНАХ С 1 ПО 30 НОЯБРЯ. КАЖДЫЙ ДЕНЬ ВАС ЖДУТ СВЕЖИЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ!



НЕМНОГО ЭКЗОТИКИ

Покупаем: круассан-куб «Манго – маракуйя», булочку «Гавайскую».
Подаем: с чаем эрл грей, «Цитрусовая свежесть» или «Апельсиновое настроение».

Поздней осенью наступает сезон экзотических фруктов. Они хороши не только во фруктовом салате, но и в начинке булочек и круассанов. Дополните их чаем с цитрусовыми акцентами и представьте, что вы на тропических островах.



В ТРЕНДЕ

Покупаем: круассан-ролл «Смородина», круассан-ролл «Вареная сгущенка».
Подаем: с чаем «Смородиновая нежность», черным чаем с ароматом лесных ягод или гречишным.

Один из трендов последних лет – гибридные блюда: два продукта соединяются и становятся новым кулинарным хитом. Так рождаются, например, краффины (круассан + маффин) или круассаны-роллы.



ДЛЯ САМЫХ ХОЛОДНЫХ ДНЕЙ

Покупаем: улитку с корицей, булочку крем-чиз с корицей.
Подаем: с напитком из шиповника, чаем «Яблоко – корица», чаем «Глинтвейн».

Есть специи с особыми, согревающими ароматами. Главная зимняя пряность, несомненно, корица: ее насыщенный сладкий запах давно стал синонимом тепла и уюта. Булочки с корицей – лучший выбор для чаепития в самые промозглые дни.



ХОРОШАЯ НОВОСТЬ ДЛЯ ТЕХ, КТО ЛЮБОЙ ВЫПЕЧКЕ ПРЕДПОЧИТАЕТ ПИЦЦУ: МЫ ОБНОВИЛИ РЕЦЕПТУРУ, И ТЕПЕРЬ НАШИ ПИЦЦЫ «ЧЕТЫРЕ СЫРА», «ПЕПЕРОНИ», «МАРГАРИТА» И ДРУГИЕ СТАЛИ ЕЩЕ ВКУСНЕЕ!

Мамина радость



Простое печенье и какао – то, с чего дети чаще всего начинают свой кулинарный путь. Наши рецепты – второй уровень сложности, но зато они отлично подходят для того, чтобы приготовить подарок маме и порадовать ее в один из самых теплых праздников – День матери.







АПЕЛЬСИНОВЫЕ БИСКОТТИ С КЛЮКВОЙ

❄

1 ч 20 мин **20 штук**

280 г муки
150 г сахара
60 г сливочного масла
2 яйца
80 г миндаля
70 г вяленой клюквы
1 ст. л. тертой апельсиновой цедры
1 ч. л. ванильного сахара
1 ч. л. разрыхлителя
¼ ч. л. соли

1 Разогрейте духовку до 175 °С. Заранее достаньте сливочное масло, чтобы оно стало мягким. Взбейте масло с сахаром и ванильным сахаром в пышный крем на высокой скорости миксера.
2 Добавьте яйца и апельсиновую цедру, перемешайте.
3 Просейте в яично-масляную смесь муку с разрыхлителем и солью и быстро перемешайте.
4 Лопаткой вмешайте в тесто миндаль и вяленую клюкву.
5 Разделите тесто на 2 части, скатайте из каждой колбаску длиной 20 см, положите на противень, застеленный бумагой для выпечки. Слегка прижмите, чтобы получились батончики высотой 2 см.
6 Выпекайте 20–25 мин, до золотистого цвета, дайте остыть 30 мин.
7 Нарежьте батончики наискосок ломтиками толщиной 1 см. Положите бискотти на противень и выпекайте 12–15 мин. Остудите на решетке.

На 100 г: белки 8,64 г (14,00% суточной нормы) • жиры 13,90 г (20,00%) • углеводы 57,60 г (19,00%) • ккал 370,04 (18,00%) • натрий 69,12 мг (10,00%) • общий сахар 26,69 г (89,00%) • НЖК 5,02 г (22,00%) • пищевые волокна 6,14 г (31,00%)



БИСКОТТИ МОЖНО ИСПЕЧЬ ЗАРАНЕЕ – ОНО ПРЕКРАСНО ХРАНИТСЯ В ГЕРМЕТИЧНОМ КОНТЕЙНЕРЕ ПРИ КОМНАТНОЙ ТЕМПЕРАТУРЕ.





ЕСЛИ ПРИГОТОВИТЬ ПЕЧЕНЬЕ ИЗ ГОЛУБОГО ИЛИ КОЗЬЕГО СЫРА, ОНО ПОЛУЧИТСЯ БОЛЕЕ ПИКАНТНЫМ.

ПЕЧЕНЬЕ С СЫРОМ И ТИМЬЯНОМ

30 мин + 1 ч
6–8 порций

180 г муки
170 г сыра чеддер
60 г сливочного масла
2–3 веточки тимьяна
1,5 ч. л. розового перца
¼ ч. л. разрыхлителя
½ ч. л. соли

1 Заранее достаньте сливочное масло, чтобы оно стало мягким. Растолките розовый перец в ступке. Натрите чеддер на мелкой терке. Оборвите листики с веточек тимьяна.
2 На низких оборотах миксера смешайте сливочное масло с сыром, тимьяном, солью и перцем.
3 В получившуюся смесь просейте муку с разрыхлителем, перемешайте до объединения ингредиентов.
4 Скатайте из теста колбаску толщиной 5 см, заверните в пищевую пленку и уберите в холодильник на 1 ч.
5 Разогрейте духовку до 175 °С. Охлажденное тесто нарежьте на круглые ломтики толщиной 5–6 мм. Выложите на выстеленный пергаментом противень.
6 Выпекайте печенье 15–18 мин, до золотистого цвета. Переложите на решетку и дайте полностью остыть.

На 100 г: белки 16,47 г (26,00% суточной нормы) • жиры 27,17 г (39,00%) • углеводы 33,39 г (11,00%) • ккал 430,46 (20,00%) • натрий 205,33 мг (29,00%) • общий сахар 0,40 г (1,00%) • НЖК 16,73 г (73,00%) • пищевые волокна 4,92 г (25,00%)







ТЫКВЕННОЕ ПЮРЕ ЛЕГКО ПРИГОТОВИТЬ САМИМ: ОТВАРИТЕ ИЛИ ЗАПЕКИТЕ ТЫКВУ ДО МЯГКОСТИ И ТЩАТЕЛЬНО ВЗБЕЙТЕ В БЛЕНДЕРЕ.



КАКАО «ТЫКВЕННЫЙ ПИРОГ»

15 мин **2 порции**

400 мл молока
50 мл питьевой воды
100 г тыквенного пюре
2 ст. л. какао-порошка
2 ст. л. тростникового сахара
1 ч. л. ванильного сахара
1 ч. л. молотой корицы
¼ ч. л. молотого имбиря
1 щепотка мускатного ореха
1 щепотка душистого перца
1 щепотка молотой гвоздики
1 щепотка соли
2 ст. л. мини-маршмеллоу

1 В стакан насыпьте какао и сахар, влейте кипящую воду и размешайте так, чтобы не было комочков.
2 В кастрюлю налейте молоко, добавьте тыквенное пюре, ванильный сахар, соль и специи.
3 При постоянном помешивании доведите почти до кипения, влейте растворенное какао. Помешивая, варите 2–3 мин, не позволяя кипеть.
4 Разлейте напиток по кружкам, посыпьте мини-маршмеллоу и подавайте.

На 100 г: белки 2,81 г (4,00% суточной нормы) • жиры 2,40 г (3,00%) • углеводы 14,97 г (5,00%) • ккал 89,70 (4,00%) • натрий 128,78 мг (18,00%) • общий сахар 11,31 г (38,00%) • НЖК 1,31 г (6,00%) • пищевые волокна 1,21 г (6,00%)

Новинка

Elza Choco Band



Напиток и десерт

Растворимый горячий шоколад

Растворимый какао-напиток с витаминами и кальцием

Напиток и десерт

Растворимый карамельный напиток



Побалуйте близких!





Готовь заготовки!

Летний сезон закончился, но сезон вкусных овощей в наших магазинах не зависит от смены времен года. Мы позаботились о том, чтобы свежий урожай горошка, фасоли, томатов, перца, кабачков и баклажанов превратился в хорошие овощные консервы, и вы их всегда можете найти под брендами «МАГНИТ» и Green Ribbon.

Гарантия качества

Лечо и баклажаны, закуски из фасоли и овощная икра всегда удачно вписываются в осеннее и зимнее меню. А накануне новогодних праздников мы привыкли делать и запас консервированного горошка. Но какие консервы выбрать? Определяющие факторы верной покупки – высокое качество и хороший вкус продукта. Наши торговые марки «МАГНИТ» и Green Ribbon предполагают и то и другое. Свежие овощи для консервов поступают к нам от проверенных кубанских производителей. А в качестве дополнительных мер контроля мы используем самые современные средства.

В лаборатории, оснащенной новейшим оборудованием, контролируют соответствие сырья и тары техническим условиям и ГОСТу, а также проверяют качество продукции на всех этапах производственного процесса. На линии по выпуску горошка и фасоли установлен оптический анализатор, который отбраковывает некондиционные зерна, остатки стручков и прочие примеси. Моют овощи в комплексе последовательно установленных машин, чистят на паровакуумной машине под большим давлением, после чего в щеточной машине удаляют кожуру. Очищенные овощи для икры измельчают на специальном аппарате с вращающимися ножами. А готовые банки с продукцией проходят двойной рентген-контроль, чтобы можно было исключить в них посторонние вкрапления.

Чек-лист покупок

1 Зеленый горошек

Наши консервы производятся из гороха мозговых сортов, выращенного в Краснодарском крае. Горошек бережно собирают, очищают и отправляют в банки прямо в день сбора урожая. Благодаря этому он остается вкусным и питательным. Горошек Green Ribbon вы можете найти не только в привычной жестяной банке, но и в стеклянной – и сразу увидеть, насколько он свежий и качественный.

2 Овощная икра
Икру мы тоже делаем только из свежесобранных овощей. Благодаря удачному сочетанию овощей, зелени и пряностей у икры сбалансированный вкус, нежная консистенция и очень приятный аромат. Например, в икру из баклажанов идут молодые баклажаны, морковь, лук, подсолнечное масло, томатная паста, соль, сахар, зелень и пряности. Для кабачковой икры берут кабачки нового урожая, а также морковь, лук, томатную пасту, зелень и специи. И никаких консервантов и загустителей. Важно, что от грядки до упакованного готового продукта путь кабачка составляет менее 10 часов, поэтому в закуске сохраняется бóльшая часть полезных свойств овощей.

3 Маринованные черри
Одна из любимых закусок наших покупателей – маринованные помидоры черри. Они производятся из спелых плодов, собранных на полях Краснодарского края. Мы делаем их по классическому рецепту, как домашние заготовки: томаты, маринад (вода, сахар, соль, уксусная кислота) и пряности. Особый вкус придают семена горчицы.

4 Помидоры и огурцы
Не менее популярны и ассорти из маринованных томатов черри и корнишонов. А для тех, кто предпочитает чистый вкус продукта, есть томаты в томатном соке – плотные спелые помидорчики, которые готовятся по ГОСТу в собственном соку.

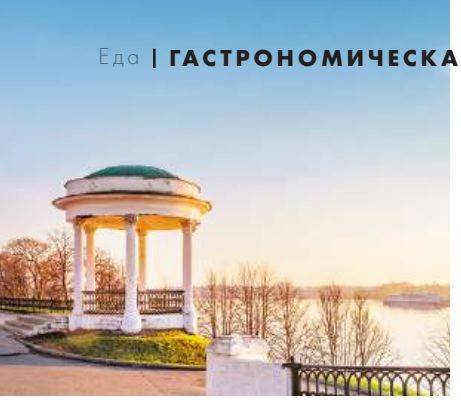
5 Лечо
Лечо мы делаем по оригинальному рецепту из густого томатного соуса и кусочков сочного болгарского перца. И тоже только из свежесобранных овощей. Получается слегка хрустящий перчик в ароматной томатной заливке.

6 Закуски из фасоли
Для их приготовления мы используем рецепты кухонь разных стран. Греческий вариант – печеная белая фасоль в оригинальном томатном соусе. Итальянские мотивы угадываются в фасоли с овощами: со сладким перцем, морковью, луком и пряными специями. А еще есть фасоль с грибами – простое, но невероятно аппетитное блюдо, которое прекрасно дополняет мясо, рыбу и птицу.

СТОИТ ЧАЩЕ ГОТОВИТЬ

- **Зеленый горошек**. Конечно, хорош в салатах, и не только в винегрете и оливье: всегда удачно выступает в сочетании с маринованными огурцами, сельдереем, сельдью, вареным мясом, языком, картофелем; будет уместен и в салате из свежих овощей, например, капусты и моркови. Консервированный горошек вместе с заливкой можно добавить в овощной суп или рагу с помидорами. Наконец, горошек – быстрый, простой и питательный гарнир.
- **Томаты.** Маринованные – отличная закуска, можно не экспериментировать и есть их просто так. А вот консервированные в томатном соке станут основой разных блюд: овощных и мясных соусов для макарон и запеканок, рагу, холодных и согревающих супов. Решили приготовить болоньезе, или чахохбили из курицы, или мусаку, гаспачо, тот же борщ? Не забудьте купить томаты в собственном соку.
- **Фасоль** – важнейший источник растительного белка, но ее почему-то нечасто включают в меню. Используйте консервированную фасоль для запеканок с мясом и овощами. Добавьте ее в мясное рагу; дополните жареным сладким перцем, баклажанами и/или грибами; быстро обжарьте и прогрейте с фасолью приправленное паприкой куриное филе, и вы увидите, что простая фасоль из банки прекрасно справляется с разными кулинарными ролями.



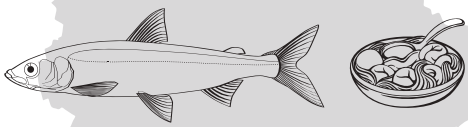






Славные традиции Ярославля

У многих российских городов неповторимый облик, но у тех, что входят в Золотое кольцо, особенно. Ярославль знаменит памятниками русского зодчества, древними храмами, купеческими усадьбами и головокружительными речными пейзажами. Его исторический центр включен в Список Всемирного наследия ЮНЕСКО, а специалитеты достойны того, чтобы все занесли их в свои кулинарные книги.



Ярославль расположен на слиянии двух рек: Волги и Которосли. В Ярославской области есть озера и водохранилища, поэтому в меню ее жителей всегда были рыбные блюда. Ряпушку из Плещеева озера когда-то называли царской сельдью: она настолько хороша, что даже удостоилась чести входить в царское меню и быть изображенной на гербе Переславля-Залесского. Правда, сегодня ряпушка занесена в Красную книгу и попробовать ее не так просто. У волжского судака и щуки репутация скромнее, зато их можно встретить и на домашних, и на ресторанных кухнях. Именно с щукой и судаком делают ярушки – рыбные пельмени в бульоне. Это новое блюдо, созданное современными поварами по старинным рецептам и ставшее одной из визитных карточек города. По давним рецептам готовят и знаменитые вятские огурцы. В селе Вятском выращивали огурчики особого сорта, которые долго оставались хрусткими в бочке. Солили их с чесноком, укропом, перцем, дубовым и смородиновым листом и добавляли в разные блюда. И сегодня здесь можно попробовать пирожки с солеными огурцами. А если выпечке из дрожжевого теста вы предпочитаете блины, вас точно порадует ярославский блинник – праздничный многослойный пирог с разными начинками, в том числе с традиционным топленым творогом. Его легко приготовить дома, достаточно вдохновиться красотой и рецептами Ярославской земли.

Пирожки с солеными огурцами хорошо подать к ухе. В окрестностях Ярославля когда-то готовили три ее вида: черную, с перцем и гвоздикой, желтую, с шафраном, и белую, с луком.

ПИРОЖКИ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ

❄

2 ч **15 штук**

500 г муки
200 мл молока
50 г сливочного масла
1 яйцо
20 г свежих дрожжей
1 ч. л. сахара
½ ч. л. соли
растительное масло для жарки

Для начинки:
4 соленых огурца
2–3 луковицы
2 ст. л. растительного масла

1 В теплом молоке растворите сахар. Добавьте раскрошенные дрожжи, хорошо перемешайте и оставьте на 10 мин.
2 Растопите масло, остудите до комнатной температуры. В дрожжевую смесь добавьте яйцо, просейте муку с солью. Начните вымешивать тесто, добавляя порциями растопленное масло. Вымешивайте в течение 10 мин.
3 Скатайте тесто в шар, положите в смазанную маслом миску, накройте полотенцем и оставьте в теплом месте на 1 ч.
4 Приготовьте начинку: нарежьте соленые огурцы



и лук маленькими кубиками. В сковороде разогрейте масло, пассеруйте лук до золотистого цвета, помешивая. Добавьте огурцы и жарьте, пока жидкость полностью не испарится.

5 Подошедшее тесто разделите на 15 одинаковых кусочков, сформируйте шарики и раскатайте в кружки толщиной 6–8 мм. Положите на середину начинку, тщательно защипните края, придавая форму слегка сплющенного пирожка.

6 В глубокой сковороде на среднем огне разогрейте растительное масло слоем не менее 3 см. Частями обжаривайте пирожки до золотистого цвета со всех сторон. Шумовкой переложите на бумажные полотенца. Подавайте горячими.

На 100 г: белки 5,56 г (6,96% суточной нормы) • жиры 10,55 г (11,72%) • углеводы 42,49 г (25,29%) • ккал 283,64 (15,76%) • натрий 81,00 мг (5,59%) • общий сахар 9,45 г (18,90%) • НЖК 3,35 г (16,75%) • пищевые волокна 1,82 г (6,07%)



Творог из топленого молока можно приготовить дома.
Налейте в кастрюлю 2 л топленого молока с коротким сроком хранения, подогрейте до 40°С. Добавьте 150 г сметаны жирностью 20%, размешайте венчиком до однородности, накройте крышкой и оставьте на 8 ч при комнатной температуре. Поставьте кастрюлю на плиту и нагревайте при постоянном помешивании на слабом огне до появления хлопьев. Не доводите до кипения! Снимите кастрюлю с плиты и дайте остыть до комнатной температуры. Застелите сито несколькими слоями марли, откиньте творог, закройте свободными концами марли и поставьте небольшой пресс. Через 35-45 мин творог готов.

ЯРОСЛАВСКИЙ БЛИННИК

❄

1 ч 20 мин **6–8 порций**

500 мл молока
50 г сливочного масла
2 яйца
180 г муки
1 ст. л. сахара
½ ч. л. соли
2–3 ст. л. растительного масла

Для начинки:
500 г творога из топленого молока
100 г сметаны
2 яйца
3 ст. л. сахара

1 Взбейте яйца с сахаром и солью. Влейте половину молока, хорошо перемешайте. Растопите сливочное масло.

2 Просейте в яично-молочную смесь муку, размешайте венчиком так, чтобы не было комочков. Влейте оставшееся молоко, размешайте. В конце добавьте сливочное масло, перемешайте и оставьте на 15 мин.
3 Поджарьте тонкие блинчики, слегка смазывая сковороду растительным маслом.

4 Для начинки разотрите творог с яйцами и сахаром до однородности. Добавьте сметану, перемешайте.
5 Разогрейте духовку до 180 °С. Выстелите форму диаметром 20 см пергаментом. Выложите дно и бортики блинчиками, располагая их слегка внахлест.
6 Соберите блинник, чередуя блинчики и начинку. Подверните боковые блинчики внутрь и накройте последним блинчиком. Выпекайте 20–25 мин.
7 Дайте остыть в форме 20 мин. Аккуратно переверните на сервировочное блюдо. Подавайте теплым или холодным

На 100 г: белки 8,33 г (10,41% суточной нормы) • жиры 15,73 г (17,48%) • углеводы 25,73 г (15,32%) • ккал 276,37 (15,35%) • натрий 152,10 мг (10,49%) • общий сахар 16,34 г (32,68%) • НЖК 7,84 г (39,20%) • пищевые волокна 0,35 г (1,17%)

Душепарка – это ярославский ответ глинтвейну и сбитню. Ярославцы не меньше южан любили специи и щедро добавляли их в горячий хмельной напиток на основе пива, вина, меда и клюквенного сока. Душепарку варят уже не один век, и сегодня к ней возвращается былая популярность.

ДУШЕПАРКА

30 мин **4–6 порций**

1 л темного пива
400 мл красного полусладкого вина
200 мл жидкого меда
200 г клюквы
200 г брусники
1 палочка корицы
3–4 бутона гвоздики
½ ч. л. молотого имбиря
½ ч. л. молотого кардамона

Для подачи:
2–3 ст. л. клюквы

1 В кастрюлю налейте пиво, добавьте мед, бруснику, клюкву и специи, доведите до кипения и варите на слабом огне 15 мин.
2 Процедите отвар через сито, проминая ягоды ложкой. Процеженный отвар налейте в кастрюлю, добавьте вино и прогрейте, не доводя до кипения.
3 Разлейте душепарку по жаропрочным бокалам, положите в каждый 1 ч. л. клюквы и подавайте.

На 100 г: белки 0,41 г (0,51% суточной нормы) • жиры 0,05 г (0,06%) • углеводы 13,93 г (8,29%) • ккал 87,39 (4,86%) • натрий 3,40 мг (0,23%) • общий сахар 10,45 г (20,90%) • НЖК 0,00 г (0,00%) • пищевые волокна 0,54 г (1,80%)



Грани граната

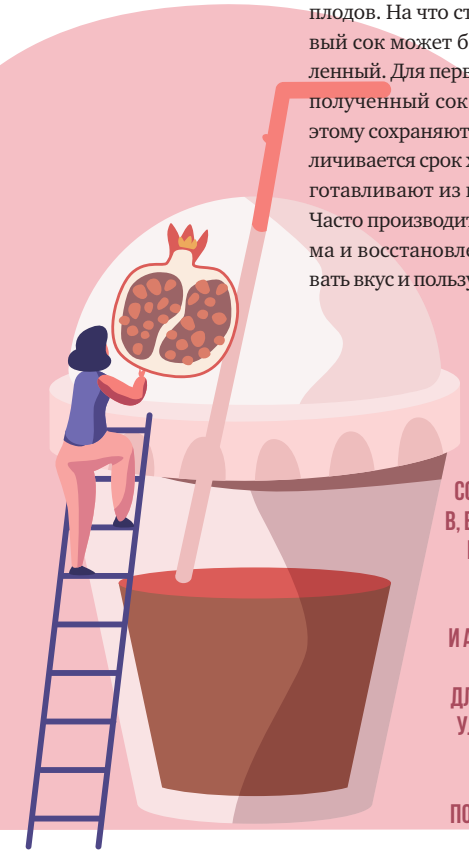
Сезон граната не зря выпадает на позднюю осень: этот невероятно красивый плод словно призван добавить красок и ярких эмоций в хмурые дни. Чтобы почувствовать всю силу сочного фрукта, предлагаем попробовать его в разных воплощениях и устроить настоящую «гранатовую вечеринку».



Создать атмосферу праздника помогут декор и красивая посуда. Но главными звездами на нем пусть будут разнообразные напитки со вкусом граната. Собрать тематическую барную карту совсем не сложно: все необходимое легко найти на полке магазина. Составляем список покупок, и вперед!

1 Гранатовый сок

Начать нужно именно с него. Глубокая насыщенность и благородная терпкость гранатового сока позволяют ему сопровождать как основные блюда, так и десерты. Но ценим мы его не только за вкус и кулинарные возможности. Концентрация полезных веществ в соке еще больше, чем в гранате, ведь на изготовление одного стакана сока идет несколько плодов. На что стоит обратить внимание? Гранатовый сок может быть прямого отжима и восстановленный. Для первого плоды пропускают через пресс, полученный сок бережно пастеризуют. Благодаря этому сохраняются полезные микроэлементы и увеличивается срок хранения. Восстановленный сок изготавливают из концентрированного сока и воды. Часто производители смешивают сок прямого отжима и восстановленный, что позволяет сбалансировать вкус и пользу.



В ГРАНАТЕ СОШЛОСЬ ВСЕ: ЯРКАЯ ВНЕШНОСТЬ, НЕПОВТОРИМЫЙ ВКУС И ПОЛЬЗА. В НЕМ СОДЕРЖАТСЯ ВИТАМИНЫ С, В, В6 И В12, ЖЕЛЕЗО, КАЛИЙ, ЙОД, КАЛЬЦИЙ, КРЕМНИЙ, ПЛЮС КЛЕТЧАТКА, АМИНОКИСЛОТЫ И АНТИОКСИДАНТЫ! ВСЕ ЭТО НЕОБХОДИМО НАМ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ СОСУДОВ, УЛУЧШЕНИЯ ИММУНИТЕТА, ЗАЩИТЫ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ, ПОВЫШЕНИЯ ГЕМОГЛОБИНА И ЖИЗНЕННОГО ТОНУСА.

2 Вкусовая вода

Для тех, кто постоянно ищет новое, – напитки на основе минеральной воды и сока граната или изысканного микса гранатового сока, экстракта ягод и натуральных ароматизаторов. Они великолепно утоляют жажду и освежают рецепторы. Особенно хороши такие напитки после обильного застолья. В них удачно сочетаются польза минеральной воды и вкус спелых фруктов.

3 Лимонад

Какие напитки особенно порадуют детей, а взрослым позволят вернуться в детство? Конечно же, искристые лимонады! Они внесут нотку праздника и легкости. Предложите гостям лимонады с характерной гранатовой терпкостью или взрывным сочетанием цитруса и граната. Только не забудьте их хорошо охладить перед подачей.

4 Тоник

Наш список будет неполным без тоников со вкусом граната. Гости оценят их ненавязчивую сладость, легкую горчинку с ноткой хинина и фруктовую яркость плодов, созревших под южным солнцем. Предложите тоники в качестве аперитива – они подготовят ваши вкусовые рецепторы и стимулируют аппетит. А еще на их основе можно смешать огромное количество различных коктейлей.

Правильная подача – половина дела

Подготовьте для соков, лимонадов и фруктовой воды высокие узкие стаканы из прозрачного стекла – они позволят полюбоваться благородным цветом гранатового сока. Лимонады и фруктовую воду подавайте со льдом или замороженными ягодами и зернами граната – это будет смотреться особенно эстетично. Для тоников и коктейлей подойдут высокие и широкие бокалы: в них напиток лучше раскроет свой вкус и аромат.

фото: Shutterstock/Fotodom.ru

ПОЛЬЗА МИНЕРАЛЬНОГО ИСТОЧНИКА

В КАЖДОЙ БУТЫЛКЕ



ПРИРОДНЫЕ МИНЕРАЛЫ

Na Ca K Mg

По кулинарному пути



Коньяк не только напиток, ставший частью культурного наследия Франции и других стран. Человечество много веков использует его в кулинарии. Достаточно буквально рюмочки, а то и пары капель, чтобы подсветить вкус блюда. На примере популярных рецептов рассказываем, какую роль коньяк играет на кухне.



Фондю

Общеизвестно, что классический рецепт швейцарского фондю включает вино. У него чисто техническая функция: кислота, содержащаяся в вине, расщепляет белки и делает текстуру расплавленного сыра более гладкой и однородной. Но для вкуса добавляют и крепкий алкоголь – коньяк. Достаточно вылить стопочку в фондюшницу в самом конце приготовления – и аромат ванили, благородной древесины и орехов передастся не только сыру, но и тем ингредиентам, которые вы собираетесь в фондюшницу опускать.

ДЛЯ КУЛИНАРНЫХ ЦЕЛЕЙ НЕ СТРЕМИТЕСЬ ВЫБРАТЬ САМЫЙ ДЕШЕВЫЙ И ПРОСТОЙ КОНЬЯК: ОН ВРЯД ЛИ УКРАСИТ ВКУС БЛЮДА. ИСПОЛЬЗУЙТЕ ТОТ ЖЕ, ЧТО ПОДАЕТЕ КАК НАПИТОК, ЕГО ОБЫЧНО НУЖНО СОВСЕМ ЧУТЬ-ЧУТЬ.



Маринады

Здесь коньяк играет двойную роль: с одной стороны, помогает ароматам специй лучше проникать внутрь продукта, с другой – дымный вкус коньяка привносит в маринад слегка копченые ноты, которые становятся очевиднее при жарке на гриле или сковороде. Речь не только о стейках из говядины или шашлыках из лосося, они с коньячными маринадами образуют идеальный марьяж, но и о более нейтральных индейке и курице, которым этот вкусовой акцент дает возможность гастрономического полета. Остатки драгоценного маринада стоит сохранить, уварить и использовать при жарке как глазурь, чтобы придать стейку или куриным крылышкам лаковую корочку.

Фламбе

Кулинарная техника фламбе (от французского слова «обжигать») подразумевает опрыскивание блюда высокоградусным алкоголем с последующим его поджиганием при подаче. Многие считают это чисто ресторанной презентацией, но у фламбе есть и практический смысл: при возгорании вкус и аромат алкоголя многократно усиливаются и его пары буквально «впечатываются» в блюдо. Длится эта магия недолго, поэтому фламбируют блюдо всегда около стола.

Что можно «обжигать» коньяком? Да что угодно. Повара позволяют гулять языкам пламени по самым разным продуктам – дары моря, стейки, фрукты, сладости насыщаются коньячным букетом и обретают аппетитные карамельные подпалины. Фламбирование в коньяке, например, подразумевается в классическом рецепте креп-сюзет – французских блинчиков с заварным кремом и сливочным соусом.





Соусы

Коньяк в соусах и подливах – эпохальная тема. Классика жанра – соус «Тысяча островов». Пестрой смеси майонеза, кетчупа, рубленых оливок и корнишонов именно рюмка коньяка придает глубину и сложность, превращая ее в отличный аккомпанемент даров моря. Добавлять немного коньяка в пасту с грибным или томатным соусом на сливках кажется странным для русского вкуса, но здесь, кроме аромата, коньяк демонстрирует другую способность: и грибы, и томаты полнее раскрываются на его фоне, а сливки просто придают соусу бархатистость.



МОЛОДОЙ КОНЬЯК, С ВЫДЕРЖКОЙ ТРИ ГОДА, ПОДХОДИТ ДЛЯ ЛЕГКИХ БЛЮД; ЗРЕЛЫЙ, С ВЫДЕРЖКОЙ БОЛЕЕ ПЯТИ-ШЕСТИ ЛЕТ, – ДЛЯ МЯСА, ДИЧИ, БЛЮД С ГРИБАМИ, ШОКОЛАДНЫХ ДЕСЕРТОВ.

Тесто

В тесте для хвороста и хрустящего печенья используется еще одно свойство крепких напитков: спирт, содержащийся в алкоголе, начинает испаряться уже при температуре 78 °С, поэтому при выпечке или приготовлении во фритюре пары проходят сквозь тесто и делают его пористым и воздушным. Конечно, и как ароматизатор коньяк находит свое место в коржах для торта, бисквитах и кексах.



Кляр

По тем же причинам капелька коньяка благотворно влияет на текстуру кляра или темпуры: испаряющиеся спирты делают их более легкими и пушистыми. В хрупкую корочку коньячного кляра можно одеть креветки, дольки фруктов или кусочки рыбы, приготовив парадную версию фиш энд чипс. Еще присмотритесь к рецепту мороженого «Аляска». Если взбить легкий кляр из белка и коньяка, можно запечь в нем брусочек пломбира и получить впечатляющий оксюморон – холодный десерт в теплой меренге.

Крем

Глубина вкуса, аромат и интрига… Благодаря им коньяк – частый гость в кондитерских кремах. Из примеров можно привести масляный крем шарлотт – классику французской кондитерской. Сначала на водяной бане завариваются яйца с молоком и сахаром, потом внедряется взбитое сливочное масло, а в самом конце добавляются коньяк и ваниль. С капелькой алкоголя крем дольше хранится (тем самым продлевая жизнь тортам и пирожным), а также получается более гладким и стабильным, из него выходят стойкие розочки и шапки для капкейков. Тонкий ароматический шлейф тоже не стоит сбрасывать со счетов: он особенно изысканно сочетается с миндальной крошкой, шоколадом или безе.

Заготовки

Коньяк можно добавлять в любые джемы, варенья, конфитюры, а также овощные заготовки и маринады. Самые популярные сочетания – это варенье из вишни или сливы с коньяком. Самим плодам присуща некоторая танинная терпкость, и коньяк ее удачно дополняет.

В случае с заготовками, которым предстоит долго храниться, ингредиенты обычно проваривают, но при этом от коньяка может ничего не остаться. Поэтому лучше поступить так: замочить фрукты-ягоды в коньяке с сахаром на ночь, а потом быстро, в два-три коротких приема, сварить варенье.

Пропитка

В качестве пропитки бисквитов коньяк даст фору даже рому. Его вкусовой профиль более многогранный, в нем нет откровенной сладости, а есть особая, сандаловая пряность, которая завораживает рецепторы. Будете готовить коньячную бабу – добавьте в пропитку еще и апельсиновый ликер или сироп, вместе они придадут выпечке новогодний дух.

Шоколад

Напоследок стоит упомянуть самое эффектное из сочетаний: шоколад и коньяк – это пара, рожденная где-то в небесном кулинарном ведомстве. Причем в любом сочетании: будь то шоколадные трюфели, шоколадный крем для медовика, шоколадное мороженое с коньяком и изюмом или какой-нибудь хитрый шоколадно-коньячный соус для утки.



ЯРКИЙ ВКУС
Северных Ягод

НАСТОЙКА
ТАЛКА

НОВИНКА



ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ
ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ



ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Кофейная кантата

Крепкий кофе – отличная основа для коктейлей. Его насыщенный вкус звучит еще ярче под аккомпанемент других ингредиентов – от мороженого и сиропов до ликеров и фруктов. Главное, в любом случае использовать свежесваренный напиток. И чем лучше он будет, тем вкуснее получится ваш коктейль.



ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

КОФЕЙНОЕ ПЛАМЯ

10 мин **4 порции**

200 мл эспрессо
100 мл ванильного ликера
100 мл кофейного ликера
100 мл шоколадного ликера
лед

Для подачи:
8 штук гигантских маршмеллоу

1 В шейкер насыпьте горсть льда, влейте ликеры и эспрессо, энергично взболтайте.
2 Разлейте коктейль по бокалам, наполненным льдом.
3 Нанижите по 2 маршмеллоу на шпажку, обожгите горелкой, украсьте бокалы и подавайте.

На 100 г: белки 0,09 г (0,11% суточной нормы) • жиры 0,25 г (0,28%) • углеводы 24,79 г (14,76%) • ккал 206,60 (11,48%) • натрий 9,80 мг (0,68%) • общий сахар 22,42 г (44,84%) • НЖК 0,08 г (0,40%) • пищевые волокна 0,00 г (0,00%)

ЭСПРЕССО-МАРТИНИ

5 мин **4 порции**

200 мл водки
120 мл кофейного ликера
120 мл эспрессо
лед

Для подачи:
кофейные зерна

1 В шейкер насыпьте горсть льда, влейте водку, кофейный ликер и эспрессо, энергично взболтайте.
2 Разлейте коктейль по бокалам для мартини, украсьте кофейными зернами и подавайте.

На 100 г: белки 0,06 г (0,08% суточной нормы) • жиры 0,13 г (0,14%) • углеводы 13,22 г (7,87%) • ккал 199,09 (11,06%) • натрий 6,45 мг (0,44%) • общий сахар 10,45 г (20,90%) • НЖК 0,05 г (0,25%) • пищевые волокна 0,00 г (0,00%)

ШОКОЛАДНЫЙ МОКТИНИ

25 мин **4 порции**

300 мл сливок жирностью 10%
100 г горького шоколада
4 ч. л. шоколадного соуса
200 мл холодного эспрессо
150 мл сгущенного молока

Для подачи:
50 г тертого шоколада

1 Мелко порубите шоколад, насыпьте в высокий мерный стакан. Доведите сливки почти до кипения, вылейте на шоколад, дайте постоять полминуты и взбейте погружным блендером до однородности. Дайте остыть.
2 Окуните края бокалов для мартини в приготовленный горячий шоколад, а потом в тертый шоколад. Нанесите шоколадный соус на стенки бокалов в виде паутинки или спирали. Уберите бокалы в морозильник на 15 мин.
3 В оставшийся растопленный шоколад добавьте сгущенное молоко и эспрессо, взбейте до однородности.
4 Разлейте коктейль по замороженным бокалам и подавайте.

На 100 г: белки 3,59 г (4,49% суточной нормы) • жиры 11,23 г (12,48%) • углеводы 21,63 г (12,88%) • ккал 199,77 (11,10%) • натрий 47,60 мг (3,28%) • общий сахар 18,69 г (37,38%) • НЖК 6,23 г (31,15%) • пищевые волокна 1,12 г (3,73%)

Если у вас нет эспрессо-машины, используйте для коктейлей хороший растворимый кофе или приготовленный в кофеварке.

БАМБЛ-КОФЕ

5 мин **4 порции**

400 мл холодного эспрессо
300 мл газированной воды
160 мл свежевыжатого апельсинового сока
4 ч. л. сахарного сиропа
лед

Для подачи:
4 ломтика апельсина
4 веточки мяты

1 Смешайте кофе и сахарный сироп.
2 По стаканам разлейте апельсиновый сок, насыпьте лед и налейте газированную воду.
3 Чтобы не нарушить слои, опустите в стакан столовую ложку и тонкой струйкой влейте кофе.
4 Украсьте ломтиком апельсина, веточкой мяты и подавайте.

На 100 г: белки 0,18 г (0,23% суточной нормы) • жиры 0,12 г (0,13%) • углеводы 4,55 г (2,71%) • ккал 19,66 (1,09%) • натрий 6,89 мг (0,48%) • общий сахар 3,24 г (6,46%) • НЖК 0,05 г (0,25%) • пищевые волокна 0,04 г (0,13%)

СЛИВОЧНЫЕ ОБЛАКА

5 мин **4 порции**

200 мл холодного эспрессо или крепкого кофе
200 мл сливочного ликера
150 г ванильного мороженого
150 г шоколадного мороженого
100 г взбитых сливок

1 По высоким стаканам разложите шоколадное и ванильное мороженое.
2 Полейте мороженое охлажденным кофе и ликером.
3 Украсьте напиток взбитыми сливками и подавайте.

На 100 г: белки 2,96 г (3,70% суточной нормы) • жиры 9,00 г (10,00%) • углеводы 17,55 г (10,45%) • ккал 184,94 (10,27%) • натрий 54,69 мг (3,77%) • общий сахар 14,72 г (29,44%) • НЖК 5,54 г (27,70%) • пищевые волокна 0,21 г (0,70%)

ЭСПРЕССО-МАРАКУЙЯ

5 мин **4 порции**

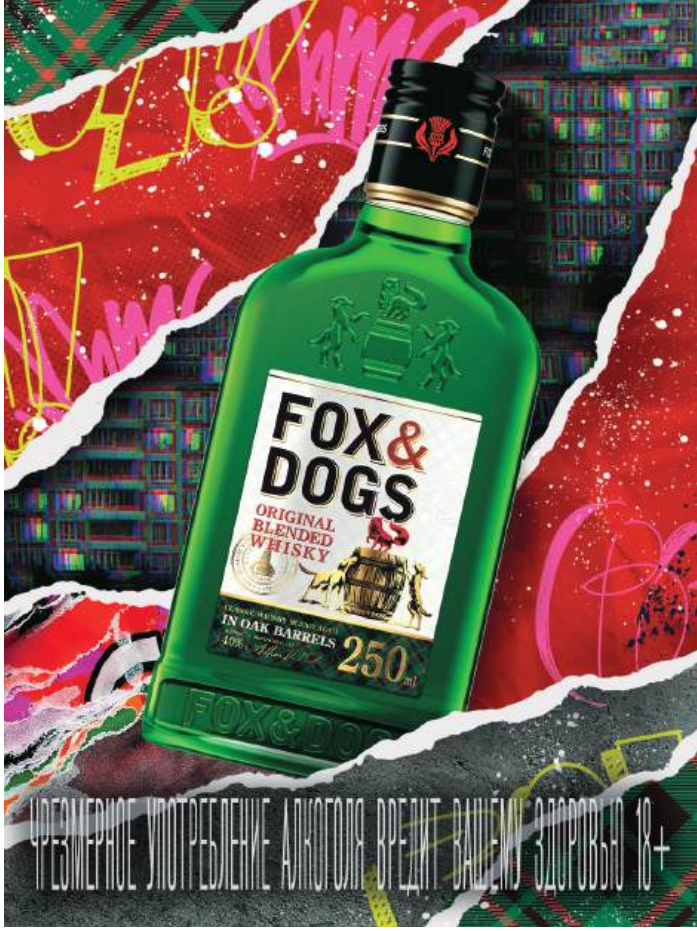
200 мл холодного эспрессо
500 мл газированной воды
50 мл сахарного сиропа
150 г мякоти маракуйи (свежей или замороженной)
лед

1 Взбейте до однородности погружным блендером маракуйю и сахарный сироп, разлейте по стаканам.
2 Наполните стаканы льдом и налейте газированную воду.
3 Долейте эспрессо и подавайте.

На 100 г: белки 0,40 г (0,50% суточной нормы) • жиры 0,16 г (0,18%) • углеводы 7,99 г (4,76%) • ккал 32,61 (1,81%) • натрий 8,44 мг (0,58%) • общий сахар 5,23 г (10,46%) • НЖК 0,03 г (0,15%) • пищевые волокна 1,73 г (5,77%)

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ


TÊTE
DE CHEVAL
Vermouth *
*Тет де Шеваль Вермут
ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ


FOX&
DOGS
ORIGINAL
BLENDED
WHISKY
IN OAK BARRELS
250
ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ 18+


ОСНОВАНА В 1990 ГОДУ
НОМЕРНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
БАЛТИКИ
НОВИНКА
БАЛТИКА 0
БЕЗАЛКОГОЛЬНОЕ СВЕТЛОЕ
БАЛТИКА 3
КЛАССИЧЕСКОЕ СВЕТЛОЕ
БАЛТИКА 7
ЭКСПОРТНОЕ СВЕТЛОЕ
БАЛТИКА 8
НЕФИЛЬТРОВАННОЕ ПШЕНИЧНОЕ
БАЛТИКА 10
ЮБИЛЕЙНОЕ СВЕТЛОЕ
ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ





Настойка с бархатным вкусом натурального морса облепихи

БОКАЛ ДЛЯ ГОРЯЧЕГО КОКТЕЙЛЯ В ПОДАРОК



ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Мед пьем

Присказкой «И я там был, мед пил» часто заканчиваются русские сказки и былины. Хмельной напиток из меда действительно издавна существовал на Руси. В наши дни его называют медовухой, и современный рецепт значительно отличается от старинного.



Как было раньше

Медовые напитки со слабыми градусами пользовались популярностью во многих странах, где не выращивали виноград, то есть там, где достаточно холодно. Но у восточных славян питьевой мед был в особом почете. В Древней Руси мед делали методом естественного брожения, разбавляя его водой или соком ягод и отправляя на хранение в засмоленные бочки, зарытые в землю. Дрожжи не использовали, и процесс занимал очень долгое время, полвека точно. Потому готовый слабоалкогольный ароматный напиток употребляли лишь в исключительных случаях. Позже мед начали разбавлять водой, добавлять фрукты и варить, после чего оставляли бродить на 2–3 недели.

МЕДОВЫЙ НАПИТОК РАНЬШЕ НАЗЫВАЛИ ПРОСТО «МЕД» ИЛИ «МЕДОВИНА», «ПИТНЫЙ МЕД», «СТАВЛЕНЫЙ МЕД». НАЗВАНИЕ «МЕДОВУХА» ПОЯВИЛОСЬ ЛИШЬ В XIX ВЕКЕ, И ТОГДА ЭТО БЫЛА НАСТОЙКА НЕ ОЧЕНЬ КАЧЕСТВЕННОЙ ВОДКИ, В КОТОРУЮ ДОБАВЛЯЛИ БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО МЕДА, ЧТОБЫ ОТБИТЬ РЕЗКИЙ ВКУС СИВУШНЫХ МАСЕЛ.

Что сейчас

Сегодня медовуху готовят двумя способами.

МЕДОСТАВ. Мед смешивается с ягодным соком в пропорции 2 к 1 и бродит в чанах. Затем его фильтруют, добавляют хмель и выдерживают в деревянных бочках в течение нескольких лет. Такой метод используют редко, он трудоемкий и очень долгий. Зато ставленый мед больше всего похож на напиток, который пили в Древней Руси.

МЕДОВАРЕНИЕ. Мед смешивается с теплой водой. Полученный раствор кипятится, а затем варится с добавлением дрожжей в течение нескольких часов. Далее бродит, фильтруется и разливается по бутылкам. Для придания различных вкусовых нюансов в медовуху добавляют травы, пряности, ягоды и фрукты, коренья и хмель. Единого стандарта приготовления нет, поэтому вариаций и рецептов медовухи очень много. Есть даже крепленая медовуха – в нее добавляют водку или спирт.

КАК И С ЧЕМ ПИТЬ?

Как угодно. Летом охлажденной, а зимой слегка подогретой. Медовуху можно смешивать с квасом и пивом, самостоятельно добавлять в нее любимые пряности.

● Закусывать медовуху не обязательно, это самодостаточный напиток. Но если очень хочется, то подайте к ней традиционные русские закуски: моченую бруснику, квашеные овощи, соленые грибы, пироги с мясом, блины и пряники, ватрушки и сочники. ● Любители гастрономических сочетаний могут попробовать медовуху с сыровяленым мясом, шашлычками из птицы, жареным сулугуни или халуми, различными копченостями. ● На десерт хорошо подойдет медовуха со свежими фруктами.

А вот с морепродуктами медовый напиток совершенно не сочетается.



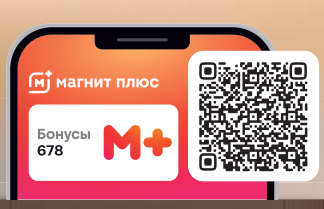
МАГНИТ | ROYAL KÜCHEN

Готовьте со вкусом

Соберите коллекцию посуды и техники для теплых моментов



Покупайте с картой Магнит Плюс



Собирайте Магнитики и обменивайте на скидку*

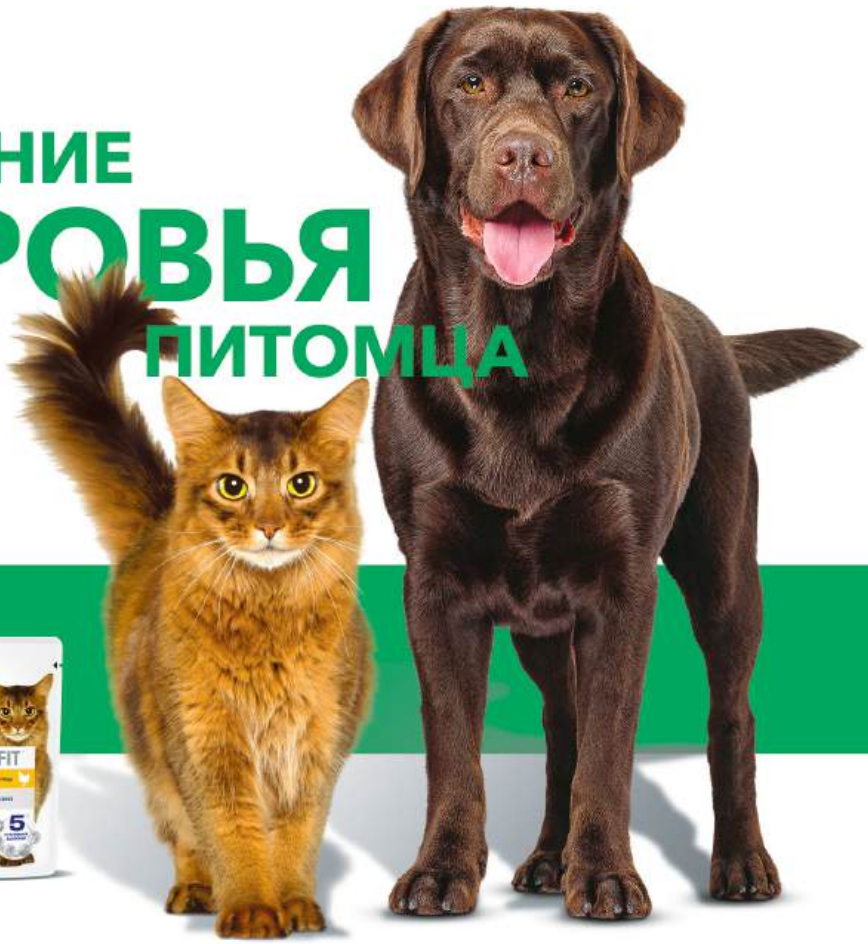
до 72%

В рамках акции «Готовьте со вкусом» в период с 03.09.2025 по 31.12.2025 за покупки с картой Магнит Плюс получите 1 цифровой Магнитик за каждые 300 руб. в чеке в «Магнит у дома», 2 цифровых Магнитика за каждые 600 руб. в чеке в «Магнит Семейный», «Магнит Экстра», «Магнит Опт» и «Магнит Косметик». Цифровые Магнитики также выдаются за покупку товаров-участников, независимо от суммы чека.
*Скидка на акционные товары до 72% действует до 31.12.2025 включительно при предъявлении необходимого количества цифровых Магнитиков. Есть ограничения. С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве и акционной цене товаров, сроках, месте и порядке их приобретения, а также с условиями выдачи и использования цифровых Магнитиков вы можете ознакомиться на сайтах magnit.ru и magnit.ru/anons/magnitik или по телефону горячей линии 8 (800) 200-90-02. Организатор вправе досрочно прекратить проведение акции. Приложение «Магнит: акции и доставка» (6+). Интерфейс приложения приведен для примера.

PERFECT FIT

ПОДДЕРЖАНИЕ ЗДОРОВЬЯ ПИТОМЦА





2 победителя

ГЛАВНЫЙ ПРИЗ

1 000 000₽

на отдых с питомцем

В ПЕРИОД С 01.10.2025 ПО 25.11.2025

ЭКСКЛЮЗИВНО В МАГНИТ

1 АКТИВИРУЙТЕ
участие в мобильном приложении Магнит*

2 ПОКУПАЙТЕ
PERFECT FIT™ с картой Магнит Плюс из приложения

3 ПОЛУЧАЙТЕ
50 бонусов** и возможность выиграть ценные призы



ЗАБОТЬТЕСЬ О ВИРТУАЛЬНОМ ПИТОМЦЕ – играйте в игру (18+), получайте электронный купон*** и участвуйте в розыгрыше специальных призов

ПОДДЕРЖАНИЕ ЗДОРОВЬЯ ПИТОМЦА с профессиональными рационами Perfect Fit™ и своевременной консультации у ветеринара

* Мобильное приложение «Магнит: акции и доставка» (6+) (далее Мобильное приложение). **1 бонус=1 рубль. Обладателями Гарантированного приза (50 бонусов) становятся первые 100 000 (сто тысяч) участников. *** Электронный купон дает право на покупку 1 шт. акционной продукции Perfect Fit™ за 1 (один) рубль. С 01.10.2025 г. по 25.11.2025 г. активируй участие в Мобильном приложении и покупай акционную продукцию Perfect Fit™ (в одном чеке) с использованием карты из Мобильного приложения, в магазинах «Магнит у дома», «Магнит Косметик», «Магнит Семейный», «Магнит Экстра», а также в разделе «Доставка» Мобильного приложения. Общий срок акции: с 01.10.2025 г. по 31.01.2026 г. Продукция «Perfect Fit™» с надписями «не для продажи», а также «продукт предназначен для бесплатного распространения» на упаковке в Акции не участвует. В рекламном материале представлены изображения некоторых акционных товаров и призов. Призы и акционные товары могут отличаться по внешнему виду от изображений в рекламном материале. Количество призов ограничено. Имеются иные ограничения. Информация об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения размещена в Мобильном приложении. Продавец: АО «Тандер», ОГРН: 1022301598549, Краснодарский край, г. Краснодар, ул. им. Леваневского, 185.

ГУРМЭ®

Высокая кухня

для гурманов



Побалуйте вашего пушистого гурмана изысканными рецептами кормов ГУРМЭ®. ГУРМЭ® - это коллекция рецептов, созданных для настоящих ценнителей вкуса. Аппетитные мини-филе в нежном соусе или желе, приготовленные из отборных ингредиентов, превратят каждый прием пищи в гастрономическое удовольствие.

Разнообразное меню ГУРМЭ® вдохновлено кулинарными шедеврами, а каждая порция – это гармония вкуса, аромата и текстуры.

Ищите ГУРМЭ® в магазинах «Магнит»*

Не гарантируется постоянное наличие полного ассортимента товаров в точках продаж.

МАГНИТ

Индексы

ЗАВТРАКИ

23 Арахисовые оладьи
24 Нутовый скрамбл
23 Тост с фасолью

ЗАКУСКИ

72 Луковые бхаджи
69 Острые кальмары в кукурузных хлопьях
57 Хрустящие шарики с квашеной капустой
28 Чорипан

СУПЫ

57 Картофельный суп с квашеной капустой и колбасками
59 Классический борщ

СОУСЫ

48 Грибной соус с пармезаном
48 Домашний ранч
48 Острый соус из авокадо
48 Соус с хреном и паприкой
48 Соус с копченым лососем
48 Чесночный айоли



САЛАТЫ

19 Салат из брокколи с соусом карри
71 Салат из «копченой» цветной капусты с кускусом



73 Салат из апельсинов с орехами и печеным перцем
66 Салат с любительской колбасой и фисташками

ГОРЯЧЕЕ

57 Вареники с квашеной капустой и шкварками
32 Говядина с лапшой и овощами
47 Драники, запеченные в сливочно-грибном соусе
33 Искандер-кебаб
74 Курица гунбао
04 Мясное рагу под слоеным тестом
31 Остро-сладкая говядина
54 Паста «Альфредо»
38 Пицца из цветной капусты
37 Римская пицца «4 сезона»
76 Рыбные котлеты по-тайски
75 Свинина в имбирно-арахисовом соусе
34 Чили с говядиной

ДЕСЕРТЫ И ВЫПЕЧКА

88 Апельсиновые бискотти с клюквой
83 Венок из булочек с корицей
52 Домашняя самса
70 Лепешки роти с пряным картофелем

СКОРО

ПРИБЛИЖАЕТСЯ НОВЫЙ ГОД – САМЫЙ ДОЛГОЖДАННЫЙ, НО И САМЫЙ ХЛОПОТНЫЙ ПРАЗДНИК. ЧТОБЫ ЗАБОТ У ВАС БЫЛО МЕНЬШЕ, А РАДОСТНЫХ ЭМОЦИЙ БОЛЬШЕ, МЫ ПОДЕЛИМСЯ ИДЕЯМИ ПРИЯТНЫХ ПОДАРКОВ, РАССКАЖЕМ, ЧТО ПРИГОТОВИТЬ НА ЗАВТРАК И ОБЕД 31 ДЕКАБРЯ И, КОНЕЧНО, ПРЕДЛОЖИМ РЕЦЕПТЫ РАЗНЫХ ПРАЗДНИЧНЫХ БЛЮД И ДЕСЕРТОВ: КЛАССИЧЕСКИХ И НЕОБЫЧНЫХ, БЫСТРЫХ И ТРЕБУЮЩИХ ВРЕМЕНИ И ВДОХНОВЕНИЯ. ИЩИТЕ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ!

89 Печенье с сыром и тимьяном
94 Пирожки с солеными огурцами
80 Сэндвичи из домашнего печенья с яблоками и мороженым
67 Тарт с любительской колбасой и оливками
20 Томленая айва с каймаком и фисташками
57 Штрудель с квашеной капустой
79 Яблочное суфле с кальвадосом
78 Яблочные мини-штрудели с мороженым
96 Ярославский блинник

НАПИТКИ

105 Бамбл-кофе
97 Душепарка
90 Какао «Тыквенный пирог»
105 Кофейное пламя
105 Сливочные облака
21 Чай с фейхоа и киви
105 Шоколадный мохтини
105 Эспрессо-маракуйя
105 Эспрессо-мартини

ПРИНЯТЫЕ СОКРАЩЕНИЯ МЕР И ВЕСОВ

г – грамм
кг – килограмм
ккал – килокалория
л – литр
мл – миллилитр
мг – миллиграмм
мин – минута
сек – секунда
ч – час
ч. л. – чайная ложка
ст. л. – столовая ложка

СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

«Магнит» помогает вам сделать выбор в пользу здорового образа жизни, размещая под каждым рецептом информацию о пищевой и энергетической ценности блюд.

КЛАССИФИКАЦИЯ РЕЦЕПТОВ

– веганский
– вегетарианский
– без глютена
– постное блюдо
– без лактозы
– без алкоголя
– подходит для заморозки

Информационный центр: 8 (800) 200-90-02 (звонок по России бесплатный).
Головной офис: 350072, Россия, Краснодар, ул. Солнечная, 15/5, www.magnit.ru

ИНВЕСТИРУЙ В «ЗЕЛЕНОЕ» БУДУЩЕЕ*



Овощи и ягоды для торговой марки Green Ribbon собираются на пике своей зрелости и подвергаются шоковой заморозке, чтобы максимально сохранить свои полезные свойства и витамины.

GREEN RIBBON

* 1 рубль с каждого приобретенного товара категории «замороженных продуктов» торговой марки «Green Ribbon» в любом магазине «Магнит» на всей территории РФ будет отправлен на восстановление лесного фонда России в рамках проекта «Посади Лес». Подробнее на https://posadiles.ru/
Период акции 01.10.2025 г. – 30.09.2026 г.

Milka

12.11.2025 – 06.01.2026

ЭКСКЛЮЗИВНО В МАГНИТ

ВЫИГРАЙТЕ ПУТЕШЕСТВИЕ НА СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС*

НЕЖНОСТЬ ОБЪЕДИНЯЕТ



1. ПОДТВЕРДИТЕ

УЧАСТИЕ В АКЦИИ
В ПРИЛОЖЕНИИ МАГНИТ**,
НАЖАВ КНОПКУ «УЧАСТВОВАТЬ»

2. КУПИТЕ

НА СУММУ ОТ 190 Р.***
С КАРТОЙ МАГНИТ ПЛЮС
ИЗ ПРИЛОЖЕНИЯ МАГНИТ



3. ВЫИГРЫВАЙТЕ ПРИЗЫ!

ОБЩИЙ СРОК ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ, ВКЛЮЧАЯ ВЫДАЧУ ПРИЗОВ С 12.11.2025 ПО 03.02.2026. СРОК СОВЕРШЕНИЯ ПОКУПОК ПРОДУКЦИИ*** ПОД ТОВАРНЫМИ ЗНАКАМИ «MILKA», «МЕДВЕЖОНОК БАРНИ», «OREO», «7 DAYS», «ЮБИЛЕЙНОЕ», «ALPEN GOLD», «DIROL» ОТ 190Р. С ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ ПРЕДЪЯВЛЕНИЕМ КАРТЫ МАГНИТ ПЛЮС ИЗ МОБИЛЬНОГО ПРИЛОЖЕНИЯ С 12.11.2025 ПО 06.01.2026. АКЦИЯ ПРОВОДИТСЯ В МАГАЗИНАХ ТОРГОВОЙ СЕТИ МАГНИТ В ФОРМАТАХ МАГНИТ У ДОМА, МАГНИТ СЕМЕЙНЫЙ, МАГНИТ ЭКСТРА, РАСПОЛОЖЕННЫХ НА ТЕРРИТОРИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, А ТАКЖЕ В МОБИЛЬНОМ ПРИЛОЖЕНИИ В РАЗДЕЛЕ «ДОСТАВКА». В РЕКЛАМЕ ПРЕДСТАВЛЕНЫ ИЗОБРАЖЕНИЯ НЕКОТОРЫХ ТОВАРОВ, УЧАСТВУЮЩИХ В АКЦИИ. ПРИЗЫ И ТОВАРЫ МОГУТ ОТЛИЧАТЬСЯ ПО ВНЕШНЕМУ ВИДУ ОТ ИЗОБРАЖЕНИЙ В РЕКЛАМНОМ МАТЕРИАЛЕ. КОЛИЧЕСТВО ПРИЗОВ И АКЦИОННЫХ ТОВАРОВ ОГРАНИЧЕНО. ИМЕЮТСЯ ИНЫЕ ОГРАНИЧЕНИЯ. С ИНФОРМАЦИЕЙ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ АКЦИИ, О ПОЛНЫХ ПРАВИЛАХ ПРОВЕДЕНИЯ, КОЛИЧЕСТВЕ ПРИЗОВ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ИХ ПОЛУЧЕНИЯ МОЖНО ОЗНАКОМИТЬСЯ В МОБИЛЬНОМ ПРИЛОЖЕНИИ. ПРОДАВЕЦ: АО «ТАНДЕР», ОГРН 1022301598549, Г. КРАСНОДАР, УЛ. ИМ. ЛЕВАНЕВСКОГО, 185.

*ВАРИАНТЫ ВРУЧЕНИЯ ПРИЗА НА УСМОТРЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЯ – 1. КОМПЛЕКТ СЕРТИФИКАТОВ: СЕРТИФИКАТ НА ПУТЕШЕСТВИЕ НА СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС НОМИНАЛОМ 7 500 000,00 РУБЛЕЙ И ЭЛЕКТРОННЫЙ СЕРТИФИКАТ ТУТУ.РУ НОМИНАЛОМ 100 000,00 РУБЛЕЙ. 2. ДЕНЕЖНАЯ СУММА 7 500 000,00 РУБ. (СУММА ПОСЛЕ ВЫЧЕТА НАЛОГОВ).
**МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ «МАГНИТ: АКЦИИ И ДОСТАВКА» (6+) (МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ)
***ПРОДУКЦИЯ, ПРИНИМАЮЩАЯ УЧАСТИЕ В АКЦИИ, УКАЗАНА В ПРАВИЛАХ АКЦИИ (П. 1.4).