



MM

МИЛЛИОН МЕНЮ®

#2/ февраль 2013

on-line журнал

www.mmenu.com

Готовим настойки и коктейли

- Хреновуха
 - Анисовка
 - Гибсон
 - Джин-тоник
 - Мохито
 - Водка мартини
 - Коктейль «Исаев»
 - «Российский флаг»
 - Текила бум
- и другие удовольствия

*Добавь драйва – и жизнь
снова обретет яркие
краски!*

Барные аксессуары и инструменты

Способы приготовления коктейлей

тема номера:

23 февраля

Подпишись и получай новый номер первым!

ТОЛЬКО
ДЛЯ
СВОИХ!



от редакции

День Красной Армии, позднее – Советской Армии и Военно-Морского Флота и, наконец, День защитника Отечества – в нашей стране отмечают уже свыше 90 лет.

И хотя защищать Отечество могут и женщины, у нас, по традиции, в этот день принято поздравлять с праздником исключительно мужчин, причем всех – от мала до велика. 23 февраля – это лишний повод напомнить о том, что все они являются представителями сильного пола, призванными охранять от разных напастей Отечество и своих близких, служить нам защитой и опорой и мужественно справляться с различными житейскими невзгодами. Словом, это праздник настоящих мужчин.

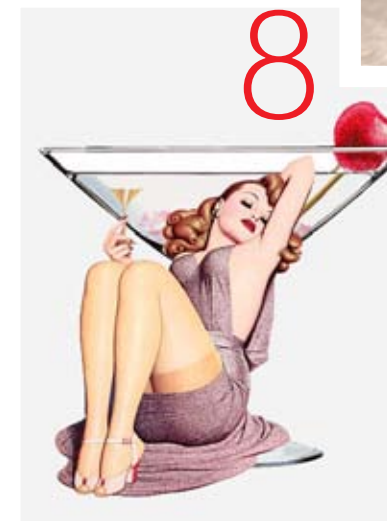
В этот день мы хотим не только поздравить всех мужчин, но и предложить несколько идей для того, чтобы вы могли приготовить и подать к столу оригинальные напитки и красиво их оформить.



Марина Васильева
главный редактор
портала «Миллион меню»



- 4 Готовим потрясающе вкусные настойки**
От нечего делать пьют только недалекие люди! Умный всегда найдет повод.
- Перцовка
 - Настойка анисовая
 - Кардамоновая настойка
 - Хреновуха



содержание

- 8 Готовим коктейли**
- Барные аксессуары и инструменты
 - Способы приготовления коктейлей
 - Оригинальные рецепты
 - Оформление коктейлей



- 16 Только для мужчин:**
обо всем понемногу

- 17 Клуб мадам Повари**
Любителей французской кухни, истории-культуры, образа жизни, юмора и всего прочего очень-очень французского Арина Каледина приглашает в клуб мадам Повари.



Ответственный за выпуск:
Н. Полетаева

От нечего делать
пьют только
недалекие люди!



умный всегда

найдет повод

Немного драйва – и жизнь
снова обретет яркие краски!

В мире существуют разные праздники, посвященные сильной половине человечества: Всемирный день мужчин, Международный мужской день, День отцов. У нас, в России, а также еще в нескольких странах (Киргизии, Украине, Белоруссии и Приднестровье) отмечается День защитника Отечества.



Отметить этот праздник можно по-разному. Но прежде чем выпить, нужно хорошо закусить. Или наоборот – кому как больше нравится.

*Закусывать надо!
Хороша водочка под селедочку,
а коньячок под балычок...*



За долгие годы методом проб и ошибок было установлено, что ничего лучше огурчика да селедочки под водку не идет. Даже **А. Чехов** – а он, кстати, был не только писателем, но и врачом – говорил: «Ученые двести лет бились над проблемой лучшей закуски, но ничего лучше соленого огурца придумать не смогли». Но, конечно, перечень русских национальных закусок, которые хорошо идут под водку и крепкие настойки, значительно шире.

Кроме хрустящих огурчиков во всех видах – соленых, малосоленных, маринованных – с брусникой и щавелем, перчиком и укропом, сгодятся и сочная квашеная капуста, соленые помидоры, моченые антоновские яблоки и вареная картошечка. Подойдут и свиное «сальце», да и отварная солонина тоже очень даже неплоха, а еще ветчина, студень, икорка, осетровый балык, лососина, кета, горбуша. Но особенно хороши грибочки – и соленые, и маринованные, да с лучком, чесночком и горчицей!

Знатки утверждают, что коньяк не закусывают – конечно, если это хороший коньяк. Французы всегда считали, что этот благородный напиток хорошо сочетается с тремя С: шоколадом (фр. chocolat), кофе (фр. cafe) и, представьте себе, сигарой (фр. cigare). У нас коньяк почему-то принято закусывать ломтиком лимона, хотя его резкий вкус и запах приводит в совершенный диссонанс всю великолепную коньячную палитру. Но американцы пошли еще дальше: они умудряются сочетать коньяк с... колой. А на Западе стало модно разбавлять его водой, тоником и даже соком.





Перцовка

Легкая горчинка, пряный аромат... – эта перцовочка получается очень даже душевной. Только не забудь вынуть перец и поставить настойку в холодильник перед тем, как будешь ее «дегустировать».

- на 5 порций**
- водка 500 мл
 - перец жгучий 1 стручок

1. Положите перец в водку целиком и оставьте на несколько дней. За это время она должна приобрести желтоватый оттенок.
2. Перед употреблением выньте перец, а водку охладите.



Настойка анисовая

Это не 5 и даже не 3, а всего 1 звездочка, но зато какая! Сладковато-горький вкус и тонкий аромат бадьяна, который называют еще звездчатым анисом, ты не спутаешь ни с каким другим!

- на 5 порций**
- водка 500 мл
 - семена аниса 1/2 ч. ложки

1. Сначала положите семена аниса в марлевый мешочек и завяжите. Опустите его в емкость с водкой.
2. Оставьте на несколько дней. За это время эфирные масла аниса должны перейти в водку. Затем анис нужно будет вынуть, а настойку охладить.

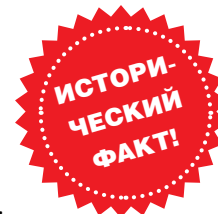
Хреновуха

- на 5 порций**
- водка 500 мл
 - корень хрена 4 ст. ложки

1. Мелко нарезанный корень хрена залейте водкой и дайте настояться 1–2 дня.
2. Потом настойку слейте, процедите, перелейте в бутылку и закупорьте.

Хреновуха – напиток государственной.

В свое время Петр I даже издал указ, согласно которому в каждом подворье должно было быть заготовлено 5 четвертей водки, настоянной на хрене. И в первую очередь «прописывал» хреновуху тем, кто был занят тяжелым трудом и долго находился на холоде – для укрепления сил и «для сугреву».



Кардамоновая настойка

- на 5 порций**
- водка 500 мл
 - кардамон 2–3 г
 - сахар 200–300 г
 - вода 500 мл

1. Семена кардамона залейте водкой и настаивайте в теплом месте несколько дней.
2. Настойку процедите, добавьте к ней холодной кипяченой воды, всыпьте сахар и помешивайте настойку, пока он полностью не растворится.
3. Затем разлейте настойку по бутылкам и закупорьте их.
4. Храните бутылки с настойкой в прохладном месте.



Не будем рассказывать тебе сказки Шехерезады, а перейдем сразу к делу: **кардамон – это не просто восточная сказка, это настоящая «Кама-Сутра»!** Эту экзотическую индийскую пряность, которая оказывает возбуждающее действие не хуже любой современной «виагры», ценили и римские патриции, и турецкие султаны, которые, согласно должностным инструкциям, были вынуждены оказывать внимание целому гарему прекраснейших наложниц. Кстати, если хочется испытать «особенные» ощущения, можешь добавить его и к закуске – на кончике ножа, но не больше, иначе результат окажется противоположным...



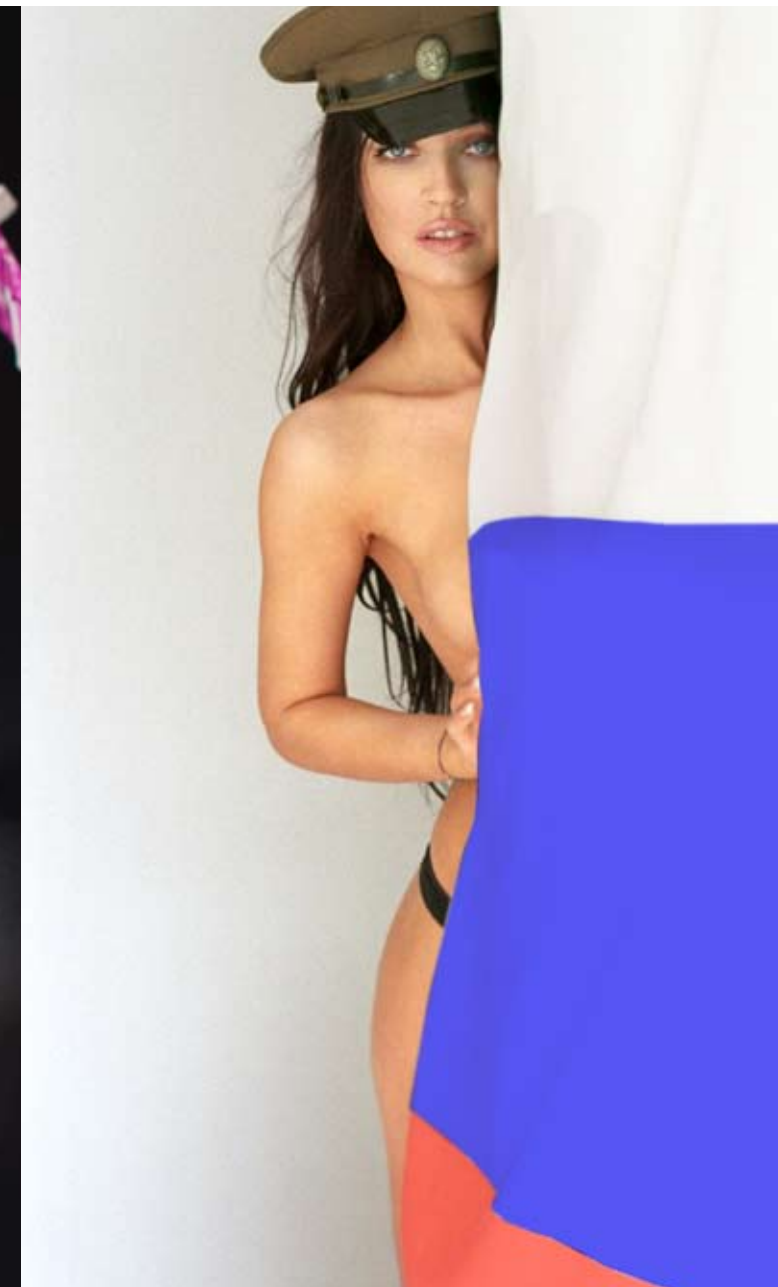
ГОТОВИМ КОКТЕЙЛИ

Ты можешь предложить гостям просто хорошее шампанское или виски, а можешь приготовить оригинальный микс из разных ингредиентов. Иначе говоря, коктейль.

Возможность сочетать в различных вариациях от двух до пяти ингредиентов (пропорции классического коктейля) дает простор для самых смелых экспериментов. К тому же вы можете выбрать любой рецепт по своему вкусу: от самого простого, с которым справится и ребенок, до сложного, который требует от бармена почти ювелирного мастерства.



Mel Ramos, Martini Miss, 1993, oil on linen, (Modernism Gallery, San Francisco)



Барные аксессуары и инструменты

- Мерная посуда (джиггер, мензурка).
- Шейкер
- Стрейнер (приспособление для отделения коктейля от льда).
- Смесительный стакан.
- Блендер
- Барная ложка
- Ведерко для хранения льда
- Щипцы и совок для льда.

Также тебе понадобится разделочная доска, ножи для нарезки фруктов и снятия цедры.

Способы приготовления коктейлей

Коктейли можно приготовить разными способами – в зависимости от того, какие ингредиенты входят в их состав.

Билд (в бокале). Этот способ подходит для приготовления коктейлей, в состав которых входит небольшое количество ингредиентов, при этом в него не добавляют тяжелые сиропы и сливки. Такие напитки обычно подают со льдом: в бокал кладут несколько кусочков льда, затем наливают нужные ингредиенты и перемешивают.

шейкер

смесительный стакан

блендер

Стир

(в бокале для смешивания). Таким образом охлаждают и смешивают компоненты коктейля с невысоким содержанием сахара. Стир на 1/3 заполняют льдом, наливают ингредиенты в нужном порядке и перемешивают барной ложкой. После этого коктейль процеживают в бокал.

Шейк

(в шейкере). Используется для взбивания и охлаждения трудно смешиваемых ингредиентов. Шейкер заполняют наполовину кубиками льда, сцеживая образовавшуюся в полостях льдинок воду, затем наливают ингредиенты коктейля. Шейкер плотно закрывают и встряхивают не менее 10 секунд. Коктейль процеживают и переливают в бокал.

Бленд

(в блендере). Таким образом готовят коктейли с большим содержанием льда (фруezen) и коктейли с фруктами. Сначала в блендер кладут кубики льда, затем нарезанные фрукты, сливки и другие ингредиенты. Коктейль взбивают около 30 секунд, а затем переливают в бокал.



стейнер



джиггер

штопор

Есть коктейли, которые без особого труда приготовит и ребенок. А есть напитки, которые требуют от бармена почти ювелирного мастерства. Возможность сочетать в различных вариациях от двух до пяти ингредиентов (пропорции классического коктейля) дает простор для самых смелых экспериментов.



Гибсон

на 1 порцию

- джин 180 мл
- вермут сухой 20 мл
- оливки без косточек 1–2 шт.
- лед

1. В стакан для смешивания, на одну треть заполненный льдом, налейте ингредиенты, перемешайте. Перелейте в коктейльные бокалы.
2. Оформите одной-двумя оливками.



Мохито

на 1 порцию

- ром светлый 50 мл
- сахар тростниковый 2 ч. ложки
- содовая 60 мл
- сок лайма 1 ст. ложка
- мята 4 листочка
- лед

1. Сначала в высокий широкий стакан положите листочки мяты, тростниковый сахар и разомните. Затем добавьте сок лайма, измельченный лед, ром и перемешайте.
2. А теперь влейте содовую и оформите стакан мятой и ломтиками лайма. Подавайте с трубочкой.



Джин-тоник

на 1 порцию

- джин 60 мл
- тоник 140 мл
- сок лимонный 2–3 капли

1. В стакан хайбол со льдом налейте джин, тоник и сок.
2. Оформите ломтиком лимона и цедрой.



Водка мартини

на 1 порцию

- мартини сухой 40 мл
- водка 160 мл
- оливка 1 шт.
- цедра 1/2 лимона
- лед

1. В стакан для смешивания, заполненный на одну треть льдом, налейте водку и мартини, перемешайте.
2. Затем отфильтруйте напиток в коктейльный бокал.
3. Положите оливку, отожмите в бокал цедру лимона.
4. Подавайте с коктейльной палочкой.

варианты:

Этот коктейль можно готовить в шейкере и подавать в коктейльном бокале. Для всех коктейлей из группы «Мартини» существует правило, что каждый последующий коктейль, подаваемый клиенту, должен быть слабее предыдущего.



Коктейль «Исаев»

на 1 порцию

- водка 40 мл
- сок березовый 150 мл
- лимон 1/4 шт.
- лед в кубиках 200 г

1. Налейте в кастрюлю березовый сок и выпарите на 70%. Затем отожмите сюда цедру половины лимона.
2. Наполните стакан для смешивания кубиками льда, перелейте в него березовый сок, добавьте водку и размешайте барной ложкой.
3. Перелейте в охлажденный коктейльный бокал и украсьте цедрой.



«Российский флаг»

на 1 порцию

- сироп Гренадин 150 мл
- ликер Голубой Кюрасао 150 мл
- водка 10 мл
- молоко 10 мл

1. Водку и молоко перемешайте в стакане для смешивания.
2. В стопку налейте слоями Гренадин, Кюрасао, затем водку с молоком.

**Ну что ж,
за Отечество!**



Текила бум

на 1 порцию

- текила 60 мл
- напиток газированный «Спрайт»

1. Налейте текилу и спрайт в стакан тумблер без льда.
2. При подаче накройте бокал салфеткой и ударьте об стол или стойку.

Кстати, другое название этого напитка у нас – «Бей-и-пей». Ведь его подают, накрыв салфеткой или просто рукой, и стукнув о барную стойку или о стол. А все для того, чтобы газировка, которая входит в его состав, вспенилась. В других странах мира, где этот коктейль тоже стал невероятно популярен, его часто называют «Rapido» (с испанского – «быстрый»).



Кактус

на 1 порцию

- ликер мятный 15 мл
- сок лимонный 15 мл
- текила 15 мл

1. Налейте слоями в стопку ликер, сок и текилу.
2. Перед тем, как подавать, оформите коктейль ломтиком лимона.



Оформление коктейлей

Коктейли обычно оформляют достаточно просто. Можно использовать для этого фрукты, которые соответствуют составу напитка. Например, коктейль, в состав которого входит ананасовый сок, – ломтиком и листочками ананаса, напиток, в который добавляют апельсиновый сок, – долькой или свернутой в виде спирали цедрой апельсина и т. п. Можно оформить напиток долькой лимона или вишенкой, которые подвешивают на край бокала, небольшим «зонтиком», «веером» или другими оригинальными украшениями.

Для оформления коктейлей используются ягоды и фрукты, цедра, молотые орехи, сахарная посыпка. Края бокала нередко украшают «сахарным инеем». Для этого кромку бокала окунают в емкость с соком апельсина или лимона (или натирают кусочком апельсина или лимона), а затем – в емкость с сахаром или сахарной пудрой.

Вместо цитрусовых можно использовать клубнику, добавить в сахар кокосовую стружку с какао-порошком, кофе, корицей или пищевыми красителями.

Оригинально будет смотреться коктейль с цветным льдом. Чтобы приготовить такой лед, нужно смешать воду с фруктовым сиропом и заморозить. Эффектно будут выглядеть и кубики льда с ягодами или кусочками фруктов внутри.



ОБО ВСЕМ ПОНЕМНОГУ



Мужчинам нравятся женщины, которые похожи на них

Всем известно, что внешность партнера имеет большее значение для мужчин, чем для женщин. По какому принципу представители сильного пола выбирают свою вторую половинку? Как выяснили ученые, они отдают предпочтение женщинам, которые похожи на них. Причем имеет значение скорее общее сходство, чем какие-то конкретные черты, например цвет глаз или ямочка на щеке. Специалисты Института наук об эволюции в Монпелье (Франция) провели исследование, в котором приняли участие 100 мужчин. Выбирая изображения лиц на компьютере, двое из пяти отдали предпочтение представительницам прекрасного пола, которые похожи на них внешне.



Почему мужчинам похудеть проще?

Чтобы похудеть, мужчинам нужно прилагать меньше усилий, чем женщинам. К таким выводам пришли ученые из университета Миссури, которые провели тестирование очень полных мужчин и женщин, страдающих диабетом второго типа. Им предложили одинаковую программу похудения в течение 4 месяцев, включающую различные физические упражнения. Выяснилось, что мужчины за это время потеряли больше килограммов, причем период восстановления организма после тренировок у них оказался меньшим, чем у женщин. Дело в том, что у мужчин больше мышц и, соответственно, обменные процессы проходят с большей скоростью. Кроме того, сердце и легкие мужчин больше, чем у женщин. Как правило, у мужчин выше и уровень гемоглобина, который также играет определенную роль в этих процессах. В результате представители сильного пола сжигают больше калорий и худеют быстрее.



Сколько мяса нужно мужчинам, чтобы сохранить мышечную массу?

Сколько мяса нужно мужчинам, чтобы сохранить мышечную массу? Ученые из Университета Макмастера (Канада) решили выяснить, какое количество мясных продуктов нужно мужчинам средних лет, чтобы обеспечивать организм необходимым количеством белка и поддерживать мышечную массу в норме. Оказалось, что для этого достаточно 170 г мяса (говядины) при условии, что человек ведет активный образ жизни и занимается физическими упражнениями. Дело в том, что в среднем и пожилom возрасте мышечная масса у мужчин уменьшается, и для ее поддержания необходимо постоянное поступление с пищей белка. До этого считалось, что мужчине необходимо для этого съедать не менее 80 г мяса. Сейчас эту норму потребления увеличили чуть больше, чем в два раза.



Почему женатые люди живут дольше холостяков?

Женатые люди живут дольше холостяков. Специалисты из университета Дьюк (США) изучили данные 4800 человек, родившихся в 1940 году. Оказалось, что у мужчин, которые не состояли в браке, риск преждевременной смерти был в 2,8 раза выше, чем у женатых. Даже с учетом таких дополнительных факторов, как курение и употребление алкоголя, этот показатель составил 2,3. Кроме добрых отношений в семье, к числу факторов, которые продлевают жизнь благодаря браку, относятся правильное питание и наличие большего числа социальных связей. В результате женатые люди отличаются более крепким физическим и психическим здоровьем.

АНОНС: **КЛУБ** Мадам Повари



Иллюстрация: Наталья Болотских

Любителей французской кухни, истории-культуры, образа жизни, юмора и всего прочего очень-очень французского приглашаем в **клуб мадам Повари**.
<http://www.mmenu.com/stati/klub-Madam-Povari/>

Вот это для мужчин!

Не успели мы отпраздновать день влюбленных, как грядет новый праздник – день сильных и смелых мужчин.



И снова нужно собирать праздничный стол, учитывая, что в гости к вам придут не милые дамы, а неотесанные, пропахшие куревом мужики – его друзья, которых, по его мнению, вы просто недооцениваете. Ведь столько

сил и времени уходит на то, чтобы воспитать из мужа нежного и ласкового вашего мужчину. Но едва на горизонте появляются друзья, весь лоск моментально слетает и наружу выступает грубая мужская сущность...

Читайте также
Самый оригинальный подарок • Стол «по-мужски»

рецепт от «Арианта»



Перечные стейки из говядины

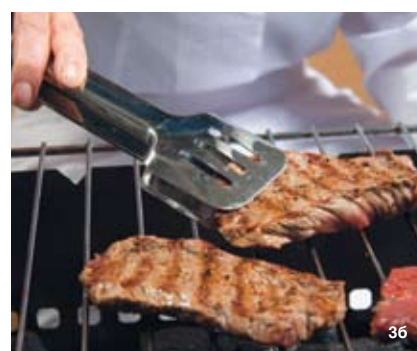
на 4 порцию

- мякоть говядины «Ариант» 800 г
- смесь перцев горошком 60 г
- соль

Для соуса:

- сливки 85 мл
- сметана густая 150 г
- бренди 2 ст. ложки
- сахар 1/2 ч. ложки
- соль

1. Смесь перцев измельчите мельницей или в ступке.
2. Говядину, срезав лишний жир, разрежьте на 4 стейка.



Стейки посыпьте измельченным перцем, слегка вотрите его в волокна мяса.

3. Выложите стейки на горячую решетку и жарьте 2–7 минут с одной стороны до желаемой степени готовности.

4. Стейки переверните и жарьте с другой стороны еще 2–7 минут. В конце посолите.

5. Для соуса смешайте сливки со сметаной. Влейте бренди, добавьте сахар и соль по вкусу.

6. Выложите стейки на блюдо, полейте соусом, оформите зеленью. Гарнируйте отварными овощами.



ЭТО
НАДО
ЗНАТЬ!

Вырезка «Ариант»

Говяжья вырезка от «Ариант» – это наиболее ценная часть туши говядины, употребляемой в пищу. Вырезка находится в заднепоясничной части туши, является поясничной мышечной тканью, расположена над почками вдоль поясничных позвонков. В течение жизни животного данная мышечная ткань почти не получает физической нагрузки, поэтому является наиболее нежным и вкусным при приготовлении мясом.





**КЛИКНИ
И КУПИ!**

МУЖСКОЕ
 Брюки 3240 руб.
 Рубашка 2499 руб.
 Кардиган 1680 руб.
 Туфли 2550 руб.
 Часы 5400 руб.
 Шарф 4960 руб.
 Парфюм 8000 руб.

★ LOOKSIMA ★
 be stylish, be happy

ЖЕНСКОЕ
 Платье 32326 руб.
 Туфли 22941 руб.
 Клатч 41293 руб.
 Пальто 10880 руб.
 Парфюм 11500 руб.
 Колготы 351 руб.



Девушки, хотите порадовать своих мужчин

на 23 февраля

не только вкусным ужином, но стильным образом?

LOOKSIMA с легкостью решит эту проблему! Профессиональные стилисты уже создали для вас яркие праздничные образы, в которых вы будете выглядеть обворожительно.

И, конечно же, мы не забыли и о главных виновниках торжества – мужчинах. Задумались о том, что надеть в праздник? У Looksima уже есть готовые образы только для вас! **Кулинарные изыски, веселая компания и стильный образ - торжество, которое останется в памяти надолго.**

Нет времени думать о том, что надеть?

Этот вопрос с легкостью решат профессиональные стилисты Looksima! Комфортные домашние луки уже ждут вас!

Луксима. Стиль, приносящий счастье. В любой ситуации. Be Stylish, Be Happy.

LOOKSIMA
 Делает стиль доступным





— Что надеть?

Дадим ответ
на вечный вопрос

*be stylish,
be happy*

MM

МИЛЛИОН МЕНЮ®



Все самое вкусное
для вас и вашей семьи – на сайте

www.mmenu.com

40 000 рецептов

- Мастер-классы
- Статьи и новости
- Видеорецепты
- Блоги и форум
- Конкурсы и призы
- Социальная сеть



Тема следующего номера

8 марта

Подпишись и получай новый номер первым!

