

СОДЕРЖАНИЕ

Слово Марии Корниловой	7
МЯТНЫЙ АЙС-ТИ ДЛЯ БАРАША	8
Последнее солнце	10
Страдания – топливо для творчества?	12
Список счастья: продукты, возвращающие внутренний свет	13
ЛИМОНАД «МЕД И ЛИМОН» ОТ ЕЖИКА	14
Love is... плыть к ней через море, когда показалось, что она в опасности	16
ГРИБНОЙ СУП ОТ СОВУНЬИ	18
Ох уж эти панталоны и уют!	22
ОГУРЕЦ ОТ КОПАТЫЧА	24
Гонки, огурцы и мировой прорыв	26
Реклама из 1990-х и те самые огурчики	28
КОНФЕТЫ «БАУНТИ» ДЛЯ НЮШИ	30
Конфеты, качели и немного продажной любви	32
МЕДОВИК СО СМЕТАННЫМ КРЕМОМ ОТ КОПАТЫЧА	34
Недетские зависимости	36
Почему Копатыча в конце серии «сносит» один глоток меда?	38
Тест. Кулинарный хаос	39

БЛИНЫ НА МАСЛЕНИЦУ ОТ СОВУНЫ И НЮШИ	40
Блинные премудрости от Совуны	42
10 вкусных начинок для блинчиков, если вы твердо намерены облопаться до состояния шарика	44
Как Смешарики встречали Масленицу и случайно спасли Бараша	46
ШОКОЛАДНЫЕ ТРЮФЕЛИ ОТ ЛОСЯША	48
Трюфель раздора	50
Таинственный трюфель: что это такое и с чем его едят	51
КРЕМ-СУП ИЗ МОРКОВИ С ИМБИРЕМ ОТ ЛОСЯША	52
Когда кухня – это философия. А иногда просто еда	54
Премудрости Лосяша на заметку кулинару	55
ТОРТ «ЧЕРНЫЙ ЛЕС» ДЛЯ НЮШИ	56
Худеем по-смешариковски: советы, сны и соблазны	60
Что бы такого съесть, чтобы похудеть и не оскорбить желудок.	61
ПИРОЖНОЕ «КАРТОШКА» ИЗ ВОЛШЕБНОЙ ПЕЩЕРЫ	62
Яблоко, что меняет мир	64
БАТОН «НАРЕЗНОЙ» ОТ ЛОСЯША	66
Летающий бутерброд	68
ШОКОЛАДНЫЙ ФОНДАН ОТ ПИНА	70
Dolce vita по-нюшински	72
Кулинарные факты о шоколаде	73
ЧАЙ МАСАЛА ОТ КАР-КАРЫЧА	74
Чайная философия	76

ВИШНЕВЫЙ ПИРОГ ОТ СОВУНЬИ	78
Съесть или не съесть – вот в чем сила воли	82
Тайна картины Лосяша: я художник, я так вижу реальность	83
ПЫШНЫЕ ОЛАДУШКИ ОТ КАР-КАРЫЧА	84
ЛИМОННЫЙ ЧИЗКЕЙК ОТ КАР-КАРЫЧА	86
Пончик против вдохновения	88
ВАНИЛЬНЫЕ ПОНЧИКИ В ШОКОЛАДЕ ОТ КАР-КАРЫЧА	90
ВОЛШЕБНЫЕ ЭЛИКСИРЫ СЧАСТЬЯ ОТ СОВУНЬИ	92
Совунья спасает мир... одним стаканом молока за раз	94
ЗАПЕЧЕННАЯ ОВСЯНАЯ КАША ОТ ПИНА	96
Еда vs вечный двигатель	98
Как не дать мозгу уснуть, если все-таки объелся	99
КАРРИ ИЗ ОВОЩЕЙ ОТ СОВУНЬИ	100
Придаем рагу презентабельный вид	102
Рагу вместо споров	104
Тест. Чья цитата?	105
ВЕГЕТАРИАНСКИЙ БОРЩ ОТ СОВУНЬИ	106
Когда Пин бросает вызов	108
Машины на замену людям	109
МАРЦИПАН В ШОКОЛАДЕ ОТ ЛОСЯША	110
Никто не уйдет незамеченным	112
Как сделать марципаны нарядными	113

БУРГЕРЫ С ФАЛАФЕЛЕМ ОТ МУЛЬТИПОВАРА	114
Мультиповар на свободе.....	117
Как создать идеальную еду: таблица вкусовых гармоник	118
МОРКОВНЫЕ КАПКЕЙКИ ОТ ЖЕЛЕЗНОЙ НЯНИ	120
Пин-код: витаминная миссия	123
ШОКОЛАДНЫЙ ТОРТ ОТ СОВУНЬИ.....	124
Рекордный торт и последствия	128
СИННАБОНЫ С КОРИЦЕЙ И ШОКОЛАДОМ ОТ СОВУНЬИ	130
Кинохулиганство в Ромашковой долине	134
Кулинарный тест на настоящего фаната «Смешариков»	136
Тест. Какой ты Смешарик.....	140
Ключи к тестам	142

СЛОВО МАРИИ КОРНИЛОВОЙ

Любая вымышленная вселенная, если она вымышлена удачно, рано или поздно совершает прорыв в реальность. И порой - это прорыв в еде. Помните, например, сливочное пиво из «Гарри Поттера». Сейчас его только на территории России можно попробовать в доброй дюжине тематических кафе. А эльфийский хлеб лембас из «Властелина колец»? А баджоранский хасперат из «Звездного пути»? Поклонники Спанч Боба еще наверняка подумают о знаменитом «крабсбургере», а любители сказки Льюиса Кэрролла о печенье с надписью «Съешь меня».

Вспоминая все эти известные литературные вкусности, мы – креативная команда Смешариков – решили: нам тоже надо! Пора совершить кулинарную экспансию в мир людей! И создали в содружестве с издательством «Бомбора» книжный кулинарный артефакт прямиком из Ромашковой долины.

Сразу оговорюсь, это не первая кулинарная книга от «Смешариков». В 2013 году издательство «Умная Маша» под моим руководством выпускало книгу для детей «Кулинарики. Учимся готовить». Для нас для всех это было то еще приключение. Помню, как каждый из членов небольшой издательской команды тестировал рецепты на своей кухне. Важно было, чтобы все блюда готовились быстро и просто – все-таки дети будут готовить!

С тех пор прошло почти 13 лет. Наши маленькие повара выросли и превратились в фанатов «Ромашковой долины». Для них требовалось совершенно новое кулинарное руководство – прямо из рук Смешариков. В него вошли рецепты только тех блюд, которые появляются в мультсериале. Вишневый пирог от Совуны, маринованные огурчики от Копатыча, индийский масала-чай от Карыча и другие. Чудесный кулинарный автор Анастасия Зурабова внимательно изучила все серии с этими блюдами и составила рецепты, по которым их удобно приготовить. Я же как соавтор этой книги отвечала за антураж: помогала подобрать к каждому рецепту воспоминания команды о том, как снимались эти серии, а еще – интересные факты, истории, пасхалки.

Что в результате? Мне кажется, получилось уютное пространство, насыщенное душевностью и вкусом. Кулинарное измерение детства! Эту книгу можно читать, по ней можно готовить. И все это одновременно!

Последнее я делаю прямо сейчас. Грибной супчик с пельмешками – это ммм... как вкусно. Сами попробуйте. Смешарики одобряют!

*Мария Корнилова,
главный сценарист компании «Рики»
(выпускает мульт-сериал «Смешарики»)*



МЯТНЫЙ АЙС-ТИ С ПЕРСИКАМИ ИЛИ ЯБЛОКАМИ ДЛЯ БАРАША

(«ФАНЕРНОЕ СОЛНЦЕ»)



ИНГРЕДИЕНТЫ

для АЙС-ТИ:

- 3 спелых персика или яблока, на выбор
- 1 л кипятка
- 2 пакетика мятного чая
- 3-5 см свежего имбиря
- 1-2 ст. л. сахара, меда или другого подсластителя

для ПОДАЧИ:

- 1 персик или яблоко
- свежая мята
- лед – иначе это самозванец, а не айс-ти

СЛОЖНОСТЬ:



Время: 5 минут + 1 час,
пока настаивается чай

Порции: 1 л – хватит
и себе, и с другом
поделиться

для красоты и повода
налить еще стакан





ПРИГОТОВЛЕНИЕ



Вымойте фрукты, удалите сердцевину

1. и нарежьте тонкими ломтиками: чем тоньше, тем больше вкуса они отдадут и круче будут выглядеть в стакане! Имбирь очистите и натрите на мелкой терке.

Положите все в большой жаропрочный

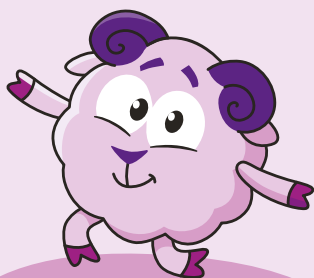
2. кувшин: фрукты, имбирь, чайные пакетики. Залейте кипятком, перемешайте и дайте настояться минимум час. В это время можно успеть сгенерировать новую гениальную идею (или две).



3. Процедите готовый настой, уберите в холодильник на пару часов.

Подавайте с ломтиками свежих фруктов,

4. веточкой мяты и льдом. Один глоток – и у вас появится повод вспомнить, что жизнь, в сущности, отличная штука. А для поднятия настроения порой достаточно малого.



Если хотите эффекта «ураган свежести», словно после летнего дождя, добавьте прямо в стакан пару капель лимонного сока или немного газированной воды. Это уже почти приключение!



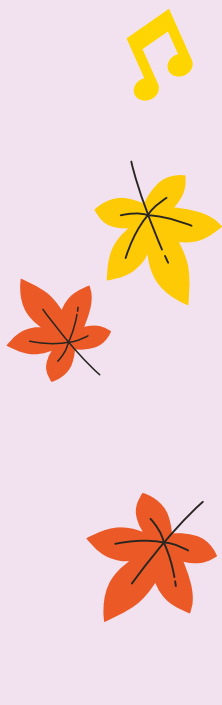


ПОСЛЕДНЕЕ СОЛНЦЕ

Одна из первых серий «Смешариков» – трогательная и лиричная. О том, как хочется поймать последнее солнце перед долгой зимой и в каких вещах его можно найти. Осенняя хандра сильна, но не всемогуща.



«Какое тяжелое у тебя настроение, никак не поднять... Ну просто кол с минусом за поведение!» – безапелляционно заявляет Совунья. А оказывается, что поднять такой тяжкий груз помогает простая баночка варенья, в котором ягоды впитали в себя лето.



ФАН-ФАКТ

Пока готовит, Совунья напевает известный романс «Отцвели хризантемы». Существовала версия, что это должна была быть песня The Beatles Yesterday, и по сети даже гуляет характерная аудиозапись. Но в серию это не вошло: «Причина проста – мы ограничены правами на музыку», – объясняет Сергей Мардарь, актер дубляжа и неизменный голос Совуньи. А было бы здорово!





СТРАДАНИЯ – ТОПЛИВО ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА?



«Творчество – это в том числе и опыт. Человек без этого вряд ли сможет адекватно донести до мира свои идеи. Что такое опыт? Мы всегда вспоминаем не то, как мы в супермаркет ходим, а вещи, которые были максимально пограничными в нашей жизни. Для меня самая вкусная еда, которая была, это рис, когда мы долго-долго ходили по горам в Гималаях. Дождь лил, все голодные, и потом вот поели рис с луком. Лучше этого я не ел ничего и никогда, настолько это было вовремя. Страдания не то что напрямую приводят к творчеству, но творчество равно опыту, который потом в нем отражается», – режиссер Джангир Сулейманов.



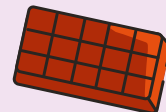


СПИСОК СЧАСТЬЯ: ПРОДУКТЫ, ВОЗВРАЩАЮЩИЕ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ



- **Бананы.** Один банан – и голова становится чуть легче, как будто кто-то выключил внутренний дождь.
- **Горький шоколад** (от 70%). Пара долек – и нервная система делает вдох. Магний и дофамин.
- **Горячий суп.** Неважно какой, главное – горячий. Осенью это почти терапия.
- **Яйца.** Отличный способ начать утро без борьбы с жизнью.
- **Овсянка с яблоком или корицей.** Держит настроение несколько часов, как то самое фанерное солнце.
- **Лосось или скумбрия.** Омега-3 работает уверенно: меньше тревоги, больше ясности.
- **Мед.** Небольшой импульс сладости, главное – не переборщить. Мы же помним, что случилось с Копатычем?
- **Орехи.** Горсть – и организм получает магний и полезные жиры. Хороший способ собраться.
- **Цитрусы.** Свежий запах и витамин С. Апельсин или мандаринка словно говорят: «Эй, мы еще держимся».

Держитесь и вы, солнце обязательно будет!



ЛИМОНАД «МЕД И ЛИМОН» ОТ ЕЖИКА («ЛИЛИ»)



ИНГРЕДИЕНТЫ

ДЛЯ ЛИМОНАДА:

- 240 мл лимонного сока
- 120 г меда, коричневого сахара или любого подсластителя
- 150 мл теплой воды
- 600 мл холодной воды

это 3-4 лимона

МОЖНО ГАЗИРОВАННОЙ,
ЕСЛИ ХОЧЕТСЯ ДОБАВИТЬ
ИСКРУ

ДЛЯ ПОДАЧИ:

- свежая мята
- 1 лимон
- лед



СЛОЖНОСТЬ:



Время: 10 минут + пара часов для настаивания

Порции: ≈ 1 л, угостить друзей и помечтать о любви



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В теплой воде растворите мед или сахар. Остудите до комнатной температуры.



2. Отожмите сок лимонов, процедите через сито. Чтобы сок шел лучше, еще целый лимон можно раскатать с усилием ладонью по столу.

3. Смешайте лимонный сок со сладкой водой, уберите в холодильник на 1-2 часа, чтобы противоположные вкусы нашли общий язык.

Добавьте холодную воду, перемешайте.

Подавайте с мятой, лимоном и льдом.

4. Глоток – и мир снова прост: солнце, ветер и немного романтического настроения.



Если добавить немного пюре из малины или клубники, получится лимонад со вкусом лета. Но даже без ягод в каждом стакане уже живет покой (и мечты о Лили).





LOVE IS... ПЛЫТЬ К НЕЙ ЧЕРЕЗ МОРЕ, КОГДА ПОКАЗАЛОСЬ, ЧТО ОНА В ОПАСНОСТИ



Тонкочувствующая, романтическая натура Ежика в серии «Лили» раскрывается полностью. Он влюбляется в случайно попавший к нему портрет, придумывает душеспасительную историю о даме в беде и, конечно, бросается ее спасать. Натуральный Дон Кихот в походе против ветряных мельниц, а его верный помощник Санчо Панса – Крош. Правда, их приключение длилось недолго: портрет дамы в беде оказался всего лишь этикеткой от лимонада.

