

УДК 641.55
ББК 36.997
Т18

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

В оформлении книги были использованы материалы с Shutterstock.com

Танака, Иори
Т18 Итадакимас. Рецепты из аниме / Иори Танака. — Москва : Издательство АСТ : Кладезь, 2024. — 144 с.: ил. — (ХЗ: Хлеба и зрелищ).

ISBN 978-5-17-155182-7

У вас когда-нибудь возникало желание попробовать блюда, которые едят герои любимых аниме? Еда выглядит настолько вкусно, что текут слюнки, но кажется, что приготовить эти блюда слишком сложно? Тогда скорее открывайте книгу! Здесь вы найдете рецепты:

- Любимого рамена Наруто
- Яиц бенедикт из «Повара-бойца Сомы»
- Омурайсу из «Повара небесной гостиницы»
- Булочек ан-пан из «Унесенных призраками» и многого другого!

УДК 641.55
ББК 36.997

12+

*Издание для досуга
Серия «ХЗ: Хлеба и зрелищ»*

Иори Танака

Рецепты из аниме Итадакимас

Руководитель направления *Е. Черкасова*. Ведущий редактор *Е. Кравчик*. Редактор *А. Кулагина*.
Младший редактор *В. Дианова*. Составление *В. Жигунов*. Редактирование и корректура *В. Дианова*.
Технический редактор *Н. Чернышева*. Компьютерная верстка *Е. Гурьева*.
Компьютерный дизайн обложки *Д. Агапов*.

Подписано в печать 16.11.2023. Формат 84×108/16. Усл. печ. л. 15,12.
Печать офсетная. Гарнитура *Сіrcе*. Бумага офсетная. Доп. тираж 4 000 экз. Заказ №

Общероссийский классификатор продукции
ОК-034-2014 (КПЕС 2008): – 58.11.1 – книги и брошюры печатные

Произведено в Российской Федерации.

Изготовлено в 2024 г.

Изготовитель: ООО «Издательство АСТ»
129085, Москва, Звездный бульвар, д. 21, стр. 1, к. 705, пом. 1, 7 этаж
www.ast.ru, e-mail: ask@ast.ru vk.com/ast_nonfiction

«Баспа Аста» деген ООО 129085, к. Мәскеу, Жұлдызды гүлзар, уй 21, 1 кұрылым, 39 бөлме

Біздің электрондық мекенжайымыз: www.ast.ru. E-mail: astpub@aha.ru.

Интернет-магазин: www.book24.kz. Интернет-дүкен: www.book24.kz.

Импортер в Республику Казахстан. ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию в республике Казахстан:

ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының 129085, Мәскеу

к., Звездный бульвары, 21-үй, 1-құрылыс, 705-бөлме, 1 жай, 7-кабат.

Тел.: 8(727) 251 59 89, 90, 91, 92 Факс: 8(727) 251 58 12, вн. 107;

E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz.

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Өндірген мемлекет: Ресей

© Танака И., текст, 2023

© Пинхасова Г.А., иллюстрации, 2023

© ООО «Издательство АСТ», 2024

ISBN 978-5-17-155182-7



СОДЕРЖАНИЕ



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА	4
Яблочное ризотто из «Повара-бойца Сомы»	7
Стейк «Шаляпин» из «Повара-бойца Сомы»	8
Яйца бенедикт из «Повара-бойца Сомы»	11
Бургер со скумбрией из «Повара-бойца Сомы»	12
Жареная свинина из «Повара-бойца Сомы»	15
Маульташен из «Темного дворецкого»	16
Свинная рулька айсбан из «Темного дворецкого»	19
Мамэ гохан из «Унесенных призраками»	20
Яичница из «Ходячего замка Хаула»	23
Бэнто из «Моего соседа Тоторо»	24
Лосось из «Порко Россо»	27
Паста из «Невероятных приключений ДжоДжо»	28
Теппаньяки из «Девочки, покорившей время»	31
Омурайсу из «Повара небесной гостиницы»	32
Тушеная курица из «Повара небесной гостиницы»	35
Жареные креветки из «Повара небесной гостиницы»	36
Рагу из кролика из «Мастера меча онлайн»	39
Якисоба из «К-оп!»	40
Кацудон из «Повара-бойца Сомы»	43
Гюдон из «К-оп»	44
Карри райсу из «Наруто»	47
ПЕРВЫЕ БЛЮДА	48
Рамен из «Наруто»	50
Окаю из «Принцессы Мононоке»	53
Тянканабэ с куриными тефтелями из «Наруто»	54
Мисосиру из «Повара небесной гостиницы»	57
ЗАКУСКИ	58
Инари-суши из «Повара-бойца Сомы»	60
Карааге ролл из «Повара-бойца Сомы»	63
Тост Денджи из «Человека-бензопилы»	64
Онигири из «Унесенных призраками»	67



Сэндвич из «Рыбки Поньо»	68
Омлет-суфле из «Повара-бойца Сомы»	71
Мисо баклажаны из «Повара небесной гостиницы»	72
Суномоно из «Повара небесной гостиницы»	75
Эби темпура из «Девочки, покорившей время»	76
Роллы со скумбрией из «Повара из небесной гостиницы»	79
Якисоба-пан из «К-оп!»	80
Гедза из «Повара небесной гостиницы»	83
Сашими из «Повара небесной гостиницы»	84

ДЕСЕРТЫ

Данго из «Наруто»	89
Итонская мешанина из «Темного Дворецкого»	90
Анко из «Повара небесной гостиницы»	93
Ягодно-молочное желе из «Повара небесной гостиницы»	94
Фруктовый сорбет из «Повара небесной гостиницы»	97
Сорбет из помидоров из «Повара небесной гостиницы»	98
Вараби Моти из «Повара небесной гостиницы»	101
Какигори из «Повара небесной гостиницы»	102
Фруктовые спринг-роллы из «Повара небесной гостиницы»	105
Дайфуку из «К-оп!»	106
Клубничное парфе из «Токийского Гуля»	109

ВЫПЕЧКА

Рождественский пудинг из «Темного дворецкого»	112
Сэмбэй из «Ведьминой службы доставки»	115
Лимонный пирог с меренгой из «Темного дворецкого»	116
Карэ-пан из «Темного дворецкого»	119
Булочки ан-пан из «Унесенных призраками»	120
Бисквит из «Унесенных призраками»	123
Рыбный пирог из «Ведьминой службы доставки»	124
Клубничный торт из «К-оп!»	127
Пончики из «Тригана»	128
Хотто кээки из «Ведьминой службы доставки»	131
Кастелла из «Унесенных призраками»	132
Тайяки из «К-оп!»	135



НАПИТКИ

Мокко из «Токийского Гуля»	138
Фруктовый пунш из «Повара небесной гостиницы»	141
Аодзиру из «Повара небесной гостиницы»	142



АОДЗИРУ ИЗ «ПОВАРА НЕБЕСНОЙ ГОСТИНИЦЫ»

Аодзиру — это напиток из зеленых овощей и капусты кале, который очень популярен в Японии. Считается, что он восполняет силы и богат витаминами. Именно его Аой подала главе клана Тенгу — Мацубе, который свалился с корабля.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- ❖ 200 г капусты кале (или белокочанной капусты)
- ❖ 150 г ростков ячменя
- ❖ 150 г сельдерея (или корень дягиля)
- ❖ 200 мл молока или воды

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- ◆ Измельчить капусту, ростки ячменя и сельдерей в блендере.
- ◆ Добавить воду, перемешать до однородности. По желанию можно добавить сахар.

ПОРЦИИ:

1



ФРУКТОВЫЙ ПУНШ ИЗ «ПОВАРА НЕБЕСНОЙ ГОСТИНИЦЫ»

На праздник королевской семьи Аой последним подала фруктовый пунш. Освежающий напиток отлично подходит на праздничный стол, утоляет жажду и освежает.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- ❖ 2 л клюквенного сока
- ❖ 1 л имбирного эля
- ❖ 3 стакана ананасового сока
- ❖ 3 стакана апельсинового сока
- ❖ 1/4 стакана лимонного сока
- ❖ 1 апельсин для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- ❖ В большом кувшине смешать имбирный эль со всеми фруктовыми соками.
- ❖ Охлаждаем фруктовый пунш в холодильнике примерно 3 часа.
- ❖ Перед подачей опускаем в кувшин с фруктовым пуншем нарезанный кружочками апельсин (по желанию).

ПОРЦИИ:
1
ГРАФИН







МОККО ИЗ «ТОКИЙСКОГО ГУЛЯ»

Кен Канеки прошел многое: потерял отца, злба родной тети, одиночество в школе. После операции, которая сделала его наполовину человеком, наполовину гулем, Канеки обнаруживает, что его голод притупляет кофе.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- ❖ 1–2 ст. л. растопленного темного шоколада или шоколадного сиропа
- ❖ 2 ч. л. какао
- ❖ 1–2 ч. л. черного кофе
- ❖ молоко
- ❖ сахар

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- ◆ Всыпаем в кружку какао, кофе, растопленный шоколад или сироп.
- ◆ Заливаем небольшим количеством кипятка, примерно 4 ст. л.
- ◆ Размешиваем смесь до однородного состояния.
- ◆ Заливаем кипятком на $\frac{2}{3}$ кружки.
- ◆ Остальную $\frac{1}{3}$ заливаем молоком.
- ◆ Тщательно перемешиваем и добавляем сахар по вкусу.

ПОРЦИИ:

1



ТАЙЯКИ ИЗ «К-ОН!»

С японского слово «тайяки» переводится как «запеченный морской лещ» и ассоциируется с удачей и счастьем. Изначально в печенье добавляли бобовую пасту, а позже стали использовать и другие начинки. Печенье мгновенно стало популярно в Японии, и участницы группы «К-он!» — не исключение. Давайте приготовим!

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- ❖ 200 г смеси для блинов
- ❖ 20 г крахмала
- ❖ 100 мл молока
- ❖ 100 мл воды
- ❖ растительное масло
- ❖ бобовая паста, заварной крем или шоколад

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- ◆ Смешайте все ингредиенты в глубокой миске. Хорошо перемешивайте, чтобы не образовывалось комочков.
- ◆ Для приготовления тайяки понадобится специальная фритюрница или насадка для мультиварки. Ее необходимо смазать растительным маслом.
- ◆ Равномерно распределяем тесто по сковороде. Тесто должно заполнить $\frac{1}{6}$ часть сковороды.
- ◆ В середину выкладываем желаемую начинку и заливаем вторым слоем теста. Накрываем сковороду и выпекаем 4–5 минут. Тесто должно обрести золотистую корочку.
- ◆ Готовые рыбки тайяки подаем к столу.



ПОРЦИИ:

1





КАСТЕЛЛА ИЗ «УНЕСЕННЫХ ПРИЗРАКАМИ»

Это многовековое японское кондитерское изделие до сих пор украшает столы японцев. Кастеллу приготовили для Безликого сотрудники купальни «Абура-я», чтобы получить от него щедрые чаевые.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- ❖ 5 яиц
- ❖ 100 г пшеничной муки
- ❖ 150 г сахарной пудры
- ❖ 50 г меда
- ❖ 30 г коричневого сахара
- ❖ 15 мл молока
- ❖ 15 мл соуса мирин

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- ❖ Смешиваем мед, молоко и соус мирин, готовим смесь на водяной бане, пока мед не станет жидким.
- ❖ На второй водяной бане взбиваем миксером яйца с сахарной пудрой. Взбиваем до образования густой белой массы.
- ❖ Просеиваем муку в миску с яичной массой и быстро перемешиваем тесто венчиком. Добавляем к тесту медовую смесь и тщательно перемешиваем венчиком.
- ❖ Застилаем форму для запекания пергаментной бумагой, посыпаем дно коричневым сахаром и выливаем тесто. Чтобы убрать пузырьки воздуха, пройдитесь зубочисткой по тесту.
- ❖ Отправляем тесто выпекаться при температуре 180 °С в течение 15 минут.
- ❖ Затем снижаем температуру до 160 °С и продолжаем выпекать еще 40 минут. Если кастелла сильно подрумянится, накройте форму алюминиевой фольгой.
- ❖ Аккуратно вынимаем готовый пирог, даем немного остыть и подаем к столу.



ПОРЦИИ:
1
ПИРОГ

ХОТТО КЭЭКИ ИЗ «ВЕДЬМИНОЙ СЛУЖБЫ ДОСТАВКИ»

Ведьма Кики приготовила эти японские оладья сразу после простуды, когда доставляла рыбный пирог по заказу пожилой клиентки в дождливый вечер. Кики приготовила хотто кээки для себя и своего кота Дзидзи, но он пропустил завтрак, потому что познакомился с милой кошкой Лили.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- ❖ 2 яйца
- ❖ 3 ст. л. муки
- ❖ 2 ст. л. крахмала
- ❖ 1 ст. л. молока
- ❖ 2 ст. л. сахара
- ❖ 1/4 ч. л. разрыхлителя
- ❖ пергаментная бумага

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- ❖ Отделить белок от желтка. К желткам добавить муку, крахмал, разрыхлитель и молоко. Хорошо перемешиваем венчиком до образования кремовой консистенции. Белок взбиваем миксером, постепенно увеличивая скорость, до образования пены. Добавляем сахар и продолжаем взбивать до плотной пены.
- ❖ Аккуратно смешать белок и желток до однородности. Тесто для японских панкейков готово!
- ❖ Чтобы хотто кээки получились высокими, необходимо использовать кондитерское кольцо диаметром 8 см либо заранее подготовить формы из пергаментной бумаги.
- ❖ На разогретую сковороду выложить кондитерское кольцо или формы из пергамента и аккуратно распределить по ним тесто, оставив четверть свободного места. Добавьте в сковороду 1–2 ст. л. воды, накройте крышкой. Готовьте на слабом огне. Через 7 минут можно проверить тесто, если оно не прилипает, то панкейки можно переворачивать и жарить в течение еще 4–5 минут. После приготовления снимите пергамент или кондитерское кольцо.
- ❖ Подавать к столу, украсив любимым вареньем, сметаной, сгущенкой, ягодами.



ПОРЦИИ:

1