



Жданова Екатерина

ДЕСЕРТЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

*Ваш первый
кулинарный
наставник*

Издательство АСТ
Москва

УДК 641.55

ББК 36.997

Ж42

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

Жданова, Екатерина.

Ж42 Десерты на каждый день. Ваш первый кулинарный наставник / Е. Жданова. — Жданова Екатерина — Москва: Издательство АСТ, 2026. — 144 с. («Кухня для начинающих»).

ISBN 978-5-17-178232-0

Хотите готовить десерты так, чтобы они всегда были нежными, ароматными и радовали близких? Эта книга научит готовить вкусно и полезно даже тех, кто никогда не держал в руках кондитерский мешок.

Если вы хотите создавать десерты профессионально, но боитесь сложных рецептов, эта книга станет вашим первым наставником без запутанных техник и труднодоступных ингредиентов. Вы узнаете, как выбрать идеальные продукты для любой выпечки, освоите все виды замеса теста и секреты сбалансированной сладости. Вас ждут проверенные временем рецепты: от классических чизкейков, шарлотки, брауни и безе до воздушных муссов, творожных запеканок и домашнего мороженого. А подробный разбор типичных ошибок убережет вас от опавших бисквитов и пересушенных кексов!

Готовьте с удовольствием, экспериментируйте и наполняйте свой дом сладким уютом. Ваш кулинарный путь в мир десертов начинается здесь!

УДК 641.55

ББК 36.997

ISBN 978-5-17-178232-0

© ООО «Издательство АСТ», оформление, 2026



СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	6
ГЛАВА 1. КАК ДЕСЕРТ СТАЛ ПОВСЕДНЕВНОСТЬЮ	7
История десертов.	8
Чем десерт «на каждый день» отличается от праздничного.	9
ГЛАВА 2. ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ ДЛЯ ДЕСЕРТОВ	11
Выбираем базовый набор: мука, сахар, яйца, масло, творог, молоко.	12
Как хранить: сроки и условия	15
Подготовка ингредиентов к работе.	17
Таблица быстрых замен.	20
ГЛАВА 3. КАЛЕНДАРЬ СЕЗОННОСТИ	23
Сезонные фрукты и ягоды: что когда брать	24
Сухофрукты и замороженные ягоды	27
ГЛАВА 4. ПОСУДА И ОБОРУДОВАНИЕ	31
Основной набор: без чего не обойтись.	32
Что можно не покупать и чем заменить.	34
Как ухаживать за посудой, чтобы она служила долго.	35
ГЛАВА 5. ПОЛЕЗНЫЕ ПАМЯТКИ	39
Техника безопасности: как не превратить десерт в катастрофу	40
Расшифровка условных обозначений	42
Таблица мер.	44



ГЛАВА 6. РЕЦЕПТЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ47

Десерты из минимального количества ингредиентов

Ягодный сорбет	48
Запеченное яблоко с корицей	50
Желе из сока	52
Банановое мороженое	54
Крем-карамель в кружке	56
Шоколадный ганаш	58
Сметанный десерт с клубникой	60
Фрукты в стекле или тангулу	62
Пирожное-сэндвич из маршмэллоу и печенья	64
Персики в апельсиновом соке	66
Жареные бананы	68

Десерты без выпекания

Торт «Муравейник»	70
Трайфл «Сникерс»	72
Тирамису	74
Шоколадное суфле	76
Панна-котта с ягодами	78
Чизкейк без выпечки	80
Пирожные «Картошка»	82
Шоколадные батончики из мясли	84
Домашняя соленая карамель	86
Творожные сырки в шоколаде	88
Лимонный курд	90
Шоколадная колбаса из печенья	92
Клубничный трайфл	94



Лимонно-рисовый пуддинг	96
Бурфи с кокосовой стружкой	98

Полезные десерты

Печенье из овсянки и творога	100
Йогуртовый парфе с ягодами и гранолой	102
Трюфели из фиников и какао	104
Запеченная груша с творогом и медом	106
Конфеты «Рафаэлло» из творога	108
Освежающий смузи	110
Конфеты из сухофруктов и орехов	112
Шоколадный мусс из авокадо и какао	114

Выпечка

Кокосовое печенье	116
Печенье «Курабье»	118
Торт «Наполеон»	120
Морковные маффины с апельсином	121
Шоколадный кекс	122
Шарлотка с яблоками	123
Банановый хлеб	124
Маффины с шоколадной крошкой	126
Манник на кефире	128
Брауни с орехами	130
Гренки десертные «Цезарь»	132
Овощной кекс	134
Яблочный пай с овсяной «стружкой»	136
«Бетонное» печенье на манке	138
Творожные «Крокеты» с сюрпризом	140
Творожные крендельки	142



ПРЕДИСЛОВИЕ

Когда мы слышим слово «десерт», перед глазами часто возникают витрины кондитерских с многоэтажными тортами, зеркальной глазурью и сложными декором. Создаётся впечатление, что сладкое — это сложно и долго, но на самом деле это не так.

Десерт на каждый день не требует специальных умений и много-часового стояния у плиты — это простая радость, доступная каждому. И вы можете позволить себе десерт в любой будний вечер!

В этой книге собраны рецепты, которые готовятся из того, что продается в любом магазине или уже есть на вашей кухне. Здесь есть простые, понятные шаги, объяснения без лишней теории и множество советов на случай, если что-то пошло не по плану. Потому что ошибки — это часть процесса, особенно в начале.

Мы разложим десерты по категориям: те, что можно сделать из минимального набора продуктов, без выпечки, полезные и те, что требуют чуть больше времени. Но сначала ознакомьтесь с полезными теоретическими главами — они помогут вам чувствовать себя увереннее на кухне, даже если вы никогда раньше не держали в руках венчик.

Готовить десерты — это просто. Приятного чтения!





Глава 1

КАК ДЕСЕРТ СТАЛ ПОВСЕДНЕВНОСТЬЮ



ИСТОРИЯ ДЕСЕРТОВ

Само слово «десерт» пришло к нам из французского языка, оно означает «убирать со стола». Потому изначально десертом называли все, что подавали после основного блюда: фрукты, орехи, сыр, мед и даже воду для мытья рук. И только спустя время сладкое вытеснило все остальное, и слово стало означать ровно то, что мы понимаем под ним сейчас. Однако в древние времена десерты выглядели совсем не так, как привычные для нас конфеты и торты. В Египте на сладкое подавали финики с орехами, в Греции пекли лепешки из ячменной муки на меде и твороге, а римляне запекали яблоки с пряностями и смешивали мак с медом.

Но был один нюанс. Сахар привозили из Индии и Китая через множество рук, и каждая сделка увеличивала его цену в несколько раз. Сахар стал настоящей белой валютой — за ним охотились, его дарили уважаемым людям, им рассчитывались за долги. В Европе же сахар появился благодаря арабам в VIII–IX веках, но долгие столетия он оставался привилегией королей, герцогов и высших церковных сановников.

В Средние века десерт стал показателем статуса. Тогда же повара впервые приготовили смесь из миндальной муки и сахара — марципан. Он быстро стал излюбленным десертом знати, из него лепили произведения искусства: замки, зверей, картины военных сражений. Английский король Генрих VIII славился любовью к изысканным блюдам, а его свадебный пир был настоящим представлением для искушенных зрителей. В тот день подавали больше 170 разных десертов, среди них были пироги с живыми птицами внутри, которые вылетали в залу, когда пирог разрезали на куски, и позолоченные марципановые замки.

К XVII веку десерт обрел свое место в меню и случилось это во Франции, при дворе Людовика XIV. Порядок подачи стал стро-



гим: сначала супы, потом мясо, затем сыры и только в самом конце — сладости. Тогда же появилась профессия кондитера.

А в XIX веке сахар перестал быть роскошью. Наполеон Бонапарт, столкнувшись с британской блокадой тростникового сахара, повелел массово выращивать сахарную свеклу. Сладкое хлынуло в массы, появились шоколадные фабрики, ванильный экстракт, сгущенное молоко. А вслед за ними — десерты, которые мы знаем и любим сегодня: безе, шарлотка, крем-брюле, классический «Наполеон» и многое другое.

Сегодня десерт — это не показатель статуса и богатства. Это просто маленькая радость доступная каждому в любой день, без повода или праздника.

ЧЕМ ДЕСЕРТ «НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ» ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ПРАЗДНИЧНОГО

У нас давно укоренилась привычка делить десерты на две категории: те, что мы едим дома, и те, что заказываем в ресторане или готовим только «по особым случаям». На первый взгляд ключевая разница между ними состоит только в праздничном оформлении. Но это далеко не так.

Праздничный десерт — это всегда событие. Его готовят заранее, часто за несколько дней. Ингредиенты подбирают с особым вни-



манием, формы для выпечки и украшения продумывают до мелочей. Вкус тоже должен быть «праздничным»: насыщенным, ярким, иногда даже сложным. Вот почему муссовые торты, многослойные пирожные и десерты с шоколадными фигурками — удел торжеств. В них важно все: текстура, температура подачи, сочетание вкусов, цветовая гамма.

Десерт на каждый день — это совсем другая история. Он не требует предварительной подготовки, долгого охлаждения или сложных технологий. В нем допустимы импровизация и упрощения. В холодильнике не оказалось яиц или сливок? Найдем чем заменить! Вкус может быть не идеальным, но обязательно домашнему уютным. Это тот самый случай, когда важен процесс готовки, а не безупречный результат.

Разница проявляется и в подаче. Праздничный десерт выкладывают на отдельную посуду, украшают ягодами, мятой, соусом и часто подают с шариком мороженого или взбитыми сливками. Будничный десерт чаще всего едят из той же миски, в которой готовили, или не слишком заморачиваются с сервировкой и подают на обычной тарелке, в стакане или креманке.

Есть еще один важный аспект — отношение к ошибкам. В праздничном десерте ошибка часто становится катастрофой: обвалившийся бисквит, не застывший мусс или подгоревшая карамель способны испортить настроение на весь вечер. В повседневном десерте любая ошибка становится опытом. Кекс получился суховатым? В следующий раз нужно уменьшить время выпечки. Пирог осел? Значит, что-то пошло не так с температурой. Это не повод расстраиваться, а повод взять себя в руки и попробовать еще раз.

Именно поэтому в этой книге собраны не ресторанные рецепты, а простые и доступные. Они не требуют знания всех кондитерских тонкостей, прощают ошибки и небрежность и при этом они остаются вкусными и красивыми — настолько, насколько это нужно для повседневной жизни.



Глава 2

ОСНОВНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ ДЛЯ ДЕСЕРТОВ



ВЫБИРАЕМ БАЗОВЫЙ НАБОР: МУКА, САХАР, ЯЙЦА, МАСЛО, ТВОРОГ, МОЛОКО

Все, что понадобится вам для приготовления десертов на каждый день, продается в любом магазине, а большинство ингредиентов и вовсе уже есть на вашей кухне. Однако даже с простыми продуктами важно знать несколько правил — они несложные, но именно они превращают «просто сладкое» в «действительно вкусное». Начнем с того, что лежит в основе почти каждого десерта

МУКА

- Для десертов нужна пшеничная мука высшего сорта — именно она образует ту самую нежную текстуру, которая нужна в выпечке.
- При выборе обратите внимание на цвет и запах: мука должна быть белой, с легким кремовым оттенком, а аромат — нейтральным, без затхлости и кислинки. Если мука сбилась в комки, значит были нарушены правила хранения — такую брать не стоит. И обязательно смотрите на дату изготовления, даже в закрытой пачке мука со временем теряет свои свойства.

САХАР

- Для домашней выпечки берем белый сахар — он дает сладость без лишних запахов и вкусовых оттенков.



- При выборе обращайте внимание на влажность: сахар должен быть сухим и сыпучим. Если он сбился в твердые комки, значит, хранили с нарушением — такой уже потерял часть своих свойств. Кристаллы белого сахара должны быть мелкими, но не пылевидными.
- Памятка для начинающих: Если хотите добавить десерту теплый карамельный вкус, добавьте вместо белого сахара коричневый. Сахарную пудру можно использовать для кремов и посыпки, но заменять сахар на нее не стоит — пудра может испортить структуру теста.

ЯЙЦА

- В большинстве рецептов мы ориентируемся на яйца первой категории — среднего размера, около 55–60 граммов. Если яйца слишком мелкие или слишком крупные, это может повлиять на консистенцию теста.
- Для десертов используйте только свежие яйца, без трещин и следов помета на скорлупе. Хорошее яйцо — чистое, матовое и не имеет запаха.

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ

- Выбирайте масло жирностью не ниже 82% — в нем меньше воды, а значит, выпечка получится более рассыпчатой и вкусной. При выборе смотрите на состав: он должен быть коротким: только сливки или пастеризованные сливки и никаких растительных жиров, эмульгаторов и стабилизаторов.
- Свежее масло имеет светло-желтый или желтый цвет, без сероватого оттенка, и молочный, слегка сладковатый аромат.

ТВОРОГ

- Для сырников, запеканок и творожных десертов выбирайте творог жирностью 5–9%. Обезжиренный — слиш-

