

**Белькович, Александр.**  
Б44 ПроСТО кухня с Александром Бельковичем : седьмой сезон / Александр Белькович. — Москва : Эксмо, 2023. — 96 с. : ил. — (Простая кухня с Александром Бельковичем).

Седьмая книга коллекционной серии по мотивам передачи «ПроСТО кухня» на канале СТС от талантливого шеф-повара, популярного телеведущего и блогера Александра Бельковича поможет вам без труда готовить блюда ресторанного уровня на своей кухне. Завтраки, которым в книге посвящен целый раздел, обеды или ужины, — в книге есть идеи для любого случая.

УДК 641.55  
ББК 36.997

© Белькович А. С., текст, 2023

© Яшухин Г. Е., фото, 2023

ISBN 978-5-04-178990-9

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

ПРОСТАЯ КУХНЯ С АЛЕКСАНДРОМ БЕЛЬКОВИЧЕМ

**Белькович Александр**

**ПРОСТО КУХНЯ С АЛЕКСАНДРОМ БЕЛЬКОВИЧЕМ**

**Седьмой сезон**

Фотографии *М. Урикбаевой, Г. Яшухина*. Ответственный редактор *С. Ильичева*  
Редактор *К. Мухаметшина*. Художественный редактор *В. Брагина*  
Технический редактор *Т. Анохина*. Верстка и препресс *А. Бельтиков*  
Корректор *Л. Воробьева*

Страна происхождения: Российская Федерация  
Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Россия, город Москва, улица Зорге, дом 1, строение 1, этаж 20, каб. 2013.

Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Эндiрушi: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы,

123308, Ресей, қала Мәскеу, Зорге көшесi, 1 үй, 1 ғимарат, 20 қабат, офис 2013 ж.

Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru).

Тауар белгiсi: «Эксмо»

Интернет-магазин: [www.book24.ru](http://www.book24.ru)

Интернет-дүкен: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнiм бойынша арыз-талаптарды

қабылдаушының өкiлi «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Өнiмнің жарамдылық мерзiмi шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайтта: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ

о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

[www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Эндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Дата изготовления / Подписано в печать 02.05.2023.

Формат 80x100<sup>1/16</sup>. Печать офсетная. Усл. печ. л. 8,89.

Тираж экз. Заказ

ЧИТАЙ  
ГОРОД

16+

**ХЛЕБ\*СОЛЬ**  
КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ  
[breadsalt.publisher](http://breadsalt.publisher)

ISBN 978-5-04-178990-9



9 785041 789909 >

В электронном виде книги издательства вы можете  
купить на [www.litres.ru](http://www.litres.ru)

**ЛитРес:**  
один клик до книги



**eksmo.ru**  
Официальный  
интернет-магазин  
издательства «Эксмо»



Хочешь стать  
автором «Эксмо»?>



# Содержание



Вступление **7**

## Завтраки

Овсянка  
в тропическом стиле **10**

Яичница «Три лука»  
с черным хлебом **12**

Французский омлет  
с камамбером и грибами **14**

Омлет матушки Пуляр **16**

Яйца бенедикт **18**

Японский ролл-омлет **22**

Кюкю **24**

Фриттата **26**

Сладкая паста **28**

## Закуски и салаты

Лобио на скорую руку **32**

Горячий тайский салат  
с говядиной в арахисовом  
соусе **34**

Теплый салат в арабском  
стиле **36**

Русская шаверма **38**

Салат с арбузом, жареной  
копченой грудинкой  
и брынзой **40**

Докторская колбаса **42**

Острый яичный сэндвич **44**

## Супы

Быстрый крем-суп  
из курицы и шпината **48**

Том ям по-русски **50**

Кубанские щи **52**

Итальянский томатный суп  
с моцареллой **54**

Суп чаудер с кальмарами  
и креветками **56**

## Горячие блюда

Рагу из нута и колбасок **60**

Фаршированные помидоры  
по-провански **62**

Котлеты Шаляпина из щуки **64**

Рыбный гратен **68**

Рулет из свинины с красным  
луком **70**

Язык в медово-имбирной  
глазурке с рисом **72**

Курица по-пиратски  
«Черноморочка» **74**

Стейк из индейки  
в перечном соусе **76**

Рагу из куриных сердечек **78**

## Выпечка

Сырный пирог **82**

Курник **84**

Мексиканский молочный  
торт «Трес лечес» **86**

Творожные трубочки **88**

Лимонный пирог **90**

Ленивая пахлава **92**

Молочный ломтик **94**



# Вступление



**Привет, мои дорогие  
читатели-кулинары!**

Вот уже почти 7 лет, более 250 программ, тысячи рецептов и седьмая книга «Просто Кухня» – и это все для вас! В этой книге мы предлагаем вам новый раздел – про завтраки, поэтому начинайте свой день с удовольствием, а заканчивайте уютно в кругу семьи или друзей. Пользуйтесь моими рецептами на здоровье, и пусть это делает вашу жизнь лучше и позитивнее – и я буду счастлив от этого.

**Ваш шеф  
Саша Белькович**



# Завтраки



**Овсянка  
в тропическом стиле**

**Яичница «Три лука»  
с черным хлебом**

**Французский омлет  
с камамбером и грибами**

**Омлет матушки Пуляр**

**Яйца бенедикт**

**Японский ролл-омлет**

**Кюкю**

**Фриттата**

**Сладкая паста**

# Овсянка в тропическом стиле

## Ингредиенты

**250 г** овсяных хлопьев  
**2 ст. л.** тростникового сахара  
**½ л** мультифруктового сока  
цедра **½** лайма  
**1** банан  
**20 г** сливочного масла  
немного кокосовой стружки  
соль  
листочки мяты для украшения

## Совет повара

Овсянку не стоит разваривать, пусть она будет немного твердой.

## Приготовление

1. В сотейник налить сок, поставить на огонь, всыпать хлопья и варить на среднем огне около 5 минут, периодически помешивая. Посолить.
2. Банан очистить и разрезать сначала пополам, затем каждую половинку разрезать вдоль.
3. На разогретую сковороду высыпать сахар. Когда он начнет карамелизоваться, закинуть в сковороду сливочное масло, кусочки банана и обжаривать в течение 2 минут, постоянно помешивая. Добавить натертую цедру и сок лайма. Если отбить лайм руками, сока будет больше.
4. Переложить готовую кашу в порционные тарелки, сверху выложить кусочки банана, посыпать кокосовой стружкой и украсить листиками мяты.





# Яичница «Три лука» с черным хлебом



## Ингредиенты

**3** яйца  
**½** луковицы  
**½** красной луковицы  
**5 г** зеленого лука  
**30 г** сливочного масла  
**3** ломтика бородинского хлеба  
соль, молотый черный перец

## Приготовление

1. Белый и красный лук нарезать мелкими кубиками, хлеб нарезать средними кубиками. Зеленый лук – колечками.
2. В миску разбить яйца.
3. Сковороду разогреть на минимальном огне со сливочным маслом. Обжарить красный и белый лук до золотистого цвета. Добавить в сковороду белую часть зеленого лука и обжаривать около 30 секунд.
4. Отправить к луку кубики хлеба и слегка обжарить.
5. Влить яйца поверх лука и хлеба, белок посолить и поперчить.
6. Убавить огонь до минимума, накрыть крышкой яичницу на пару минут.
7. Переложить яичницу на тарелку и посыпать зеленым луком.





# Французский омлет с камамбером и грибами



## Ингредиенты

- 3 яйца
- 25 г сыра камамбер
- 55 г шампиньонов
- 30 мл растительного масла
- 50 мл сливок жирностью 10%
- 3 г приправы «Лук и паприка»
- 2 ломтика хлеба

## Совет повара

Золотая пропорция нежного и вкусного омлета – 3 яйца и 50 мл сливок.

- ½ бокала шампанского
- соль





## Приготовление

1. Шампиньоны нарезать ломтиками. В сковороду налить 15 мл растительного масла, закинуть шампиньоны и обжаривать 1–2 минуты. В конце обжарки шампиньоны посолить, посыпать приправой, перемешать и переложить на тарелку.
2. Разбить яйца в миску, влить сливки и слегка взболтать венчиком. Миксером смешивать яйца со сливками нельзя, лучше венчиком или вилкой, чтобы не нарушить текстуру яйца.

## Совет повара

Чтобы не перепечь омлет, нужно отодвигать края к середине, чтобы он быстро и равномерно пропекся.



3. Камамбер нарезать тонкими слайсами. Налить в сковороду 15 мл растительного масла, влить омлетную массу и готовить около 2 минут.
4. Снять сковороду с плиты, выложить на горячий омлет кусочки камамбера и шампиньоны. Сложить омлет пополам и переложить на тарелку. Подавать с ломтиком хлеба и бокалом шампанского.

# Омлет матушки Пуляр

## Ингредиенты

3 яйца

30 мл сливок жирностью 20%

20 мл оливкового масла

соль

