



*Бабушкины
рецепты:*

**РУССКАЯ КУХНЯ
В СОВРЕМЕННОМ
ДОМЕ**

Издательство АСТ
МОСКВА

УДК 641.55
ББК 36.997
Б12

Б12 Бабушкины рецепты: русская кухня в современном доме / — Москва : Издательство АСТ, 2026. — 144 с.

ISBN 978-5-17-190003-8

«Бабушкины рецепты: русская кухня в современном доме» — книга, которая бережно соединяет традиции и современность.

В ней собраны проверенные временем рецепты русской кухни — от любимых домашних блюд до почти забытых кулинарных сокровищ. Каждый рецепт — это не просто инструкция, а частичка семейной традиции.

Внутри вы найдёте всё необходимое: точный список ингредиентов, чёткие граммовки и подробный способ приготовления — так что даже начинающий кулинар легко справится.

А советы от бабушки помогут избежать типичных ошибок, подскажут, как подобрать продукты, что можно заменить без потери вкуса и как сделать блюдо ещё лучше.

Эта книга — долгожданное путешествие во вкус детства давно прошедших лет, где каждое блюдо наполнено заботой и любовью. Откройте её — и пусть в вашем доме снова пахнет пирогами, щами и счастьем!

**УДК 641.55
ББК 36.997**

ISBN 978-5-17-190003-8

© Оформление.
ООО «Издательство АСТ», 2026

ВРЕДЕНИЕ

Здравствуйте, мои родные! Вы держите в руках не просто сборник рецептов. Это мое письмо вам из детства. Помните, когда вы просыпались, а с кухни уже пахло блинами и потрескивало масло на сковородке? Конечно, помните. Бабушкины блинчики никогда не забываются!

Знаете, я часто слышу от молодых: «Бабушка, мы так любим твои щи и кулебяки, но готовить их некогда, продукты сейчас совсем другие, да и возни много». А я отвечаю так: русская кухня тем и хороша, что она живая. Она всегда идет в ногу со временем. Если раньше хозяйка топила печь и ставила тесто на ночь, то почему сегодня мы не можем доверить замес хлебопечке, а тушение — мультиварке? Душа блюда не в дровах, а в том, с каким сердцем ты за него берешься. Эта книга создана именно для того, чтобы стереть пыль с бабушкиных тетрадок и дать старым рецептам новую жизнь.

Вы найдете здесь блюда, на которых выросло не одно поколение. Помню, как еще моя бабушка говорила: «Готовить надо так, чтобы запах заставлял забыть все плохое за день». Этот принцип я пронесла через всю жизнь и теперь делюсь им с вами. Но я прекрасно понимаю ваши молодые заботы. Поэтому все ингредиенты, которые я записала, вы купите в ближайшем супермаркете, а вместо часов у плиты мы обойдемся умной техникой. Я научилась дружить с кухонным комбайном так же легко, как когда-то с ухватом, и вас научу! Мы ускорим процессы, упростим сложное, но оставим главное — тот самый «домашний вкус», который не купишь в отделе кулинарии. Здесь собраны блюда на любой вкус и любое время. Только представьте, как приятно весной приготовить кислые щи из молодой капусты, летом — окрошку с квасом, осенью — побаловать семью румяными расстегаями, а зимой — достать из духовки гарбузову кашу, согревающую лучше любого пледа. В этой книге я расскажу, как чувствовать ритм природы, даже живя в центре большого города.

Но давайте договоримся: мы не будем ждать выходных и особого настроения. Готовить по-домашнему можно и сегодня, через час после работы. Я научу вас ценить простоту натуральных продуктов и получать удовольствие от процесса. Ведь традиции — это не музейный экспонат, который страшно трогать руками. Это живой огонь, который мы передаем из рук в руки, от сердца к сердцу. Берите фартук, мои хорошие, и давайте поколдуем на кухне. Обещаю: будет вкусно, душевно и совсем не сложно.

Ваша бабушка.





Овсяная каша — одно из древнейших блюд русской кухни, известное еще с языческих времен. Овес на Руси сеяли повсеместно, и каша Овсяная каша — одно из древнейших блюд русской кухни, известное еще с языческих времен.

Овес на Руси сеяли повсеместно, и каша из цельного зерна была

главной едой для крестьян. В некоторых губерниях существовал обряд: на второй день свадьбы молодоженам подавали овсяную кашу с медом — чтобы жизнь была сытной и сладкой, а род плодородным, как овсяное поле. Так что приготовьте тетрадочку да ручку, родной, будем записывать самое лучшее, проверенное годами.



Овсяная каша с медом

Ингредиенты на 4 порции:

- ♦ Овсяная крупа цельная — 200 г
- ♦ Вода — 500 мл
- ♦ Молоко — 200 мл
- ♦ Соль — $\frac{1}{3}$ ч.л.
- ♦ Сахар — 1 ст.л. (по желанию)
- ♦ Масло сливочное — 30 г
- ♦ Мед, свежие ягоды или сухофрукты — для подачи

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Овсянку переберите и промойте до прозрачности воды. Залейте ее холодной водой в кастрюле с толстым дном, доведите до кипения и снимите образовавшуюся пену. Убавьте огонь до минимума, накройте крышкой и варите 40–50 минут, периодически помешивая, пока зерна не станут мягкими и не впитают почти всю воду. Для более нежной текстуры предварительно замочите овсянку в холодной воде на ночь — тогда время варки сокращается вдвое.

2 Когда крупа станет мягкой, влейте горячее молоко, добавьте соль и сахар, перемешайте и варите еще 10–15 минут на слабом огне, часто помешивая, чтобы каша не пригорела. Она должна стать однородной и кремовой. Снимите кастрюлю с огня, добавьте сливочное масло, перемешайте и оставьте под крышкой на 10–15 минут — каша «дойдет» и станет еще бархатистее. Перед подачей полейте кашу медом и украсьте свежими ягодами или распаренными сухофруктами.

Совет от бабушки

Овсянку в старину называли «кашей силы» и томили всю ночь в печи. В современном доме замените печь мультиваркой: залейте крупу водой и молоком в тех же пропорциях и оставьте на режиме «Тушение» на 3–4 часа — вкус будет точь-в-точь как из русской печки. А чтобы каша не удегала, смажьте ободок кастрюли изнутри сливочным маслом.



Рис на Руси появился позже других круп — его называли «сарацинским пшеном» и поначалу считали едой заморской, дорогой. Но как только русские хозяйки попробовали его нежную текстуру, рисовая каша быстро перекочевала с боярского стола в печи купече-

ских и крестьянских домов. Яблоки и корица в этом блюде — дань традиции Спасов: на Яблочный Спас в храмах освящали яблоки нового урожая, и первое, что готовили хозяйки из освященных плодов, — сладкие каши, чтобы год был сытным и благодатным.



Рисовая каша с яблоками и корицей

Ингредиенты на 4 порции:

- ♦ Рис круглозерный — 200 г
- ♦ Молоко — 400 мл
- ♦ Вода — 200 мл
- ♦ Яблоки сладкие — 2 шт.
- ♦ Масло сливочное — 30 г
- ♦ Сахар — 2 ст.л.
- ♦ Корица молотая — ½ ч.л.
- ♦ Соль — щепотка
- ♦ Мед — для подачи (по желанию)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Несколько раз промойте рис в холодной воде до прозрачности. В кастрюлю с толстым дном налейте воду и молоко, добавьте соль и доведите до кипения. Засыпьте рис, перемешайте и варите на слабом огне под крышкой 10–12 минут, редко помешивая, пока рис не впитает большую часть жидкости.

2 Яблоки очистите от кожуры, удалите сердцевину и нарежьте кубиками. На сковороде растопите половину сливочного масла, выложите яблоки и прогрейте 2–3 минуты на среднем огне. Добавьте сахар и корицу, перемешайте и томите еще 1–2 минуты, пока яблоки слегка не карамелизуются и не станут мягкими. Снимите с огня.

3 В готовую кашу добавьте карамельные яблоки и оставшееся сливочное масло, перемешайте. Если каша получилась гуще желаемого, влейте немного горячего молока. Снимите с огня и дайте постоять под крышкой 10 минут. Разложите по тарелкам и, при желании, полейте медом.

Совет от бабушки

Не мешайте рис слишком часто и не прибавляйте огонь, иначе каша станет клейкой. А чтобы яблоки дали больше аромата и не разварились, перед карамелизацией сбрызните их лимонным соком.



Рецепт старый-престарый, но каждый раз как новый играет. Манная каша долгое время считалась на Руси блюдом барским, почти деликатесом. В крестьянском же быту манка появилась позже, но сразу полюбилась детям за нежность и сладость. Лесные ягоды в этом рецепте возвращают блюдо к его

истокам, когда каши украшали тем, что послал лес. В северных губерниях манку с брусникой или черникой подавали на праздник Покрова — как символ того, что земля уже укрыта снегом, а в доме все еще тепло и сладко. Считалось, что чем гуще каша, тем крепче достаток в семье.



Манна с лесными ягодами

Ингредиенты на 4 порции:

- ♦ Манная крупа — 60 г
- ♦ Молоко — 500 мл
- ♦ Сахар — 2 ст.л. + ½ ст.л.
- ♦ Соль — щепотка
- ♦ Масло сливочное — 20 г
- ♦ Лесные ягоды (брусника, черника, земляника) — 150 г
- ♦ Сахарная пудра — для подачи (по желанию)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Молоко всейте в кастрюлю с толстым дном, добавьте соль и сахар, перемешайте и нагревайте на среднем огне до появления первых пузырьков — затем убавьте огонь до минимума. Манку всыпьте тонкой струйкой, непрерывно помешивая венчиком, чтобы не образовались комочки. Варите, помешивая, 1–2 минуты до загустения.

2 Как только каша начала мягко пузыриться и отставать от стенок, снимите с огня. Добавьте сливочное масло, перемешайте до полного растворения и оставьте под крышкой на 3–5 минут для упревания.

3 Ягоды переберите, промойте и обсушите. Если используете замороженные, прогрейте их в сотейнике с половиной ст.л. сахара 1–2 минуты до выделения сиропа. Разложите по тарелкам, в центре сделайте углубление и выложите ягоды. При желании присыпьте сахарной пудрой.

Совет от бабушки

Чтобы манка вышла особенно нежной, ошпарьте кастрюлю ледяной водой перед тем, как наливать молоко — так оно не пригорит. А если взбить готовую кашу венчиком, она станет воздушной, как мусс.



В южных губерниях России пшенную кашу с тыквой называли «гарбузовой» — от слова «гарбуз», как на украинский и южнорусский лад именовали тыкву. Гарбузову кашу подавали на Покров — праздник встречи осени с зимой, и чем ярче была тыква, тем, по поверью,

богаче будет дом в наступающем году. В некоторых семьях существовал обычай: горшок с гарбузовой кашей ставили в центр стола, и каждый домочадец съедал по ложке строго по старшинству — от деда до младшего внука, чтобы род был крепким, и никто не остался голодным.



Гарбузова каша

Ингредиенты на 4–5 порций:

- ♦ Крупа пшенная — 200 г
- ♦ Тыква (очищенная мякоть) — 300 г
- ♦ Молоко — 400 мл
- ♦ Вода — 200 мл
- ♦ Сахар — 2 ст.л.
- ♦ Соль — $\frac{1}{3}$ ч.л.
- ♦ Масло сливочное — 30 г
- ♦ Мед — для подачи (по желанию)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Пшено переберите и несколько раз промойте до прозрачности воды. Последний раз обдайте кипятком — это уберет возможную горечь. Тыкву очистите от кожуры и семян, затем нарежьте кубиками.

2 В кастрюле с толстым дном вскипятите воду, выложите тыкву и варите 10 минут на среднем огне до полуготовности. Потом влейте молоко, добавьте соль и доведите до кипения. Засыпьте пшено, перемешайте и варите на слабом огне под крышкой 20–25 минут, периодически помешивая. Крупа и тыква должны полностью развариться.

3 Добавьте сахар и сливочное масло, перемешайте и оставьте под крышкой на 10–15 минут для упревания. Если каша получилась гуще желаемого, влейте немного горячего молока. Разложите по тарелкам и, при желании, полейте медом.

Совет от бабушки

Выбирайте тыкву с яркой оранжевой мякотью — она слаще и ароматнее. А чтобы каша приобрела нежный ореховый привкус, прокалите крупу на сухой сковородке 3–4 минуты до легкого потрескивания и только потом засыпьте в молоко. И помните: пшенка любит масло, не жалейте его.



Гурьевская каша — самое знаменитое парадное блюдо русской кухни, и с ним связана красивая легенда. Говорят, что в начале XIX века министр финансов граф Дмитрий Гурьев, будучи в гостях у отставного майора Юрисовского, попробовал на десерт необычную манную кашу с пенкой, орехами

и сухофруктами. Граф пришел в такой восторг, что немедленно выкупил крепостного повара Захара Кузьмина вместе с семьей — и сделал его главным кулинаром своего дома. С тех пор кашу стали называть гурьевской, и она украшала собой императорские приемы, купеческие свадьбы и дворянские балы.



Гурьевская каша

Ингредиенты на 6 порций:

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|----------------------------|
| ♦ Крупа манная — 100 г | ♦ Масло сливочное — 50 г | ♦ Изюм — 50 г |
| ♦ Молоко — 500 мл | ♦ Яйца куриные — 2 шт. | ♦ Курага — 50 г |
| ♦ Сливки 20–33% — 200 мл | ♦ Орехи грецкие — 100 г | ♦ Ванильный сахар — 1 ч.л. |
| ♦ Сахар — 80 г | ♦ Миндаль — 50 г | ♦ Соль — щепотка |

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1 Молоко и сливки влейте в кастрюлю с толстым дном, добавьте соль и 40 г сахара, доведите до появления первых пузырьков. Тонкой струйкой всыпьте манную крупу, непрерывно помешивая венчиком. Варите на слабом огне 2–3 минуты до загустения. Снимите с огня, добавьте половину сливочного масла, перемешайте и немного остудите под крышкой.

2 Яйца разделите на желтки и белки. Желтки разотрите с 20 г сахара до бела и введите в теплую кашу, тщательно перемешивая. Орехи и миндаль порубите, слегка обжарьте на сухой сковороде 2–3 минуты до появления аромата. Изюм и курагу промойте и нарежьте кусочками.

3 Белки взбейте в крепкую пену и аккуратно вмешайте в кашу движениями снизу вверх. В форму для запекания выложите слоями: каша, орехи и сухофрукты, снова каша — и так 2–3 раза. Верхний слой посыпьте оставшимся сахаром, смешанным с ванильным, и разложите кусочки оставшегося сливочного масла. Запекайте в разогретой до 180 °С духовке 20–25 минут до золотистой корочки.

Совет от бабушки

Чтобы пенка получилась особенно красивой, можно перед запеканием присыпать верх не только сахаром, но и молотой корицей или мускатным орехом. А если гости уже на пороге, соберите кашу слоями в порционных формочках — в них она запекается вдвое быстрее.



Так готовила еще моя мама, а теперь и вы будете. Перловка на Руси испокон веков считалась едой сильных и выносливых — не даром само ее название происходит от слова «перл», жемчужина. Ее варили в больших котлах для солдат, пахарей и бурлаков, потому что перловка надолго насыщает и возвращает силы после тяжелой работы. Но с мясом и кореньями она превращалась в праздничное

блюдо, которое подавали на зимние застолья и в постные дни, когда мясо заменяли грибами. В старину говорили: «Перловка с кореньями печь в животе разжигает», имея в виду, что такая каша согревает изнутри лучше всякой шубы. А корень петрушки и сельдерея добавляли в нее не только для аромата — им приписывали свойство отгонять хвори и немощи, которые гуляют по земле в долгие зимние месяцы.

