

Лена Усанова

Группа в Facebook: Handmadefood

www.facebook.com/handmade4ever

Лена – теле- и радиоведущая, журналист, режиссер и человек необычайно энергичный. Учится готовить

в путешествиях, не стесняется попросить рецепт из первых рук, если он действительно впечатлил, умеет и любит устраи-

вать кулинарные праздники. Друзья называют ее «бьюти фудди» за то, что все ее рецепты красивы и полезны.

«Раньше я не стремилась уделять готовке хоть какое-то особое время. Много работала на телевидении, в шоу-бизнесе, была PR-директором крупной компании. «Роман» с едой начался тогда, когда мой любимый мужчина... похвалил мой борщ. Я вдруг начала получать удовольствие от того, что готовлю для него и у меня получается легко, красиво, ярко. Моя страничка – это открытая площадка для таких же, как и я, увлеченных людей».



2 порции

Средиземноморский рыбный суп

Вам понадобится:

- ◆ 1 стакан рыбного бульона
- ◆ 1 ст. л. растит. масла
- ◆ 1 луковица (нарезать полукольцами)
- ◆ 1 зубчик чеснока (мелко порубить)
- ◆ 1 небольшой перчик чили
- ◆ 1/2 ч. л. сушеной паприки
- ◆ 2 стакана томатной пасты (томатов, консервированных в собственном соку)
- ◆ 500 г плотного филе белой рыбы
- ◆ 1/2 стакана зеленых оливок
- ◆ 1 ч. л. каперсов
- ◆ зелень петрушки для украшения
- ◆ соль, свежемолотый черный перец

1 Разогрейте духовку до 180°C. В жаропрочной

кастрюле или гусиной кастрюле с крышкой на сильном огне разогрейте оливковое масло и обжарьте нарезанный лук и чеснок, добавьте немного свежего перца чили, готовьте, помешивая, 3–5 минут. Добавьте паприку и готовьте еще 1 минуту.

2 Консервированные томаты разомните вилкой и выложите в кастрюлю, влейте рыбный бульон и доведите смесь до кипения. Убавьте огонь, выложите в кастрюлю кусочки свежего рыбного филе, затем оливки и каперсы.

3 Накройте кастрюлю крышкой и поставьте томиться в разогретую духовку на 10 минут. Приправьте рыбный суп по вкусу, добавьте нарезанную зелень петрушки и подавайте.

Салат с яблоками и сыром бри

Вам понадобится:

- ◆ 2 сладких яблока
 - ◆ 200 г смеси салатных листьев
 - ◆ 2 стебля сельдерея
 - ◆ 125 г сыра бри
 - ◆ 50 г очищенных фисташек
 - ◆ 10-12 ягод малины
- Для заправки**
- ◆ 1,5 ст. л. оливкового масла
 - ◆ 2 ч. л. сока лимона
 - ◆ по 1 ч. л. зернистой горчицы и меда
 - ◆ соль, перец по вкусу

1 Нарежьте яблоки тонкими дольками. Чтобы мякоть не потемнела, сбрызните их лимонным соком.

2 Нарежьте сельдерей небольшими брусочками, а сыр бри – тонкими ломтиками. Орехи порубите ножом.

3 Смешайте все ингредиенты для заправки в большом салатнике, приправьте по вкусу солью и перцем,

слегка взбейте вилкой или венчиком.

4 Выложите в салатник яблоки и сельдерей, добавьте салатные листья и перемешайте. Разложите салат по тарелкам, добавьте сыр бри и орехи. Подавайте, украсив ягодами малины. **13**

Уверена: от того, как выглядит декор стола и само блюдо, зависит настроение за столом. Люблю все делать красиво!

2

порции