

ШКОЛА

«ЕДЫ»

Что такое курс Виталия Тихонова «Готовим с детьми»

Курс «Готовим с детьми» — это:

- 15 недель обучения
- 30 уроков
- 8 кулинарных тем
- 57 рецептов
- 1 экзамен и тест (по желанию)
- 1 прямой эфир с наставником

15 недель обучения

ТЕСТО

6 уроков, 13 БЛЮД

Виталий Тихонов: «Мы научимся готовить тесто во всех его видах, чтобы потом запросто делать домашнюю пасту, печь хлеб и печенье».

ЧТО ГОТОВИМ

6 видов теста: тесто для пасты, пельменей, вареников и киша, песочное тесто и хлеб.

7 видов основных блюд: пельмени с говядиной и свиной, пельмени с рыбой, тальятелле с соусом из курицы и маскарпоне, равиоли с начинкой из курицы и маскарпоне, а еще вареники – с картошкой, вишней и творогом.

5 вида выпечки: киш с лососем и сельдереем, киш-лорен, хлеб с грецким орехом, фокачча и сырны палочки с пармезаном.

1 десерт: песочное печенье с вяленой клюквой

СОУСЫ

6 УРОКОВ, 7 БЛЮД

Виталий Тихонов: «Гран finale многих блюд приходится на долю важной составляющей – соуса. Он придает блюду финальный и зачастую важнейший оттенок вкуса. Соус - душа блюда!»

ЧТО ГОТОВИМ:

7 соусов: майонез, соус на основе майонеза, сметанный соус, сырный, бешамель, сабайон, голландский.

4 основы для соусов: ру и бульоны из телятины, курицы и овощей

7 блюд: омлет с майонезом, салат «Оливье», крутит с соусом дор-блю, овощной салат с соусом раита, рыба в кляре со сметанным соусом, лазанья с курицей и яйцо-пашот с голландским соусом и спаржей.

СУПЫ

1 УРОК, 3 БЛЮДА

Виталий Тихонов: «С супа должен начинаться любой обед. Супы очень важны для человека, особенно горячие. Суп помогает работе пищеварительных органов как никто другой»

ЧТО ГОТОВИМ:

3 супа: грибной суп-пюре, куриная лапша и гуляш

МЯСО И ПТИЦА

5 УРОКОВ, 7 блюд

Виталий Тихонов: «Мясо и курица -незаменимые продукты в рационе питания любого человека. Это полезный продукт, богатый жизненно важными витаминами и компонентами. А еще это вкусно и сытно».

ЧТО ГОТОВИМ:

1 бургер

2 блюда из говядины: ростбиф и пиккпойс ээсти мооди

2 блюда из курицы: запеченная курица со специями с начинкой из чечевицы с моцареллой и куриная ножка, фаршированная куриным филе с соусом дорблю и овощами

2 блюда из свинины: шейный карбонад жаренный на сковороде с луком и вешенками и свиная вырезка в пряном маринаде, запеченная в духовке с чатни из чернослива и зажаренными баклажанами

А также отдельный урок посвящен способам прожарки мяса: говядины, свинины, утки, ягненка и птицы.

РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ

3 УРОКА, 6 блюд

Виталий Тихонов: «Рыба и морепродукты –важное звено в цепочке питания хомосапиенс. В чистейшем виде белок, ненавязчивый и легко усваиваемый. Дары моря беспрекословно должны присутствовать на столе каждого человека как минимум два раза в неделю»

ЧТО ГОТОВИМ:

2 блюда с морепродуктами: салатные листья с жареными тигровыми креветками в соусе терияки с кунжутными семенами и смереброд с креветками

2 блюда из красной рыбы: рыба алла массимилиано и гравлакс

2 блюда из белой рыбы: севиче и филе судака с соусом тартар

ГАРНИРЫ И КАШИ

2 урока, 5 блюд

Виталий Тихонов:

ЧТО ГОТОВИМ:

4 гарнира: пюре из сельдерея, картофельное пюре, пюре из батата

Одну кашу – овсянка со свежими ягодами и сухофруктами

Одно главное блюдо - ризотто алла миланезе

ПИРОГИ И ПИРОЖКИ

2 урока, 4 блюда

Виталий Тихонов: «Мучные изделия так же необходимы в питании человека, главное – будьте умеренны и не съедайте сразу много теста».

ЧТО ГОТОВИМ

2 пирога - яблочная шарлотка и пирог из слоеного теста с овощами и индейкой

2 типа пирожков – с вишней и с мясом

ДЕСЕРТЫ

5 уроков, 11 блюд

Виталий Тихонов: «Десерты! Ну какое детство без слипающихся от сахара губ? Глюкоза еще один важный компонент в рационе питания людей. Но здесь нужно быть бережливым к себе и не перебарщивать».

ЧТО ГОТОВИМ:

2 вида мороженого: сорбет из малины и гранита

2 вида печенья: овсяное печенье с вяленой клюквой и изюмом шоколадное печенье

2 мусса: клюквенный с манной мукой и кремом шантильи и клубничный мусс с авокадо и фисташками.

2 кремовых десерта: крем из козьего сыра с имбирем и лимоном с кокосовым твилем и панна котту с клубничным кули и чили перцем

3 типа конфет: классический трюфель, лимонный мармелад и соленую сливочную карамель

Про экзамен. Студенты, которые выполнили не менее 80% заданий по курсу, получают возможность сдать экзамен, состоящий из двух частей: первая — это тест из 4 вопросов с вариантами ответов (случайный выбор из 48 вопросов по пройденному материалу, которые будут доступны всем в качестве тренировки своих знаний), и вторая — приготовление одного из 4 блюд на выбор, описание которых состоит из названия, фотографии и списка ингредиентов. Порядок выполнения этого задания такой же как на курсе, только у вас не будет обучающего видео и рецепта. Приготовление блюд включают в себя изученные техники. На тест дается одна попытка.