**Радовать близких и бороться со стрессом: в День повара специалисты Департамента ГОЧСиПБ рассказали, что нашли в кулинарии**

Работник Системы 112 и спасатели рассказали о том, как начали готовить и нашли любимое блюдо, а также о том, кого считают лучшими поварами.

Андрей Даньшин работает в Системе 112 Москвы более восьми лет, и сейчас трудится на должности главного специалиста. Андрей занимается как приёмом и обработкой экстренных вызовов, так и контролем группы операторов, корректировкой их работы.

Кулинария для Андрея - творчество, а ещё способ избавиться от стресса. Любимые кухни: мексиканская, итальянская и грузинская.

«Нравятся острые блюда, с обилием специй. Моё любимое - чили. Это тушёное мясо с бобами и с большим количеством специй. Блюдо универсально, и у каждого, кто его готовит, свой рецепт», - рассказываем работник Службы 112.

Как отмечает Андрей, близкие с радостью едят его кулинарные шедевры.

Радовать близких и бороться со стрессом: в День повара специалисты Департамента ГОЧСиПБ рассказали, что нашли в кулинарии

«Если что-то незнакомое, то беру готовый рецепт, могу его потом модифицировать, если в первый раз меня что-то не устроило», - добавил Андрей Даньшин.

Андрей рассказал, что в их семье больше готовят именно мужчины: он и отец.

«Я думаю, что лучшие повара всё же представители сильного пола. Вкусно поесть любят, конечно, все, но сделать кашу из топора шедевром кулинарии способны только мужчины», - подытожил специалист.

Не чуждо кулинарное искусство и спасателям на воде, работникам поисково-спасательной станции «Крымский мост»: своим хобби кулинарию уверенно могут назвать Алексей Петров, начальник станции, и Владимир Майоров, спасатель первого класса.

Как вспоминает Алексей, любовь к кулинарии ему привила мама. В детстве он с интересом наблюдал за ней, когда она занималась готовкой - пекла блины и пироги.

«Мама всегда шла мне навстречу, выдавала какой-нибудь кусочек теста для собственного творчества. Со временем обучение стало усложняться - блинное тесто, различные каши. И, несмотря на то, что я тогда был совсем маленьким - ходил в детский сад - меня это дело очень увлекало, нравилось готовить самому, выпекать вслед за мамой вкусные блины», - говорит Алексей.

Позже, в средних классах, мама научила сына варить борщ, и, когда она уезжала куда-то по делам, маленький помощник мог накормить себя и папу.

«Помню, когда мы ещё не располагали интернетом, не было кулинарных шоу по телевизору, у мамы была своя поваренная книга, где её аккуратным почерком было записано и сохранено очень много хороших рецептов. Я часто ей пользовался», - вспоминает начальник станции.

Сейчас, спустя годы, Алексей научился готовить по интуиции и вдохновению.

«У меня много подписок, особенно на каналы с доступными простыми рецептами. Не люблю заморачиваться с экзотическими продуктами. А свои собственные рецепты с граммовкой всех ингредиентов я несколько лет назад стал записывать в специальное приложение с подсчётом калорий. Информационные технологии вытеснили бумажные носители, но с ними гораздо удобнее», - рассказывает Алексей Юрьевич.

Для спасателя Владимира Майорова кулинария стала вызовом самому себе и творчеством.

«Иногда, бывает, хочется чего-то вкусненького, а готовить ты не умеешь. Большинство мужчин начинает просить своих близких. Я захотел научиться готовить сам - подумал, надо решиться, вдруг у меня получатся эти блины со сгущенкой... Потихоньку стал пробовать. Первые попытки, естественно, были не очень, но со временем мои усилия дали плоды, и всё это вылилось в полноценное хобби.

Главное, что мотивировало, не позволяя отчаиваться на пути самоучки, установка «Я могу!». Кулинария для меня творчество, а не просто полезные советы как приготовить еду правильно. Возьмём для примера макароны. Как сварить их правильно – указано на упаковке: кинуть в кипящую подсоленную воду. Будет ли это вкусно? Для меня - нет. А значит, для меня этот способ неправильный. Правильно для меня - приготовить к ним соус, пожарить мясо, добавить овощи… Вот это будет вкусно, это – кулинария!», - рассказывает о появлении в его жизни любимого хобби Владимир.

Алексей Петров любит специи и острую пищу, поэтому в последнее время стал обращать внимание на азиатскую кухню. Недалеко от их станции, на другой стороне реки, находится магазин корейских продуктов.

«Там ассортимент такой, что глаза разбегаются - разная лапша, огромное количество соусов. Я стал туда часто заходить и многое приносить на станцию, чтобы приготовить прямо на работе. Здорово, что для этого созданы все условия, и в напряжённом суточном дежурстве есть место творчеству», - говорит о том, как совмещает хобби и работу, Алексей.

Радовать близких и бороться со стрессом: в День повара специалисты Департамента ГОЧСиПБ рассказали, что нашли в кулинарии

Спасатели, зная об увлечении руководителя, тоже всегда обращают внимание на что-то интересное из продуктов, приносят в подразделение.

«Я для них и готовлю, всех угощаю. Иногда мы готовим вместе с Владимиром Викторовичем, он наши шедевры потом фотографирует и выкладывает у себя в социальных сетях», - добавляет Алексей.

Начальник станции говорит, что фирменного блюда станции «Крымский мост» у них пока что нет, но сезонные угощения они готовят с удовольствием.

«В сезон овощей, например, когда многие свои собственные помидоры и кабачки с огородов привозят, мы из них готовим лечо. А весной, на масленицу, всей станцией печём блины», - делится Алексей Петров.

Говоря о любимой кухне, Владимир Викторович отмечает, что для него не имеет значение география, главное - чтобы было вкусно и ярко, радовало глаз, вид блюда должен соответствовать содержанию.

«Нравится всё мясное и восточное. Очень люблю нашу русскую кухню. Она хороша именно за счёт своей сложности. Просто сварить наше традиционное блюдо - кашу, вовсе не означает её хорошо приготовить. На газу, например, действительно вкусную кашу не приготовить. Кашу лучше делать в печи или в духовке, она должна томиться на маленьком огне. Нужно взять правильное молоко. Приготовление каш - целая наука, считаю, что если уж браться за такое дело, то делать качественно. Чтобы, когда делишься этой кашей, человек наслаждался, улыбался. Специалист по кашам у нас Алексей Юрьевич, у него даже есть свой особый рецепт», - рассказывает Владимир Майоров.

Оказывается, что рецепт идеальной каши от Алексея Петрова не прост.

«Берём 70-75 грамм крупы. Можно варить на воде, а можно смешать с молоком - будет вкуснее. В среднем, на такое количество крупы нужно около 500 грамм жидкости. Пока варится крупа, добавляем соль и сахар по вкусу, непрерывно помешиваем её до загустения. При необходимости, если станет слишком густой, можно подлить молока. Кладём немного корицы и гвоздики для запаха, а для красивого золотистого цвета можно добавить щепотку куркумы. Лично я после того, как каша начинает загустевать, добавляю мороженую вишню, тут дело вкуса. Снимаем с плиты. Отдельно взбиваем белки двух-трёх яиц и аккуратно вмешиваем в сваренную кашу. Ставим в духовку на 10 минут, на низкие температуры, можно в режим гриля. Тогда каша красиво приподнимется и станет воздушной. Сверху её можно присыпать кунжутом», - подробно объясняет Алексей.

Вспоминая самое необычное блюдо, которое готовил, Владимир Майоров говорит о блинчиках из какао.

«Делал не по рецепту, а просто потому что решил, что так будет вкусно, готовил интуитивно. Они получились как чипсы: тоненькие и хрустящие», - делится спасатель.

На вопрос об универсальном продукте Владимир отвечает с юмором - майонез, он всюду к месту и всё с ним вкусно.

«Долгое время универсальными продуктами для меня оставались творог и яйца. Моим любимым блюдом всегда была творожная запеканка, потому что в ней сбалансированное количество белков, жиров и углеводов. У меня был свой рецепт, с собственной гармонией вкуса. А из яиц я люблю делать разнообразные омлеты, недавно открыл для себя сладкие, никогда не думал, что в омлет можно добавлять сахар. Распробовал, и стал добавлять в омлеты вишню с сахаром», - размышляет начальник станции «Крымский мост».

Как отмечает Владимир Майоров, в кулинарии приятен не сам процесс, а реакция людей, для которых готовишь.

«Люблю отдавать и дарить, наверное, для этого и готовлю. Моё удовольствие - это удовольствие людей от моих блюд. Однако, когда я готовлю для себя, открывается поле для творчества, я обязательно придумываю что-то новое. Бывает, воплотить задумку не получается, но ведь промах - ценный урок. Приготовление пищи - эксперимент. Представляете, это ведь надо додуматься - взять яйцо, добавить масло, посыпать перцем и другими приправами, и назвать это майонезом! А сыры с плесенью? Кулинария - путь проб, ошибок и полёта фантазии», - говорит о кулинарии Владимир.

По мнению Владимира Викторовича, нельзя готовить, если нет настроения. За любое творческое дело не стоит браться в плохом расположении духа, разве что, если не стоит задача от плохих эмоций избавиться, выплеснуть их, например, на картину.

Радовать близких и бороться со стрессом: в День повара специалисты Департамента ГОЧСиПБ рассказали, что нашли в кулинарии

«Взять, к примеру, тесто, его месят руками. Считаю, что через руки тесту переходит не только тепло человеческого тела, но и особая энергетика, и потому вкусным и воздушным тесто получается лишь тогда, когда его вымешивали с любовью. Однажды в деревне в Орловской области я пробовал похлёбку. Это была обычная похлёбка: немного тушёного мяса, картошки и соли, но она была наивкуснейшая на моей памяти! Не потому что картошка и мясо были сами по себе вкусными, а потому что блюдо было сделано с любовью, с тёплым светом в душе и в хорошем настроении», - завершает Владимир.

Как вспоминает работник аварийно-спасательного отряда №2 Павел Ридигер, начиналось всё с омлета, который он приготовил, когда ему было восемь лет. Два яйца, молоко, зелёный лук, сыр для посыпки и рецепт из газеты, которая случайно оказалась под рукой.

«Папа сказал: «У тебя получилось вкусно!», и это притом, что я готовил в первый раз, - вспоминает Павел. - Потом мама уже научила, как правильно взбивать массу для омлета вилкой или венчиком, а ещё она рассказала, когда и как заливают молоко, как яйца сходятся с мукой, какая совместимость продуктов бывает – это пригодилось уже для других блюд».

Еще больше кулинарных тайн открылось, когда будущий спасатель на первом курсе института оказался на заводской кухне. В обязанности Павла входила логистика, но также он помогал поварам и попутно смотрел, что и как они делают, прислушивался к их советам, а потом уже пробовал сам.

Радовать близких и бороться со стрессом: в День повара специалисты Департамента ГОЧСиПБ рассказали, что нашли в кулинарии

За то время, которое прошло с момента этих «уроков» Павел изучил и приготовил немало блюд, вывел некую собственную философию, а также определился с любимыми рецептами - он отдает предпочтение супам.

«Что касается супов, из всех кухонь мне нравится русская - солянка, борщ, щи… Также одни из любимых - финский «лохикейтто» со сливками и лососем и тосканский суп с фаршем. Они оба имеют необычную структуру, несвойственную супам консистенцию», - рассуждает Павел.

Павел чувствует себя в море рецептов как в родной стихии, не поддались только сладости - тут он с улыбкой признаёт, что не является кондитером и дальше шарлотки не пошёл.

Кроме русской, Павлу нравится турецкая кухня. Приготовить что-то необычное, несвойственное - всё равно как что-то изобрести. Рецепт, конечно, важен, он - основа, но без небольших изменений повар обычно не обходится.

«Всегда есть лайфхаки, которые рецепт дополняют, улучшают, - говорит герой. - Я смотрю каналы, где профессиональные повара раскрывают свои секреты, и пользуюсь их советами. Готовлю я, конечно, по найденным рецептам, своих у меня нет. Да и цели такой не было - написать рецепт. Была цель вкусно приготовить, а потом вкусно съесть и порадовать гостей (смеётся).

Помимо кулинарии Павел Ридигер занимается совершенствованием технологий и методик в пожарно-спасательном деле. Изобретатель остается изобретателем во всём - он хочет сделать лучше, а в данном случае - вкуснее. Но в каждом блюде важна его душа - его вкус. Поэтому, говорит Павел, повар должен всегда готовить с душой - тогда и раскроется вкус блюда.

Традиционно День повара отмечается 20 октября, это сравнительно молодой праздник, появился он в 2004 году по инициативе Всемирной Ассоциации Сообществ Шеф-поваров.