

ТРАДИЦИИ

# Пробегут в честь Дня Победы

СПОНСОР РУБРИКИ «ТВ КУПОЛ»

100 ТВ  
ТЕЛЕКАНАЛ

Легенды «Ленфильма» —  
кинопоказ на 100ТВ

РЕКЛАМА

## НА ДВОРЦОВОЙ ПЛОЩАДИ СТАРТУЕТ МАЙСКАЯ ЭСТАФЕТА НА ПРИЗЫ «ВЕЧЕРНЕГО ПЕТЕРБУРГА»

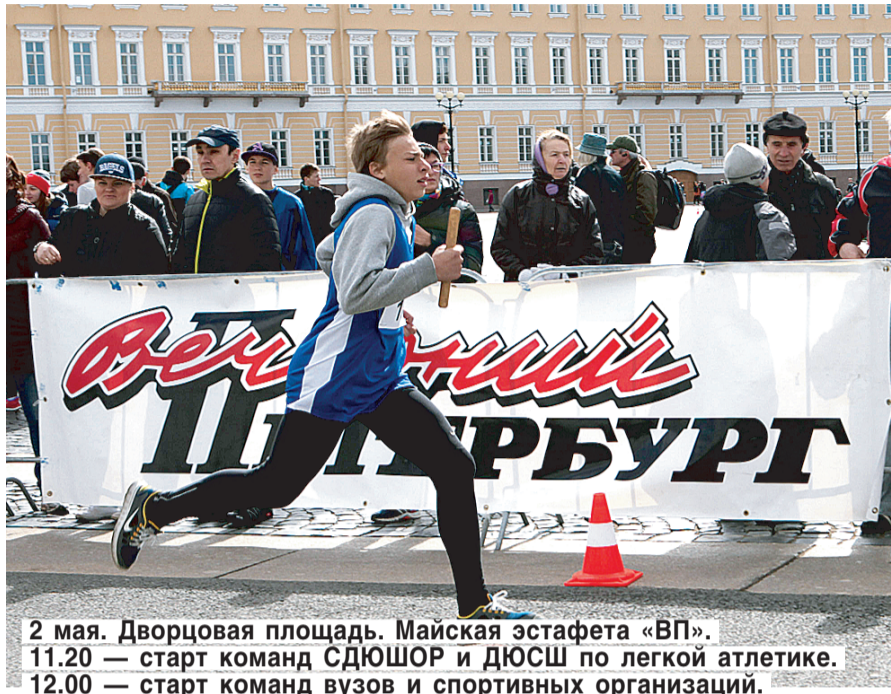
По традиции эти соревнования, которые открывают в Петербурге летний легкоатлетический сезон и которые впервые состоялись в 1923 году, посвящены памяти легендарного вестеркинца Валентина Семёнова. Старт — в 11.20.

В спорткомитете прогнозируют: на старт выйдут 25 — 30 команд городских специализированных легкоатлетических спортшкол, высших учебных заведений, коллективов физкультуры. С Дворцовой площади спортсмены побегут через Певческую площадь к набережной Мойки, а оттуда — по Аптекарскому переулку и Миллионной улице обратно на Дворцовую. Таким образом, протяженность маршрута превысит семь километров. Впрочем, каждый из участников будет бежать не всю эту дистанцию, а только свой этап.

— Соревнования важны еще и потому, что всего через год в Рио-де-Жанейро состоятся летние Олимпийские игры, на которых питерские фавориты королевы спорта по обыкновению будут представлены в большом составе, — заявил корреспонденту «ВП» один из организаторов Майской эстафеты мастер спорта по легкой атлетике Михаил Кочетков. — И многие из невыходящих кандидатов в сборную готовятся выйти на Дворцовую площадь. Кроме того, на Дворцовой мы непременно поздравим наших ветеранов с наступающим 70-летием Победы.

Один из фаворитов Майской эстафеты в индивидуальных номинациях (всего их четыре: в двух забегах у мужчин и женщин, юношей и девушек) — Валентин Смирнов, который в марте выступал на зимнем чемпионате Европы. Не исключено, выйдет на старт и олимпийская чемпионка Наталья Антюх.

Фил ПАНОВ, фото Натальи ЧАЙКИ



2 мая. Дворцовая площадь. Майская эстафета «ВП». 11.20 — старт команд СДЮШОР и ДЮСШ по легкой атлетике. 12.00 — старт команд вузов и спортивных организаций.

## Время есть!

### СПАГЕТТИ ОТ ДМИТРИЯ АЛЕНИЧЕВА

«Мое любимое блюдо? Спагетти. Один из вариантов — болоньезе», — заявил главный тренер тульского футбольного «Арсенала». Вот примерный рецепт на 4 порции:

Спагетти — 500 г, фарш говяжий — 500 г, масло оливковое — 2 столовые ложки, лук репчатый — 1 головка, чеснок — 2 зубчика, томатная паста — 1 столовая ложка, красное сухое вино — 375 мл, томаты консервированные в собственном соку — 400 г, лавровый лист — 1 штука, петрушка — 3 ст. ложки, соус томатный острый — 1 ст. ложка, сыр пармезан тертый — 50 г, соль, перец черный молотый по вкусу.

1. Лук нарезать кубиками, чеснок и томаты измельчить.

2. На оливковом масле обжарить лук до золотистого цвета. Добавить чеснок и жарить еще 1 минуту.

3. Положить фарш и обжарить в течение 5 — 6 минут. Перемешать деревянной лопаткой, разломав комочки. Добавить томатную пасту, влить вино, накрыть и довести до кипения. Положить помидоры, петрушку, лавровый лист и томатный соус, приправить и тушить 1,5 часа.

4. Перед подачей отварить спагетти в подсоленной воде, воду слить, полить спагетти приготовленным соусом, перемешать и посыпать сыром.



### ФРАНСЕЗИНЯ ОТ АНДРЕ ВИЛЛАШ-БОАША

Наставник «Зенита» — известный гурман. Предпочитает блюда родной ему португальской, а также родственной бразильской кухни. Однако в ответ на вопрос о любимом весеннем блюде он назвал не кузиду а португеза (блюдо из тушеных различных видов мяса и овощей) или бразильскую фейжоаду (мясопродукты, тушеные с черной фасолью в маниоковой муке), которые мастерски готовит его жена Жуана, а нечто другое, что ярко характеризует его как патриота города Порту, откуда Виллаш-Боаш родом.

«Мое любимое блюдо — франсезинья. Яство из Порту, однако за пределами его, даже в Португалии, не слишком распространенное. Это сэндвич с расплавленным сыром сверху, внутри которого, между кусками хлеба, находятся различные виды мяса и колбасок. Очень распространенная в Порту вещь. И моя любимая еда».

Несмотря на кажущуюся простоту, сам Виллаш-Боаш делать сэндвич франсезинью не рискует. Доверяет супруге Жуане.



Хлеб для гостей — 12 шт., мясо любое — 2 кусочка (на отбивные), сосиски — 2 шт., ветчина — 50 г, сыр — 2 пластинки.

Для соуса: кетчуп — 200 г, пиво — 2 ст. л., перец чили — 0,5 шт., соль, перец по вкусу.

1. Готовим соус, для этого пиво смешиваем с кетчупом и специями.

2. Обжариваем на гриле мясо и сосиски.

3. Складываем многослойный бутерброд. В форму, смазанную оливковым маслом, кладем хлеб, сверху — обжаренное мясо, закрываем хлебом. Сверху кладем разрезанные вдоль обжаренные сосиски, опять хлеб, на него ветчину, накрываем четвертым кусочком хлеба. Сверху на хлеб выкладываем сыр так, чтобы он закрывал стенки нашего бутерброда, заливаем все соусом.

4. Запекаем бутерброд в предварительно разогретой до 180 градусов духовке 10 — 15 минут — чтобы все прогрелось и сыр расплавился.

### ОВОЩИ ГРИЛЬ ОТ НАТАЛЬИ АНТЮХ

Олимпийская чемпионка в беге на 400 метров на открытом воздухе предпочитает готовить не шашлык, а овощи гриль.

«Никакого особого ноу-хау в этом нет, — смеется Наталья. — Некоторые компоненты надо перед поездкой замариновать или замочить, а некоторые жарятся на гриле в сыром виде».

Скажем, маринуются шампиньоны. Наташа заливает их сметаной, в которую добавляет зелень — по две-три веточки петрушки, сельдерея, кинзы. «Держать надо часа два-три, чтобы грибы хорошо пропитались. И никакого уксуса!» — комментирует она.

Баклажаны Антюх очищает и замачивает в воде — тоже часа на два. А вот помидоры и сладкий перец кладутся на решетку в необработанном виде. Перец даже жарится с семенами.

При жарке на решетке надо за овощами внимательно следить, чтобы не подгорели, переворачивать время от времени. При этом Наталья их ничем не поливает. При отсутствии гриля овощи можно жарить и как шашлык, на шампуре.



### СУП ИЗ КРАСНОЙ РЫБЫ ОТ ПОВАРА «ЗЕНИТА»

Камо Татевосян утверждает, что есть еще одно блюдо, которое весной любит есть и Виллаш-Боаш и которое нравилось бывшему наставнику «Зенита» Лучано Спаллетти, — суп из красной рыбы. Приготовить его можно и на пикнике у озера.

Суп из красной рыбы Красная рыба свежая (лосось, форель, кета и т. п.) — 1 кг, вода — 2 литра, лук репчатый — 1 шт., морковь — 1 шт., помидоры — 2 шт., лук-порей (перья) — 100 г.

1. Рыба препарируется — отделяются голова, хвост, хребет, плавники.

2. Вода доводится до кипения, параллельно запекаются одна луковица в кожуре и одна морковь. «Существенно, — комментирует Камо Татевосян, — опускать продукты в кипящую воду, чтобы бульон был прозрачным. А для его золотистого цвета я добавляю печеную луковицу и морковь».

3. Отделенные части рыбы, лук и морковь в кипяток варятся полчаса. После этого выбрасываются, а бульон процеживается, в него опускается очищенная картошка и варится 10 — 15 минут.

4. После этого добавляется мякоть рыбы, одна луковица, и суп варится еще полчаса. За пять минут до окончания варки закладывается перо лука-порея.

«В России мякоть рыбы варят в супе с кожей, так бульон еще наваристее, — добавляет Камо Татевосян, — а в Европе, наоборот, очищенную. Но это дело вкуса».

Подготовил Борис ОСЬКИН