



Рецепты от участников онлайн конференции WasteConf: Гражданские инициативы спасения еды в Гамбурге и Санкт-Петербурге, 14 сентября 2020 года, организованной Немецко-российским обменом в Санкт-Петербурге, Немецко-российским обществом в Гамбурге и образовательной платформой Трава. Видео-запись здесь: <https://youtu.be/H4CpqQTGH7w>

Rezepte von der WasteConf: Bürgerinitiativen zur Lebensmittelrettung in Hamburg und St. Petersburg, 14. September 2020, organisiert vom Deutsch-Russischen Austausch St. Petersburg, der Deutsch-Russischen Gesellschaft in Hamburg e.V. und Trava Educational Platform.

Videoaufnahme: <https://youtu.be/H4CpqQTGH7w>

Рецепты от Ильи (Санкт-Петербург)	Rezepte von Ilya (St. Petersburg):
<p><i>0) Зелёное масло из остатков зелени</i></p> <p>Вялые петрушка и укроп, стебли от тимьяна и розмарина, оставшиеся от другой готовки, залить растительным маслом и нагреть, но не кипятить.</p> <p>Проблендерить и процедить.</p>	<p><i>0) Grünes Öl aus Resten von Kräutern</i></p> <p>Langsam Petersilie und Dill, Stängel von Thymian und Rosmarin, die vom anderen Kochen übrig geblieben sind, mit Pflanzenöl übergießen und erhitzen, aber nicht kochen.</p> <p>Mixen und filtrieren.</p>
<p><i>1) Крем-суп из овощей и остатков детского пюре Льва Ильича (сына вейсткукинг-повара Ильи)</i></p> <p>Овощи у Ильи: кабачок, лук, перец, морковь, картошка.</p> <p>Хорошо вымыть и почистить овощи.</p> <p>Обжарить очистки и сварить из них бульон — 20-30 минут. Процедить.</p> <p>В бульон закинуть крупно нарезанные овощи вариться. Часть картошки забрать на блюдо 2.</p> <p>Когда они сварились, туда добавляем остатки детского пюре Льва Ильича.</p> <p>Потом всё проблендерить.</p>	<p><i>1) Gemüsecremesuppe und Reste von Lew Ilijitschs Baby-Kartoffelpüree (Sohn von Ilya)</i></p> <p>Ilyas' Gemüse: Zucchini, Zwiebeln, Paprika, Karotten, Kartoffeln.</p> <p>Das Gemüse gut abspülen.</p> <p>Die Schalen anbraten und die Brühe daraus kochen - 20-30 Minuten.</p> <p>Große geschnittene Gemüsescheiben zum Kochen in die Brühe geben. Packen Sie einige Kartoffeln weg für das 2. Gericht.</p> <p>Wenn es kocht, fügen Sie die Reste von Lew Ilijitschs Baby-Kartoffelpüree hinzu.</p> <p>Dann mischen wir alles hinein.</p>

По желанию в конце можно добавить сливки и полить зелёным маслом.	Wenn Sie möchten, können Sie am Ende Sahne und grünes Öl hinzufügen.
<p>2) <i>Запеканка из картошки с рыбными обрезками в соусе бешамель</i></p> <p>Зелёное масло обжарить с мукой, добавить остатки бульона из очистков и активно перемешать, чтобы не было комочков.</p> <p>В этом соусе замешать рыбы остатки, порезанные кубиками и нарезанную отварную картошку. Запечь минут на 10-15 при 180 градусах.</p>	<p>2) <i>Auflauf aus Kartoffeln mit Fischstreifen in Bechamelsauce</i></p> <p>Frittieren Sie das grüne Öl mit Mehl, fügen Sie die Reste der Brühe aus der Schale hinzu und rühren Sie aktiv um, damit keine Klumpen entstehen.</p> <p>Mischen Sie in diese Soße in Würfel geschnittene Fischreste und in Scheiben geschnittene gekochte Kartoffeln ein. 10-15 Minuten bei 180 Grad backen.</p>

Рецепт 2	Rezept 2
<p>Я люблю делать "запеканку" из любых остатков:</p> <p>Основа - картофель или лапша.</p> <p>Затем добавить овощи, мясо или нарезанную кубиками ветчину, взбитые яйца с молоком и сливок, соль, перец и (сушеную) зелень.</p> <p>Сверху - тёртый сыр.</p> <p>Поставьте все это в духовку при температуре 200 градусов на 30-45 минут.</p>	<p>Aus jeglichen Resten mache ich gern einen "Auflauf":</p> <p>Als Basis dienen Kartoffeln oder Nudeln.</p> <p>Dazu dann Gemüse, Fleisch oder Schinkenwürfel, aufgeschlagene Eier mit Milch und einem Schuss Sahne, Salz und Pfeffer und (getrocknete) Kräuter.</p> <p>Obendrauf kommt geriebener Käse.</p> <p>Das Ganze für ca. 30-45 Minuten in den Ofen bei 200 Grad Celsius.</p>

Рецепт 3 от Габи	Rezept 3 von Gabi
<p><i>Serviettenknödel:</i></p> <p>нарежьте 6 старых булочек тонкими ломтиками, положите в миску.</p> <p>Налейте 250 мл теплого молока, накройте и дайте настояться.</p>	<p><i>Serviettenknödel:</i></p> <p>6 alte Brötchen in dünne Scheiben schneiden, in Schüssel geben</p> <p>250 ml lauwarme Milch darüber gießen, zugedeckt durchziehen lassen</p>

<p>250 отварного картофеля потрите или помните или отожмите через пресс для картофеля</p> <p>Измельчите 1 лук мелко, в 60 гр. сливочного масла пожарьте 5 - 6 яиц</p> <p>Положите все в миску и хорошо перемешайте, добавляя небольшую измельченную петрушку с солью.</p> <p>Доведите соленую воду до кипения в большой кастрюле.</p> <p>Заверните смесь из миски в тряпку / полотенце и повесьте в кастрюлю. Накройте и на малом огне кипятите около часа, затем снимите и нарежьте.</p> <p>Очень вкусно сочетается с жареным мясом или жареными грибами.</p>	<p>250 gekochte Kartoffeln reiben oder durch Kartoffelpresse drücken</p> <p>1 Zwiebel klein schneiden, in 60 g. Butter anbraten 5 - 6 Eier</p> <p>Alles in die Schüssel geben und gut durchmischen, kleine gehackte Petersilie und Salz zugeben.</p> <p>In einem großen Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.</p> <p>Die Masse aus der Schüssel in ein Leintuch / Geschirrtuch einschlagen und so in den Topf hängen. Zugedeckt eine knappe Stunde leise köcheln lassen, dann herausnehmen und in Scheiben schneiden.</p> <p>Schmeckt sehr gut zu Braten, aber auch zu gebratenen Pilzen.</p>
--	--

Рецепт 4	Rezept 4
<p>Приготовьте сэкономленные овощи или овощи с базара (обычно не намного дороже, чем в супермаркете) в духовке.</p> <p>Добавьте свежую зелень с балкона и посыпьте фету из магазина без упаковки на овощи в конце.</p> <p>Подавайте со свежим базиликом.</p>	<p>Gerettetes Gemüse oder Gemüse vom Markt (ist meistens nicht wesentlich teurer als im Supermarkt) im Ofen zubereiten.</p> <p>Frische Kräuter vom Balkon hinzugeben und Feta aus dem Unverpacktladen am Ende auf das Gemüse streuen.</p> <p>Zum Servieren mit frischem Basilikum anrichten.</p>

Рецепт 5	Rezept 5
<p>Если я правильно поняла термин, то это оладушки из скисшего молока.</p>	<p>Wenn ich den Begriff richtig verstehe, handelt es sich um Pfannkuchen aus Sauermilch.</p>

Рецепт 6	Rezept 6

Разрежьте все на мелкие кусочки, поджарьте, приправьте, наслаждайтесь. Молодежный фристайл.	Alles kleinschneiden, anbraten, würzen, genießen. Jugendlicher Freestyle.
---	---

Рецепт 7	Rezept 7
<p>Я люблю использовать воду для приготовления пищи, например, от макарон / тортеллини, чтобы готовить овощи или готовить из нее супы. Так не выкидывается крахмал, белок, соль.</p> <p>Супер вкусовая основа.</p> <p>Остальное - дело вашего творчества в приготовлении пищи.</p>	<p>Sehr gerne nutze ich das Kochwasser von z.B. Nudeln / Tortellini, um darin Gemüse zu kochen oder Suppen daraus zu machen. So landen die Stärke, das Eiweiß und auch das Salz nicht gleich im Abfluss.</p> <p>Eine super Geschmacksbasis.</p> <p>Der Rest ist deiner Kreativität beim Kochen überlassen.</p>

Рецепт 8	Rezept 8
Овощной суп - пюре.	Gemüsesuppe - Püree.

Рецепт 9	Rezept 9
<p>Сухарики из хлеба.</p> <p>Потом их там можно есть, в блюда добавлять или сделать квас.</p>	<p>Brotkrumen.</p> <p>Dann kann man sie essen, zu den Gerichten hinzufügen oder Kwas herstellen.</p>

Рецепт 10	Rezept 10
<p>Жареное мясо с шампиньонами заливается сливками или бульоном с приправами, это можно загустить мукой.</p> <p>В соусе дать потомиться яичным макаронам или чему-нибудь еще.</p>	<p>Braten mit Champignons, am besten mit Sahne oder Brühe mit Gewürzen übergießen. Es sollte mit Mehl eingedickt werden.</p> <p>In die Soße etwas Eiernudeln oder irgendwas anderes hinzufügen.</p>

Идеально с сыром!

Perfekt zum Käse!