

Едим дома

Правильное кулинарное воспитание для будущих гурманов

Алексей Зимин |

У МЕНЯ есть чудесная госторгиздатовская книга «Питание школьника», 1961 года. Одобренная Академией наук СССР, с эпиграфом из Крупской: «Знаете, надо попроще, не очень мудрить» — воодушевляющий аскетизм этого пожелания как бы рифмуется меню ленинской ссылки с образом будущего, шестьдесят первый — год полета человека в космос и начало строительства коммунизма, который должен был случиться к московской Олимпиаде.

Шестидесятые начинались античным, эпикурейским отношением к еде: скромность трапезы не отменяла удовольствия. Мне в восьмидесятом году было восемь лет, и я помню, что аскетизм тогда идеологически проиграл, но победил де-факто.

Я жил в городе ученых Дубне, где было специальное снабжение, но это специальное снабжение было очень точечным. Минимальные потребности покрывались, но все, что сверху, было в особом доступе — по заказам, и эта исключительность делала деликатесы центром потребительского желания. Советский человек жил умеренно, как завещал Эпикур, но мечтал о брауншвейгской колбасе, чего Эпикур как раз не советовал.

Дефицит задевает ребенка только по касательной. Я не понимал высокого статуса сырокопченых колбасных палочек, и божественный статус черной икры тоже был как-то мимо меня.

Сейчас, наблюдая своих детей, лишенных даже малейшего представления о природе продуктового дефицита, я понимаю, что это общая черта для любого детства, в котором нет голода. Голод мог бы заставить мечтать о корке хлеба или картофельном пюре, из которого сочится масло, но если его нет, ребенок не испытывает интереса к пище, она только фрагмент его картины мира, есть вещи важнее.

Среднестатистического ребенка не интересует вкус, если только этот вкус не сладкий. Сладкий — единственный понятный маленькому человеку паттерн, этому учит его короткая социальная жизнь: меню праздников, дней рождений и просто важных событий помечены сахаром и шоколадом.

Мои дети первые три года жизни существовали в девственном неведении относительно мира конфет и пирожных, но первый месяц в детском саду глубоко погрузил их в этот священный дискурс, и они стали мечтать о конфетах, которых были лишены, как советский инженер мечтал о сервелате. Их не интересовала шотландская баранина, которую я готовил им с мятным соусом. И герфордская говядина с кровью оставалась на тарелке едва поча-

той. Им было интересно только сладкое, которого они были лишены и которое было фетишем их детсадовских знакомых.

Мы с женой решили лишить сладкое священного ореола, и в ближайшую же субботу, когда детям не надо было в детский сад, а нам на работу, я приготовил вместе с ними имбирные пряники.

Дети сами, без моей помощи, мешали тесто, сами вырезали пряники стальными формочками. Впервые в их кулинарной жизни на столе появилась миска со сладким, которое при этом было десакра-

лизовано, потому что стало делом их собственных рук.

Они ели эти пряники с удовольствием, но без восторга запретного плода. Через неделю я повторил эксперимент, потом еще, еще и еще — и постепенно для них печенье, мафины и прочие фруктовые конфеты стали обычным рядовым делом, не совсем как овсянка на завтрак, но без фанатизма. Конечно, они и сейчас предпочитают яблочный пирог овсянке или щавелевому супу, но пирог больше не служит главным нравственным ориентиром и

центром вселенной, а это уже неплохо. Человек — социальное животное, и дети социальны втройне. Самый эффективный способ внушить им что-то — это не слова, а совместное действие. Я люблю ходить вместе с дочкой и сыновьями в магазины и на рынки, дети учат названия продуктов, они с удовольствием разбирают покупки и втягиваются в игру деконструкции еды: знаешь, из чего будет сделан наш завтрашний суп.

Мы всегда берем детей в рестораны, если есть такая возможность — то есть время не позднее. В ресторане, максимально социализованной форме существования еды, ребенок может съесть то, от чего он последовательно отказывается дома. Только не нужно делать это призом за хорошее поведение и все такое: ресторан должен быть чем-то обыденным для ребенка, иначе он начнет мечтать теперь уже не о сладком, а о походе в ресторан, а это тоже не самая похвальная мечта. Есть ресторан — хорошо, нет — ничего страшного.

Обучение искусству еды не должно ничем отличаться от обучения всем прочим искусствам — музыке, живописи, литературы — вообще жизни. В этом должна быть изрядная доля банальности, повседневности и простоты, чего-то само собой разумеющегося плюс элементы игры, развлечения и приключения.

Развлекая, поучая, как писал по сходному поводу Пушкин. В конечном счете ведь хорошая еда — не цель, а средство. Средство улучшения настроения, облегчения коммуникации и способ получать относительно сильные эмоции относительно слабыми средствами. И на то, чтобы научиться искусству еды человеку отводится почти полжизни, в отличие от других наук, которые надо осваивать побыстрее. А есть и получать удовольствие от еды надо научиться годам к тридцати пяти, когда хорошо прожаренный бифштекс может наконец-то стать достойной темой разговора, потому что все остальные темы слишком болезненны.



Открытый урок

Москва

Кафе Студии Артемия Лебедева
Творческий дух Студии Артемия Лебедева каждое воскресенье объединяется с детским задором и энтузиазмом в уютном Большом кафе студии, где повар Саша учит детей готовить самые разные блюда. На час-полтора кафе переходит в распоряжение детей — родители пьют кофе в сторонке.
mibk.artlebedev.ru

Театр вкуса

Это место, где сцена превращается в кухню, а приготовление пищи становится спектаклем. Здесь нет зрителей, но все — актеры и повара одновременно. Игра не только увлекает детей, но и знакомит с кулинарией. Здесь же работает Вкусная школа: каждую неделю своя тема занятий и новые блюда в меню.
www.teatrkvusa.ru

Школа La Scaletta

В Остерии La Scaletta с азами кулинарии детей знакомят повара ресторана. В их компании начинающие кулинары могут не просто весело провести время, но и узнать от профессионалов много интересного и полезного об искусстве приготовления пищи.
www.lascaletta.ru

Санкт-Петербург

Курсы «Запекай-ка!»
Пирожки, печенье и конфеты дети на этих курсах делают сами. Настоящая ресторанный кухня, поварская форма, а самое главное, занимательный процесс станут для них приятным опытом. Новые ощущения заставят по-другому взглянуть на происхождение своих любимых лакомств.
www.stoli.su

Школа в Massimo Sicilia

Взрослые любители средиземноморской кухни могут приобщить к ней и своих детей. Каждые выходные шеф-повар ресторана готовит вместе с маленькими гурманами популярные итальянские блюда: пиццу, лазанью, десерты, а помогает ему в этом и создает атмосферу праздника группа аниматоров.
www.massimo.spb.ru