Оксана Коломейцева

5 шагов к удобной кухне



КАК ПОЛЮБИТЬ ГОТОВИТЬ

KOLOMOKA.RU

















Привет!
Меня зовут Оксана

Я много лет готовлю, экспериментирую, переставляю банки на полках и ищу способы сделать кухню удобнее и спокойнее.

Я веду кулинарный блог и сайт **kolomoka.ru**, где собираю рецепты и заметки об организации кухни.

Со мной уже готовят сотни хозяек – и для меня это лучший показатель, что всё работает.

У меня нет поварского диплома, зато есть настоящая жизнь на кухне – с ужинами, праздниками, ошибками и удачами.

И этим опытом я делюсь

Кухня — это атмосфера и только потом столешница

Иногда кажется, что вы устали от готовки, а на самом деле, от рутины вокруг неё.

И не всегда нужно менять всё кардинально. Часто достаточно обновить несколько предметов, чтобы кухня стала местом, куда хочется заходить и возвращаться.

Посуда, техника, какие-то мелочи – всё это должно визуально вдохновлять.

Высший пилотаж, если продумана организация. Когда удобно, когда всё под рукой, когда ты не мечешься и не прыгаешь на табуретку, чтобы достать нужное из шкафа.

В такой кухне не только готовить, но и убирать проще.

В этом гайде я собрала 5 простых шагов, которые помогут справиться с хаосом на кухне и сделать готовку временем заботы о себе.

Поехали!



Шаг 1

Создайте пространство

Окружите себя вещами, которые вас вдохновляют

- Покупая что-то для кухни, подумайте не только насколько это удобно, но и радует ли это глаз. Вам точно нужна ярко-фиолетовая лопатка и зелёная разделочная доска на кухне в стиле сканди?

- Выбирайте посуду, в которой хочется готовить, наблюдать за процессом и в которой хочется подавать блюда.

- Пусть ваши емкости для смешивания будут приятными глазу.

- Замените эмалированные и пластиковые миски на красивую керамику или стильный фарфор, разница сразу же станет заметной.

- Здорово, если есть несколько комплектов посуды для подачи – их можно менять под настроение.

- А текстиль (полотенца, фартук, прихватки) проще всего выбирать нейтральных оттенков. Это практично и не создаёт лишних акцентов на кухне.







Свет, звуки, пустая зона

01 Настройте свет

Это вообще недооценённая вещь. Тяжело готовить, если на кухне тускло или свет бьёт в спину. Подсветка рабочей зоны творит чудеса.





02 Звуки

Кухня – это ваша территория. Здесь можно быть в тишине, если хочется сосредоточиться, а можно включить музыку или поставить фоном любимый сериальчик.

03 Пустая зона

Очень важно, чтобы на кухне была хотя бы одна поверхность, где ничего не стоит. Психологически это ощущается как порядок.



5 мелочей для уюта

01 Живой элемент

Небольшое растение, ветка в вазе, пучок зелени в стакане. Кухня сразу перестаёт быть «рабочим помещением» и становится живым пространством. Я обожаю покупать базилик в стаканчиках. Он стильно смотрится при сервировке, а потом идет в блюдо.





02 Натуральный текстиль

Льняное полотенце, хлопковая салфетка, дорожка на стол или скатерть добавят мягкости среди строгих линий мебели.

03 Деревянные доски на виду

Не пластиковые, а тёплые, с красивой фактурой. Достаточно просто прислонить такую доску к стене, и кухня станет теплее.



04 Один акцент

Не захламляйте стол. Пусть это будет одна вещь с характером: стильный стеклянный графин, фактурная ваза или красивое блюдо.





05 Теплый свет

Если есть возможность – локальная подсветка или маленькая настольная лампа.

Вечером кухня должна обволакивать уютом.









Шаг 2

Как сделать кухню удобной и приятной глазу?

Удобно

Удобная кухня – это не значит, что все технические достижения лёгкой промышленности должны стоять у вас на виду.

Осмотрите кухню, все поверхности и открытые полки. Вам точно нужны все гаджеты в лёгком доступе?

Да, удобно, когда пароварка или блинница под рукой, но если вы ими пользуетесь пять раз в год, тогда вопросики...

Определите, что вам действительно нужно часто, а что можно задвинуть подальше.

Освободив поверхности, вы добавите кухне «воздуха».

А свободный стол – это залог приятного и удобного приготовления еды.

Загляните в шкафы

Бывает, что самый удобный к доступу шкаф занят посудой, которая выходит «в свет» только по праздникам, а чтобы достать крупу нужно открыть два шкафа и переставить три банки.





Специи, крупы, муку логично разместить на уровне глаз, чтобы в процессе вам было достаточно протянуть руку.

А в нижние шкафы отправить то, чем пользуетесь реже.





Вертикальное хранение

Подставки для крышек, органайзеры для сковородок и разделители в ящиках – реально меняют жизнь.

Когда вещи стоят, а не лежат друг на друге стопками, вам не нужно с грохотом перерывать весь шкаф в поисках нужной формы для выпечки.









Приятно

Нас часто раздражает визуальный шум.
Он делает кухню неопрятной и непродуманной.
Лишние предметы создают ощущение беспорядка, даже если всё вроде бы чисто.

Если вы уже убрали лишнее с горизонтальных поверхностей, уже стало легче и выглядит все по-новому.

Ревизия холодильника

Если вам дороги магниты, оставьте их, но не все сразу. Меняйте их по сезонам или настроению – так они будут радовать, а не создавать хаос.

Цветовая гармония

Мисочки, кисточки, лопаточки – прекрасно, если они все куплены в одной цветовой гамме.

Но нужно ли держать всё на виду?

Мода 90-х – развесить на кухонные рейлинги все подряд и не пользоваться – ушла. Мыть это тяжело, а вид сомнителен.

Оставьте на виду только то, что часто используете и что украшает и поддерживает стиль вашей кухни.









Шаг 3

Материалы и атмосфера

Природные цвета и материалы всегда приятны глазу.

Деревянные доски и лопатки, керамическая посуда и натуральный текстиль легко сочетаются между собой и мгновенно делают кухню уютной.

В то время как разноцветный пластик часто дешевит пространство в каком бы стиле не был выполнен интерьер.

Всего несколько маленьких замен – и ваша кухня заиграет совсем по-другому.

Попробуйте. Вдруг вам понравится?

Чтобы вам было проще внедрить все, о чем мы говорим, в **финале гайда** вас ждут удобные **чек-листы.** По ним можно быстро пробежаться и отметить то, что вы уже изменили на своей кухне.

Шаг 4

Как сделать процесс готовки удобным?

Здесь всё просто, но дьявол кроется в деталях. Если вам неудобно, готовка автоматически становится неряшливой, трудоёмкой и в итоге мучительной. И вот тут уже никак не подходит моё любимое: *«Готовьте с удовольствием!»*

Практические шаги

Пустая раковина перед началом готовки – это почти гарантия, что процесс будет спокойным. Гора грязной посуды сразу убивает настроение.









Рабочая зона
Освободите поверхность. Не раздвиньте, а уберите всё лишнее, вы не должны ютиться и нарезать овощи на крошечном краешке стола.

Острый нож
Поточите его! Да, тупой нож может не только выбесить, но и поранить.

Устойчивая доска
Если разделочная доска скользит, просто положите под неё полотенце или несколько слоёв влажных бумажных салфеток.

Подготовьте продукты заранее
Отмерьте и взвесьте всё по рецепту. Расположите ингредиенты в том порядке, в котором они пойдут в блюдо.









Поставьте рядом **ёмкость для очисток** и использованных салфеток – это сильно упрощает жизнь. Вам не придется бегать к мусорному ведру каждые 30 секунд.

Наденьте фартук. Не будем полагаться на случай, что масло со сковороды не брызнет в вашу сторону.

Время. При выборе рецепта важно понимать заранее: это блюдо на 20 минут или на 2 часа? Иногда раздражение — это просто несоответствие ожиданий и реальности.

Рецепт (самое важное). Перед тем как начать готовить, прочтите рецепт целиком. Посмотрите шаги, оцените последовательность, когда процесс понятен заранее – у вас точно всё получится.



И вот теперь, готовьте с удовольствием!



Шаг 5

Избавьтесь от вопроса «Что сегодня приготовить?»

Часто усталость от кухни возникает не от самой готовки, а от одного и того же вопроса. Он появляется как по расписанию – около шести вечера. Когда сил уже нет, все голодные, а думать не хочется.

Есть решение

Не нужно составлять жесткое меню. Достаточно иметь примерный план и «базу» из любимых блюд. Список продуктов вытекает из плана, поход в магазин перестает быть стрессом, а продукты больше не пропадают в холодильнике.

Но где брать идеи и как организовать это планирование, чтобы еда не повторялась и радовала?

Я создала сайт **Kolomoka.ru** именно как удобный инструмент для планирования вашего меню.

В закрытом клубе вас ждет огромное разнообразие небанальных и интересных блюд. Моя цель – избавить вас от кулинарной рутины и показать, какими яркими могут быть ваши домашние обеды и ужины.



Вам больше не придется ломать голову над сочетаниями. С моей вдохновляющей коллекцией легко составлять план на неделю.



Держите на примете 5–7 блюд, которые вы умеете готовить быстро и которые любит вся семья. Это ваша «база». В сложный день вы просто готовите что-то из неё и не тратите силы на решение.



Выбирайте несколько блюд, которые легко готовятся в будние дни и одно-два блюда на выходные, когда есть время и желание поэкспериментировать.



В конце этого гайда вас ждет подарок, который откроет доступ к этой системе.

Планирование — это не контроль, а забота о себе

Я собрала для тебя ещё больше!

Твоя кулинарная шпаргалка на каждый день

Устали каждый вечер мучить себя вопросом «Что приготовить?» и судорожно листать ленту в поисках идей?

Я уже решила эту проблему за тебя. Переходи на сайт **kolomoka.ru** и забирай доступ к закрытому клубу рецептов.

Что тебя ждет внутри клуба:



- **250+ проверенных рецептов:** быстрые ужины, сытные супы, домашняя выпечка и понятные блюда «из того, что прямо сейчас есть в холодильнике».



- **Рецепты-выручалочки:** на случай, когда кулинарная фантазия закончилась еще вчера.



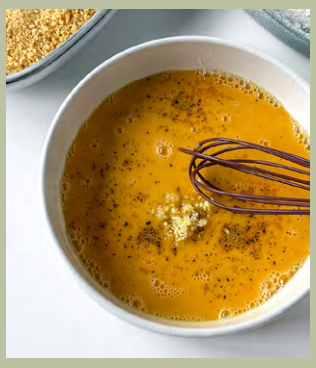
- **Гарантия результата:** все инструкции написаны простым языком, без сложных терминов и редких ингредиентов. Получится у всех!



- **Экономия времени и бюджета:** наши ужины готовятся быстрее, чем едет доставка, а продукты из магазина больше не портятся в холодильнике. Подписка окупается в первую же неделю!









Хватит тратить вечера на стресс у плиты. Проводи время с семьей, а не в раздумьях над меню.

Специальное предложение для читателей этого гайда:

Оформи сегодня годовую подписку
со скидкой **20%**
по промокоду **VKUSNO**

Готовь с удовольствием и заботой о себе!

ХОЧУ В КЛУБ

Попробуйте мой формат бесплатно!

Чтобы вам было легче сориентироваться, я открыла бесплатный доступ к нескольким популярным блюдам.

Посмотреть рецепты

Посмотрите, как устроены мои пошаговые инструкции, и оцените, насколько это удобно.

На сайте вас ждут уже **более 250** таких подробных рецептов, и эта коллекция пополняется каждый месяц.



Филе бедра в сливочном соусе с вялеными томатами

Ресторанный вкус за 30 минут. Абсолютный хит и любимое блюдо сотен хозяек.

Посмотреть рецепт

Грибной рис с эффектной подачей

Раскрываю ресторанную технику: как сохранить форму и глянец грибов для идеальной сервировки.

Посмотреть рецепт





Удон с овощами и курицей

Быстрый, яркий и сочный ужин в азиатском стиле для тех, кто хочет разнообразия.

Посмотреть рецепт

Яблочные конвертики с кремовой начинкой

Выпечка из готового слоеного теста, но с секретом – нежным кремом внутри.

Посмотреть рецепт





Вступая в клуб, вы инвестируете в свою кулинарную базу на всю жизнь

Вы получите не просто сухой сборник текстов, а пошаговую инструкцию к легкой и интересной жизни на кухне.

Здесь вы узнаете тонкие кулинарные нюансы, начнете понимать саму **суть процессов** и со временем сможете импровизировать у плиты легко и без рецептов.

Начните получать кайф от процесса и заслуженные восторги от тех, кто пробует ваши блюда!



Что изменится после вступления в клуб?

01 Вы закроете любые кулинарные запросы: от экспресс-ужинов в будни до эффектных праздничных блюд, десертов, выпечки и вы наконец-то перестанете бояться теста!

02 Готовка станет максимально удобной: четкий текстовый формат и эстетичные пошаговые фото, по которым всё понятно с первого взгляда.

03 Никаких кулинарных провалов и переведенных продуктов. Все пропорции в рецептах выверены мной до грамма.

04 Если просто следовать инструкции, всё получится именно так, как задумано, даже если вы готовите это блюдо впервые.

05 И мое любимое. Вау-эффект и комплименты: вы научитесь подавать еду красиво и легко удивлять гостей, мужа или близких ресторанным вкусом.

Специальные условия для читателей гайда!

Забирайте приветственную скидку **20%** на годовую подписку в наш закрытый кулинарный клуб по секретному слову.

Промокод: **VKUSNO**

Внимание: действие **промокода** и **скидка 20%** ограничена.

После этого стоимость вернется к прежней. Нажмите на кнопку ниже, чтобы активировать скидку и навсегда забыть о кулинарной рутине.

> ***Комфортная оплата:*** *подписку можно оформить, разделив оплату на несколько платежей без процентов и переплат, и пользоваться клубом сразу после первой оплаты.*

Выберите свой тариф:

Тариф «Оптимальный»

(6 месяцев)

3990 руб.

665 рублей в месяц

ХОЧУ В КЛУБ

Выбор участников!

-20%

Тариф «Выгодный»

(12 месяцев)

~~7980 руб.~~

6390 руб.

с промокодом
(всего **530 рублей** в месяц)

+ ПОДАРОК:
открывается секретный раздел **«Праздничные рецепты»**

ДАЙТЕ ВСЁ









ЧЕК-ЛИСТ

Обустройство кухни

- [ ] Освободить столешницы от лишних вещей – вернуть кухне «воздух»
- [ ] Оставить хотя бы один островок абсолютно пустым для ощущения порядка
- [ ] Спрятать визуальный шум (лишние гаджеты, пестрые баночки)
- [ ] Разложить крупы и специи на уровне глаз, чтобы они были под рукой
- [ ] Убрать редко используемую утварь на дальние или нижние полки
- [ ] Заменить пластиковые миски и лопатки на дерево и керамику
- [ ] Выбрать текстиль нейтральных, спокойных оттенков
- [ ] Настроить хорошее освещение над рабочей зоной
- [ ] Создать правильный звуковой фон (тишина, музыка или сериал)

KOLOMOKA.RU















Подготовка к процессу

- [ ] Полностью освободить раковину перед стартом
- [ ] Подготовить просторную рабочую зону на столе
- [ ] Наточить ножи (залог безопасности и скорости)
- [ ] Зафиксировать разделочную доску влажной салфеткой
- [ ] Заранее взвесить, отмерить и разложить все ингредиенты
- [ ] Поставить рядом небольшую миску для очисток и мусора
- [ ] Надеть фартук, чтобы защитить одежду от брызг масла
- [ ] Трезво оценить время приготовления по рецепту
- [ ] Прочитать рецепт целиком ДО того, как включить плиту

KOLOMOKA.RU



Давайте оставаться на связи!

Если вам близок мой подход к созданию уютной кухни и понятных рецептов, заглядывайте в мои социальные сети.

Там я делюсь заметками об организации быта, кулинарными лайфхаками и эстетикой будней.

Мой сайт: **kolomoka.ru**

Для предложений: **kolomoka@mail.ru**

Telegram

MAX

Готовьте с удовольствием!



В данном руководстве использованы изображения из открытых источников (платформа Pinterest) исключительно в ознакомительных целях и для вдохновения.

Все права на фотографии принадлежат их законным владельцам. Если вы являетесь автором снимка и против его размещения (или хотите, чтобы я указала авторство), пожалуйста, свяжитесь со мной и я сразу удалю фото или отмечу вас.