

ОСТАННІ НОВИНИ

- 16:57 **Ворог підбирається до Добропілля:** DeepState повідомив про критичну ситуацію на Донеччині
- 16:40 **«Вау!»:** мережа відреагувала на нове журі талант-шоу
- 16:25 **Мобілізовані українці** отримують право на військову пенсію: для цього буде достатньо 1 року, але внески зростуть
- 16:17 **Угорщина розпочинає розслідування** щодо захоплення грошей «Ощадбанку»
- 16:05 **Неймовірно смачна** творожна галета: мінімум інгредієнтів, максимум смаку
- 15:45 **Росіяни більше не вірять** своїй владі — ЦПД
- 15:39 **Україна вгатила по танкеру** тіньового флоту рф, який перевозив нафту в обхід

КНИГА РЕЦЕПТІВ

## Додайте це до каструлі з водою, і звичайні макарони стануть ресторанним шедевром

17:03 — 17 червня 2026



Олена КУРАШИНА, «ФАКТИ»

Більшість людей звикли додавати до води для макаронів лише сіль. Проте професійні кухарі стверджують: справжній смак пасти формується ще під час варіння, і саме вода може зробити страву значно смачнішою.

За даними гастрономічного видання Bon Appétit, існує кілька простих кулінарних прийомів, які допомагають перетворити звичайний гарнір на страву ресторанного рівня. Варто лише додати до киплячої води правильні інгредієнти.

### Що можна додати до води для макаронів

#### Часник і трави

Кілька роздавлених зубчиків часнику або гілочки розмарину чи чебрецю надають пасті легких середземноморських ароматів і роблять смак більш насиченим.

#### Спеції для кольору та аромату

Щіпка куркуми додасть макаронам приємного золотистого відтінку, а суміш сухих італійських трав зробить смак глибшим і виразнішим.

#### Бульйон замість води

Один із найпопулярніших кулінарних лайфхаків — варити пасту не у воді, а в овочевому або курячому бульйоні. Це робить смак значно більш насиченим і багатим.

#### Лимонна цедра

Невеликий шматочок лимонної шкірки під час варіння додає страві свіжості та легкого цитрусового аромату, який особливо добре поєднується з морепродуктами або вершковими соусами.

Кулінари також радять не зливати всю воду після варіння макаронів. Невелика кількість крохмалистої рідини може стати ідеальною основою для соусу, надаючи йому більш ніжної та шовковистої текстури.

Раніше медики назвали найкращий сніданок для зниження рівня холестерину. Клітковина вівса уповільнює травлення, покращуючи засвоєння поживних речовин і сприяючи відчуттю ситості. У свою чергу, повільніше травлення допомагає стабілізувати рівень цукру в крові та знижує стрибки рівня холестерину після їжі.

Читайте нас у [Facebook](#)

23

До змісту розділу

Побачили помилку? Виділіть її та натисніть CTRL+Enter

Друкована версія

Лист редакторів

Поскаржитися

Facebook Поділитися 0 Telegram Поділитися Twitter Твітнути

### ЗАРАЗ ЧИТАЮТЬ

- Газ для українців різко подорожчає:** тарифи зростуть вже цієї осені
- Тельцям — «Ієрофант» та досвід, Стрільцям — «Вісімка Жезлів» та прискорення, Водоліям — «Суд» та пробудження:** Таро-прогноз на 17 червня
- Зелень не зів'яне навіть через тиждень:** лайфхак від шеф-кухаря
- Як правильно використовувати капсули для прання:** помилки та корисні лайфхаки

### Новини партнерів

**Мапа сайту**

- Новини
- Україна
- Політика
- Гроші
- Події
- Світ
- Пряма лінія
- Блоги
- Спорт
- Футбол
- Культура
- Шоу-бізнес
- Фігурка дня
- Суспільство
- Стиль життя
- Книга рецептів
- Люди та звірі
- Життєві історії
- 25 років потому
- Історія сучасності
- Наука та технології
- Клуб споживачів
- Залпайте у Фактів
- Іменинники дня
- Гороскоп
- Курс валют
- ФотоФакти
- Погода

Реклама | Передплата | Контакти | Привітання і співчуття | Правила користування сайтом faktu.ua

© 1997—2026 «Факти та коментарі»

Усі права на матеріали сайту охороняються у відповідності до законодавства України.

Матеріали під рубриками «На правах реклами», «Реклама», а також позначені символом публікуються у якості реклами та мають інформаційно-комерційний характер.

### ПОПУЛЯРНЕ

- 1 **Українські пенсіонери не чекатимуть на свої пенсії 40 років:** суд поставив крапку у справі про скандальну постанову уряду  
11 червня 2026 12:54
- 2 **Археологічна сенсація:** унікальні шапка та пояс скіфської доби, яким більше 2500 років, знайдені на Більському городищі  
14 червня 2026 12:24
- 3 **«Вона мучить мене вже багато років»:** таємниця загибелі Діна Ріда, який кинув виклик США і СРСР, не розкриті і через 40 років  
12 червня 2026 12:25
- 4 **«Я стріляв по машині з літерою „Z“, але вигідав, що там були цивільні, аби тільки припинили мене катувати»:** колишній полонений «казовець» написав книгу «Окраєць»  
13 червня 2026 11:25
- 5 **«Після влучання „Шахеда“ з-під завалів ми витягли десь 15 собак і котів»:** волонтери спільноти «Київські кажани» допомагають постраждалим людям  
9 червня 2026 12:24

\* Рейтинг формується за останні 7 днів

Погода 17.06.26, вдень **sinoptik**  
Київ  
+22°  
вологість: 47% тиск: 746 мм  
вітер: 4 м/с, Західний  
Погода на 10 днів від sinoptik.ua

### БІЛЬШЕ У РОЗДІЛІ

- Неймовірно смачна творожна галета: мінімум інгредієнтів, максимум смаку  
17 червня 2026 16:05
- Ніжна запіканка з кабачків, яку хочеться готувати знову і знову: простий рецепт  
17 червня 2026 15:03
- Літній печінковий паштет: незвично і неймовірно смачно  
16 червня 2026 22:00
- Готуємо гратен: картопля виходить ароматна та кремова  
16 червня 2026 20:06
- Хачапурі на шампурах: Ектор дав рецепт оригінальної закуски, що готується на мангалі  
16 червня 2026 17:03