



ЕНОГАСТРОНОМІЯ

Мистецтво поєднання вина з їжею

ХТО Я?

Привіт! Мене звати **Аліна Пухальська**

я сомельє, що має досвід роботи з найбільшою винною картою України, що налічує понад 2000 позицій

Відвідала більш ніж 50 маленьких крафтових виноробень у різних субрегіонах та селищах Шампані

Роками працювала та відкорковувала тисячі пляшок унікального шампанського, починаючи від David Leclapard, до зіркового Etienne Calsac

Сьогодні розповім вам про те, як вино і їжа працюють разом



ФУДПЕРІНГ

— ЛИШЕ ГВИНТИК У СИСТЕМІ ЗАДОВОЛЕННЯ

Система вдалого чеку у ресторані складається з **5 пунктів**:

- Келихи / декантери / стопери для вин / всі інструменти для використання та зберігання вина
- Сомельє в залі або система, яку він після себе залишив
- Винна карта, яка підходить до вашого меню
- Загальна атмосфера — від соціальних мереж до візуальної складової ресторану та сервісу
- Фудперінг



ЕНОГАСТРОНОМІЯ

Еногастрономія — це наука поєднання вина з їжею, мета якого — підкреслити смак обох елементів, створюючи гармонійний баланс, а не домінування одного над іншим.

Баланс — ключ і суть. Ідеальний перінг — збалансований перінг.



СМАКИ ДОПОВНЮЮТЬСЯ МІЖ СОБОЮ ЗА ДВОМА ПРИНЦИПАМИ:

ШЛЯХ 1:

Подібне
до подібного

ШЛЯХ 2:

Два смаки
створюють новий,
третій смак

СМАКИ, ЯКІ МИ МОЖЕМО ВІДЧУВАТИ

ГІРКИЙ

КИСЛИЙ

СОЛОНИЙ

ПІКАНТНИЙ

СОЛОДКИЙ

ЖИРНИЙ

УМАМІ

Також є додаткові: газованість, оскома, м'ятність, смак кальцію та інші

ПРИНЦИП 1

НАСИЧЕНІ СТРАВИ — НАСИЧЕНІ ВИНА

X

ПОМИЛКА

Інтенсивне вино + делікатна страва



Приклад: тартар з тунця + витриманий Cabernet Sauvignon

Що відбувається: вино домінує — делікатний смак страви зникає



ІДЕАЛЬНО



Тартар з тунця + Champagne 100% Meunier

Свіже та кислотне вино не перебиває страву та підсилює інші аспекти

ПРИНЦИП 2

КИСЛОТНІ СТРАВИ — КИСЛОТНІ ВИНА

X

ПОМИЛКА

Салат із томатами або страви з лимонним соком + м'яке, низькокислотне вино



Їжа «вбиває» вино, тому воно здається плоским, навіть солодкуватим і невиразним

✓

ІДЕАЛЬНО

Салат з томатів / паста з томатним соусом → Barbera



Кислотність вина має бути на рівні або вищою, ніж у страві

ПРИНЦИП 3

СОЛОДКІ СТРАВИ — СОЛОДКІ ВИНА

X

ПОМИЛКА



Чизкейк + сухий Sauvignon Blanc

Вино здається кислим і «порожнім»

✓

ІДЕАЛЬНО



Чизкейк + пізній Riesling / Sauternes / Moscato

Вино солодше за десерт — баланс досягнуто

ПРИНЦИП 4 СІЛЬ — WINE FRIENDLY

СТРАВА

Чипси / картопля фрі

Стейк із сіллю

Солоні морепродукти

Блакитний сир

ВИНО

Champagne / Cava

Cabernet Sauvignon

Albariño

Sauternes

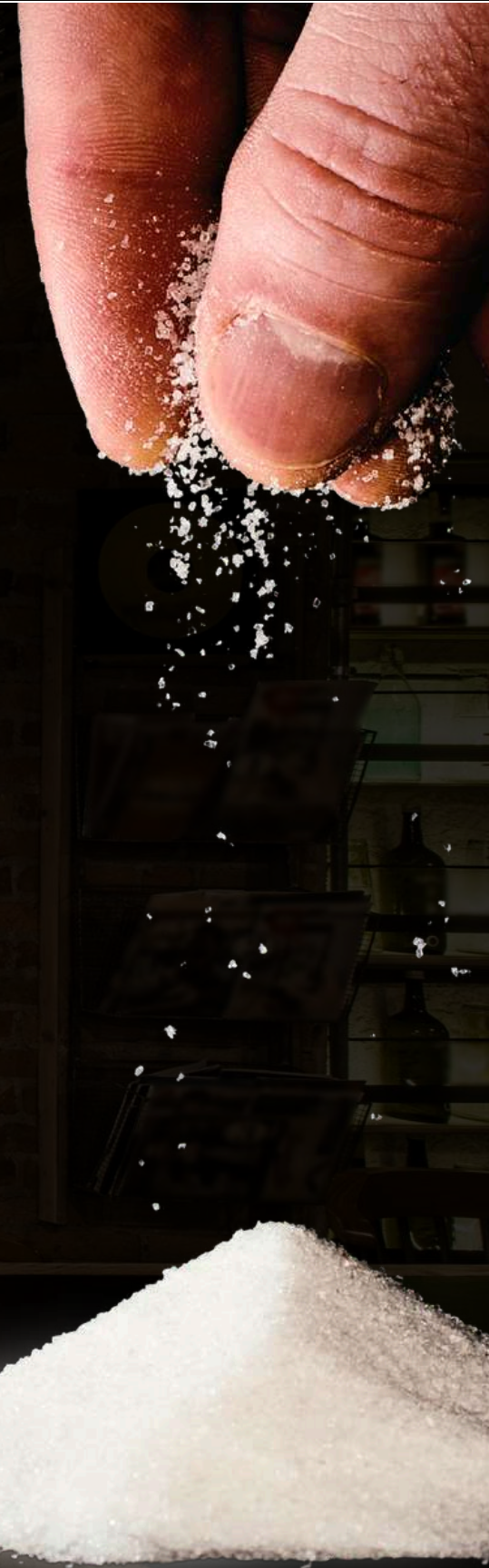
ЛОГІКА

Сіль + кислотність + бульбашки — один із найсильніших контрастів

Сіль пом'якшує танін → вино стає більш округлим

Кислотність «підтягує» солоність і освіжає

Контраст: солоне + солодке = глибокий смак



ПРИНЦИП 5

ГОСТРІ СТРАВИ — ДЕСЕРТНІ ВИНА

X

ПОМИЛКА

Гострі страви +
алкогольні, танінні,
сухі вина



Приклад: тайська кухня / карі +
Cabernet Sauvignon

Алкоголь підсилює гостроту, а танін
робить пекучість агресивною,
відповідно вино «обпікає» ще більше

✓

ІДЕАЛЬНО



Тайська кухня → напівсухий
Riesling / Gewürztraminer

Солодкість і аромат
«заспокоюють» гостроту

ПРИНЦИП 6

ГІРКА ЇЖА — СОЛОДКІСТЬ ПЛЮС, ТАНІН МІНУС

X

ПОМИЛКА

Рукола / артишоки / гриль-овочі + Nebbiolo / Cabernet



Гіркота підсилюється, танін стає ще жорсткішим, тому смак стає неприємним. Гіркота в їжі = підсилювач гіркоти у вині

✓

ІДЕАЛЬНО

Овочі гриль → Pinot Noir / Gamay
Артишоки → Sauvignon Blanc / сухе ігристе



Солодкість пом'якшує гіркоту, легкий танін не конфліктує

ПРИНЦИП 7

ЖИРНА ЇЖА — КИСЛОТНЕ ВИНО

X

ПОМИЛКА

Жирні страви +
алкогольні, танінні,
сухі вина



Паста у вершковому соусі + м'яке,
низькокислотне Chardonnay

Смак стає важким, «липким» та
швидко втомлює


✓

ІДЕАЛЬНО



Вершкові соуси → Chablis / Riesling
(сухий, хрусткий)

Смажене → Champagne / Ігристе
Жирна риба → Sauvignon Blanc з
Долини Луари



НЕ ВСЯ РИБА З БІЛИМ, НЕ
ВСЕ М'ЯСО З ЧЕРВОНИМ

ЯК І НЕ ВСІ СИРИ З УСІМ БІЛИМ

СИРИ — ЗАГАЛЬНЕ ПРАВИЛО:

Свіжі та кислотні сири → кислотні білі вина

Жирні сири → кислотність або ігристе

Тверді сири → можна танін

Сині сири → солодкі вина



СИРИ — ПРИКЛАДИ ПЕРІНГУ



Roquefort / Stilton + Sauternes

Логіка: контраст — солоне + солодке. Сир дуже солоний, пікантний. Солодкість балансує солоність і створює глибокий смаковий ефект.



Feta + Sauvignon Blanc (Loire)

Логіка: кислотність до кислотності. Сир солоний, свіжий, з легкою кислотністю. Якщо в їжі є кислотність — вино має бути не менш кислотним, інакше воно «зникне».



Brie + Champagne

Логіка: контраст — жир + кислотність. Сир жирний, кремовий. Кислотність і бульбашки «очищають» рецептори і балансують жир.



Parmesan + Chianti (Sangiovese)

Логіка: сіль + танін. Сир солоний, умамі, інтенсивний. Сіль пом'якшує танін, вино стає більш округлим і збалансованим.

М'ЯСО ПРИКЛАДИ ПЕРІНГУ

СТРАВА

Тартар з яловичини

Стейк (гриль)

Курка у вершковому соусі

Свинина з яблучним соусом

Качка з ягідним соусом

ВИНО

Pinot Noir

Cabernet Sauvignon

Chardonnay
(витриманий у дубі)

Riesling
(напівсухий)

Pinot Noir

ЛОГІКА

Баланс інтенсивності. Легка страва потребує легкого вина, інакше вино домінує.

Танін + білок. Білок і сіль пом'якшують танін, вино стає збалансованим.

Жир + структура. Структура вина відповідає текстурі страви.

Кислотність + солодкість. Вино повторює і балансує смаковий профіль страви.

Банас + комплементарність. Кислотність балансує жир, ароматичний профіль підсилює страву.



РИБА

РИБА В ТОМАТНОМУ СОУСІ →
SANGIOVESE (CHIANTI)

Томат важливіший за рибу — орієнтація на соус. Кислотність до кислотності

ЛОСОСЬ НА ГРИЛІ → PINOT
NOIR / GAMAY

Кислотність балансує жир, легкий танін не конфліктує

ТУНЕЦЬ (ОБСМАЖЕНИЙ,
MEDIUM RARE) → PINOT NOIR

Текстура «як м'ясо». Делікатне червоне не перекриває, а підкреслює



РОЖЕВЕ ВИНО

Універсальний солдат для складних випадків

Rosé — це не «літнє вино», а універсальний інструмент:

- Міст між білим і червоним
- Працює з жиром, але не перевантажує
- Балансує спеції
- Підходить до складних і змішаних смаків

Розумний сомельє використовує розе там, де біле занадто легке, а червоне — занадто важке. Дуже гастрономічне.



ОСОБИСТІ ВПОДОБАННЯ

СТРАВА

Овочі гриль

Паста з грибами

Лосось (гриль)

Чіпси

Сашімі / тартар тунець

Бургер

Піцца з томатами

Карпачо з полуниці з рожевою
сіллю та рожевим перцем

Темний шоколад

Картопля фрі з
McDonald's

ВИНО

Rosé

Pinot Noir

Легке червоне

Champagne Blanc de Blancs

Champagne 100% Meunier

Zinfandel

Barbera

Рожева Cava

Amarone / Porto

Champagne
extra brut



ЯК ТЕОРІЯ ПРАЦЮЄ НА ПРАКТИЦІ?

КОЛЬОРОВА СИСТЕМА ПЕРІНГУ МЕНЮ ТА ВИННОЇ КАРТИ У РЕСТОРАНІ

- **Ваша фішка** — унікальна складова, яка виділяє ресторан.
- **Збільшення чеку** — гість природно замовляє бокал вина до страви.
- **Допомога офіціантам** — система працює, навіть коли сомельє немає в залі.
- **Самоналаштування гостя** — одна фраза «У нас так заведено» і гість за системою замовляє вино.

Будьте сміливими
у ваших експериментах!

КОРИСТУЙТЕСЬ, НЕ ДЯКУЙТЕ!