

"A true meat
maestro"

Daily Mail

FORTNUM
& MASON

FOOD AND DRINK
AWARDS 2018

SHORTLIST

RICHARD H. TURNER

PRIME

The Beef Cookbook

Содержание

Вступительное слово Марка Шатцкера...	6
Введение	8
Ингредиенты	10
Стейки	12
Породы.....	66
Бургеры	76
Выращивание	98
Гриль	102
Откорм	128
Сырое и соленое мясо	130
Забой	170
Жарка	172
Выдержка	194
Копчение	196
Информация от мясника	214
Тушение и варка	218
Покупка	294
В духовке	296
Говядина и окружающая среда	318
Запекание	320
Говядина и здоровье	346
Индекс ингредиентов.....	348
Индекс рецептов.....	352

Вступительное слово Марка Шатцкера

Еда — забавная вещь. Желание есть все самое вкусное универсально. При этом то, что мы обычно едим, совсем не идеально. И все благодаря человеческому рту.

С одной стороны, рот нужен нам, чтобы есть, это более чем очевидно. Но когда все съедено, мы начинаем использовать наши рты для кое-чего еще: для разговора. И вот тут-то все и идет наперекосяк.

Мы зависим от слов. Например, мы одержимы местами. Каждые десять лет или около того объявляются и становятся модными новые места, и вот, кажется, буквально за неделю каждый шеф-повар создает свою версию какого-то непонятного регионального блюда, особенно если он и в месте-то этом никогда не бывал. А еще мы заиклены на техниках. Пару лет назад был период, когда в течение нескольких месяцев те, кто считает себя всезнайками в области еды, не хотели ничего иного, кроме того, что приготовлено в пластиковом пакете.

В сущности, ничего неправильного нет ни в местах, ни в техниках. Но сами по себе они не являются «волшебной палочкой», превращающей соус или блюдо в целом в деликатес. При нашей любви к хорошей еде, мы потерялись в концепциях, и часто это

заканчивается просто плохой едой. Есть, однако, авангард шеф-поваров, кто оценивает еду по очень простому принципу: ее вкусу. Ричард Тернер — один из них. Он не помешан на традициях — в этой книге есть рецепты кимчи из говядины, западноафриканского блюда суя и бирманского говяжьего карри. Но ему не свойственны все эти обычные во всем мире приступы кулинарной глупости. Он просто любит еду. И хочет, чтобы другие тоже полюбили то, что любит он, и по тем же причинам.

Что и приводит нас к говядине, поистине «королевскому» мясу. Основополагающий белок. Вечный объект нашего мясного голода. Когда куриная грудка без костей смотрится в зеркало, она мечтает увидеть там говядину. И сегодняшняя не самая радужная ситуация с говядиной поистине озадачивает.

В последние годы наше сельское хозяйство было модернизировано, чтобы производить говядину по самой низкой цене. Говядина сегодня — дешевый продукт. Чудесно осознать, что вы можете пойти в супермаркет и купить стейк рибай всего за несколько фунтов или долларов. Но потерялась одна важная вещь, которая делала говядину столь желанной в прошлом — вкус. Поэтому



му мы поступаем с говядиной так же, как и с куриной грудкой – топим ее в соусах и маринадах.

Каждому любителю говядины стало сейчас очень сложно. Как будто красное мясо потеряло свой голос.

Я целую книгу написал о том, что происходит с говядиной. Когда она была опубликована, ко мне стали обращаться самые разные повара, большинство из которых писали письма, чтобы раскрыть тайну идеальной смеси специй (ничем, по сути, не отличавшейся от порошкового супа), или волшебного маринада (на самом деле больше напоминавшего заправку для салата), или идеальной пропорции грудинки и шеи в фарше для бургерной котлеты (в чем нет смысла, потому что эти отрубы по сути схожи). А потом я услышал о Ричарде Тернере, который молится на тот же алтарь простоты. Хороший стейк, по его словам, требует двух вещей: огня и соли.

Если вы любите говядину, послушайте Ричарда Тернера. Послушайте, что он говорит о том, какую часть коровы вам нужно есть, что должна есть эта корова, какой жизнью она должна жить, как она должна быть убита, разделана и, наконец, приготовлена. Возьмите кусок этой говядины, приготовьте ее – копченые ребрышки, маринованный рубец или «мясной чай» – и отправьте туда, где ей самое место: в рот. Вольше ешьте, меньше говорите. Для меня еда значит именно это.



Марк Шатцкер, 2017



Введение

Когда очень захотелось мяса, на ум чаще всего приходит говядина... и особенно стейк. Это воплощение идеального мяса, самая дорогая позиция в меню. Есть рестораны, полностью посвященные говядине, — неяркий свет, оформленные кожей и темным деревом интерьеры. Стейкхаусы — это храмы нашей плотоядной страсти. У говядины есть не только свой тип ресторана, но и свой специальный нож — большой и внушительный. В стейкхаусе вам могут принести куски темно-красного сырого мяса на выбор. «Вот этот» — говорите вы; и это идеальный кусок. В «Идеальной говядине» все о мясе и стейке: почему они такие особенные и что делает говядину поистине «королевским» мясом.

В этой книге я объясняю, как поджарить идеальный стейк, запечь идеальный кусок мяса, приготовить идеальный бургер, а также рассказываю о том, как использовать каждый отруб — иногда с учетом породы — лучшим образом. Это скорее общие правила, нежели конкретные инструкции. Прочитав эту книгу, надеюсь, вы будете выбирать отличный кусок говядины от выращенного экстенсивным методом в натуральных условиях чистопородного животного, понимая при этом, что стандартизация — не достоинство, а недостаток. Я собрал около 160 рецептов, какие-то классические, со всего света, другие уникальные, из моей записной книжки. В качестве основного правила я предлагаю брать 1 кг мяса для четырех-шести человек, но я же не «мясная полиция», так что решайте сами.

Между главами с рецептами я вкратце останавливаюсь на самых важных вопросах, которые хорошо знакомы любому фермеру и которые важны не только для вкуса мяса, но и для нашего здоровья. Разрушительный цикл интенсивного животноводства приводит к тому, что мясо дешевеет, а чрезмерное его потребление поощряется. В этом процессе выгоды нет никому, включая фермеров, которые вынуждены продавать мясо по таким низким ценам, что едва окупятся затраты. Для нашего здоровья это тоже не слишком хорошо, как и для здоровья животных на фермах.

В средствах массовой информации постоянно появляются панические сведения об употреблении мяса, его считают причиной ожирения, диабета, болезней сердца и даже рака. Большая часть мяса, которое едят во всем мире, производится путем интенсивного животноводства, а в этих страшных историях умалчивается о разнице между ним и экстенсивным методом, и это серьезная ошибка. В главе, посвященной здоровью, я излагаю доводы в пользу разумного потребления высококачественной говядины как части здорового, сбалансированного рациона.

В другой главе я подчеркну различия между интенсивным и экстенсивным методом выращивания животных на фермах, и поясню, почему это так важно. Между мясом животных, выращенных с гордостью, и мясом животных, разводимых лишь для выгоды, огромная разница. В основном это зависит от питания животных как от главного фактора, влияющего на вкус и пользу мяса.

Я расскажу и об убое, который так же важен, как и условия содержания животных, кроме того, остановлюсь на вопросах выдержки мяса, высказав свои доводы за и против технологии созревания. Наконец, я остановлюсь на некоторых приемах, которые используют мясники, и дам немного сведений из грубой бычьей мифологии (а к науке о мышцах все в итоге и сводится).



В «Идеальной говядине» я хочу призвать вас выбирать мясо с умом: покупайте меньше говядины, но лучшего качества – мясо, которое было выращено с заботой. Один из способов избегать мяса, произведенного по интенсивной технологии, – это быть разборчивыми, когда вы его приобретаете. Лишь немногие супермаркеты продают хорошую говядину, произведенную экстенсивным методом, и этикетки могут дезориентировать вас, поэтому я честно расскажу о том, что они на самом деле означают.

Как и в случае с моей предыдущей книгой, «Идеальная свинина», здесь целая глава посвящена породам коров и как порода влияет на вкус мяса. Я очень ценю хорошие мясные породы, не случайно бык породы Ан-колле-Ватуси стал частью дизайна этой книги (он ведь действительно выглядит очень красиво).

«Идеальная говядина» – это история, ведущая свой путь от Ангусов до коров породы Вайт-Парк, под стук барабана по дороге, и если я чуть-чуть буду занудствовать в процессе, прошу прощения. Я хочу дать вам советы о том, как выбрать, купить

и приготовить говядину с уважением к фермеру, животному и собственному желудку. Как в любой хорошей истории, здесь есть и злодеи, но я старался не заострять на них внимания. В конце концов, мы всеядные существа и все вместе несем ответственность за индустрию производства говядины в наши дни. Как считает гуру в вопросах говядины Марк Шатцкер, лучше попытаться изменить что-то изнутри, чем кидаться камнями снаружи.

Richard
x

Мой идеальный стейк

Нет ничего лучше, чем идеальный стейк, хотя восприятие его вкуса и субъективно. Тем не менее я хочу познакомить вас с моими любимыми способами его приготовления. У моего идеального стейка сладковатый мясной запах, его вкус долго держится во рту — говяжий, просто пальчики оближешь. Он должен быть выдержан в течение пяти недель (более долгая выдержка может быть использована для маскировки низкого качества мяса). В сыром виде он не влажный и не липкий, не мягкий и не рыхлый. У него ярко-красный цвет и выраженная мраморность, полученная в результате зернового откорма, — ее можно наблюдать в виде многочисленных тонких прослоек мягкого жира, напоминающих рисунок на мраморе. В моем идеальном стейке если мраморность видна, это чуть желтоватые межмышечные прослойки, слегка заметные, если их вообще видно невооруженным глазом.

За кулисами приготовления идеального стейка

Реакция Майяра — это химический процесс, который происходит, когда мясо коричневеет при нагревании, и это одна из главных составляющих превосходного вкуса стейка, приготовленного на сковороде или гриле. Реакция начинается при 140–170 °C. Знание, какой температуры должны достичь гриль или сковорода, чтобы началась реакция Майяра, определение правильного момента для приправления специями и помещения на гриль, а также знание того, как сахара и аминокислоты в мясе вступают во взаимодействие, чтобы началась реакция и раскрылись вкусы, поможет нам совершенствоваться как поварам.

У разных отрубов мяса различная степень мягкости, которая зависит в основном от количества коллагена в мышцах. Коллаген состоит из натуральных белков и является главным компонентом соединительной мышечной ткани. Количество коллагена варьируется в разных отрубках, а также зависит от возраста, породы и пола животного. Мышцы, которые мало работают, содержат меньше коллагена. Премиальные отрубы, как правило, содержат мало соединительной ткани и коллагена, а потому гораздо мягче других. Менее дорогие отрубы отличаются повышенным содержанием соединительной ткани, коллагена в них больше, а потому они жестче. Понимание коллагена является важной частью понимания приготовления мяса. В случае с насыщенным коллагеном мясом, чтобы получилось нечто сочное, мягкое и вкусное, требуется готовить его на слабом огне долго, чтобы

молекулы коллагена распались и, растворившись полностью, превратились в мягкий желатин, который делает мясо нежным и сочным.

Подготовка Дайте стейкам полежать при комнатной температуре 30 минут, чтобы они нагрелись. Затем обсушите их, так как влага на поверхности стейков не даст образоваться корочке, и вкус у готового мяса будет как у вареного, а не жареного. Кстати, выдержка при комнатной температуре уже подсушивает стейки, и они становятся не такими влажными, как только что взятые из холодильника.

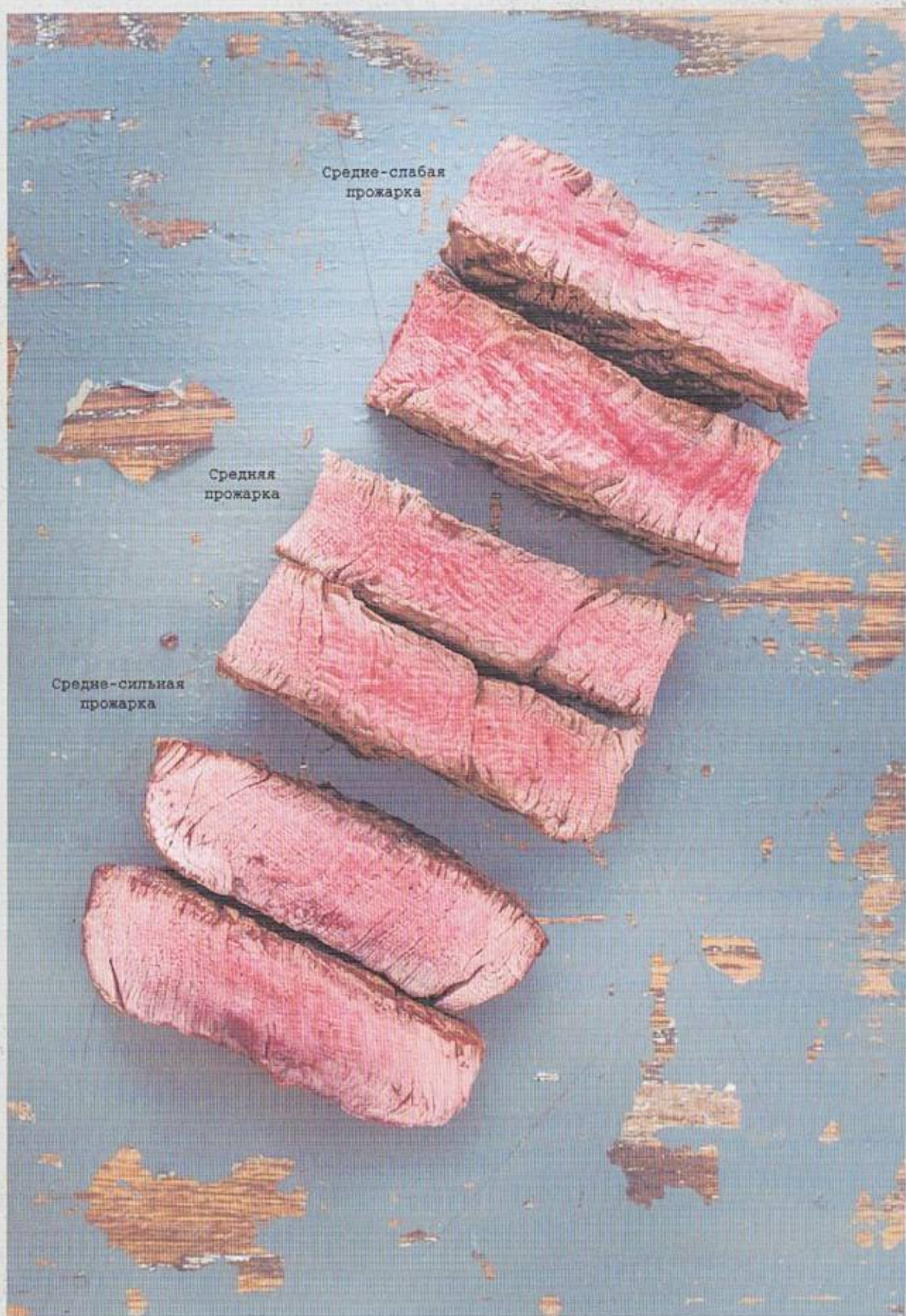
Приправы Мне нравится чистая малдонская морская соль в виде хлопьев, когда речь идет о приправлении стейков; я никогда не использую обычную столовую соль. Все потому (и я об этом рассказывал на стр. 10), что обычная соль гораздо более соленая и содержит химические добавки, которые стейку совершенно ни к чему.

Я приправляю щедро, посыпая стейк солью щепотками и встряхивая поднос со стейками перед жаркой. Во время встряхивания большая часть соли осыпается, а оставшегося количества теоретически как раз достаточно для идеального вкуса.

Как в любых других случаях, здесь все зависит от самих стейков: толстые стейки, такие как шатобриан или стейки на косточке, требуют больше приправ, чем более тонкие стейки.

Мясо для стейков выдерживается разное время, и важно помнить, что стейки от животных разного возраста также приправляются по-разному. В двух словах, молодое и влажное мясо впитает больше приправ, чем более старое и сухое.

Количество соли также зависит от способа приготовления. На решетке гриля большая часть



Средне-слабая
прожарка

Средняя
прожарка

Средне-сильная
прожарка

соли осыплется вниз, на угли; когда вы готовите стейк на сковороде с добавлением сливочного масла, часть соли растворится в масле; при жарке на сухой сковороде почти вся соль останется на стейке.

Тот, кто по-настоящему умеет жарить стейки, понимает все эти тонкости и приправляет каждый стейк точно в соответствии с толщиной, возрастом, влажностью и методом готовки.

Кто-то может утверждать, что стейки до жарки не солят — он не прав.

Когда стейк готов? Есть те, кто утверждает, что степень прожарки стейка можно определить, сравнивая его мягкость при нажатии с определенными частями ладони или лица, но это не слишком удобные способы. Нет какого-то одного неопровержимого метода, который даст вам точные сведения о том, достиг ли ваш стейк идеальной степени прожарки. Здесь все зависит от практики и опыта, которые дадут вам со временем «чувство» правильной температуры стейка.

Также важно помнить, что ощущение температуры — вещь субъективная и зависит даже от страны. Возможно, я выбираю температуру немного выше, чем это сделал бы француз или испанец, и это нормально. Большинство отличных отрубов для стейков содержат жир, а жиру нужно достичь определенной температуры, чтобы он мог перевариваться, попутно насыщая мясо вкусом и придавая ему нужную текстуру. По этой причине я не готовлю стейки слабой прожарки, разве только по принуждению. Далее я привожу температуры, с которыми работаю. Имейте в виду, что нижний предел — это температура внутри стейка в конце жарки, а верхний — температура внутри стейка после его отдыха, так как она повышается на несколько градусов.

Средне-слабая степень прожарки: 55-60 °C

Средняя степень прожарки: 60-65 °C

Средне-сильная степень прожарки: 65-70 °C

Готовка на гриле

Приготовление мяса на открытом огне, на углях, требует навыков и является поистине искусством. При этом также очень важно качество материалов, которые сгорают в вашем гриле или мангале. Успех приготовления мяса на открытом огне или жаре от углей сводится к способности контролировать температуру, и если я могу сообщить вам, какие значения температур правильные, техники

вы должны научиться самостоятельно, путем практики. Просто разжигайте ваш гриль и готовьте на нем, и вы научитесь определять, где горячие и холодные зоны, сколько времени нужно углям, чтобы прогореть до оптимальной температуры, и как долго жар будет держаться.

Разжигайте гриль заранее, чтобы угли прогорели к тому времени когда вы будете готовы выкладывать мясо. Убедитесь, что жар сильный, но не слишком: угли должны быть красными, но покрытыми слоем белого пепла. Нельзя, чтобы жар был такой, что вы не можете стоять рядом с грилем, — если для вас слишком горячо, стейку, скорее всего, тоже будет слишком горячо. Ваша цель — получить хорошую корочку снаружи, сохранить мясной сок и мягкость внутри, что невозможно с тонким куском мяса — в идеале стейк должен быть минимум 4 см толщиной. Достаньте его из холодильника за 30 минут перед приготовлением, чтобы прогрелся до комнатной температуры. В последнюю секунду хорошо посолите мясо, но не используйте никакого масла — если гриль правильной температуры, мясо не прилипнет.

Прямая готовка на гриле

При готовке мяса прямо над углями, оно подвергается воздействию высоких температур. Жар никуда не уходит, действуя на мясо напрямую, без конвекции, как, например, в духовке. Немного практики, и этот простой и естественный способ готовки будет самой потрясающей вашей кулинарной техникой.

Выложите мясо на решетку гриля и оставьте на пару минут, не переворачивая. Затем, переворачивая каждые две минуты, готовьте до желаемой степени прожарки — вы увидите, что на поверхности появится соблазнительная корочка, это результат реакции Майяра. Если кусок мяса толстый, его нужно регулярно переворачивать, чтобы он не подгорел. Переворачивайте мясо, если на углях появились оранжевые сполохи огня, — это означает, что сгорает вытопившийся жир, а дым от него может сделать вкус стейка слишком «копченым». Не перегружайте гриль: убедитесь, что между кусками мяса достаточно свободного пространства.

Невозможно привести точное время готовки, так как все зависит от толщины мяса, от того, откуда происходит животное, от отруба и от вашего гриля. Например, 600-граммовый стейк сirloин на косточке жарится примерно по 4 минуты с каждой стороны на горячем гриле плюс отдых в течение 10 минут при 57 °C для средне-слабой степени прожарки. Главное, о чем нужно помнить, — это о том, чтобы снять мясо прежде, чем вы будете уверены в его готовности, и оставить отдыхать.

Непрямая готовка, запекание на гриле

Приготовление мяса на гриле непрямым способом — не какая-то сложная наука, и раз в этом случае вы можете проверять готовность с помощью термометра, все должно получиться. Кроме того, тактильная проба — неоценимая вещь, и осознание чрезвычайно важно, так как навыки приобретаются с опытом. Вы можете использовать оба метода, а кончики ваших пальцев быстро научатся определять степень готовности мяса без большого количества ошибок. Нет ничего зазорного в том, чтобы пользоваться термометром, и это позволяет добиваться точных результатов, особенно если вы еще новичок в приготовлении мяса.

Контроль температуры в гриле с помощью закрывающихся отверстий даст вам возможность приготовить даже большой кусок мяса со средне-слабой степенью прожарки. Готовка под крышкой гриля также позволит поджарить жирный кусок говядины, если вы не хотите, чтобы появляющийся от сгорающего жира огонь испортил ее вкус. Также можно совмещать готовку прямым и непрямым методом. Например, если гриль слегка перегрелся и есть риск сжечь большой кусок мяса до момента, когда он приготовится внутри, переместите его в зону непрямого нагрева и дайте грилю слегка остыть.

При использовании этой техники подожгите уголь в вашем гриле и дождитесь, когда можно будет готовить, — убедитесь, что ваши угли или дрова прогорели и стали белыми, давая сильный жар. Сдвиньте уголь к краю и накройте гриль крышкой, слегка открыв отверстия в ней, чтобы воздух мог циркулировать. При таком способе готовки горячий воздух циркулирует внутри гриля подобно тому, как это происходит внутри духовки с конвекцией, и мясо прогревается намного равномернее, со всех сторон, в отличие от готовки прямо над углями.

Теперь вы готовы жарить мясо. Когда барбекю используется подобно духовке, вы можете готовить в нем все то же самое, что и в обычной духовке с конвекцией. В середине решетки вашего барбекю будут идеальные условия, которые вам нужны для непрямого приготовления мяса.

Объединение двух методов: прямого и непрямого

Если кусок мяса очень толстый, можно начать его готовить прямым методом, а закончить — непрямым. Такие толстые стейки, как стейк на косточке или шатобриан, получаются идеальными, когда готовишь их именно таким комбинированным методом.

«Грязный» метод готовки На другом конце спектра возможных способов готовки на гриле находится «грязный» метод, который заключается в поджаривании стейка прямо на углях. Техника, прекрасная в своей простоте: вместо использования гриля мясо жарится прямо на горячих углях. Самое важное здесь — использовать высококачественные угли и не бояться. Хотя открытые угли — понятный повод для беспокойства, при этом методе у вас меньше шансов сжечь ваш стейк, чем если вы неумелый новичок и готовите его на решетке. Когда мясо находится над раскаленными углями, оно может сгореть, но положите его прямо на угли, и им не хватит кислорода, чтобы появилось пламя, так что у вас будет просто мясо, готовящееся на жаре от углей. Во время такого нагревания жир очень быстро плавится и позволяет пару проникать по всему объему мяса гораздо быстрее, чем при прямом или непрямым способом готовки.

Жарка на сливочном масле

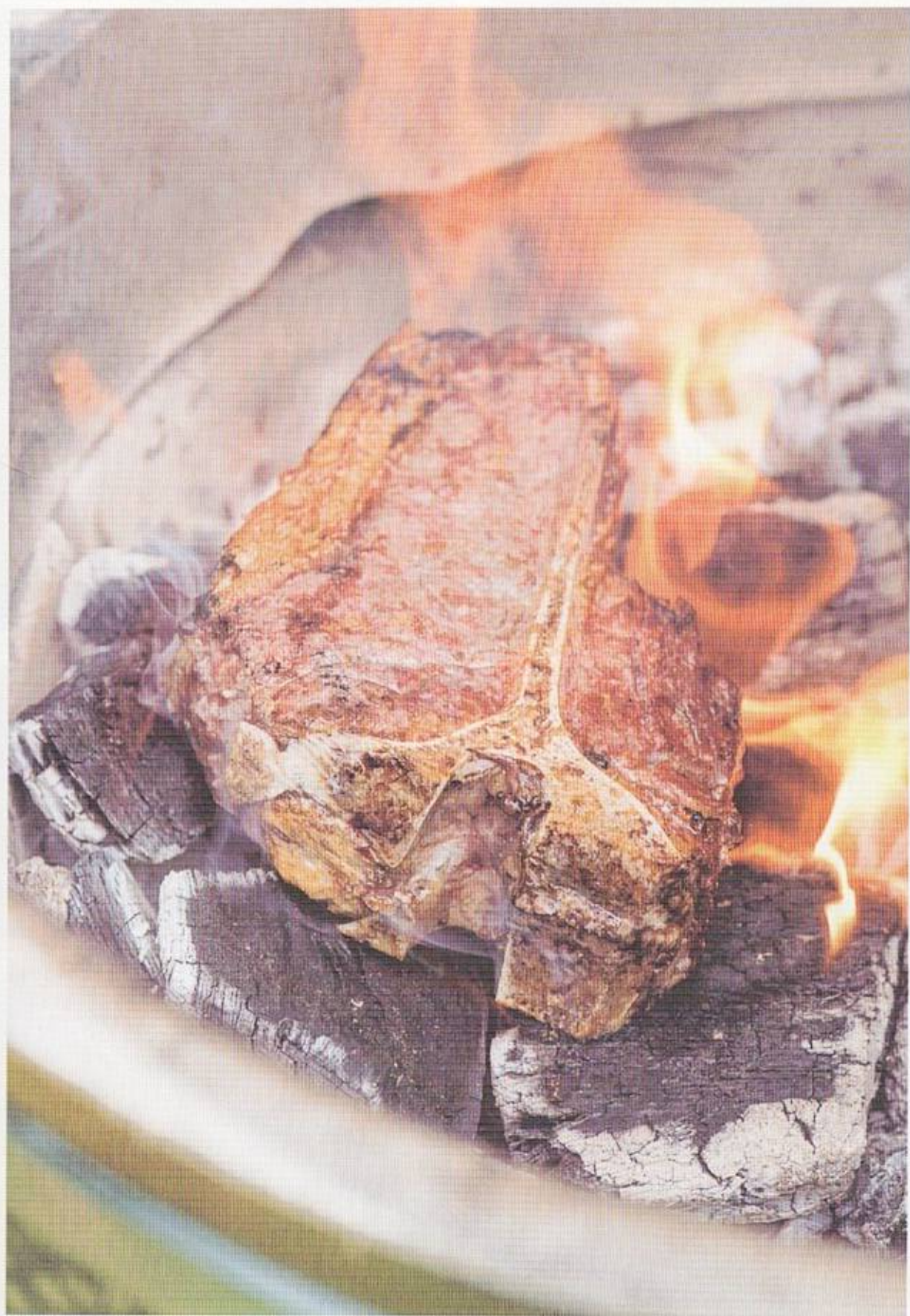
Достаньте стейк из холодильника за 30 минут до приготовления, чтобы он нагрелся до комнатной температуры. Разогрейте сковороду-гриль с тяжелым дном на средне-сильном огне, слегка посолите стейк, помня, что в сковороде соли с мяса осыплетса меньше, чем на решетке гриля. Выложите стейк плоской стороной вниз на сковороду и готовьте по 90 секунд с каждой стороны, прижимая сверху лопаткой, до хорошо подрумяненной корочки. Добавьте сливочное масло и немного чеснока и тимьяна, по желанию. Быстро растаивающее масло, наполненное ароматом раздавленного чеснока, используйте для смазывания стейка во время дальнейшей жарки. Темнейшее масло с чудесными ароматами специй придаст корочке на мясе великолепный насыщенный вкус.

Теоретически, далее вы перекладываете стейк из сковороды в тепло и оставляете отдыхать на 10-15 минут, а затем подаете. Однако, если стейк достаточно толстый, я предпочитаю выключить огонь пораньше и дать стейку отдохнуть прямо в сковороде, в этом прекрасном ароматном масле.

Регулярное переворачивание стейка во время жарки — ключ к его сочности, потому что так ни у одной стороны не будет времени сильно прожариться. Так мясо готовится быстрее и не пересушивается снаружи.



Прямая готовка над углями



«Грязный» метод готовки



2 стейка на кости
(ти-бон или прайм
риб) по 500 г,
разрезать пополам
на стейки толщиной
3-4 см

50 г топленого
говяжьего жира
125 г сливочного
масла
4 веточки тимьяна

2 головки чеснока,
зубчики очистить
1 веточка розмарина
хлопья морской соли

свежемолотый черный
перец

Жаренный на сливочном масле стейк с золотистым чесноком

Это старомодная французская классика в лучшем виде. Если сможете, используйте сливочное масло от коров травяного выпаса — разница огромная, ведь такое масло гораздо полезнее, чем произведенное с помощью интенсивных методов животноводства, и оно уж точно лучше для вас, чем маргарин или обычное подсолнечное масло.

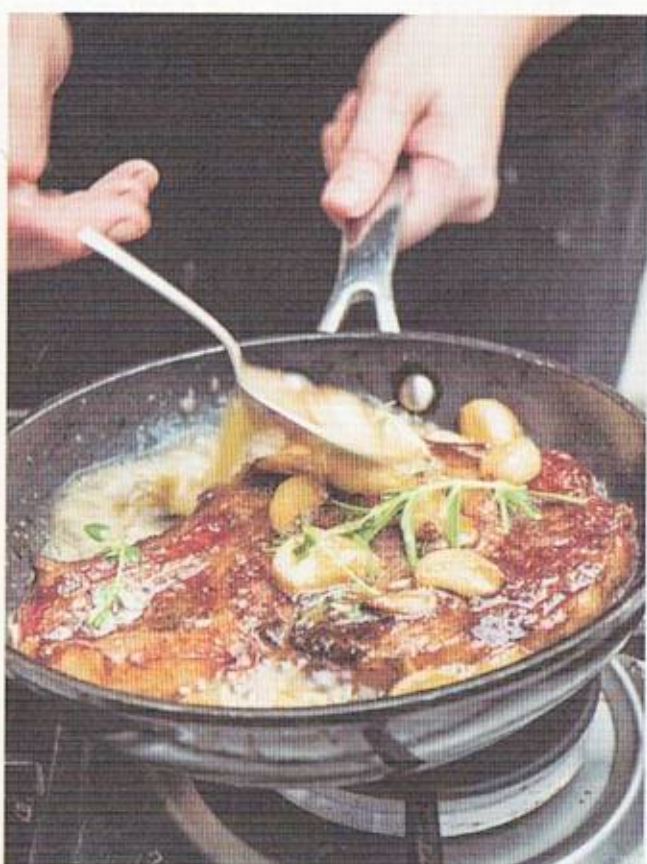
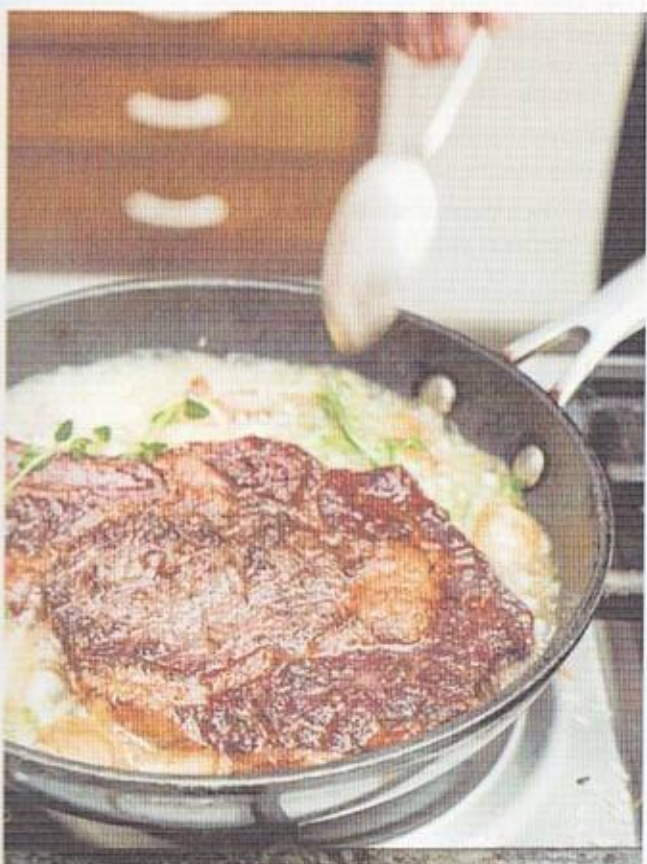
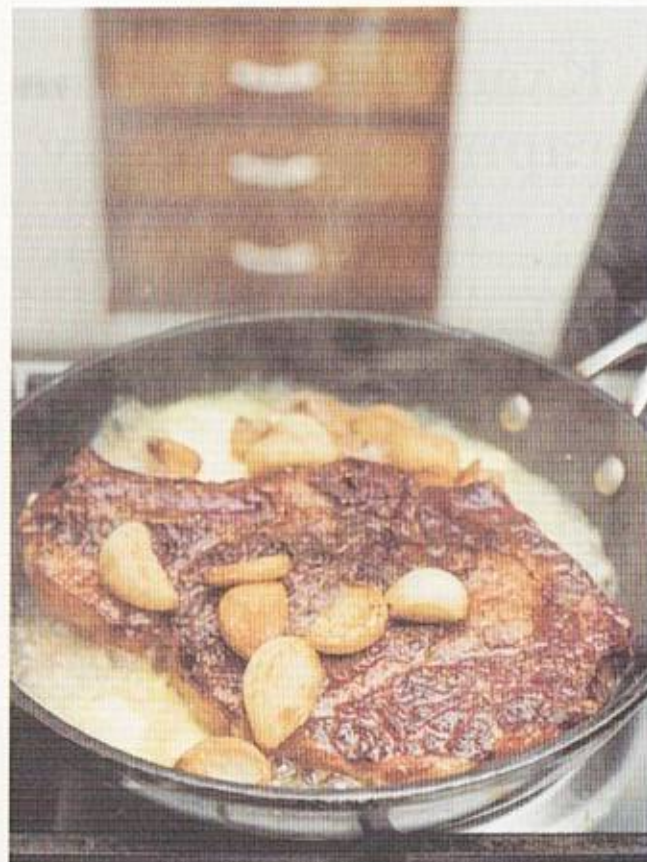
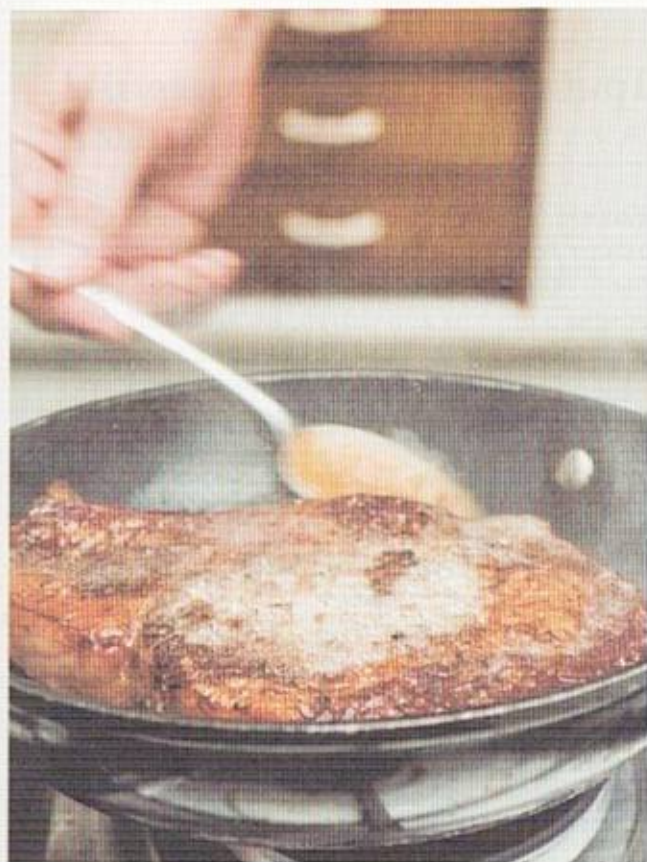
Приправьте стейки со всех сторон солью и перцем.

Растопите жир в большой чугунной сковороде. Когда на его поверхности появится пена, выложите стейки и готовьте на сильном огне до образования корочки снизу, 3-4 минуты. Переверните стейки, добавьте половину сливочного масла, тимьян, зубчики чеснока и розмарин.

Готовьте на сильном огне, смазывая стейки пенящимся маслом, чесноком и травами, перевернув еще один раз и добавив оставшееся масло. До средне-слабой степени прожарки готовьте стейки еще 3-4 минуты. Переложите на разделочную доску и дайте отдохнуть минимум 10 минут, а лучше еще дольше.

Удалите из сковороды травы и обжаривайте чеснок до мягкости и золотистого цвета.

Срежьте стейки с кости, нарежьте ломтиками поперек волокон и подавайте, полив оставшимися от жарки соками и дополнив жареным чесноком.



Классические гарниры к стейку

Положите понемногу грибов портобелло, жаренных на гриле, медленно запеченных помидоров и луковых колец на тарелку с вашим стейком и украсьте кресс-салатом.

Грибы портобелло на гриле

На 4-6 порций

Каким бывает меню отличного стейкхауса, знают все, и раздел грибов в нем должен быть обязательно. Многие годы я готовил грибы с соусом ворчестер, но недавно перешел на кечап манис (индонезийский сладкий соевый соус. — *Прим. переводчика*). Попробуйте, это вкусно.

12 крупных грибов портобелло
4 зубчика чеснока, измельчить
1 длинная луковица шалота, мелко нарубить
горсть листочков тимьяна
горсть листочков эстрагона и/или петрушки, нарубить
1 ст. л. соуса кечап манис
1 ст. л. подливки с мадерой (см. стр. 114)
1 ч. л. лимонного сока
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Готовьте шляпки грибов на гриле до начала размягчения (лучше над углями, но можно и на сковороде гриль). Разрежьте каждую на четыре части.

Смешайте грибы с остальными ингредиентами и приправьте.

Дайте настояться несколько минут перед подачей.



Медленно запеченные помидоры

На 4-6 порций

Это больше вяленые, чем запеченные помидоры, и у них очень насыщенный и яркий вкус.

1 кг спелых сливовидных помидоров
несколько веточек тимьяна, оборвать листочки
100 мл оливкового масла extra virgin
1-2 зубчика чеснока, нарезать пластинками, по желанию
хлопья морской соли

Разогрейте духовку до 110 °С.

Разрежьте помидоры пополам и выложите разрезами вверх на противень. Посыпьте солью, тимьяном, сбрызните небольшим количеством масла и посыпьте чесноком.

Поместите в духовку и оставьте на ночь.

Переложите помидоры в банки, залейте оливковым маслом и храните до подходящего случая.

Кресс-салат

Пучок свежего кресс-салата — это обязательное дополнение к любому стейку.

Луковые кольца

На 4-6 порций

Я пробовал дюжины разных вариантов луковых колец, но эти — мои любимые. Они и в кляре, и в панировке: лучшее из обоих миров.

1 красная луковица
1 коричневая луковица
100 мл солодового уксуса
растительное масло для фритюра
пшеничная мука с солью и перцем
для обваливания
панировочные сухари панко

Для теста

330 мл светлого пива
160 г пшеничной муки
щепотка кайенского перца
щепотка английской сухой горчицы
хлопья морской соли и свежемолотый белый перец

Очистите луковицы и нарежьте их кольцами толщиной 1 см. Выложите в миску, залейте уксусом и оставьте мариноваться на 3 часа.

Приготовьте тесто. Влейте пиво в большую миску и аккуратно, с помощью венчика, вмешайте в него муку, чтобы получилось однородное шелковистое по консистенции тесто (при необходимости скорректируйте количество муки). Добавьте кайенский перец и горчицу, приправьте.

Разогрейте масло во фритюрнице до 180 °С. Обваляйте маринованные кольца лука в приправленной муке, затем окуните в тесто, потом обваляйте в панировочных сухарях.

Жарьте во фритюре до золотисто-коричневого цвета, достаньте щипцами и выложите на бумажные полотенца, чтобы удалить остатки масла. Приправьте и подавайте.



Нейл Ранкин готовил это блюдо на фестивале Meatopia в 2015 году, и оно стало настоящим хитом. Многие рецепты печеного мяса предполагают выдерживание его в маринаде перед приготовлением, но не этот — здесь готовится свежее мясо, и оно мне нравится намного больше. Конечно, вы можете просто поджарить стейк и цветную капусту на гриле, если «грязный» метод готовки прямо на углях вас пугает.

Печеный стейк с цветной капустой

1 ст. л. горошин душистого перца

1 ст. л. раздробленных горошин черного перца

¼ ч. л. молотой корицы

¼ ч. л. свеженатертого мускатного ореха

1 ст. л. рубленых листочков тимьяна

2 шт. зеленого лука, нарубить

3 перца чили «скотч боннет», мелко нарубить

1 ст. л. темно-коричневого сахара

1 ч. л. хлопьев морской соли

30 мл темного соевого соуса

мелко натертая цедра и сок 1 лайма

1 головка цветной капусты

2 стейка рибай по 500 г

веточки тимьяна для подачи

Разожгите огонь в барбекю и дождитесь, пока угли прогорят и будут тлеть.

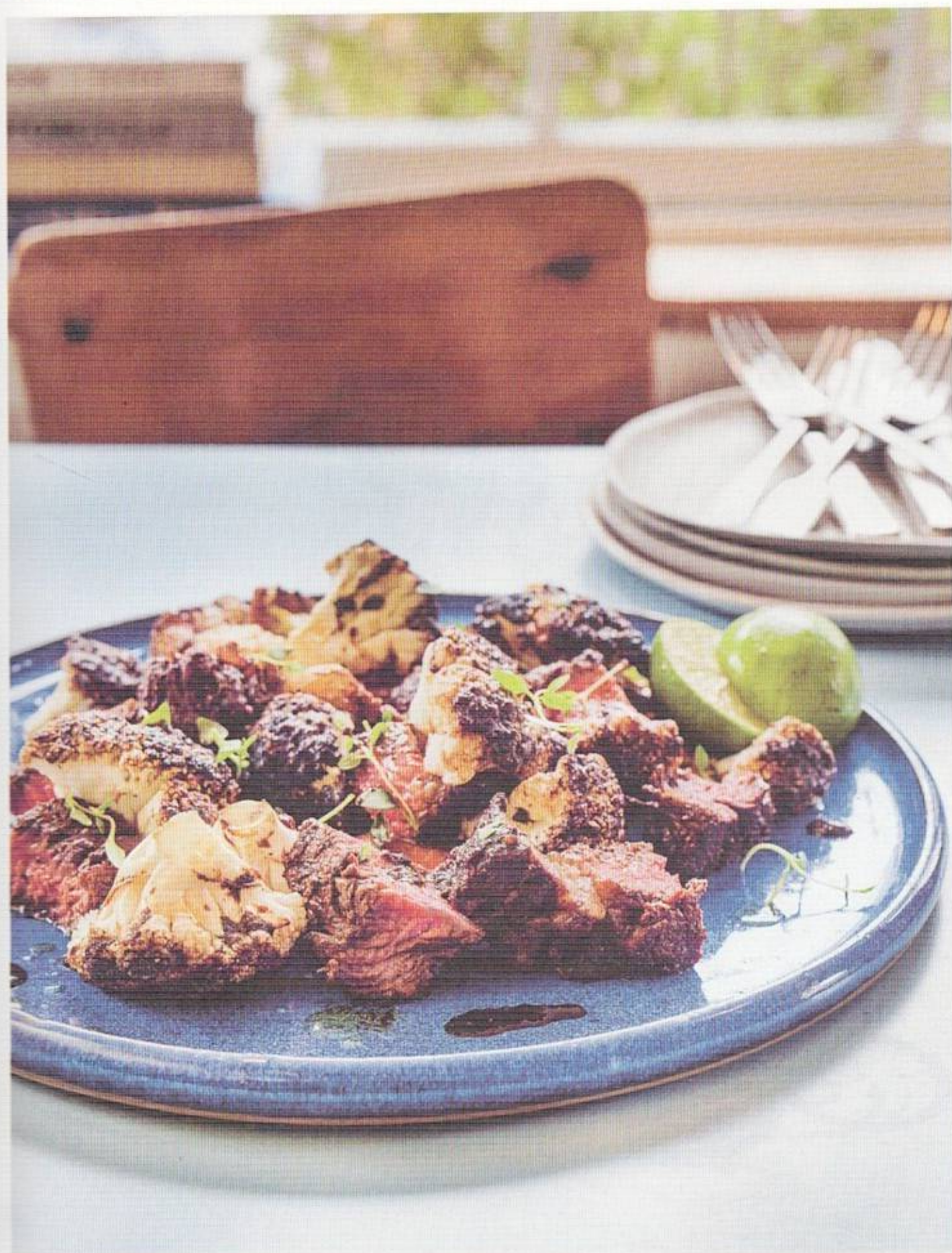
Смешайте все ингредиенты, кроме цветной капусты и стейков, в чаше блендера и измельчите.

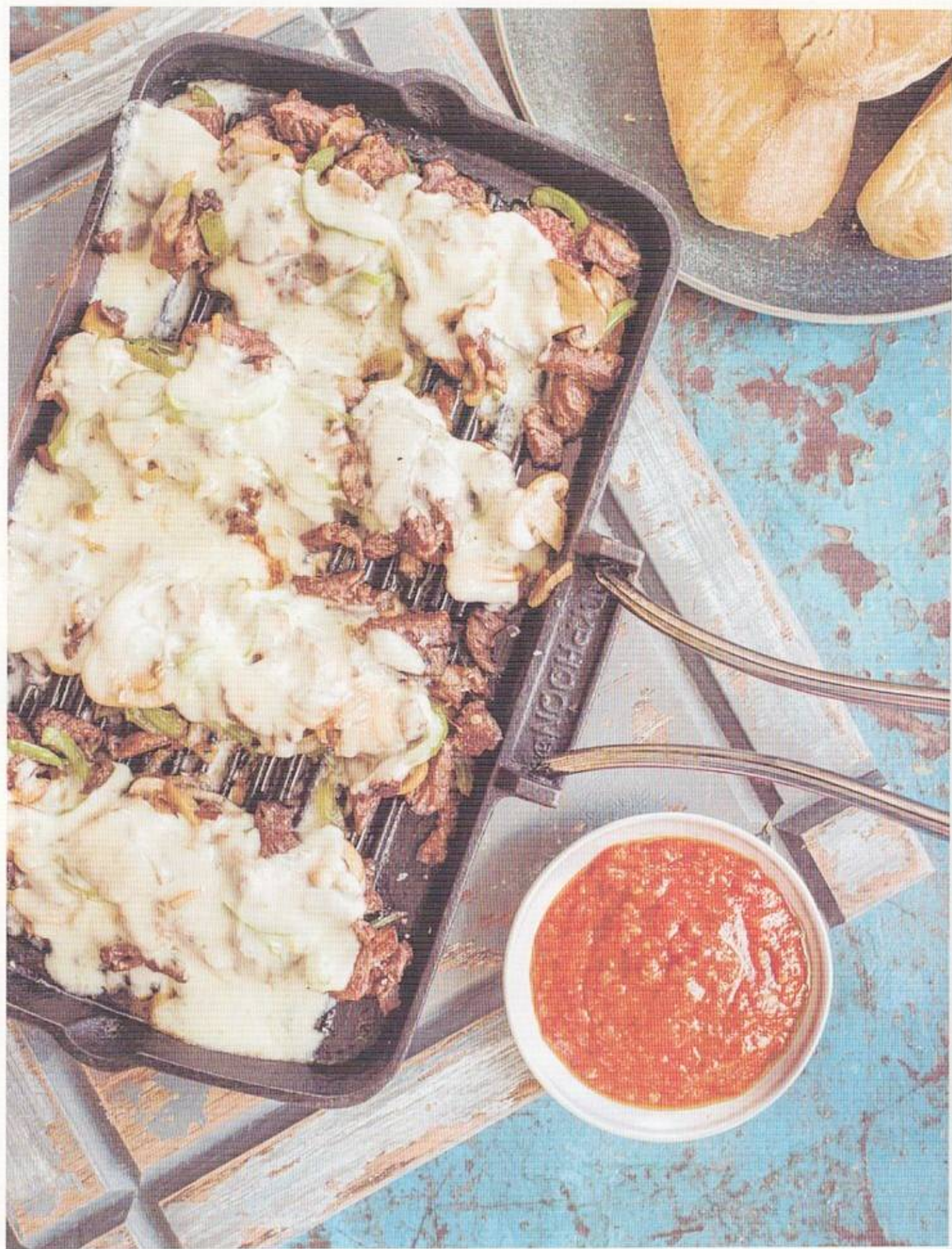
Прорежьте цветную капусту на 4 части по стеблю, чтобы она сохраняла форму и не разваливалась. Слегка посолите стейки и выложите его и цветную капусту прямо на тлеющие угли.

Готовьте стейк до средней степени прожарки, постоянно переворачивая мясо и цветную капусту, — капуста готова, когда стебель размягчится, но все еще будет оставаться твердоватым.

Когда стейк и капуста будут готовы, щедро смажьте их приготовленной смесью специй и дайте отдохнуть 10 минут.

Для подачи нарежьте стейк ломтиками или кусочками и подавайте с цветной капустой, украсив веточками тимьяна.







Сырный стейк «Филли» был придуман на лотке, где торговали хот-догами, рядом с южным итальянским рынком в Филадельфии, со временем он стал настолько популярным, что в 1930-х годах вошел в ресторанное меню заведения Pat's King of Steaks.

Сырный стейк «Филли»

оливковое масло extra virgin
600 г стейка рибай
50 г лука, нарезать ломтиками
50 г зеленого сладкого перца,
нарезать ломтиками
50 г шампиньонов, нарезать
ломтиками
1 зубчик чеснока, раздавленный
и нарубленный

200 г сыра проволоне в американском
стиле, нарезанного ломтиками
4 булочки для хот-догов или
овальные булочки для сэндвичей
100 г готового соуса маринара (или
любого томатного соуса для пасты
с луком и чесноком)
хлопья морской соли и свежемолотый
черный перец

На слегка смазанной оливковым маслом сковороде-гриль или чугунном гриле планча на среднем огне обжарьте стейки до румяной корочки со всех сторон, но внутри они должны оставаться слабой прожарки. Снимите с гриля и оставьте отдыхать.

На ту же сковороду выложите лук, сладкий перец и грибы и готовьте, помешивая, несколько минут, до карамелизации. Добавьте чеснок, соль и перец и готовьте еще 30 секунд, затем сдвиньте смесь на край сковороды.

Нарежьте стейк тонкими ломтиками и выложите на горячую часть сковороды, затем разделите на меньшие части тонкой лопаткой.

Когда мясо прожарится по вашему вкусу, смешайте его с овощами и разделите на 4 порции. Сверху на каждую уложите ломтики сыра и дайте ему расплавиться.

Разрежьте пополам вдоль булочки, удалите часть мякиша. Поместите верхнюю часть булочки поверх смеси мяса, овощей и сыра, разрезом вниз.

Когда сыр расплавится, поперчите начинку и переверните половинки булочки с начинкой, затем накройте основания булочек. Сразу подавайте.



Сырный стейк «Филли» был придуман на лотке, где торговали хот-догами, рядом с южным итальянским рынком в Филадельфии, со временем он стал настолько популярным, что в 1930-х годах вошел в ресторанное меню заведения Pat's King of Steaks.

Сырный стейк «Филли»

оливковое масло extra virgin
600 г стейка рибай
50 г лука, нарезать ломтиками
50 г зеленого сладкого перца,
нарезать ломтиками
50 г шампиньонов, нарезать
ломтиками
1 зубчик чеснока, раздавленный
и нарубленный

200 г сыра проволоне в американском
стиле, нарезанного ломтиками
4 булочки для хот-догов или
овальные булочки для сэндвичей
100 г готового соуса маринара (или
любого томатного соуса для пасты
с луком и чесноком)
хлопья морской соли и свежемолотый
черный перец

На слегка смазанной оливковым маслом сковороде-гриль или чугунном гриле планча на среднем огне обжарьте стейки до румяной корочки со всех сторон, но внутри они должны оставаться слабой прожарки. Снимите с гриля и оставьте отдыхать.

На ту же сковороду выложите лук, сладкий перец и грибы и готовьте, помешивая, несколько минут, до карамелизации. Добавьте чеснок, соль и перец и готовьте еще 30 секунд, затем сдвиньте смесь на край сковороды.

Нарежьте стейк тонкими ломтиками и выложите на горячую часть сковороды, затем разделите на меньшие части тонкой лопаткой.

Когда мясо прожарится по вашему вкусу, смешайте его с овощами и разделите на 4 порции. Сверху на каждую уложите ломтики сыра и дайте ему расплавиться.

Разрежьте пополам вдоль булочки, удалите часть мякиша. Поместите верхнюю часть булочки поверх смеси мяса, овощей и сыра, разрезом вниз.

Когда сыр расплавится, поперчите начинку и переверните половинки булочки с начинкой, затем накройте основания булочек. Сразу подавайте.



100 мл натурального йогурта
50 мл яблочного уксуса
50 мл лимонного сока
2 зубчика чеснока, измельчить
3-4 ст. л. ближневосточной смеси специй (см. стр. 30)

1 кг говяжьего стейка без костей, нарезать кусками толщиной 1-2 см

Для соуса

200 мл тахини
2 зубчика чеснока, измельчить

50 мл лимонного сока
50 мл натурального йогурта

Также вам может понадобиться

4 металлических шампура

Для подачи

4 тонких лаваша или лепешки
маринованные овощи (см. стр. 31)
картофель фри в говяжьем жире (см. стр. 31)
помидоры гриль
ближневосточная смесь специй (см. стр. 30)

Шаурма со стейком

Путешествуя по Ближнему Востоку и исследуя традиции приготовления шаурмы для журнала Condé Nast, я обнаружил, что почти везде она готовилась на основе говядины. Скорее всего, из-за того, что традиционная баранина — более дорогое мясо, чем импортная говядина. Возможно, это и не классический вариант, но шаурма с говядиной — очень вкусная штука.

Смешайте йогурт, уксус, лимонный сок, чеснок и смесь специй и полейте этим соусом куски мяса. Хорошо перемешайте и уберите в холодильник на несколько часов.

Достаньте мясо из холодильника и снова перемешайте. Насадите мясо на 4 длинных металлических шампура и плотно оберните несколькими слоями пищевой пленки, чтобы получились рулеты. Уберите в холодильник на ночь.

Соедините все ингредиенты соуса и хорошо перемешайте. Накройте и оставьте.

Достаньте мясо из холодильника, удалите пленку и поджарьте над углями, переворачивая, чтобы мясо готовилось равномерно.

С готовящегося мяса срежьте внешний слой тонкими кусочками.

Лаваш или лепешку положите на кусок бумаги для выпечки. На лепешке разложите кусочки говядины так, чтобы они занимали четверть поверхности. Сверху выложите маринованные овощи, картофель фри и помидоры, приготовленные на гриле. Полейте соусом на основе тахини, приправьте смесью специй, затем с помощью бумаги сверните в плотный рулет, подогнув края, чтобы получилась шаурма. Повторите с оставшимися лепешками и начинкой.



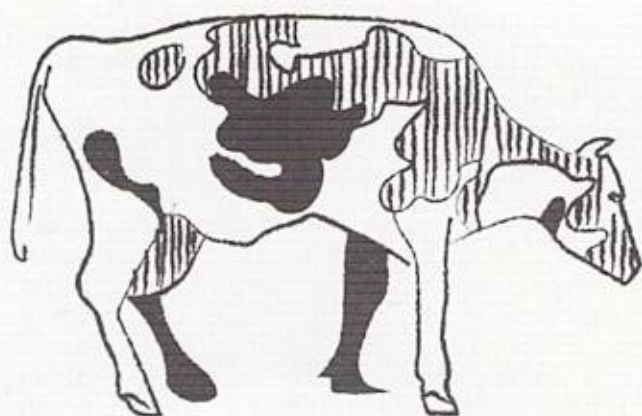
Эта смесь представляет собой классическую комбинацию благоухающих специй, повсеместно использующихся на всем Ближнем Востоке, чтобы приправлять мясо. Как всегда, качество смеси зависит от качества ингредиентов, и целые специи всегда лучше, чем молотые.

Ближневосточная смесь специй На 500 г

25 г острой копченой паприки	20 г корицы
25 г горошин черного перца	10 г гвоздики
25 г кумина	10 г коробочек кардамона
20 г кориандра	100 г пальмового сахара
20 г целого мускатного ореха	250 г хлопьев морской соли

Обжарьте все специи на горячей сухой сковороде, затем измельчите в кухонном комбайне вместе с пальмовым сахаром в крупнозернистый порошок.

Тщательно перемешайте с солью и храните в плотно закрывающейся посуде.



Подобные маринованные овощи готовят по всему миру — они добавляют насыщенному вкусу мяса столь необходимую ему кислотку.

Маринованные овощи На 1 л (20 порций)

5 крупных огурцов
2 луковицы
85 г соли
600 мл яблочного уксуса
400 г мягкого коричневого сахара
2 г (около ¼ ч. л.) молотой куркумы
10 бутончиков гвоздики
1 ч. л. черных семян горчицы
1 ч. л. семян фенхеля
1 ч. л. семян кориандра

Промойте огурцы и лук, нарежьте кусочками толщиной 4 мм. Выложите в химически нейтральный контейнер, пересыпая слоями солью. Накройте пищевой пленкой и поместите сверху груз, чтобы из овощей вышла вода. Оставьте минимум на 4 часа, чтобы овощи немного размягчились, но оставались хрустящими.

Слейте с овощей жидкость и промойте огурцы и лук под проточной холодной водой, постоянно перемешивая, в течение 5 минут, чтобы вымыть следы соли. Оставьте обсушиться.

Смешайте в кастрюле уксус с сахаром и специями и прогревайте, помешивая, на среднем огне до растворения сахара. Доведите до кипения и выложите в кастрюлю огурцы и лук. Варите 2 минуты, чтобы огурцы слегка потемнели, но не переварились (это важно, так как переваренные огурцы становятся мягкими. Снимите с огня и оставьте остывать.

Переложите овощи в стерилизованные банки (см. стр. 163) и храните в холодильнике до 2-3 недель, чтобы они хорошо промариновались.

Классически в Великобритании фиш-энд-чипс готовились на говяжьем жире — к сожалению, эта практика канула в Лету по причинам, которые мне непонятны. Если вы еще застали те самые, правильные фиш-энд-чипс, их вкус навсегда останется в вашей памяти. Это не традиционно, но если натереть пармезан поверх блюда после обжаривания, вкус становится намного интереснее.

Картофель фри в говяжьем жире На 4 порции

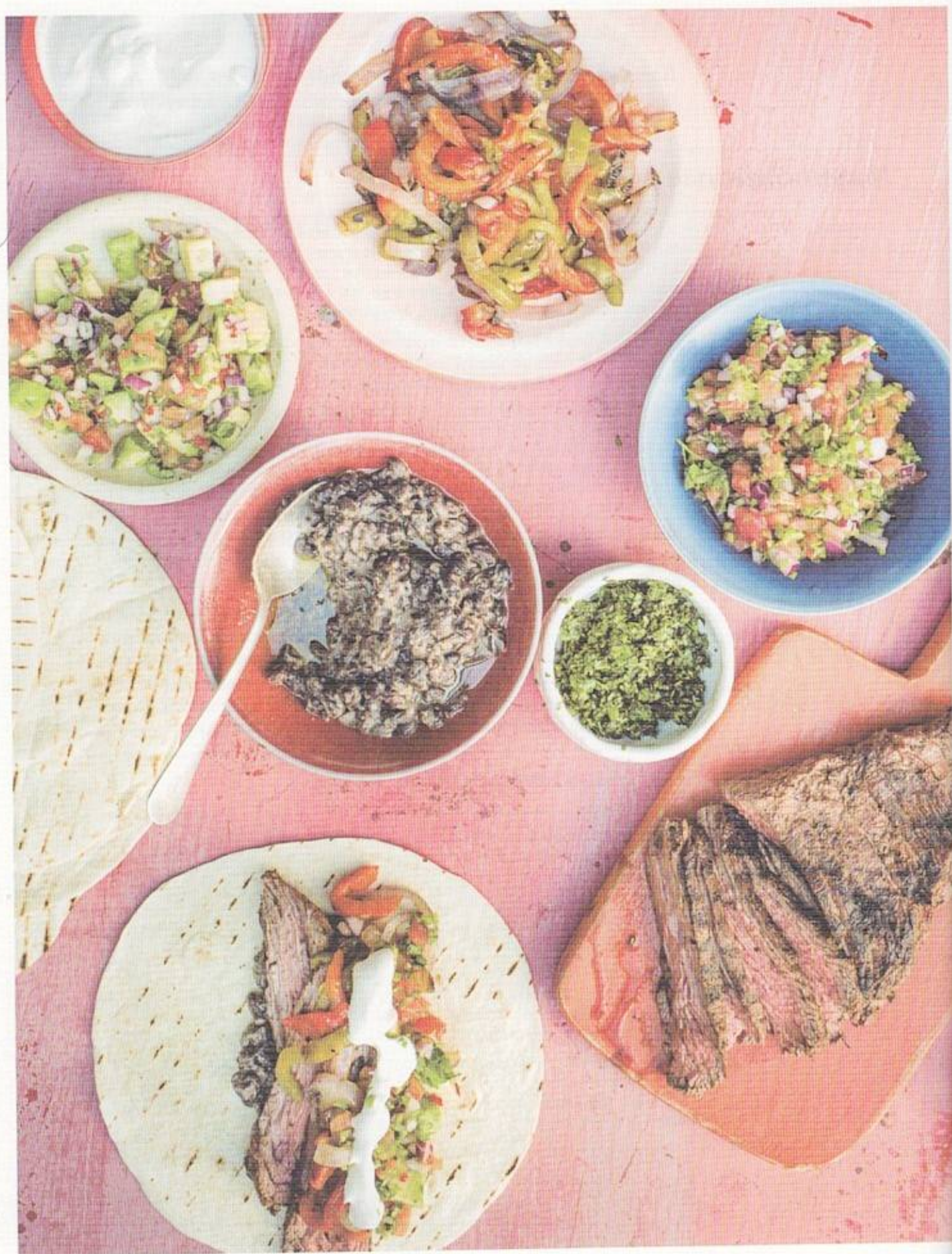
1 кг картофеля, подходящего для жарки
говяжий жир для фритюра
хлопья морской соли
солодовый уксус в виде спрея

Очистите и промойте картофель, затем нарежьте с помощью специального устройства или вручную с помощью острого ножа брусочками толщиной 1 см.

Выложите картофель в кастрюлю, залейте холодной водой, посолите и доведите до кипения. Варите 8 минут, затем воду слейте и дайте выпариться жидкости. Остудите.

Разогрейте говяжий жир во фритюрнице до 140 °C. Выложите брусочки картофеля в жир и жарьте 4-5 минут, внимательно следя, чтобы все брусочки были полностью погружены в жир во время жарки. Достаньте и обсушите на бумажных полотенцах, затем полностью остудите.

Перед подачей разогрейте жир до 190 °C. Верните картофель во фритюр и жарьте 4-5 минут, до золотисто-коричневого цвета. Обсушите на бумажных полотенцах, выложите в миску, посолите и сбрызните спреем уксуса. Сразу подавайте.





Фахитас — мексиканское изобретение XX века. Первые свидетельства их появления — отруб мяса, кулинарная техника (жарка прямо на огне или на гриле) и испанское название — относятся к 1930-м годам, когда на пастбищах юга и востока Техаса, во время перегонов, коров регулярно забивали, чтобы накормить работников. И такие сытные блюда, как *barbacoa de cabeza* (барбекю из головы), *menudo* (тушеный рубец), *fajitas* или *arracheras* (жареный скерт-стейк) ведут свое происхождение именно из традиций тех времен.

Фахитас со стейком

4 лайма
2 ст. л. оливкового масла
4 зубчика чеснока,
измельчить
4 ч. л. молотого кумина
2 ч. л. сухого орегано
2 ч. л. свежемолотого
черного перца
хлопья морской соли
1 кг скерт-стейка,
разрезать пополам
1 красный сладкий перец
1 зеленый сладкий перец
1 луковица, очистить
и разрезать пополам
8 больших пшеничных
тортилий
400 г консервированной
черной фасоли, жидкость
слить и размять в пюре
пико де гайо или
мексиканская сальса
(см. стр. 210)
гуакамоле (см. стр. 210)
150 мл сметаны
маленький пучок (около
30 г) кинзы, мелко
нарубить

Выжмите из лаймов сок и смешайте его с оливковым маслом, чесноком, кумином, орегано, черным перцем и солью по вкусу. Выложите стейки в неглубокую посуду или на противень и полейте маринадом. Натрите стейки маринадом со всех сторон, накройте и держите в прохладном месте несколько часов.

Разожгите барбекю и дайте углям прогореть до появления белого пепла. Снимите остатки маринада со стейков, обсушите их и готовьте по 5 минут с каждой стороны. Снимите с гриля и дайте отдохнуть 10 минут.

Пока мясо отдыхает, приготовьте на гриле целые перцы и половинки лука, регулярно переворачивая. Когда овощи будут готовы, а на коже перца появятся темные подпалины, снимите их с гриля и удалите кожицу с перцев. Нарежьте овощи кусочками или ломтиками.

Соберите фахитас. Подогрейте тортильи на решетке барбекю и намажьте пюре из черной фасоли. Сверху выложите кусочки мяса и овощей гриль, пико де гайо или мексиканскую сальсу, гуакамоле, немного сметаны, посыпьте кинзой и сразу подавайте.



Сэндвич со стейком — очень простое блюдо, но притом, что вариантов у него легион, не все они удачны. Этот рецепт — мой фаворит в течение многих лет, я готовил по нему бесчисленное количество раз. Важно не передержать хлеб на гриле — его нужно лишь слегка прогреть, чтобы появились легкие подпалины, но в середине он должен оставаться мягким.

Сэндвич со стейком

175 г стейка рибай

2 ломтика свежего дрожжевого хлеба

30 г голландского соуса: можно варианты с анчоусами, хреном или сыром стилтон (см. стр. 36-37)

5 г свежего хрена

горсть листочков кресс-салата

10 г красного лука, очистить и нарезать очень-очень тонко

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Приправьте и приготовьте на гриле стейк рибай, снимите и оставьте отдыхать на 5 минут.

Слегка обжарьте на гриле ломтики хлеба, чтобы внутри они оставались мягкими.

Нарежьте стейк полосками толщиной 1 см.

Намажьте любым из выбранных вами вариантов голландского соуса один ломтик обжаренного тоста. Сверху выложите ломтики мяса и натрите на мелкой терке очищенный хрен. Посыпьте кресс-салатом, выложите красный лук, накройте вторым ломтиком хлеба. Подавайте теплым.





Голландский — один из пяти «материнских» соусов французской кухни. Он был так назван потому, что считалось, что его впервые, думая, что он похож на традиционный голландский соус, приготовили к официальному визиту короля Нидерландов во Францию. Сделанный на основе яичных желтков и сливочного масла, он может стать основой для многочисленных вариаций, которые добавляют ему вкуса. Но начать нужно с этого основного рецепта.

Магия голландского соуса

Основной соус

250 г сливочного масла	1 ст. л. воды
3 крупных яичных желтка	1 ст. л. лимонного сока
	несколько капель соуса табаско

Слегка прогрейте сливочное масло до почти полного растапливания.

Взбейте яичные желтки с водой и лимонным соком в небольшой кастрюле до густой светлой массы, похожей на мусс.

Поставьте кастрюлю на средние-слабый огонь и продолжайте взбивать с такой скоростью, чтобы желтки не свернулись, захватывая все участки дна и стенок кастрюли.

Чтобы снизить нагрев, снимайте кастрюлю с огня на несколько секунд, затем ставьте обратно. (Если случилось так, что смесь начала сворачиваться, немедленно поместите кастрюлю в емкость с холодной водой, слегка остудите и продолжайте?)

По мере готовности желтковая смесь станет пышной и увеличится в объеме, а затем загустеет. Когда во время перемешивания венчиком вы начнете видеть дно кастрюли, желтковая смесь загустела достаточно, и ее можно снимать с огня.

Очень медленно и небольшими порциями вливайте в смесь растопленное масло, не прекращая перемешивать и добиваясь полной однородности перед добавлением следующей порции масла. Когда образуется устойчивая эмульсия, можно добавлять масло большими порциями, постоянно перемешивая до полной однородности. Продолжайте, пока не добавите все масло или не получите нужную консистенцию.

В готовый соус добавьте по чуть-чуть лимонного сока и соуса табаско, хорошо вымешайте. Приправьте в соответствии с тем вариантом соуса, который вы будете готовить далее (см. следующую страницу).

Варианты, которые отлично подойдут к стейку.

Беарнез Нарезьте очень тонко 3 луковицы шалота и выложите их в кастрюлю со 100 мл белого винного уксуса, 100 мл воды, $\frac{1}{4}$ чайной ложки дробленого черного перца, стеблями 2 больших веточек эстрагона и большой веточкой кервеля, сохранив листья для завершения приготовления соуса. Уварите смесь наполовину, перелейте в стеклянную банку и оставьте настаиваться на ночь в холодильнике.

Закончите приготовление голландского соуса, добавив 1 столовую ложку процеженного настоя, соль и перец, а также по 1 чайной ложке рубленых эстрагона и кервеля.

Вер нуазетт Разогрейте сливочное масло до появления пены, дайте ей исчезнуть, вновь прогрейте до появления пены (масло при этом слегка потемнеет). Используйте для приготовления соуса вместо обычного сливочного масла.

Соус шорон Бланшируйте, очистите и удалите семена у 3 спелых сливовидных помидоров, мелко нарубите мякоть. Прогрейте и вмешайте в голландский соус, добавив соль и перец по вкусу.

Голландский соус с анчоусами С помощью ступки и пестика разотрите 50 г качественных филе анчоусов в масле, $\frac{1}{4}$ небольшого зубчика чеснока, $\frac{1}{4}$ маленького перца чили без семян, пару листочков базилика, 1 чайную ложку дижонской горчицы, 1 чайную ложку красного винного уксуса и несколько горошин черного перца. Однородную пасту вмешайте в готовый голландский соус.

Голландский соус с костным мозгом Замените половину сливочного масла нарезанным кубиками костным мозгом. В готовый соус добавьте соль и перец, а также 1 чайную ложку настоя для соуса беарнез (см. выше).

Чесночный голландский соус Заверните головку чеснока в фольгу и запекайте при невысокой температуре 1 час. Срежьте верхушку и выжмите чесночную мя-

коть в миску. Добавьте это чесночное пюре в голландский соус вместе с солью и перцем по вкусу.

Голландский соус с хреном Завершите приготовление голландского соуса, добавив немного свеженатертого хрена, посолите по вкусу.

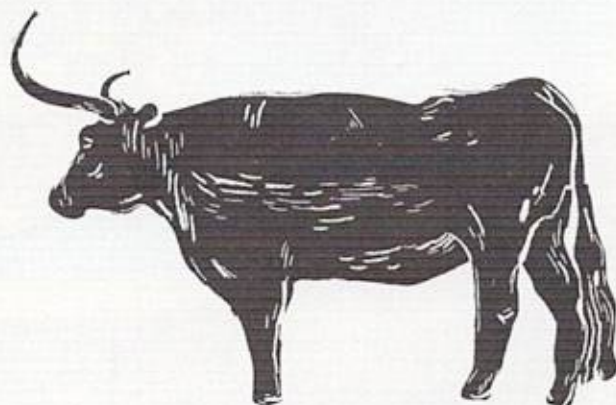
Голландский соус с кимчи Измельчите в блендере или мелко нарубите 100 г кимчи (см. стр. 89) и вмешайте в готовый голландский соус.

Горчичный голландский соус Закончите приготовление голландского соуса, добавив по 1 столовой ложке дижонской и зернистой горчицы, посолите по вкусу.

Апельсиновый голландский соус Приготовьте голландский соус, заменив лимонный сок на сок красного апельсина. В конце добавьте мелко натертую цедру апельсина и посолите по вкусу.

Хересный голландский соус Замените воду и лимонный сок 2 столовыми ложками очень хорошего хереса (я использую оloroso или амонтильядо — чем лучше херес, тем вкуснее соус), в конце посолите по вкусу.

Голландский соус со стилтоном Раскрошите 125 г сыра стилтон, подогрейте его и аккуратно вмешайте в соус, так чтобы чувствовались маленькие кусочки сыра.





Происхождение такоос покрыто тайной. Тем не менее известно, что их история начинается в восемнадцатом столетии, именно тогда появились первые упоминания о них в литературных источниках, где их называли *tacos de mineros*, что означает «такос шахтеров». Считалось, что это блюдо было самым распространенным у работников мексиканских серебряных рудников. В течение девятнадцатого века такос постепенно проникли в Америку как часть рациона иммигрантов. Уличные торговки, которых называли «королевами чили», продавали такос на улицах Лос-Анджелеса, и с появлением в городе туристов эта уличная еда стала популярной. Такос прижились в Лос-Анджелесе, и хотя следующее поколение мексиканцев поднялось выше по социальной лестнице, любовь к такос они не утратили. Медленно, но верно такос стали частью американской культуры в целом.

Такос со стейком

600 г стейка рибай
1 ст. л. основной смеси
специй для говядины
(см. стр. 40)
¼ кочана белокочанной
капусты
сок 1 лайма
12 мягких мини-тортилий
2 авокадо, мякоть мелко
нарезать
4–5 ст. л. кетчупа
с перцем чипотле
(см. стр. 41)
24 веточки кинзы

Щедро приправьте стейки смесью специй и приготовьте на гриле до средней степени прожарки – это лучшая температура для рибая. Снимите с гриля и дайте отдохнуть минимум 10 минут.

Очень тонко нашинкуйте капусту и смешайте ее с соком лайма.

Подогрейте тортильи, завернутые в фольгу, на гриле или в духовке при средней температуре.

Нарежьте стейк ломтиками, выложите понемногу капусты, авокадо, ломтиков стейка и по 1 чайной ложке кетчупа с перцем чипотле на каждую тортилью, дополните 2 веточками петрушки. Подавайте по 3 тортильи на порцию.



Смеси специй — важная часть барбекю. Это могут быть лишь соль и перец (иногда такую смесь называют «далматинской»), которыми приправляют кусок говядины. Смеси с добавлением сахара используются, чтобы приправлять великолепные куски грудинки (см. стр. 211, где я привожу простую версию такой смеси). Соль и сахар играют основную роль в обоих случаях — они позволяют образоваться корочке и задержать влагу внутри мяса.

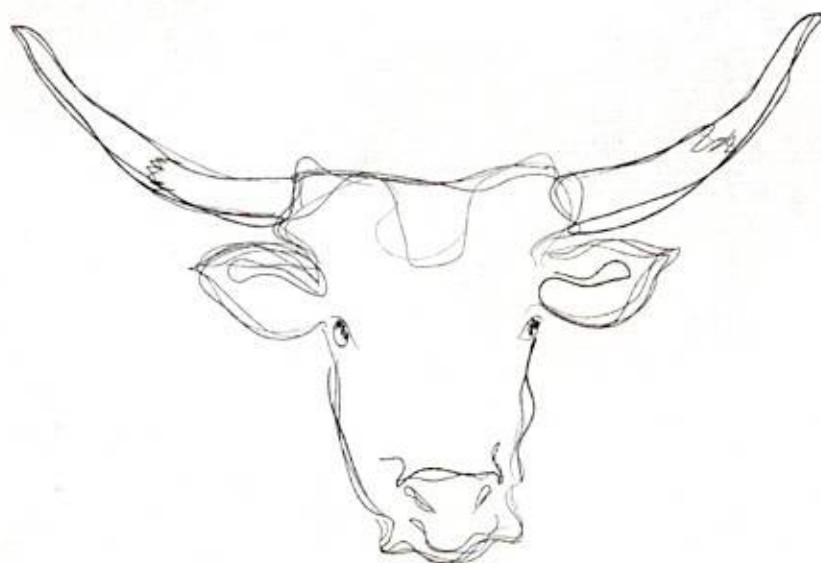
Основная смесь специй для говядины

На 450 г

250 г хлопьев морской соли
100 г кленового сиропа
25 г сухой английской горчицы
25 г острой копченой паприки

25 г свежемолотого черного перца
25 г пыли фенхеля (или обжаренных
семян фенхеля)

Просто измельчите в блендере все ингредиенты и используйте в выбранном вами рецепте.



Это очень простой соус, который служит мне верой и правдой уже долгие годы. Зимой я использую консервированные помидоры вместо свежих.

Кетчуп с перцем чипотле

На 600 мл

200 г спелых помидоров, мелко на рубить

200 г лука, очистить и мелко на рубить

200 г яблок, очистить от кожицы и сердцевин, мелко на рубить

200 г копченого перца чипотле

200 мл яблочного уксуса

4 ч. л. хлопьев морской соли

20 г острой копченой паприки

2 ст. л. жидкого меда

Поместите все ингредиенты, кроме меда, в кастрюлю из нержавеющей стали и доведите до несильного кипения. Варите 2 часа, затем добавьте мед и снова доведите до кипения. Протрите через сито или терку-мули для овощей.

Перелейте в стерилизованные бутылки (см. стр. 163) или банки и закатайте. Когда остынет, уберите в холодильник на несколько дней перед использованием. В холодильнике этот соус может храниться несколько недель.





Этот салат готовится из самой сочной и вкусной части стейка рыбай, известной как широчайшая мышца спины. Поданный с моей интерпретацией классического салата из рукколы и пармезана, он станет чудесным легким обедом. Этот салат со стейком ставит точку в вопросе, каким должен быть такой салат: простым и не перегруженным, в этом его главное достоинство.

Салат со стейком

Для заправки

30 г пармезана, мелко натереть +
немного для подачи
1½ ст. л. светлого бальзамического
уксуса
2 ч. л. лимонного сока
1 ч. л. дижонской горчицы
4 ст. л. оливкового масла extra
virgin

хлопья морской соли и свежемолотый
черный перец

Для салата

200 г стейка (см. описание, как
готовить стейк, в начале главы)
100 г листочков рукколы

Сначала приготовьте заправку. С помощью пестика и ступки или в блендере истолките пармезан с бальзамиком, лимонным соком, горчицей, солью и перцем до однородности. Продолжая толочь или не выключая мотор, постепенно влейте масло и взбейте до однородного соуса.

Приправьте стейк, поджарьте его до средне-слабой степени прожарки и дайте отдохнуть 10 минут.

Переберите, промойте и обсушите рукколу.

Нарежьте стейк ломтиками и красиво выложите на тарелки. Полейте рукколу заправкой и перемешайте, выложите рядом со стейком.

Посыпьте пармезаном и подавайте.

Гарниры для стейка

150 г хлопьев морской соли
2 живых лобстера
100 г чесночного масла (см. стр. 113)

Лобстер на гриле с чесночным маслом На 4 порции в качестве гарнира

Я включил этот рецепт в книгу, потому что мне нравится подавать лобстера вместе со стейком как домашнюю версию классического блюда «серф-энд-терф». Предлагаемый в меню стейкхаусов с 1960-х, серф-энд-терф переживал взлеты и падения популярности. Шеф Ален Шапель подавал лобстера с голубем, а такие храмы высокой кухни, как лондонский ресторан Le Gavroche (откуда, собственно, и происходит данный рецепт), продолжили эту традицию. Я тоже считаю, что с этим блюдом все в порядке, единственная сложность может возникнуть по неопытности с разделкой лобстера.

Убейте лобстеров, проколов острым ножом в месте соединения головы с хвостом.

Доведите до кипения 5 литров воды в большой кастрюле, куда добавлена морская соль – соленость воды должна быть такой, как в море. Поместите лобстеров в кипящую подсоленную воду и варите 8 минут. Снимите кастрюлю с огня и оставьте лобстеров в воде еще на 8 минут.

Отделите клешни, разбейте их молотком и аккуратно достаньте мясо целыми кусками. Разрежьте хвосты лобстеров вдоль пополам и извлеките мясо, вновь целыми кусками. Удалите кишечник и другие внутренности. Пустые половинки панцирей обильно смажьте чесночным маслом. Приправьте мясо лобстеров и плотно уложите в половинки панцирей. Сверху также смажьте чесночным маслом.

Готовьте на гриле при средней температуре до момента, когда масло начнет пузыриться. Подавайте, естественно, со стейком.





Для бульона

(на 1 л)
500 г панциря лобстера
½ моркови, нарезать
½ фенхеля, нарезать
½ луковицы, очистить и нарезать
4 зубчика чеснока, нарезать
1 стебель сельдерея, нарезать
оливковое масло

1 л рыбного бульона
связанный пучок трав (лавровый лист, фенхель и тимьян)
¼ лимона, нарезать ломтиками

Для фидеуа

250 г пасты для фидеуа (коротких и тонких рожков, можно заменить на наломанные тонкие макароны или рожки из муки твердых

сорт. — Прим. переводчика)
2 ст. л. оливкового масла
2 крупных зубчика чеснока
2 крупных спелых помидора, разрезать пополам, удалить семена, мякоть натереть на терке (кожицу выбросить)
1½ ч. л. сладкой паприки

4 мг (крупная щепотка) нитей шафрана, раскрошить
1 целый лобстер, отварить, выбрать мясо (панцирь использовать для бульона)
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
айоли (чесночный майонез) для подачи

Фидеуа с лобстером На 4 порции

В духе серф-энд-терф, это более изысканное блюдо из пасты с лобстером, чей оригинальный рецепт происходит с побережья Валенсии. Очень похоже на паззю, только с пастой вместо риса.

Запекайте панцирь лобстера в духовке при 200 °С до золотистого цвета.

Тем временем обжарьте овощи для бульона на оливковом масле до золотистого цвета.

Запеченные части панциря лобстера измельчите в ступке пестиком или раскрошите с помощью скалки. Выложите в большую кастрюлю с рыбным бульоном и обжаренными овощами. Доведите до несильного кипения и варите 30 минут.

Снимите с огня, добавьте зелень и ломтики лимона. Оставьте настаиваться на 10 минут, затем протрите через частое сито, стараясь выжать как можно больше жидкости. Выбросьте твердые остатки, перелейте бульон в кастрюлю, стоящую на очень слабом огне и доведите почти до кипения.

В большой сковороде обжарьте пасту до светло-золотистого оттенка (это займет около 10 минут), переворачивая, чтобы паста обжарилась со всех сторон. Снимите с огня.

Разогрейте в сковороде на средне-слабом огне оливковое масло, выложите чеснок и обжарьте, чтобы придать маслу чесночный аромат. Когда чеснок станет золотисто-коричневым, достаньте его из сковороды, измельчите и верните в сковороду.

Всыпьте к чесноку пасту, перемешайте, затем влейте горячий бульон. Добавьте натертые помидоры, готовьте 3-4 минуты, до загустения. Вмешайте паприку и шафран, готовьте 1 минуту. Доведите до несильного кипения и уваривайте 5 минут (на этой стадии попробуйте, если не хватает соли, досолите).

Выложите к пасте мясо лобстера и готовьте 4 минуты. Снимите с огня, накройте крышкой и дайте настояться 3 минуты. Подавайте с айоли как гарнир к стейку.

Орзотто с лесными грибами

На 4 порции

Восхитительный гарнир для тушеных блюд из говядины, это орзотто впитывает соус и становится более чем насыщенным по вкусу.

25 г сушеных белых грибов
1 длинная луковица шалота, мелко нарезать
2 зубчика чеснока, измельчить
60 г сливочного масла
300 г свежих лесных грибов, очищенных и нарезанных
200 г перловой крупы
750 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
50 мл оливкового масла extra virgin
100 мл хорошего итальянского красного вина, например кьянти
50 г пармезана, мелко натертого
1 ст. л. рубленых листьев петрушки
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Замочите сухие грибы в кипятке на 20 минут.

В большой сковороде спассеруйте рубленый шалот и чеснок на 40 г сливочного масла до мягкости, но без изменения цвета. Слейте воду с белых грибов, сохраните ее. Крупно нарежьте белые грибы, выложите в сковороду с луком и чесноком вместе со свежими грибами. Приправьте и готовьте до мягкости.

Всыпьте перловку в сито и хорошенько промойте под проточной холодной водой. Отваривайте в кастрюле с кипящей подсоленной водой 15 минут, до начала размягчения. Слейте воду и слегка остудите.

В небольшой кастрюле доведите до кипения говяжий бульон, убавьте огонь до слабого и поддерживайте бульон горячим.

В большом сотейнике разогрейте оливковое масло, выложите грибы и перловку и перемешайте. Влейте красное вино, затем, вливая по одному половнику бульона за раз, готовьте на средне-слабом огне, постоянно помешивая, пока почти вся жидкость не впитается. Продолжайте готовить, помешивая, до состояния перловки аль денте и образования кремового соуса, около 25 минут. Вмешайте тертый пармезан, посолите, поперчите и подавайте.

Фрикасе из лесных грибов

На 4 порции

Это мой любимый рецепт грибного фрикасе из Harvey's, первого ресторана шефа Марко Пьера Уайта, который находился когда-то в округе Уансворт, в Лондоне. В последнее время зимой я исключаю из рецепта помидоры.

600 г мелких лесных грибов
50 мл легкого оливкового масла
50 г сливочного масла
1 ст. л. мелко нарубленного лука-шалота
1 ч. л. мелко нарубленного чеснока
немного красного винного уксуса
5 помидоров, очистить от кожицы, удалить семена, мякоть мелко нарезать
1 ст. л. рубленого шнитт-лука
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Хорошо очистите грибы. В идеале лучше чистить их с помощью кисточки, чтоб удалить все загрязнения, но если вы их быстро ополоснете, а затем тут же хорошо высушите, это им не повредит. Если грибы крупные, нарежьте их ломтиками, мелкие оставьте целыми.

Разогрейте оливковое масло в большой сковороде с антипригарным покрытием и обжаривайте грибы партиями, снимая и выкладывая на тарелку.

Когда обжарите все грибы, выложите в сковороду сливочное масло, шалот, чеснок, тимьян и, наконец, обжаренные грибы. Перемешайте и готовьте, пока чеснок не станет мягким и полупрозрачным.

Приправьте по вкусу солью и перцем, также по вкусу добавьте уксус. Вмешайте помидоры и шнитт-лук и подавайте.



Лук-шалот и чеснок, тушенные с костным мозгом

На 4 порции

Я написал этот рецепт поздно вечером, после общения с неподражаемым шефом Марко Пьером Уайом в Маргарет-Ривер, в Австралии. Мы как раз закончили готовить ужин в винодельне, и он делился со мной списком своих любимых гарниров к стейку. Это моя интерпретация описанного им гарнира, который он пробовал во Франции. На самом деле роскошный луковый соус.

500 г лука-шалота
250 г зубчиков чеснока
1 ст. л. качественного топленого говяжьего жира
1 маленький пучок связанных вместе трав (тимьян, лавровый лист, розмарин)
200 г костного мозга, нарезать медальонами
рубленая петрушка
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Очистите шалот, сняв верхний сочный слой, очистите зубчики чеснока.

Разогрейте жир в сковороде и обжарьте шалот и чеснок партиями до золотистого цвета.

Выложите шалот в небольшую чугунную кастрюлю-кассероль с крышкой, добавьте травы и подливку с мадерой. Поместите в духовку на 1 час (готовый шалот должен легко прокалываться кончиком ножа). Добавьте чеснок и верните в духовку еще на 20 минут. Затем выложите медальоны костного мозга и посыпьте петрушкой. Удалите травы и прогрейте смесь.

Приправьте и подавайте со стейками, приготовленными на гриле, или используйте в рецепте листовой капусты с соусом (см. стр. 331, где также вы можете видеть фотографию этого блюда).

Сливочный шпинат со слегка запеченным яйцом

На 4 порции

Я готовлю это блюдо уже несколько лет, впервые попробовав его в великолепном ресторане Генри Харриса Racine. В его версии в состав рецепта входила фуа-гра вместо анчоусов и яиц, и это точно неплохой вариант.

500 мл жирных сливок
5 филе анчоусов, мелко нарезать
1 большая веточка розмарина
4 зубчика чеснока, измельчить
¼ мускатного ореха, натереть
1 кг шпината
¼ ч. л. кайенского перца
немного сливочного масла
4 яйца от кур свободного выгула
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Соедините в кастрюле сливки с анчоусами, розмарином, чесноком, мускатным орехом, солью и перцем и доведите до несильного кипения. Снимите с огня и оставьте настаиваться на 20 минут.

У шпината удалите стебли, хорошо промойте и бланшируйте в кипящей подсоленной воде. Слейте воду, выжмите жидкость из шпината и нарежьте на кусочки по 5 мм.

Процедите горячие сливки через сито поверх нарубленного шпината и прогрейте. Проверьте, хватает ли специй, добавив кайенский перец.

Слегка смажьте сливочным маслом форму для подачи и выложите горячий шпинат со сливками. Сделайте в смеси 4 углубления, выпустите в каждое по яйцу. Запекайте в разогретой до 170 °C духовке 4 минуты, чтобы яйца слегка схватились. Сразу подавайте.





Гратен из ньокки с голубым сыром

На 4-6 порций

Эти вкуснейшие ньокки обычно подаются в Италии как отдельное блюдо, но они также очень хороши как гарнир к стейку.

400 г крахмалистого картофеля, очистить
250 мл жирных сливок
1 веточка розмарина
¼ ч. л. свежемолотого мускатного ореха
1 крупное яйцо, слегка взболтать
150 г пармезана, мелко натереть
120 г пшеничной муки + немного на подпыл
50 г сливочного масла комнатной температуры + немного для смазывания
10 г панировочных сухарей
120 г сладкой горгонзолы
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Выложите картофель в большую кастрюлю, залейте водой и добавьте щепотку соли. Доведите до кипения, убавьте огонь и варите 20 минут, до мягкости. Слейте воду и дайте выпариться жидкости.

Разогрейте духовку до 180 °C.

В маленькой кастрюле доведите до кипения смесь сливок с розмарином и половиной мускатного ореха. Снимите с огня и дайте настояться.

Пропустите картофель через пресс в большую миску. Добавьте яйцо, половину пармезана, муку и оставшийся мускатный орех. Затем руками аккуратно замесите мягкое тесто. Переложите его на слегка подпыленную мукой рабочую поверхность и разрежьте на 4 части. Скатайте из каждой части колбаску диаметром 2 см, затем разрежьте на кусочки длиной 3 см.

Доведите до кипения подсоленную воду в большой кастрюле. Партиями отваривайте ньокки по 2-3 минуты или до всплытия на поверхность. шумовкой перекладывайте ньокки в форму для запекания, смазанную сливочным маслом.

Смешайте оставшийся пармезан со сливочным маслом и панировочными сухарями в маленькой миске.

Процедите настоявшиеся сливки поверх ньокки в форму. Разломайте горгонзолу на маленькие кусочки и выложите сверху. Равномерно посыпьте панировочной смесью. Запекайте в разогретой духовке до золотистой корочки и появления пузырей, 15-20 минут.



Салат из помидоров

На 4 порции

Помидоры наследственных сортов столь популярны сегодня не только благодаря тому, что представляют исторический интерес, но и из-за их вкуса, который намного богаче, чем у современных разновидностей. Они меньше хранятся, зато более устойчивы к заболеваниям, чем коммерческие сорта. Многие наследственные сорта избежали генетической мутации, которая сделала современные помидоры одинаковыми, красными по цвету. Те разновидности, которые перенесли эту мутацию и стали популярными в индустрии производства овощей с 1940-х годов, обладают меньшей способностью к выработке сахаров. Если вы привыкли есть обычные помидоры из супермаркета, томаты наследственных сортов станут для вас открытием.

800 г ассорти помидоров наследственных сортов, часть нарезать кубиками, часть — ломтиками

1 длинная луковица шалота, нарезать тонкими кольцами

10 г листочков петрушки

сок 1 лимона

100 г сливочного хрена (см. стр. 227)

оливковое масло extra virgin (его количество я оставляю на ваше усмотрение)

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Убедитесь, что ваши помидоры комнатной температуры — лучше, если они вообще не увидят холодильник изнутри.

В миске смешайте помидоры с кольцами лука и листочками петрушки, по вкусу приправьте солью, перцем и лимонным соком.

Смажьте салатник сливочным хреном и выложите поверх помидоры, убедившись, что кое-где виден слой хрена.

Полейте оливковым маслом и подавайте.

Салат из водяного кресса

На 4 порции

Не все разновидности кресс-салата одинаковы на вкус. Ищите разновидность с крупными темно-зелеными листочками, отличающуюся глубоким перечным вкусом.

100 г водяного кресса

50 г огурца, не очищать, нарезать кружочками

50 г маринованных огурчиков, нарезать тонкими кружочками (жюльен)

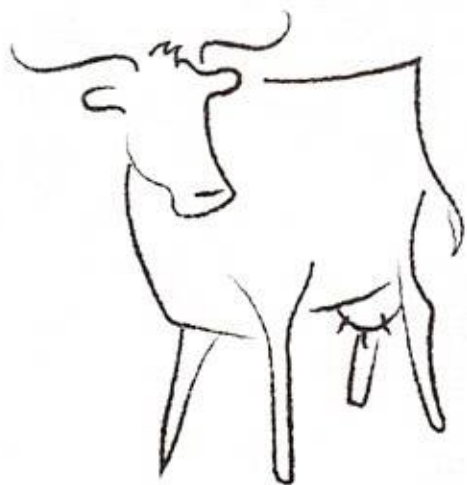
10 г мелких каперсов (почек), промыть

50 мл горчичной заправки (см. стр. 328)

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Хорошо промойте листья водяного кресса.

Смешайте свежие и маринованные огурцы, каперсы и водяной кресс в миске с заправкой, приправьте по вкусу.



Запеченная кукурузная каша с костным мозгом и трюфелем

На 4 порции

Кукурузная каша гритс, которую обычно едят на завтрак, ведет свое происхождение из Америки и готовится по старинной технологии. Традиционно сушеную кукурузу для нее размалывали между каменными жерновами, затем просеивали — мелкие частицы использовались как кукурузная мука, а более крупные шли на кашу. Во многих американских коммунах мельницы для кукурузы существовали до середины XX века: фермеры привозили на них молотую свою кукурузу, а мельник часть оставлял себе в качестве платы.

2 початка кукурузы
50 г сливочного масла
1 луковица, очистить и мелко нарубить
2 зубчика чеснока, измельчить
100 г кукурузной крупы
500 мл горячего основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
250 мл жирных сливок
50 г костного мозга, нарезать кусочками
1 маленький черный трюфель или ¼ пучка зеленого лука
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Освободите кукурузу от оболочки и запеки-те на горячем гриле или сковороде гриль до темных подпалин. Срежьте зерна с початков и крупно их нарубите.

Растопите масло в большой сковороде или в сотейнике, добавьте лук и спассеруйте до начала размягчения. Добавьте чеснок и готовьте до мягкости лука и чеснока. Постоянно помешивая, всыпьте кукурузную крупу, затем влейте бульон. Продолжайте готовить на слабом огне, часто, а лучше постоянно помешивая, до кремовой консистенции.

Когда каша будет почти готова, добавьте зерна печеной кукурузы и сливки. Готовьте, помешивая, около 5 минут или дольше, до загустения. Посолите и поперчите.

Вмешайте костный мозг и подавайте с натертым хлопьями трюфелем зимой или тонко нарезанным зеленым луком в остальное время года.

Зеленая фасоль

На 4 порции

Классический гарнир из меню стейкхауса. Перед тем как покупать свежую фасоль, дождитесь лета, чтобы она не летела к вам с другого континента. Мы забыли прелесть сезонных продуктов в пользу их постоянной доступности, и от этого сами и проигрываем. Летние овощи зимой — это печально.

50 г копченого бекона с мясными прожилками, нарезать маленькими полосками
1 длинная луковица шалота, мелко нарубить
1 зубчик чеснока, измельчить
500 мл свежей зеленой фасоли, удалить жесткие кончики
250 мл воды
4 спелых сливовидных помидора, бланшировать, очистить и нарубить
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Готовьте бекон на сковороде на средне-сильном огне до начала вытапливания жира, затем добавьте лук и чеснок и готовьте 1 минуту.

Добавьте сливочное масло, выложите фасоль, влейте воду и готовьте до ее выпаривания и мягкости фасоли, время от времени перемешивая.

Если к моменту выпаривания воды фасоль не стала мягкой, добавьте еще немного воды и доведите фасоль до готовности.

Посолите, поперчите, смешайте с помидорами и подавайте.

Сливочная кукуруза

На 4 порции

Сливочная кукуруза характерна для кухни американского Среднего Запада и Юга, ее готовят, извлекая мякоть из кукурузных зерен, чтобы получить жидкость, похожую на молоко. Это моя интерпретация данного блюда.

400 мл жирных сливок
4 зубчика чеснока, раздавить
1 большая веточка базилика
2 маленьких красных перца чили, разрезать пополам вдоль
1 кг кукурузы в початках (примерно 4 больших початка)
50 г кукурузной крупы или поленты быстрого приготовления
50 г сливочного масла
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Соедините в кастрюле сливки, чеснок, базилик и перец чили. Посолите, поперчите и доведите до несильного кипения. Снимите с огня и оставьте настаиваться под крышкой на 20 минут.

Срежьте верхушки у початков кукурузы. С помощью острого ножа срежьте зерна с початков и выложите в большую миску. Боковой стороной лезвия соскребите с початков похожую на молоко жидкость в ту же миску.

Процедите горячие настоявшиеся сливки через сито в миску с кукурузой, перелейте все обратно в кастрюлю и поставьте на слабый огонь. Помешивая, всыпьте поленту, добавьте масло и готовьте, помешивая, несколько минут, до загустения. Проверьте, хватает ли приправ, и подавайте.

Соус из белых грибов и костного мозга

На 500 г

Вкуснейший соус на основе говяжьего бульона отлично подойдет не только к стейку, но и к рыбе или телятине, а также может быть использован в качестве начинки.

10 сушеных белых грибов
50 г сливочного масла
50 г консервированного (см. стр. 163) или свежего костного мозга, нарезать кусочками
1 зубчик чеснока, измельчить
150 г крошек белого дрожжевого хлеба
250 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
50 г пармезана, мелко натертого
½ пучка петрушки, оборвать листочки и мелко нарубить
мелко натертая цедра и сок 1 не обработанного воском лимона
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Замочите грибы в теплой воде минимум на 1 час, затем слейте и сохраните воду, грибы мелко нарежьте.

Растопите масло вместе с костным мозгом в сковороде. Выложите грибы с чесноком и готовьте несколько минут. Всыпьте крошки, приправьте и слегка увеличьте огонь.

Влейте половину жидкости от замачивания грибов (оставшуюся вылейте, так как в ней может быть осевшая на дно посуды грязь) и добавьте остальные ингредиенты. Помешивая, прогрейте и снимите с огня.

Масло маршан де вин

На 300 г

Название этого классического дополнения к стейку на основе красного вина переводится с французского как «масло виноторговца». Используйте вино наилучшего качества: было бы обидно испортить вкус отличного стейка, приготовленного с заботой и по всем правилам, из-за того, что вы добавили в масло дешевое вино.

300 мл красного вина
30 г мелко нарубленного лука-шалота
300 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
100 г сливочного масла хорошего качества
100 г костного мозга
1 ст. л. рубленых листочков петрушки
1 ч. л. лимонного сока
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Соедините вино и шалот в кастрюле, поставьте на средний огонь и выпарите вино наполовину. Влейте говяжий бульон и проварите до консистенции сиропа. Остудите.

Взбейте размягченное масло с костным мозгом, вмешайте петрушку и лимонный сок, затем уваренную винную смесь, приправьте по вкусу.

Скатайте полученную смесь в виде колбаски, заверните в пленку и уберите в холодильник, чтобы оно затвердело.

Перед подачей нарежьте кружочками и выложите на поджаренные стейки.

Икорное масло

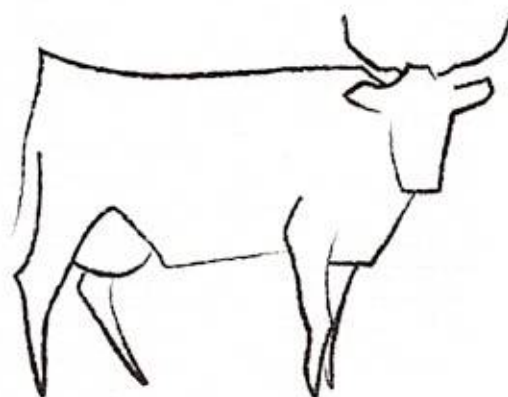
На 200 г

Подавайте это изысканное масло к стейку, приготовленному на гриле.

125 г соленого сливочного масла
1 отварное яйцо, натереть
1 ст. л. рубленых листочков петрушки
1 ст. л. рубленого шалота
1 ст. л. рубленых каперсов
маленькая баночка черной икры (56 г)

Взбейте сливочное масло до пышности, затем вмешайте остальные ингредиенты, икру — последней.

Икорное масло можно намазать на стейк или скатать из него колбаску, завернуть в пленку и охладить, а перед подачей нарезать кружочками и выложить на стейк.



Сливочный шпинат на тосте

На 4-6 порций

Еще одна версия сливочного шпината (первую ищите на стр. 49). В данном случае у вас есть тост, чтобы собрать все эти вкуснейшие соки от запеченной говядины. Шпинат и стейк — классика меню стейкхаусов в течение многих лет, и даже не пытайтесь с этим спорить.

20 г сливочного масла

1 кг молодого шпината, оборвать стебли и промыть

1 большой зубчик чеснока

100 мл жирных сливок

100 мл соков от запекания говядины, основного говяжьего бульона или подливки с мадерой (см. стр. 112 и 114)

4 ломтика дрожжевого хлеба

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Растопите масло и прогрейте его до золотистого цвета и появления пены. Выложите шпинат и перемешивайте вилкой, на зубчики которой надет зубчик чеснока, чтобы шпинат увял.

Далее готовьте на среднем огне. Влейте тонкой струйкой сливки, позволяя им увариваться. Так же влейте бульон или подливку и уварите до густой консистенции. Приправьте и снимите с огня.

Поджарьте ломтики хлеба на гриле с обеих сторон, чтобы на них появились подпалины, но внутри хлеб оставался мягким.

Выложите на тосты сливочный шпинат и подавайте.

Жареная свекла

На 4-6 порций

Жареная свекла — потрясающий гарнир к стейку, и она гораздо полезнее, чем обычная картошка фри. Возможно,

1 кг готовой свеклы разных цветов (печеной в духовке или на углях)

говяжий жир для жарки

рисовая мука

хлопья морской соли

сливочный хрен (см. стр. 227) для подачи

Очистите свеклу и нарежьте ее крупными брусочками или дольками.

Разогрейте говяжий жир во фритюрнице или большой кастрюле слоем глубиной 10 см.

Щедро обваляйте брусочки свеклы в рисовой муке и обжарьте в разогретом жире до золотистой хрустящей корочки.

Посолите, подавайте со сливочным хреном.





«Розочки» из лука

На 1 порцию

Этот гарнир из меню американских стейкхаусов представляет собой очень интересную версию привычных нам луковых колец. Такой лук невероятно вкусен и стоит потраченных на него усилий.

растительное масло для фритюра

1 крупная сладкая луковица

300 г пшеничной муки

1 ч. л. кайенского перца

2 ст. л. паприки

¼ ч. л. сушеного тимьяна

¼ ч. л. сушеного орегано

¼ ч. л. молотого кумина

2 крупных яйца

250 мл молока

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Разогрейте масло во фритюрнице до 180 °С.

Срежьте верхушку у луковицы на 1 см и очистите ее. Выложите луковицу разрезом вниз на доску. Начиная в 1 см от корневой части, прорежьте лук в перпендикулярном направлении до конца, чтобы при этом луковица осталась целой. Повторите трижды, чтобы разрезы делили луковицу на 4 равные части.

Прорежьте каждую часть еще раз, чтобы получилось 16 «лепестков».

Переверните луковицу и пальцами аккуратно слегка отделите слои друг от друга, чтобы луковица оставалась целой.

Смешайте муку с кайенским перцем, паприкой, тимьяном, орегано, кумином и ¼ чайной ложки свежемолотого черного перца. В небольшой миске взбейте яйца с молоком и 225 мл воды.

Поместите луковицу в отдельную миску срезом вверх, посыпьте мукой с приправами. Накройте миску тарелкой и потрясите, чтобы смесь ровно распределилась.



Убедитесь, что луковица ровно покрыта мукой, особенно между «лепестками». Стряхните лишнюю муку, сохраните мучную смесь.

Окуните лук в яично-молочную смесь, убедившись, что она покрыта ею равномерно. Достаньте и дайте излишкам стечь. Повторите обваливание в муке со специями.

Аккуратно опустите луковицу в масло, срезом вниз. Жарьте около 3 минут, затем переверните и готовьте до золотистого цвета, около 3 минут. Обсушите на бумажном полотенце.

Приправьте и подавайте.

Картофельное пюре с костным мозгом и луковой подливкой

На 4 порции

Мало что можно придумать, чтобы улучшить отличное пюре с подливкой, но этот вариант просто чертовски хорош.

200 г консервированного костного мозга
(см. стр. 163)
1 кг картофеля
200 мл молока
200 мл луковой подливки (см. стр. 115)
хлопья морской соли

Взбейте костный мозг в чаше миксера до светлого и пышного состояния, затем протрите через частое сито.

Очистите и нарежьте картофель. Выложите в кастрюлю, залейте холодной водой, посолите и доведите до кипения. Убавьте огонь до слабого кипения и варите 20 минут. Острым ножом проверьте, готов ли картофель, затем слейте воду через дуршлаг и дайте обсохнуть.

Доведите молоко до кипения, снимите с огня.

Пропустите картофель через мельницу для овощей или пресс для пюре, вмешайте молоко и проверьте, хватает ли специй.

Прогрейте луковую подливку. Выложите пюре на тарелку для подачи, в центр выдавите из кондитерского мешка взбитый костный мозг. Полейте горячей подливкой сверху и подавайте.

Картофельное пюре с оливковым маслом extra virgin

На 4 порции

Типичный для Средиземноморья, этот простой гарнир из картофельного пюре с оливковым маслом отлично подходит для мяса с насыщенным вкусом или потрохов. Для более свежего вкуса попробуйте посыпать его сверху дробленным зеленым перцем.

500 г картофеля
4 зубчика чеснока, очистить
125 мл оливкового масла extra virgin + немного для подачи
1 ч. л. хлопьев морской соли
дробленный зеленый перец для подачи
(по желанию)

Очистите и нарежьте картофель. Выложите в кастрюлю, залейте холодной водой, посолите и доведите до кипения. Убавьте огонь до слабого кипения и варите 20 минут. Острым ножом проверьте, готов ли картофель, затем слейте воду через дуршлаг и дайте обсохнуть.

Еще горячим пропустите картофель через мельницу для овощей или пресс для пюре в миску. Вмешайте оливковое масло, посолите по вкусу. Подавайте в глубокой тарелке, посыпав по желанию зеленым перцем и сбрызнув оливковым маслом.

Гратен из картофеля с пармезаном и анчоусами

На 4-6 порций

В какой-то мере это блюдо основано на классическом «Искушении Янсона», только здесь я использую испанские соленые анчоусы вместо копченых шпрот. Этот гратен — один из самых моих любимых гарниров на все времена. Если у вас есть возможность добавить вместо анчоусов копченые шпроты — сделайте это, и у вас получится аутентичное скандинавское блюдо. Правда, с анчоусами оно мне нравится больше...

1 л сливок
1 большая веточка розмарина
1 кг картофеля восковых сортов
2 крупных зубчика чеснока, пропустить через пресс
100 г соленых анчоусов, мелко нарубить
100 г пармезана, мелко натереть
50 г свежих белых хлебных крошек
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Прогрейте сливки с добавлением розмарина в кастрюле до кипения. Приправьте по вкусу, снимите с огня и оставьте настаиваться на 20 минут.

Разогрейте духовку до 160 °С.

Тонко нарежьте картофель с помощью терки-мандолины и выложите в большую миску. Процедите настоявшиеся сливки через сито в ту же миску. Распределите чесночное пюре по дну большой формы для запекания (объемом 2 л), сверху выложите картофель и анчоусы. Накройте фольгой и запекайте в духовке около 1 часа, до момента, когда картофель при прокалывании ножом станет мягким.

Достаньте из духовки, посыпьте пармезаном и хлебными крошками. Верните в духовку, удалив фольгу, и запекайте еще 20 минут, до золотистой корочки.

Макароны с сыром

На 4-6 порций

Замените макароны на бланшированную цветную капусту, чтобы приготовить гарнир из цветной капусты с сыром, или используйте пополам макароны и цветную капусту для еще одного варианта гарнира.

1 зубчик чеснока
360 г сухих макарон
500 мл молока
50 г сливочного масла
50 г пшеничной муки
80 г сыра стилтон, раскрошить
80 г сыра чеддер, натереть
80 г сыра с промытой корочкой, натереть
щепотка тертого мускатного ореха
125 г моцареллы, нарезать
3 ст. л. свеженатертого пармезана
3 ст. л. панировочных сухарей панко
хлопья морской соли и свежемолотый белый перец

Разогрейте духовку до 200 °С. Смажьте форму для запекания 20×20×5 см разрезанным зубчиком чеснока.

Отварите пасту в большой кастрюле с кипящей подсоленной водой до состояния аль денте или в соответствии с инструкцией на ее упаковке.

В небольшой кастрюльке доведите молоко до появления пены и несильного кипения, убавьте огонь до слабого и сохраняйте молоко горячим. В другой кастрюле растопите сливочное масло на среднем огне, всыпьте муку и готовьте, помешивая, до получения однородной светлой пасты ру. Постоянно помешивая венчиком, медленно влейте молоко. Продолжая вымешивать, дайте соусу загустеть, готовьте примерно 2 минуты. Добавьте три вида сыра, чуть посолите и поперчите по вкусу, приправьте мускатным орехом. Помешивая, дождитесь полного расплавления сыра и однородности соуса.

Слейте с пасты воду и верните в кастрюлю. Влейте сырный соус и перемешайте. Вмешайте моцареллу и быстро перелейте в подготовленную форму для запекания, до расплавления моцареллы. Запекайте 8 минут, затем достаньте и посыпьте смесью пармезана с панировочными сухарями. Верните в духовку еще на 8 минут, до золотисто-коричневой корочки.



Запеченный на углях сладкий картофель с карамелизованным луком

На 4 порции

В этом рецепте кожура сладкого картофеля запекается до неаппетитного черного цвета, но не снимайте ее, потому что она чрезвычайно вкусная. Если вам совсем не нравится ее вид, можете съесть только мякоть, но это будет почти преступлением.

4 крупные сладкие картофелины с оранжевой мякотью

1 ст. л. сливочного масла

2 крупные луковицы, очистить и тонко нарезать

50 г меда

50 мл яблочного уксуса

1 ст. л. листочков тимьяна

1 ст. л. листочков розмарина, мелко нарубить
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Поместите сладкий картофель в прогоревшие, но горячие угли в гриле, засыпьте углями, чтобы картофелины равномерно пропеклись. Кожура почернеет, но так и нужно.

Когда картофель будет готов, разогрейте в большой сковороде с тяжелым дном масло и обжаривайте на нем лук в течение 20 минут на среднем огне, до мягкости и золотистого цвета.

Добавьте к луку мед и уксус, готовьте еще 20 минут, постоянно помешивая, пока не выпарится большая часть жидкости.

Добавьте травы и хорошо приправьте солью и перцем.

Достаньте готовые картофелины из угля, стряхните с них золу и пепел. Разрежьте картофелины пополам и выложите на каждую половинку луковую смесь. Подавайте со стейком на гриле или запеченным мясом.

Сыр танворт с трюфелем

На 4-6 порций

Танворт (английский мягкий сыр с корочкой со светлой плесенью, в рецепте может быть заменен на камамбер. — *Прим. переводчика*) — мой любимый сыр, он прекрасен сам по себе. Но его можно дополнить, например, небольшим количеством трюфеля и творогом, чтобы использовать в качестве гарнира к стейку. Купите свежий трюфель онлайн. Если вы выберете одну из тех жалких баночек из супермаркета, вообще не поймете, почему я заморачивался с этим рецептом.

1 целая головка сыра танворт

100 г творога или творожного сыра

1 целый маленький свежий черный трюфель

Срежьте и сохраните верхнюю корочку сыра. Вскребите мягкую часть, оставив примерно по 1 см на дне и стенках, чтобы он сохранял форму.

В миске перемешайте мякоть сыра с творогом до однородности, затем натрите туда же трюфель на крупной терке.

С помощью кондитерского мешка наполните приготовленной смесью внутреннюю часть сыра и накройте срезанной корочкой. Заверните и храните в прохладном, подходящем для сыра месте до подачи.

Когда ваш стейк будет готов, нарежьте сыр на дольки и выложите по одной дольке сверху на каждый стейк, позволив ему слегка расплавиться. Это очень вкусно.

Гарнир из полужасоленной фуа-гра

На 4-6 порций

Ведущий свое происхождение из Египта, этот продукт представляет собой блок гусиной или утиной печени. У фуа-гра в наши дни не самая лучшая репутация по этическим соображениям, из-за нарушения прав животных. Тем не менее натуральную фуа-гра получают от диких птиц, мигрирующих зимой на юг, видимо, именно поэтому данный продукт и был открыт египтянами. В Испании занимаются производством фермерской сезонной и этической фуа-гра, без применения принудительного кормления, поэтому я смело могу рекомендовать этот продукт, если у вас есть возможность его приобрести.

1 блок (600 г) выращенной в соответствии с этическими принципами сырой фуа-гра, очищенной, без протоков

20 г основной смеси специй для говядины (см. стр. 40)

50 мл мадеры

хлопья морской соли

Выложите подготовленную фуа-гра на кусок пищевой пленки. Слегка приправьте специями для говядины и полейте мадерой.

С помощью пленки сформируйте из фуа-гра плотный цилиндр. Закрутите пленку на концах и уберите в холодильник на 1 час.

Снимите пленку и заверните фуа-гра в кусок муслина. Завяжите концы, сжимая фуа-гра, чтобы получился плотный цилиндр. Поместите в пластиковый контейнер и полностью засыпьте солью. Уберите в холодильник на 12 часов.

Достаньте фуа-гра из соли и снимите с нее муслин.

Нарежьте фуа-гра медальонами и дайте им растаять поверх горячих стейков.

Устричный соус

Примерно на 200 мл

Однажды, в 1888 году, китаец Ли Ким Шент готовил, как обычно, устричный суп, но забыл вовремя снять его с огня. Почувствовав сильный запах, он снял с кастрюли крышку и обнаружил, что обычно прозрачный устричный суп превратился в густой коричневатый соус, который просто ошеломил его невероятным ароматом и уникальным изысканным вкусом.

Устричный соус отлично подходит к говядине.

200 г устриц без раковин, сохранить соки

50 мл светлого соевого соуса

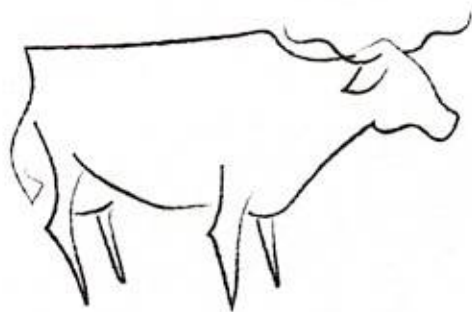
50 мл темного соевого соуса

50 г сахара

Слейте и сохраните жидкость от устриц. Острым ножом крупно их нарежьте.

Поместите устрицы в маленькую кастрюльку с их соками и 50 мл воды. Доведите до кипения, время от времени помешивая, чтобы устрицы не прилипли ко дну. Убавьте огонь до слабого и готовьте 10 минут, до загустения, время от времени помешивая.

Влейте оба вида соевого соуса, всыпьте сахар и варите еще 5 минут, до растворения сахара. Процедите соус через сито или дуршлаг, твердые остатки выбросьте.



Породы

Порода — это тип рогатого скота, тщательно выведенный в течение долгого времени, который в точности воспроизводит свои качества, проявляющиеся в потомстве. Каждая порода имеет свои достоинства и особенности, и требуются многие поколения, чтобы создать новую породу.

Существующие сегодня породы рогатого скота были созданы путем селективного размножения, чтобы увеличить те характеристики, которые подходят для среды, в которой они обитают. Так, рогатый скот в холодных гористых местностях — это некрупные выносливые животные с плотной и длинной шерстью, обладающие выносливостью и ловкостью для выживания в сложном климате. Рогатый скот, обитающий на равнинах, всегда был менее вынослив и приспособлен пастись на лугах. Животные из низменностей с более холодным климатом занимали промежуточное положение.

Кроме того, в те времена, когда сельские поселения чаще всего состояли из поместья землевладельца и многочисленных наделов арендаторов, в каждой семье была корова для доения и получения телят. Не имея возможности содержать собственного быка, семьи пользовались услугами помещика, который предоставлял быка для всех коров в округе. Бык передавал свои гены каждому теленку, и с каждым поколением местные черты проявлялись все отчетливее, что приводило к появлению новых пород.

Животноводство развивалось в этом случайном ключе до середины XVIII столетия, пока известный специалист по земледелию из Лестершира, Англия, Роберт Бэксхэлл, не ввел впервые принципы селекции, содержа животных разных полов отдельно и выбирая для размножения особей с нужными характеристиками, чтобы вести сознательное межродовое скрещивание.

Многие из этих традиционных британских и европейских пород пересекли Атлантический океан вместе с поселен-

цами и попали в Северную Америку, где дали начало новым породам. Позднее некоторые из них были распространены по всему миру и завезены, например, в Австралию и Новую Зеландию.

Во второй половине XX века традиционные местные породы стали терять свою популярность, а послевоенное сельское хозяйство перешло на гибридных животных (они быстрее вырастают из-за того, что называется «гибридной энергией» — см. стр. 98). Современные методы вводились, прежде всего, для получения более дешевого мяса. Недавно, однако, наметилось возвращение интереса к старым породам. Мясники, шеф-повара и потребители голосуют за них не только своими желудками, но и всем сердцем.

Здесь я вкратце расскажу о тех породах, которые я знаю и использую, а также о самых известных. Это ни в коем случае не полный список — есть породы, с которыми я никогда не сталкивался, так что мне нечего особо про них сказать, — но в этот перечень должны, по моему мнению, попасть все самые лучшие породы коров.

Как я ранее уже писал, порода — лишь одно из слагаемых уравнения. Если вы в Африке, едите потрясающий стейк из Анголе-Ватуси и удивляетесь, почему о данной породе не написано в этой книге, позвольте мне предположить, что ваше животное прожило хорошую, счастливую жизнь, питалось разнообразными травами и клевером, было гуманно умерщвлено, это и сделало его мясо настоящим деликатесом. Важно помнить, что порода даст нужный результат и проявит свой генетический потенциал только при условии правильного выращивания, кормления и убоя. Только когда все эти четыре компонента объединяются, мы получаем мясо таким, каким оно и должно быть.

Абердин-Ангус

Это очень известная порода, и большинство существующих сегодня пород включают в себя гены Ангусов.

Происходит из Шотландии, из областей Абердиншир и Ангус, первые сведения о ней относятся к XVI столетию. Безрогих коров Абердиншира и Ангуса местные называли «Ангус додди» и «Бьюкен хамлиз». В 1824 году Уильям Маккомби из Тиллифора, Абердиншир, начал улучшать характеристики скота путем скрещивания, и сегодня он считается «отцом» данной породы. Первая племенная книга появилась в 1862 году, а в 1869-м в Шотландии было создано общество заводчиков этой породы. К середине XX века Абердин-Ангусы стали обычными на всех островах Британии, и в наши дни их гены используются во всем мире для получения говядины высшей категории.

В Европе мясо может называться мясом Абердин-Ангусов, если содержит минимум 50 процентов генов исходной породы, это означает, что почти все мясо в продаже получено в результате скрещивания с другими породами. Из-за некоторых коммерческих факторов, таких как скорость набора веса, говядина абердин-ангусской породы довольно редкая и дорогая.

Чистопородные Ангусы созревают раньше, чем другие местные британские породы. Они очень выносливы и способны переносить холодные шотландские зимы. Им свойственна естественная комолость (отсутствие рогов), обычно они черные, хотя иногда в окрасе проявляются оттенки красного цвета. В Великобритании оба окраса регистрируются как генетически идентичные, но в США их считают двумя разными породами: Красный Ангус

и Черный Ангус. Черные Ангусы — самая распространенная в США порода крупного рогатого скота.

В 1883 году в Чикаго была основана Американская ассоциация Ангусов, а первая племенная книга была опубликована в 1885-м, когда черные и красные особи регистрировались без различия. Тем не менее в 1917 году, в целях рекламы говядины именно черной разновидности, особей с иным оттенком окраса стали регистрировать отдельно.

Американская ассоциация Ангусов в 1978 году ввела стандарт Certified Angus Beef (Сертифицированная говядина Ангусов) с целью продвинуть идею о том, что это мясо обладает более высоким качеством, чем мясо других пород. Право на получение этого стандарта имеют любые коровы, содержащие минимум 51 процент генов Черных Ангусов, включая помеси. Однако любое мясо должно отвечать следующим критериям:

- Средний или высокий уровень мраморности
- Средняя или высокая степень мраморной текстуры
- Степень зрелости «А»
- Размер области ребай: 64,5–103,2 см
- Вес костей не более 453,6 кг
- Слой жира не более 2,5 см
- Умеренная или высокая мускулистость
- Бугор на шее не более 5 см высотой
- Практически без разрывов капилляров
- Никаких темных следов на разрезах
- Окрас животного черный или красноватый

К сожалению, это означает, что под названием «Ангус» может скрываться далеко не самое качественное мясо, кроме тех случаев, когда оно чистопородное на 100 процентов, а это большая редкость.



Абердин-Ангус



Опоясанная
Галлоуэй



Девонская

Опоясанная Галлоуэй

Известная также как Белти в Великобритании и Орео в США, эта порода происходит из Галлоуэя, что на юго-востоке Шотландии. Хорошо сложенная и адаптированная для жизни на бедных нагорных пастбищах и незащищенных от ветра вересковых пустошах этого региона, порода Опоясанная Галлоуэй способна даже в далеко не идеальных условиях давать качественную мраморную говядину на чисто травяном откорме, без изменения рациона перед забоем (об этом подробнее см. на стр. 128).

Заводчики Галлоуэев завели свою племенную книгу в 1878 году, а в 1921 году была основана Ассоциация пород Дун и Галлоуэй, позднее переименованная в Ассоциацию Галлоуэй, так как порода Дун перестала регистрироваться. Это общество и в наши дни ведет родословные Галлоуэев, разделяя их на две разновидности: Белые и Красные Галлоуэи.

Данная порода сформировалась естественным путем. Самые характерные особенности Галлоуэев — это длинная шерсть и широкий белый «пояс», опоясывающий все тело. Грубая внешняя шерсть помогает противостоять дождю, в то время как мягкий подшерсток обеспечивает тепло и гидроизоляцию, что дает возможность коровам этой породы проводить зимы на открытом воздухе.

Коровы Риггит Галлоуэй — древней разновидности этой породы — легко распознаются по белой полосе, идущей вдоль позвоночника (термин «риггит» в переводе с шотландского — «полоса»). Основной цвет может быть черным, иссиня-черным, красным, рыжим или серовато-коричневым, а белая полоса может расширяться и покрывать большую часть спины (особенно сзади). Также белые пятна встречаются под грудью животного и в виде небольших островков среди основного цвета.

Британская Белая

Сформирована естественным путем, крупная и выносливая местная порода, которая демонстрирует одновременно признаки мясной и молочной пород. Окрас — белый, с пятнышками рыжего или черного цвета в районах морды, ушей, вокруг глаз, у основания рогов и на ногах. Современная порода, известная как Британская Белая, ведет прямое происхождение от местного дикого рогатого скота, который обитал в Ланкашире.

Шароле

Белые, кремовые или светло-золотистые, крупные животные этой породы отличаются длинным телом, развитой мускулатурой и поздним созреванием. У большинства коров Шароле короткие рога и розовый нос. Шароле — самая распространенная порода во Франции, которая была завезена на юг США в 1946 году и на север страны — в 1965-м.



Британская
Белая



Галисийская
Светлая

Девонская

Это одна из нескольких пород, ведущих происхождение от традиционной рыжей породы с юга Англии, остальные — это Херефордская, Сассекская, Линкольнская Красная и Ред Полл. По цвету их окрас варьируется от насыщенного медного до рыжего и каштанового. Насыщенный красный цвет предпочтительнее всего, он же дал этой породе ее прозвище «Красный Рубин». Шерсть средней густоты, обычно длинная и вьющаяся зимой и короткая и гладкая летом. Кончик хвоста светло-кремовый.

Изначально данная порода была рогатой, однако американские производители вывели безрогую ее разновидность, которая, тем не менее, остается чистопородной.

В прошлом Девонская порода считалась универсальной, но за последние полвека она стала позиционироваться как мясная. Ее хорошая способность усваивать траву и другие типы корма сделала ее популярной в таких регионах, как Южная Бразилия, Австралия и Новая Зеландия.

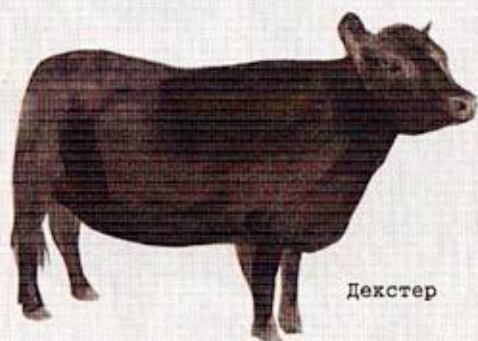
Декстер

Самая мелкая из европейских пород, Декстер происходит с юго-востока Ирландии. В Англию коровы этой породы были завезены в 1882 году. У коров породы Декстер может быть три варианта окраса: черный, рыжий и серовато-коричневый. У них не должно быть белых пятен, за исключением небольшого на животе и отдельных белых волосков на кончике хвоста.

Изначально у Декстеров были маленькие и толстые рога — спереди у быков и чуть дальше, сзади у коров. В 1990-х годах была естественным путем выведена комолая разновидность. Тело этих животных небольшое, но широкое, с крупной задней частью. Декстеры почти исчезли в Ирландии, но продолжают выращиваться как чистая порода в некоторых небольших хозяйствах Англии, а также в США.

Говядина, получаемая от Декстеров, имеет хорошую мраморность и обычно темнее по цвету, чем мясо других пород, с сильным мясным вкусом.

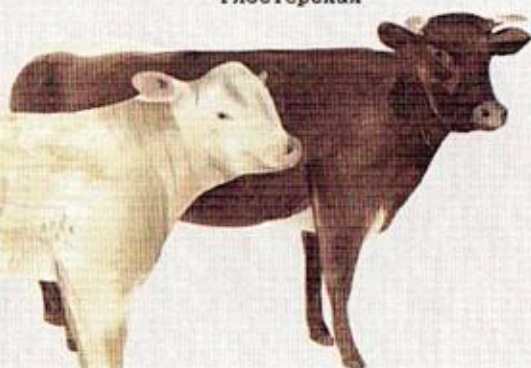
Мясо этой породы — одно из лучших, что я пробовал, и оно происходило из Хайленда.



Декстер



Шароле



Глостерская

Галисийская Светлая

Порода, известная на родине как Rubia Galega, происходит из Галисии, что на северо-западе Испании. Выращивается главным образом на мясо по всей Галисии, при этом около 75 процентов сконцентрировано в провинции Луго, где пасется в горных местностях, на высоте более 550 м над уровнем моря. Шерсть светло-рыжая, с пшеничным или коричневым оттенком. Племенная книга ведется с 1933 года.

Глостерская

Крупные животные яркого темно-коричневого окраса у коров и телят и почти черного у быков. У них белый живот и белая полоска вдоль позвоночника, продолжающаяся на хвосте. Обычно у коров этой породы хорошо развитые белые рога с черными кончиками.

Рогатый скот такого типа был очень многочисленным в Англии уже в XIII столетии. Этих коров высоко ценили за молоко, за то, что из них получались сильные рабочие вола, и в последнюю очередь за их мясо. К 1972 году осталось всего одно большое стадо, и порода оказалась на грани исчезновения. Однако уже в следующем году было восстановлено Общество Глостерской породы, и порода перешла из разряда исчезающих в разряд редких. Такой она остается и в наши дни, так как официально зарегистрировано всего 750 пригодных для размножения коров.



Херефордская



Хайленд



Красный Ангус

Херефордская

Рыже-белый окрас с оттенками от вишнево-красного до светло-оранжевого. У Херефордов белая морда, от ушей до шеи. Коренастое и квадратное тело с выраженной мышечной массой, особенно в плечах. Характер шерсти варьируется от гладкой и короткой летом до густой и вьющейся зимой.

Коровы этой породы могут выращиваться в различных условиях, и более 5 миллионов чистокровных Херефордов ныне широко распространены по всему миру.

Продажа Херефордов на экспорт началась в 1817 году в Великобритании политиком Генри Клеем, который продал их в американский штат Кентукки. В 1840-х годах порода начала усиленно вывозиться через Атлантику и распространилась не только в США, но и в Канаде, а через Мексику и в Южной Америке. Коров породы Херефорд можно в наши дни найти в любом регионе мира с умеренным климатом.



Лимузенская



Лонгхорн

Хайленд

Эта порода отличается особой выносливостью и густой шерстью, и это одна из самых чистых британских пород, которая улучшалась путем селекции, а не скрещивания. У Хайлендов длинные рога и длинная волнистая шерсть, окрашенная в черный, коричневый, рыжий, желтый, белый, серебристый или серовато-коричневый цвет. Преимущественно выращиваются на мясо. Происходят из Хайленда и шотландских островов, первые упоминания о них относятся к VI столетию. У них необычный двойной шерстяной покров. Снаружи смазанные выделяющимся жиром длинные внешние волоски — длиннее, чем у любых других пород, — покрывающие короткий подшерсток. Это естественное приспособление для сурового климата шотландского Хайленда, региона с высоким уровнем осадков и временами очень сильными ветрами, кроме того, такая шерсть дает породе возможность зимовать в естественных условиях. Их навыки в добыче пропитания позволяют им выживать даже в гористых местностях со скудной растительностью, так как они едят даже те растения, которых другие породы избегают. Также они умеют раскапывать снег рогами, чтобы добывать спрятанные под ним растения.

Мясо Хайлендов мягче и постнее, чем у большинства других пород, в основном это обусловлено тем, что их плотная теплая шерсть согревает их лучше, чем подкожный жир. К сожалению, они долго растут, поэтому их не слишком много выращивается. Тем не менее они важны для сельского хозяйства, так как дают мясо в тех регионах, где другие породы просто не выживают. На фестивале Meatorpia в 2016 году мне повезло попробовать мясо семилетнего Хайленда, созревавшее около двух недель, возможно, это была лучшая говядина из всех, что я пробовал. «Гуру» говядины Марк Шатцкер согласен со мной: в своей книге «Стейк» он называет мясо Хайлендов лучшим, несмотря на то что он проводил изыскания по всему миру.

Лимузенская

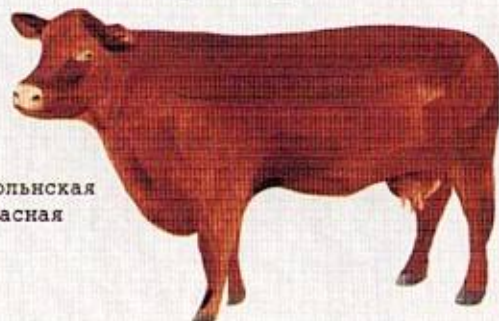
Коровы этой породы с рогами, окраска варьируется от светло-пшеничной до темной золотисто-рыжей, хотя международные заводчики вывели разновидности без рогов и черного цвета. Этот очень мускулистый рогатый скот происходит из областей Лимузен и Марше во Франции. Начавшие экспортироваться в небольшом количестве в 1960-х, сейчас они распространены примерно в 70 странах.

Лимузены стали популярными благодаря тому, что их телята рождаются очень маленькими (что означает отсутствие проблем во время отела), у них более высокое процентное соотношение мяса и костей, чем у других пород, а также они ценятся за способность производить постное, но очень мягкое мясо.

Линкольнская Красная

Крупные животные темно-рыжего цвета, изначально назывались Линкольнскими Красными Шортхорнами и имели рога. Сейчас они могут быть как рогатыми, так и комолыми. «Шортхорн» из названия породы был исключен в 1960-е годы.

Коровы этой породы известны своим послушанием и способностью отлично себя чувствовать в любых условиях. Происхождение свое они ведут из Линкольншира, что на востоке Англии, где их селекция велась от местного рогатого скота с помощью их скрещивания с Шортхорнами, чтобы получить породу с достоинствами обеих исходных. В наши дни это исключительно мясная порода. Первые вывезенные на экспорт около века назад, сейчас они разводятся приблизительно в дюжине стран мира.



Линкольнская
Красная

Лонгхорн

Не следует путать эту породу с Техасским Лонгхорном (см. стр. 74), которого часто называют просто Лонгхорн. Английский Лонгхорн — коричнево-белая порода коров, ведущих происхождение из Крейвена, с севера страны. У них закрученные рога, свисающие вниз и как бы «обрамляющие» морду. Большие рога, которые отличают эту породу от других, делают коров агрессивными внешне, хотя на самом деле они очень послушные.

Лонгхорны живут дольше других представителей крупного рогатого скота, а также известны тем, что с легкостью рожают телят. У них по белому пятну вдоль позвоночника и на животе.

Хотя длиннорогие Лонгхорны уже были хорошо распространены в Крейвене в XVI и XVII веках, порода английских Лонгхорнов была улучшена для производства мяса сэром Робертом Бэксхеллом в то время, когда нужно было большое количество мяса, чтобы кормить переехавшее в города из-за промышленной революции население.

Красный Ангус

Эта порода отличается золотисто-красным цветом, но полностью генетически идентична Абердин-Ангусам и дает мясо того же высокого качества. Естественно безрогие, эти коровы — такие же фавориты среди пород рогатого скота в мире, как и их черные собратья. Ассоциация Красных Ангусов Америки была основана в 1954 году заводчиками в ответ на то, что эту разновидность исключили из племенной книги, оставив там лишь Черных Ангусов.

Ред Полл

Темно-красные, с белыми кончиком хвоста и выменем, безрогие, коровы этой породы были выведены в XIX веке путем скрещивания молочных пород Норфолкская Красная и Саффолкская Коричневая, обе из которых ныне не существуют. В середине XIX столетия коровы этой породы начали экспортироваться в разные страны мира для производства мяса, хотя и предполагалось, что это мясо-молочная порода. Впоследствии на основе породы Ред Полл были выведены несколько новых пород в Латинской Америке и в Карибском регионе.

Санта-Гертруда

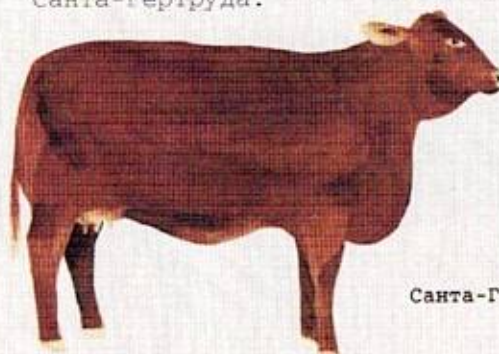
Имеющие красный окрас коровы этой породы могут быть как рогатыми, так и безрогими. Это выносливая порода, что является ценным качеством при производстве мяса, с отличными материнскими инстинктами, без сложностей с отелом, устойчивая к жаре и паразитам. Санта-Гертруда известна по всему миру своей приспособляемостью к любому климату.

Выведенные на южнотехасском ранчо путем скрещивания быков породы Брахман с коровами породы Шортхорн, они получили название по имени тех испанских земель, где капитан Ричард Кинг основал свое первое ранчо.

Порода была официально признана Министрством сельского хозяйства США в 1940 году, став первой истинно американской, а не привозной мясной породой коров в Америке. В 1950 году в Кингсвилле, штат Техас, была создана Международная ассоциация заводчиков Санта-Гертруда.



Ред Полл



Санта-Гертруда

Шортхорн

Животные этой породы имеют рыжий, коричневый, красно-белый или красно-коричневый окрасы, и лишь редкие из них полностью белые. Порода Шортхорнов происходит с северо-востока Англии и известна с XVIII века. Изначально ее разводили с двумя целями: и для получения молока, и на мясо. Тем не менее у чистопородных животных разных линий родословной всегда преобладало либо одно, либо другое из этих качеств. Со временем эти линии разделились окончательно, и во второй половине XX века были выделены две отдельные породы — мясная и молочная разновидности Шортхорнов. Как архетипичная британская мясная порода, Шортхорны распространились по всему миру и даже адаптировались к тропическому и субтропическому климату.

Симментальская

Главная характеристика этой породы — белая морда, окрас же остального тела может варьироваться от желтого до серовато-коричневого, с белыми ногами и хвостом. Ни одна другая порода в мире не имеет столько разновидностей, как Симментальская. Американские коровы в основном черные и темно-коричневые. В целом у коров этой породы интенсивная окраска. С конца 1960-х и до 1980-х годов самыми популярными у заводчиков, промышленников и в рекламе были пятнистые рыже-белые коровы.

Это одна из самых старых и повсеместно распространенных пород рогатого скота, считается, что происходит она из долины реки Симм, что протекает недалеко от Берна, столицы Швейцарии, и впервые появилась во времена Средневековья.



Шортхорн

Симментальская

Сассекская

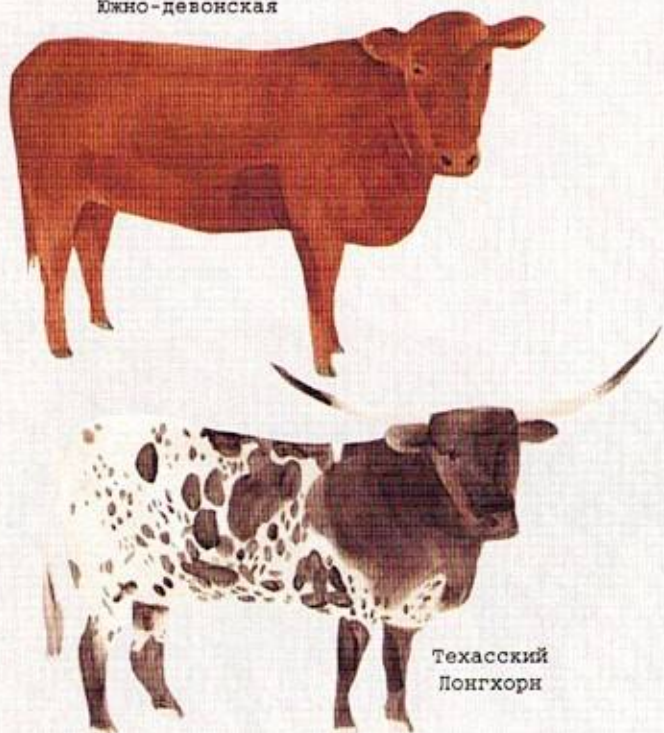
Южно-девовнская

У животных этой породы насыщенный окрас от рыжего до золотисто-песочного, с медными оттенками, окрас также может быть с крапинками. В наши дни это мясная порода, хотя изначально она была молочной.

Эти крупные животные происходят от больших рыжих коров из Нормандии, которые были завезены в Англию во время норманнского вторжения (в XI веке). Современная порода происходит из юго-восточной Англии, из Девона, откуда она распространилась в Корнуолл.

Географическая изоляция привела к тому, что Северная и Южная Девонские породы стали физически различаться, хотя время от времени их и скрещивали между собой вплоть до середины XIX века. Южно-девовнская порода сегодня выращивается по всему миру, на пяти континентах.

Южно-девовнская



Техасский
Лонгхорн

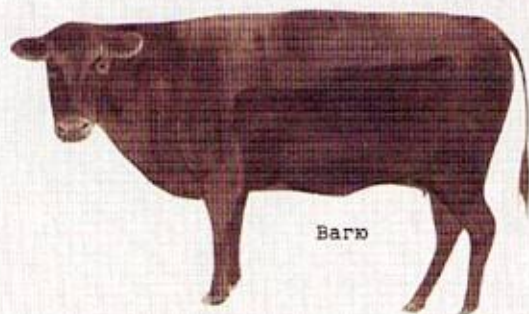
Сассекская

Представители этой породы могут похвастаться красно-коричневой шкурой и белым кончиком хвоста. Они средние по размеру, с вытянутым телом и традиционно с белыми рогами, хотя разводятся и комолые разновидности. Происходит порода из Сассекса, Суррея и Кента, из юго-восточной Англии, их предками были местные волю, которые использовались здесь веками. С конца XVIII столетия их выборочно скрещивали, чтобы получить современную мясную породу, распространенную во многих странах мира.

У коров этой породы спокойный темперамент, но они могут быть очень упрямыми. Интересно, что их окрас такой же, как у нескольких других пород южной Англии — Северной Девонской, Херефордской, Красной Линкольнской и Ред Полл. Все эти породы имеют общего предка — местного крупный рогатый скот красно-коричневой масти.

Техасский Лонгхорн

Эта порода знаменита своими рогами в форме руля, которые простираются на 1 метр, а иногда и на 1,5 метра! Их окраска варьируется от рыжей до черной, с белыми пятнами, пятнышками и крапинками. Они абсолютно не имеют ничего общего с британскими Лонгхорнами, происходя от первой выведенной в Новом Свете породы, гибрида двух древнейших видов крупного рогатого скота: диких быков Ближнего Востока и коров местного населения, индейцев. Первых привез на континент Христофор Колумб, и это были животные, хорошо переносившие недостаток воды.



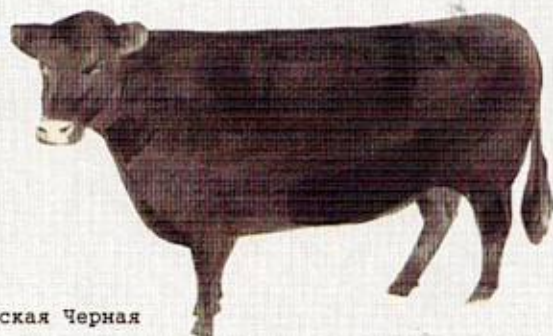
Вагю

Вагю

Это название относится сразу к четырем разновидностям, главным образом коров черного окраса. Японские черные коровы составляют до 90 процентов всего крупного рогатого скота в стране. Среди черных разновидностей Тоттори, Тадзима, Шимане и Окаяма. Японские коричневые (или красные) — это вторая основная порода, включающая в себя такие разновидности, как Кочи и Кумамото. Все они генетически предрасположены к интенсивному набору жира и, как следствие, повышенной мраморности мяса. Мясо Вагю высоко ценится за свое качество, которое определяется по четырем критериям: интенсивность мраморности, цвет жира, цвет мышечной ткани (мяса) и форма мышц.

Ведущие свою историю со II века нашей эры, первоначально это были животные для возделывания рисовых полей, но в наши дни они известны как производители самой мраморной и самой дорогой говядины в мире.

Ранее при выращивании и выкорме коров вагю использовались довольно необычные методики, например массаж или добавление пива и саке в их рацион, чтобы помочь вызвать аппетит в течение влажного сезона года. Массаж же нужен был для предотвращения судорог при содержании животных в тесных условиях на крошечных японских фермах, где животным просто не хватало пространства, чтобы размять мышцы. Впрочем, ни один из этих методов никак не влияет на вкус мяса, поэтому в наши дни они более широко не используются.



Уэльская Черная

Уэльская Черная

Как следует из названия, это черные животные, обычно с белыми рогами с черными кончиками. Часть животных рогатые, некоторые безрогие. Иногда в породе появляются рыжие особи, со временем все чаще. До 1970-х годов Уэльская Черная была мясо-молочной породой, в наши дни в основном используется как мясная.

Выносливость животных этой породы, а также привычка к перемещениям и свободному выгулу делают их идеальными для выращивания на открытом воздухе, на таких пастбищах, как пустоши и вересковые пустоши.

Коровы этой породы распространены по всей Великобритании и, хотя в других странах мира и встречается определенное их количество, они мало экспортируются.

Уайт Парк

Известные также как Уайт Форест, Белые Рогатые или просто Парк, эти коровы фарфорово-белого цвета, с черными или рыжими пятнами. Вымя и кончики рогов обычно черные, но могут быть неяркого цвета, с малым количеством пигмента. Их рога длинные или средней длины. У коров они обычно направлены в стороны и слегка загнуты вперед или назад, у быков они крупнее и более прямые. Уайт Парк — это редкая порода со стадами с древней историей, сохранившимися в Великобритании. Среди них два наиболее редких типа, которые считают образцовыми: Чиллингемский и Вейнолский.

Уайт Парк



Мой идеальный бургер

Хотя Америка и считается родиной гамбургера, котлеты из мясного фарша на самом деле, являлись частью восточноевропейской кухни в течение многих веков. Русские торговцы завезли их рецепт в Гамбург в XV веке, а затем, четыре столетия спустя, отправляющиеся в Америку в основном именно из этого портового города эмигранты привезли с собой «говядину по-гамбургски». К 1830-м годам в нью-йоркских ресторанах уже подавалось блюдо под названием «гамбургский стейк». В 1873 году в «Нью-Йорк таймс» было опубликовано следующее: «Бифштекс, который гораздо мягче оригинала, так как мясо измельчено до состояния пюре, а затем сформировано в виде плотной котлеты. Это чрезвычайно вкусно, хотя совесть требует отметить, что вкус все-таки уступает настоящему стейку». Как же все меняется со временем... Считается, что современный бургер был изобретен в штате Висконсин, когда в 1885 году Чарльз Нагрин сделал сэндвичи из домашних мясных котлет и продавал их как «гамбургеры» на местной ярмарке. К 1920-м годам появились первые точки по продаже гамбургеров, затем, в 1930-х, их продавала сеть Wimpy. В 1948 году братья МакДоналд превратили свой ресторан барбекю в закусочную для автомобилистов, где продавались гамбургеры, картошка фри и молочные коктейли.

Может быть, это и не самая здоровая еда на свете, но классический бургер так вкусен, что с ним мало что может сравниться. И у него просто огромное количество вариантов. Чтобы представить, сколько их хотя бы в Америке, прочитайте книгу Джорджа Мотца «Америка гамбургеров» — каждый фанат бургеров получит истинное удовольствие.

Праздник для органов чувств

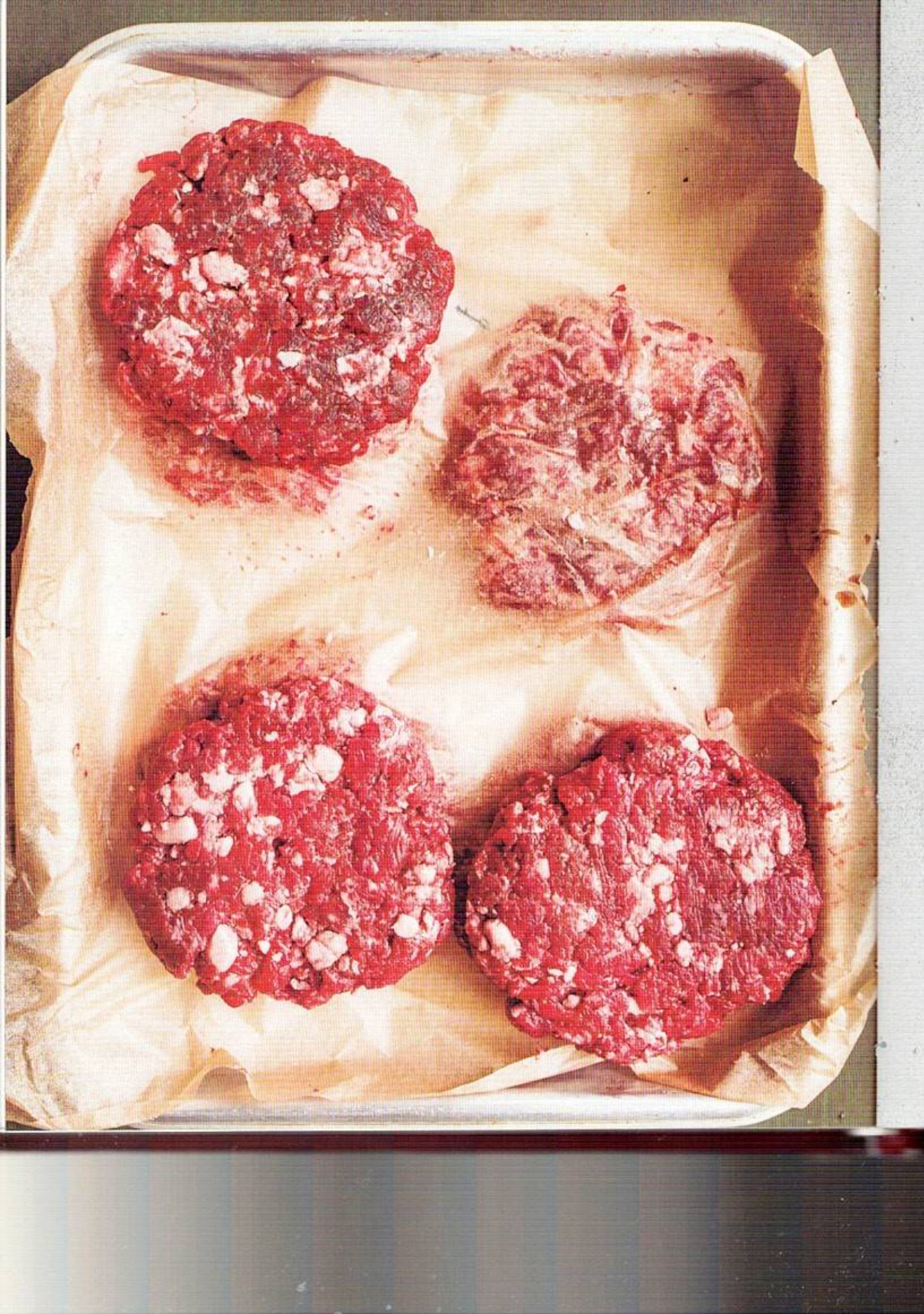
Когда вы едите бургер, это мультисенсорный опыт — вкус в данном случае является всего лишь одной составляющей идеального сочетания. Вид, запах, ощущения и даже звуки также дополняют общую картину. Красивая подача вкупе со вкусом высококачественных ингредиентов, и этот жир, вытекающий из котлеты, чтобы подстегнуть аппетит. Чувство мягкой и теплой булочки в руках также вносит свою лепту — идеальный бургер нужно есть только руками, никаких приборов.

О слухе в контексте еды часто забывают; а бургер стал бы большим разочарованием без звука хрустящего латука.

Базовые компоненты

Мой бургер высотой 10 см, диаметром 10 см и состоит из восьми слоев:

- теплая поджаренная верхняя часть булочки
- томатный кетчуп
- сочный помидор «бычье сердце»
- ломтик тающего сыра
- хорошо приправленная говяжья котлета
- хрустящий салат и кольца лука
- горчичный майонез
- теплая поджаренная нижняя часть булочки



Котлета

Звезда этой главы — котлета. Все остальные компоненты — булочка, салат, сыр, соус — лишь часть ее подачи, они играют второстепенную роль. Способ измельчения мяса и выбор отруба, который пойдет на фарш, — вот самые важные факторы для приготовления великолепного бургера. Очень важно, чтобы фарш был абсолютно свежим — чем свежее, тем лучше, — так что если вы можете сделать его сами в день готовки, вы будете есть бургеры ресторанного качества. (Под свежестью я подразумеваю изготовление самого фарша. Мясо, конечно, должно быть выдержано в соответствии с вашими предпочтениями; см. стр. 194-195.) Если это невозможно, попросите мясника сделать фарш в тот же день, когда будете готовить бургеры.

В мире бургеров ведутся постоянные дискуссии о том, какие отрубы и в каких пропорциях идеальны для бургеров. Важнейшим для идеального бургера является наличие жира, именно он придает влажность и вкус. Как правило, смеси для котлет на 20 процентов состоят из жира, но я знаю одного поставщика, который предпочитает 30 процентов, и надо сказать, его бургеры чертовски хороши! Если вам нравится котлета для бургера, розовая внутри, задумайтесь о том, какой в ней будет жир, ведь разные виды говяжьего жира плавятся при разной температуре, что касается меня, то я выбираю костный мозг. Мои любимые смеси следующие:

Самая простая — 90% шеи и 10% костного мозга; шея сама по себе содержит более 10% жира, а костный мозг доводит его общее количество до 20%.

Остатки от разделки стейков категории прайм в количестве 80% и 20% выдержанного жира из задней части туши: эта смесь отличается богатым вкусом выдержанного мяса.

Комбинация 50% шеи, 20% сердца и 20% костного мозга. Сердце часто используется в дешевых бургерах, претендуя на то, чтобы называться стопроцентной говядиной, так как оно плохо продается само по себе. Но у сердца интересный вкус, который мне лично очень нравится.

Выберите смесь по вкусу и нарежьте ее ингредиенты кубиками по 2 см. Хорошо охладите в холодильнике. Можно также поместить мясорубку ненадолго в морозилку, чтобы уж точно соблюсти все меры санитарии. Тепло — главный враг при приготовлении котлет для бургеров. Пропустите все ингредиенты через решетку мясорубки с широкими отверстиями

и вновь хорошо охладите. Установите решетку с мелкими отверстиями и еще раз прокрутите фарш. Снова охладите и прокрутите, аккуратно снимая длинные полосы фарша, стараясь сохранять их целыми, не перемешивая друг с другом.

Разделите готовый фарш на порции по 200 г, не перемешивая и не сминая их. Согнутыми в виде чашечек ладонями, слегка обминая, сформируйте из порций фарша шары, затем мягко сплюсните их, чтобы получились котлеты примерно 12 см в диаметре и 2 см толщиной. Проложите котлеты квадратами бумаги для выпечки и уберите в холодильник на 1 час перед жаркой. Помните, что ни на одном из этапов вы не добавляете никаких приправ, дополнительных ингредиентов или ароматизаторов, вплоть до момента жарки: котлеты для бургеров должны на 100 процентов состоять из говядины.

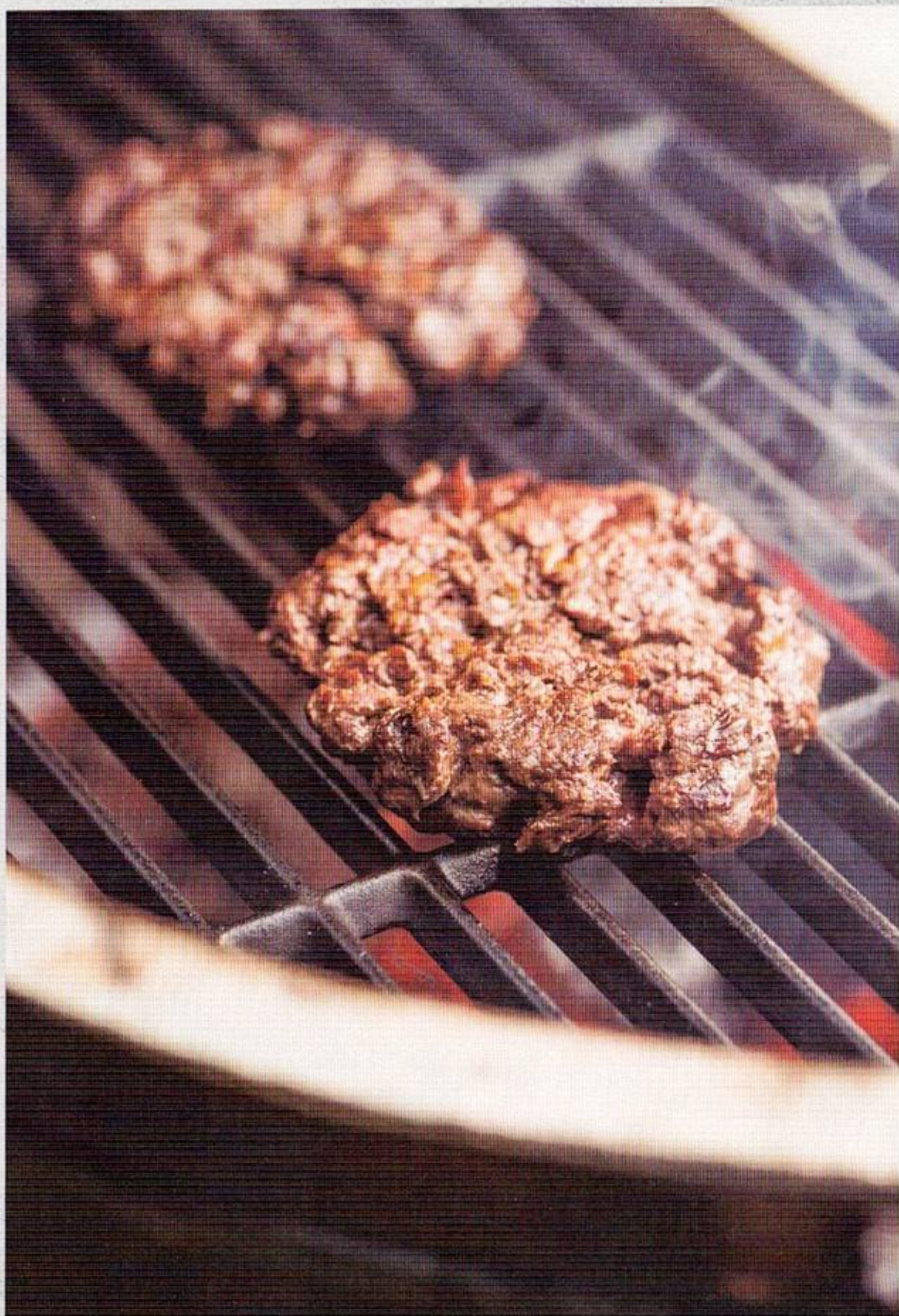
Булочка

Следующий важный элемент — это булочка. Самые лучшие булочки, конечно, домашней выпечки, и я включил рецепт моих любимых (см. стр. 84). Булочка для бургера должна быть достаточно плотной, чтобы удерживать начинку и не размокнуть, превращаясь в бесформенную массу. Она должна быть нейтральной по вкусу, без добавления трав или специй. Бургер — это говядина, все о говядине, и ничего кроме говядины. Булочка должна быть того же диаметра после прогревания, что и котлета после обжаривания.

Добавки

Соусы, маринованные овощи и салат важны, но их количество нужно свести к минимуму. Их роль в том, чтобы предохранить булочку от мясных соков, дополнить «звезду шоу» и придать хрустящую текстуру и свежесть. Думаю, не стоит говорить, что все эти элементы должны быть наивысшего качества. Зимой вам даже лучше отказаться от ломтиков помидора, заменив их ломтиками сырых грибов портобелло.

Раз уж речь идет о том, чтобы сохранять простоту, и о той роли, которую играет каждая отдельная часть бургера, я собираюсь предложить дополнительный ингредиент, который может сделать бургер фантастическим. Поддача отдельно негустого, но насыщенного по вкусу мясного соуса может ужаснуть фанатичных поклонников бургеров, но к моему идеальному бургеру он подходит просто прекрасно.





85 г костного мозга,
мелко нарезать
800 г фарша для
бургера, состоящего из
90% говяжьей шеи и 10%
жира (см. стр. 80)
4 тонких ломтика сыра,
например чеддера

4 ст. л. горчичного
майонеза (смесь
неострой горчицы
и майонеза 50:50)
4 булочки для бургеров
(см. стр. 84), чуть
меньше диаметром, чем
котлеты, разрезать

пополам и подпечь на
сухой сковороде
4 ст. л. томатного
кетчупа
4 листа хрустящего
салата
4 тонких ломтика
красного лука

4 тонких кружочка
помидора «бычье
сердце»
2 маринованных огурца
(см. стр. 85)
хлопья морской соли
и свежемолотый черный
перец

Чизбургер

Мнения об идеальном бургере противоречивы, но для меня и здесь главное — говядина. Что бы вы к ней ни добавили, оно должно подчеркивать, но не перебивать ее чудесный мясной вкус. В этом рецепте я использую дополнения, которые можно найти в любом заведении по всей стране, они считаются классическими.

Смешайте костный мозг с фаршем и сформируйте 4 равные по размеру котлеты (см. стр. 80). Приправьте и поджарьте на гриле с одной стороны. Переверните и накройте каждую котлету ломтиком сыра, чтобы он расплавился, пока вы поджариваете ее с другой стороны до розового цвета в центре (или до вашей любимой степени прожарки).

Смажьте нижние части булочек горчичным майонезом, а верхние — кетчупом.

Выложите на смазанные майонезом части булочек по листу салата, сверху — лук. На смазанные кетчупом половинки булочек положите по кружочку помидора. Соберите бургеры, выложив в середину по котлете, и подавайте с разрезанными пополам маринованными огурцами в качестве гарнира.



Булочки для бургеров На 8 больших булочек

125 мл теплого молока
200 мл теплой воды
2 ч. л. активных сухих дрожжей
20 г сахара
500-525 г муки из твердых сортов пшеницы + немного на подпыл
2 ч. л. мелкой морской соли
1 ч. л. витамина С в виде порошка
3 крупных яйца
40 г сливочного масла, размягчить

Соедините в небольшой миске молоко, воду, дрожжи и сахар и хорошо вымешайте. Оставьте на 5 минут, до образования пены.

Смешайте в чаше стационарного миксера муку с солью и витамином С. Влейте молочно-дрожжевую смесь и слегка перемешайте с помощью насадки для теста на средне-медленной скорости. Не выключая мотор, по одному добавляйте 2 яйца, дождавшись, пока первое полностью смешается с тестом, прежде чем добавлять второе. По 1 столовой ложке добавляйте в тесто сливочное масло, вымешайте до полной однородности.

Продолжайте вымешивать тесто на средне-медленной скорости 2-3 минуты. Если тесто кажется слишком липким, добавляйте больше муки, по 1 столовой ложке за раз, пока шар теста не начнет отставать от стенок чаши миксера (на дне оно должно все еще прилипать). Продолжайте перемешивать, пока тесто не станет однородным и эластичным, 5-6 минут.

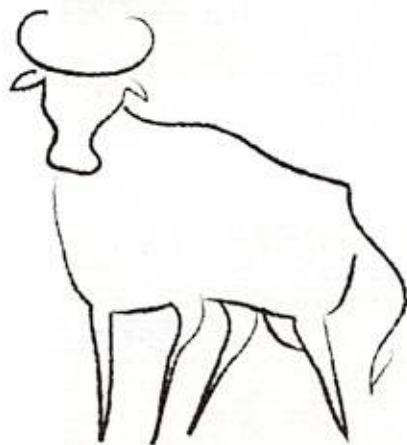
Неплотно накройте чашу пищевой пленкой или чистым тканевым полотенцем и дайте тесту увеличиться в объеме вдвое (около 1 часа при комнатной температуре или 6 часов в холодильнике).

Выложите тесто на слегка подпыленную мукой рабочую поверхность и разрежьте резак для теста или обычным острым ножом на 8 равных частей, каждая примерно по 120 г.

Выстелите 2 противня бумагой для выпечки. Скатайте каждую порцию теста в шар и выложите на противень (по 4 на каждый), примерно в 10 см друг от друга. Сбрызните масляным спреем или смажьте растительным маслом, слегка прикройте пищевой пленкой и оставьте для расстойки примерно на 1 час при комнатной температуре, до увеличения в объеме вдвое.

Разогрейте духовку до 200 °С. Слегка обомните булочки, чтобы они были 10-12 см в диаметре и 4 см в высоту. Взболтайте оставшееся яйцо с 1 столовой ложкой воды и смажьте поверхность булочек. Поместите противни один над другим ближе к середине духовки и выпекайте 7 минут. Достаньте, смажьте остатками яичного лезона и верните в духовку на 10-15 минут. Выпекайте до глубокого золотистого цвета корочки сверху, поменяв противни местами в середине процесса выпечки.

Выложите булочки на решетку для остывания и дайте полностью остыть.



Маринованные огурцы

На 3 банки по 1 л

Эти необычные, быстро промаринованные огурцы иначе называются «уоллиз».

20 маленьких огурцов
5 зубчиков чеснока
маленький пучок укропа
500 мл белого винного уксуса
500 мл воды
125 г хлопьев морской соли
125 г мелкого сахара
5 перчиков чили, разрезать пополам
15 г семян горчицы
15 г черного перца горошком

Промойте огурцы, дайте воде стечь. Выложите их в стерилизованные банки вместе с чесноком и веточками укропа.

Соедините остальные ингредиенты и перемешивайте до растворения соли и сахара. Влейте в банки с огурцами.

Закройте банки и оставьте мариноваться на 1 неделю. К концу недели они будут наполовину солеными, наполовину маринованными.

Маринованные грибы шиитаке

На 1 банку 500 мл

30 г сушеных грибов шиитаке
60 г сахара
70 мл (около 5 ст. л.) светлого соевого соуса
70 мл (около 5 ст. л.) яблочного уксуса
20 г свежего корня имбиря, очистить

Выложите сушеные грибы в миску и залейте кипящей водой. Оставьте на 3-5 часов. Достаньте грибы из воды (воду сохраните), удалите ножки, шляпки нарежьте ломтиками толщиной 3 мм.

Процедите жидкость от замачивания, сохранив 50 мл, влейте в кастрюлю.

Добавьте в кастрюлю шляпки грибов, сахар, уксус и имбирь. Доведите до несильного кипения и готовьте 30 минут, время от времени помешивая, затем снимите с огня и оставьте остывать.

Поместите в стерилизованную банку, удалив имбирь, закройте и оставьте на 1 неделю перед подачей.





1 помидор «бычье сердце»
200 г пармезана, натереть
4 ст. л. французской горчицы
4 ст. л. томатного кетчупа
4 ст. л. майонеза
4 ст. л. соевого соуса

800 г фарша для бургера,
состоящего из 80% говяжьей
шей, 10% жира и 10% костного
мозга (см. стр. 80)
40 г лука, нарубить и обжарить
40 г маринованных грибов
шитаке (см. стр. 85), мелко
нарезать

4 тонких ломтика масла «Услада
джентльмена», около 40 г
(см. стр. 88)
4 тонких ломтика сыра чеддер
4 листа хрустящего салата
хлопья копченой морской соли
и дробленый черный перец

Чизбургер умами

Конечно, классический чизбургер в его идеальной простоте улучшить невозможно. Тем не менее в Лос-Анджелесе, Калифорния, есть одна компания, которая к этому приблизилась, и здесь я привожу свою версию их рецепта. Ингредиентов немало, но оно того стоит, я обещаю.

Сначала подвяльте помидор: нарежьте его кружочками толщиной 1 см. Выложите на противень и поместите в разогретую до 110 °С духовку. Готовьте минимум 4 часа, перевернув в середине процесса.

Сделайте тюиль из пармезана: возьмите неприлипающий (силиконовый) лист для выпечки и насыпьте 4 равных по форме и толщине круга из тертого пармезана. Запекайте в разогретой до 180 °С духовке, пока сыр не растает и не станет золотистым. Достаньте и дайте остыть, не снимая с листа.

Смешайте горчицу, кетчуп, майонез и соевый соус – у вас получится соус умами.

Смешайте все компоненты фарша и сформируйте 4 рыхлые котлеты (см. стр. 80). Слегка приправьте их копченой солью и дробленным перцем и поджарьте на гриле или сковороде-гриль до средне-слабой степени прожарки.

Пока котлеты горячие, выложите на них лук, грибы и масло, накрыв сверху ломтиком сыра (оставшийся жар должен дать сыру слегка растаять).

Разрежьте и поджарьте на сухой сковороде половинки булочек. Смажьте обе части соусом умами, на нижние половинки положите по листу салата и паре подвяленных кружочков помидоров. Сверху уложите котлеты с гарниром, на них – тюиль из пармезана, накройте верхними половинками булочек.

«Услада джентльмена» — это викторианское пряное масло с добавлением анчоусов. Обычно его намазывают на тосты, чтобы подать как перекус после ужина. Но я рекомендую держать его под рукой, чтобы дополнить им стейк или любое мясо, приготовленное на гриле. Используйте анчоусы наилучшего качества — испанские, если возможно, — и не волнуйтесь, что они придадут вашему стейку запах рыбы. Анчоусы полны умами, он лишь подчеркнет мясной вкус стейка.

«Услада джентльмена» На 450 г

125 г филе анчоусов в масле
250 г сливочного масла,
нарезанного кубиками
небольшая щепотка кайенского
перца
небольшая щепотка тертого
мускатного ореха
небольшая щепотка
свежемолотого черного перца
небольшая щепотка молотой
корицы
25 мл лимонного сока
25 мл соуса ворчестер
25 мл воды

Соедините все ингредиенты в блендере и измельчите до однородности.

Затем взбейте смесь до воздушного состояния и выложите в кондитерский мешок, если вы собираетесь использовать ее сразу, или скатайте из нее колбаску, заверните в пищевую пленку и охладите. В холодильнике ее можно хранить до 1 недели, или заморозить.

Когда будет необходимо, просто отрежьте толстый кусочек, удалите пленку и подавайте, выложив на ваш стейк или бургер.

Корейцы — настоящие фанатики кимчи, у них более 200 его разновидностей. Они верят, что он снижает уровень холестерина, поддерживает работу мозга, предотвращает ожирение, защищает от рака и болезней пищеварительного тракта и кишечника. Он верят, что кимчи омолаживает, улучшает состояние кожи и иммунной системы, а также является антиоксидантом и пробиотиком. Если короче, для корейцев кимчи — эликсир жизни. И выясняется, что они, должно быть, правы. Западная наука начинает получать подтверждения тому, что ферментированная еда очень полезна, а еще здорово то, что она к тому же очень вкусна.

Кимчи

Примерно на 2 банки по 1 л

1 кочан пекинской капусты,
удалить внешние листья
4 ч. л. хлопьев морской соли
4 ч. л. мелкого сахара
50 г зубчиков чеснока,
натереть
50 г свежего корня имбиря,
очистить и натереть
50 г гочугару (корейского
острого перца, молотого
или в виде хлопьев)
50 г филе анчоусов в масле
50 мл светлого соевого соуса
50 г консервированных соленых
креветок
4 ч. л. рисовой муки
50 мл воды
100 г зеленого лука, нарезать
кусочками длиной 2 см
100 г дайкона, нарезать
тонкой соломкой (жюльен)
100 г моркови, нарезать
тонкой соломкой (жюльен)

У пекинской капусты срежьте основание настолько, чтобы листья продолжали держаться вместе, затем разрежьте каждый кочан пополам вдоль. Перемешайте в миске с солью и сахаром, убедившись, что приправы попали и между листьями. Оставьте при комнатной температуре на ночь.

На следующий день промойте листья холодной водой и аккуратно отожмите воду.

В блендере соедините чеснок, имбирь, гочугару, анчоусы, соевый соус, креветки, рисовую муку и воду. Измельчите до однородности. Переложите в миску, вмешайте зеленый лук, дайкон и морковь.

Прослоите листья капусты приготовленной смесью, убедившись, что смазан каждый лист. Сверните каждую половинку кочана в три раза, чтобы получился рулетик, поместите в плотно закрывающийся пластиковый контейнер и оставьте при комнатной температуре еще на 24 часа перед тем, как охлаждать.

Кимчи будет вкуснее через 1 неделю и приобретет особенно насыщенный вкус через пару недель. В плотно закрытом контейнере кимчи можно хранить в холодильнике несколько месяцев, но следует помнить, что со временем вкус изменится, став чересчур насыщенным и жгучим.

Кимчи можно поместить на кусок пищевой пленки, скрутить в виде колбаски, нарезать кружочками и подать как гарнир к бургеру.





800 г фарша для бургера,
состоящего из 80% говяжьей шеи,
10% жира и 10% костного мозга
(см. стр. 80)
4 булочки для бургера
(см. стр. 84)
50 мл горчичного майонеза (смесь
неострой горчицы и майонеза 50:50)

4 листа хрустящего салата
4 большие десертные ложки кимчи
(см. стр. 89)
100 г тушеных ребрышек
(см. стр. 265)
4 тонких ломтика сыра чеддер
хлопья морской соли и свежемолотый
черный перец

Бургер кимчи

Кимчи и говядина сочетаются, как яичница с ветчиной, поэтому неудивительно, что в Корее кто-то придумал гамбургер кимчи, и столь же неизбежна была моя встреча в интернете с его рецептом однажды вечером... и я влюбился. Несколько месяцев я придумывал свою версию — от собственного рецепта кимчи до добавления тушеной говядины и сыра. Это совершенно особые бургеры, которые можно либо любить, либо ненавидеть.

Смешайте все компоненты фарша и сформируйте 4 рыхлые котлеты (см стр. 80). Посолите и поперчите.

Поджарьте котлеты на гриле до темных полос, чтобы внутри они оставались розовыми, или до полной прожарки, по желанию. Разрежьте и поджарьте на сухой сковороде половинки булочек.

Смажьте горчичным майонезом нижние половинки булочек. Выложите сверху по листу салата, затем по ложке кимчи.

На поджаренные котлеты выложите нарезанное мясо тушеных ребрышек и по ломтику сыра. Дайте сыру расплавиться от остаточного тепла.

Выложите котлету с мясом и сыром на нижнюю часть булочки, поверх кимчи, и накройте верхней частью булочки.



Этот рецепт — ода знаменитому чизбургеру с зеленым перцем чили из меню ресторана Bobcat Bite в Санта-Фе. Со временем я стал добавлять в него все больше и больше чили. Кажется, как будто я хочу сжечь ваши вкусовые рецепторы дотла, но именно перец чили придает этому бургеру совершенный вкус, который более важен, чем острота. Впрочем, хотя я и привожу здесь сведения о количестве перца, помните, что рецепт всегда можно подправить по вашему вкусу...

Чизбургер с зеленым перцем чили

2-4 целых зеленых
перца чили
2-4 ч. л. соуса чили
адобо (см. ниже)
4 ст. л. майонеза

800 г фарша для
бургера, состоящего из
90% говяжьей шеи и 10%
жира (см. стр. 80)
8 тонких ломтиков
сыра, например чеддера

4 ст. л. горчичного
майонеза (смесь
неострой горчицы
и майонеза 50:50)
4 большие булочки для
бургеров (см. стр. 84)
4 листа хрустящего
салата

2-4 ст. л.
нарезанного ломтиками
консервированного
перца халапеньо
хлопья морской соли
и свежемолотый черный
перец

Поджарьте свежие перцы чили на гриле или выложите их прямо на газовую горелку и готовьте, время от времени переворачивая, до появления пузырей и черных подпалин. Переложите на кусок фольги и плотно заверните. Через 5 минут удалите фольгу и аккуратно очистите перцы от кожицы. Удалите стебли и семена, крупно нарежьте мякоть.

Соедините соус чили адобо с майонезом в маленькой миске и перемешайте.

Смешайте все компоненты фарша и сформируйте 4 рыхлые котлеты (см. стр. 80). Посолите и поперчите. Обжарьте на сковороде с одной стороны, затем выложите на необжа-

ренную сторону нарезанный печеный перец и вдавите его.

Переверните котлеты и обжарьте с другой стороны, выложив сверху по два ломтика сыра.

Разрежьте булочки пополам и поджарьте на гриле, на горячей его стороне, в течение примерно 30 секунд.

Смажьте нижние части булочек майонезом с соусом чили адобо, выложите по листу салата и по котлете с перцем и сыром. Сверху положите маринованный перец халапеньо, накройте верхними частями булочек и подавайте.

Соус чили адобо Примерно на 300 мл

8 зубчиков чеснока
5 перцев халапеньо, разрезать
пополам вдоль и удалить семена
большой пучок кинзы
большой пучок петрушки
оливковое масло
хлопья морской соли

Разогрейте сковороду на сильном огне и обжарьте чеснок и перец чили. Переложите в кухонный комбайн, добавьте травы и щедрую щепотку соли, измельчите. Постепенно, не выключая мотор, вливайте оливковое масло до получения консистенции соуса. Попробуйте и подсолите, если необходимо.

Храните в закрытом стерильном контейнере в холодильнике (см. стр. 163), налив сверху слой оливкового масла.





Впервые с техникой жарки с горчицей я столкнулся в заведении под названием In-N-Out в Лос-Анджелесе, а затем опробовал ее в Лондоне. Котлеты для этого бургера нужно жарить на сковороде, так что это, пожалуй, единственный бургер, который я никогда не готовлю на гриле. Если вы когда-нибудь попадете в In-N-Out, имейте в виду, что он называется Animal Style («В зверином стиле»), и хотя его нет в меню, все заказывают именно этот бургер.

Бургер с горчицей и жареным луком

200 г лука, нарезать ломтиками

небольшой кусок костного мозга

4 порции по 200 г фарша для бургера, состоящего из 80% говяжьей шеи, 10% жира и 10% костного мозга (см. стр. 80)

100 мл французской горчицы

4 листа хрустящего салата

4 булочки для бургера, разрезанные пополам и обжаренные на сухой сковороде (см. стр. 84)

1 целый маринованный огурец (см. стр. 85)

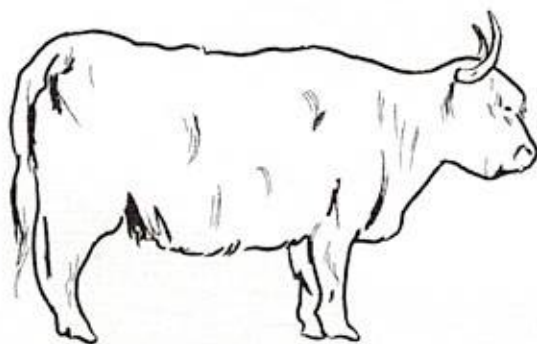
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

На сковороде с антипригарным покрытием или на сковороде-гриль обжарьте лук на костном мозге до золотистого цвета, переложите в миску.

Смешайте все компоненты фарша и сформируйте 4 рыхлые котлеты (см стр. 80). Посолите и поперчите, затем смажьте одну сторону каждой котлеты горчицей.

Разогрейте сковороду с антипригарным покрытием без масла до очень горячего состояния и поджарьте котлеты с одной стороны, горчицей вниз. Выложите на сырую сторону жареный лук и переверните котлеты. Лопаткой с силой прижмите котлеты, чтобы лук хорошо прилип к ним и дополнительно прижарился. Продолжайте готовить до желаемой степени прожарки.

Выложите по листу салата на каждую нижнюю половинку булочки, сверху — котлету и верхнюю часть булочки. Подавайте с дополнительной горчицей и маринованным огурцом.









В 1900 году, когда в меню Louis' Lunch в Нью-Хейвене, штат Коннектикут, появились «сэндвичи по-гамбургски», булочек для бургеров еще не существовало, поэтому готовили их с ломтиками хлеба. А в 1970 году хозяева заведения решились на смелый поступок — добавили в сэндвичи еще и сыр! Данный рецепт основан именно на этих сэндвичах.

Чизбургеры-тосты

4 порции по 150 г фарша для бургера (см. стр. 80)

сливочное масло

8 ломтиков пшеничного хлеба

8 ломтиков сыра, например чеддера

1 красная луковица, очистить и нарезать тонкими ломтиками

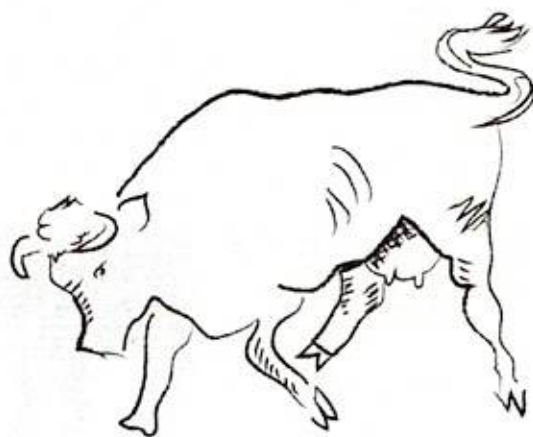
4 спелых помидора «бычье сердце», нарезать кружочками
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Приправьте котлеты для бургеров и поджарьте любым способом, который вам нравится.

Смажьте ломтики хлеба сливочным маслом с одной стороны. Сделайте сэндвичи: сначала ломтик хлеба маслом вверх, затем ломтик сыра, котлета и второй ломтик сыра. Далее выложите лук и помидор и накройте вторым ломтиком хлеба, маслом вниз.

Поджарьте сэндвичи на сковороде до золотистого цвета (вам придется делать это партиями, если у вас нет огромной сковороды).

Достаньте сэндвичи из сковороды и ешьте, желательно ничем больше не дополняя.



Выращивание

Идеальная говядина начинается с фермера. И первое, что делает фермер — это выбор между местной чистой породой и современным гибридом. У животных гибридных пород искусственно усилено то или иное биологическое качество за счет скрещивания родителей разных пород с их генетическими особенностями. Результатом скрещивания становится более быстрое время созревания, чем у коров чистых пород, животные быстрее набирают вес, и их выращивание обходится дешевле. В этом нет ничего неэтичного, но с моей, абсолютно непопулярной, точки зрения, все, что ускоряет рост, не может не отражаться на вкусе. И выбор между местными породами и гибридами ведет к следующему шагу: выбору между интенсивным или экстенсивным животноводством.



Интенсивное животноводство

За последние 50 лет фермерство прошло стадию повсеместной индустриализации, и так как продукты питания стали более дешевыми, у фермеров появилась необходимость превращать свои хозяйства в максимально эффективные, включая выращивание животных, которое потребовало более коротких сроков. С одной стороны спектра огромные фидлоты, переполненные животными, стоящими на голой земле, которых откармливают зерном, чтобы как можно скорее добиться мраморности их мяса и отправить на убой на большие поточные линии. Этот метод производства, который составляет не менее 75% производства всего крупного рогатого скота в некоторых странах, известен как интенсивное животноводство. Как следует из самого названия, главная цель здесь — как можно скорее довести вес животного до нормы для убоя и сделать это как можно дешевле. Современные интенсивные методы ведения сельского хозяйства применяются в угоду рынку говядины, на котором существует стабильный спрос на дешевое мясо, пусть и в ущерб его качеству.

При интенсивном методе выращивания животных содержат в неестественных для них условиях, кормят ненатуральными кормами, дают антибиотики и, в некоторых странах, гормоны роста. Животные проживают несчастливую жизнь, а способ, который применяется для их выращивания, вредит окружающей среде. Эти животные быстро набирают жир, но это неправильный жир. У них нет возможность нормально двигаться. Они постоянно испытывают стресс, их кормят дешевым неестественным кормом, чтобы достичь максимального привеса в кратчайшие сроки. Цель здесь — количество, а не качество. В результате страдает и вкус, и питательная ценность мяса.

Интенсивно выращиваемые животные также более склонны к болезням, почему им и дают антибиотики. А их мясо, в свою очередь, вызывает устойчивость к воздействию антибиотиков у людей, которые его едят.



Экстенсивное животноводство

Но не все так печально и ужасно, в конце концов. Не столь многочисленная группа фермеров с этическими принципами дают крупному рогатому скоту достаточно места, чтобы пастись в естественной среде и есть траву, а для забоя отправляют животных на небольшие местные скотобойни. Выращивать животное таким способом намного дольше, и, конечно, требуется больше расходов, но мясо, полученное в результате, имеет совершенно иной вкус, чем у выращенных интенсивным методом коров.

Этот медленный и более дорогой способ выращивания дает животным доступ к пастбищу и натуральному фуражу, столь необходимое им пространство для перемещения и для социального взаимодействия (представьте себе, коровам тоже нужно общаться). В итоге они проживают намного более счастливую жизнь.

Экстенсивно выращиваемые животные большую часть своей жизни пасутся на пастбищах с различными видами трав, клевером, другими дикими растениями и насекомыми, в естественной для себя экосистеме, биологически чистой, без использования химикатов. Характер пастбища меняется в соответствии с сезонами, и рацион питания животных меняется соответственно, что создает очень выраженный профиль вкуса в мясе, а в природной среде в это время происходит естественная рециркуляция питательных веществ и изолирование углерода в почве (см. стр. 318). Естественная среда обитания обеспечивает санитарные условия, отсутствие стресса и устойчивость к болезням. Хорошее мясо получают именно от таких животных – выращенных естественным путем, без гормонов и ненужных антибиотиков. При экстенсивном животноводстве антибиотики тоже используются, но не для профилактики, а лишь когда животное заболело, и его обязательно отделяют от остального стада до полного выздоровления.

Хороший уход за животными и гуманное с ними обращение – необходимые условия для получения идеальной говядины: у прожившего счастливую жизнь животного мясо гораздо вкуснее. Когда хорошими условиями содержания пренебрегают, это в первую очередь отражается на качестве мяса, а потому неудивительно, что лучшую говядину мы получаем от тех фермеров, кто ценит их важность. Ищите мясо животных местных пород, которых выращивали медленно и естественно, без помощи гормонов и не пичкали зерном, чтобы они как можно скорее набрали жир. Только

если на мясо животных, выращенных экстенсивным методом, будет покупательский спрос, эти влюбленные в свое дело честные фермеры смогут продолжать свой большой труд. В последнее время наметилась тенденция к уменьшению рынка интенсивно выращенной говядины, и опытные покупатели интересуются происхождением мяса, за которое отдадут свои деньги. Возможно, поток поворачивается вспять.

Телятина

Есть множество причин для того, чтобы есть телятину: это более легкое мясо, свежее, вкусное и нежное. Все эти свойства молодого мяса завоевали ему достойное место в мире гастрономии. И времена меняются, когда дело касается производства телятины. Сурово критикуемая система содержания телят, предназначенных на убой, в помещениях настолько маленьких, что животные не могли даже повернуться, стала незаконной в Великобритании в 1990 году. Современную телятину обычно называют «подрощенной». Мясо получают от животных примерно восьмимесячного возраста, которые сначала выкармливались материнским молоком, а затем подрастали на пастбищах в летние месяцы. Употребление подрощенной телятины на самом деле помогает решать проблему, с которой сталкиваются владельцы молочных ферм, которым некуда было бы девать лишних телят мужского пола. Молочные коровы постоянно находятся в состоянии беременности, чтобы угодить нашей привычке пить молоко и есть кисломолочные продукты. И в то время, как телята женского пола могут заменять своих матерей в системе производства молока, для телят мужского пола в этой промышленности места просто нет, ведь мясо взрослых животных молочных пород не считается хорошей говядиной. В результате для фермера есть один выход – пустить их на производство телятины, так как иначе они бы никак не окупали расходы на свое содержание.



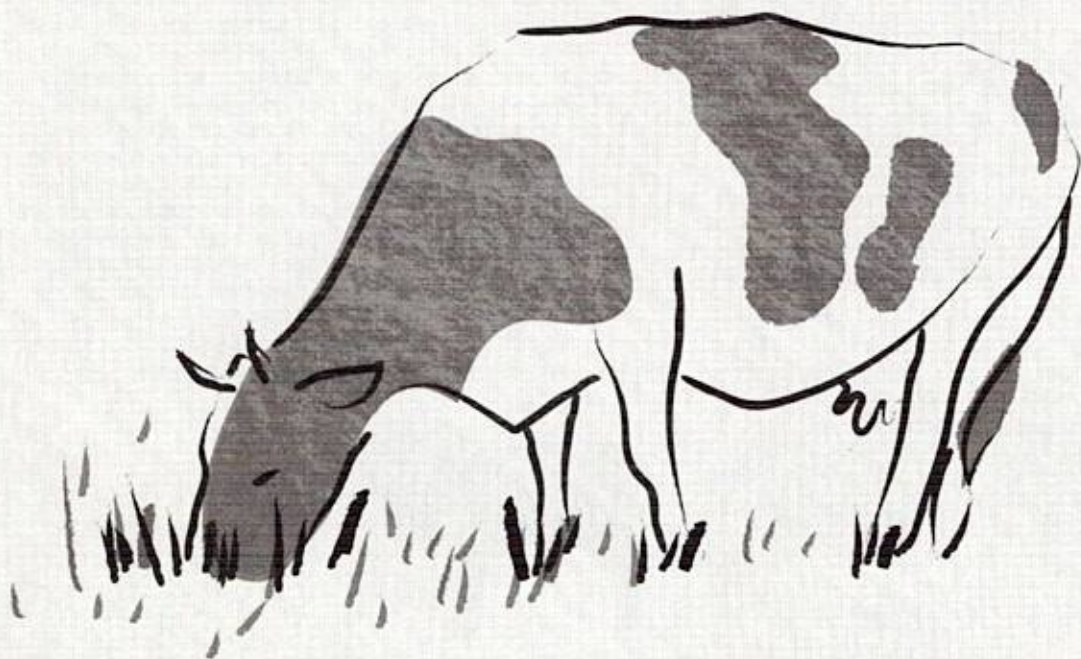
Бычков молочных пород поэтому забивают в возрасте 24-48 часов. Небольшая группа фермеров старается реабилитировать это светлое постное мясо, у которого богатые и старинные традиции использования в кулинарии; потребление телятины в последнее время увеличилось, и это решает описанную проблему.

Вдобавок есть очень малое количество фермеров, которые продолжают выкармливать бычков с помощью «коровы-кормилицы», обычно это «вышедшая на пенсию» старая дойная корова, без участия их матерей. В результате они получают телятину, более близкую к классической, старомодной по вкусу: нежной и сладковатой из-за молочного вскармливания, светлой – и никаких этических противоречий.

Говядина от более взрослых животных

Настоящую говядину, ту, благодаря которой Британия завоевала репутацию «страны говядины», в наши дни можно встретить нечасто. Любому мясу нужно время, чтобы оно раскры-

ло свой вкусовой потенциал, но наша пищевая индустрия, под давлением экономических и политических сил, отправляет животных на убой слишком рано, совсем молодыми. Это преступление против вкуса, особенно когда дело касается говядины. Учитывая, что естественная продолжительность жизни у крупного рогатого скота – до 20 лет, вы можете видеть, насколько укорачивается его жизнь. Хотя существует абсолютная корреляция между продолжительностью жизни и вкусом мяса, к сожалению, лишь очень немногие фермеры могут позволить себе содержать животных дольше, чем несколько лет. То, что мы сегодня покупаем, более сродни телятине, чем говядине, что стало бы для вас особенно очевидным, если бы хоть раз попробовали мясо более взрослого животного. Есть несколько хайлендских пород, которые принято забивать в возрасте старше трех лет, иногда даже в десять лет. А еще, конечно, существуют особые баскские и галисийские породы в Испании (см. следующую страницу). Поищите мясо от взрослых животных этих пород – если у вас есть знакомый по-настоящему знающий свое дело мясник, возможно, он поможет. И это станет для вас поистине открытием.



«Стейк баскского дома сидра»

Стейки с таким названием (иначе их называют «баскской импортной говядиной») получают от молочных коров, которые достигают окончания своей продуктивности в возрасте около четырех лет, а затем отправляются «на пенсию» еще примерно на четыре года, чтобы их мясо обогатилось жиром. В Стране Басков существует давняя традиция подавать в местных тавернах, известных под названием «домов сидра», стейки из мяса животных молочных пород. Традиционно фермеры обменивали мясо на сидр, отсюда и название стейков. Эта говядина отличается выраженной мраморностью, придающей мясу сочность, а также тот особый вкус, который бывает лишь у мяса зрелых животных. Несмотря на то что эта говядина называется «баскской», она происходит от коров, которые разводились в Германии, Австрии, Польше и Ирландии. Животные импортируются в Страну Басков, где существует рынок для сбыта этого дорогого мяса, а уже оттуда мясо импортируется в Британию, для дальнейшей выдержки, так как испанцы выдерживают мясо не более трех недель.

Вообще, это великолепная идея. Любому мясу нужно время для раскрытия вкуса. Методы интенсивного животноводства направлены на то, чтобы отправить животное на убой как можно скорее, не давая ему прожить и небольшой части его естественной жизни. И если смотреть с такой точки зрения, у этих молочных коров более долгая и плодотворная жизнь. Их не подгоняют, чтобы набрать лишний вес, они взрослеют в природных условиях, постепенно нагуливая жир, а их мясо медленно приобретает глубокий вкус, прежде чем «покинуть пастбище». Обычному фермеру не по карману так долго содержать своих животных. И если трава на лугах, где пасутся эти «пенсионеры», свежая и хорошая, животные не испытывают стресса вплоть до момента убоя, затем мясо правильно выдерживают и разделяют, оно просто по факту не может не иметь отличного вкуса. И это прекрасный ответ на сложный вопрос: что делать с дойными коровами, когда они перестают давать молоко.

Говядина галисийских волов

Может возникнуть путаница между баскской и галисийской говядиной, ведь обе из Испании, но галисийская говядина никогда не получается от животных молочных пород. Большую ее часть получают от породы коров Галисийская Светлая, наряду с телятиной как побочным продуктом. Но дорогое мясо происходит от старых волов, которых, по вполне понятным причинам, никак нельзя назвать молочным рогатым скотом. Известное в Испании как «буэй», это мясо считается лучшим у породы Галисийская Светлая, но и раздобыть его не просто.

До эпохи механизации вола использовали на фермах вместо тракторов, как рабочий скот. Содержание кастрированного быка в течение 15 лет обходится недешево, и в наши дни для этого просто нет причин, разве что он любимец всей семьи. Жир у мяса волов желтый, а не белый, из-за каротина, который они получают с питанием на пастбищах. Из-за медленного роста жир распределяется внутри мяса очень тонкими прослойками, а не крупными прожилками, как при интенсивном вскармливании кукурузой. Некоторые лучшие стейки в мире получены как раз от этих животных, потому что у них было достаточно времени, чтобы их мясо приобрело поистине королевский вкус. И, естественно, возникает вопрос: каким был бы вкус мяса Лонгхорна или Абердин-Ангуса, если выращивать их тем же образом? Во время написания этой книги уже предпринимаются попытки узнать ответ на этот вопрос, над которым сейчас работают один фермер из Йоркшира и испанский импортер говядины. Что за чудесные времена!





- 1 маленькая луковица
- 4 зубчика чеснока
- 1 кусок корня свежего имбиря размером с палец
- 1 зеленый перец чили
- 1 зеленый сладкий перец
- 1 стебель зеленого лука
- 1 ст. л. порошка кули-кули (см. ниже)
- 2 ст. л. перечной смеси суя (см. ниже)
- 1 ст. л. хлопьев морской соли
- 1 кг рамп-стейка (из задней части туши), обработать
- 16 деревянных шпажек, замочить в воде

Для салата

- ¼ вилка краснокочанной капусты
- ¼ вилка белокочанной капусты
- 4 спелых помидора
- 1 огурец
- 1 красная луковица
- 2 лимона, из 1 выжать сок, другой нарезать дольками
- 3-4 ст. л. оливкового масла extra virgin
- хлопья морской соли и перец по вкусу

Западноафриканская суя

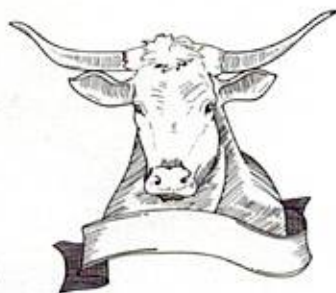
Пряный западноафриканский вариант шашлыка, с которым представителей африканского народа хауса в Камеруне познакомили арабские купцы. Шашлычки суя обычно представляют собой короткие деревянные шпажки с очень обильно приправленным мясом. Тонко нарезанное мясо готовят на решетке, оно является обычным для местного стрит фуда.

Приготовьте маринад. Очистите и крупно нарежьте лук, чеснок и имбирь. Освободите от семян перец чили и сладкий перец, крупно нарежьте. Крупно нарежьте зеленый лук. Поместите все перечисленное в блендер и измельчите до однородности. Затем добавьте порошок кули-кули и перечную смесь суя, вновь включите мотор, чтобы все перемешать.

Нарежьте говядину тонкими ломтиками и расплющите ломтики плоской стороной ножа. Поместите мясо в маринад, накройте и уберите в холодильник мариноваться на пару часов. Затем наколите по 4 ломтика мяса на каждую шпажку.

Приготовьте салат. Тонко нашинкуйте оба вида капусты, нарежьте помидоры и огурец тонкими ломтиками, очистите и тонко нарежьте красный лук. Соедините все овощи в большой миске, добавив щедро лимонный сок, оливковое масло и по щепотке соли и перца.

Разогрейте угольный гриль и, когда угли прогорят и покроются белым пеплом, поджарьте шашлычки, регулярно переворачивая, до золотистой корочки. Подавайте с салатом и лимонными дольками.



Кули-кули и перечную смесь суя можно найти в магазинах, продающих африканские специи, или заказать в интернете. Порошок кули-кули можно заменить молотым арахисом.





Одно из пятидесяти самых вкусных блюд из говядины по версии ВВС, а также считающийся национальным блюдом сразу в нескольких странах Юго-Восточной Азии, сатей, скорее всего, ведет происхождение с острова Ява в Индонезии. Сейчас он популярен во всем регионе.

Сатей из говядины

1 лайм

1 ст. л. кечап манис
(индонезийского сладкого
соевого соуса. — Прим.
переводчика)

1 ч. л. измельченного чеснока

1 ч. л. тертого свежего имбиря

1 ч. л. тертого свежего корня
куркумы

½ ч. л. молотого кориандра

½ ч. л. молотого кумина

½ ч. л. свежемолотого черного
перца

600 г стейка рибай

Для соуса

250 мл кокосовой воды

100 г натуральной арахисовой
пасты

100 мл кечап манис

50 мл соуса шриача

2 ч. л. измельченного чеснока

1 ч. л. тертого свежего имбиря

мелко натертая цедра и сок

1 лайма (без воска)

Для гарнира

1 маленький огурец

1 большая вытянутая луковица
шалота

½ маленького пучка кинзы,
оборвать листочки

50 мл рисового уксуса

1 ч. л. сахара

щепотка соли

деревянные или бамбуковые
шпажки, замочить в воде

Мелко натрите цедру лайма и соедините ее в миске с соком лайма, кечап манис, чесноком, имбирем, куркумой, кориандром, кумином и перцем. Нарезьте стейк полосками поперек волокон и выложите в маринад. Перемешайте, накройте и уберите в холодильник на ночь.

Смешайте все ингредиенты соуса в небольшой кастрюльке и доведите до несильного кипения. Варите 1 минуту, затем снимите с огня и оставьте остывать.

Разрежьте огурец пополам вдоль, затем нарежьте каждую половинку тонкими ломтиками и выложите в миску. Разрежьте шалот вдоль, очистите и нарежьте тонкими полукольцами. Добавьте шалот к огурцу вместе с листьями кинзы, уксусом, сахаром и солью.

Достаньте ломтики стейка из маринада и насадите на шпажки, по 1 ломтику на шпажку (см. фото слева).

Обжарьте сатей либо на решетке гриля, либо на хорошо разогретой сковороде-гриль по 2–3 минуты с каждой стороны, до средней степени прожарки.

Подавайте сатей с соусом и гарниром из огурца и шалота.





Вы часто слышите рефрен «жир придает вкус», и это простое, но необычайно вкусное дополнение в виде костного мозга отлично подойдет к постному мясу на гриле. Если ваш фаворит — вырезка (и кто я такой, чтобы вас за это осуждать), такой гарнир точно улучшит ее вкус.

Костный мозг на гриле со «снегом» из хрена и тостами

8 отрезков мозговых костей
длиной 5 см
ломтики дрожжевого хлеба
1 небольшой кусок свежего
корня хрена, очистить
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Слегка посолите и поперчите кости со стороны срезов.
Поджаривайте, по возможности на угольном гриле, в течение 3 минут.

Поджарьте на гриле ломтики хлеба.

С помощью мелкой терки натрите хрен поверх костей и подавайте с тостами из дрожжевого хлеба.



Еще один вариант использования костного мозга, на этот раз с медленно приготовленным сладким луковым конфи.

Костный мозг на гриле с луком и тостами

200 г лукового конфи
(см. стр. 162)
4 отрезка мозговых костей
длиной 10 см, разрезать
пополам вдоль (попросите
мясника сделать это для вас)
ломтики дрожжевого хлеба
хлопья копченой морской соли
и свежемолотый черный перец

Приготовьте лук конфи, как описано в рецепте на стр. 162, добавив вначале 2 чайные ложки костного мозга. Готовьте на слабом огне 1 час, часто помешивая, пока лук не приобретет медовый цвет, станет мягким и сладким.

Слегка посолите и поперчите кости со стороны срезов.
Поджаривайте, по возможности на угольном гриле, в течение 3 минут.

Поджарьте на гриле ломтики хлеба.

Выложите на поджаренные срезы костей горячий лук и подавайте с тостами из дрожжевого хлеба.

1 кг говяжьих костей
1 небольшой кусок
говяжьей голени
1 бычий хвост
2 луковицы, очистить
и разрезать пополам

2 крупные моркови,
разрезать пополам
2 стебля сельдерея
2 крупных сушеных
гриба шиитаке
2 сушеных белых гриба
(20 г)

1 головка чеснока,
разобрать на зубчики,
но не очищать
1 букет гарни
(тимьян, лавровый
лист, розмарин
и петрушка)

1 пакетик со специями
(20 семян фенхеля,
20 горошин черного
перца, 1 звездочка
бадьяна)
250 мл мадеры
250 мл соевого соуса
5 л воды

Основной говяжий бульон Примерно на 6 л

Меня учили тому, что для соусов подходят лишь три базовых бульона — телячий, куриный и рыбный, но меня всегда терзали сомнения: если я делаю соус, например, для свинины или говядины, почему бы мне не использовать бульон, сваренный из костей того мяса, которое я готовлю? Это мой базовый бульон, и он является основой для множества рецептов. Я добавляю в него как можно больше ингредиентов — источников умами, поэтому вкус у него брутальный, но именно таким и должен быть настоящий говяжий бульон.

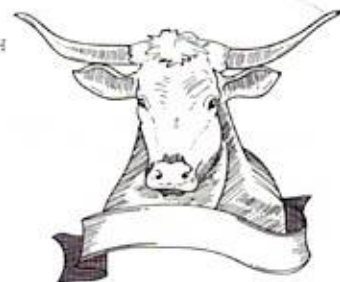
Разогрейте духовку до 200 °С. Слегка запеките кости, голень и хвост, в течение 30 минут. Выложите луковицы разрезами вниз на сухую сковороду и подпеките на сильном огне до темного цвета, почти до черноты.

Соедините все ингредиенты в очень большой кастрюле и доведите до несильного кипения. Если у вас нет настолько большой кастрюли, разделите ингредиенты на две поменьше.

Снимая время от времени (примерно каждые 30 минут) пену с поверхности, варите около 6 часов. Ваша цель — варить при еле заметном кипении и снять как можно больше пены, чтобы получить чистый и прозрачный бульон.

Не снимая кастрюлю с плиты, выключите огонь и, вычерпывая бульон половником, процедите его через частое сито в другую посуду, стараясь не доставать до дна, чтобы бульон был без осадка.

Остудите. Бульон можно заморозить в контейнерах объемом 500 мл или 1 л.



Если понадобится менее насыщенный по вкусу бульон, используйте мой основной овощной, чей рецепт вы найдете на соседней странице.

Основной овощной бульон

Примерно на 6 л

Этот бульон можно загустить с помощью картофельного крахмала, рисовой муки или тертого вегетарианского сыра, чтобы придать густоты супам или тушеным блюдам.

4 луковицы, очистить и разрезать пополам
4 головки чеснока, разрезать пополам по горизонтали
4 головки фенхеля, разрезать пополам
4 крупные моркови, разрезать вдоль
4 крупные свеклы, очистить и разрезать пополам
4 стебля сельдерея
4 стебля лука-порея, разрезать пополам вдоль
200 г сушеных грибов шиитаке
200 г сушеных белых грибов
4 перца чили, разрезать пополам и удалить семена
1 букет гарни (тимьян, лавровый лист, розмарин и петрушка)
1 пакетик со специями (20 семян фенхеля, 20 горошин черного перца, 1 звездочка бадьяна, 1 кусочек корня солодки, 1 палочка корицы)
250 мл мадеры
250 мл соевого соуса
250 мл бальзамического уксуса
5 л воды

Выложите луковицы и чеснок разрезами вниз на сухую сковороду и подпеките на сильном огне до темного цвета, почти до черноты.

Соедините все ингредиенты в очень большой кастрюле и доведите до несильного кипения. Снимая время от времени (примерно каждые 30 минут) пену с поверхности, варите 2 часа. Ваша цель — варить при еле заметном кипении и снять как можно больше пены, чтобы получить чистый и прозрачный бульон.

Не снимая кастрюлю с плиты, выключите огонь и, вычерпывая бульон половником, процедите его через частое сито в другую посуду, стараясь не доставать до дна, чтобы бульон был без осадка.

Остудите. Бульон можно заморозить в контейнерах объемом 500 мл или 1 л.

Чесночное масло На 300 г

Отлично подойдет к мясу на гриле, морепродуктам или для намазывания на хлеб. Чесночное масло бывает простым — масло и чеснок, но в него также можно добавить анчоусы, фундук, травы, специи, алкоголь и даже сыр. Здесь я привожу тот вариант, который использую чаще всего.

20 г (8-10 зубчиков) чеснока, мелко нарубить
250 г соленого сливочного масла, нарезать кубиками
2 ч. л. перно
1 крупная вытянутая луковица шалота, мелко нарубить
½ пучка петрушки, оборвать листочки и мелко нарубить
свежемолотый черный перец

Измельчите в блендере чеснок с маслом, перно и черным перцем.

Вмешайте рубленый шалот и петрушку, проверьте, хватает ли приправ, и подавайте, выложив на только что поджаренный на гриле стейк, чтобы масло растаяло и превратилось в соус.

Или скатайте из масла колбаску, завернув его в пищевую пленку, и охладите, чтобы оно затвердело. Нарежьте кружочками и подавайте со стейками.

Масло с диким чесноком

На 300 г

Весной, когда доступен молодой дикий чеснок, замените им обычный чеснок в вышеприведенном рецепте. Используйте двойное его количество: 40 г, чтобы получить фантастически вкусный сезонный вариант этого масла.



Мадера для меня — лучшее из вин, которые используются для готовки. Ее насыщенный вкус прекрасно сочетается с говядиной. Уникальной мадеру делает процесс ее изготовления, имитирующий долгое путешествие в винной бочке в трюме корабля, плывущего в тропиках. Вино при выдерживании попеременно нагревают и охлаждают, добиваясь тем самым насыщенного характера, так не поступают больше ни с одним вином.

Все перечисленные ниже подливки можно заморозить небольшими порциями сразу после приготовления, а перед подачей просто разогреть.

Подливка с мадерой и несколько ее вариантов

60 г рубленого лука-шалота

100 г сливочного масла

250 мл мадеры

2 л основного говяжьего бульона
(см. стр. 112)

хлопья морской соли и свежемолотый
черный перец

Спассеруйте шалот на 20 г сливочного масла до мягкости, затем влейте мадеру и готовьте, пока не получите консистенцию сиропа.

Влейте к шалоту с мадерой говяжий бульон и выпарите на три четверти объема жидкости.

С помощью венчика вмешайте оставшееся сливочное масло и приправьте по вкусу солью и перцем.

Подливка с горчицей

100 г английской горчицы
600 мл подливки с мадерой (см. соседнюю страницу)

Вмешайте горчицу с помощью венчика в подливку с мадерой.

Подливка с костным мозгом

100 г костного мозга, мелко нарезать
600 мл подливки с мадерой (см. соседнюю страницу)

Вмешайте костный мозг в готовую подливку с мадерой.

Перечный соус

250 мл жирных сливок
600 мл подливки с горчицей (см. выше)
100 г консервированного зеленого перца горошком, вместе с рассолом
свежемолотый черный перец по вкусу

Влейте сливки в подливку с горчицей (см. выше) и доведите до несильного кипения. Вмешайте зеленый перец с рассолом и щедро поперчите черным перцем.

Трюфельный соус

столько черного трюфеля, сколько позволит ваш банковский счет

600 мл подливки с мадерой (см. соседнюю страницу)

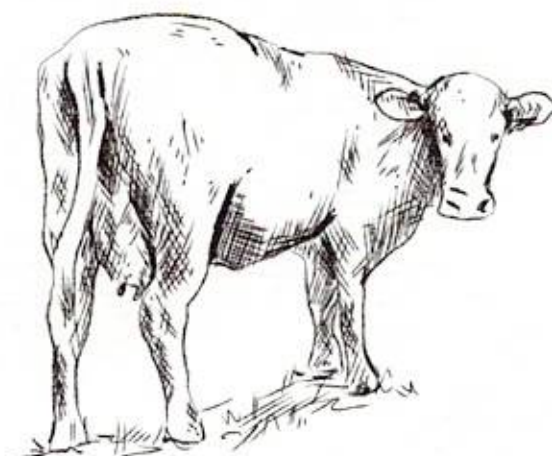
Натрите трюфель мелко или тонкой стружкой в подливку с мадерой и перемешайте. Подавайте в соуснике, посыпав целой горкой натертого стружкой трюфеля – это не тот случай, чтобы экономить!

Луковая подливка

25 г сливочного масла
8 крупных луковиц, разрезать пополам, затем полукольцами
600 мл подливки с мадерой (см. соседнюю страницу)
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Разогрейте масло в большом сотейнике с тяжелым дном и выложите нарезанный лук. Убавьте огонь до слабого и оставьте лук тушиться на 30 минут, время от времени проверяя и помешивая, чтобы он не пригорал. Лук должен стать очень мягким и прозрачным, а также слегка карамелизоваться, став темно-коричневым.

Смешайте лук с подливкой с мадерой, приправьте по вкусу и подавайте.



Подливка с горчицей

100 г английской горчицы
600 мл подливки с мадерой (см. соседнюю страницу)

Вмешайте горчицу с помощью венчика в подливку с мадерой.

Подливка с костным мозгом

100 г костного мозга, мелко нарезать
600 мл подливки с мадерой (см. соседнюю страницу)

Вмешайте костный мозг в готовую подливку с мадерой.

Перечный соус

250 мл жирных сливок
600 мл подливки с горчицей (см. выше)
100 г консервированного зеленого перца горошком, вместе с рассолом
свежемолотый черный перец по вкусу

Влейте сливки в подливку с горчицей (см. выше) и доведите до несильного кипения. Вмешайте зеленый перец с рассолом и щедро поперчите черным перцем.

Трюфельный соус

столько черного трюфеля, сколько позволит ваш банковский счет

600 мл подливки с мадерой (см. соседнюю страницу)

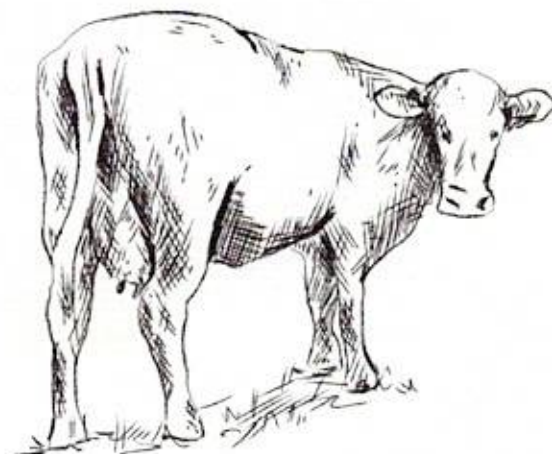
Натрите трюфель мелко или тонкой стружкой в подливку с мадерой и перемешайте. Подавайте в соуснике, посыпав целой горкой натертого стружкой трюфеля – это не тот случай, чтобы экономить!

Луковая подливка

25 г сливочного масла
8 крупных луковиц, разрезать пополам, затем полукольцами
600 мл подливки с мадерой (см. соседнюю страницу)
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Разогрейте масло в большом сотейнике с тяжелым дном и выложите нарезанный лук. Убавьте огонь до слабого и оставьте лук тушиться на 30 минут, время от времени проверяя и помешивая, чтобы он не пригорал. Лук должен стать очень мягким и прозрачным, а также слегка карамелизоваться, став темно-коричневым.

Смешайте лук с подливкой с мадерой, приправьте по вкусу и подавайте.





2 маленькие луковицы
удлиненного шалота,
нарезать тонко вдоль

$\frac{1}{2}$ пучка мяты,
оборвать листочки
и очень мелко
нарубить

250 г говяжьей
вырезки

250 г отварного рубца
(см. стр. 110), тонко
нарезать

2 красных перца
чили «птичий глаз»,
нарезать тонко +
немного для подачи

$\frac{1}{2}$ ч. л. хлопьев перца
чили

20 г тайского
жареного рисового
порошка (см. ниже)

несколько листьев
каффир-лайма, мелко
нашинковать

$\frac{1}{2}$ пучка зеленого
лука, мелко нарезать

$\frac{1}{2}$ пучка (около
15 г) кинзы, крупно
нарезать

$\frac{1}{2}$ огурца, нарезать
тонкими ломтиками,
для подачи

листья салата для
подачи

Для заправки

свеженатертая цедра
и сок 2 лаймов (без
воска) + немного сока
для подачи

1 ст. л. рыбного
соуса (нам пла или
ныок мам. — Прим.
переводчика) +
немного для подачи

20 г пальмового
сахара

Рубец в стиле лааб

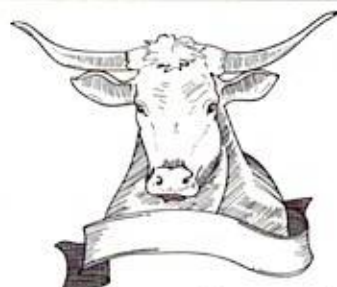
Лааб — это национальное блюдо Лаоса, но оно также мигрировало в Исан, регион в Таиланде, где проживает много выходцев из Лаоса. Оно невероятно пряное, острое и вкусное.

Сначала сделайте заправку: взбейте в небольшой миске цедру и сок лайма с рыбным соусом и пальмовым сахаром. Перелейте половину заправки в маленький пластиковый контейнер и отставьте.

В оставшуюся заправку выложите шалот, половину мяты и говядину. Обваляйте мясо в маринаде и оставьте на пару часов при комнатной температуре.

Достаньте говядину из маринада и обжаривайте на гриле, регулярно поворачивая, в течение 8 минут, до средне-слабой степени прожарки. Переложите на тарелку и дайте отдохнуть 10 минут, затем нарежьте тонкими ломтиками. Выложите говядину в большую миску, добавьте рубец, свежий и сушеный перец чили, рисовый порошок, каффир-лайм, зеленый лук, кинзу и оставшуюся мяту.

Сбалансируйте вкус с помощью дополнительного количества сока лайма и рыбного соуса. Подавайте с оставшейся заправкой, огурцом, колечками перца чили и листьями салата.



Готовый жареный рисовый порошок можно приобрести в магазинах азиатских продуктов, но если вы не сможете его найти, несложно приготовить его самостоятельно. Поместите сковороду на средне-слабый огонь, насыпьте сухой клейкий тайский рис. Прогревайте, встряхивая сковороду каждые несколько секунд, чтобы рис обжаривался равномерно. Примерно через 10 минут рисинки станут золотистыми. Снимите сковороду с огня и дайте рису полностью остыть. Затем смелите его в ступке или мельнице для кофе, по 2 столовые ложки за раз, до состояния мелкого порошка.





Традиционно для этого рецепта мясо срезается с ребер, чтобы получились плоские, сродни стейку, куски, но можно готовить его и нетрадиционным методом, на кости, если вам нравится.

Ребрышки кальби

2 кг мяса, срезанного с ребер, в виде плоских кусков

100 г светлого тростникового сахара

1 небольшая азиатская груша, очистить и натереть

1 маленькая луковица, очистить и натереть

1 головка чеснока, зубчики измельчить

250 мл светлого соевого соуса

125 мл воды

60 мл мирина (сладкого рисового вина. — Прим. переводчика)

20 мл темного кунжутного масла

4 ч. л. свежемолотого черного перца

Для подачи

кимчи (см. стр. 89)

отварной клейкий рис

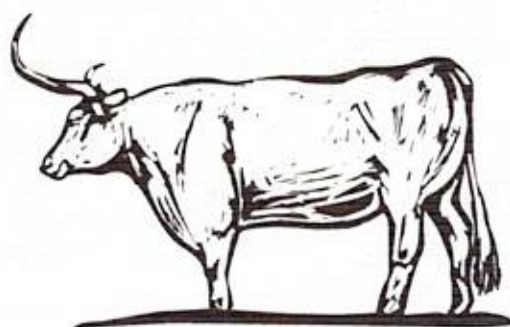
4 нарезанных мелко побега зеленого лука

Обваляйте мясо в коричневом сахаре со всех сторон, затем перемешайте с остальными ингредиентами. Поместите в плотно закрывающийся контейнер и уберите в холодильник на ночь.

Разожгите угольный гриль, дождитесь, когда пламя погаснет, а угли покроются белым пеплом.

Обсушите мясо от маринада и готовьте на гриле по 3 минуты с каждой стороны или до желаемой степени прожарки.

Подавайте с кимчи, клейким рисом и зеленым луком.







50 г топленого говяжьего жира
200 г кимчи (см. стр. 89),
слить маринад
8 булочек для хот-догов,
разрезать вдоль
100 мл майонеза

8 колбасок или сосисок для
хот-догов (см. стр. 213),
надрезанных крест-накрест
100 г чеддера, натереть
200 г капусты кимчи
(см. следующую страницу)

соус шрирача (острый перечный
соус. - Прим. переводчика)
для подачи
1 пучок (около 30 г) кинзы,
оборвать листочки

Кимчи-доги

Во время нашей исследовательской поездки с командой ресторана Hawksmoor в Нью-Йорк мы посетили коктейль-бар под названием Please Don't Tell, входивший в который нужно было через телефонную будку. Одна из закусок в меню этого бара — маленькие хот-доги с кимчи, и они были настолько умопомрачительно вкусными, что навсегда засели у меня в голове. Это моя ода тем воспоминаниям.

Разожгите угольный гриль, дождитесь, когда пламя погаснет, а угли покроются белым пеплом.

Разогрейте в сковороде говяжий жир, выложите кимчи и обжаривайте до золотистого цвета со всех сторон, примерно 3 минуты.

Смажьте половинки булочек для хот-догов изнутри жиром со сковороды и поджарьте на решетке гриля, разрезав вниз, до хрустящей корочки. Переверните и подпеките с другой стороны. Смажьте разрезы майонезом.

Поджарьте колбаски или сосиски на гриле в течение примерно 3 минут, со всех сторон. Выложите на нижние части булочек кимчи со сковороды и колбаски, посыпьте натертым сыром.

Сверху положите капусту кимчи, сбрызните небольшим количеством соуса шрирача и подавайте, посыпав листочками кинзы и накрыв верхними половинками булочек.

Мне кажется, что когда-то салат коул-слоу представлял собой нечто вроде квашеной капусты, то есть происходил процесс ферментации за счет бактерий, и такой салат можно было длительно хранить. Мой вариант капусты кимчи — нечто в этом духе: гибрид между салатом коул-слоу и ферментированной капустой кимчи. Он отлично подойдет к мясу на гриле и может использоваться в сэндвичах.

Капуста кимчи

Примерно на 1 кг

- 1 небольшой кочан белокочанной капусты
- 1 пучок зеленого лука
- 2 см свежего корня имбиря
- 3 зубчика чеснока
- 1 морковь
- 1 ст. л. хлопьев морской соли
- 1 ч. л. гочугару (корейского красного молотого перца или хлопьев)

Нашинкуйте капусту и зеленый лук, сложите в миску. Натрите имбирь, чеснок и морковь, добавьте в ту же миску с солью и перцем, перемешайте. С усилием помните капусту руками, чтобы выделился сок. Соль поможет вытянуть влагу из капусты, и в ней образуется благоприятная среда для развития микроорганизмов, вызывающих брожение (лактобактерий).

Переложите капусту в банку с плотно закручивающейся крышкой. Плотно утрамбуйте ее ложкой, чтобы она полностью была покрыта рассолом. Убедитесь, что между поверхностью рассола и крышкой не менее 3 см свободного пространства. Влейте в банку всю оставшуюся в миске жидкость.

Поместите сверху на капусту стеклянный гнет и закрутите банку крышкой. Поставьте в темное прохладное место на 1 неделю для ферментации, проверяя, чтобы капуста всегда была покрыта слоем рассола. Если появится плесень, удалите ее и промойте стеклянный гнет.

Чем дольше капуста ферментируется, тем больше становится число и разнообразие бактерий, принимающих участие в процессе брожения. У капусты кимчи приятный вкус, она полезна, и ее можно хранить в холодильнике до 1 года.

Краснокочанная капуста, квашенная со свеклой

Примерно на 1 кг

- 1 кочан краснокочанной капусты
- 1 крупная свекла
- 20 г мелкой морской соли

Нашинкуйте капусту и натрите на терке свеклу. Смешайте капусту и свеклу с солью в большой миске. С усилием мните смесь руками, чтобы выделился сок, минимум 5 минут.

Очень плотно утрамбуйте смесь в банке с плотно закручивающейся крышкой, до появления слоя жидкости сверху. Поместите сверху стеклянный гнет и плотно закройте банку крышкой.

Поставьте в темное прохладное место на 1 неделю для ферментации, проверяя, чтобы смесь всегда была покрыта слоем рассола. Если появится плесень, удалите ее и промойте стеклянный гнет.

По прошествии недели поместите банку в холодильник еще на 3 недели. Теперь капусту можно есть как отдельно, так и — что гораздо вкуснее — с небольшим количеством рубленого соленого лимона и натуральным йогуртом.



Говяжьи ребра поступают в продажу в разрезанном состоянии поперек кости. Каждый кусок ребер обычно содержит три-четыре кости, между которыми большая мясная прослойка. Они могут быть довольно жесткими, поэтому требуют маринования. Готовят их как быстро, чтобы они оставались розовыми в середине, так и медленно, чтобы мясо отваливалось от костей.

Говяжьи ребрышки на гриле

2 кг говяжьих ребер,
нарезанных толщиной 1 см
150 мл холодного черного кофе
150 мл сладкого соевого соуса
150 мл мадеры
хлопья морской соли

Сложите ребра в миску. Соедините все жидкие ингредиенты и полейте этим маринадом ребра. Уберите в холодильник для маринования на 4 часа. Переверните один раз в середине процесса.

Разожгите угольный гриль, дождитесь, когда пламя будет еле тлеть.

Слейте маринад, посолите ребра и готовьте на решетке гриля по несколько минут с каждой стороны, до золотистой корочки.

Снимите ребрышки с гриля и подавайте со слоу из овощной стружки и трав (см. ниже) или просто как аппетитную мясную закуску.

Салат слоу из свежих овощей прекрасно дополнит мясо, приготовленное на гриле, а также может служить начинкой сэндвича. Пурпурная спаржа сейчас становится все более распространенной, и ее часто едят сырой — она чуть слаще, чем зеленая, и по вкусу напоминает горошек, как по мне, так самое то.

Слоу из овощной стружки и трав

На 4 порции

40 г ростков гороха
60 г мини-моркови, нарезать стружкой
60 г мини-фенхеля, нарезать стружкой
60 г пурпурной спаржи, нарезать стружкой
1 пучок зеленого лука, нарезать тонкими ленточками
1 пучок (около 30 г) трав ассорти (мяты, петрушки и кинзы), оборвать листочки
¼ ч. л. семян фенхеля, обжарить

¼ ч. л. хлопьев морской соли
1 ч. л. свежемолотого черного перца

Для заправки

50 мл органического яблочного уксуса

1 ст. л. оливкового масла extra virgin
15 г мелкого сахара
сок и мелко натертая цедра ½ лимона (без воска)

Смешайте все овощи и травы.

Примерно за 10 минут до подачи взбейте венчиком все ингредиенты заправки.

Полейте салат заправкой, добавьте семена фенхеля, приправьте солью и перцем и перемешайте.





«Промойте большое сердце зверя начисто и отрежьте примыкающие части, затем начините его фаршем... Заверните в телячий сальник, чтобы начинка держалась внутри. Готовьте его, насадив на вертел или подвесив над огнем и собирая вытекающие соки, примерно час; поливайте его во время жарки красным вином. По окончании запекания возьмите соки, снимите с них жир и долейте еще стакан вина. Прогрейте, добавив несколько ложек желе из красной смородины, затем налейте в блюдо. Выложите сердце, дополните ломтиками желе из красной смородины и подавайте.

«Как сделать фальшивого зайца из сердца зверя»

Элизабет Рэффалд, «Опытная английская домохозяйка» (1769).

Телячье сердце на гриле

1 телячье сердце (попросите мясника обработать его, если сами безгугете)

50 мл хорошего красного вина или хересного уксуса

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

1 зубчик чеснока, измельчить

несколько веточек тимьяна

небольшая горсть кресс-салата

свеженатертый хрен для подачи

Для маринованной моркови

150 мл воды

150 мл яблочного уксуса

70 г мелкого сахара

1 ч.л. хлопьев морской соли

4 моркови наследственных сортов, нарезать тонкими ломтиками

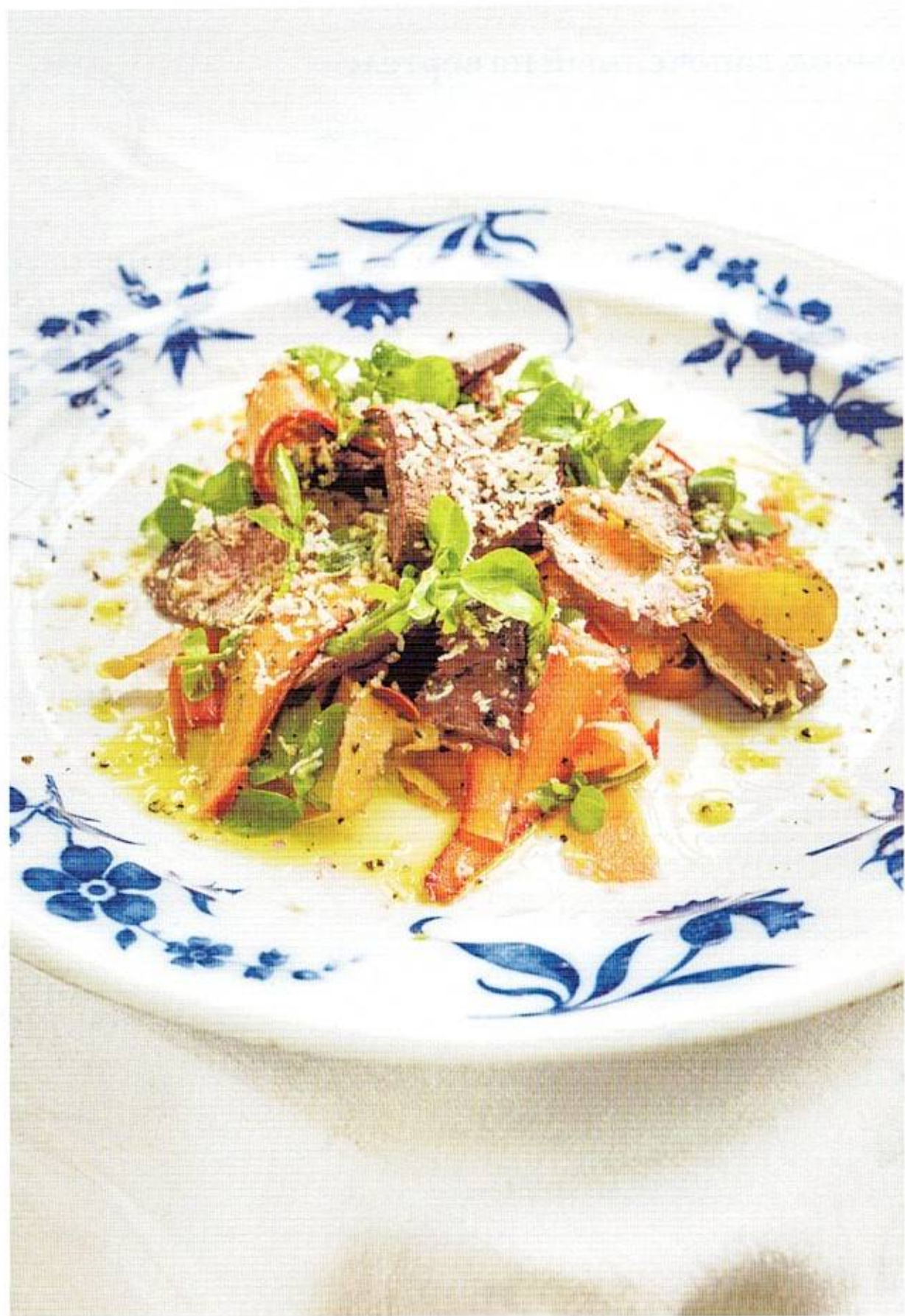
Прежде всего обработайте сердце. Срежьте большие кровеносные сосуды и две выступающие части сверху, удалите жир и сгустки крови. В итоге у вас должно получиться аккуратно выглядящее ровное сердце с двумя полостями внутри. Разрежьте его, чтобы раскрыть, выложите в виде пласта и нарежьте квадратиками по 5 см толщиной $\frac{1}{4}$ см. Более толстые части разрежьте пополам горизонтально.

Промойте кусочки сердца, выложите их в миску и смешайте с вином или уксусом, солью, перцем, чесноком и тимьяном. Накройте и оставьте мариноваться на 24 часа.

Замаринуйте морковь. Смешайте в миске воду с уксусом, сахаром и солью, выложите морковь и перемешайте. Оставьте мариноваться на 20 минут.

Приготовьте кусочки сердца на решетке хорошо разогретого барбекю по 2-3 минуты с каждой стороны.

Нарежьте сердце тонкими ломтиками и подавайте, дополнив маринованной морковью, кресс-салатом и посыпав тертым хреном и свежемолотым черным перцем.



Бычок, запеченный на вертеле

Ну ладно, так как это требует специального оборудования, нескольких часов подготовки и 24 часа самого приготовления, я понимаю, насколько маловероятно, что вы будете готовить по этому конкретному рецепту. По правде говоря, даже для меня это слишком. Но, к счастью, я знаю человека, для которого это всего лишь обычный рабочий процесс. Когда я попросил Чарли Кэрролла из лондонского ресторана Flat Iron поучаствовать в моем фестивале Meatopia, он согласился, но с одним маленьким условием — он будет жарить бычка целиком на углях. Разве мог я отказать ему в этой просьбе?..

Чарли привез небольшого бычка, около 300 кг весом, с хорошей мраморностью, и он был выкормлен с особой тщательностью. У него был хороший слой нагулянного жира. Продавец удалил вырезку, избыточный жир и немного мяса из верхней части туши, чтобы можно было насадить ее на вертел близко к позвоночнику.

Изготовленная на заказ стальная конструкция для запекания была длиной 4,2 метра, с вертелом с двумя парами зажимов в районе голени и двумя зажимами для позвоночника; ее установили над очагом длиной около 3,3 метра, 60 см глубиной и 1,5 метра высотой. Поддон для углей располагался в 30 см над землей. Тушу плотно закрепили и подготовили к запеканию с помощью этой конструкции.

К двум концам вертела были присоединены два тележных колеса диаметром 1,8 метра, они располагались на подставках, чтобы выдерживать вес всей конструкции (и были снабжены роликами, чтобы регулировать высоту над углями). Баланс вертела был тщательно отрегулирован так, чтобы он мог свободно вращаться все время, вне зависимости от того, как распределялась нагрузка — больше веса сверху или снизу.

Был разведен сильный огонь, для этого использовали дубовые дрова со специями. Туша быка располагалась в 1,2 метрах над огнем, так что температура у внешней поверхности не превышала 150 °C в течение первых 15 минут. Затем, с помощью половника на длинной ручке, тушу полили растопленным жиром и начали поворачивать на 90° каждые 15 минут, положение фиксировалось специальными клиньями в тележных колесах — эта процедура повторялась все следующие 24 часа, и каждый раз проверялась температура внеш-

него слоя туши с помощью инфракрасного термометра, чтобы она не выходила за пределы 100-150 °C. Если значения температуры отклонялись от нормы, нагрев регулировали, разводя более сильный огонь или, наоборот, поднимая тушу выше над ним.

Запекание при температуре выше, чем 150 °C в конце 15-минутного периода, грозило тем, что поверхность подгорит, в то время как внутри мясо останется сырым, а приготовление при температуре ниже 100 °C в конце каждого периода грозило бы тем, что мясо будет недожарено и начнет портиться.

В конце этих знаменательных 24 часов запекания, поворачивания и смазывания, была проверена температура внутри бедра и лопатки, чтобы убедиться, что она не ниже минимальных 50 °C — при этом условии мясо можно было подавать. Тушу разделали, нарезали на порции, приправили и подали с йоркширским пудингом, который готовился в соках от запекания мяса (см. стр. 304), соусом и тертым хреном.



Сердце очень сильно недооцененный продукт, который заслуживает гораздо большего, и здесь я привожу простой, но достойный рецепт, который поможет в этом убедиться. Великий шеф Фергюс Хендерсон подавал эти фантастические сэндвичи на самом первом фестивале Meatopia в Великобритании.

Булочки с сердцем и маринованными грецкими орехами

400 г говяжьего сердца
4 ст. л. красного винного уксуса
1 ст. л. хлопьев морской соли
1 ч. л. свежемолотого черного перца
1 ст. л. рубленых листочков тимьяна
40 г водяного кресса
40 г лука-шалота, нарезать ломтиками
40 г маринованных грецких орехов (см. ниже)
4 булочки для бургеров

Обработайте сердце, как описано на стр. 124, удалив все, что напоминает жилы, и сгустки крови. Разрежьте сердце, чтобы раскрыть его, выложите в виде пласта и нарежьте кусками по 60 г толщиной 5 мм каждый.

Соедините уксус с солью, перцем и тимьяном, поместите в смесь куски сердца, перемешайте и оставьте мариноваться на 24 часа.

Разогрейте гриль или сковороду-гриль и обжарьте куски сердца по 3 минуты с каждой стороны.

Подавайте в подпеченных булочках, дополнив водяным крессом, шалотом и маринованными грецкими орехами.

Маринованные грецкие орехи

На 2 банки объемом 1 л

1 кг свежих мягких незрелых грецких орехов, собранных в июне или начале июля
225 г мелкой морской соли
1 л солодового уксуса
400 г темно-коричневого тростникового сахара
1 ч. л. горошин душистого перца
1 ч. л. бутончиков гвоздики
1 ч. л. молотой корицы
1½ ч. л. горошин черного перца
1 ст. л. тертого свежего корня имбиря

Маринованные грецкие орехи — великолепное дополнение к говядине, и как гарнир, и как ингредиент тушеных блюд из этого мяса. Настоящая квинтэссенция английского вкуса, они могут использоваться и покупные, если вам они понадобились срочно и нет времени на их маринование своими руками.

Наколите мягкие орехи вилкой (скорлупа еще не сформировалась, потому сделать это будет легко), залейте водой и добавьте половину соли. Оставьте на 1 неделю, затем слейте воду и повторите, залив свежим рассолом с оставшейся солью. Оставьте еще на неделю.

Слейте рассол и выложите орехи на поднос. Оставьте их в сухом, хорошо проветриваемом помещении на несколько дней — за это время они сильно потемнеют.

Соедините остальные ингредиенты в кастрюле. Доведите до кипения, всыпьте орехи и варите 15 минут. Остудите, затем выложите орехи в большие банки (объемом 1 л) и залейте маринадом. Мариноваться они будут несколько недель, а в холодильнике их затем можно хранить до 1 года.

Откорм

Рогатый скот — это жвачные животные, что означает, что основу их естественного рациона питания составляют травы, полевые цветы и другие растения. Натуральная пища обеспечивает животных необходимыми питательными веществами и минералами, а в итоге получается вкусное и полезное мясо. Выпас — важная часть образа жизни рогатого скота, и его не может заменить искусственное кормление. Между мясом животных, которые питались специальными кормами, и тех, кто свободно пасся на лугах хорошего качества, огромная разница.

Зерновой откорм

Все телята начинают есть траву сразу после окончания вскармливания молоком, так что технически вся говядина вначале травяного откорма, но не все так просто. В некоторых странах телята по достижении ими веса в 350 кг переводятся на фидлоты. Там их кормят кукурузой, побочными продуктами от обработки кукурузы, побочными продуктами от обработки картофеля, ячменем и другими видами зерна, а также грубой пищей (такой как люцерна, стебли кукурузы, сорго и т.п.). В корм кладут добавки, состоящие из витаминов, минералов, химических консервантов, антибиотиков, ферментированных продуктов и других ингредиентов; эти добавки производятся специальными компаниями, разрабатывающими их состав для коммерческого использования. Так, на северо-западе США и в Канаде в состав таких смесей входят овес, низкосортная твердая пшеница, нут, ячмень, иногда картофель. При естественном выпасе животное набирает около 1 кг веса в день, а при зерновом откорме — вдвое больше. Именно поэтому животных забирают с полей, и найти в продаже полезное и вкусное мясо травяного откорма становится все труднее.

На типичном фидлоте диета животного состоит из примерно 60 процентов грубых продуктов, 30 процентов зерна, 5 процентов добавок и 5 процентов готовых смесей. Этот рацион приводит к пониженному уровню pH в их желудках. Из-за стресса, вызванного условиями содержания, а также из-за болезней, многим животным регулярно дают антибиотики.

После откорма на фидлоте животных забивают в возрасте 14-16 месяцев. Они растут быстрее и набирают жир скорее, чем если бы питались травой в естественных условиях, поэтому их стараются переводить на фидлоты в как можно более раннем возрасте. В условиях фидлота животные набирают по 1 кг веса на каждые 6 кг съеденного корма. Рацион здесь богат протеинами, чтобы ускорить набор мышечной массы и усилить мраморность,

которую ждут потребители, считая ее залогом сочности и мягкости мяса. За 200 дней на фидлоте животное может набрать дополнительно 180 кг веса. Когда оно достигает нужного предела веса, его забивают.

Животные, питающиеся коммерчески созданными кормами, производят насыщенные жиры, в то время как при естественном откорме производится больше полиненасыщенных жиров. Структура последних такова, что они более мягкие, и создают такой же более мягкий жир. Мы знаем, как качество жира влияет на вкус мяса, но также есть убедительные доказательства того, что это немаловажно и для здоровья. Те люди, которые страдают от проблем при переваривании говядины зернового откорма, как правило, избавляются от них, перейдя на питание мясом травяного откорма.

Вся эта говядина зернового откорма очень похожа по вкусу. Все делается, чтобы получить «правильную» текстуру мяса, но эта текстура скучна. Животные, питающиеся пресной и однообразной зерновой смесью, дают хорошую мраморность, которую все так ценят, но вкус этого мяса плоский и невыразительный, такой же, каким был вкус корма. В нем нет тонкости вкуса мяса животных, откормленных в естественных условиях. Если использовать терминологию французских виноделов, у него нет терруара, то есть вкусов и ароматов, которые придает окружающая среда за счет таких факторов, как почва, характер местности и климат.

Травяной откорм, зерновой финал

Животные только на травяном рационе гораздо дольше не достигают нужного для убоя веса, поэтому в Европе фермеры используют такой прием, как зерновой «финал», откармливая скот последние пять-шесть недель не только зерном, но также бобовыми и патокой. Этот традиционный метод хорошо работает уже многие сотни лет. Этот последний месяц зернового откорма гарантирует, что мясо приобретет нужные характеристики для выдержки и для конечного вкуса.

До сегодняшнего дня рацион лишь очень немногих пород экстенсивно выращиваемого крупного рогатого скота состоит почти полностью из травы, сена и силоса. Этот метод выращивания предполагает неторопливое, постепенное созревание, которые важно для глубины и насыщенности вкуса мяса. Но из-за относительной бедности естественного рациона белком такое мясо мало насыщено жиром, чтобы его было достаточно для процесса сухого созревания. Поэтому добавление в последний месяц жизни более высоких доз белковой пищи положительно сказывается на качестве мяса — оно становится пригодным для сухого созревания и приобретает сладковатый привкус.

Сочетание откорма на естественных пастбищах с зерновым откормом в финале является наиболее важным фактором при производстве высококачественного и вкусного мяса. В правильном пита-

нии заключается разница между успехом и провалом — оно действительно очень важно. У крупного рогатого скота есть способность расти поразительно быстро, и в течение первых месяцев у них активно развиваются костная и мышечная ткани, но образуется лишь минимальное количество жира. Все вкусное требует времени, что является основополагающим принципом движения Slow Food, и я абсолютно убежден, что экстенсивно выращенные, питавшиеся травой животные дают гораздо более вкусное мясо, чем выращенные интенсивно при зерновом откорме.

Летом 2016 года я побывал на ранчо Бернхарт в Орегоне, на северо-западе Америки, где Уэс Дэвис познакомил меня с кооперативом «Страна Натуральной Говядины», объединившем почти 100 ранчо в тех краях. Кооператив владеет и управляет материнским стадом более чем 100 000 голов на миллионах акров частной и государственной земли. Кооператив был создан для того, чтобы снабжать потребителей полезным и здоровым мясом по разумным ценам, и все его участники верят в то, что богатые пастбища играют немаловажную роль в производстве этого замечательного мяса. За скотом хорошо ухаживают, практикуя гуманное обращение с животными, оставляя при этом экономически и экологически жизнеспособными. Достигнув веса в 350 кг животные перевозятся на фидлот в Орегоне, где содержатся отдельно от другого скота, в условиях большего пространства и усиленного питания. Не используются никакие антибиотики, гормоны, усилители роста или химические добавки. Если изредка какое-то отдельное животное требует лечения, его изымают из программы и продают затем на другом рынке. Судя по тому, что я увидел, этот метод выращивания крупного рогатого скота сопоставим с лучшими в Европе.

Травяной откорм

Противоположным зерновому откорму является полностью травяной, при котором до конца рацион животных состоит из травы и сена, и никогда не используется зерно; эволюционно это самый натуральный способ откорма скота. Травяной откорм использовался задолго до появления индустриального сельского хозяйства, при этом оставаясь медленным и затратным, а потому в подавляющем большинстве хозяйств от него отказались, когда появилась возможность использовать дешевые кукурузу и зерно. Сегодня существует небольшая, но растущая группа фермеров, понимающих важность травяного откорма, которые с помощью тщательной генетической селекции и эффективного использования пастбищ производят говядину высочайшего качества, и эта говядина на вкус такая же, какой была 100 лет назад.

Животные травяного откорма набирают вес дольше, их забивают в возрасте 24–36 месяцев. Когда вы выращиваете своих коров на траве всю их жизнь, а их рацион таков, к которому приспособлены их организмы, будьте готовы к тому, что расти они будут небыстро.

Неудивительно, что столь долгий уход за животными затратен для фермеров, потому такая говядина дороже, и здесь открывается возможность для злоупотребления термином «травяной откорм». Например, две различные службы в США — Департамент сельского хозяйства и Служба пищевой безопасности — расходятся в понимании стандарта травяного откорма, не сойдясь во мнениях. Тем временем мы продолжаем встречать на каждом шагу говядину с надписью на этикетке «травяной откорм», качество которой под большим вопросом. Так, в США Департамент сельского хозяйства разрешает фермерам самостоятельно определять, подходит ли мясо под стандарт травяного откорма, производя таким образом «самостоятельную сертификацию».

Ассоциация травяного откорма придерживается более строгих стандартов, чем Департамент сельского хозяйства, и привлекает сторонних проверяющих для инспекции ферм по всей стране каждый год. По их правилам, животные при травяном откорме должны постоянно иметь доступ к натуральному пастбищу и никогда не получать пищу в виде зерна или побочных продуктов, кроме случаев сильной засухи, когда речь идет о спасении жизни скота.

После ранчо Бернхарта я посетил ранчо Олдерспринг в Айдахо. Там продвинулись на шаг вперед — рогатый скот никогда не видит фидлота и является живым воплощением свободного выпаса. На этой семейной ферме Гленн и Кэрил Элзинга выращивают чистокровных и скрещенных с другими породами Ангусов, сертифицировано органических, с помощью всей семьи: Мелани, Абилайль, Линнеа и Этана. О, еще бордер-колли Конрад, неотъемлемая часть их пастбищ среди красивейших гор Айдахо. На заключительном этапе откорма на ранчо Олдерспринг животных не кормят ничем, кроме свежей травы и сена из травы и люцерны. Холодные летние ночи и высокий уровень содержания минералов в местной почве делают пастбища здесь уникальными, а в результате уникален и вкус здешнего мяса травяного откорма. Элзинга верят, что именно в Айдахо производится лучшая говядина в США, потому что они продают мясо напрямую со своего ранчо, зная историю каждого животного. Каждый кусок маркируется, и можно проследить путь его движения от производителя к покупателю. Кроме того, что необычно для США, они подвергают говядину сухому вызреванию. Говядина Олдерспринг обрабатывается и разделяется традиционным ручным способом на маленьком предприятии, под контролем Департамента сельского хозяйства. Ранчо достаточно мало, чтобы тщательно заботиться о земле и выращиваемых животных, но достаточно велико, чтобы производить мясо в коммерческих масштабах. И это мясо от животных, всю жизнь питавшихся травой, которое они производят уже более 15 лет, совершенствуя методы производства и обработки все эти годы. Они ясно знают, как управлять пастбищами и своим стадом для оптимального роста, здоровья и — могу смело об этом свидетельствовать — вкуса.



400 г свежего стейка сирлойн
(выдержанное мясо здесь не
подойдет)

80 г листьев дикой рукколы

100 г очень хорошего
итальянского оливкового масла
extra virgin

мелко натертая цедра и сок
1 лимона (без воска)

30 г пармезана или 20 г
свежего белого трюфеля
в сезон

хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Карпаччо

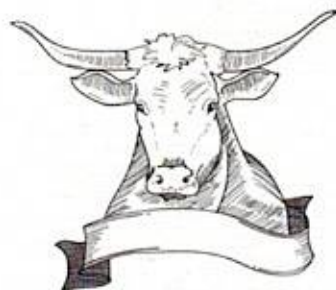
Карпаччо — производное от пьемонтского блюда карне круда аль альбесе, известно, что его рецепт был придуман Джузеппе Чиприани в венецианском Harry's Bar. Оно включает всего пять основных ингредиентов, и в данном случае важно, чтобы они были самого наивысшего качества, какое только можно купить за деньги.

Удалите с мяса весь жир и пленки, нарежьте максимально тонкими ломтиками — если это сложно, нарезанное мясо можно отбить между двумя листами пищевой пленки.

Разложите мясо в один ровный слой на 4 тарелках для подачи, плотно закрывая им дно тарелок.

Слегка посолите и поперчите, посыпьте рукколой, сбрызните оливковым маслом. Натрите сверху немного лимонной цедры, разрежьте лимон пополам и выжмите сверху сок.

Наконец натрите мелко или тонкими пластинками пармезан или белый трюфель и сразу подавайте.



При выборе мяса скажите, что берете его для карпаччо, чтобы вам предложили самое свежее.





Стейки так часто едят сырыми, что сейчас этим уже никого не удивишь, хотя здесь и есть малая, но доля риска. Но жить без риска — скучно, а сырое мясо обладает непередаваемым вкусом. Единственная абсолютная гарантия — это термическая обработка, но в моей книге иногда нужно немного рискнуть, и это того стоит. Если вы покупаете мясо у надежного поставщика, у которого много покупателей, значит, он продает свежее мясо. Скажите продавцу, что будете есть его сырым, для надежности.

Тайский салат с говядиной

400 г говяжьей вырезки, вызревшей или свежей

12 перчиков чили «птичий глаз»

2 ч. л. сока каффир-лайма (или обычного лайма)

2 ч. л. сока лайма

2 ч. л. пальмового сахара

½ ч. л. соли

2 ч. л. рыбного соуса

2 маленькие луковицы шалота, тонко нарезать

2 шт. зеленого лука, тонко нарезать

2–3 веточки кинзы, оборвать листочки

2–3 веточки мяты, оборвать листочки

3 свежих листа каффир-лайма, нарезать очень тонкой соломкой

4 небольших удлиненных листа салата латук

4 огурца, тонко нарезать

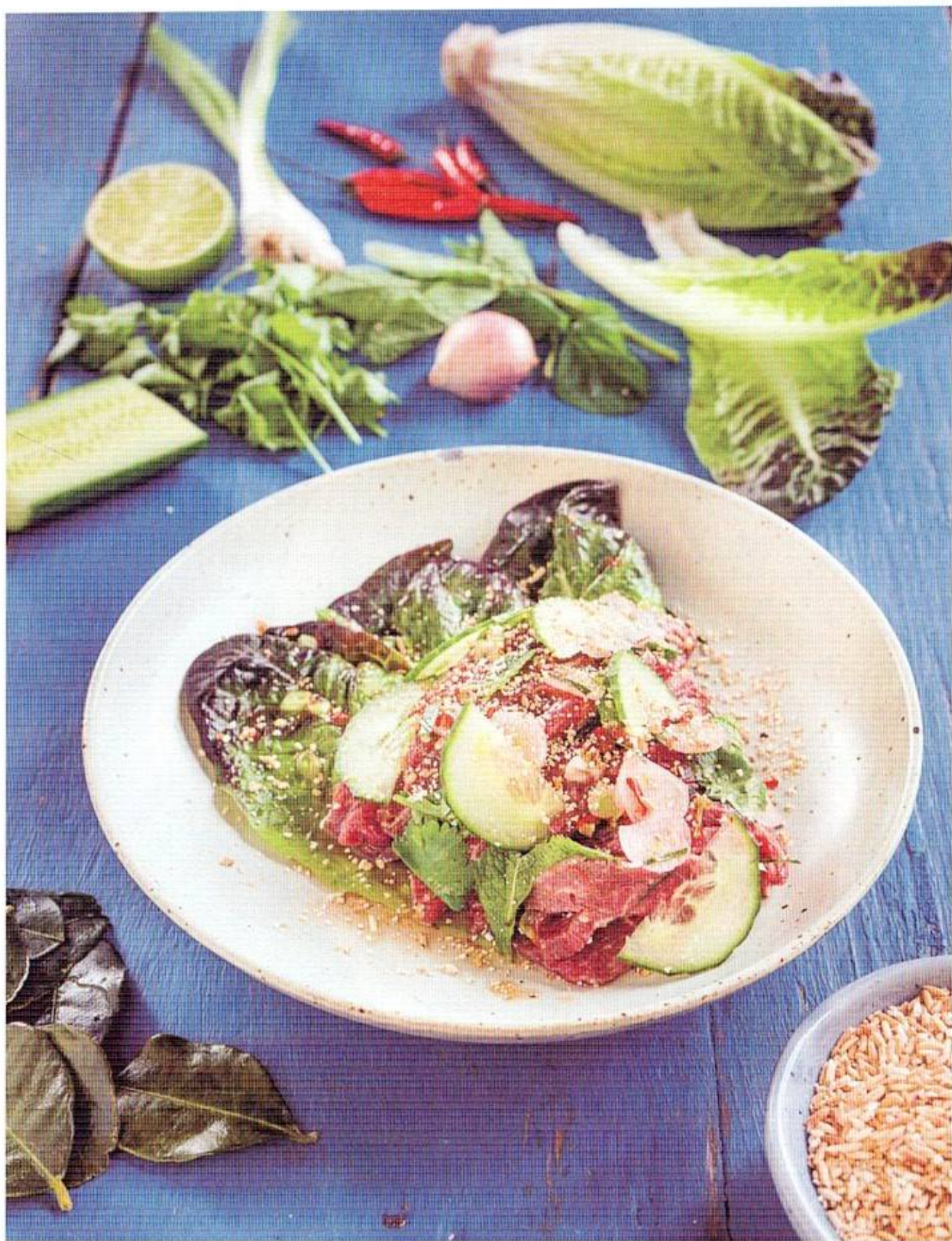
10 г тайского жареного рисового порошка (см. стр. 116)

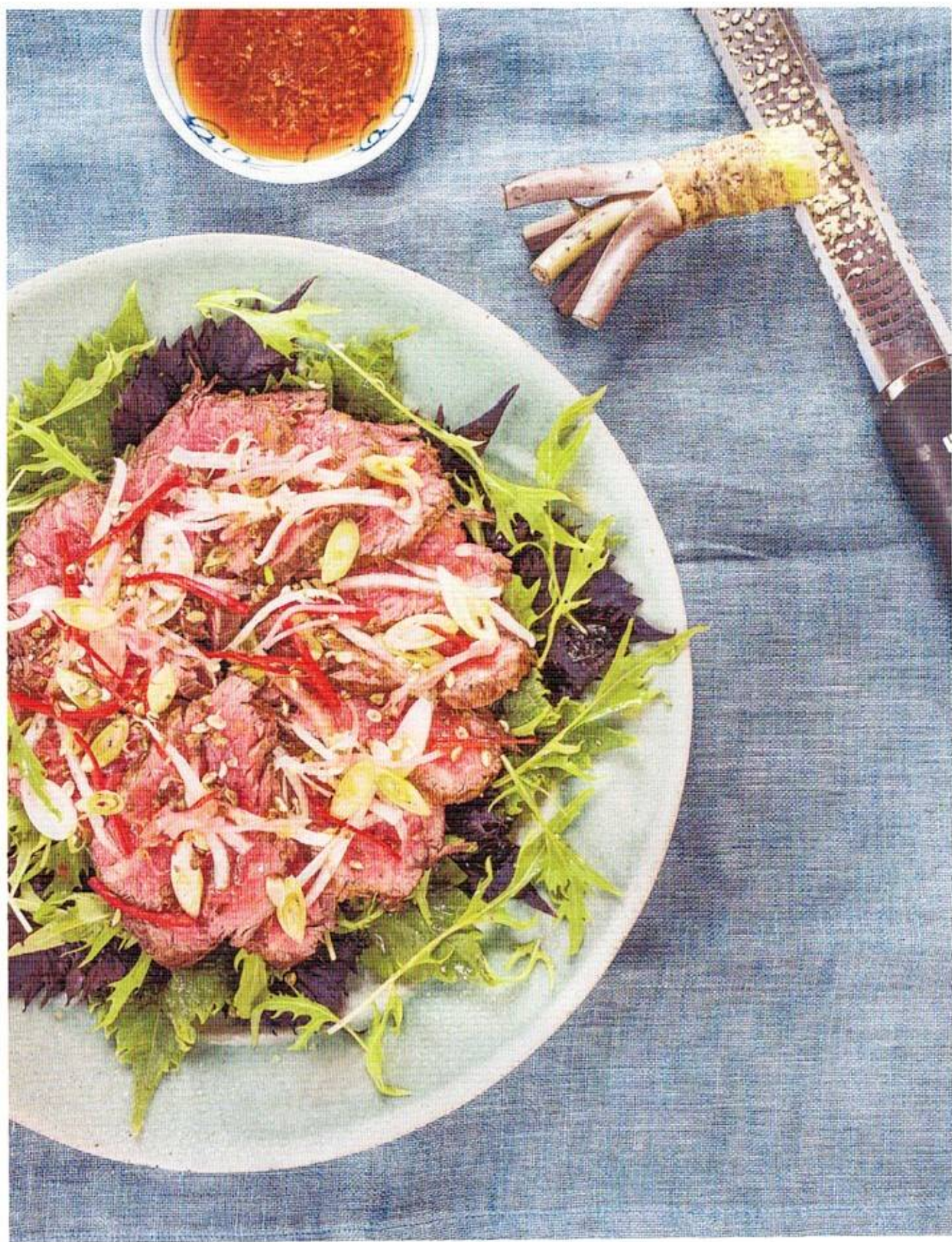
Нарежьте вырезку поперек волокон ломтиками толщиной 5 мм и выложите в неглубокую тарелку.

Нарежьте перец чили ломтиками и разотрите в ступке пестиком. Добавьте сок обоих видов лайма, соль и сахар. Перемешайте и полейте этой смесью мясо. Хорошо обваляйте мясо в маринаде, накройте и оставьте на 10 минут, чтобы оно впитало все вкусы.

Добавьте к мясу рыбный соус, шалот, зеленый лук и остальную зелень, разложите смесь в листья салата.

Подавайте, дополнив огурцом и посыпав жареным рисовым порошком.







Татаки — это японская техника приготовления говядины. Вырезку слегка обжаривают, маринуют, тонко нарезают, подобно сашими, и подают с цитрусово-соевым соусом для макания.

Татаки из говядины

500 г говяжьей вырезки
небольшая горсть листьев шисо
(японского базилика)
небольшая горсть мизуны
(японской листовой капусты)
1 ст. л. маринованного имбиря,
нарезанного тонкой соломкой
1 ст. л. дайкона, нарезанного
тонкой соломкой
 $\frac{1}{4}$ красного перца чили, нарезать
тонкой соломкой
1 зеленый лук, тонко нарезать
сичуаньский перец (по желанию)
80 мл японского соевого соуса
понзу
10 г свеженатертого васаби
(см. ниже)
хлопья морской соли

Приправьте вырезку солью и дайте полежать 10 минут при комнатной температуре. Разогрейте сковороду с тяжелым дном до появления дымка. Обжарьте вырезку со всех сторон, по 1 минуте с каждой — внутри она должна остаться сырой.

Нарежьте мясо ломтиками толщиной 5 мм и разложите на листьях шисо и мизуны по кругу.

Дополните имбирем, дайконом и перцем чили, посыпьте зеленым луком. Слегка поперчите свежемолотым сичуаньским перцем, если используете его.

Смешайте соевый соус с васаби и подавайте отдельно, для макания.



Свежий корень васаби в продаже найти непросто, поэтому можно заменить его тертым свежим хреном.



Здесь собраны мои любимые рецепты из нарезанного стейка. Возможно, вы уже поняли, что анчоусы и костный мозг — мое все, и некоторые из этих рецептов дадут понять почему. К каждому из пяти рецептов дополнительно можно подать немного зеленого салата, тостили картофеля фри.

Рубленый стейк (Стейк тартар)

400 г свежей говяжьей вырезки

10 г лука-шалота удлиненной формы, мелко нарубить

10 г корнишонов, мелко нарубить

10 г целых мелких каперсов (почек)

20 мл томатного кетчупа

2 ч. л. соуса табаско

2 ч. л. соуса ворчестер

10 г сливочного хрена (см. стр. 227)

4 маленьких желтка органических яиц

хлопья морской соли

и свежемолотый черный перец

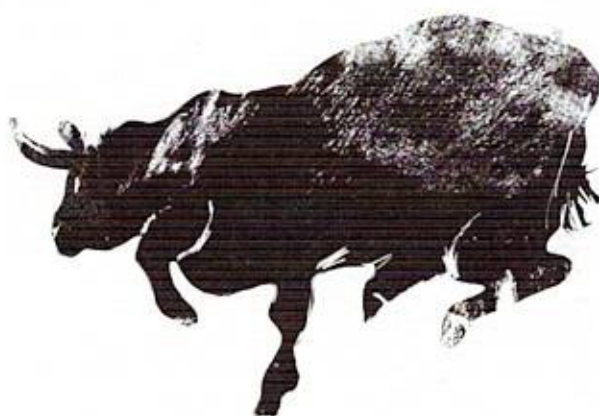
4 ломтика поджаренного

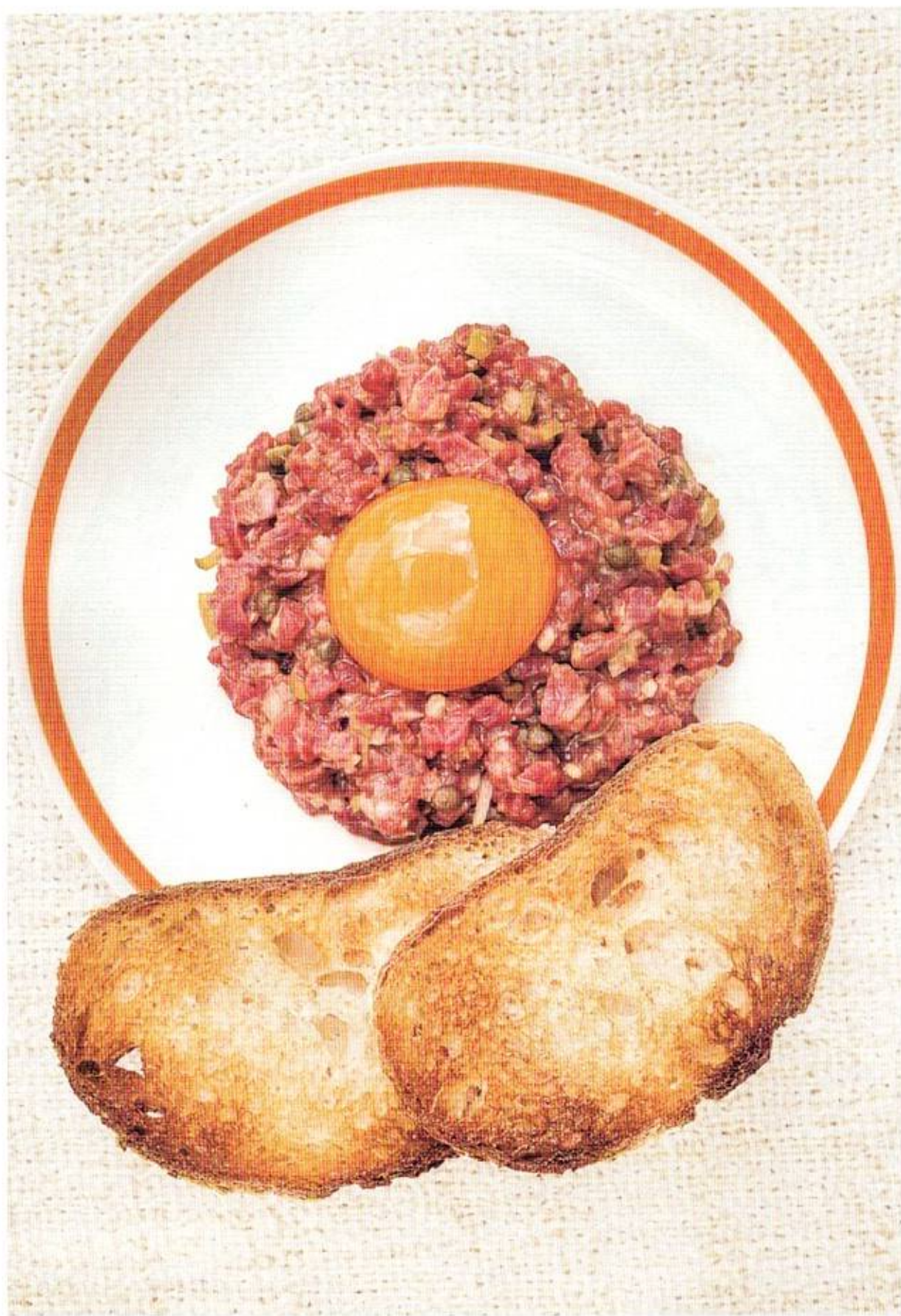
дрожжевого хлеба для подачи

Нарежьте мясо кубиками около 4 мм и выложите в миску.

Добавьте шалот, корнишоны, каперсы, кетчуп, соус табаско и ворчестер, сливочный хрен. Попробуйте, затем посолите и поперчите и хорошо перемешайте.

Для подачи разложите смесь на 4 тарелки, сделайте сверху в центре по углублению. Аккуратно выпустите в углубления по желтку. Подавайте с тостами из дрожжевого хлеба.







Рубленая телятина с тунцовым майонезом

400 г телячьей вырезки, нарезать кубиками по 4 мм

1 луковица шалота удлиненной формы, очень мелко нарубить

мелко натертая цедра и сок 1 лимона (без воска)

1 ст. л. мелко рубленных листочков петрушки

50 мл майонеза

50 г консервированного тунца, жидкость слить

50 г филе анчоусов, жидкость слить

20 г каперсов

50 мл сливок

2 ч. л. соуса ворчестер

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Для подачи

мохама (филе вяленого тунца)

картофельные чипсы или тосты

Сложите телятину в миску, добавьте шалот, лимонную цедру и рубленую петрушку, перемешайте.

Взбейте в блендере майонез с тунцом, анчоусами, каперсами и сливками в однородный соус. Перемешайте с телятиной, посолите и поперчите по вкусу.

Для подачи выложите по горке приготовленной смеси в центр каждой тарелки, посыпьте волокнами мохама. Подавайте с чипсами или тостами.

Рубленый стейк с анчоусными тостами

400 г свежей говяжьей вырезки

50 мл оливкового масла extra virgin

сок ½ лимона

4 ломтика дрожжевого хлеба

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Для анчоусного крема

25 мл яблочного уксуса

желток 1 сваренного вкрутую яйца

1 ст. л. дижонской горчицы

1 ч. л. мелкого сахара

¼ ч. л. хлопьев морской соли

¼ ч. л. молотого белого перца

50 г анчоусов в оливковом масле, масло слить

1 зубчик чеснока

несколько листочков тимьяна

¼ ч. л. лимонной цедры (без воска)

100 мл сливок

Сначала сделайте анчоусный крем: соедините все ингредиенты, кроме сливок, в блендере и измельчайте в течение 30 секунд. Не выключая мотор, постепенно, тонкой струйкой, влейте сливки. Процедите через частое сито и уберите в холодильник до подачи.

Нарежьте вырезку кубиками по 4 мм, выложите в миску, приправьте по вкусу оливковым маслом, лимонным соком, солью и перцем.

Поджарьте на гриле ломтики хлеба и намажьте анчоусным кремом.

Выложите горкой порции приправленного мяса по 100 г в центр каждой тарелки и подавайте с анчоусными тостами.



Хе (Корейский стейк тартар)

10 г сахара
1 азиатская груша
400 г свежей говяжьей вырезки
6 зубчиков чеснока, мелко на рубить
3 шт. зеленого лука, мелко нарезать
2 ч. л. соевого соуса
2 ч. л. меда
2 ч. л. кунжутного масла
1 ч. л. обжаренного кунжута
5 г обжаренных кедровых орешков (не китайских, см. стр. 11)
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
кочхуджан (корейская паста чили), для подачи

Растворите сахар в 1 ст. л. воды. Очистите грушу от семян и сердцевин, нарежьте очень тонкой соломкой и поместите в сладкую воду. Уберите в холодильник до подачи.

Нарежьте стейк тонкими брусочками, выложите в миску, добавьте чеснок, зеленый лук, соевый соус, мед и кунжутное масло. Всыпьте семена кунжута, приправьте по вкусу и хорошо перемешайте.

Слейте жидкость с груши и выложите на тарелке в форме гнезда. В «гнездо» положите мясную смесь, посыпьте кедровым орешками.

Подавайте с пастой кочхуджан, пряной и насыщенной по вкусу ферментированной корейской приправой, которую делают из перца чили, клейкого риса, ферментированных соевых бобов и соли.

Рубленый стейк с тостами с костным мозгом

1 кусок мозговой кости длиной 7 см, разрезать пополам вдоль (попросите мясника, чтобы он это сделал для вас)
400 г свежей говяжьей вырезки
4 ломтика дрожжевого хлеба
5 см свежего корня хрена, очистить
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Разогрейте духовку до 200 °С. Приправьте куски мозговой кости солью и перцем и запекайте 15 минут, до готовности. Выскребите костный мозг.

Нарежьте вырезку кубиками по 4 мм, выложите в миску. Хорошо посолите и поперчите.

Поджарьте ломтики хлеба и намажьте их теплым костным мозгом. Слегка приправьте.

Выложите горкой порции приправленного мяса по 100 г в центр каждой тарелки и сбоку положите тосты с костным мозгом. С помощью мелкой терки натрите хрен в виде «снега» поверх мяса и подавайте.



Я не большой фанат вырезки: на мой взгляд, у нее недостает текстуры и вкуса. Тем не менее этот рецепт — прекрасный способ использовать вырезку, чтобы получить потрясающе вкусную закуску. Как всегда, использование правильных ингредиентов — свежего дробленого черного перца, например, принесет дивиденды.

Пряная соленая вырезка

250 г хлопьев морской соли
250 г светлого тростникового сахара
100 г свеженатертого хрена
1 зубчик чеснока, измельчить
10 веточек розмарина
1 кг вырезки одним куском
50 г свежего дробленого черного перца
рукав из муслина или чулок

Для подачи

краснокочанная капуста, квашенная со свеклой (см. стр. 121)
мелко нарубленный соленый лимон

Сделайте смесь для засолки. Смешайте соль, сахар, хрен, чеснок и розмарин, высыпьте на поднос и оставьте подсохнуть на ночь.

Обработайте вырезку, срезав весь жир и пленки. Натрите мясо смесью для засолки.

Насыпьте слой смеси толщиной 1 см на поднос, сверху положите вырезку. Засыпьте сверху смесью, накройте, поместите в холодильник и оставьте для засолки на 36 часов, переворачивая каждые 12 часов.

Когда мясо просолится, достаньте его и стряхните кисточкой все остатки соленой смеси. Обваляйте вырезку в свежераздробленном черном перце, поместите в рукав из муслина или в чулок и подвесьте в прохладном месте подсыхать на ночь.

Разверните, тонко нарежьте и подавайте с гарниром из краснокочанной капусты, квашенной со свеклой, посыпанным рубленым соленым лимоном.





1 кг сырой соленой вырезки
(см. стр. 148) или
замаринованной грудинки
 $\frac{1}{4}$ ч. л. свежемолотого черного
перца
 $\frac{1}{4}$ ч. л. свеженатертого
мускатного ореха

$\frac{1}{4}$ м. л. молотого имбиря
 $\frac{1}{4}$ ч. л. кайенского перца
25 г соленых анчоусов
250 мл основного говяжьего
бульона (см. стр. 112)

250 мл топленого говяжьего
жира + для заполнения банок
горячие тосты для подачи

Пряная говядина, приготовленная методом поттинга

Поттинг — традиционный английский метод продлить жизнь мяса, который применялся до изобретения холодильника. Мясо готовится, и еще горячим очень плотно, чтобы не осталось воздуха, укладывается в емкость, а затем заливается горячим жиром. Когда жир остывает, он твердеет и образует воздухонепроницаемый слой, защищающий мясо от вызывающих порчу бактерий. Такое мясо можно хранить в прохладном месте, например в кладовой или в погребе. Для продления срока хранения запечатанные банки можно простерилизовать в кастрюле с кипящей водой, дно которой выстелено картоном — во избежание трещин в стекле, дав им затем остыть, стоя в воде.

Разогрейте духовку до 140 °С.

Нарежьте мясо кусочками по 5 см и выложите в чугунную кастрюлю со всеми остальными ингредиентами, кроме дополнительного жира. Накройте крышкой и поместите в духовку на 4 часа.

Достаньте из духовки и дайте немного остыть. Руками разберите мясо на хлопья и плотно уложите в простерилизованные рамекины (термостойкие керамические формочки. — Прим. переводчика) или банки с крышками, пока мясо еще теплое (см. стр. 163). Растопите дополнительный говяжий жир и ложкой налейте сверху слоем, полностью закрывающим поверхность мяса.

Уберите в холодильник на 36 часов до подачи, так как во время выдержки вкус улучшается. Используйте в течение 1 недели. Подавайте с горячими тостами или с йоркширским пудингом и луковой подливкой (см. стр. 304 и 115).





Еще один древний метод консервирования мяса. От солонины, которую можно приготовить и съесть саму по себе, происходят два рецепта в этой книге: пастроми и «хлеб» из солонины (см. стр. 150 и 152).

Солонина

500 г хлопьев морской соли

200 г темно-коричневого тростникового сахара

20 г нитритной соли для засолки Prague powder №1 (93,75% соли, 6,25% нитрита натрия)

20 г пряностей для засолки

2 кг говяжьей грудинки

5 луковиц, очистить и мелко нарубить

10 зубчиков чеснока, измельчить

Для подачи

6 багелей

сливочное масло

острая горчица

нарезанные ломтиками маринованные огурцы

Приготовьте рассол. Доведите до кипения 2 л воды, добавив соль, сахар, нитритную соль и специи. Помешивайте, пока вся соль не растворится, затем снимите с огня и добавьте еще 2 л холодной воды. Перелейте рассол в стерильное ведро или большой пластиковый контейнер и дайте полностью остыть.

Удалите с поверхности грудинки жир, оставив с одной стороны слой жира толщиной 5 мм. Положите мясо в рассол и придавите большим стерильным грузом на тарелке, чтобы оно было полностью покрыто жидкостью. Оставьте при комнатной температуре, в прохладном месте минимум на 7-10 дней. Готовое мясо будет розовым и просоленным, но если вам нравится более соленый вкус, оставьте его в рассоле еще на неделю. Каждый день переворачивайте мясо, просто чтобы перемешать рассол.

Слейте с просоленного мяса жидкость и замочите на ночь в чистой воде, чтобы убрать излишек соли. Выложите в кастрюлю, залейте свежей водой, добавьте лук и чеснок, варите на слабом огне 3 часа.

Готовое мягкое мясо нарежьте толстыми ломтиками и подавайте в намазанных маслом свежих багелях, с острой горчицей и маринованными огурцами.





На
целую
толпу

В оригинале по этому рецепту готовилась грудка гуся, которая была недорогим продуктом в Румынии, и называлось это блюдо «пастрама». Когда румынские евреи эмигрировали в Нью-Йорк, оказалось, что гораздо дешевле использовать говяжью грудинку, поэтому они адаптировали рецепт, а название со временем превратилось в «пастрами».

Пастрами

10 г молотого кориандра

5 г английского горчичного порошка

5 г паприки

10 г коричневого сахара

2 кг солонины (см. стр. 148)

20 г свежемолотого черного перца

Вам также понадобится

коптильня

термометр для мяса

Смешайте все специи с сахаром. Промойте солонину, обсушите бумажными полотенцами, обваляйте в специях с сахаром, плотно втирая их в мясо, чтобы смесь хорошо впиталась. Поместите в холодильник, не заворачивая, минимум на 2 дня.

Разогрейте коптильню до 110 °С, следуя инструкции производителя. Используя щепу фруктовых деревьев, коптите мясо до 6 часов или до повышения температуры внутри до 90 °С. Дайте остыть, затем заверните в пищевую пленку и храните в холодильнике.

Перед подачей слегка прогрейте на пару.

Сесина

Сесина — это соленая и вяленая говядина, настоящий испанский деликатес. На северо-западе Испании веками существовал обычай хранить в кладовой вяленую говяжью ногу, чтобы кормить семью. Процесс производства состоит из шести стадий, которые по-испански называются *perfilado*, *salado*, *lavado*, *asentamiento*, *ahumado* и *secado* или *curación*.

Сесина производится в провинции Леон, а потому ее часто называют *cecina de León*. Она славится своим качеством и имеет статус защищенного географического происхождения. Большая высота над уровнем моря и сухой климат Леона идеальны для вяления мяса; тем не менее сесину вполне сносного качества можно сделать и дома, нужна лишь практика. Как почти все, что связано с говядиной, здесь все упирается в качество самого мяса.

Вяление говядины представляет собой сложный процесс многочисленных биохимических реакций, которые вызывают энзимы, разрушающие протеины в мышечной ткани. При этом образуются пептиды и свободные аминокислоты, в то время как жиры и соединительные ткани превращаются в свободные жирные кислоты. Процесс требует терпения, постоянства и отточенных кулинарных навыков. На то чтобы получить конечный продукт, уйдет 7 месяцев.

Для начала нужны совершенно чистые руки и латексные перчатки (в данном случае чистота — это главное требование). Говяжья нога сначала натирается 1 кг хлопьев морской соли — все части, включая кость. Затем ногу нужно выложить стороной с кожей вниз на абсолютно чистый пластиковый поднос и накрыть пищевой пленкой. Сверху следует положить еще один поднос с грузом весом минимум 4 кг, а лучше больше.

Затем ногу нужно убрать в холодильник на 2 недели и проверять каждый день, сливая выделяющуюся жидкость и снова натирая свежей солью. Когда говядина станет жесткой на ощупь, лишь слегка промянаясь, настало время тщательно ее промыть в холодной воде перед копчением.

Теперь говядина готова для медленного холодного копчения в течение 2 недель. Процесс копчения поддерживать столь долго непросто, и лучше это делать зимой.

По окончании копчения мясо вялится около 6 месяцев в прохладном помещении, где есть окна, чтобы их открывать, создавая циркуляцию воздуха, регулируя температуру и влажность. Другой метод — повесить в большом холодильнике и выдерживать при 5 °C при 60-70 процентах влажности (так же вялят свинину).

Готовая говядина по прошествии 6 месяцев потеряет примерно треть начального веса.

Успех в получении вашей собственной вяленой сесины зависит в равной степени от качества мяса, соблюдаемой чистоты, условий, при которых мясо выдерживалось, и... доли везения.



500 г остатков приготовленной солонины или пастрами (см. стр. 148 и 150)

200 г топленого говяжьего жира хорошего качества, лучше с мясным желе

«Хлеб» из солонины

Солонина стала пользоваться популярностью в Великобритании в годы войны, когда свежее мясо было трудно достать, и называли ее «балли» — искаженным французским термином *bouilli*, означающим «вареная». Солонина продолжает оставаться важной частью кулинарной традиции стран Британского Содружества, ее чаще всего добавляют в сэндвичи или подают с жареным картофелем и маринованными огурцами.

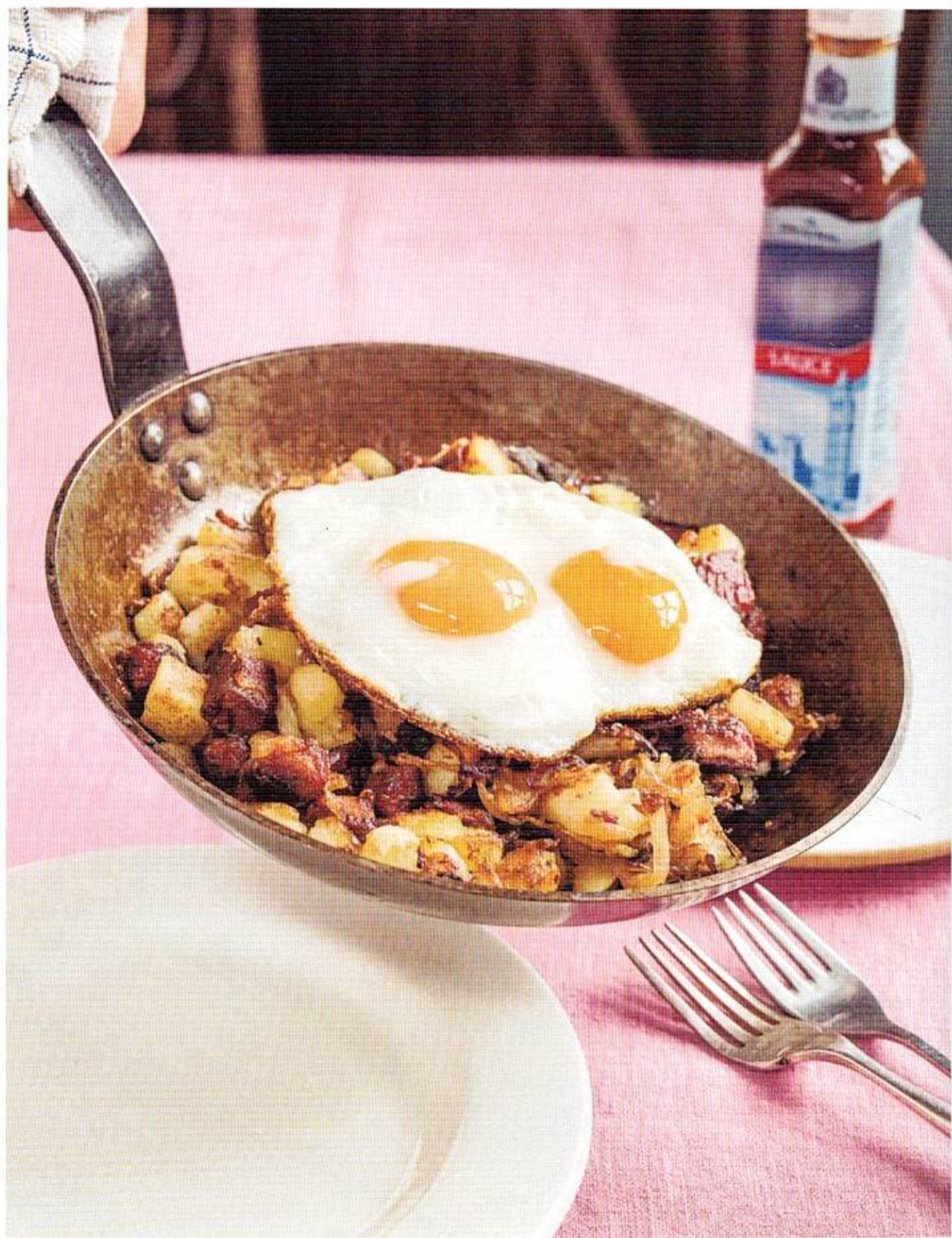
Нарежьте остатки солонины или пастрами кубиками в 1 см и сложите в миску.

Разогрейте говяжий жир, пока он полностью не растопится, положите мясо и перемешайте.

Уложите в формы для терринов и уберите в холодильник, чтобы смесь затвердела.

Перед подачей нарежьте ломтиками. Подавайте с маринованными огурцами или используйте для приготовления хэша (см. стр. 155).







Я на этом блюде вырос, и мне приятно видеть, что оно до сих пор нет-нет да и встречается в меню ресторанов. Иногда оно изменено почти до неузнаваемости за счет использования утиного, гусиного или копченого мяса, но, по сути, остается старым добрым хэшем, а если в состав входит капуста, то это уже другая британская классика: бабл-энд-скуик.

Хэш с солониной

50 г топленого говяжьего жира
1 крупная луковица, очистить
и тонко нарезать
1 крупная картофелина, очистить
и нарезать кубиками в 1 см
300 мл основного говяжьего
бульона (см. стр. 112)
200 г «хлеба» из солонины
(см. стр. 152), нарезать
кубиками в 1 см
2 яйца
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец
коричневый соус для подачи

Растопите половину говяжьего жира в сковороде на средне-сильном огне. Обжарьте лук до золотистого цвета, часто помешивая, затем положите картофель, перемешайте и влейте бульон. Тушите 15–20 минут, до полной мягкости картофеля и полного выпаривания бульона.

Разогрейте гриль. Вмешайте в картофель солонину, прибавьте огонь и обжаривайте, помешивая, около 5 минут, чтобы она прогрелась. Теперь поместите сковороду в духовку под гриль на 5 минут, чтобы поверхность стала золотистой и появилась хрустящая корочка.

Тем временем разогрейте оставшийся жир в небольшой сковороде и поджарьте яйца так, как вам нравится. Лично я предпочитаю глазунью с хорошо зажаренными краями и приправленным белком. Подавайте яичницу, выложив ее поверх хэша, и конечно же не забудьте подать коричневый соус.





У меня есть все причины ответственно заявить, что «Рубен», который подают в Katz's Delicatessen в Нью-Йорке, наверное, САМЫЙ ВКУСНЫЙ СЭНДВИЧ В МИРЕ. Этот сэндвич обычно делают с солониной, но в Katz's вы можете доплатить доллар и получить его с пастроми, и это того стоит. Вкус кислой капусты — неотъемлемая часть классического «Рубена», и швейцарский сыр в нем нельзя ничем заменить, и он так чудесно тает поверх горячей говядины с пикантной русской заправкой... Сэндвичи в Нью-Йорке обычно делают с хлебом, состоящим наполовину из ржаной, наполовину из пшеничной муки из пшеницы твердых сортов, что придает им более выраженный вкус и текстуру. Мы, простые смертные, даже и мечтать не можем о том, чтобы повторить этот шедевр в точности — слишком в нем много секретов, но здесь я привожу свою самую близкую к оригиналу попытку.

Сэндвич «а-ля Рубен»

щедрая порция кислой капусты

4 ломтика швейцарского сыра

300 г нарезанной толстыми ломтиками горячей пастроми — это не шутка, в Katz's порции неумеренно, экстравагантно и совершенно, безбашенно огромные

2 ломтика нью-йоркского ржаного хлеба (без посыпки семенами)

Для русской заправки

1 ст. л. мелко нарубленного лука

50 мл томатного кетчупа

1 ч. л. соуса ворчестер

1 ч. л. тертого хрена

1 ч. л. острого соуса

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

В маленькой миске соедините все ингредиенты русской заправки, добавьте по вкусу соль и перец.

Выложите кислую капусту на противень, сверху положите ломтики швейцарского сыра и поместите под гриль, чтобы сыр расплавился.

Выложите горячую пастроми на ломтик ржаного хлеба.

Сверху положите капусту с сыром, покройте второй ломтик хлеба парой ложек заправки.

Соберите сэндвич и ешьте двумя руками. Вам еще понадобится куча салфеток.







Наш хит продаж в Turner & George, эти колбаски очень мясные и очень сочные. Не исключайте из рецепта жир и хлебные крошки: жир добавляет сочность и вкус, а хлеб удержит мясные соки во время жарки. Иногда стопроцентная говядина может быть неверным выбором.

Колбаски из стейка

500 г фланк-стейка
500 г чак-стейка (шей)
250 г топленого говяжьего жира
250 г костного мозга
125 мл основного говяжьего бульона

250 г свежих хлебных крошек
30 г хлопьев морской соли
 $\frac{1}{4}$ ч. л. свежемолотого черного перца

Вам также понадобится

2 м свиной черевы (натуральной оболочки для колбасок)
мясорубка с насадкой для колбасок

Мясо должно быть как можно более холодным, поэтому делайте колбаски в прохладном помещении и убирайте мясо в холодильник, если не работаете с ним в данный момент.

Начните с того, что крупно нарежьте мясо, жир и костный мозг, чтобы они проходили через мясорубку.

Замочите свиную череву в холодной воде примерно на 1 час, чтобы она стала мягкой, а соль, с помощью которой ее консервируют, ушла. Поместите широкий конец насадки для колбасок под кран, наденьте череву и пустите внутрь холодную воду, чтобы промыть от соли и изнутри.

Смешайте бульон с хлебными крошками, чтобы они размякли.

Пропустите через мясорубку с насадкой с широкими отверстиями мясо, жир и костный мозг, собирая фарш в глубокую миску (если вам нравятся в колбасках кусочки покрупнее, мелко нарубите все ножом). Добавьте замоченный хлеб, посолите, поперчите и хорошо вымешайте. Перед тем как делать колбаски, обжарьте немного фарша на горячей сковороде, чтобы попробовать, хватает ли специй.

Разрежьте череву на два куска. На конце каждого завяжите маленький узелок. Наденьте открытый конец на насадку для колбасок и натяните на нее, пока не упрутся в узелок — так вы избежите ненужных воздушных полостей в колбасках. Установите насадку на мясорубку.

Выложите фарш в подающий лоток мясорубки. Включите ее и постепенно наполняйте оболочку фаршем, она будет раздуваться. Руками разглаживайте неровности, делая это аккуратно, чтобы не порвалась оболочка. Когда оболочка будет заполнена, завяжите второй ее конец узелком.

Чтобы сформовать колбаски, пережмите полученную длинную колбасу посередине и закрутите в разные стороны. Двигаясь в противоположных направлениях, перекручивайте дальше, соблюдая равные интервалы. Повторите всю процедуру со второй частью оболочки и оставшимся фаршем.

Перед приготовлением подвесьте в холодильнике как минимум на несколько часов, чтобы оболочка подсохла.

Для жарки колбасок используйте тяжелую сковороду, хорошо распределяющую тепло. Поставьте ее на слабый огонь и обжаривайте колбаски, переворачивая время от времени, около 20 минут. Если они быстро подрумяниваются, сбрызгивайте их время от времени водой. Если будете готовить их над углями, то сначала отварите их в кипящей воде в течение 10 минут, затем готовьте над затухающими углями, переворачивая. Убедитесь, что колбаски прожарились полностью, их не едят розовыми внутри. Подавайте с картофельным пюре и луковой подливкой (см. стр. 61, 111, и 115).



Зобная железа состоит из двух неодинаковых долей: левая длинная, она используется как ингредиент начинок и колбасок, правая напоминает формой сердце и выступает как основной ингредиент блюда. Зобную железу нужно обязательно замачивать перед готовкой в холодной воде на несколько часов, чтобы удалить кровь и освежить ее.

Колбаски из зобной железы

1 длинная (левая) телячья зобная железа, замочить, бланшировать, очистить от пленок и нарезать кубиками в 1 см
оболочка (бычья слепая кишка)

Для припускания и жарки

25 г нитритной соли
1 кг телячьей грудинки, нарезать
500 г свиного сала, нарезать
160 мл ледяной воды
75 г чеснока конфи (см. стр. 162)
40 г лука конфи (см. стр. 162)

Для копчения и жарки

2 кг телячьего фланк-стейка и лопатки, поровну
250 г свиного сала, нарезать
250 г смеси молока и белого хлеба, в равных пропорциях
50 г хлопьев морской соли
5 г молотого мускатного цвета
5 г молотого кориандра
5 г свежемолотого белого перца
50 г чеснока, нарубить
1 ч. л. листочков тимьяна
50 г декстрозы
50 г сухой молочной закваски (можно заменить порошком из пахты или йогурта, см. стр. 213)
250 г белых грибов, нарезать и обжарить

Для отваривания и жарки: Добавьте нитритную соль к грудинке и салу, перемешайте. Порциями заморозьте смесь, затем пропустите через мясорубку с крупными отверстиями в миску, стоящую на льду.

Работая партиями и используя насадку кухонного комбайна для перемешивания, взбивайте смесь на средней скорости 10 секунд, затем прибавляйте скорость и взбивайте примерно 1 минуту, постепенно вливая ледяную воду, чтобы получилась мягкая, липкая и однородная масса.

На этом этапе поджарьте немного смеси, чтобы определить, хватает ли соли. Вмешайте зобную железу и оба вида конфи, убедившись, что смесь не слишком сильно вымешана, и кусочки зобной железы сохранили целостность.

Наполните полученным фаршем оболочку или заверните в термостойкую пленку, скатав в виде цилиндра длиной около 15 см, и завяжите концы. Припускайте в воде при 70 °C в течение 1 часа, до температуры внутри 60 °C и готовности. Достаньте из горячей воды и сразу опустите в ледяную воду.

Перед обжариванием нарежьте кружочками толщиной 3 см. Поджарьте с обеих сторон до золотистой корочки. Подавайте с подливкой.

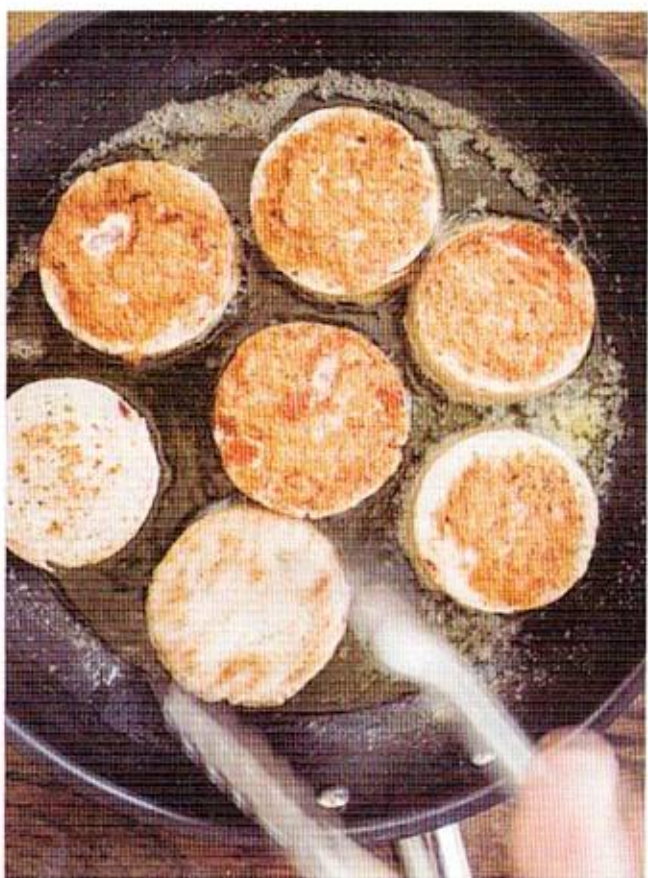
Для копчения и жарки: Пропустите через мясорубку с насадкой с узкими отверстиями оба вида телятины, сало и размоченный в молоке хлеб (вместе с молоком). Посолите, перемешайте и замораживайте 1 час. Добавьте в смесь все приправы, чеснок и тимьян, декстрозу и закваску, перемешайте и скатайте в неплотные шарики. Поместите их в морозилку вместе с чистыми съемными частями мясорубки и слегка заморозьте.

Вновь пропустите фарш через мясорубку и снова скатайте шарики. Верните в морозилку вместе с насадками от кухонного комбайна.

Когда все немного подмерзнет, поместите шарики из фарша в комбайн и измельчите в пюре. Вмешайте кусочки зобной железы и жареные грибы.

Наполните полученным фаршем оболочку или заверните в термостойкую пленку, скатав в виде цилиндра длиной около 15 см, и завяжите концы. Коптите горячим методом при 110 °C в течение 1 часа или до температуры внутри 60 °C.

Дайте остыть, затем уберите в холодильник. Перед обжариванием нарежьте кружочками толщиной 3 см. Поджарьте с обеих сторон до золотистой корочки. Подавайте с подливкой.



Чеснок конфи

На 1 банку объемом 450 мл

2 головки чеснока, разобрать на зубчики
и очистить

оливковое масло

Выложите чеснок в небольшую кастрюлю, стоящую на среднем огне, и залейте маслом, чтобы оно его полностью покрывало. Когда масло начнет кипеть, убавьте огонь до самого слабого и готовьте около 45 минут, до полной мягкости чеснока. Переложите чеснок в стерилизованную (см. следующую страницу) банку и залейте маслом.

Дайте остыть, закройте и храните в холодильнике. Неоткрытая банка может храниться несколько недель, также можно поместить чеснок в контейнер и заморозить. Следите, чтобы чеснок хранился под слоем масла, и доставайте нужное количество только чистой ложкой.

Лук конфи На 40 г

1 ст. л. растительного масла

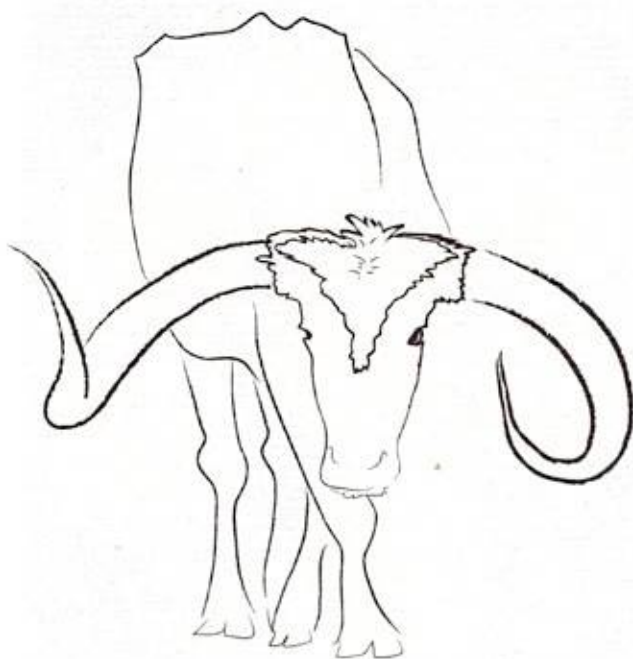
2 крупные луковицы, очистить и тонко нарезать
хлопья морской соли по вкусу

Разогрейте масло в сковороде на среднем огне. Выложите лук и поджаривайте, не помешивая, несколько минут. Когда начнет выделяться пар, перемешайте и посолите лук. Продолжайте готовить 20 минут, до изменения цвета и выпаривания жидкости.

Продолжайте готовить лук, переворачивая каждые несколько минут целым слоем, чтобы карамелизация была равномерной.

Когда лук уменьшится в объеме и станет мягким, убавьте огонь до слабого и готовьте 1 час, помешивая и переворачивая каждые 10 минут и проверяя, чтобы лук не подгорел, до сильной карамелизации, мягкости и сладкого вкуса.

Используйте сразу или храните в плотно закрывающемся пластиковом контейнере в холодильнике до 1 недели.



Консервированный костный мозг

Сделайте столько, сколько хотите

Как без анчоусов и сыра стилтон, так я не могу жить без костного мозга. И мне кажется, что он идеален для консервирования. Время, которое требуется на стерилизацию, зависит от размера банок. Здесь я использую банки объемом 250 мл. Приготовив костный мозг по этому рецепту, вы сможете затем использовать его везде, где требуется этот ингредиент.

мозговые кости, нарезанные кусками по 6 см (попросите, чтобы мясник разрезал их для вас)
основная смесь специй для говядины (см. стр. 40)

Замочите куски мозговой кости в ледяной воде на 10 минут, затем смените воду и вымачивайте еще 10 минут. Теперь костный мозг должен легко выходить из костей. Выбросьте кости и продолжайте вымачивать костный мозг еще 20 минут, чтобы удалить возможные остатки крови.

Стерилизуйте банки. Поместите их в кипящую воду или обработайте паром при 140 °C. На дно кастрюли положите старое доброе кухонное полотенце, чтобы банки не подскакивали и не разбились.

Достаньте чистый костный мозг из воды и обсушите. Хорошо приправьте смесью специй и выложите в подготовленные банки, плотно закрыв крышками.

Поместите банки обратно в кастрюлю или пароварку на 30 минут, затем достаньте и остудите. В таком виде костный мозг может храниться в холодильнике несколько недель или даже месяцев, если нужно.

Соленый говяжий язык

На 12 порций как закуска

Когда под рукой есть говяжий язык, можно законсервировать его, тем более что вкус и текстура соленого языка интереснее, чем просто отварного.

3 л воды
300 г хлопьев морской соли
100 г светло-коричневого тростникового сахара
1 ч. л. горошин черного перца
2 бутончика гвоздики
1 свежий говяжий язык

Для варки

1 букет гарни (тимьян, лавровый лист и розмарин)
1 морковь, нарезать
1 луковица, очистить и нарезать
1 стебель сельдерея, нарезать
1 головка чеснока, разрезать по горизонтали

Доведите 1 л воды до кипения, добавив соль, сахар и специи. Снимите с огня и остудите, затем долейте 2 л холодной воды.

Выложите язык в большой пластиковый контейнер, залейте холодным рассолом и поместите сверху гнет, чтобы он весь был покрыт жидкостью. Накройте и уберите в холодильник на 4-5 дней.

Достаньте язык из рассола, выложите в контейнер с чистой водой и оставьте на ночь в холодильнике.

Поместите соленый язык в кастрюлю и добавьте все ингредиенты для варки. Залейте холодной водой и доведите до кипения, затем убавьте огонь до очень слабого и варите 4-5 часов. Язык готов, когда он стал совсем мягким.

Еще теплым очистите язык от кожицы. Подавайте нарезанным ломтиками, теплым или холодным, с горчицей или тертым хреном.





Рецепт брезаолы происходит из долины Вальтеллина, что на севере Италии, в регионе Ломбардия, в Альпах. Брезаола — это соленая и вяленая говядина, для которой используется целиком мышца из задней части бедра. Нитритная соль, если честно, здесь не является абсолютно необходимым ингредиентом, но с ней мясо получается вкуснее, а саму эту соль можно без труда заказать через интернет из любой точки планеты.

Брезаола

1,5 кг говядины (задней части бедра)

50 г хлопьев морской соли

50 г мелкого сахара

5 г нитритной соли Prague powder #2 (89,75% поваренной соли, 6,25% нитрита натрия и 4% нитрата натрия. — Прим. переводчика)

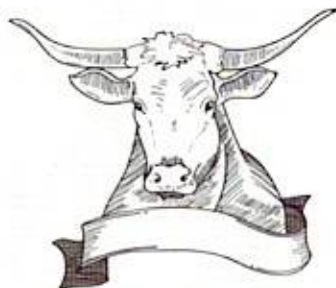
5 г ягод можжевельника

5 г черного перца горошком

5 г мелко нарубленных листочков розмарина

5 г мелко нарубленных листочков тимьяна

кусок чистого муслина (достаточно большой, чтобы завернуть в него мясо)



Тщательно отмеряйте количество специй, а особенно нитритной соли — в этом рецепте точность принципиальна.

Срежьте с поверхности мяса весь жир и светлые пленки, но не удаляйте прожилку в центре куска, так как без нее кусок развалится.

С помощью ступки и пестика истолките соль, сахар, нитритную соль, специи и травы в порошок.

Натрите мясо со всех сторон половиной приготовленного порошка и поместите в плотно закрывающийся контейнер. Уберите в холодильник на 1 неделю, каждый день переворачивайте мясо.

Через неделю достаньте мясо, обсушите бумажными полотенцами и натрите оставшейся смесью соли и специй. Вновь плотно закройте и уберите в холодильник еще на 1 неделю, каждый день переворачивайте мясо.

Снимите с мяса все остатки соляной смеси и хорошо обсушите бумажными полотенцами. Обвяжите мясо кулинарной нитью, чтобы оно сохраняло форму: сначала две нити по длине куска, затем несколько раз поперек, завязывая узлы. Заверните мясо в муслин.

Взвесьте мясо и запишите его вес. Подвесьте в прохладном помещении (15 °C, влажность 60 процентов) на 1 месяц. Брезаола готова, когда потеряла треть от начального веса.

Снимите и развяжите брезаолу, смочите чистый кусок муслина в уксусе и протрите им мясо. Подвесьте еще на 2 недели, теперь уже без муслина.

Нарежьте брезаолу тончайшими ломтиками и подавайте как есть или с оливковым маслом extra virgin и лимонным соком.



Это африканская версия джерки, вяленой говядины, которая изначально готовилась из мяса дичи местными народностями Южной Африки. Они заготавливали мясо, засаливая и высушивая его в подвешенном состоянии. Современный рецепт билтонга ведет свое происхождение от вяленого мяса, нарезанного узкими полосками, которое брали с собой в фургоны переселенцы-буры, когда отправлялись в длительные путешествия на север и им нужна была долго хранящаяся пища. Европейские поселенцы в начале XVII века ввели в рецепт привычные им специи, а позже стали готовить по этому рецепту мясо домашних животных.

Билтонг

1 кг постной говядины	30 г хлопьев морской соли
30 г семян кориандра	10 г крупномолотого черного перца

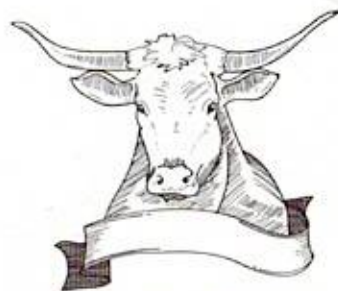
Поместите мясо в морозильник на 1 час, чтобы проще было его тонко нарезать.

Обжарьте семена кориандра и слегка разотрите их пестиком в ступке вместе с солью и перцем.

Нарежьте мясо поперек волокон полосками длиной 10 см, шириной 4 см и толщиной 1 см. Посыпьте растертыми специями. Поместите в пластиковый пакет с застежкой и уберите в холодильник на ночь.

Наколите полоски говядины на деревянные или металлические шпажки и подвесьте сушиться в сухом, прохладном месте, где есть движение воздуха и где они будут недоступны для мух. Существует даже специальная сушилка для билтонга (см. следующую страницу), но при ее применении еще больше возрастает важность хорошо проветриваемого помещения.

Сушите билтонг около 5 дней, в зависимости от погоды и от того, каким вы предпочитаете видеть свой билтонг — хрустящим или немного влажным. Если билтонг слегка влажный, храните его в плотно закрытом контейнере в холодильнике, если совсем сухой — в прохладном месте до 1 месяца.



Понятно, что это можно готовить только в условиях сухой и ветреной погоды. Влага и сырость приведут к появлению плесени.



Я попробовал джерки в баре одного нью-йоркского ресторана и был сражен. Свежеприготовленная, эта закуска не имеет ничего общего с тем, что продается под названием «джерки» в супермаркетах. Вы сможете сами в этом убедиться, приготовив джерки по моему рецепту.

Джерки из говядины

1 кг говядины из верхней части бедра (задней ноги)

Для маринада

50 мл сладкого яблочного сидра
50 мл яблочного уксуса
50 мл соуса шриача
50 мл темного соевого соуса
50 мл меда
50 мл соуса самбал
5 зубчиков чеснока, измельчить
свежедробленный черный перец

Поместите мясо в морозильник на 1 час, чтобы проще было его тонко нарезать.

Нарежьте мясо поперек волокон полосками длиной 10 см, шириной 4 см и толщиной 1 см. Выложите в пластиковый пакет с застежкой.

Смешайте все ингредиенты маринада и влейте в пакет с мясом. Хорошо потрясите, чтобы маринад равномерно распределился.

Поместите пакет в холодильник на ночь.

Достаньте полоски мяса из маринада и выложите в один слой на две решетки духовки. Дайте стечь маринаду.

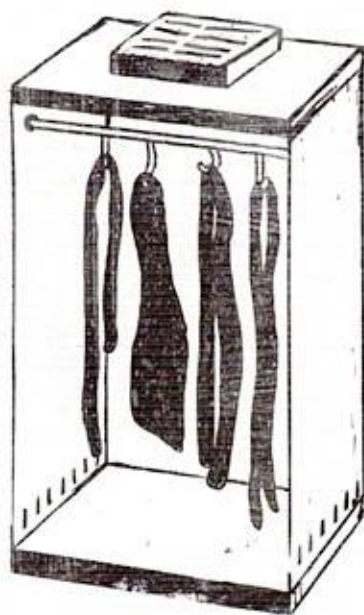
Поместите решетки в верхнюю часть духовки и установите температуру 75 °C или самую низкую, которую позволяет ваша духовка. Держите дверцу слегка приоткрытой, чтобы мясо сушилось, а не запекалось.

Оставьте мясо в духовке примерно на 2 часа, затем переверните полоски и верните в духовку еще на 2 часа или около того. Общее время сушки зависит от размера полосок и их толщины. Мясо готово, если оно достаточно высушилось, чтобы его легко можно было разорвать, но не до такой степени, чтобы ломаться при сгибании.

Достаньте джерки из духовки и дайте остыть в течение 2 часов, затем сложите в плотно закрывающийся контейнер и храните, не убирая в холодильник, несколько недель.

Жареные говяжьи «нити»

Отбейте джерки, чтобы легче было разобрать их на волокна. Обжарьте волокна на говяжьем жире при 180 °C до хрустящего состояния. Обсушите и остудите на бумажных полотенцах.





1 кг рубца, нарезать квадратами в 10 см
500 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
2 моркови, нарезать
1 луковица, очистить и нарезать

1 букет гарни (тимьян, лавровый лист и розмарин)
1 мешочек со специями (корица, бадьян и белый перец)
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Для маринада
(На 500 мл)
440 мл солодового уксуса
50 г сахара
10 г мелкой морской соли
1 г (большая щепотка) свежемолотого белого перца

Маринованный рубец

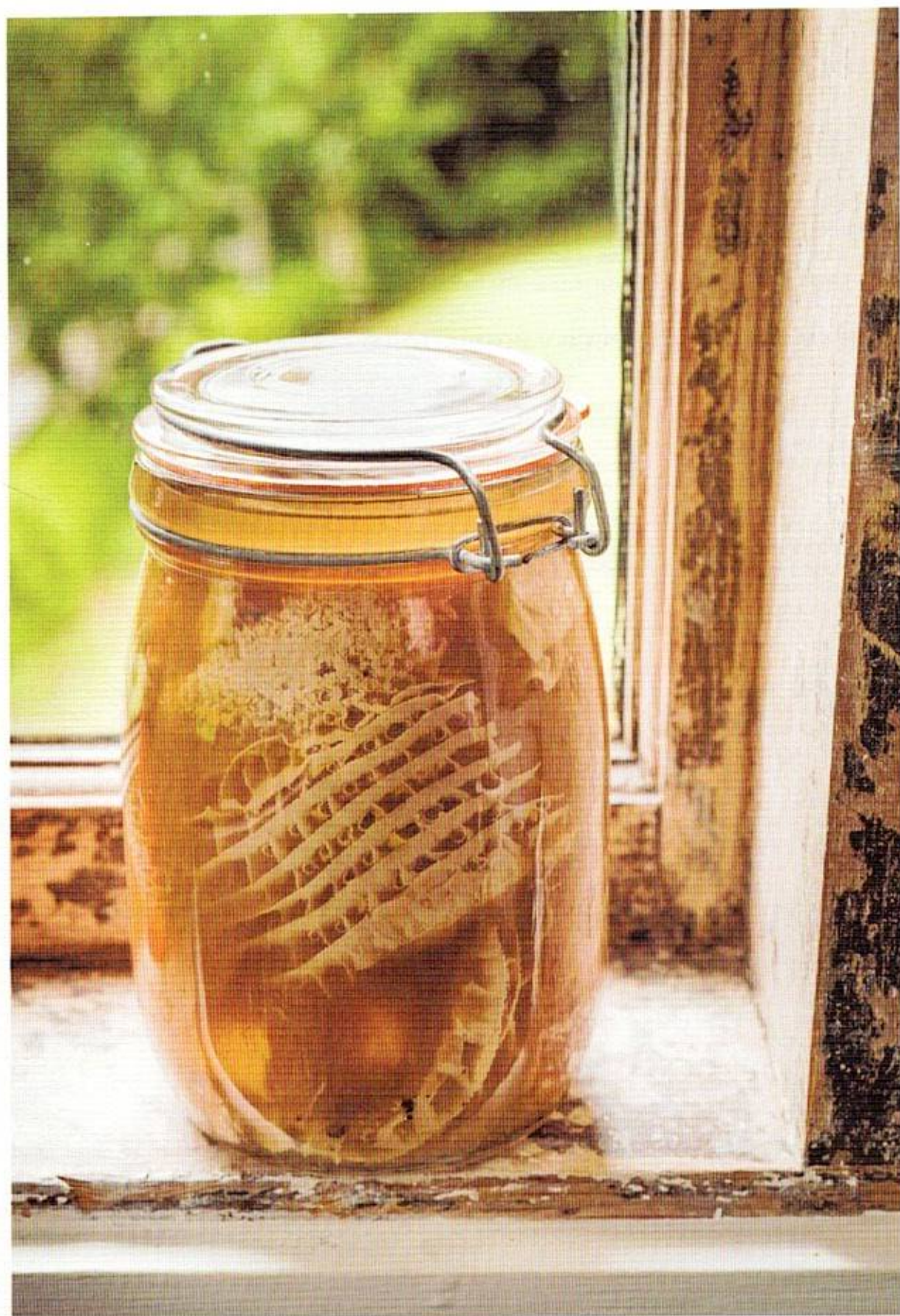
Одна девушка из Ланкашира рассказала мне историю своей бабушки, которая кормила семью «приправленным рубцом» с солью, уксусом, белым перцем, хлебом и сливочным маслом, когда они заболели. (Что не вызывало у них отвращения, вы понимаете, тогда это было «диетическим питанием».) Рубец — это три первых отделения коровьего желудка, и существует удивительно большое количество блюд из него в разных национальных кухнях. Понимаю, что вы, возможно, даже ни разу не сталкивались с такой штукой в своей жизни, и я не виню вас. Суть в том, что некоторые из упомянутых рецептов чудо как хороши, и это, мне кажется, один из них.

Заверните рубец в чистое кухонное полотенце или кусок материи и слегка отбейте, чтобы смягчить его. Хорошо промойте рубец и выложите в кастрюлю, залив полностью водой. Доведите до кипения, варите 5 минут, слейте воду. Промойте холодной водой, верните в кастрюлю и залейте бульоном.

Добавьте остальные ингредиенты, кроме тех, что для маринада. Накройте кастрюлю крышкой и варите до мягкости рубца, около 1 часа.

В отдельной кастрюле соедините все ингредиенты маринада, доведите до кипения и перелейте в кастрюлю с бульоном и рубцом. Снимите с огня и остудите.

Уберите в холодильник на ночь. Подавайте с хлебом и сливочным маслом, особенно если чувствуете себя плохо и нуждаетесь в укреплении здоровья. Ланкаширские бабушки знают в этом толк.



Забой

Условия, в которых росло и развивалось животное, конечно, чрезвычайно важны, но стресс, который они испытывают перед забоем, а затем стресс, который испытывает мясо, когда его обрабатывают после забоя, что тоже разрушительно, отражается на вкусе мяса. Тяжелая работа фермера, хорошие условия выпаса и все вложенные усилия могут быть перечеркнуты неправильным забоем.

Минимизация стресса у животных

Благополучие животного — это главное, но есть две причины для того, чтобы забой выполнялся гуманно: животные имеют право быть убитыми таким способом, чтобы не испытывать при этом стресса, но также и качество мяса, полученного с неправильно действующей скотобойни, сильно страдает от стресса, который животное испытывает перед забоем. Неправильно произведенный забой разрушает даже идеальное мясо, так как адреналин и другие гормоны стресса заставляют мускулы сжиматься, делая мясо жестким. Если вы когда-нибудь видели блестящую поверхность говядины, как будто разлита нефть, и с вкраплениями темно-фиолетового цвета, можете быть уверены, что животное во время забоя (а возможно и до этого) испытывало сильнейший стресс, и это мясо точно не будет мягким.

Чтобы свести факторы стресса к минимуму, рогатый скот должен проезжать как можно более короткую дистанцию до скотобойни, а после переезда должен переночевать в тихом месте, чтобы была уверенность в том, что животные полностью успокоились. Уровень адреналина, который выделился при переезде, должен снова прийти в норму.

Животных спускают с грузовика по специальным сходням и проводят через платформу для взвешивания, затем помещают в загон для отдыха, где размещается по 30–40 животных, сортируя их по породам и даже цвету шкуры. Это нужно для того, чтобы персонал мог учитывать анатомические особенности тех или иных животных при забое.

Как правило, на каждой скотобойне есть дипломированный ветеринар, в чьи обязанности входит освидетельствование прибывших животных, проверка их здоровья и условий,

в которых они будут находиться перед забоем. Они также проверяют, как животных содержали и как с ними обращались до отправки на скотобойню. О жестокости и некомпетентности обязательно докладывается в вышестоящие инстанции, и ветеринар вправе наложить вето на деятельность недобросовестных производителей. Именно ветеринар отвечает за здоровье и гигиену, проводит инспекцию мяса после забоя, чтобы убедиться в отсутствии каких-либо болезней. Если при осмотре животного были найдены какие-либо подозрительные признаки, его маркируют специальной железной клипсой в ухе, чтобы после забоя провести исследования. Но если есть признаки того, что животное серьезно больно, оно признается непригодным в пищу для человека, и посмертные исследования не проводятся.

Рогатый скот переводится из временных загон в помещение для забоя, при этом важно, чтобы животные сохраняли спокойствие и ничто не повлияло негативно на качество их мяса. Мясо животных, испытывавших страх или панику во время забоя гораздо темнее того, что было получено от животных, умерщвленных гуманно. В соответствующем помещении, животных направляют в индивидуальные боксы с ограниченным обзором, чтобы они не могли видеть, что происходит вокруг. Боксы сконструированы таким образом, что открыты сверху, а стенки настолько высоки, чтобы животное не могло ничего увидеть, даже если попытается поднять голову. Кроме того, ворота к месту забоя закрываются плотно, так что животное ни в коем случае не может увидеть, что там происходит. Все это делается для того, чтобы животные оставались спокойными. Животные отправляются к месту забоя по одному, у них нет возможности видеть, что их ждет.

Этапы забоя

В большинстве стран забой скота выполняется в два этапа. Первый называется оглушением, животное теряет чувствительность, но еще живо, вторая стадия – умерщвление. Это гарантирует, что животное будет убито быстро, с минимумом стресса.

Оглушение

Каждое животное попадает в индивидуальный бокс. Его голова плотно фиксируется, а оглушение происходит с помощью специального пистолета с выдвижным стержнем, мгновенно проникающим в мозг, что сразу же лишает животное чувств. Ничего не чувствующее животное подвешивается на крюк и отправляется к месту убоя.

Разделка

Острием очень острого ножа разрезается горло животного и через подгрудок, трахею, пищевод и яремную вену делается разрез, чтобы дать стечь крови. Этот разрез делается параллельно шее или перпендикулярно, в зависимости от конкретной скотобойни. Животное обескровливается еще живым, чтобы не дать крови коагулировать в тканях, иначе мясо стало бы горьким.

Далее с уже мертвого животного осуществляется съемка шкуры, которую отделяют от мест крепления подкожной мускулатуры к туше. Сначала снимают шкуру с задних конечностей, прорезая отверстия между ахилловым сухожилием и берцовой костью. В эти отверстия вставляют крюки, освобождая от цепи, на ко-

торой туша держалась ранее. Шкура прорезается по срединной линии живота и снимается с живота и боков туши. Специальные экстракторы используются, чтобы удалить остатки шкуры, в том числе с головы.

Удаление головы, конечностей, внутренностей, позвоночника и хвоста

Голова не отделяется от туши до тех пор, пока не снята вся шкура. Затем ноги, голову, грудь и заднюю часть туши распиливают специальной пилой. Извлекаются все внутренние органы, кроме почек, они отправляются на другие предприятия или в лавки мясников.

Туша разрезается пополам по позвоночнику, отрезается хвост. Позвоночник вырезается и утилизируется, а половину туши промывают холодной водой под давлением, затем их обсушивают.

Охлаждение и сбыв

Туши проходят долгий, постепенный процесс охлаждения – полностью они охлаждаются за 24 часа. Слишком быстрое охлаждение после забоя может вызвать преобразование гликогена в тканях в молочную кислоту, и мясо станет жестким и сухим.

Далее туши отправляются мясникам или оптовым продавцам мяса, где выдерживаются при особых условиях для созревания и лишь затем делятся на различные отрубы.





100 г сливочного масла

4 ломтика вчерашнего
пшеничного хлеба

1 кг вырезки, разрезанный
на 4 равные части

4 ломтика фуа-гра по 50 г

1 свежий черный трюфель,
нарезанный тонкими ломтиками

200 мл соуса с мадерой
(см. стр. 114)

хлопья морской соли

и свежемолотый черный перец

Турнедо «Россини»

Турнедо «Россини» — одно из самых известных блюд со стейком, оно было создано в XIX веке и названо в честь итальянского композитора Джоакино Россини шефом Казимиром Муассоном, одним из его близких друзей. Россини был другом, критиком и оказывал поддержку многим величайшим шеф-поварам того времени, его считали по-настоящему знающим гурме, а также талантливым поваром. Стейк на тосте, фуа-гра, трюфели и соус — это всегда работает.

Разогрейте половину масла в сковороде на среднем огне и обжарьте ломтики хлеба с обеих сторон до золотистого цвета. Выложите на тарелки и отставьте.

Приправьте стейки, разогрейте оставшееся масло в сковороде на среднем огне и поджарьте по 3 минуты с каждой стороны, до средне-слабой степени прожарки. Достаньте, неплотно накройте фольгой и дайте отдохнуть в тепле 10 минут.

Очистите сковороду и снова нагрейте ее, теперь на сильном огне. Приправьте ломтики фуа-гра и обжаривайте по 1 минуте с каждой стороны, до насыщенного золотистого цвета.

Выложите по стейку на каждый тост, сверху положите фуа-гра и дополните ломтиками трюфеля.

Прогрейте соус с мадерой и полейте перед подачей.





2 луковицы, нарезать
полукольцами
50 г топленого говяжьего
жира
200 г говядины с задней
стороны бедра
1-2 ст. л. пшеничной муки

хлопья морской соли
и свежемолотый черный
перец
картофельное пюре для
подачи (см. стр. 111)
подливка с мадерой
(см. стр. 114)

Невероятно вкусная жареная говядина по-шатцкеровски

«Это — сама простота. Но это чертовски хорошо. Вам нужен отличный кусок говядины. Лучше всего — из заднего бедра (британцы называют эту часть туши *gump*, а немцы — *rouladen*). Итак, нарежьте мясо ломтиками полдюйма толщиной и отбейте молотком, хотя я предпочитаю отбивать боковой стороной моего самого большого ножа. Не нужно отбивать до толщины бумаги, нет. Нужно просто поколотить его, чтобы ослабить волокна мяса. Приправьте солью и перцем, обваляйте в муке. Обжарьте на сковороде с большим количеством жира. Вам нужно получить снаружи хорошую корочку прежде, чем внутри мясо полностью прожарится. Какой выбрать жир — оставляю на ваше усмотрение. Это может быть растительное масло, если это все, что у вас есть, и оно нормально работает, я проверял. Но пусть лучше это будет смалец, а в идеале — хороший говяжий жир, если есть возможность. Подавайте с картофельным пюре. И задушите негодника жареным луком. Очень-очень важно нажарить такого мяса как можно больше, большинство людей готовят непропорционально мало. Мне нравится сначала поджарить в сковороде лук, а потом на ней же жарить мясо. Можете сделать подливку на основе того, что прижарилось в сковороде, но я ее не делаю. И да, конечно, используйте для этого блюда только действительно хорошую говядину. Если возьмете выращенную интенсивно, будете удивляться, зачем я вообще это вам предложил».

— Марк Шатцкер

Обжарьте лук на половине говяжьего жира до золотистого цвета, переложите в миску. Не мойте сковороду.

Нарежьте говядину поперек волокон круглыми ломтиками толщиной 1 см и отбейте, молотком или боковой стороной большого ножа. Отбивайте несильно, просто чтобы волокна стали более мягкими.

Посолите и поперчите мясо, обваляйте в муке.

Разогрейте оставшийся жир в той же сковороде, где жарился лук, до появления дымка. Обжарьте на нем мясо с обеих сторон до золотистой корочки снаружи, но внутри оно должно оставаться сырым. Выложите сверху жареный лук и переверните, прижимая, чтобы лук приклеился к мясу.

Снимите со сковороды и подавайте с картофельным пюре и подливкой с мадерой.





Считается, что место рождения этого стейка, который еще иначе называется «стейк, жаренный по-куриному», город Ламиса, административный центр округа Досон в Техасе, где ежегодно проводится фестиваль в его честь. Его изобретение приписывается эмигрантам из Германии и Австрии, которые в XIX веке завезли способ приготовления венского шницеля из Европы в Техас. Как всегда, выбирайте только самую лучшую говядину и даже не думайте использовать какой-то другой кулинарный жир.

Жареный стейк по-деревенски

4 филе-миньон, каждое примерно по 200 г

100 г топленого говяжьего жира или смальца для жарки
острый перечный соус для подачи

Смесь специй

25 г хлопьев морской соли
5 г кайенского перца
5 г чесночного порошка
5 г лукового порошка
5 г свежемолотого черного перца
5 г паприки

Мучная смесь

150 г пшеничной муки
50 г панировочных сухарей панко, смолоть
20 г рисовой муки
20 г кукурузного крахмала

Сначала сделайте смесь специй: соедините все ее ингредиенты в ступке и разотрите пестиком в порошок.

Отбейте мясо молотком до толщины в 1 см и щедро приправьте, используя половину приготовленной смеси специй.

Смешайте все ингредиенты мучной смеси, добавьте оставшуюся смесь специй и перемешайте.

Приготовьте тарелку с холодной водой. Обмакивайте стейки в воду, затем обваливайте в мучной смеси со специями. Повторите процесс еще раз.

Разогрейте половину жира в чугунной сковороде или обычной сковороде с тяжелым дном на средне-сильном огне. Обжарьте стейки, по два за раз, до золотистой корочки. Слегка обсушите на бумажных полотенцах и подавайте горячими, с острым соусом.



По сути, это традиционный британский бабл-энд-скуик, но с добавлением кимчи, что придает блюду шарм и пряный вкус. Отличный гарнир к стейку на гриле или самостоятельное блюдо для бранча. Секрет в том, чтобы потратить время на долгое, медленное приготовление на слабом огне, постоянно следя за процессом, иногда перемешивая, чтобы добиться хрустящей золотистой корочки со всех сторон.

Хэш кимчи

50 г топленого говяжьего жира
250 г печеного картофеля
(см. стр. 327)
250 г кимчи (см. стр. 89)
50 г костного мозга, нарезать
100 г тушеной говядины
(например, остатков тушеных
ребрышек, стр. 265, доб де беф,
стр. 262 или бразато аль
бароло, стр. 269), нарезать
небольшими кусочками
4 яйца
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

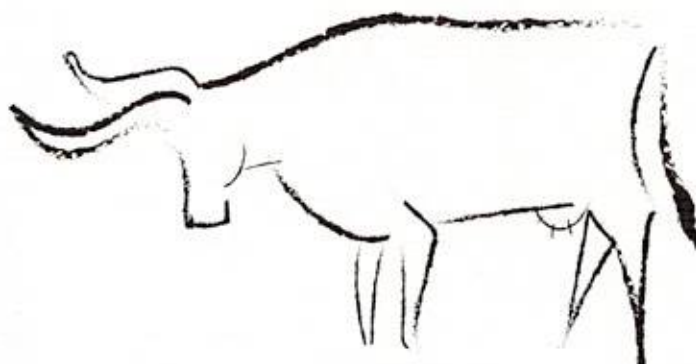
Разогрейте духовку до 180 °С.

Разогрейте половину говяжьего жира в сковороде, выложите все ингредиенты, кроме яиц, и готовьте до золотистого цвета и хрустящей корочки, время от времени переворачивая и перемешивая.

Хорошо посолите и поперчите, поместите в духовку на 10 минут.

Пока хэш в духовке, поджарьте яйца на оставшемся жире. Желток должен остаться жидким, но на краях пусть образуется зажаристая корочка.

Достаньте хэш из духовки и подавайте, выложив сверху по яичнице.









12 устриц
75 г смеси
картофельного крахмала
с пшеничной мукой,
приправить солью
и перцем
2 яйца, слегка
взболтать

100 г свежих хлебных
крошек
4 отбивные из телятины
толщиной 3-4 см
(по 300 г каждая)
растительное масло для
фритюра
хлопья морской соли
и свежемолотый черный
перец

**Для майонеза с лимоном
и петрушкой**

1 лимон (без воска)
100 мл майонеза
хорошего качества
1 ст. л. рубленой
петрушки

Телячьи отбивные с жареными устрицами и майонезом с лимоном и петрушкой

Устрицы в сочетании с мясом в Британии ели веками, в основном потому, что они были дешевыми и абсолютно доступными. Времена меняются, но и сегодня эти вкусы прекрасно дополняют друг друга: сочное мясо на гриле и жареный чистый белок. Хотя, конечно, способ подачи и не назовешь классическим.

Для майонеза с лимоном и петрушкой сначала отварите лимон целиком в течение 20 минут, достаньте из воды и дайте остыть.

Разрежьте лимон пополам и выскребите мякоть, выбросьте кожуру и белую серединку. Мякоть освободите от косточек и мелко нарежьте. Смешайте с майонезом и петрушкой, приправьте по вкусу.

Откройте устрицы и достаньте их из раковин. Обсушите бумажными полотенцами, затем обваляйте сначала в муке с приправами, затем в яйце и наконец в хлебных крошках.

Хорошо приправьте отбивные и обжарьте на небольшом количестве масла в горячей сковороде с обеих сторон до золотистой корочки снаружи, но розового мяса в середине. Переложите на тарелку и дайте отдохнуть.

Разогрейте фритюрницу до 200 °С. Еще раз обваляйте устрицы в панировочных сухарях и обжарьте во фритюре пару минут, до золотистого цвета.

Подавайте отбивные с устрицами и майонезом.





В оригинале пармиджана — вегетарианское блюдо, и готовится она из баклажанов, а не из мяса. Приехавшие из Италии в Америку эмигранты придумали новые вариации данного рецепта. И это чертовски вкусно, правда.

Пармиджана из телятины по нью-йоркски

3 ст. л. оливкового масла + для жарки
½ маленькой луковицы, мелко на рубить
1 удлиненная луковица шалота, мелко на рубить
1 зубчик чеснока, измельчить
1 лавровый лист
400 г (1 банка) очищенных измельченных томатов
1 ст. л. рубленой петрушки
¼ ч. л. сушеного орегано
¼ ч. л. сушеного тимьяна
100 г свежих хлебных крошек
50 г пармезана, мелко натереть
мелко натертая цедра 1 лимона
100 г смеси картофельной и пшеничной муки, приправить солью и перцем
2 крупных яйца, взболтать
1 кг телятины из задней части бедра, разрезать на 4 части и отбить до толщины в 2 см
8 ломтиков сыра проволоне
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Приготовьте соус. Разогрейте оливковое масло в большой кастрюле на слабом огне, выложите лук, шалот, чеснок и лавровый лист, спассеруйте до мягкости. Добавьте томаты и травы и проварите до загустения, около 20 минут. Приправьте по вкусу.

Разогрейте духовку до 180 °С.

Смешайте хлебные крошки с пармезаном и лимонной цедрой. Поставьте перед собой три тарелки. В первую насыпьте муку с приправами, во вторую влейте яйца, в третью насыпьте смесь на основе хлебных крошек. По одному обваляйте эскалопы сначала в муке, потом в яйце и наконец в хлебных крошках, убедившись, что эскалопы покрыты панировкой ровным слоем, со всех сторон.

Разогрейте большую сковороду с антипригарным покрытием на среднем огне и влейте щедрую порцию оливкового масла. Партиями обжарьте эскалопы, при необходимости доливая еще масла. Готовьте по несколько минут с каждой стороны, до светло-золотистого цвета, и выкладывайте на тарелку, выстеленную бумажными полотенцами.

Выложите эскалопы в неглубокий противень вплотную друг к другу, полейте сверху томатным соусом и выложите ломтики сыра проволоне.

Запекайте в разогретой духовке 10 минут, до золотистого цвета сыра.

Подавайте со спагетти или полентой, также можете оформить блюдо в виде сэндвича, выложив мясо между двумя кусками хрустящего хлеба.



Сычуань — юго-западная провинция Китая, известная своей острой и пряной кухней, в блюдах которой используется очень много перца чили. А вот сычуаньский перец как таковой вовсе не острый, у него приятный лимонный вкус, который вызывает странные ощущения — покалывание и даже легкое онемение, как бы готовя почву для остроты перца чили. Кажется, этот перец действует сразу на несколько разных видов нервных окончаний, слегка холодит, будоражит и вообще вызывает приятный «неврологический беспорядок».

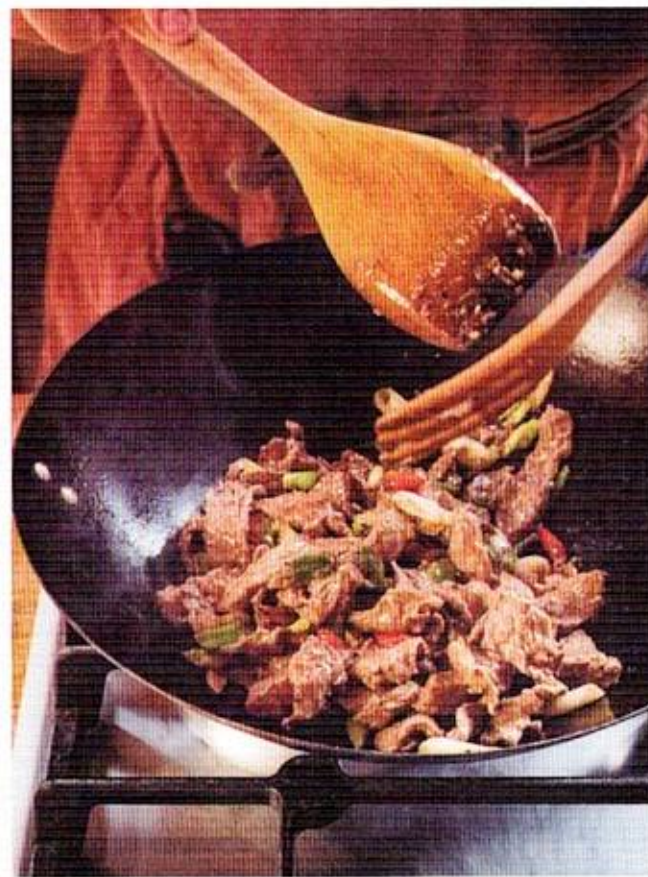
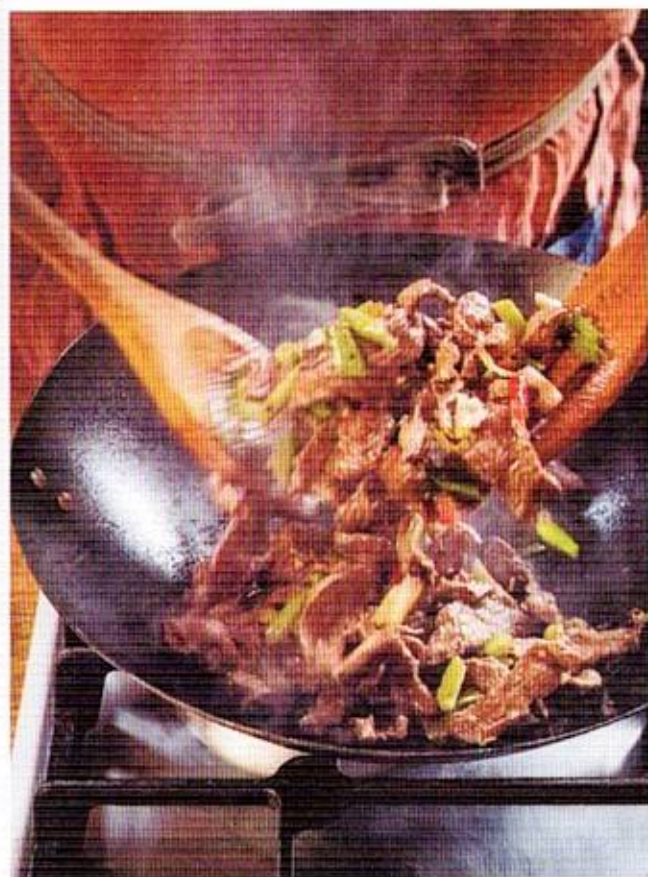
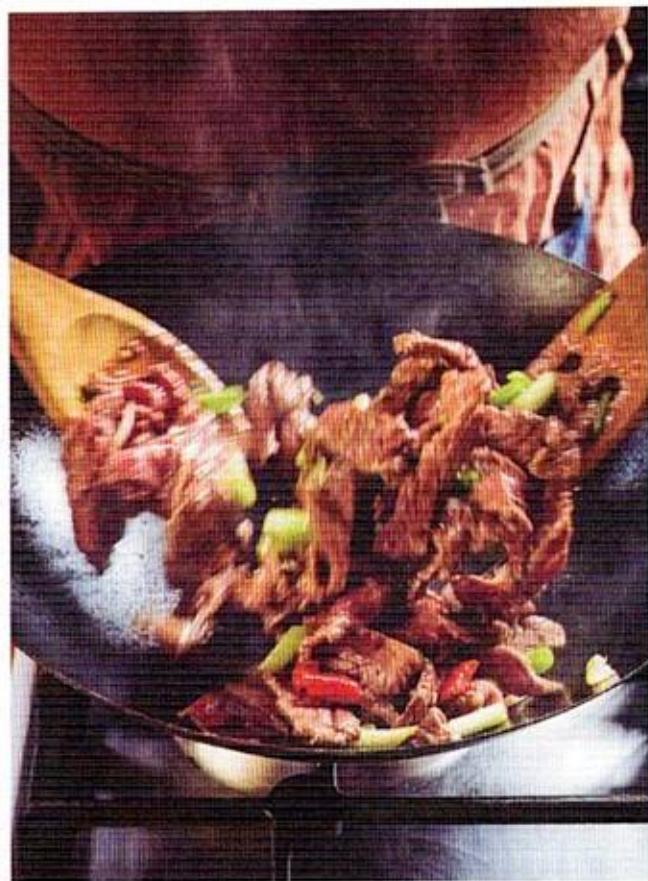
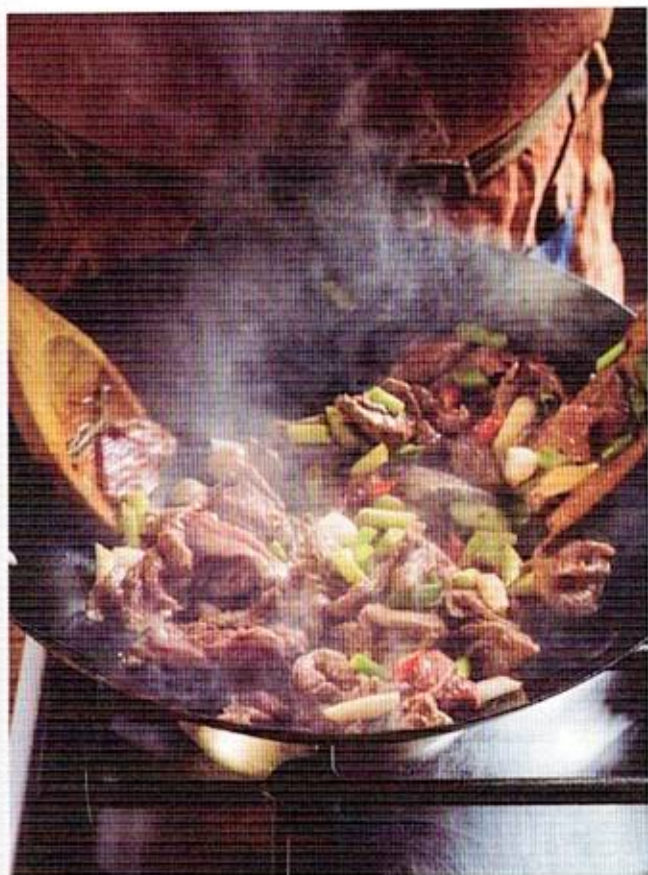
Говядина по-сычуаньски

2 ст. л. светлого соевого соуса
2 ст. л. шаосинского вина
6 ст. л. устричного соуса
(рецепт домашнего см. на стр. 65)
2 ч. л. мелкого сахара
1 ч. л. свежемолотого сычуаньского перца
1 ч. л. кайенского перца
4 ст. л. подсолнечного масла
800 г рамп-стейка (из заднего бедра), нарезать тонкими ломтиками
200 г зеленого лука, нарезать кусочками длиной 2 см
25 г (примерно 4 шт.) красного перца чили, нарезать кусочками по 2 см, семена оставить
маринованные сливы для подачи
сваренный на пару белый рис для подачи

В миске смешайте соевый соус с шаосинским вином, устричным соусом, сахаром, сычуаньским и кайенским перцем и 2 столовыми ложками масла. Выложите в смесь мясо, хорошо перемешайте, накройте и оставьте мариноваться на 30 минут.

Разогрейте оставшееся масло в воке на сильном огне. Достаньте мясо из маринада и обсушите, маринад сохраните. Выложите мясо в вок и обжаривайте, помешивая, 3 минуты, до карамелизации. Добавьте зеленый лук и перец чили, продолжайте обжаривать, помешивая, пару минут. Влейте маринад и продолжайте готовить, пока он не прогреется, около 30 секунд.

Подавайте с нарезанными маринованными сливами и рисом.





Стир-фрай — китайский метод готовки, при котором ингредиенты быстро обжариваются на небольшом количестве масла в воке. В последние столетия эта кулинарная техника проникла и на Запад, будучи завезенной китайскими иммигрантами. Из-за своей простоты она столь любима студентами и холостяками. На самом деле эта техника просто находка, потому что при таком быстром обжаривании сохраняется максимум полезных веществ и чудесная хрустящая текстура овощей.

Говядина стир-фрай

100 мл основного говяжьего бульона
(см. стр. 112)

10 г сушеной апельсиновой кожуры,
размочить в горячей воде, затем
нарезать очень тонкой соломкой

10 см свежего корня имбиря, очистить
и нарезать тонкими ломтиками поперек
волокон

50 мл светлого соевого соуса

50 мл красного винного уксуса

кунжутное масло для жарки

600 г стейка рибай, нарезать тонкими
полосками

1–2 ст. л. кукурузного крахмала,
приправленного солью и перцем

10 шт. зеленого лука, нарезать
кусочками длиной 2 см

4 зубчика чеснока, нарезать тонкими
ломтиками

¼ пучка (около 15 г) сладкого
базилика, оборвать листочки

¼ пучка (около 15 г) кинзы, оборвать
листочки

хлопья морской соли и свежемолотый
черный перец

Доведите бульон до кипения, положив апельсиновую кожуру, затем добавьте имбирь, соевый соус и уксус и снимите с огня.

Разогрейте в воке немного масла до появления дыма. Обваляйте мясо в приправленном крахмале и быстро обжарьте на сильном огне.

Добавьте зеленый лук, чеснок и зелень, влейте смесь на основе бульона и снимите с огня.

Подавайте сразу, чтобы мясо было сыроватым внутри, а овощи сохранили хрустящую текстуру. В качестве гарнира лучше всего выбрать сваренный на пару белый рис.



Не каждый гурман отважится есть мозги, но те, кто их пробовал, признают, что они великолепны на вкус. Очень важно, чтобы они были абсолютно свежими, так что либо сразу их приготовьте, в день покупки, либо заморозьте. Мозги очень питательны, так как в них множество холестерина, и 500 г вполне достаточно на четверых едоков.

Жареные телячьи мозги с жареным картофелем и лимоном

1 лимон (без воска)
20 г хлопьев морской соли
1 телячий мозг, около 500 г
½ моркови
½ луковицы, очистить
½ стебля сельдерея

1 ст. л. солодового или яблочного уксуса
пшеничная мука, приправленная солью и перцем
1 яйцо, взболтать
100 г панировочных сухарей панко

100 г топленого говяжьего жира
50 г сливочного масла
2 крупные картофелины, очистить и нарезать соломкой толщиной со спичку

несколько веточек розмарина, оборвать листочки
свежемолотый черный перец
майонез с лимоном и петрушкой (см. стр. 181)

Сотрите с лимона цедру, смешайте ее в ступке с солью и разотрите.

Хорошо промойте мозги в холодной воде. Замочите в свежей холодной воде на 10 минут. Слейте воду и аккуратно удалите как можно больше наружных пленок и кровеносных сосудов. Разломите на 4 части по естественным линиям.

Выложите овощи в кастрюлю, добавьте уксус и 1 чайную ложку соли. Влейте 1 л воды и доведите до кипения. Положите мозги и, когда вода снова начнет кипеть, накройте крышкой, убавьте огонь и проварите 5 минут.

Достаньте мозги из бульона (ни бульон, ни овощи больше не понадобятся) и дайте полностью остыть. Затем уберите в холодильник на 10 минут, чтобы они стали плотными. Разломите каждую часть пополам, чтобы получилось 8 кусочков. Обваляйте в приправленной муке, затем в яйце и наконец в панировочных сухарях.

Разогрейте половину говяжьего жира, чтобы получился слой около 1 см, в сковороде на сильном огне. В горячий жир выложите кусочки мозгов. Обжарьте до светло-золотистой корочки, затем положите сливочное масло – оно начнет пениться и покроет мозги полностью. Жарьте до хрустящей золотистой корочки. Снимите со сковороды прежде, чем масло начнет темнеть, и выложите на бумажные полотенца, чтобы стекло масло. Посолите и поперчите.

В чистой сковороде разогрейте оставшийся жир. Обсушите картофель бумажными полотенцами, чтобы убрать с поверхности крахмал. Подготовьте шумовку и много бумажных полотенец. Партиями обжаривайте картофель до золотистого цвета и хрустящей текстуры, добавляя за 30 секунд до готовности розмарин. Шумовкой доставайте картофель и розмарин, выкладывая на полотенца. Посолите картофель лимонной солью, выложите поверх мозгов, сбрызните выжатым из лимона соком и дополните майонезом с лимоном и петрушкой.



Это гораздо, гораздо вкуснее, чем любые, даже самые лучшие куриные наггетсы. Их можно подать как горячие канапе в начале ужина по особому случаю или как закуску на вечеринке, чтобы всех поразить. Сразу после обжаривания они очень горячие внутри, поэтому дайте им остыть несколько минут перед подачей.

Говяжьи наггетсы с кетчупом кимчи

1 кг тушеных ребрышек (см. стр. 265) или шек, или хвостов

½ пучка петрушки, нарубить

20 г твердого сыра

100 г пшеничной муки

3 яйца

150 г панировочных сухарей
панко

говяжий жир или подсолнечное
масло для фритюра

хлопья морской соли

и свежемолотый черный перец

кетчуп кимчи (см. ниже) или

кетчуп чипотле (см. стр. 41)
для подачи

Слейте с тушеного мяса соус в кастрюлю. Нарежьте мясо маленькими кусочками и выложите в соус. Доведите до кипения. Убавьте огонь до среднего и выпарите соус, но не полностью, а чтобы мясо оставалось сочным. Добавьте петрушку, приправьте по вкусу.

Остудите мясо, разделите пополам. Выложите на рабочую поверхность большой кусок пищевой пленки и распределите половину мяса в виде квадрата толщиной 1 см. Нарежьте сыр толстыми брусочками и выложите половину линей посередине квадрата. С помощью пленки скатайте мясо в виде колбаски, чтобы сыр был в ее середине. Повторите с оставшимися ингредиентами. Поместите в холодильник на пару часов, чтобы масса затвердела. Удалите пленку и нарежьте дисками толщиной 2 см.

Обваливайте диски в муке, затем в яйце и наконец в панировочных сухарях. Повторите весь процесс еще раз. Разогрейте жир или масло во фритюрнице до 180 °C и партиями обжарьте наггетсы до золотистой корочки. Обсушите на бумажных полотенцах, дав слегка остыть. Подавайте с кетчупом кимчи.

Кетчуп кимчи

100 г чеснока, нарезать
ломтиками

100 г свежего корня имбиря,
очистить и нарезать ломтиками
поперек волокон

100 г гочугару (корейского
острого молотого перца)

100 г соленых филе анчоусов

100 г консервированных соленых
креветок

100 г сахара

100 мл светлого соевого соуса

200 мл воды или молочной
сыворотки, если возможно

Этот соус подходит к говяжьим наггетсам (см. выше), но также он может использоваться в рецепте голландского соуса с кимчи (см. стр. 37). Он вообще относится к самым моим любимым соусам. К сожалению, придумал его не я, это результат удачного изобретения Michael's Genuine Food and Drink в Майами. И, конечно, от этого он не менее гениален.

Измельчите все ингредиенты в однородный соус в блендере.

Если используете молочную сыворотку, конечно, в готовом соусе будет продолжаться процесс ферментации, так что не храните его в плотно закрывающейся посуде. Такой кетчуп можно хранить в холодильнике до 1 недели.





Фастфуд в своем лучшем или худшем виде зависит от того, как вы к нему относитесь. Это чертовски вкусно, и вызывает привыкание, как наркотик, честно вам говорю.

Жареные слайдеры с беконом и сыром

360 г говяжьего фарша (90% шеи, 10% костного мозга, см. стр. 80)

70 г нерассольной моцареллы или американского сыра для бургеров

2 упаковки по 300 г готового слоеного теста для круассанов

12 ломтиков копченого бекона с мясными прожилками

пшеничная мука для обваливания

говяжий жир для фритера

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

16 зубочисток

томатный кетчуп и ломтики

маринованных огурцов (см. стр. 85) для подачи

Приправьте фарш и разделите на маленькие (около 30 г или 3 см в диаметре, толщиной 1 см) круглые котлетки. Нарежьте сыр кубиками в 1 см и заверните в фарш, чтобы получился шарик с сыром внутри.

Разложите слоеное тесто ровным слоем и вырежьте из него формочкой круги диаметром около 10 см. Выложите по шарiku фарша с сыром в центр каждого круга, оберните так, чтобы мясо было полностью закрыто тестом, плотно зашипните края.

Оберните каждый шарик ломтиком бекона, скрепив его концы зубочисткой. Выложите на слегка подпыленный мукой поднос, неплотно накройте пищевой пленкой и оставьте для расстойки на 1 час при комнатной температуре.

Разогрейте жир во фритюрнице до 170 °C и обжаривайте слайдеры партиями по 4-5 минут, до золотистого цвета теста со всех сторон. Перед тем как добавлять очередную партию, доводите жир до нужной температуры.

Обсушите на бумажных полотенцах, удалите зубочистки и подавайте теплыми с кетчупом и маринованными огурцами.







Зобная железа располагается в шее телянка и рядом с сердцем. Та часть, которая у сердца, имеет форму, близкую к круглой, а та, что в шее, имеет вытянутую форму. Хотя по-английски зобная железа называется sweetbread — «сладкий хлеб», она не сладкая и на хлеб совсем не похожа. Ее относят к субпродуктам. Здесь я привожу рецепт жареной хрустящей зобной железы, которую дополняют классические вкусы, подходящие к телятине и субпродуктам.

Жареная телячья зобная железа с анчоусным кремом

500 г телячьей «сердечной» зобной железы
1 веточка тимьяна
1 лавровый лист
1 ч. л. горошин черного перца
говяжий жир для фритюра
1 лимон, нарезать ломтиками
100 г пшеничной муки, приправленной солью и перцем

Для подачи
2 ст. л. каперсов
2-3 ст. л. рубленой петрушки
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
солодовый уксус
100 мл анчоусного крема
(см. стр. 141)

Замочите зобную железу в холодной воде на 4 часа, затем воду слейте и промойте под проточной холодной водой.

Выложите зобную железу в кастрюлю с тимьяном, лавровым листом и перцем горошком. Залейте холодной водой, доведите до кипения, убавьте огонь и варите 3 минуты. Слейте воду через дуршлаг и дайте немного остыть, затем удалите внешние пленки и разрежьте на 4 части.

Разогрейте жир во фритюрнице до 180 °С.

Обваляйте куски зобной железы и ломтики лимона в муке со специями и стряхните лишнюю. Обжарьте во фритюре в течение 3 минут, до золотистой хрустящей корочки со всех сторон, затем обсушите от остатков жира на подносе, выстеленном бумажными полотенцами.

Обжарьте каперсы и петрушку в горячем жире до хрустящего состояния и тоже выложите на бумажные полотенца.

Посолите зобную железу, приправьте уксусом, подавайте с жареными лимоном, каперсами и петрушкой, дополнив анчоусным кремом.

Выдержка

Выдержка, или сухое вызревание, — процесс, когда мясо после забоя подвешивается и выдерживается в особых условиях. Из него уходит лишняя влага, и оно размягчается. Если есть говядину свежей, она может быть жесткой, влажной и с неярко выраженным вкусом, но выдержка в течение всего пары недель все это исправляет. Эта технология используется уже столетия. В 1960-е годы она была почти забыта, но в 1990-х снова набрала популярность и продолжает использоваться знатоками хорошей говядины по сей день. Одна из причин, почему говядине снова стали давать вызреть, заключается в том, что животных забивают более молодыми, а их мясо пресновато.

Сухая выдержка

Данный процесс представляет собой выдерживание говядины в подвешенном состоянии при особых, строго соблюдаемых условиях температуры $-1-3^{\circ}\text{C}$; чуть выше, и мясо может испортиться, чуть ниже, и вода, содержащаяся в тканях, замерзнет и испортит процесс вызревания. Туша для созревания разрезается на четыре части, так как вес и объем важны для правильного протекания процесса. Так как вода должна испаряться очень медленно, в помещении поддерживается постоянная влажность около 85 процентов. Чтобы предотвратить развитие бактерий, помещение хорошо вентилируется. Процесс тщательно контролируется, регулярно проводится мониторинг, что все работает правильно.

По мере того, как из мяса уходит вода, его вкус становится все насыщеннее. Так-

же внутри мяса происходят сложные биохимические процессы. Существует несколько теорий о том, что это именно за процессы, но мне наиболее верной представляется «теория кальпаинов». Задача кальпаинов в живой мышечной ткани — расщеплять протеины, из которых затем синтезируются новые протеины, и этот процесс продолжается и после убоя, но уже без образования новых протеинов. Мясо становится вкуснее за счет того, что протеины расщепляются до аминокислот, включая глутаминовую кислоту, которая придает вкус умами. И в результате вы получаете мягкое и вкусное мясо!

Во время сухой выдержки изменяется и внешний вид говядины. Мясо из красного становится темно-красным, и оно гораздо плотнее, чем свежее.





Процесс сухой выдержки длится минимум две недели. В конце этого периода мясо уже намного вкуснее, но всегда есть опасность, что по каким-то причинам оно испортится. Кроме того, сухая выдержка приводит к значительной потере веса, на 10-15 процентов. Из-за этого, а еще потому, что сухая выдержка требует специальных помещений и оборудования, цена такого мяса, соответственно, повышается. В результате выдержка говядины непопулярна в интенсивном производстве мяса, и если она используется, то лишь на минимальный требуемый срок, так как прибыль в данном случае важнее вкусовых качеств.

Сверхдлительная выдержка

Некоторые мясники пошли дальше и перевели процесс сухой выдержки на новый уровень. Хосе Гордон из El Capricho в Испании, например, выдерживает мясо до 200 дней; перуанский мясник Ренцо Гарибальди подвешивает его до 300 дней, а североирландский продавец мяса Питер Ханнан дает мясу вызреть до 400 дней! Обычно такой метод используется не для четвертей туш, а для премиальных отрубов. Такое мясо не для каждого — оно приобретает довольно своеобразный вкус, и, как мне показалось, в нем нет вкуса настоящей хорошей говядины, который мясо приобретает во время выдержки в течение двух-трех месяцев. Выдержка дольше этого срока, кстати, может применяться недобросовестными производителями для не слишком качественного мяса.



Влажная выдержка под вакуумом

В 1960-х годах появился новый процесс — влажная выдержка в вакуумной упаковке, и он почти вытеснил сухую выдержку. Прежде всего, выдержанная таким способом говядина не теряет влагу, поэтому она может быть до 20 процентов дешевле той, что выдерживалась сухим способом. При этой технологии мясо разрезается на отрубы, запечатывается в вакуумные пакеты и помещается в холодильник для «вызревания», которое по факту таковым не является, так как мясо особо не меняется, не имея соприкосновения с воздухом и не теряя влагу. По сути, использование данной технологии дает возможность рекламировать мясо как «выдержанную говядину» и технически не обманывать при этом, хотя на самом деле вес и качество мяса остаются прежними, а прибыль становится более высокой.

Хранение целого отруба

Целый, неразрезанный отруб можно хранить в определенных типах холодильников в течение недели или около того. Для этого нужно выложить его на поддон со сборником конденсата, вокруг должна быть хорошая циркуляция воздуха. В этом холодильнике нельзя хранить больше ничего, так как другие продукты могут повлиять на вкус или качество вашего стейка. Другими словами, вы не можете держать стейк в холодильнике, который используется для любых других продуктов.



Я впервые столкнулся с копченым стейком прайм-риб на рынке Smitty's в Локхарте, штат Техас, во время исследовательской поездки с командой Pitt Cue. Как и в случае с грудинкой, вы можете использовать смесь специй, но соль и перец дают именно такой чистый вкус, какой мне нравится больше всего.

Копченый стейк прайм-риб

стейк прайм-риб на 3 костях весом около 3 кг одним куском, кости зачистить

70 г хлопьев морской соли

10 г свежемолотого черного перца

Вам также понадобится

термометр для мяса

Для подачи

грибы портобелло на гриле (см. стр. 22)

давленная печеная свекла (см. стр. 200)

салат «Цезарь» с капустой кале (см. стр. 200)

печеный картофель (см. стр. 327)

Достаньте мясо из холодильника за 1-2 часа перед готовкой, чтобы оно нагрелось до комнатной температуры.

Хорошо приправьте мясо со всех сторон солью и перцем и подрумяньте со всех сторон на гриле. Затем поместите в коптильню с дубовой щепой.

Разогрейте коптильню до 115 °C и коптите мясо 2-3 часа, пока температура внутри не достигнет 60 °C – это идеальная температура для стейка прайм-риб, что соответствует степени прожарки от средне-слабой до средней.

Достаньте мясо из коптильни и дайте отдохнуть в теплом месте минимум 30 минут (идеальная температура для отдыха 58-60 °C). Затем нарежьте на порции по кости, по две порции с одной костью.

Вы можете готовить до 58 °C для средне-слабой, до 62 °C – для средней и до 66 °C – для средне-сильной степени прожарки.

Подавайте с грибами портобелло на гриле, давленной печеной свеклой, салатом «Цезарь» с капустой кале и печеным картофелем.



Давленая печеная свекла

На 4 порции

Мне, как фанату готовки на углях, это очень нравится. Корнеплоды, такие как свекла, сладкий и обычный картофель, приобретают волшебный привкус дыма, если готовить их в остывающих углях барбекю. Но это не так просто, как кажется: слишком горячо, и они могут подгореть, недостаточно жара, и они частично останутся сыроватыми. Нужна практика и здравый смысл.

4 средних свеклы, красные, оранжевые или желтые, очистить, кончики удалить, ботву сохранить

8 ст. л. оливкового масла extra virgin

5 ст. л. красного винного уксуса

2 веточки тимьяна, оборвать листочки

1 лавровый лист

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

2-3 зубчика чеснока, нарезать тонкими ломтиками и обжарить до хруста, для подачи

Поместите свеклу в затухающие угли барбекю и оставьте до их остывания. После нескольких часов свекла должна быть полностью готова. Очистите ее и рукой слегка раздавите, но чтобы корнеплоды оставались целыми.

Посолите, поперчите и обваливайте в половине оливкового масла. Поджарьте на гриле до темных подпалин и хрустящей корочки на краях разломов.

Взбейте оставшееся оливковое масло в миске с уксусом. Удалите у свекольной ботвы стебли и выложите листья в среднюю по размеру миску вместе с листочками тимьяна. Слегка полейте заправкой, перемешайте, посолите и поперчите.

Разложите свеклу на четыре тарелки и подавайте вместе с приготовленным салатом и жареным чесноком.

Салат «Цезарь» с капустой кале

На 4 порции

Многие пытались улучшить классический салат «Цезарь», я считаю, что это в принципе невозможно. Тем не менее это моя попытка улучшить тот продукт, который в наши дни считается чуть ли не самым полезным из всех, какой-то супер пищей, неслучайно капуста кале красуется теперь буквально во всех меню. Я не пытаюсь стать гуру полезного питания. Я просто считаю, что если что-то вдохновляет нас есть больше зеленых овощей, это совсем неплохо.

85 г молодой капусты кале

50 г остатков тренчера (см. стр. 205)

или другого хлеба с рыхлой текстурой

10 г мелко натертого пармезана

8 филе соленых анчоусов

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Для заправки

50 г мелко натертого пармезана

20 мл шампанского уксуса (или используйте белый винный или яблочный уксус хорошего качества)

1 ст. л. сока лайма

1 ч. л. дижонской горчицы

½ ч. л. свежемолотого черного перца

60 мл подсолнечного масла

20 мл оливкового масла extra virgin

Приготовьте заправку. Взбейте пармезан с уксусом, соком лайма, солью и перцем в блендере до однородности. Не выключая мотор, постепенно влейте оба вида масла и взбивайте до однородной эмульсии.

Промойте листья капусты кале и удалите стебли (также не используйте внешние жесткие листья). Хорошо обсушите.

Нарвите хлеб неровными кусочками и запеките в духовке при 180 °C до золотистого цвета. Слегка приправьте.

Перемешайте листья кале с заправкой и выложите на тарелки. Раскрошите сверху запеченный хлеб так, чтобы часть кусочков осталась крупными. Натрите пармезан поверх салата и подавайте с анчоусами.



Kielbasa — это копченая пряная польская колбаса, которую обычно подают с квашеной капустой. И я хочу объявить, что хотя я никогда и не был в Польше, мой дух там явно бывал.

Польская колбаса

500 г говяжьей шеи, нарезать кубиками
500 г свиного сала со спины, нарезать кубиками
5 г нитритной соли Prague powder #1 (93,75% соли, 6,25% нитрита натрия)
15 г хлопьев морской соли
10 г сахара
3 зубчика чеснока, измельчить
5 г английского горчичного порошка

5 г свежемолотого белого перца
30 г сухого молока
300 г дробленого льда

Вам также понадобится

2 м свиной черевы
мясорубка с насадкой для колбасок
термометр для мяса

Нарежьте мясо и сало кусочками по 3 см и уберите в морозильник на 1 час или около того, чтобы они не полностью замерзли.

Замочите свиную череву в холодной воде примерно на 1 час, чтобы она стала мягкой, а соль, с помощью которой ее консервируют, ушла. Поместите широкий конец насадки для колбасок под кран, наденьте череву и пустите внутрь холодную воду, чтобы промыть от соли и изнутри.

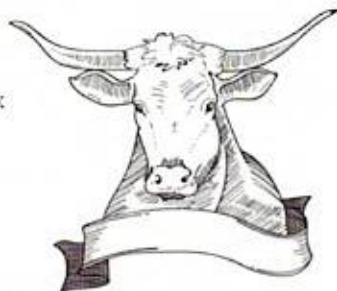
Смешайте соль, сахар, чеснок, горчицу и перец, всыпьте в смесь мяса и сала и вмешайте руками, чтобы специи распределились равномерно. Верните в морозилку на 1 час.

Пропустите мясо и сало через мясорубку с насадкой с маленькими отверстиями, собирая фарш в глубокую миску. Переложите фарш в чашу стационарного миксера и взбивайте на низкой скорости 3 минуты, чтобы смесь для колбасы стала однородной. Наполните около 60 см оболочки фаршем (метод описан на стр. 159), зажмите пустой конец и стяните с насадки примерно 15 см оболочки. Отрежьте обо-

лочку и стяните еще 15 см оболочек, чтобы сформовать следующий длинный отрезок колбасы. Эти 15 см нужны для того, чтобы потом вы могли без труда завязать узелки на концах каждого отрезка колбасы. Наполните второй отрезок оболочки фаршем.

Проверьте колбасу, нет ли в ней воздушных полостей, а они, скорее всего, будут. Стерильной иглой сделайте проколы в местах воздушных полостей. Аккуратно обожмите колбасу по всей длине. Не делайте это с силой, иначе оболочка порвется. Когда вы убедитесь, что воздушных полостей не осталось, завяжите узелки на концах колбасы, затем перевяжите с интервалом в 15 см, чтобы получить небольшие колбаски. Подвесьте их в прохладном месте на ночь.

На следующий день закоптите колбасу в течение минимум 4 часов, до температуры 70 °C внутри. Как только будет достигнута эта температура, быстро охладите колбасу в ледяной воде. Подвесьте на ночь перед подачей. Колбасу можно хранить в холодильнике до 2 недель.



Очень точно отмеряйте пропорции в этом рецепте, особенно это касается нитритной соли.



1 небольшой корень свежего хрена, очистить

500 г хлопьев морской соли

1 кг стейка рибай или вырезки одним куском, срезать наружную пленку

тренчер с картофелем и чесноком (см. стр. 205) для подачи

Вам также понадобится

2 куска чистого муслина или хлопчатобумажной ткани (достаточно больших, чтобы завернуть мясо), погрузить в холодную воду и отжать

кулинарная нить

термометр для мяса



Стейк, запеченный на углях

Здесь вам не нужна посуда, стейк будет запекаться прямо на углях, и это очень хороший способ приготовления, который я детально описал в рецепте печеного стейка с цветной капустой (см. стр. 24).

Разожгите огонь в барбекю или гриле без решетки.

Натрите хрен и смешайте с солью. Выложите муслин или ткань на рабочую поверхность и рассыпьте сверху равномерно приготовленную смесь, оставляя по 1 см свободными по краям.

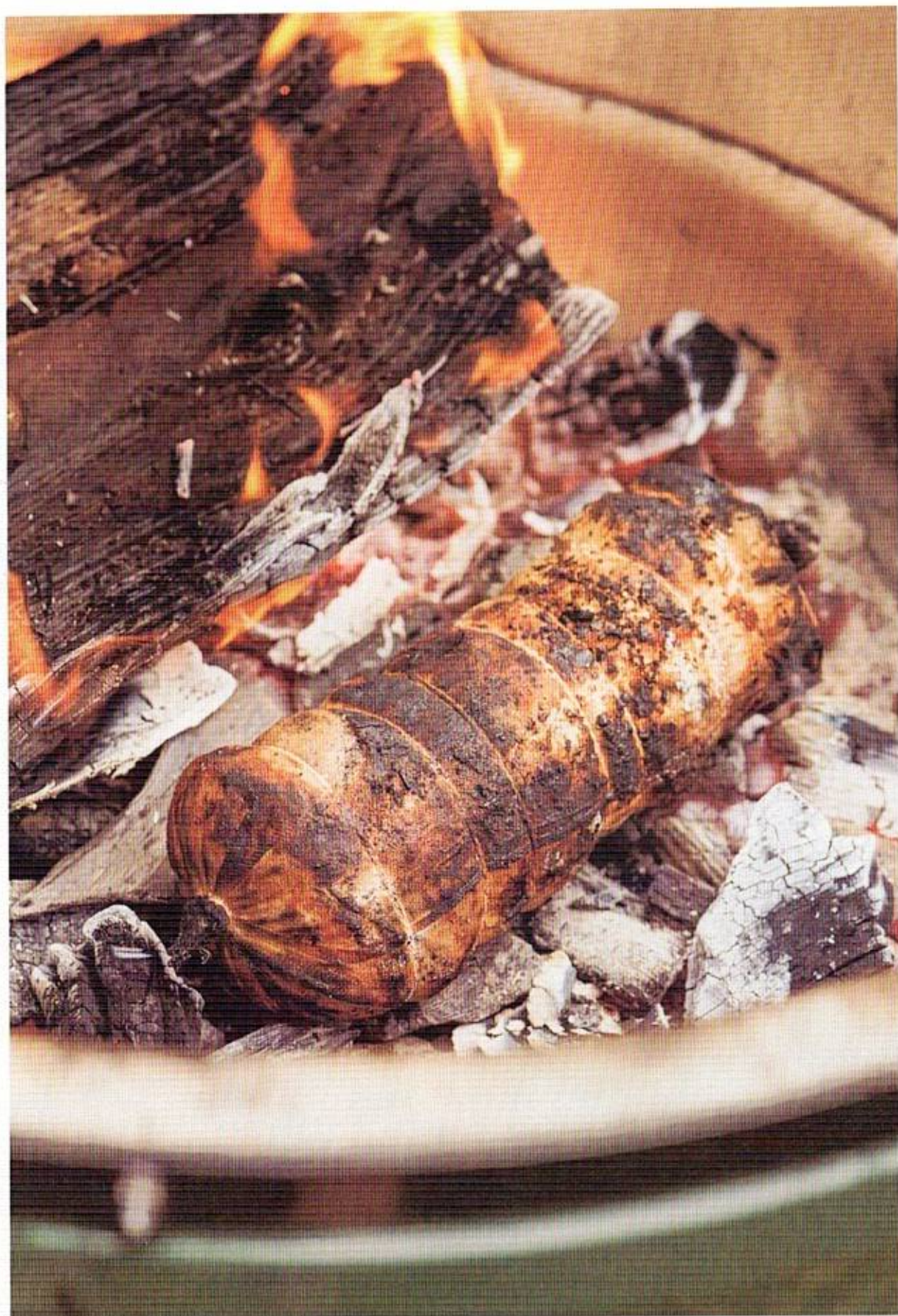
Выложите мясо на соль у дальнего от вас края ткани. Закатайте его в ткань так, чтобы оно было покрыто солью, — важно сделать плотный сверток. Завяжите концы нитью, затем перевяжите посередине и еще дважды посередине между краями и центром — у вас получится ровный и плотный цилиндр.

Выложите завернутое мясо прямо на угли. Готовьте 9 минут. Щипцами переверните сверток и готовьте еще 9 минут. Ткань обуглится, но так и было задумано.

С помощью термометра, воткнутого в центр куска мяса, проверяйте температуру. Когда она достигнет 60 °C, достаньте сверток — мясо будет средне-слабой степени прожарки.

Выложите обугленный сверток на металлический поднос и дайте мясу отдохнуть минимум 10 минут.

Постучите по свертку плоской стороной большого ножа — обугленная ткань отвалится. Кисточкой стряхните с поверхности мяса остатки соли и переложите на чистую тарелку. Нарежьте и подавайте с картофельно-чесночным тренчером.





Тренчер с картофелем и луком

На 4 порции

Во времена Средневековья тренчеры использовались вместо тарелок. И если меня не подводит чутье, когда-нибудь они снова войдут в моду в ресторанах, где подают мясо, приготовленное на гриле.

Для дрожжевого теста

750 мл закваски (как сделать ее в домашних условиях, см. ниже)
800 г муки из пшеницы твердых сортов
200 г цельнозерновой муки из пшеницы твердых сортов
20 г хлопьев морской соли
200 г топленого говяжьего жира, лучше с желе

Для тренчера

1 головка чеснока, очистить зубчики
2-3 ст. л. оливкового масла
10 клубней «пальчикового» картофеля
6 шт. зеленого лука
50 г сливочного масла, растопить
2 ч. л. семян фенхеля
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
чесночное масло для подачи (см. стр. 113)

Отлейте 50 мл воды, остальную влейте в большую миску с закваской и обоими видами муки. Вымешайте до получения теста. Выложите тесто в большой пластиковый контейнер, неплотно накройте и дайте отдохнуть в течение 30 минут — это нужно для того, чтобы белки и крахмал в тесте впитали воду.

Смешайте соль с оставшейся водой и вмешайте руками в тесто. Неплотно накройте и оставьте для расстойки при комнатной температуре на 3 часа, в том же контейнере. Каждые 30 минут влажными руками переворачивайте и обминайте тесто внутри контейнера.

Обильно смажьте жиром дно и стенки четырех чугунных сковородок диаметром 20 см или форм для запекания 27×37 см. Разделите тесто на 4 равные части и выложите, приминая, в формы (слоем толщиной около 2 см). Неплотно накройте пленкой и поместите для финальной расстойки в холодильник на ночь.

Разогрейте духовку до 220 °С. Достаньте формы с тестом из холодильника.

Обжарьте зубчики чеснока на оливковом масле на средне-слабом огне до начала размягче-

ния. Отварите картофель до начала размягчения в кипящей подсоленной воде, слейте воду. Нарежьте зубчики чеснока, картофель и зеленый лук и выложите, прижимая, на поверхность хлеба.

Смажьте растопленным маслом, посыпьте семенами фенхеля, солью и дробленым черным перцем. Выпекайте 30-35 минут до золотистого цвета. Остудите на решетке, пока готовится мясо.

Перед подачей выложите хлеб на решетку гриля или поместите в разогретую духовку, чтобы прогреть и придать аромат дыма. Полейте растопленным чесночным маслом и соками от запекания мяса. Подавайте нарезанное ломтиками мясо прямо на тренчерах, чтобы они впитали выделяющийся сок.

КАК СДЕЛАТЬ ЗАКВАСКУ

Закваска начинается с того, что при смешивании муки и воды в смесь попадают дрожжевые грибки и бактерии, которые запускают процесс ферментации. Когда он начнется, полученную культуру нужно будет подкармливать.

Сначала поместите в банку 200 г ржаной муки и столько же прохладной бутилированной воды, хорошо перемешайте и накройте муслином. Держите банку в тепле и ждите, время от времени перемешивая смесь. Через несколько дней вы заметите на поверхности пузырьки, а смесь начнет слегка увеличиваться в объеме. Это признак того, что микроорганизмы начали свою работу. Если через неделю процесс не начался, вылейте все и начните сначала.

Через день-другой, когда ваша закваска начнет сладко пахнуть, пузыряться и подниматься, она готова к подкормке. Отлейте минимум половину закваски, прежде чем добавлять еще муки и воды. Для наилучшего эффекта нужно каждый раз восстанавливать объем закваски, так что на этот раз добавьте минимум 100 г муки и столько же воды. Когда ваша закваска снова пройдет весь описанный процесс, она готова к использованию. Возьмите столько, сколько требуется по рецепту, а остаток снова подкормите и поместите в холодильник, где закваска будет продолжать бродить, но ее нужно будет подкармливать реже, примерно раз в неделю.

Каждый раз, прежде чем добавлять новую порцию муки и воды, сливайте половину закваски, используйте ее, например, для выпечки хлеба или просто выливайте. Это делает культуру более стойкой, а вы таким образом контролируете ее объем.



Еще одна невероятно популярная классика барбекю из Техаса — на этот раз простота соли и перца уступает место пряным специям и жидкой глазури, которой смазывают ребрышки.

Копченые ребрышки

50 г горчицы
50 мл соуса барбекю
50 мл подливки с мадерой
(см. стр. 114)
50 г топленого говяжьего
жира
1,5 кг ребрышек, разрезать
по ширине пополам, прорезая
кости насквозь
50 г основной смеси специй
для говядины (см. стр. 40)

Смешайте горчицу с соусом барбекю, подливкой с мадерой и говяжьим жиром в кастрюле, доведите до кипения, снимите с огня и дайте слегка остыть. Это ваша жидкая глазурь, или смазка.

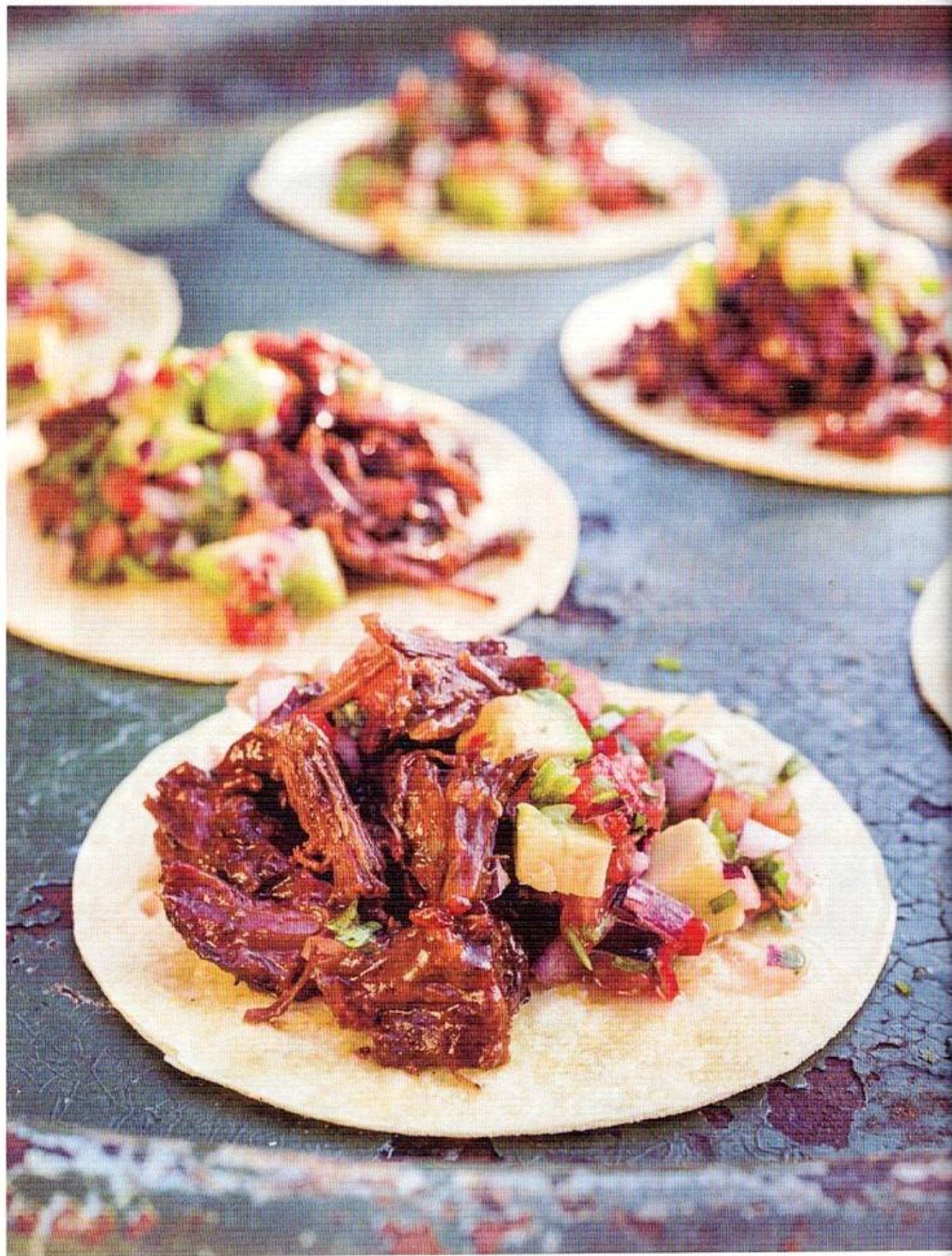
Смажьте ребрышки половиной приготовленной смеси и посыпьте специями, убедившись, что они полностью покрыты. Постучите ребрышками, чтобы стряхнуть остаток сухих специй.

Разогрейте коптильню до 110 °С в соответствии с инструкцией производителя и добавьте немного слегка замоченной дубовой щепы. Поместите ребрышки в коптильню на 8 часов или до момента, когда температура внутри достигнет 90 °С. На какой-то стадии температура долго не будет подниматься, но продолжайте коптить, она поднимется.

Когда температура внутри достигнет 90 °С, достаньте ребрышки из коптильни — температура будет продолжать расти какое-то время после.

Разрежьте между костями на 4 порции и смажьте оставшейся жидкой глазурью. Поместите на решетку гриля, чтобы слегка подрумянить ребрышки, и подавайте с любым салатом на выбор.







Барбакоа — блюдо карибской кухни, а название его происходит от «барбекю». Обычно оно готовится из целой коровьей головы, но даже мне было бы трудно такую раздобыть, так что я адаптировал рецепт к современным условиям и доступности ингредиентов. Если вам все-таки удастся обзавестись целой головой, имейте в виду, что из нее можно получить множество вкуснейших кусочков, так что не сбрасывайте этот вариант со счетов. В наши дни барбакоа часто ассоциируется с кухней текс-мекс, где подается с традиционными для нее гарнирами.

Барбакоа

4 зубчика чеснока,
мелко нарубить
2 ст. л. хлопьев
морской соли
1 ст. л. крупно
размолотого черного
перца
1 ст. л. молотого
кумина
щепотка молотой
гвоздики

1 ч. л. сушеного
орегано
1 кг говяжьих щек
200 мл основного
говяжьего бульона
(см. стр. 112)
100 мл кетчупа чипотле
(см. стр. 41)
100 г топленого
говяжьего жира
сок 1 лайма

Для подачи

тортильи
гуакамоле
(см. стр. 210)
мексиканская сальса
(см. стр. 210)

Вам также понадобится

термометр для мяса

Смешайте чеснок, соль, специи и орегано. Отделите четвертую часть смеси, остальной натрите говяжьи щеки, накройте и уберите в холодильник на ночь.

Разогрейте барбекю или коптильню в соответствии с инструкцией производителя. Коптите щеки при 110 °C в течение 4 часов, пока температура внутри не достигнет 90 °C (проверяйте ее с помощью термометра) или пока мясо не станет мягким и податливым на ощупь.

Тем временем приготовьте соус. В кастрюле доведите до кипения смесь бульона, кетчупа чипотле, говяжьего жира и сока лайма. Проварите до уменьшения в объеме наполовину.

Нарежьте говяжьи щеки непосредственно перед подачей и смешайте с уваренным соусом. Приправьте оставшейся смесью специй. Подавайте с тортильями, гуакамоле и мексиканской сальсой.

Гуакамоле

На 4 порции

Гуакамоле можно найти на полках магазинов по всему миру, но оно обязательно содержит консерванты, так что, конечно, намного лучше сделать свой, домашний вариант.

- 1 крупное авокадо
- 1 спелый помидор
- ½ красной луковицы, очистить и мелко нарубить
- сок 1 лайма
- 1 красный перец чили, удалить семена и мелко нарубить
- 2 ст. л. рубленой кинзы
- хлопья морской соли

Очистите авокадо и удалите косточку. Нарежьте мякоть кубиками в 1 см.

Надрежьте помидор крестообразно и залейте кипящей водой. Оставьте на 30 секунд, чтобы отошла кожица, затем очистите. Удалите жидкость с семенами и мелко нарубите мякоть. Добавьте к авокадо вместе с луком, соком лайма и чили.

Добавьте кинзу и аккуратно перемешайте. Приправьте по вкусу и сразу подавайте.

Мексиканская сальса

На 4 порции

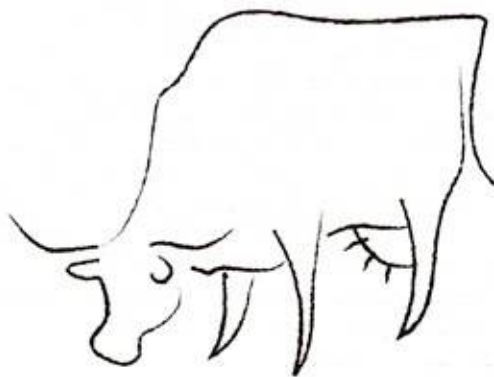
Мексиканская сальса полна свежих вкусов, в самой Мексике ее едят постоянно — на завтрак, обед и ужин.

- 4 крупных спелых помидора
- 4 зеленых перца чили
- ½ красной луковицы, очистить и мелко нарубить
- 1 зубчик чеснока, измельчить
- сок 1 лайма
- хлопья морской соли

Надрежьте помидоры крестообразно, выложите в миску и залейте кипящей водой. Оставьте на 30 секунд, чтобы отошла кожица, затем очистите. Удалите жидкость с семенами и мелко нарубите мякоть.

Удалите семена из перцев чили, мелко нарубите и смешайте с помидорами, красным луком и чесноком. Добавьте рубленую кинзу и сок лайма, аккуратно перемешайте.

Приправьте по вкусу и подавайте сразу.





3-4 кг говяжьей
грудинки

70 г хлопьев морской
соли

10 г свежемолотого
черного перца

1 л воды

100 мл яблочного
уксуса

50 мл светлого
тростникового сахара

Вам также понадобится
термометр для мяса

Копченая грудинка

В Техасе барбекю — это всегда говядина, и чаще всего грудинка. Богатая соединительными тканями, она требует медленного и долгого приготовления, чтобы мышечная ткань стала мягкой, просто таяла во рту, — удовольствие, которого быстро не достигнешь. В Техасе обычно из приправ берут лишь соль и перец, что лично я только приветствую, но вы можете использовать основную смесь специй для говядины со стр. 40, если хотите.

Разогрейте коптильню до 110 °C в соответствии с инструкцией производителя.

Щедро приправьте грудинку со всех сторон солью и перцем. Поместите в коптильню жиром вверх. Коптите около 3 часов.

Смешайте воду, уксус и сахар. Перемешивайте до растворения сахара.

Через 3 часа копчения начните периодически, с интервалом в 30 минут, проверять цвет грудинки. Если она будет выглядеть сухой или слишком темной, начните с помощью шприца опрыскивать ее приготовленной жидкой смесью (во французской кулинарии этот прием называется «гастрик»).

Через 6 часов наступит «остановка» — будет казаться, что процесс приготовления прекратился, а внутренняя температура будет удерживаться на 70 °C. Это происходит из-за того, что влага, содержащаяся в мясе, начинает испаряться, охлаждая говядину и замедляя процесс приготовления. Это абсолютно нормально, так что не волнуйтесь и не пытайтесь как-то вмешаться.

Примерно через 9 часов температура внутри грудинки достигнет 90 °C. Нажмите на ее поверхность — она должна пружинить. Достигнутая температура означает, что грудинка готова. Достаньте ее из коптильни и заверните в жиростойкую бумагу до подачи.

В грудинке расположены две основные мышцы, которые вы сможете разделить не только при помощи ножа, но и просто руками, только помните, что после окончания копчения она очень горячая. Осталось только нарезать мясо поперек волокон и подавать.

Лучше всего копченую грудинку подать в виде сэндвичей с карамелизированным луком, по-техасски.





Франкфуртеры родом из Германии, где их традиционно делали из свинины. Со временем к свинине стали добавлять говядину, а полностью говяжья версия появилась уже в Америке. Термин «dog» — по-английски «собака» — применительно к сосискам стал использоваться с XIX века, из-за подозрений, что изготовители сосисок добавляют в них собачье мясо. Возможно, даже оправданных.

Франкфуртеры или хот-доги

500 г выдержанного фланк-стейка
500 г говяжьей лопатки
125 г говяжьего жира
125 г костного мозга
15 г хлопьев морской соли
7 г нитритной соли Prague powder #1 (93,75% соли, 6,25% нитрита натрия)
250 г дробленого льда
10 г сухой английской горчицы
2 ч. л. паприки
1 ч. л. молотого кориандра
1 ч. л. свежемолотого белого перца
25 г декстрозы
4 зубчика чеснока, мелко нарубить
40 г сухой молочной закваски (закваска придает полусухой колбасе приятный насыщенный вкус, ее при необходимости можно заменить порошком из пахты или йогурта)
1 ч. л. мелко нарубленных листочков тимьяна

Вам также понадобится

2 м свиной черевы
мясорубка с насадкой для колбасок
термометр для мяса

Нарежьте мясо, жир и костный мозг небольшими кусочками и уберите в морозильник на 1-2 часа, чтобы они не полностью замерзли.

Поместите мясо в кухонный комбайн и хорошо измельчите (возможно, вам придется делать это партиями, в зависимости от размера чаши комбайна).

Добавьте в фарш оба вида соли и мелко раздробленный лед, перемешайте и уберите в морозильник еще на 1 час.

Тем временем хорошо промойте и обсушите чашу и насадки кухонного комбайна. Замочите свиную череву в холодной воде примерно на 1 час, чтобы она стала мягкой, а соль, с помощью которой ее консервируют, ушла. Поместите широкий конец насадки для колбасок под кран, наденьте череву и пустите внутрь холодную воду, чтобы промыть от соли и изнутри.

Смешайте остальные ингредиенты с мясом и вновь уберите в морозилку, поместив туда же чашу и лезвия кухонного комбайна. Когда фарш частично замерзнет, выложите его в комбайн и прируйте до полной однородности (и снова вам придется делать это партиями, скорее всего).

Разрежьте череву на два куска. На конце каждого завяжите маленький узелок. Наденьте открытый конец на насадку для колбасок и натяните на нее, пока не упретесь в узелок, — так вы избежите ненужных воздушных полостей в колбасках. Установите насадку на мясорубку.

Выложите фарш в подающий лоток мясорубки. Включите ее и постепенно наполняйте оболочку фаршем, она будет раздуваться. Руками разглаживайте неровности, делая это аккуратно, чтобы не порвалась оболочка. Когда оболочка будет заполнена, завяжите второй ее конец узелком.

Чтобы сформовать колбаски, пережмите полученную длинную колбасу посередине и закрутите в разные стороны. Двигаясь в противоположных направлениях, перекручивайте дальше, соблюдая интервалы в 15 см. Повторите всю процедуру со второй частью оболочки и оставшимся фаршем.

Разогрейте копильню до 110 °C и готовьте колбаски около 1 часа, до температуры внутри 60 °C. Быстро остудите в ледяной воде и храните в холодильнике до подачи.

Информация от мясника

Более двух миллионов лет назад первобытный человек взял в руки острый кусок кремня, чтобы разделить свою добычу. Именно этот древний способ обращения с мясом послужил главной движущей силой эволюции, и он медленно распространялся в Африке следующие 700 тысячелетий. Именно эти каменные инструменты создавали то эволюционное преимущество, которое в результате и привело к развитию современного человечества. Со временем орудия совершенствовались, появились более «продвинутые» версии ножей и топоров — это было новое поколение технологий, а человечество достигло такого уровня коммуникации, что данные приспособления стали распространяться. Есть убедительные доказательства того, что именно навыки разделки мяса и приготовления его на огне стали ведущими факторами эволюции человека. Другими словами, мы многим обязаны мясникам и поварам...

Как разделяется туша

Сначала туша разделяется пополам. Скелет разрезается по позвоночнику, затем каждую половину разрезают между 12-м и 13-м ребром на передние и задние части туши. Именно на этом этапе мясо обычно выдерживают минимум две недели перед тем, как разрезать дальше, получив несколько различных по качеству отрубов.

Лопатка Данная часть туши содержит несколько разных мышц. Часто ее продают как мясо для тушения, а также делают из нее фарш для бургеров, так как в ней почти идеальное соотношение мяса и жира — 85:15. Мясо этого отруба немного мягче, чем другие отрубы для тушения, поэтому его также можно медленно запекать одним куском. В том же отделе туши содержится стейк флэт айрон, представляющий собой нежную мякоть с лопаточной кости, что еще раз иллюстрирует разнообразие текстур мяса в данном отрубе. Лопатка — недорогой отруб. Большое количество соединительной ткани в ней означает, что это мясо довольно жесткое, а потому основное количество говяжьего фарша делается именно из нее. Глубокий и насыщенный вкус лопатки делает ее идеальной для маринования или использования в тушеных блюдах.

Ребра Именно из данной части происходят самые популярные виды стейков. Более

крупные отрубы этой части туши, такие как прайм-риб, хороши для запекания, в то время как короткие ребра (в Британии их еще называют «лестницей Иакова») лучше всего раскрывают свой вкус при тушении. С хорошей мраморностью, с высоким содержанием внутреннего и наружного жира, этот отруб иногда освобождают от костей и скручивают, чтобы получить идеальный большой кусок для запекания. Когда-то мясники обнаружили, что если извлечь центральную часть этого отруба, окруженную ребрами, можно получить вкуснейший стейк, который сейчас зовется рибай. Эту часть туши выдерживают около четырех недель, хотя иногда и дольше. Мне нравится готовить стейки из этой части туши между средней и средне-слабой степенью прожарки, так как при этом жир слегка плавится, что лучше для пищеварения. Прайм-риб содержит меньше соединительной ткани, поэтому вкус этого стейка не столь выразительный, из-за содержания в нем кости готовить его нужно иначе, чем стейки без кости. Нужно сказать, что любое мясо на кости вкуснее, чем приготовленное без нее.

Филейная часть В этой части туши находятся два филе, между которыми располагается Т-образная кость. Из этой части туши происходят такие стейки, как ти-бон, портерхаус и антрекот. Сегодня портерхаус считается одним из премиальных стейков, он состоит из двух стейков: стриплойн и филе-миньон, разделенных костью. Исторически в Англии, правда, портерхаусом называли

просто стейк сирлойн на кости. Это немного сбивает с толку, но в истории разделки мяса такая путаница продолжает иногда иметь место. В США данная часть туши называется шортлойн (в России это тонкий край. — Прим. переводчика).

Вырезка Происходящая из той же филейной части, вырезка — самый популярный, но и самый дорогостоящий отруб. Она весит всего 4–5 кг. Это практически неработающая в течение жизни животного мышца, поэтому вырезка подходит для быстрых способов приготовления, таких как жарка или гриль. Лучшая степень прожарки для вырезки — слабая или средне-слабая. Ее можно есть сырой, например в виде тартара (см. стр. 138) или карпаччо (см. стр. 132). Другие ее названия — филе-миньон, турнедо и шатобриан. Шатобриан — это толстая, задняя часть вырезки. Крупные и ровные по толщине куски вырезки идут на такие блюда, как говядина «Веллингтон». Из передней, более тонкой части вырезки делают медальоны, которые в меню чаще всего носят название «филе-миньон».

Задняя часть туши В этой части туши, где располагается кострец, мясо не столь мягкое, как у филе или стриплойна, но вкус у него более насыщенный. И хотя стейки из этой части туши требуют усиленной работы челюстей, некоторые фанаты едят только их. При выдержке мясо задней части туши значительно улучшает свой вкус, в нем хорошо размягчаются мышечные волокна. Лучшая степень прожарки для него — средне-слабая. В США огузок известен под названием сирлойн и подразделяется на верхний (лучшего качества) и нижний сирлойн.

Задняя часть бедра Отруб с задней части бедра традиционно солили и продавали как мясо для варки или солонину. Это очень постное мясо в наши дни уже не солят и продают обычно как кусок для запекания, хотя если его не готовить долго и медленно, мясо останется довольно жестким. Огузок — очень постный отруб с внешним слоем жира, который при тушении помогает сохранить сочность мяса. Более подходящий для запекания, чем задняя часть бедра, он должен готовиться медленно, приблизительно при 140 °C. В США эту часть туши обычно тушат или готовят в духовке в закрытой посуде. Из этой же части туши делают фарш для бургеров и джерки.

Хвост Если удалить кости и жир, мясо хвоста — одно из самых вкусных, к тому же

оно совсем дешевое. Обычно хвосты продают разрезанными по позвонкам, причем хвост относят к группе субпродуктов, хотя это и неверно. Хвосты выигрывают от долгого тушения, которое раскрывает их богатый вкус. При тушении образуется много вкуснейшей подливки, а мясо просто тает во рту.

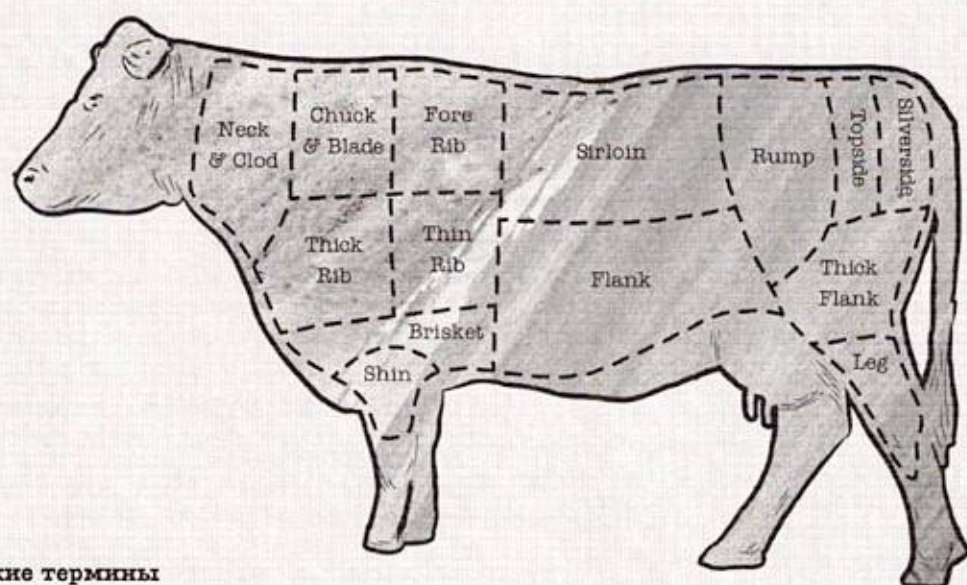
Оковалок Этот отруб располагается прямо над задней ногой. Он отлично подходит для медленного запекания или тушения. Постные его части подойдут для быстрой жарки или техники стир-фрай, также они используются в фарше для бургеров. Без кости, этот отруб подходит для засолки. Его можно использовать и для блюд, готовящихся на углях, таких как фахитас (см. стр. 33).

Голень или рулька Эта часть туши продается всегда как мясо для тушения, так как требует очень долгого и медленного приготовления, чтобы разрушились соединительные ткани и плотные мышечные волокна. Используйте рульку для рагу и кассеролей. Чрезвычайно жесткое мясо с большим количеством соединительных тканей часто выбирается для варки бульонов.

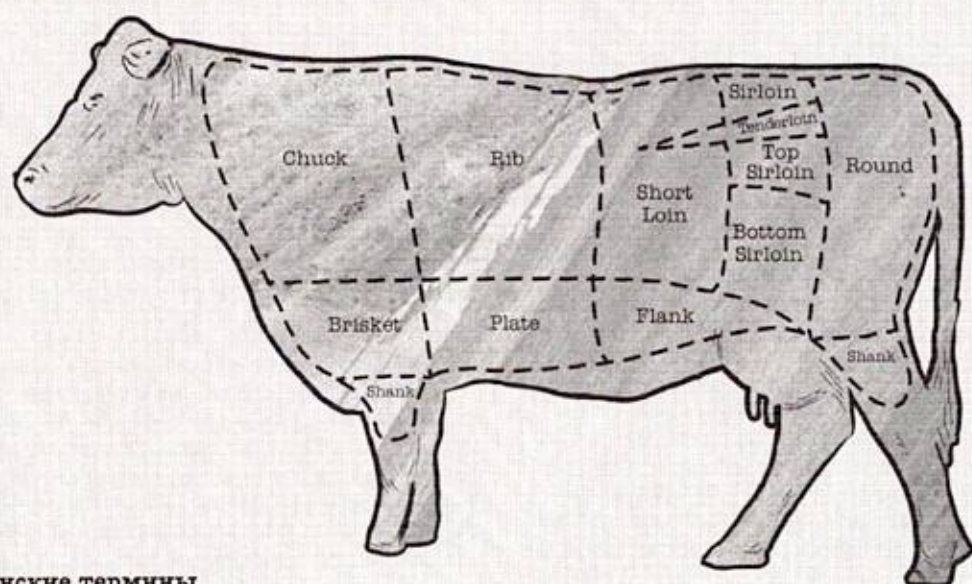
Грудинка Часть туши, представляющая собой низ грудной области, грудинка подойдет для медленного тушения или приготовления в закрытой посуде в духовке. Также это один из самых популярных отрубов для копчения. Традиционно грудинку не ели свежей, а заготавливали — солили или коптили, а также клали в смеси для фарша из постных сортов мяса, чтобы добавить жира. Мясо грудинки довольно жесткое, поэтому требует либо тушения, либо маринования перед запеканием. Именно медленная готовка — ключ к мягкости грудинки, при этом она становится очень нежной и мягкой.

Шей Прилегающий к лопатке, этот недорогой отруб богат по вкусу, но не такой мягкий. Обычно он используется для тушения или фарша для бургеров. Требует медленного приготовления для мягкости.

Щеки Это великолепное мясо по вкусу схоже с мясом хвоста. Обычно щеки тушат, как, например, в классическом доб де бёф (см. стр. 262), но также их можно медленно закоптить, нарезать ломтиками и пожарить на решетке гриля. Жесткое и насыщенное по вкусу мясо требует долгого маринования и медленного приготовления.



Британские термины



Американские термины

Как нарезать стейки

Если у вас хранится большой кусок мяса для стейков, как описано на стр. 195, вам, конечно же, придется нарезать его. Чтобы это сделать, вам понадобятся большая чистая разделочная доска, чистое кухонное полотенце и острый изогнутый мясницкий нож с лезвием длиной 25 см. Нарезать стейк обычным прямым поварским ножом правильно нельзя, так как лезвие не будет касаться доски под нужным углом. Мясницкий нож должен быть очень остро заточен — острым ножом вы порежетесь с меньшей вероятностью, чем тупым, кроме того, при работе таким ножом требуется прикладывать намного меньше усилий. Мясницкий нож, тем не менее, штука опасная, и при работе с ним нужно соблюдать осторожность. Нож, доска и полотенце должны быть сухими.

Обычная ошибка — это положить мясо жиром вверх, думая, что это верно, но это неправильно. Жир гораздо более плотный и вязкий, нежели мясо, поэтому он должен быть внизу, а сверху — более мягкое мясо. Если жир сверху, при разрезании вы прикладываете больше усилий, а мясо снизу под давлением сплющивается. Когда мясо сверху, нож легко скользит сквозь него, и усилие требуется лишь в конце, когда нужно прорезать жир. Кроме того, вы получаете чистое на разрезе мясо.

Чтобы отрезать стейк, поместите нож сверху и наклоните под таким углом, чтобы видеть, как стейк отделяется от большого куска, и убедиться, что разрез прямой и ровный. Прорезайте мясо сверху вниз, стараясь как можно меньше двигать лезвие туда-сюда, пилить мясо. Возможно, придется отрезать выступающие части куска, чтобы стейки обрели более правильную форму.

Ваши инструменты — нож и разделочная доска — должны быть всегда чистыми, также наготове у вас должен быть чистый поднос и пергамент, чтобы выкладывать на них нарезанные стейки.

Как хранить нарезанные стейки

Лучше, конечно, хранить мясо цельным куском, но и после разрезания стейки какое-то время могут храниться на подносе в холодильнике при 5 °С. Каждый отдельный стейк должен быть переложен пергаментом или специальной мясницкой бумагой, а верхний нужно закрыть слоем пищевой пленки, чтобы предотвратить подсыхание. Хранить стейки нужно только в холодильнике. Важно помнить, что после нарезания на порционные куски стейк уже более не «вызревает», а после пары дней он просто начнет портиться.



«Вареное мясо с морковью,
Приготовленное с любовью,
Оценит желудок всегда
И радостно скажет: Да!
Набей свое брюхо реальной едой,
А не вегетарианской бурдой.
Пойдет лишь на пользу здоровью
Вареное мясо с морковью».

Комедийная песенка мюзик-холла начала 1900-х, в которой говорится об этом типичном для кокни английском блюде.

Вареная говядина с морковью

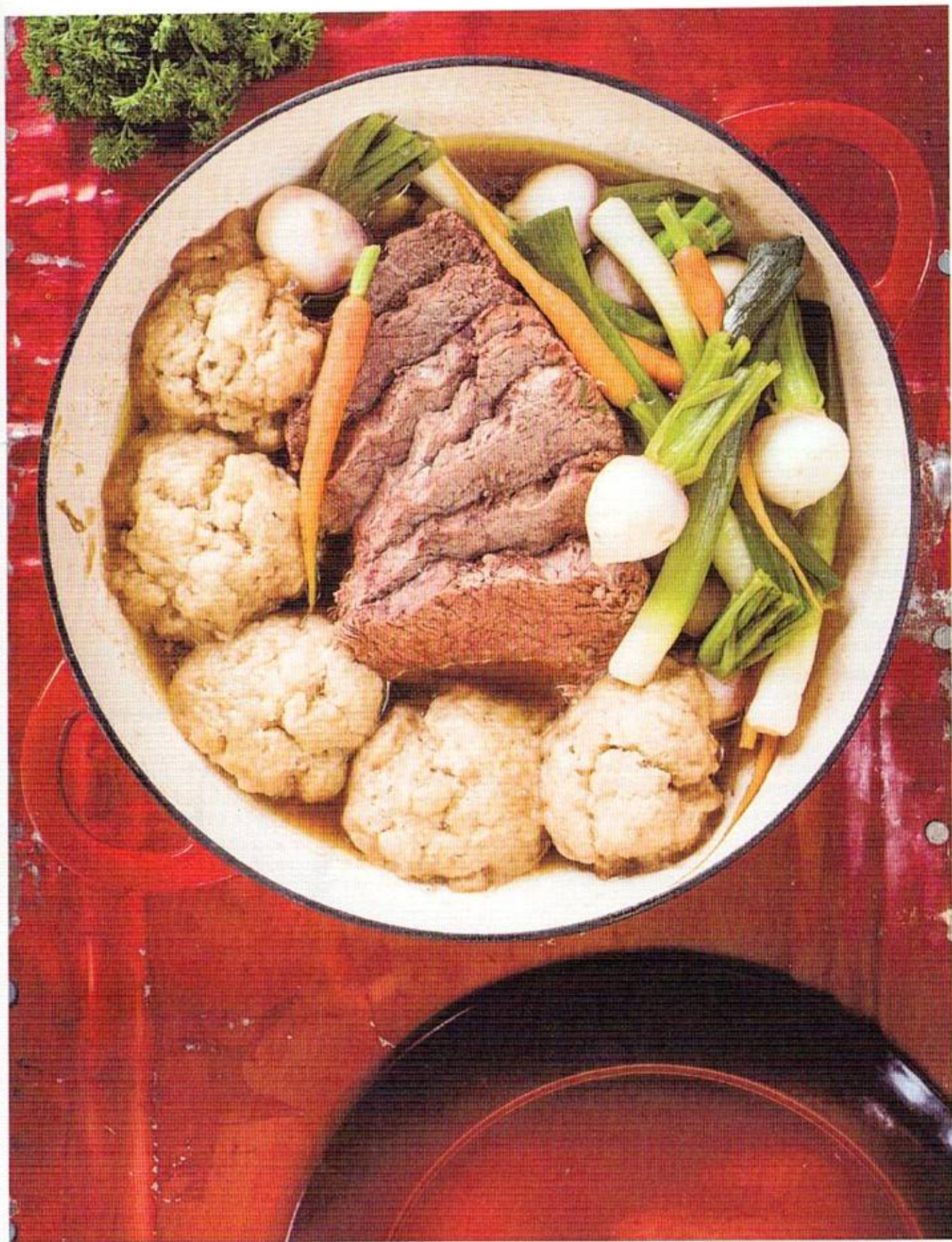
- | | |
|---|---|
| 1 кг говядины из задней части туши | 12 маленьких репок, удалить зелень, но оставить часть ботвы |
| 1,5 л основного говяжьего бульона | 12 мини-морковок, удалить зелень, но оставить часть ботвы |
| 2 моркови | 12 маленьких стеблей лука-порея, обработать |
| 1 лук-порей, обработать | 1 порция шариков с костным мозгом (см. стр. 222) |
| 1 луковица, очистить | хлопья морской соли и свежемолотый черный перец |
| 2-3 репы, очистить | |
| 1 букет гарни (лавровый лист, тимьян и розмарин) | |
| 1 мешочек со специями (1 звездочка бадьяна, 1 ч. л. семян фенхеля, 10 горошин черного перца и 2 бутончика гвоздики) | |

Выложите говядину в большую кастрюлю и влейте столько воды, чтобы ее покрыть полностью. Быстро доведите до кипения, затем соберите половником всю пену с поверхности. Во время снятия пены часть воды вы выльете. Вместо нее влейте говяжий бульон и снова доведите до кипения.

Крупно нарежьте овощи для бульона и добавьте их в кастрюлю вместе с букетом гарни и мешочком со специями. Слегка посолите и поперчите. Варите говядину около 2 часов, до момента, когда мясо будет легко прокалываться кончиком острого ножа. Если бульон будет сильно выкипать, доливайте воды – мясо должно быть постоянно ею покрыто.

Когда говядина будет готова, достаньте ее из бульона и держите в тепле до подачи. Процедите бульон в чистую кастрюлю и доведите до кипения. Выложите шарики, накройте крышкой и варите 20 минут. Затем снимите крышку и варите еще 10 минут. Достаньте шарики шумовкой и держите в тепле. Выложите в бульон мини-овощи и варите около 3 минут, до мягкости.

Нарежьте говядину ломтиками, слегка посолите и поперчите. Подавайте в подогретых глубоких тарелках с мини-овощами и шариками с костным мозгом. Процедите бульон и полейте при подаче.



Шарики с костным мозгом

На 12 шт.

Я добавляю их в тушеные блюда, и они впитывают соус или бульон, набухая, в то время как сверху у них хрустящая корочка. Добавление костного мозга (супер продукт — нет, правда!) делает вкус любого блюда из говядины более насыщенным.

250 г самоподнимающейся муки

75 г охлажденного сливочного масла

75 г охлажденного костного мозга

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Всыпьте муку в большую миску. Натрите на крупной терке масло и костный мозг, щедро приправьте. Пальцами втирайте масло и костный мозг в муку до получения крошки. Влейте немного соуса от вашего тушеного блюда (или основного говяжьего бульона, см. стр. 112) и вымешайте, чтобы получилось однородное тесто.

Разделите тесто на 12 порций и скатайте из каждой шарик.

Выложите шарики на поверхность тушащегося блюда и слегка вдавите, чтобы они наполовину погрузились.

Готовьте в духовке или на плите при средней температуре под крышкой в течение 20 минут, затем снимите крышку и готовьте еще 10 минут.





Дословно название переводится как «говядина по-бургундски», и это одно из тех блюд, где требуются по-настоящему качественные ингредиенты, чтобы получить восхитительный вкус. Не соглашусь с теми поварами, кто утверждает, что пить нужно вино получше, а при готовке использовать то, что похуже. Успех или провал данного блюда напрямую зависит от качества вина. Хотя, возможно, гран кроа стоит приберечь для другого случая.

Бёф бургиньон

100 г копченого бекона, нарезанного ломтиками толщиной 1 см

1 ст. л. чуть с горкой пшеничной муки

1 кг говяжьей шеи, нарезать кубиками по 4 см

50 г топленого говяжьего жира

20 мелких луковичек, очистить

20 мелких шампиньонов

3 зубчика чеснока, измельчить

1 букет гарни (лавровый лист, тимьян и розмарин)

750 мл хорошего красного бургундского вина

250 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Обжарьте бекон до хруста в тяжелой кастрюле-кассероли на средне-сильном огне. Переложите шкварки в миску, жир оставьте в кастрюле.

Смешайте муку с достаточно большим количеством соли и перца. Обваляйте куски говядины в приправленной муке. В ту же кастрюлю выложите половину говяжьего жира и, когда он растает, выложите половину мяса.

Обжарьте мясо до хорошей золотистой корочки со всех сторон – это принципиально. Затем шумовкой переложите мясо в миску со шкварками. Добавьте остальной жир и обжарьте таким же образом оставшееся мясо, также переложите его в миску.

Выложите в кастрюлю лук и слегка его подрумяньте. Добавьте грибы и готовьте до золотистого цвета. Переложите лук с грибами в другую миску.

Верните мясо с беконом в кастрюлю, добавьте чеснок, букет гарни, влейте вино и бульон. Приправьте, накройте крышкой и тушите на слабом огне или в нагретой до 140 °C духовке около полутора часов, до мягкости мяса. Этот рецепт не терпит спешки.

Добавьте к мясу лук и грибы, продолжайте тушить еще 30 минут. Вкус блюда становится лучше, если оно настоится, так что по возможности сделайте его за день до подачи. Подавайте с пастой, картофельным пюре или макаронадой (см. стр. 316).



Классическое блюдо северной Италии, похожее на пот-о-фё (см. стр. 226). Оставшийся бульон можно использовать для приготовления ризотто или супа. Фруктовая горчица — это консервированные в сахарном сиропе с добавлением горчицы фрукты, ее можно найти в магазинах, продающих итальянские продукты, или в отделах деликатесов в некоторых супермаркетах.

Боллито мисто с сальсой верде

1 целый говяжий язык
50 мл красного винного уксуса
3 моркови, разрезать вдоль
2 стебля сельдерея, разрезать пополам
1 луковица, очистить
4 бутончика гвоздики
1 букет гарни (тимьян, розмарин и 2 лавровых листа)
1 телячья рулька, около 2 кг
1 кусок говяжьей грудинки, около 1,5 кг
2 говяжьи щеки
4 говяжьи колбаски
фруктовая горчица и
свеженатертый хрен для подачи

Для сальсы верде

горсть листьев петрушки
горсть листьев мяты
несколько листочков базилика
1 зубчик чеснока
1 ст. л. каперсов
3 филе анчоусов
оливковое масло extra virgin
1 ст. л. красного винного уксуса
1 ст. л. дижонской горчицы
хлопья морской соли и
свежемолотый черный перец

Бланшируйте язык: залейте его кипящей водой и варите 30 минут. Слейте воду, остудите и очистите от кожицы.

Влейте 3 л холодной воды в большую кастрюлю-кассероль, добавьте уксус, морковь и сельдерей. Воткните гвоздику в луковицу и положите туда же вместе с букетом гарни и говяжьей ногой. Поместите на средний огонь, доведите до кипения, убавьте огонь и варите 30 минут.

Добавьте в кастрюлю грудинку, щеки, колбаски и язык, варите около 1 часа. Достаньте все мясо и разложите на блюде.

Сделайте сальсу верде. Мелко нарубите травы, чеснок, каперсы и анчоусы. Соедините все в миске и влейте столько масла, чтобы получился соус. Добавьте уксус и горчицу, посолите и поперчите.

Тонко нарежьте мясо и подавайте с фруктовой горчицей, морской солью, сальсой верде и тертым хреном.





1 кг говяжьей
грудинки
1 кг говяжьего
оковалка
1 кг телячьей рульки
500 г мозговых
костей, разрезанных
на куски по 8 см
(попросите вашего
мясника их разрезать)
2 луковицы, очистить
и разрезать пополам

2 крупные моркови,
разрезать пополам
1 букет гарни
(лавровый лист,
тимьян и петрушка)
1 ч. л. хлопьев
морской соли
несколько горошин
черного перца
1 французская колбаса
морто

Для гарнира
6 морковок
6 небольших корней
пастернака, очистить
6 небольших стеблей
лука-порей
3 небольших корня
сельдерея
18 картофелин
восковых сортов,
очистить
3 луковицы, очистить
и разрезать пополам

Для подачи
достаточно свежего
дрожжевого хлеба
свеженатертый
мускатный орех
маринованные огурчики
дижонская горчица
крем-фреш с хреном
(см. следующую
страницу)

Пот-о-фё

По традиции сначала подают бульон со щепоткой мускатного ореха, а к нему тост с костным мозгом. Затем — мясо и овощи с крупной морской солью, острой дижонской горчицей, соусом на основе хрена и маринованными корнишонами. Мне такой вариант подачи представляется очень правильным, не случайно мы обязаны столь многим в области кулинарии именно французам. Крайне сложно готовить это блюдо в небольших количествах, поэтому я делаю сразу много и справляюсь с ним всю неделю. Оно хорошо хранится в холодильнике.

Поместите все мясо и мозговые кости в большую кастрюлю. Залейте холодной водой, очень медленно доведите до кипения и варите 15 минут, постоянно снимая пену. Добавьте лук, морковь, букет гарни, соль и перец, снова доведите до кипения, неплотно накройте крышкой и варите на слабом огне 2 часа.

Добавьте колбасу и варите еще 1 час, до мягкости всех ингредиентов. Остудите и уберите в холодильник на ночь.

На следующий день удалите с поверхности жир, выбросьте овощи и букет гарни. Процедите бульон через муслин в большую чистую кастрюлю, поставьте на средний огонь и доведите до кипения.



«Морто» — это французская копченая колбаса с очень сильным вкусом.

Когда бульон прогреется, подготовьте овощи. Обработайте морковь и пастернак, оставив их целыми. Отрежьте у лука-порея нижнюю часть с корешками и срежьте зеленые листья, затем хорошо промойте и разрежьте пополам. Очистите корень сельдерея и разрежьте каждый на 4 части. Выложите все овощи в кастрюлю и отваривайте в бульоне 25 минут, до мягкости.

Нарежьте грудинку и колбасу ломтиками, с остальных кусков снимите мясо, выбросив кости, и прогрейте все в бульоне.

Подавайте бульон в мисках, дополнив его тостами из дрожжевого хлеба и костным мозгом для намазывания. Выложите овощи и мясо на блюдо. Полейте немного бульоном, чтобы увлажнить, и подавайте, посыпав мускатным орехом, с маринованными огурчиками, горчицей, крем-фрешем с хреном и морской солью.

Этот рецепт полностью зависит от качества хрена, который вы в нем используете. Если вдруг вы найдете его дикорастущим — а это не такая уж и редкость, будет лучше всего. Очевидное дополнение к ростбифу, горячему или холодному, он также отлично подходит к стейкам, приготовленным на гриле, языку и всему тому, что требует сильного по вкусу дополнения.

Крем-фреш с хреном На 500 мл

125 г свежего хрена, лучше дикого,
очистить

1 ч. л. хлопьев морской соли

25 г мелкого сахара

125 мл органического яблочного
уксуса

250 г крем-фреша

Натрите хрен на очень мелкой терке, смешайте с солью, сахаром и уксусом. Накройте и дайте настояться в холодильнике в течение нескольких часов или ночи чем дольше, тем лучше.

Достаньте из холодильника. Используя чистое кухонное полотенце или двойной слой марли, выжмите уксус из настоявшейся смеси, стараясь выжать все до последней капли — чем больше будет уксуса, тем вкуснее получится соус. Сухую мякоть хрена выбросьте.

В небольшом миксере или вручную, с помощью венчика, взбейте крем-фреш с уксусом до пышной однородной массы.





Американское тушеное мясо — прекрасная вещь. Вариация французского блюда бёф а-ля мод, это отличный способ приготовить жесткое мясо. Сначала говядина подрумянивается в жире, затем наполовину тушится, наполовину запекается в духовке, в соусе из красного вина, с чесноком и корнеплодами.

Тушеное мясо

2 кг говяжьей грудинки
250 мл сухого красного вина
25 г топленого говяжьего жира
3 крупные луковицы, очистить и нарезать ломтиками
6 зубчиков чеснока, измельчить
1 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
1 букет гарни (тимьян, розмарин и лавровый лист)
3 крупные моркови, нарезать кусочками длиной 4 см
1 ст. л. горчицы (по желанию)
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
луковая подливка (см. стр. 115), для подачи
картофельное пюре (см. стр. 61 и 111), для подачи

Подготовьте грудинку. С помощью острого ножа сделайте параллельные надрезы на слое жира примерно в 2 см друг от друга, затем повторите с другой стороны, чтобы получился узор в виде решетки. Хорошо приправьте, выложите в миску, полейте вином и дайте промариноваться при комнатной температуре 1 час.

Разогрейте духовку до 150 °C.

Разогрейте говяжий жир в большой кастрюле-кассероли, обсушите грудинку (сохранив вино) и слегка подрумяньте со стороны жира на средне-сильном огне. Когда жир приобретет красивый золотистый цвет, переверните грудинку и готовьте еще несколько минут с другой стороны.

Достаньте грудинку и выложите в миску. Всыпьте в ту же кастрюлю лук и обжарьте до светло-золотистого цвета, затем добавьте чеснок и готовьте еще несколько минут.

Сдвиньте лук с чесноком к стенкам кастрюли, в середину выложите грудинку. Влейте вино и бульон, добавьте букет гарни. Хорошо приправьте, доведите до кипения, накройте крышкой и поместите в духовку на 3 часа. Аккуратно переверните грудинку в середине запекания, чтобы она протушилась равномерно.

Через 3 часа добавьте морковь и готовьте еще 1 час, до полной мягкости грудинки. Достаньте кастрюлю из духовки, переложите грудинку на разделочную доску и накройте фольгой. Удалите букет гарни.

Снимите с жидкости в кастрюле слой жира и доведите до несильного кипения, постоянно снимая жир. Попробуйте и скорректируйте приправы, добавьте горчицу, если используете ее. Присмотритесь к мясу, чтобы определить, как располагаются мышечные волокна, и нарежьте поперек волокон ломтиками толщиной 1 см. Подавайте мясо с морковью, луковой подливкой и картофельным пюре.



Люксовый вариант пот-о-фё (см. стр. 226) со всего одним видом мяса — вырезкой, перевязанной кулинарной нитью, чтобы готовилась, не опускаясь на дно кастрюли. В переводе с французского *à la ficelle* как раз и означает «на веревочке».

Вырезка а-ля фисель

2 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)

1 кг говяжьей вырезки одним куском, перевязать кулинарной нитью с интервалами в 5 см, на концах привязать две длинные нити

6 маленьких картофелин, очистить и разрезать пополам

6 маленьких репок, очистить и разрезать пополам

6 морковок, разрезать вдоль на 3 части

6 стеблей сельдерея, удалить зелень и жесткие прожилки, нарезать кусочками длиной 5 см

6 стеблей миниатюрного лука-порей, обработать

6 луковиц шалота, очистить и разрезать пополам

Для подачи

французская горчица

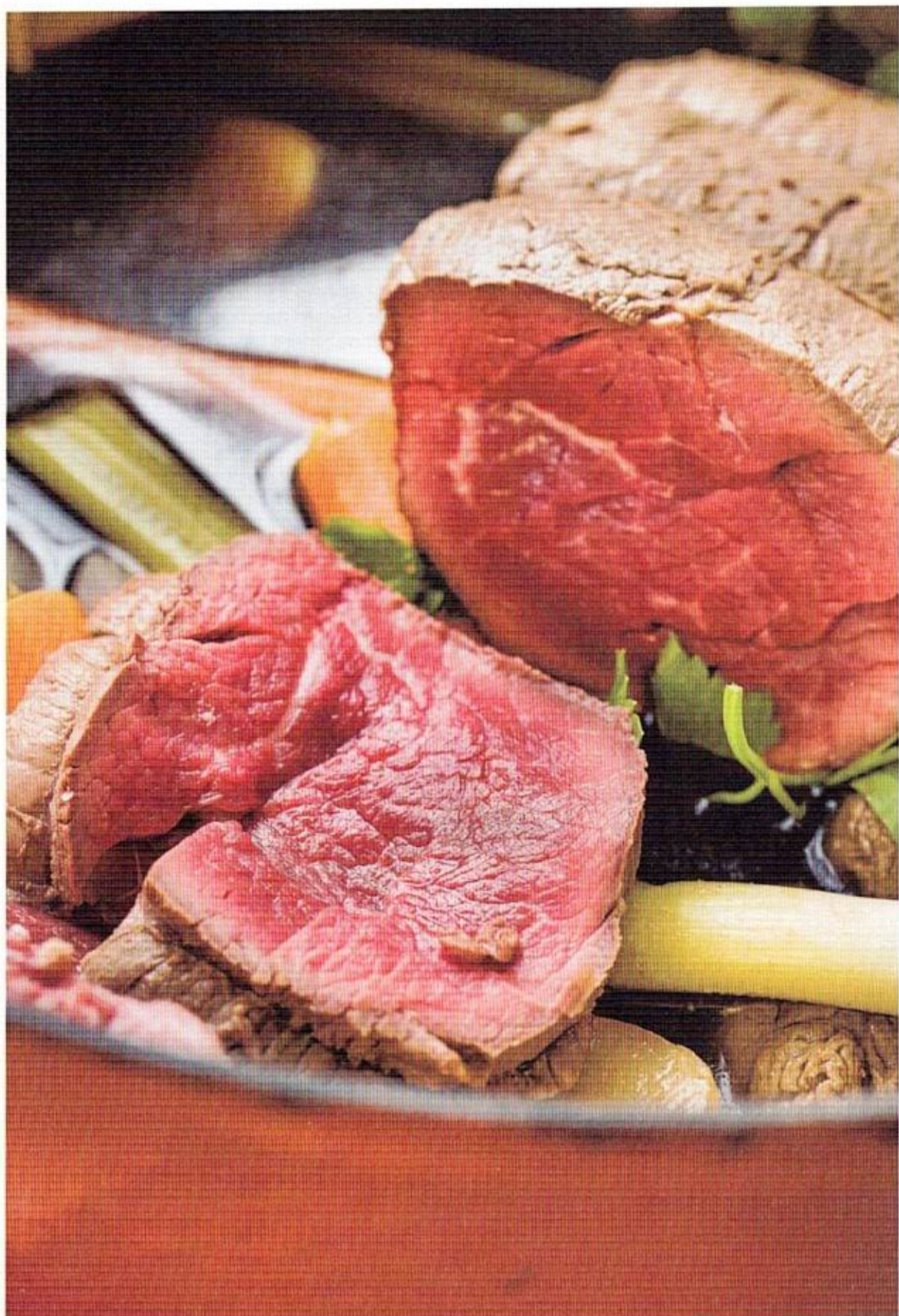
крем-фреш с хреном (см. стр. 227)

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Доведите до кипения бульон в посуде, достаточно большой, чтобы поместилось мясо целиком. Убавьте огонь, чтобы кипение было несильным, и выложите в бульон картофель, репу, морковь и сельдерей. Через 8 минут добавьте порей и шалот. Когда овощи станут мягкими, переложите их из бульона в большую миску. Накройте и оставьте, пока будете готовить мясо.

Поместите вырезку в кипящий бульон, крепко привязав концы нитью к ручками кастрюли, чтобы мясо не касалось дна. Готовьте 10 минут — в центре вырезка останется сырой. Возьмитесь за концы нитей и переложите вырезку на тарелку, накройте и оставьте отдыхать на 10 минут.

Тем временем прогрейте овощи в бульоне. Нарежьте вырезку ломтиками толщиной 2 см. Положите по 2 ломтика на порцию в центр неглубоких суповых тарелок, вокруг выложите вареные овощи и влейте горячий бульон. Подавайте с хлопьями морской соли, свежемолотым черным перцем, французской горчицей и крем-фрешем с хреном, чтобы каждый мог приправить блюдо по своему вкусу.





Всемирно известная версия оссобуко происходит из Милана, где его подают с шафрановым ризотто, в которое также добавляют костный мозг. Традиционное дополнение к этому блюду — гремолата, представляющая собой ароматную смесь из лимонной цедры, чеснока и петрушки, я немного отошел от классики и добавил вместо лимонной цедры апельсина. Если вы итальянец, прочитав такое, вы, наверное, выпрыгнете книгу в окно...

Оссобуко миланезе

1 небольшая целая телячья рулька, около 2 кг
2-3 ст. л. пшеничной муки, приправленной солью и перцем
75 г топленого говяжьего жира
50 г костного мозга, нарезать
1 луковица, очистить и нарезать
1 морковь, очистить и нарезать
1 стебель сельдерея, нарезать
1 головка чеснока, разрезать пополам

срезанная цедра и сок
1 апельсина
4 листочка шалфея
300 мл сухого белого вина
4 сливовидных помидора, бланшировать, очистить от кожицы и нарезать, или 400 г консервированных резаных томатов
300 мл телячьего или куриного бульона

хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец
ризотто миланезе (см. стр. 36)
для подачи

Для гремолаты

мелко натертая цедра и сок
1 маленького апельсина
1 зубчик чеснока, очень мелко нарубить
 $\frac{1}{2}$ пучка (около 15 г) петрушки, мелко нарубить

Смешайте все ингредиенты гремолаты в миске.

Обваляйте рульку в приправленной муке. Растопите жир в большой кастрюле с тяжелым дном, хорошо его разогрейте и обжарьте рульку со всех сторон до золотистого цвета и хрустящей корочки. Переложите на тарелку.

Убавьте огонь, выложите в кастрюлю костный мозг. Когда он растает, добавьте лук, морковь и сельдерей, посыпьте солью и готовьте до мягкости овощей. Добавьте половинки головки чеснока, апельсиновую цедру и шалфей, готовьте еще несколько минут.

Увеличьте огонь, влейте вино, добавьте помидоры и апельсиновый сок. Верните мясо в кастрюлю, чтобы оно располагалось поверх овощей, и готовьте, пока вино не уварится на половину объема. Влейте бульон и доведите до кипения.

Убавьте огонь до минимального, накройте крышкой и варите 2 часа, аккуратно переворачивая мясо каждые 30 минут или около того, до такой степени мягкости, что его можно было бы резать ложкой. Также мясо можно готовить в духовке при 140 °С. Подавайте с гремолатой и ризотто миланезе.



Ризотто миланезе На 4 порции

50 г сливочного масла
¼ луковицы, очистить и мелко нарубить
1 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
щепотка нитей шафрана
350-400 г риса карнароли или арборио
100 мл сухого белого вина
50 г костного мозга, нарезать
60 г пармезана, мелко натереть
50 мл жирных сливок, слегка взбить
хлопья морской соли

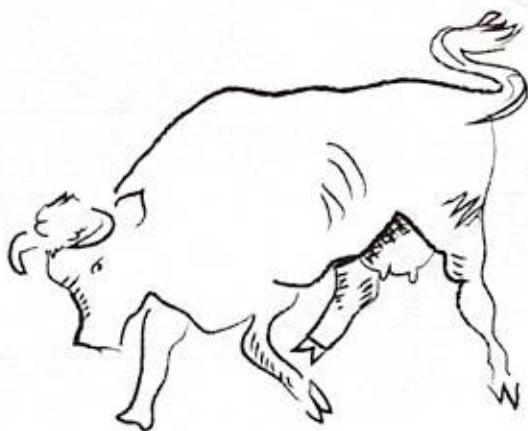
Растопите половину масла в большом сотейнике с тяжелым дном, добавьте лук. Готовьте на слабом огне до мягкости, но без изменения цвета.

В кастрюлю влейте бульон и доведите до кипения. Добавьте шафран, убавьте огонь и поддерживайте бульон в еле кипящем состоянии.

Всыпьте к луку рис и хорошо перемешайте, чтобы рис был равномерно покрыт маслом.

Влейте в рис с луком вино и прогревайте, помешивая, до полного его впитывания. Начните добавлять бульон, по одному половнику за раз, постоянно помешивая. Каждую следующую порцию бульона добавляйте только тогда, когда предыдущая полностью впитается. На то, чтобы израсходовать весь бульон, уйдет примерно 20 минут. В конце попробуйте ризотто – рисинки должны быть аль денте, то есть самую точку твердоватыми внутри.

Когда впитается последняя порция бульона, вмешайте оставшееся масло, костный мозг, пармезан и слегка взбитые сливки, приправьте по вкусу.





Выдержавшая несколько переизданий французская кулинарная книга *Le Repertoire de La Cuisine* (у меня издание 1914 года) не теряет своей актуальности и сегодня, потому что в ней тысячи великолепных, иногда экстравагантных рецептов, которые повар с живым воображением может переиначить или вывести на новый уровень. Я внес кое-какие изменения в этот чудесный рецепт из книги. И заметьте — в поле зрения ни одного помидора!

Спагетти болоньезе по-французски

400 г свежих спагетти
50 г сливочного масла
50 г жирных сливок
50 г пармезана, мелко натереть
1 луковица, очистить и мелко нарубить
2-3 ст. л. оливкового масла
300 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
1 маленький букет гарни (тимьян, лавровый лист, розмарин)
400 г говяжьей вырезки, нарезать ломтиками толщиной 1 см
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Отварите спагетти в большом количестве подсоленной воды до состояния аль денте. Слейте воду, сохранив один половник, переложите спагетти обратно в горячую кастрюлю. Посолите, поперчите, добавьте сливочное масло, сливки и тертый сыр, перемешайте, чтобы спагетти были равномерно покрыты сливочным соусом, при необходимости добавив воду от варки пасты, если соус получился слишком густым.

Обжарьте рубленый лук на 1 столовой ложке оливкового масла, влейте говяжий бульон, положите букет гарни, доведите до кипения и готовьте до уваривания бульона наполовину.

Посолите и поперчите ломтики мяса и обжарьте их на оставшемся оливковом масле на очень горячей сковороде. Снимите сковороду с плиты и влейте горячий соус, чтобы завершить приготовление, удалив букет гарни.

Разложите спагетти по тарелкам, сверху выложите говядину и подавайте, полив соусом.



Две вещи отличают мои спагетти болоньезе от множества других существующих вариантов. Первая: я не использую спагетти! Плоская паста гораздо лучше подходит для мясных соусов, поэтому я выбираю плоскую пасту. Второе: я перемешиваю готовую пасту с пармезаном и сливочным маслом, что создает еще один соус, прежде чем поливать соусом в конце. Результат — лучшие спагетти болоньезе, которые когда-либо пробовал человек. Вы их и на свой юбилей захотите приготовить, когда попробуете!

Мои спагетти болоньезе

100 г панчетты, нарезать
1 крупная луковица, очистить и нарезать
1 морковь, нарезать
1 стебель сельдерея, нарезать
2 зубчика чеснока, измельчить
500 г говяжьего фарша
250 мл сухого красного вина
400 г рубленых спелых помидоров (можно и консервированных)
1 лавровый лист
500 г сухих тальятелле или папарделле
100 г пармезана, натереть
50 г сливочного масла лучшего качества
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец
4 веточки базилика для подачи

Обжарьте панчетту до золотистого цвета без добавления масла, на собственном вытопившемся жире. Выложите лук, морковь и сельдерей, обжарьте до мягкости. Добавьте чеснок и готовьте еще минуту, затем прибавьте огонь и выложите фарш. Обжаривайте до коричневого цвета мяса, разбивая комки лопаткой, затем влейте вино, доведите до кипения и готовьте, пока оно не выпарится наполовину. Убавьте огонь, вмешайте помидоры, положите лавровый лист, посолите и поперчите.

Накройте крышкой и тушите на очень слабом огне 2 часа, пока соус не загустеет, время от времени помешивая.

Отварите пасту в большом количестве подсоленной воды. Слейте воду, сохранив минимум 1 половник. Смешайте пасту с половиной пармезана, сливочным маслом и небольшим количеством воды от варки пасты, чтобы образовался соус.

Разложите пасту по тарелкам и полейте мясным соусом, удалив лавровый лист. Посыпьте оставшимся пармезаном и свежемолотым перцем, украсьте веточкой базилика.





Бефстроганов, который мы видим в меню многих современных ресторанов, имеет очень мало сходства с тем блюдом, которым я наслаждался несколько лет назад в России. Мой рецепт более близок к традиционному, он проще и подается с жареной картошкой, а не с рисом. А вот и оригинальный рецепт на русском:

«Говядина по-строгановски, с горчицею». За два часа до приготовления взять кусок мягкой говядины, нарезать ее, сырую, маленькими квадратиками, посыпать солью и несколько перцем. Перед обедом взять пол-осьмушки сливочного масла и ложку муки, размешать, поджарить слегка, развести двумя стаканами бульона, прокипятить, положить чайную ложку готовой сарептской горчицы, немного перца, размешать, прокипятить, процедить.

Перед отпуском положить 2 столовые ложки самой свежей сметаны и ложку прожаренного уже томата. На сильном огне поджарить говядину с маслом и луком, положить ее в соус, накрыть плотно крышкою, поставить на $\frac{1}{4}$ часа на край плиты, вскипятить, подавать. Выдать: 3 фун. мягкой говядины, соли. 10-15 з. англ. перца, $\frac{1}{4}$ ф. масла. 1 ложку муки, 2 стол. ложки сметаны. Чайную ложку сарептской горчицы. 1 ложку томата».

Говядина а-ля строганов

600 г постного стейка, например сирлойна, нарезать кубиками по 2 см
50 г пшеничной муки, приправленной солью и перцем
50 г сливочного масла
100 мл сметаны
50 г дижонской горчицы
100 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
картофель фри (брусочки или соломка) для подачи

Приправьте кусочки мяса солью и перцем, обваляйте в муке с приправами и стряхните излишки.

Разогрейте антипригарную сковороду на средне-сильном огне, положите половину масла и, когда оно растает, обжарьте мясо до золотистой корочки, партиями.

Верните все мясо в сковороду, добавьте сметану, горчицу и бульон. Прогрейте, помешивая, чтобы соус равномерно распределился. Проверьте, хватает ли приправ. Подавайте с жареным картофелем, а не с рисом.





Бефстроганов, который мы видим в меню многих современных ресторанов, имеет очень мало сходства с тем блюдом, которым я наслаждался несколько лет назад в России. Мой рецепт более близок к традиционному, он проще и подается с жареной картошкой, а не с рисом. А вот и оригинальный рецепт на русском:

«Говядина по-строгановски, с горчицею». За два часа до приготовления взять кусок мягкой говядины, нарезать ее, сырую, маленькими квадратиками, посыпать солью и несколько перцом. Перед обедом взять пол-осьмушки сливочного масла и ложку муки, размешать, поджарить слегка, развести двумя стаканами бульона, прокипятить, положить чайную ложку готовой сарептской горчицы, немного перцу, размешать, прокипятить, процедить.

Перед отпуском положить 2 столовые ложки самой свежей сметаны и ложку прожаренного уже томата. На сильном огне поджарить говядину с маслом и луком, положить ее в соус, накрыть плотно крышкою, поставить на $\frac{1}{4}$ часа на край плиты, вскипятить, подавать. Выдать: 3 фун. мягкой говядины, соли. 10–15 з. англ. перца, $\frac{1}{4}$ ф. масла. 1 ложку муки, 2 стол. ложки сметаны. Чайную ложку сарептской горчицы. 1 ложку томата».

Говядина а-ля строганов

600 г постного стейка, например сирлойна, нарезать кубиками по 2 см
50 г пшеничной муки, приправленной солью и перцем
50 г сливочного масла
100 мл сметаны
50 г дижонской горчицы
100 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
картофель фри (брусочки или соломка) для подачи

Приправьте кусочки мяса солью и перцем, обваляйте в муке с приправами и стряхните излишки.

Разогрейте антипригарную сковороду на средне-сильном огне, положите половину масла и, когда оно растает, обжарьте мясо до золотистой корочки, партиями.

Верните все мясо в сковороду, добавьте сметану, горчицу и бульон. Прогрейте, помешивая, чтобы соус равномерно распределился. Проверьте, хватает ли приправ. Подавайте с жареным картофелем, а не с рисом.



30 г (1 пакетик)
сушеных водорослей
комбу
8 грибов шиитаке,
удалить ножки
¼ вилка пекинской
капусты, промыть

1 морковь
100 г грибов энoki
500 г стейка сирлойн
350 г твердого тофу
соус пон шабу
(цитрусовый соевый

соус, можно купить
в специальных
магазинах или онлайн)
4 порции лапши удон,
около 100 г в сухом
виде на 1 порцию

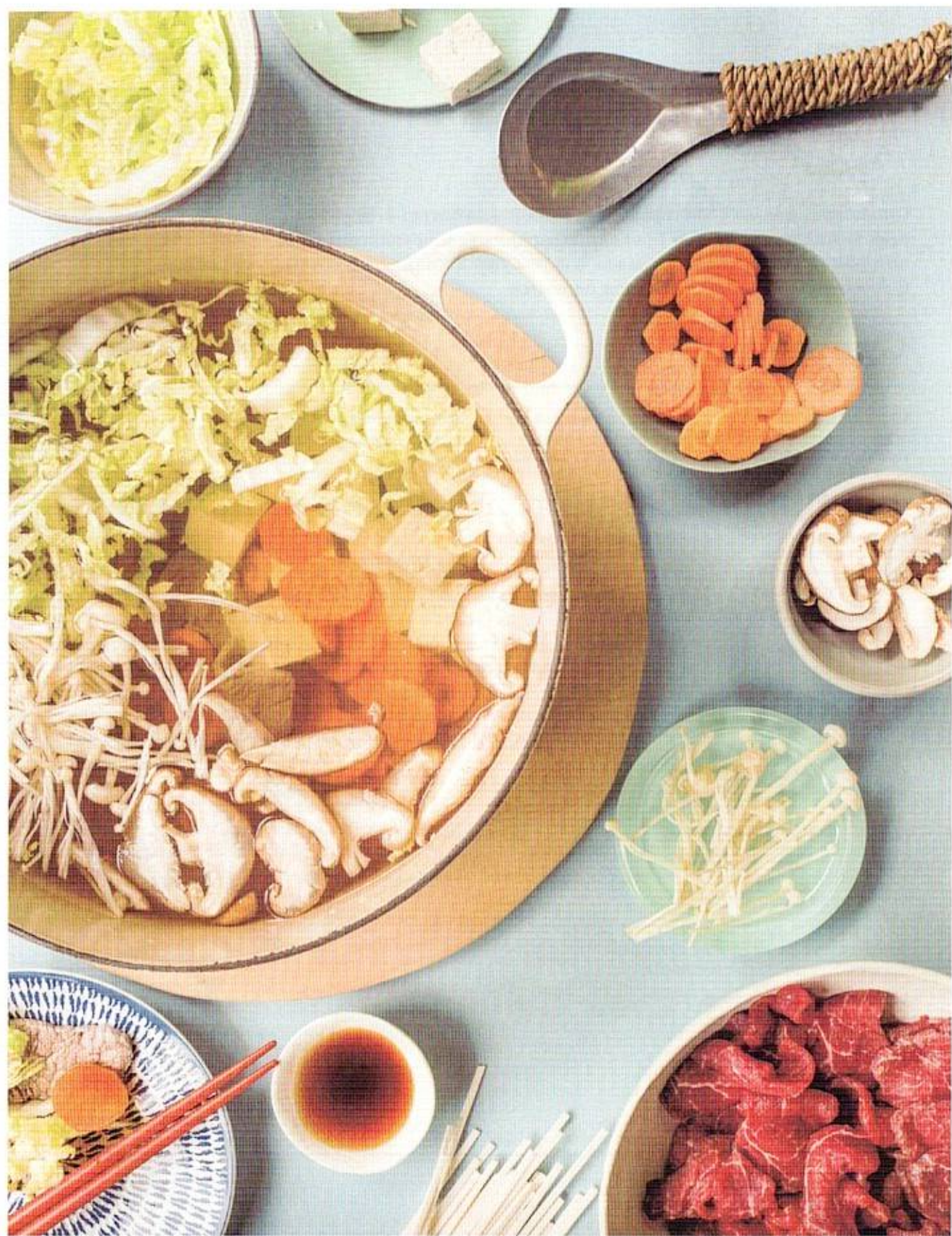
Шабу-шабу

Основанное на традиционном китайском способе приготовления мяса, данное блюдо под названием «Шабу-шабу» впервые появилось в меню ресторана Suehiro в Осаке, и представляло собой тонкие ломтики стейка сирлойн или рибай, погруженные в кипящий бульон даши с водорослями комбу. Сначала съедают мясо и овощи, в оставшемся бульоне отваривают лапшу, а получившийся в результате суп едят в конце.

Влейте 2 л горячей воды в большую кастрюлю, добавьте комбу и поставьте на слабый огонь. Нарежьте шиитаке ломтиками, пекинскую капусту нашинкуйте, морковь нарежьте тонкими кружочками. Удалите нижнюю часть у грибов энoki. Нарежьте мясо небольшими тонкими ломтиками, а тофу – кубиками в 2 см.

Перед тем как бульон закипит, удалите комбу из кастрюли. С помощью палочек опускайте в горячий бульон ломтики мяса, овощи и грибы, готовьте недолго, затем окунайте в соус пон шабу и ешьте. Для такого способа подачи лучше всего подойдет фондюшница или небольшая плитка, которую можно поставить в центре стола, чтобы все могли готовить свои порции мяса и овощей, а бульон продолжал оставаться достаточно горячим.

В конце трапезы положите в бульон лапшу удон и проварите несколько минут, до мягкости. Разлейте суп с лапшой по мискам и завершите им трапезу.





Существует два способа готовить это японское блюдо — восточный и западный. Здесь я предлагаю западный, или «кансаи», при котором сначала готовится мясо, а затем уже добавляются соусы. В восточном соусы добавляются первыми.

Сукияки

500 г стейка из огузка, нарезать тонкими квадратиками по 4 см

250 г лапши ширатаки (из корней растения конняку, продается в замоченном виде. — *Прим. переводчика*), промыть и обсушить, нарезать кусочками длиной 10 см

8 грибов шиитаке, удалить ножки

100 г грибов энoki, обработать

пучок зеленого лука, промыть и нарезать кусочками длиной 4 см

$\frac{1}{2}$ вилка пекинской капусты, промыть и нарезать кусочками по 4 см

150 г яки-дофу (тофу, приготовленного на гриле), нарезать кусочками на один укус

100 г шунгику (зелени хризантемы), промыть и нарезать кусочками по 4 см

1 ст. л. рафинированного растительного масла, например подсолнечного

Для соуса сукияки

80 мл соевого соуса

30 мл саке

30 г сахара

150 мл воды

Для обмакивания

4 пастеризованных яйца, взболтать

Выложите все ингредиенты, кроме масла, на большое блюдо и поставьте его в центр стола. Сделайте соус сукияки, смешав все его ингредиенты. Поставьте на стол и подключите электрическую кастрюлю или сковороду.

Разогрейте в кастрюле масло и обжарьте ломтики мяса, затем влейте соус сукияки. Когда соус закипит, добавляйте остальные ингредиенты и варите до мягкости.

Доставайте кусочки из кастрюли палочками и перед тем, как есть, окунайте в сырое яйцо.



Яки-дофу и шунгику можно купить в специализированных магазинах азиатских продуктов или заказать онлайн.



50 г сливочного масла
1 кг говяжьей шеи, нарезать кубиками по 4 см
2 луковицы, очистить и нарезать ломтиками
3 зубчика чеснока, измельчить
50 г мадрасского порошка карри
600 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
50 г кокосовой стружки

100 г изма без косточек
2 спелых помидора, очистить, удалить семена, мякоть мелко нарезать
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Для подачи

бомбейская утка (по желанию, см. ниже)
яблочный чатни
мелко нарубленный лук
мелко нарубленные свежие мята и кинза
ломтики бананов
кокосовые хлопья
лепешка пападам
сваренный на пару рис

Говяжье карри «по-армейски»

Мы все любим карри; у меня сохранились самые теплые воспоминания о банках ароматного говяжьего карри, на которые можно было выменять все что угодно в годы службы в британской армии. Хорошо всем известное блюдо делается в наши дни с добавлением готовой смеси специй, которая начала выпускаться в продажу уже в XVIII веке. В самой Индии уважающий себя шеф-повар никогда не будет пользоваться покупной смесью, а сделает ее сам. Но и с готовым порошком все равно блюдо восхитительное.

Растопите масло в большой устойчивой кастрюле на среднем огне. Приправьте мясо и обжарьте в течение нескольких минут, до подрумянивания со всех сторон. Вмешайте порошок карри и готовьте еще 1 минуту.

Влейте бульон, добавьте кокос и изм. Доведите до кипения, накройте крышкой и тушите на слабом огне или в разогретой до 120 °С духовке минимум 1½ часа, до мягкости говядины.

Вмешайте помидоры. Подавайте с бомбейской уткой (если используете), яблочным чатни, рублеными луком, мятой и кинзой, ломтиками бананов, кокосом, лепешками и рисом.



Бомбейская утка – это сушеная рыба, которой часто посыпают готовое карри. Если не сможете ее найти, просто исключите из рецепта.





Явно испытавшее влияние соседних Индии и Китая, бирманское карри отличается тем, что в него одновременно входят картофель и тыква, а еще добавляется много имбиря. Жители Бирмы едят его правой рукой, скатывая кончиками пальцев из риса рыхлые шарики, которые смешивают с карри, прежде чем отправить в рот. Если карри подается с лапшой, его принято есть палочками.

Говяжье карри по-бирмански

1 кг говяжьей шеи
2 крупные луковицы, очистить
маленький пучок (около 30 г)
кинзы, оборвать листочки
2,5 см свежего корня имбиря,
очистить и крупно нарезать
2 крупных зубчика чеснока
2 красных перца чили, удалить
семена и крупно нарезать
1 ч. л. молотого кумина
1 ч. л. молотого кориандра
1 ч. л. молотой куркумы
4 ст. л. подсолнечного масла
350 г картофеля, очистить,
разрезать на 4 части
500 мл основного говяжьего
бульона (см. стр. 112)
350 г тыквы, очистить
и нарезать кусочками по 3 см
сок ½ лайма
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец
сваренная рисовая лапша
или рис для подачи

Срежьте с мяса весь жир, нарежьте кусочками по 3 см.

Нарежьте лук, поместите его вместе с листьями кинзы, имбирем, чесноком, перцем чили, кумином, кориандром, куркумой и 1 столовой ложкой масла в чашу блендера. Измельчите в однородную пасту.

Добавьте пасту к мясу и хорошо перемешайте. Накройте и уберите мариноваться в холодильник на 2 часа.

Разогрейте половину оставшегося масла (1½ столовой ложки) в воке или сковороде с тяжелым дном. Выложите половину мяса и, часто помешивая, обжарьте до золотистой корочки. Переложите в миску, влейте оставшееся масло, разогрейте его и обжарьте оставшееся мясо. Также переложите в миску. В той же сковороде, где жарилось мясо, обжарьте, помешивая, картофель в течение нескольких минут. Переложите в миску.

Верните в сковороду мясо, влейте бульон, перемешайте и доведите до кипения. Убавьте огонь, накройте крышкой и тушите на слабом огне 45 минут. Добавьте картофель и тыкву, тушите еще 45 минут, до мягкости мяса и овощей. Попробуйте, приправьте соком лайма, при необходимости добавьте больше специй. Подавайте с рисовой лапшой или рисом.



Согласно опросу, проведенному CNN, это карамелизированное индонезийское карри с Западной Суматры было признано одним из самых вкусных блюд из говядины в мире. Изначально это был способ заготовки излишков мяса, со временем блюдо широко распространилось в Азии благодаря миграции представителей приду-мавшей его народности — минангкабау.

Ренданг из говядины

1 кг говяжьей шеи
50 г топленого
говяжьего жира
2 палочки корицы
2 бутончика гвоздики
2 звездочки бадьяна
50 г кокосовой
стружки, обжарить
500 мл кокосовой воды
(той, что продается
для питья в свежем
виде)

1 ст. л. тамаиндовой
пасты
1 ст. л. рыбного
соуса
1 ст. л. кечап манис
или светлого соевого
соуса
2 листочка каффир-
лайма
250 мл основного
говяжьего бульона
(см. стр. 112)

сок 1 лайма
хлопья морской соли
и свежемолотый черный
перец

Для пряной пасты

100 г лука-шалота
1 головка чеснока,
зубчики очистить
50 г свежего корня
галангала, очистить

50 г свежего корня
имбиря, очистить
3 красных перца чили
3 стебля лемонграсса

Для кокосового риса

300 г риса басмати
700 мл кокосовой воды
(той, что продается
для питья в свежем
виде)

Сначала сделайте пряную пасту. Крупно нарежьте шалот, чеснок, галангал, имбирь, перец чили и лемонграсс. Поместите все в чашу кухонного комбайна и измельчите в пульсирующем режиме, добавив 50 мл воды, чтобы получилась густая однородная паста.

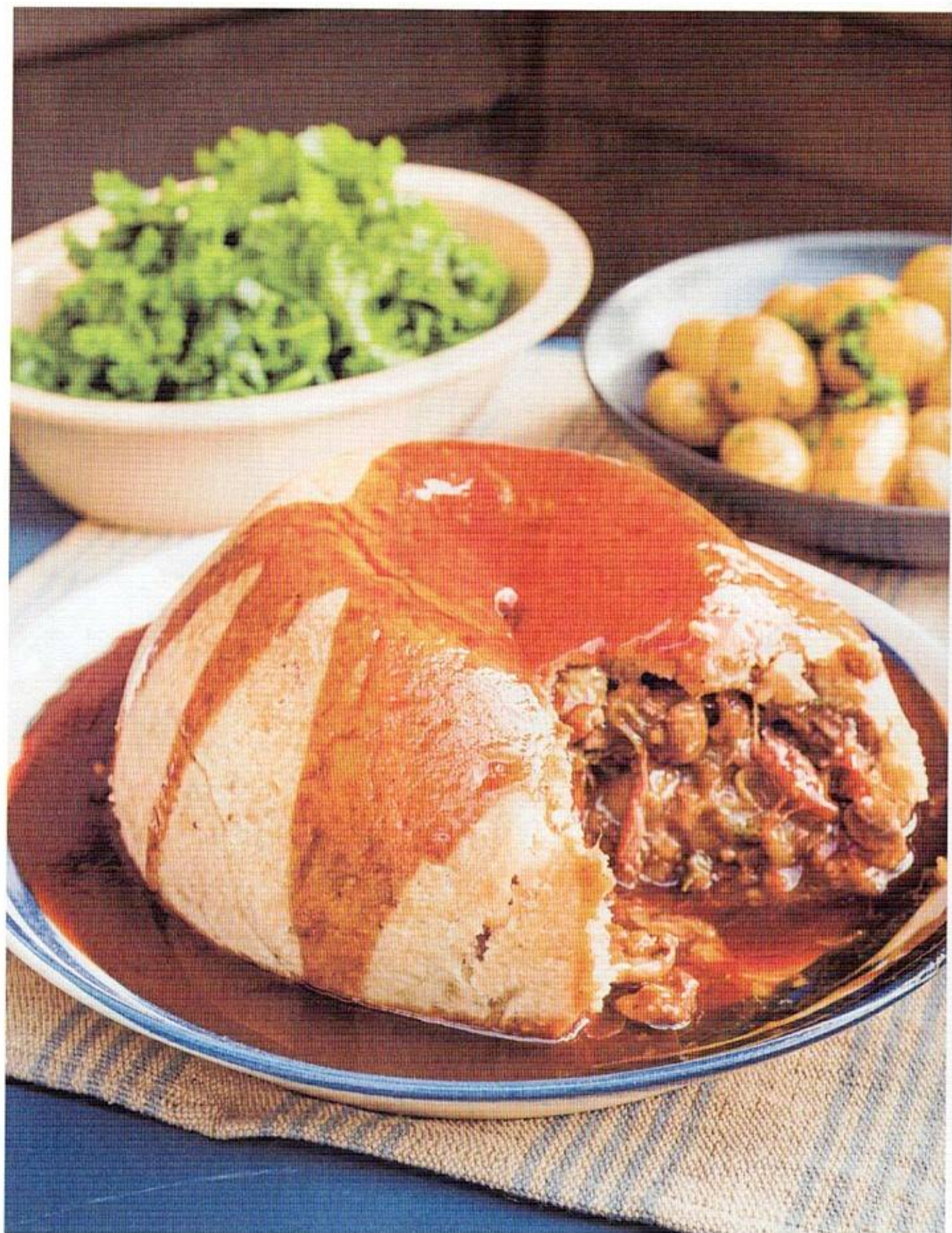
Нарежьте мясо кусочками по 4 см. Разогрейте кастрюлю с тяжелым дном на среднем огне, добавив половину говяжьего жира. Выложите говядину, при необходимости партиями, и обжарьте со всех сторон до золотистого цвета, затем переложите в миску. Добавьте в кастрюлю оставшийся жир и выложите пряную пасту. Обжаривайте 2 минуты, затем добавьте корицу, гвоздику и бадьян, готовьте еще 2 минуты.

Верните мясо в кастрюлю, всыпьте кокос. Хорошо перемешайте, добавьте кокосовую воду, тамаиндовую пасту, рыбный и соевый соусы, листья лайма и говяжий бульон. Доведите до кипения, убавьте огонь до еле заметного кипения и готовьте, регулярно помешивая, чтобы убедиться, что не пригорает дно. Накройте крышкой и тушите 1 час или до мягкости мяса.

Приготовьте кокосовый рис. Всыпьте рис в кастрюлю с тяжелым дном, залейте кокосовой водой и доведите до кипения на среднем огне. Убавьте огонь, накройте крышкой и готовьте 15 минут. Снимите кастрюлю с огня и дайте постоять несколько минут перед подачей.

Снимите крышку с кастрюли с рендангом и готовьте еще 15 минут, до легкого загустения соуса. Добавьте сок лайма, соль и перец. Подавайте с кокосовым рисом.







Мясные пудинги на пару — традиционная британская еда в ее лучшем виде. Подайте это блюдо на закате, когда в воздухе уже разлилась прохлада. Впервые рецепт пудинга с говядиной и почками был опубликован в книге миссис Битон, хотя само блюдо появилось намного раньше XIX столетия.

Пудинг с говядиной и почками

50 г топленого говяжьего жира + еще немного, по необходимости

1 луковица, очистить и разрезать пополам

1 морковь, разрезать пополам

20 г пшеничной муки, приправленной солью и перцем

500 г говяжьей шеи, нарезать крупными кусочками

1 целая телячья почка, обработать

1 лук-порей, обработать и разрезать пополам

1 стебель сельдерея, обработать и разрезать пополам

200 г коричневых шампиньонов, нарезать ломтиками

500 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)

небольшая горсть кудрявой петрушки + немного для подачи

$\frac{1}{4}$ маленького пучка (около 15 г) тимьяна, оборвать листочки

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
сваренные на пару капуста кале и картофель для подачи

Для теста

350 г пшеничной муки + немного на подпыл

175 г нарезанного околпочечного жира
ледяная вода

Разогрейте жир в большой сковороде и обжарьте лук с морковью до начала карамелизации. Переложите в большую кастрюлю-кассероль.

Обваляйте мясо и почку в муке с приправами. При необходимости добавьте в сковороду еще жира и обжарьте мясо и почку партиями до золотистой корочки (если выложить сразу все мясо, оно будет соприкасаться и вместо жарки получится тушение).

Сложите обжаренное мясо и все овощи в кастрюлю, залейте бульоном, приправьте и доведите до несильного кипения, снимая пену. Наполовину накройте кастрюлю крышкой и тушите на слабом огне 1 час, до мягкости мяса. Достаньте мясо, почку и овощи шумовкой и дайте остыть. Верните бульон на огонь и доведите до кипения. Уварите наполовину, процедите через частое сито и остудите.

Разберите мясо руками на небольшие кусочки, нарежьте почку и овощи. Выложите мясо, почку, овощи и нарубленную зелень в бульон.

Приготовьте тесто. Всыпьте муку в миску, добавьте соль и перец. Выложите жир и перемешайте. Добавляйте холодную воду, по 1 столовой ложке за раз, и вымешивайте с помощью лопатки или ножа с закругленным кончиком, пока не получите однородное тесто. Скатайте в шар, затем расплющите в диск, заверните в пищевую пленку и уберите в холодильник, пока не понадобится.

На слегка присыпанной мукой рабочей поверхности раскатайте две трети теста и выстелите им форму для пароварки объемом 1,5–2 л. Раскатайте оставшуюся треть теста — это будет крышка.

Наполните выстеленную тестом форму мясной смесью, смажьте края теста водой и приклейте сверху крышку из теста. Удалите излишки теста и плотно накройте форму тканью или фольгой.

Готовьте на пару 2 часа. Аккуратно переверните на блюдо для подачи, дополнив сваренными на пару капустой кале и картофелем, посыпав петрушкой.



Изначально «чили кон карне» называлась смесь сушеной говядины, околопочечного жира, сушеного перца чили, соли и перца, которую размалывали в порошок, формировали в виде брикетов и оставляли для просушки, чтобы отваривать в котелках во время походов. Сейчас это официальное блюдо штата Техас, и споры вокруг самого аутентичного рецепта не прекращаются, причем, как правило, большинство знатоков настаивает на том, что в блюде не должно быть фасоли. А я ее добавляю, поскольку чувствую, что она придает чили нужную текстуру, хотя и признаю, что тем самым лишаю свой рецепт законной силы.

Чили кон карне

4 ст. л. топленого говяжьего жира	1 ч. л. сушеного орегано	Для кукурузного хлеба	Для подачи
4 луковицы, очистить и мелко нарубить	800 г фарша из говяжьей шеи	300 г поленты	4 маленьких спелых авокадо
2 красных сладких перца, мелко нарубить	200 г свежего говяжьего околопочечного жира	300 г пшеничной муки	400 мл сметаны
5 сушеных перчиков чили хабанеро, удалить семена, раскрошить	2 банки по 400 г резаных томатов	100 г светло-коричневого сахара	400 г чеддера, натереть
2 зубчика чеснока, измельчить	250 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)	1 ч. л. разрыхлителя теста	4 шт. зеленого лука, нарезать
1 ч. л. молотого кориандра	50 г темного шоколада (90% какао), натереть	20 г хлопьев морской соли	2 лайма, разрезать на дольки
2 ч. л. молотого кумина	50 мл хорошего винного уксуса	200 г яиц (примерно 4 крупных)	4 крупных, не слишком острых красных перца чили, нарезать тонкими ломтиками
1 ч. л. молотой корицы	400 г (1 банка) фасоли (мне нравится пинто)	480 мл молока	¼ пучка (около 15 г) кинзы, оборвать листочки
		30 г сливочного масла, растопить	
		топленый говяжий жир для жарки	

Разогрейте духовку до 150 °С.

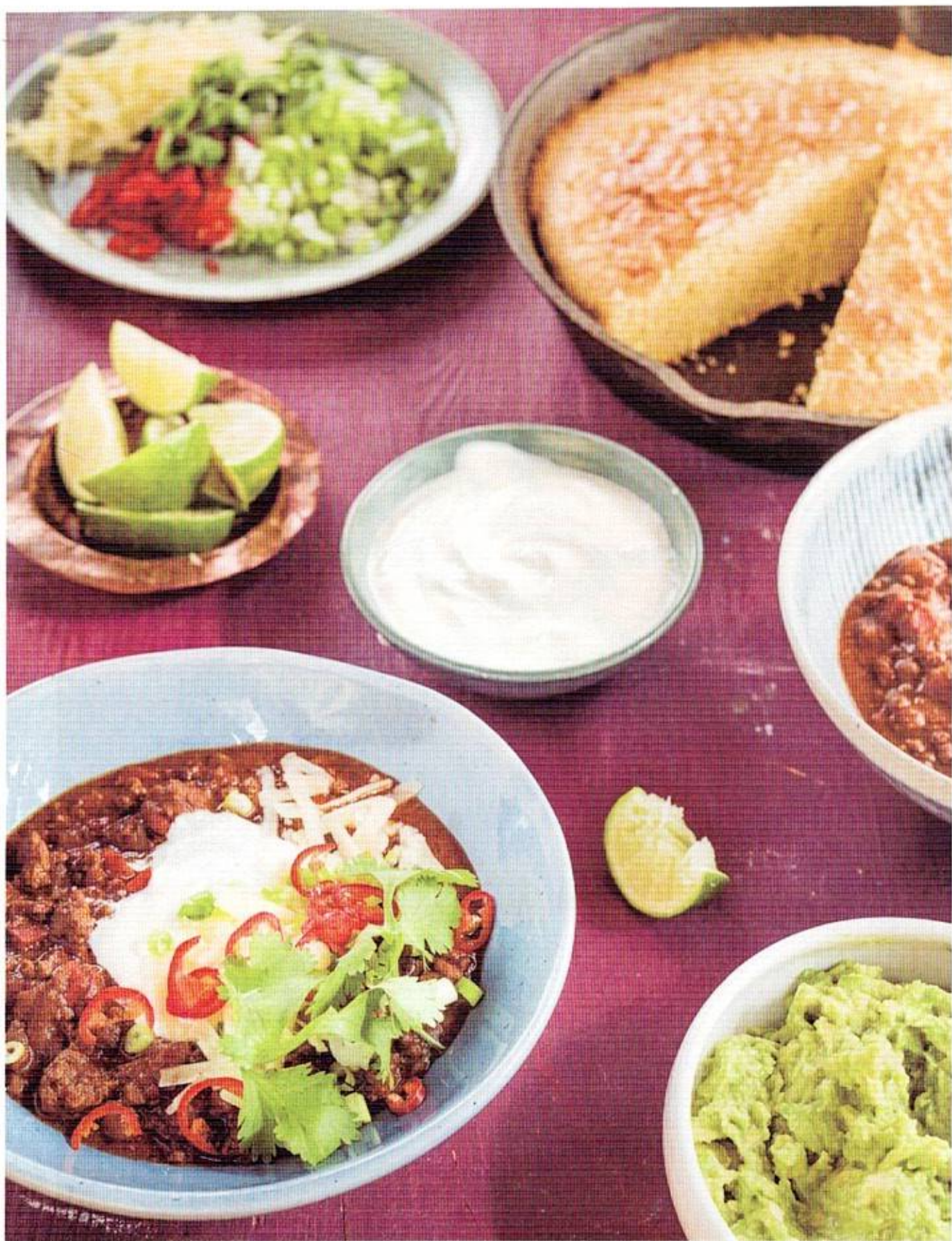
Нагрейте жир в кастрюле-кассероли с крышкой. Обжарьте на нем лук, сладкий перец, чили и чеснок до начала размягчения. Добавьте специи и орегано, перемешайте. Добавьте фарш и обжарьте, переворачивая.

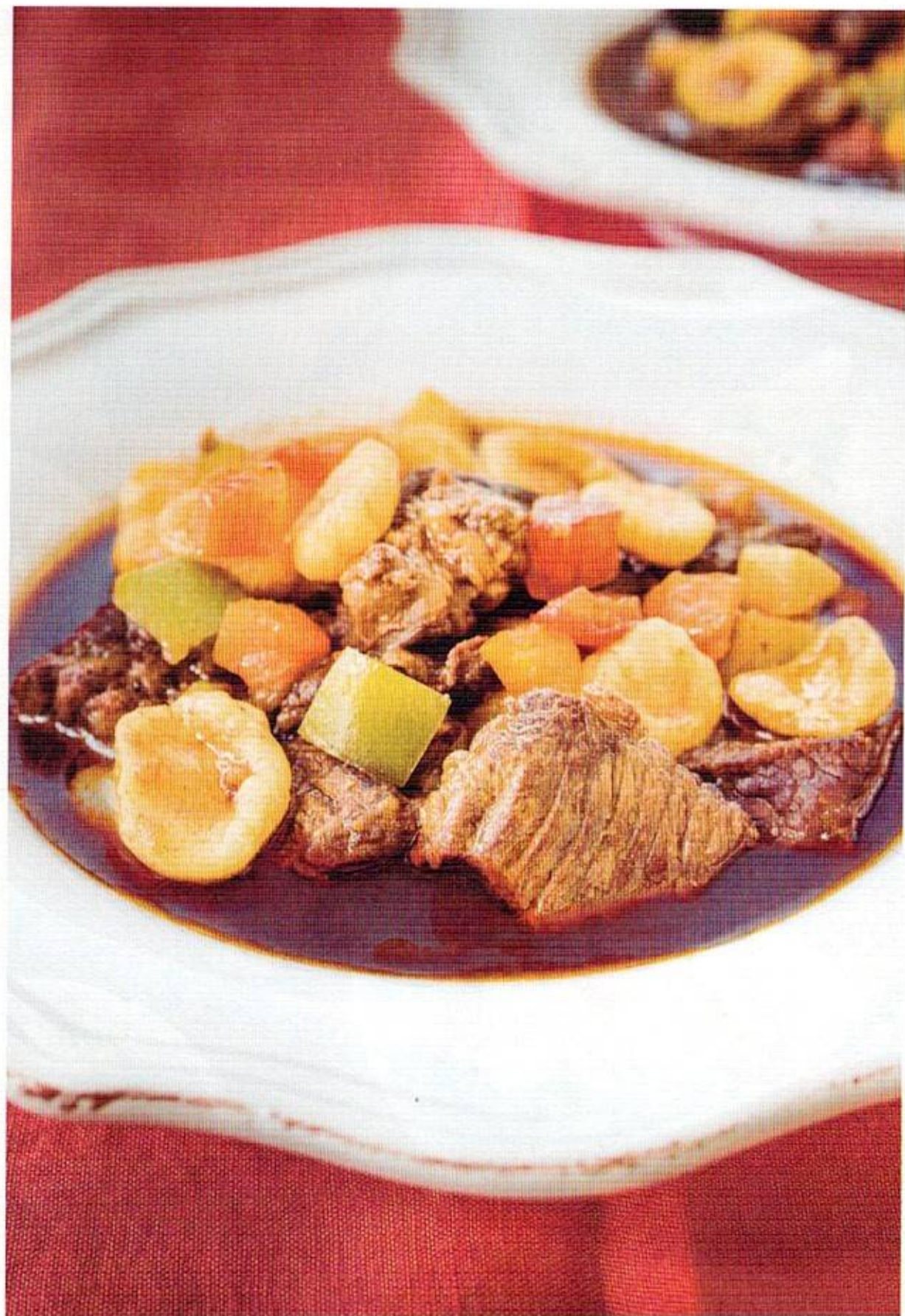
Добавьте в кастрюлю остальные ингредиенты, хорошо перемешайте, накройте и поместите в духовку на 2 часа. Время от времени помешивайте.

Если у вас двойная духовка, можно начинать готовить кукурузный хлеб. Смешайте сухие ингредиенты в одной миске, яйца, молоко и масло – в другой. Смешайте обе смеси.

Разогрейте духовку до 180 °С. Разогрейте чугунную сковороду или термостойкую форму для запекания на среднем огне и растопите столько говяжьего жира, чтобы образовался слой глубиной 2 см. Влейте кукурузное тесто. Пусть оно зашипит и чуть подрумянится по краям. После этого поместите сковороду или форму с тестом в духовку и выпекайте около 20 минут, проверив готовность с помощью шпажки – она должна выходить из центра хлеба сухой.

Если нужно, прогрейте чили перед подачей и подавайте с размятыми в пюре авокадо, сметаной, тертым чеддером, мелко нарубленным зеленым луком, дольками лайма, ломтиками свежего перца чили, листочками кинзы и кукурузным хлебом.







Гуляш — это густой мясной суп, щедро приправленный паприкой и тмином, традиционно его готовят в котелке над открытым огнем. Считается, что гуляш изобрели в Венгрии в IX веке, где он стал обычной пищей пастухов. Они готовили мясо и хорошо его приправляли, потом сушили на солнце и упаковывали в мешочки, сделанные из овечьих желудков. Затем нужна была лишь вода, чтобы размочить мясо, — пожалуй, самый ранний пример полуфабрикатов.

Венгерский гуляш

600 г говяжьей шеи,
нарезать кубиками по
3 см

1 ст. л. сладкой
венгерской паприки

2 ст. л. топленого
говяжьего жира

2 луковицы, очистить
и нарубить

2 зубчика чеснока,
измельчить

1 ч. л. молотого
тмина

1 лавровый лист

1 л основного
говяжьего бульона
(см. стр. 112)

2 моркови, нарезать

1 пастернак, очистить
и нарезать

2 картофелины,
очистить и нарезать

2 стебля сельдерея,
мелко нарезать

2 помидора, очистить
и мелко нарезать

2 зеленых сладких
перца, удалить
семена, нарезать
хлопья морской соли
и свежемолотый черный
перец

Для лапши

2 маленьких яйца

170 г пшеничной муки

щепотка соли

1 ч. л. воды

Приправьте мясо солью, перцем и паприкой. Разогрейте жир в большой кастрюле-кассероли и обжарьте мясо со всех сторон до золотистой корочки. Всыпьте лук и обжарьте до золотистого цвета. Добавьте чеснок и тмин, перемешайте и готовьте еще минуту. Положите лавровый лист, влейте бульон, доведите до кипения и оставьте тушиться, наполовину прикрыв крышкой, на слабом огне 30 минут.

Добавьте к мясу морковь, пастернак, картофель и сельдерей, посолите и поперчите. Продолжайте готовить еще 30 минут, затем добавьте помидоры и зеленый сладкий перец. Готовьте еще 30 минут.

Тем временем сделайте лапшу. Взболтайте яйца, всыпьте муку и соль, влейте воду и замесите плотное тесто. Расплющите его между ладонями до толщины около 1 см, затем отщипывайте небольшие кусочки размером с фасолину, слегка расплющивайте их пальцами и добавляйте лапшу в суп. Готовьте 5 минут, затем подавайте.



Перуанский рецепт тушеной говядины, которая получается просто удивительно вкусной. Приготовьте ее летом и подайте с креольской сальсой, сделанной из лука, кинзы, маринованной свеклы, вареного картофеля, авокадо, чили и помидоров, чтобы блюдо заиграло всеми южноамериканскими красками.

Санкочадо

- 1 кг говяжьей шеи
- 4 стебля сельдерея, крупно нарезать, листья сохранить
- 2 луковицы, очистить и разрезать пополам
- 4 картофелины, очистить и разрезать пополам
- 2 моркови, разрезать пополам
- 500 г кассавы (маниока), нарезать кубиками по 4 см
- 2 початка сладкой кукурузы, разрезать на кружочки толщиной 5 см
- 2 маленькие сладкие картофелины, очистить и разрезать пополам
- 1 маленький кочан савойской капусты, разрезать на дольки
- 2 ч. л. листочков свежего орегано
- хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
- креольская сальса (см. справа) для подачи

Выложите говядину в большую кастрюлю и залейте холодной водой. Добавьте сельдерей и лук, посолите и поперчите, медленно доведите до кипения, накройте крышкой и варите 1 час.

Добавьте в кастрюлю картофель, морковь, кассаву и кукурузу, варите еще 20 минут, до мягкости. Достаньте все овощи из кастрюли шумовкой и переложите в миску.

Добавьте к мясу сладкий картофель, варите 15 минут, затем положите капусту, готовьте еще 15 минут. Переложите мясо на разделочную тарелку, посыпьте листочками орегано и дайте отдохнуть несколько минут. Верните варенные овощи в бульон и доведите до кипения, чтобы они прогрелись.

Разложите овощи в глубокие тарелки и залейте бульоном. Нарежьте мясо ломтиками и выложите в тарелки, украсив листочками сельдерея. Подавайте с креольской сальсой.

Креольская сальса

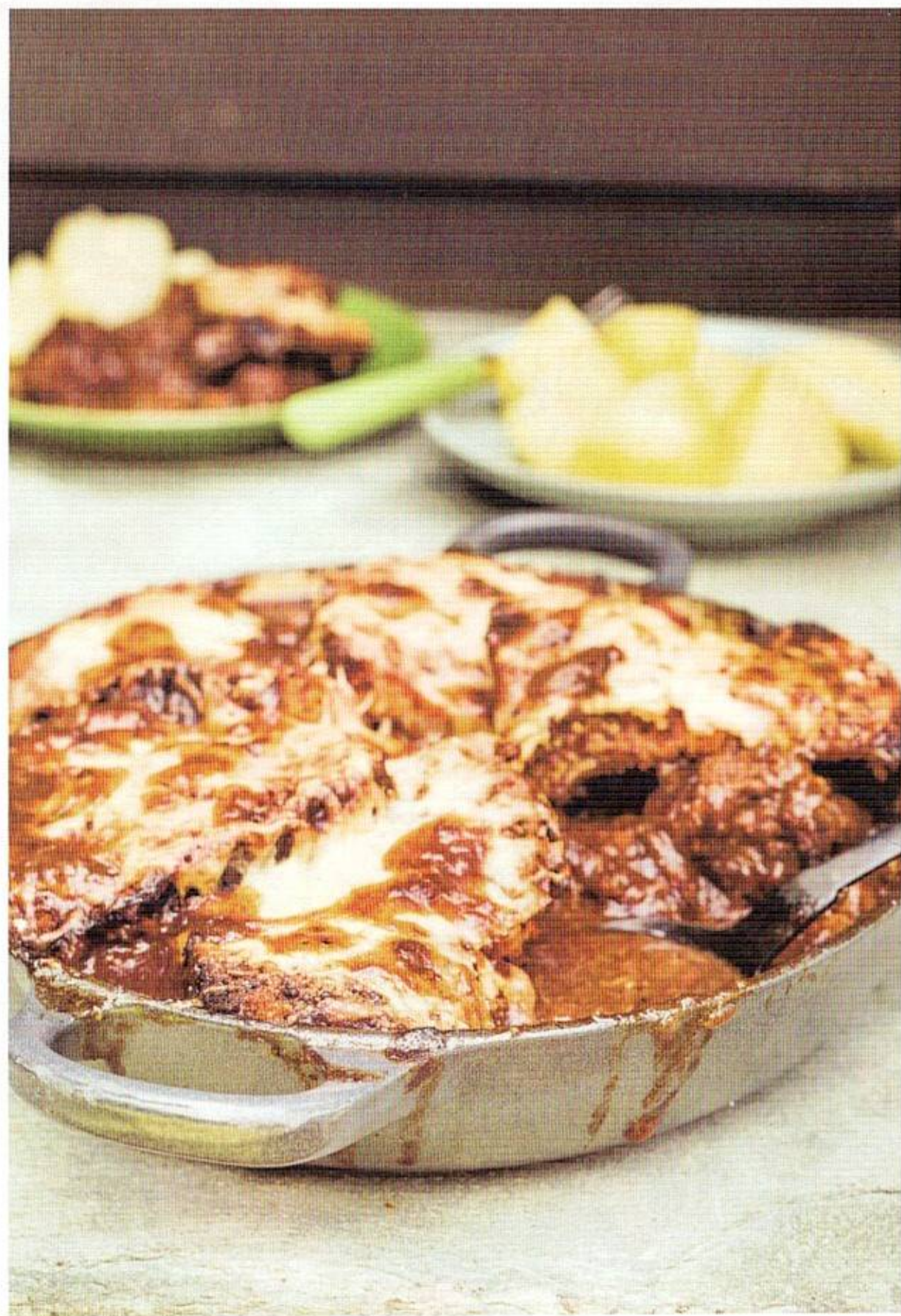
На 4-6 порций

- 1 крупное авокадо, очистить и удалить косточку
- 1 целая маринованная свекла
- 1 картофелина воскового сорта, очистить и отварить
- 1 спелый помидор, бланшировать, очистить и удалить семена
- $\frac{1}{2}$ красной луковицы, очистить
- сок 1 лайма
- 1 красный перец чили, удалить семена и мелко нарубить
- небольшая горсть листьев кинзы, нарубить
- 100 мл оливкового масла
- хлопья морской соли

Нарежьте авокадо, свеклу, картофель, помидор и лук кубиками по 1 см и смешайте в миске.

Добавьте сок лайма, перец чили, кинзу и оливковое масло, аккуратно перемешайте. Посолите по вкусу. Сразу подавайте







Кратко описать это блюдо можно так — насыщенный кисло-сладкий вкус тушеной говядины. Оно было популярно в бистро в 1970-е, с тех пор его рецепт как только не переименовывали, но я уверен в том, что мой вариант аутентичен.

Карбонад по-фламандски

250 г крупных кусочков
копченого бекона

1 ст. л. с небольшой горкой
пшеничной муки, приправить
солью и перцем

1 кг говяжьей рульки без
кости, нарезать кубиками
по 4 см

50 г топленого говяжьего жира

6 луковиц, очистить
и нарубить

1 букет гарни (лавровый лист
и тимьян)

¼ ч. л. молотого душистого
перца

330 мл темного бельгийского
пива

500 мл основного говяжьего
бульона (см. стр. 112)

2 ст. л. темно-коричневого
тростникового сахара

2 ст. л. солодового уксуса

200 г имбирной коврижки
(лучше французской, pain
d'épice au miel)

3 ст. л. сливочного масла
комнатной температуры

3 ст. л. зернистой горчицы

50 г сыра грийер, натереть
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Обжарьте кусочки бекона до хрустящей корочки в большой тяжелой кастрюле-кассероли на средне-сильном огне, затем шумовкой переложите его в миску, оставив вытопленный жир.

Обваливайте мясо в муке с приправами. Добавьте в кастрюлю говяжий жир, хорошо его разогрейте и выложите половину мяса. Хорошо подрумяньте мясо — это важно — и переложите в миску с беконом. Растопите оставшийся жир и так же обжарьте оставшееся мясо. Переложите в миску.

На оставшемся жире обжарьте до золотистого цвета лук. Верните мясо и бекон в кастрюлю, добавьте букет гарни, душистый перец, пиво и бульон. Приправьте, накройте крышкой и тушите на слабом огне или в нагретой до 140 °C духовке минимум 1½ часа, до мягкости мяса.

Соберите и слейте с поверхности как можно больше жира, удалите букет гарни, добавьте сахар и уксус, скорректируйте приправы.

Этот рецепт не предполагает спешки. Карбонаду лучше дать настояться, так что сделайте его за день до подачи, вкус будет намного лучше. На данном этапе, после тушения в течение 1½ часов, блюдо можно остудить и убрать в холодильник.

На следующий день нарежьте имбирную коврижку, смешайте сливочное масло с горчицей. Намажьте ломтики коврижки этой смесью и выложите поверх мяса, слегка внахлест. Посыпьте тертым сыром и верните в духовку на 30 минут, чтобы верх стал золотистым, а мясо начало булькать. Подавайте с простым отварным картофелем с маслом или картошкой фри.



1 кг говяжьих щек,
удалить пленки
50 г пшеничной муки,
приправленной солью
и перцем
50 мл топленого
говяжьего жира
1 л хорошего сухого
красного вина

50 г сливочного масла
2 моркови, крупно
нарезать
1 луковица, очистить
и крупно нарезать
2 зубчика чеснока
½ пучка (около 15 г)
тимьяна
200 г бекона

200 г коричневых
шампиньонов
1 небольшой апельсин,
срезать цедру
и выжать сок
1 л основного
говяжьего бульона
(см. стр. 112)

гарнир из свиных
ножек (см. стр. 264)
хлопья морской соли
и свежемолотый черный
перец
тушеная морковь
и картофельное пюре
(см. стр. 61 и 111),
для подачи

Доб де бёф

Доб де бёф — блюдо прованской кухни, обычно его подают с гарниром из овощей и бекона, но как-то я попробовал его, дополненное необычным гарниром из свиных ножек... и пропал.

Разогрейте духовку до 110 °С.

Посолите и поперчите мясо, затем обваляйте его в муке с приправами. Разогрейте 1 столовую ложку говяжьего жира в сковороде и обжарьте мясо по 1 минуте с каждой стороны, до легкого подрумянивания. Переложите мясо в миску и держите в тепле. Влейте в сковороду половину бокала вина, чтобы дегласировать соки от жарки, перемешайте. Сохраните для дальнейшей готовки.

В отдельной сковороде на среднем огне разогрейте ½ столовой ложки говяжьего жира и ½ столовой ложки сливочного масла. Выложите морковь, лук, чеснок и тимьян, готовьте, помешивая, 15–20 минут.

В другой сковороде разогрейте оставшиеся жир и масло. Обжаривайте бекон и грибы в течение 2 минут. Добавьте грибы с беконом к овощам, перемешайте, затем аккуратно слейте жидкость, которая образовалась на дне кастрюли.

Влейте оставшееся вино в большую кастрюлю, доведите до кипения и немного уварите, чтобы испарился весь алкоголь. Соедините уваренное вино, вино из сковороды, где обжаривались щеки, мясо, цедру и сок апельсина в посуде для запекания и доведите до кипения. Накройте крышкой и поместите в духовку на 2 часа. Затем добавьте овощи и верните в духовку еще на 30 минут. Когда мясо станет мягким, а овощи приготовятся, достаньте их из соуса, а сам соус аккуратно процедите через частое сито в кастрюлю и уварите на половину объема.

Разрежьте щеки на 4 части, выложите обратно в посуду для запекания вместе с овощами, выложите сверху гарнир из свиных ножек и полейте соусом. Верните в духовку на 10 минут. Достаньте, дайте остыть и уберите в холодильник на ночь, чтобы все вкусы «подружились».

На следующий день разогрейте доб в духовке в течение 30 минут и подавайте с морковью и картофельным пюре.



Этому блюду нужно обязательно настояться, поэтому готовьте его за день до подачи, храните в холодильнике и разогрейте перед подачей.



Несколько лет назад, в одном очень изысканном старомодном ресторане, я ел тушеные говяжьи щеки, или *daube de joue de boeuf à l'ancienne*, так блюдо, кажется, называлось. На трех блестящих кусочках говяжьих щек гордо восседали три медальона необычного, но идеального гарнира. Вот его рецепт.

Гарнир из свиных ножек На 4 порции

2 свиные ножки без костей	150 мл сухого белого вина
100 г лука, очистить и нарезать	1 ст. л. белого портвейна
+ 1 маленькая луковица, мелко на рубить	50 г сливочного масла
100 г моркови, нарезать	250 г фарша из сырых свиных колбасок
150 мл бульона из свинины	

Разогрейте духовку до 160 °С.

Начните с приготовления ножек. Выложите их в большую утятницу вместе с луком и морковью, влейте бульон, вино и портвейн. Накройте крышкой и готовьте в духовке 3 часа.

Тем временем выложите половину сливочного масла в сковороду и нагрейте до появления пены. Выложите мелко на рубленную маленькую луковицу и обжарьте, помешивая, 5 минут, затем остудите. Когда лук остынет, смешайте его со свиным фаршем.

Достаньте ножки из духовки и полностью остудите.

Когда ножки остынут до комнатной температуры, обсушите их. Оставшимся сливочным маслом смажьте два больших квадрата фольги и выложите на каждый по ножке. Разделите начинку пополам и плотно заполните ею внутреннюю часть ножек, убедившись, что не осталось пустот. Плотно закатайте ножки в фольгу и закрутите концы, чтобы получилась ровная цилиндрическая форма. Поместите в холодильник минимум на 2 часа.

Достаньте ножки из холодильника и, не снимая фольги, поместите в пароварку. Готовьте на пару 15 минут, до готовности начинки, затем снимите фольгу, нарежьте медальонами и подавайте как гарнир к *доб де бёф* (см. стр. 262).



Простой основной рецепт, на основе которого можно сделать много интересных блюд. Когда-то в Англии говяжьи ребрышки называли «лестницей Иакова» и их было совсем непросто найти. К счастью, сейчас они встречаются в продаже повсеместно.

Тушеные ребрышки

20 г топленого говяжьего жира	2 зубчика чеснока, нарезать ломтиками
2 кг говяжьих ребрышек, разрезать на 4 куска по 500 г	250 мл сухого красного вина
1 луковица, очистить и нарубить	2 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
1 морковь, нарезать	хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
1 стебель сельдерея, нарезать	

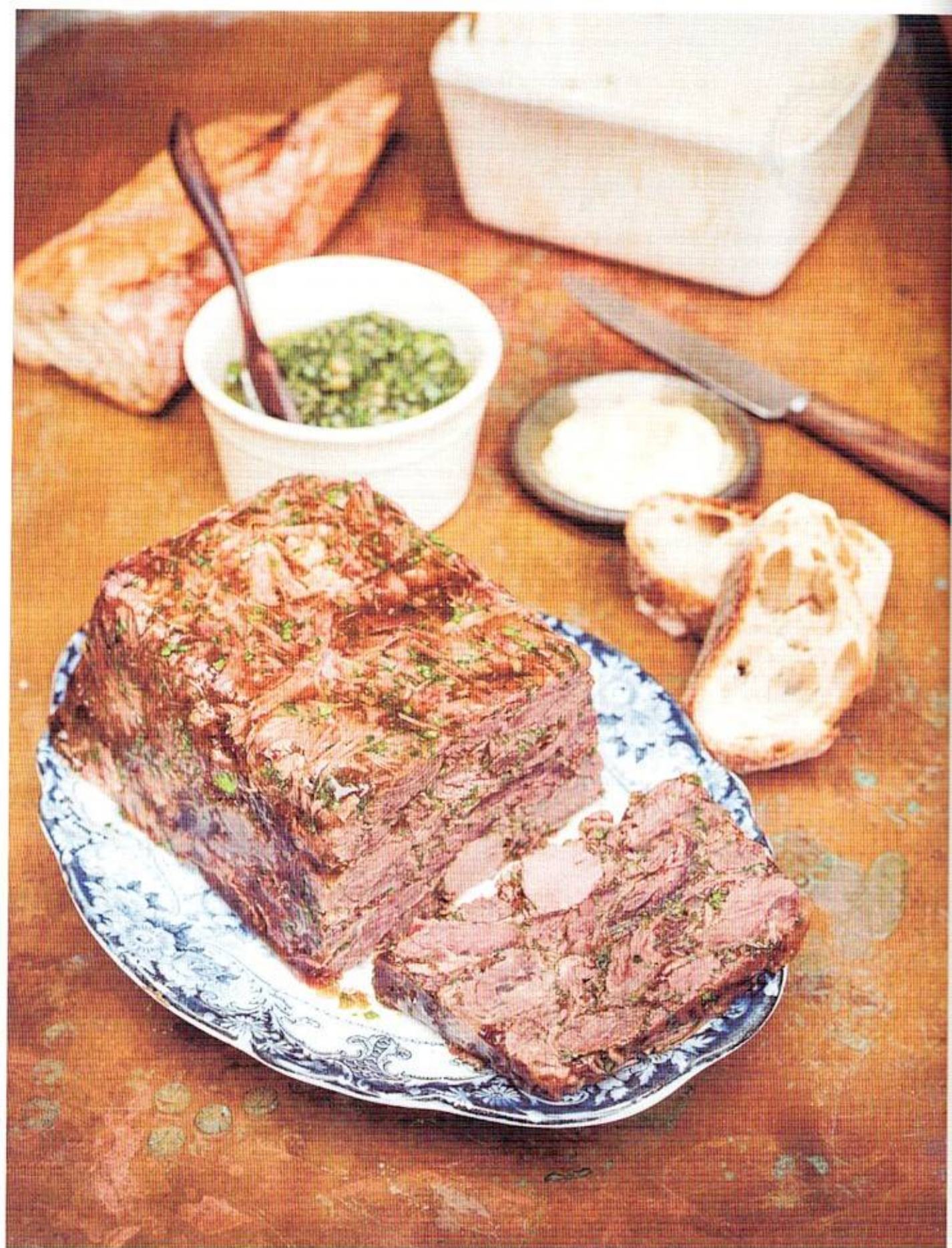
Разогрейте духовку до 140 °С.

Прогрейте говяжий жир в сковороде с тяжелым дном. Приправьте ребрышки и выложите в сковороду. Подрумяньте их со всех сторон, затем переложите в большую и глубокую форму для запекания. Овощи и чеснок выложите в сковороду и слегка подрумяньте, затем переложите к ребрышкам. Влейте вино и бульон, доведите до кипения, снимая пену, которая будет появляться на поверхности. Накройте форму крышкой или фольгой.

Поместите в духовку и готовьте около 4 часов, до мягкости мяса. В середине приготовления переверните ребрышки.

Достаньте из духовки и оставьте остывать на 30 минут, чтобы жир поднялся на поверхность. Удалите жир, переложите ребрышки в тарелку или миску, соус от тушения процедите через сито в чистую кастрюлю. Выбросьте овощи, а процеженную жидкость поместите на средне-сильный огонь, доведите до кипения и уварите наполовину, удаляя с поверхности как можно больше жира.

Залейте ребрышки соусом. Дайте остыть, затем накройте и уберите в холодильник, чтобы приготовить с ними другие блюда из этой книги, например макаронаду (см. стр. 316). Конечно, их можно подать и как самостоятельное блюдо, с картофельным пюре (см. стр. 61 и 111).





Рецепт основан на классическом terrine из меню французских бистро, но я выбрал для его приготовления немного другие виды мяса, мне кажется, так вкуснее, и текстура интереснее.

Террин из говяжьих щек и хвоста

Для террина

1 кг говяжьего хвоста, нарезать на куски и удалить лишний жир
800 г говяжьих щек, удалить пленку
50 г топленого говяжьего жира
2 луковицы, очистить и крупно нарубить
2 моркови, крупно нарубить
4 зубчика чеснока, измельчить

2 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)

1 букет гарни (лавровый лист и тимьян)

1 небольшой пучок (около 30 г) петрушки, листочки оборвать и нарубить

3 ст. л. лимонного сока
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Для подачи

свежий хлеб с хрустящей корочкой
зеленый соус (см. стр. 268) или анчоусный крем (см. стр. 141)

Разогрейте духовку до 150 °C.

Обсушите куски хвоста и щек, посолите и поперчите, партиями обжарьте до румяной корочки на говяжьем жире на средне-сильном огне, перекладывая после обжарки в кастрюлю-кассероль. Обжарьте лук, морковь и чеснок до мягкости, но без изменения цвета, добавьте к мясу вместе с бульоном и букетом гарни, доведите до кипения. Накройте крышкой и тушите в духовке 4 часа.

Шумовкой переложите хвосты и щек в миску, жидкость сохраните. Остудите мясо, затем снимите с костей, удаляя также весь жир. Жидкость от тушения процедите через сито в миску.

В другой миске смешайте кусочки тушеного мяса с петрушкой, лимонным соком, солью и перцем, а также 400–500 мл жидкости от тушения — ее должно быть столько, чтобы

при вымешивании мясная масса сохраняла форму. Оставшуюся жидкость не выливайте.

Промойте форму для террина холодной водой и выложите мясную массу, плотно ее утрамбовав. Сверху полейте небольшим количеством жидкости от тушения. Накройте и уберите в холодильник на ночь. Можно настаивать террин перед подачей до 2 дней.

Перед подачей дайте террину постоять при комнатной температуре 10 минут. Проведите острием тонкого ножа по краям, чтобы он легче вышел из формы, затем опустите нижнюю часть формы в горячую воду на 20 секунд, а сверху накройте охлажденным блюдом для подачи. Переверните террин быстрым движением на блюдо. Нарежьте ломтиками толщиной 1 см очень острым горячим ножом.

Подавайте с хлебом и зеленым соусом или анчоусным кремом, на выбор.

Зеленый соус

На 250 мл

Зеленый соус готовят во множестве вариаций по всей Европе, часто называя его «сальса верде». Петрушку в него добавляют повсеместно, а базилик и эстрагон чаще во Франции и Италии. Мой вариант идеально подходит к стейку.

½ пучка (около 15 г) петрушки, листочки оборвать и нарубить

½ пучка (около 15 г) мяты, листочки оборвать и нарубить

100 мл легкого оливкового масла + еще немного, если необходимо

2 зубчика чеснока

2 ст. л. соленых каперсов, промыть

5 филе анчоусов

2 ст. л. дижонской горчицы

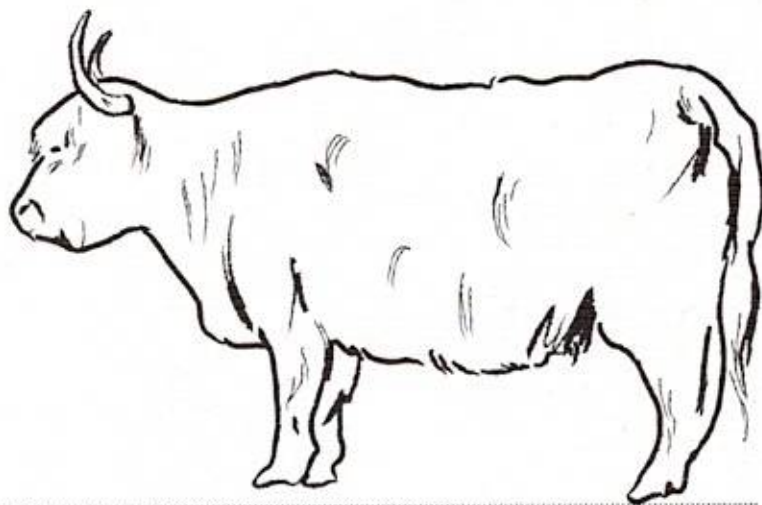
2 ст. л. красного винного уксуса

свежемолотый черный перец

Всыпьте рубленую зелень в миску и влейте масло.

Очистите чеснок и мелко нарубите его вместе с каперсами и анчоусами. Добавьте к травам, перемешайте.

Вмешайте горчицу и уксус, поперчите и при необходимости, если соус получился слишком густым, разбавьте его небольшим количеством оливкового масла.





Бразато аль бароло

1 кг говяжьей лопатки — попросите мясника перевязать ее для запекания
1 букет гарни (тимьян, лавровый лист и розмарин)
1 мешочек со специями (1 звездочка бадьяна и 4 бутончика гвоздики)
750 мл бароло (итальянского красного вина. — Прим. переводчика)
3 ст. л. оливкового масла

3 моркови
2 луковицы
2 зубчика чеснока, измельчить
50 г сливочного масла
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
мелко натертый пармезан для подачи

Выложите мясо в емкость для маринования вместе с букетом гарни и специями. Залейте вином, накройте и поместите на ночь в холодильник. Через несколько часов переверните мясо, если оно не полностью залито вином.

Разогрейте духовку до 150 °С.

Достаньте мясо из маринада и хорошо обсушите бумажными полотенцами. Перевяжите кулинарной нитью, если это не было сделано заранее. Разогрейте масло в большой сковороде на среднем огне и обжарьте на нем мясо со всех сторон до золотистой корочки. Переложите на тарелку.

Нарежьте морковь и лук кусками по 3 см. Выложите в сковороду и обжаривайте несколько минут, затем добавьте чеснок и обжаривайте еще 1 минуту. Влейте весь маринад, посолите и поперчите. Шумовкой переложите овощи в утятницу, достаточно большую, чтобы мясо там полностью поместилось, добавьте половину сливочного масла.

Поместите мясо поверх овощей, влейте маринад и медленно доведите до кипения. Накройте плотно прилегающей крышкой и поместите в духовку. Готовьте 3 часа, до мягкости мяса, проверяя его время от времени и переворачивая — оно должно готовиться при очень слабом кипении, так что если вам кажется, что оно сильнее, чем нужно, убавьте температуру в духовке до 140 °С.

Выложите мясо на разделочную доску, накройте фольгой и оставьте отдыхать на 10-15 минут, пока делаете соус. Процедите жидкость из утятницы через частое сито в чистую кастрюлю, хорошо выжимая овощи и специи, чтобы получить как можно больше жидкости. Доведите до несильного кипения, снимите с огня и вмешайте оставшееся сливочное масло.

Нарежьте мясо ломтиками толщиной около 1 см, выложите на блюдо для подачи, полейте соусом. Подавайте с тертым пармезаном и полентой или ризотто из перловки, чтобы собрать весь вкуснейший соус.





Говорят, что в Индии светлое пиво начали варить из-за того, что английское не выдерживало перевозки на тогдашних деревянных судах. Это карри из говяжьих щек — отличный способ использовать индийское светлое пиво, которое подчеркивает глубокий вкус блюда.

Карри из говяжьих щек с индийским пивом

1 кг говяжьих щек
50 г топленого говяжьего жира
500 г лука, очистить и нарезать тонкими ломтиками
6 крупных зубчиков чеснока, мелко натертых
2 ч. л. целых семян фенхеля
2 коробочки черного кардамона, слегка раздавить
1 звездочка бадьяна, размолоть
1 ч. л. молотой куркумы
¼ ч. л. молотого острого красного перца
¼ ч. л. асафетиды
2 ч. л. хлопьев морской соли
850 мл светлого индийского пива
200 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
30 г свежего корня имбиря, очистить и мелко натереть
2 ст. л. крем-фреша
1 красный перчик чили, без семян, мелко нарубить
небольшая горсть (около 30 г) листочков кинзы, мелко нарубить
лепешки роти для подачи

Разогрейте духовку до 140 °С.

В большой кастрюле-кассероли на половине говяжьего жира обжарьте щек до золотистой корочки и переложите на тарелку. В той же кастрюле спассеруйте лук на оставшемся жире до мягкости, затем добавьте чеснок. Перемешайте, добавьте специи и соль, обжарьте в течение 30 секунд.

Выложите мясо поверх лука, влейте пиво и бульон, добавьте имбирь. Перемешайте, доведите до кипения, накройте крышкой, поместите в духовку и готовьте 3 часа, до мягкости мяса.

Переложите мясо в подогретую миску, накройте и держите в тепле.

Включите под кастрюлей средне-сильный огонь и уварите соус до состояния, когда он будет покрывать ровным слоем обратную сторону деревянной ложки. Затем процедите через частое сито, добавьте крем-фреш и рубленый перец чили, посолите по вкусу.

Выложите мясо обратно в кастрюлю, влейте выделившиеся соки, слегка перемешайте, снова доведите до кипения. Подавайте мясо горячим с кинзой и лепешками роти.



Мешочки из телятины — *saupiettes* — старинное нормандское блюдо, представляющее собой хорошо отбитые ломтики мяса, в которые заворачивают начинку, затем их жарят, тушат или запекают с вином или бульоном. Во Франции они популярны и сегодня, их повсеместно можно найти в виде полуфабрикатов в супермаркетах и мясных лавках.

Мешочки из телятины

16 ломтиков копченого бекона с мясными прожилками	1 ст. л. дижонской горчицы
2 маленькие луковицы, очистить и мелко нарубить	1 яйцо, слегка взболтать
100 г лесных грибов, обработать и мелко нарубить	600 г телячьей вырезки
мелко натертая цедра и сок 1 лимона	1 ч. л. листочков тимьяна
10 г свежих хлебных крошек	400 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
$\frac{1}{2}$ пучка (около 15 г) петрушки, мелко нарубить	2 зубчика чеснока, измельчить
	100 мл жирных сливок
	хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Мелко нарежьте половину бекона и обжарьте на среднем огне с луком и грибами в течение примерно 6 минут, до золотистого цвета. Слейте жир, грибы с беконом и луком переложите в миску, а жир перелейте в кастрюлю. Выложите лимонную цедру, хлебные крошки, петрушку, половину горчицы и яйцо в миску с грибами, посолите и поперчите, хорошо перемешайте.

Нарежьте телячью вырезку на 8 равных эскалопов. Выложите каждый между двумя квадратами пищевой пленки и отбейте молотком или скалкой, затем приправьте каждый солью и перцем, посыпьте листочками тимьяна.

Выложите грибную начинку в центр каждого куска мяса, распределив равными порциями. Соберите края мяса сверху, чтобы получилось подобие мешочка, оберните каждый по окружности ломтиком бекона и перевяжите кулинарной нитью.

Разогрейте кастрюлю с жиром от жарки бекона на средне-сильном огне и подрумяньте на нем мешочки со всех сторон. Влейте столько бульона, чтобы мешочки были полностью покрыты, и дайте провариться после закипания 10 минут. Добавьте чеснок, сливки и оставшуюся горчицу, чтобы получился соус, доведите до кипения. Подавайте с картофелем, приготовленным любым способом, например с пюре или гратеном.







Употребление телятины — вещь спорная, так как она обычно производится не в соответствии с этическими нормами. Я покупаю английскую «розовую» (или подрощенную) телятину от животных, вскормленных материнским молоком. Они растут медленнее, и забивают их в возрасте около восьми месяцев, их мясо отличается отличным вкусом. Старые французские блюда, такие как это — *blanquette de veau*, представляющее собой тушеную телятину в соусе с лимонным вкусом, подаваемую с рисом, в наши дни встречаются все реже. А жаль, они прекрасны.

Бланкет из телятины

1 кг телячьей грудинки
1 луковица, очистить
2 бутончика гвоздики
2 моркови, разрезать пополам
1 стебель лука-порея, только белая часть
букет гарни (петрушка, тимьян, розмарин и лавровый лист)
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Для риса

25 г сливочного масла
1 луковица, очистить и мелко нарубить
1 зубчик чеснока, мелко нарубить
300 г риса басмати
500 мл жидкости от тушения телятины (см. рецепт)

Для гарнира

24 маленькие или жемчужные луковицы
24 (около 200 г) мелких шампиньона, обработать

Для соуса

300 мл жирных сливок
3 яичных желтка
сок и мелко натертая цедра 1 лимона (без воска)

Нарежьте телятину кубиками по 4 см и выложите в большую кастрюлю. Залейте 2 л холодной воды, доведите до кипения и проварите 30 минут, время от времени снимая пену.

Воткните в целую очищенную луковицу бутончики гвоздики и добавьте в кастрюлю вместе с морковью, пореем, букетом гарни и 1 чайной ложкой соли. Продолжайте варить 1 час.

Приготовьте рис. Разогрейте сливочное масло в сковороде на среднем огне, выложите лук и чеснок, обжаривайте 4 минуты, до размягчения. Всыпьте рис и хорошо перемешайте. Влейте 500 мл от бульона, в котором варится телятина, перемешайте и доведите до кипения. Накройте крышкой и готовьте на слабом огне 20 минут, пока рис не впитает всю жидкость и не станет мягким. Попробуйте и скорректируйте приправы. Держите в тепле до подачи.

Когда телятина станет мягкой, процедите бульон в другую кастрюлю, добавив мелкий лук. Держите телятину в тепле, целый лук, морковь, порей и букет гарни выбросьте. Проварите лук в бульоне 10 минут, затем добавьте грибы и варите еще 10 минут.

Процедите бульон, в котором варились лук и грибы, в чистую кастрюлю, а грибы и лук добавьте к телятине. На среднем огне уварите бульон наполовину, затем вмешайте половину сливок и снова уварите наполовину.

Тем временем смешайте в миске яичные желтки и оставшиеся сливки до однородности, затем добавьте немного лимонного сока.

Снимите кастрюлю с соусом с огня и вмешайте яично-сливочную смесь. Верните на слабый огонь и постоянно помешивайте 2 минуты, пока смесь не станет полностью однородной, а соус слегка загустеет, напоминая по консистенции заварной крем. Посолите, поперчите, процедите через частое сито и полейте соусом телятину с грибами и луком. Подавайте с рисом, посыпав лимонной цедрой.



Такие части говяжьей туши, как хвост и щеки, относительно дешевы, и их вовсе не нужно сбрасывать со счетов. Одна из этих подзабытых частей, говяжий хвост, обладает поистине уникальным вкусом, который мне напоминает о детстве и о маминной кухне. Да, понимаю, как это звучит, но так и есть.

Тушеный говяжий хвост

2 кг говяжьего хвоста,
разрезать на крупные куски
2 стебля лука-порея
2 стебля сельдерея
4 моркови
2 ст. л. пшеничной муки
400 г (1 банка) резаных
томатов
 $\frac{1}{2}$ бутылки сухого красного
вина
1 букет гарни (тимьян,
розмарин и лавровый лист)
1 л основного говяжьего
бульона (см. стр. 112)
хлопья морской соли и
свежемолотый черный перец
пюре из отварных моркови
и пастернака и сваренные на
пару зеленые овощи для подачи

Поместите большую глубокую форму для запекания в духовку и разогрейте ее до 200 °С. Когда духовка и форма станут горячими, выложите куски хвоста в форму. Приправьте и запекайте около 20 минут, до золотистого цвета и карамелизации.

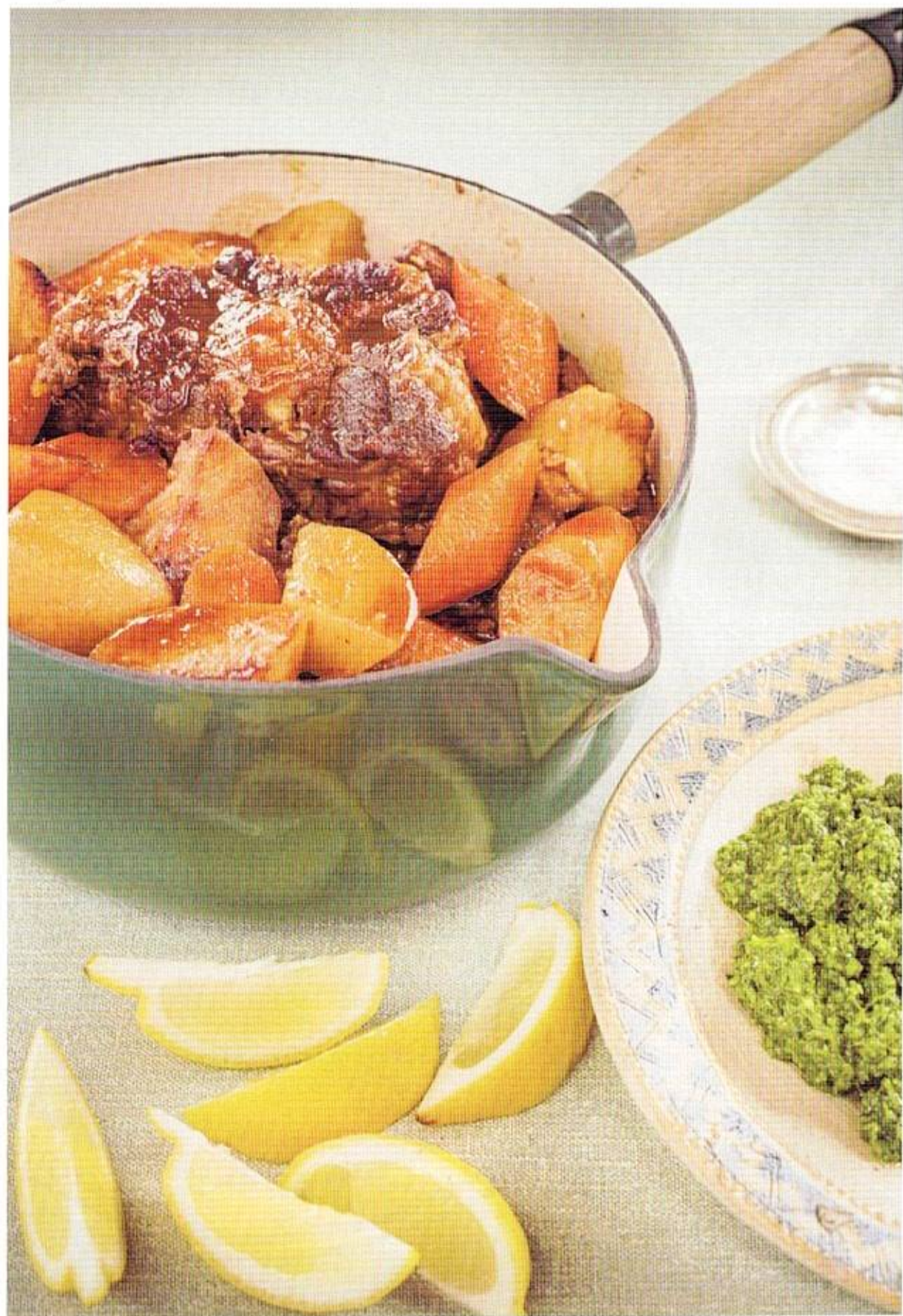
Тем временем обработайте лук-порея и разрежьте пополам вдоль, затем нарежьте крупными кусочками. Очистите морковь и так же крупно нарежьте. Добавьте овощи в форму и запекайте еще 10 минут.

Достаньте форму из духовки, убавьте температуру до 150 °С.

Поместите форму на плиту, на средний огонь. Всыпьте муку и перемешайте. Влейте томаты и вино, добавьте букет гарни, приправьте, залейте бульоном и хорошо перемешайте. Доведите до кипения, накройте и верните в духовку примерно на 4 часа, до состояния, когда мясо будет отваливаться от кости.

Достаньте форму из духовки и дайте остыть примерно 10 минут. Слейте соус из формы, процедите его через сито. Удалите букет гарни, влейте к мясу и овощам соус, прогрейте, проверьте, хватает ли приправ, и подавайте с пюре из корнеплодов и сваренными на пару овощами.







Традиционное йеменское блюдо готовится из говяжьих хвостов, а его местное название — аква — является термином, означающим самую толстую часть хвоста. Здесь очень важно долгое и медленное приготовление при невысокой температуре. Подается блюдо с приправой под названием «зуг», которая, по сути, представляет собой ближневосточный пряный аналог европейской сальсы верде.

Тушеная говядина по-йеменски

50 г топленого говяжьего жира
1,5 кг говяжьего хвоста, нарезать по позвонкам
1,5 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
1 головка чеснока, очистить зубчики

2 крупные моркови, нарезать кусками по 5 см
2 крупные картофелины воскового сорта, очистить и нарезать кусками по 5 см
1 луковица, очистить и нарезать толстыми ломтиками

3 крупных стебля сельдерея, обработать и нарезать кусочками по 5 см
400 г (1 банка) резаных томатов
1 мешочек со специями (по 1 ст. л. семян кориандра и кумина, коробочек кардамона и рубленого корня куркумы)

1 букет гарни (лавровый лист, петрушка и кинза)
1 лимон, разрезать на дольки
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец
приправа зуг для подачи (см. ниже)

Разогрейте духовку до 150 °C.

Разогрейте половину говяжьего жира в большой сковороде. Приправьте куски хвоста и обжарьте со всех сторон. Выложите мясо в большую чугунную кастрюлю с крышкой, влейте бульон. Доведите до несильного кипения, тщательно снимая пену.

Выложите в сковороду оставшийся жир, добавьте чеснок, картофель, морковь, лук и сельдерей. Обжарьте на слабом огне до мягкости, но без изменения цвета.

Шумовкой переложите овощи в кастрюлю с мясом, добавьте томаты, мешочек со специями и букет гарни. Накройте крышкой и поместите в разогретую духовку на 2 часа, чтобы мясо отваливалось от кости, а овощи стали мягкими.

Удалите мешочек со специями и букет гарни, скорректируйте приправы, выжмите немного лимонного сока.

Подавайте с приправой зуг, оставшимися дольками лимона и хлопьями морской соли.

Зуг На 400 г

250 г зеленого перца халапеньо
¼ пучка кинзы, нарубить
¼ пучка петрушки, нарубить
6 зубчиков чеснока, очистить и крупно нарубить
¼ ч. л. молотого кумина
100 мл оливкового масла extra virgin
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Удалите из перцев семена и крупно нарубите.

Измельчите в кухонном комбайне перец с рублеными травами, чесноком и кумином в неоднородную пасту, затем приправьте по вкусу свежемолотым перцем и солью. Влейте масло и снова измельчите.

Выложите в стеклянную банку, залейте сверху оливковым маслом и храните в холодильнике до 1 месяца.



Путин — это разновидность канадского фастфуда, уличной еды, которую впервые начали готовить в Квебеке в 1950-е годы. Она удивительно похожа на северо-английское блюдо «жареная картошка, сыр и подливка», известное с 1901 года, но все же считается, что это не повторение, а самостоятельно родившееся оригинальное блюдо. Безотносительно происхождения, можно сказать, что именно творожный сыр, с его приятной текстурой, придает этому блюду законченность.

Путин

75 г остатков тушеной говядины с подливкой (например, тушеных ребрышек или доб де бёф (см. стр. 265 и 262))

200 г картофеля, жаренного на говяжьем жире (см. ниже)

75 г прессованного творожного сыра, нарезать кусочками

хлопья копченой морской соли и свежемолотый черный перец

Доведите в кастрюле соус от тушения вместе с кусочками мяса до кипения.

Обжарьте картофельные брусочки до золотистого цвета и обсушите на бумажных полотенцах. Слегка приправьте, перемешайте с кусочками творожного сыра.

Выложите смесь картофеля и творожного сыра на тарелку или в миску и полейте соусом с кусочками мяса.

Готовка на топленом говяжьем жире — это то, что англичане делают веками, и во всей стране именно этот вид жира используют, когда готовят фиш-энд-чипс: жарят на нем и рыбу, и картофель. Раз попробуете, каково это на вкус, и назад пути не будет.

Картофель, жаренный на говяжьем жире На 4 порции

1 кг картофеля, очистить и нарезать брусочками

говяжий жир в количестве, достаточном для фритюрницы

солодовый уксус

хлопья копченой морской соли и свежемолотый черный перец

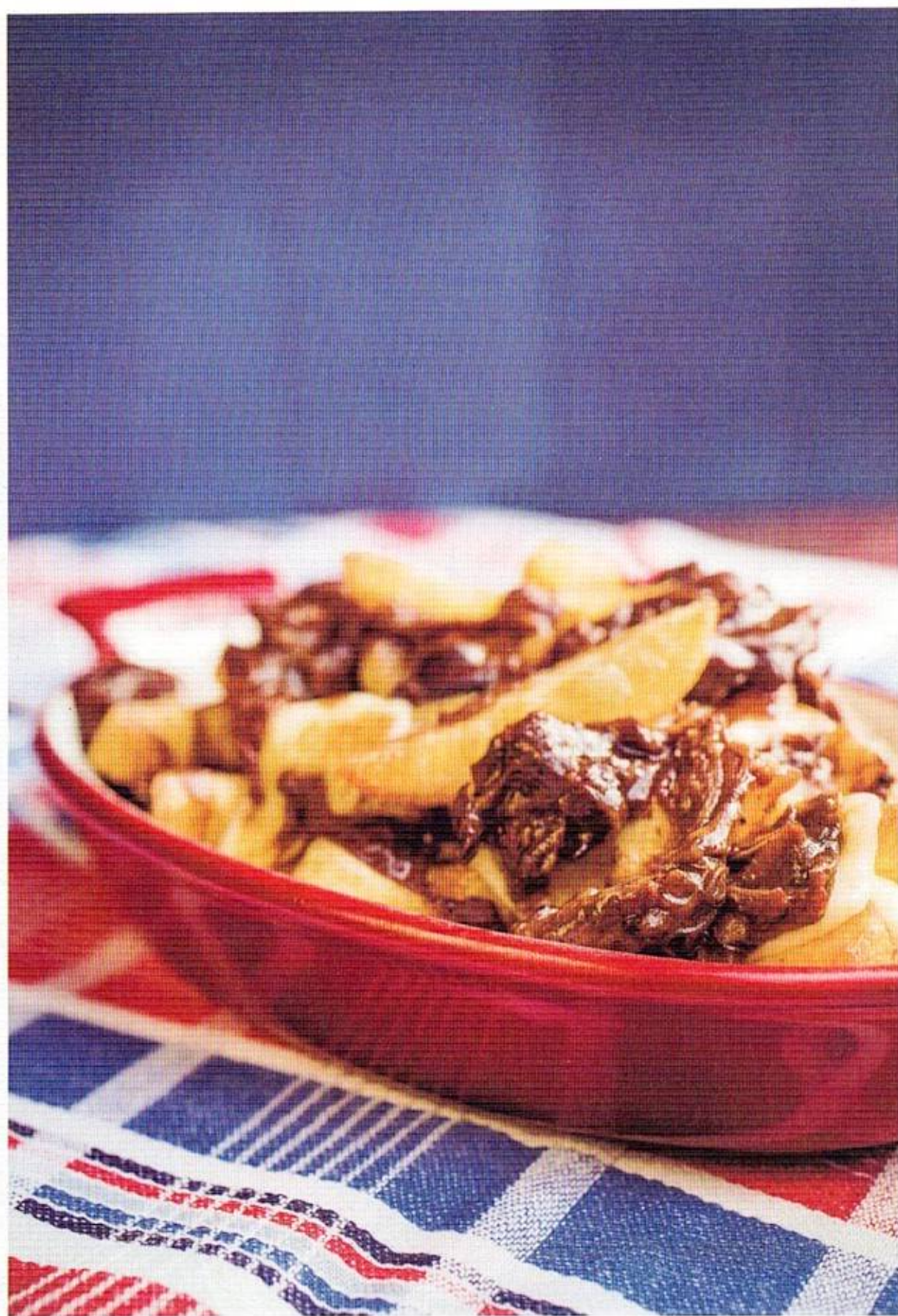
Бланшируйте картофель в кастрюле с подсоленной кипящей водой 10 минут, до начала размягчения, слейте воду.

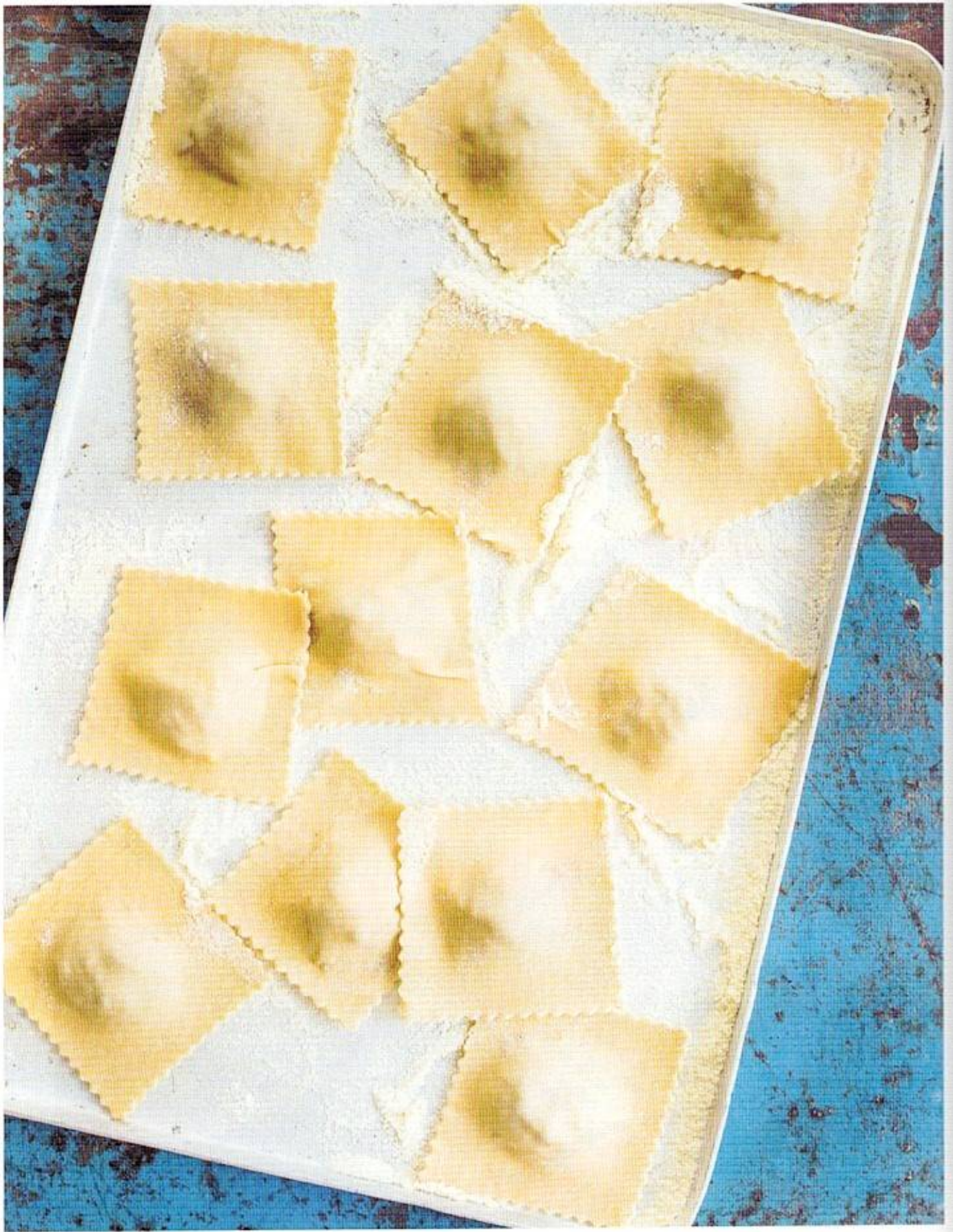
Разогрейте говяжий жир во фритюрнице до 130 °С.

Обжаривайте картофель 8–10 минут до момента, когда масло перестанет пузыриться, это означает, что влага выпарилась. Переложите картофель на бумажные полотенца.

Увеличьте температуру во фритюрнице до 190 °С. Выложите картофель обратно в жир и жарьте 4–5 минут, до золотистого цвета и хрустящей корочки. Переложите на бумажные полотенца и приправьте по вкусу копченой морской солью и черным перцем.

Слегка сбрызните с помощью спрея солодовым уксусом и подавайте.







Я вырос на консервах Heinz — ravioli с говядиной в томатном соусе, что я считаю одним из важнейших достижений XX века (ravioli, а не то, что я их ел). А это то блюдо, на которое консервированные ravioli хотели быть похожими.

Равиоли

Для пасты

600 г пшеничной муки «00»
4 крупных яйца + 6 яичных
желтков
1 ст. л. оливкового масла
щепотка соли
1 яйцо, слегка взболтать,
для смазывания

Для начинки

400 г тушеных ребрышек
(см. стр. 265)
50 г свежих белых хлебных
крошек
50 г пармезана, мелко
натереть
1 яйцо, слегка взболтать

хлопья морской соли
и свежемолотый черный
перец

Для подачи

большая горсть мелко
натертого пармезана
40 г сливочного масла

Сначала сделайте пасту. Всыпьте муку в чашу кухонного комбайна и, включая в пульсирующем режиме, постепенно введите яйца и желтки, в конце добавьте оливковое масло и соль. Вымешивайте тесто несколько минут, затем заверните в пищевую пленку и поместите в холодильник на 1 час.

Для начинки отделите мясо от соуса. Мелко нарежьте мясо, смешайте его с хлебными крошками, пармезаном, яйцом и несколькими столовыми ложками соуса. Приправьте по вкусу.

Сделайте ravioli. Разделите тесто на 4 части и по одной тонко раскатайте с помощью машинки для пасты (я раскатываю до самой меньшей толщины, которую позволяет машинка). Выложите на пласт теста равные небольшие порции начинки и смажьте пространство между ними взболтанным яйцом. Накройте вторым раскатанным листом пасты и аккуратно прижмите тесто вокруг начинки, чтобы склеить его и убрать пузырьки воздуха. С помощью фигурного ножа для пасты или формочки разрежьте ravioli на квадраты около 8 см. Убедитесь, что края ravioli хорошо скреплены, для этого обожмите пальцами тесто по краям, чтобы ravioli не расклеились при отваривании.

Выложите ravioli на подпыленную мукой доску или поднос, накройте слегка влажным кухонным полотенцем, чтобы они не подсыхали. Повторите процесс с оставшимся тестом и начинкой.

Отваривайте ravioli в большой кастрюле с подсоленной кипящей водой около 4 минут, до мягкости пасты. Слейте воду, сохранив небольшой половник. Смешайте горячую воду от варки со сливочным маслом, чтобы получился соус. Подавайте с подогретым мясным соусом, посыпав тертым пармезаном.



Фо — сравнительно «молодое» блюдо, этот суп стали готовить на севере Вьетнама в начале XX века. Когда-то его продавали на рассвете и закате уличные торговцы, которые варили суп на переносных кухнях, представлявших собой два деревянных короба на наплечном коромысле: в одном помещался котел, который подогревали с помощью углей, в другом хранились лапша, специи и посуда. В 1954 году более миллиона вьетнамцев эмигрировали с севера на юг страны, принеся с собой и рецепт ставшего для них повседневным блюда — фо. Уже не связанный с северными традициями, фо стал меняться, появлялись новые вариации рецепта с использованием разных видов мяса, а в бульон стали добавлять лайм, бобовые ростки, кинзу, азиатский базилик, соусы хойсин и шрирача — сейчас во всем мире известен именно такой, расширенный рецепт.

Вьетнамский фо с говядиной

500 г говяжьей рульки
500 г говяжьего
хвоста, нарезать
кусками толщиной 2 см
500 г говяжьей шеи
500 г говяжьей
грудинки
2 крупные луковицы,
разрезать пополам
8 см свежего корня
имбиря

2 целые звездочки
бадьяна
1 палочка корицы
1 ч. л. семян фенхеля
3 бутончика гвоздики
1 ч. л. семян
кориандра
75 мл рыбного соуса
хлопья морской соли
2 ст. л. желтого
кусового сахара

Для гарнира
6–8 порций лапши для
фо
500 г говяжьей
вырезки, нарезать
тонкими ломтиками
поперек волокон
по 1 пучку кинзы,
азиатского базилика
и мяты
100 г обработанных
бобовых ростков

50 г зеленого лука,
нарезать
2 тайских перца
чили или 4 обычных,
нарезать тонкими
ломтиками
2 лайма, разрезать
каждый на 4 дольки
соус хойсин
соус шрирача

Бланшируйте рульку, хвост, шею и грудинку: выложите все мясо в большую кастрюлю, залейте холодной водой, доведите до кипения и варите 10 минут. Затем воду слейте, а мясо промойте холодной водой.

Запеките лук и имбирь, время от времени переворачивая, на решетке гриля, до темно-го цвета со всех сторон.

Выложите мясо и печеные лук и имбирь в кастрюлю, добавьте остальные ингредиенты, кроме гарнира, залейте холодной водой. Доведите до кипения и варите на слабом огне 2 часа, регулярно снимая пену. Достаньте шею и грудинку, остудите и уберите в холодильник.

Продолжайте варить бульон на слабом огне еще 4 часа, по необходимости подливая воду. Аккуратно процедите бульон через

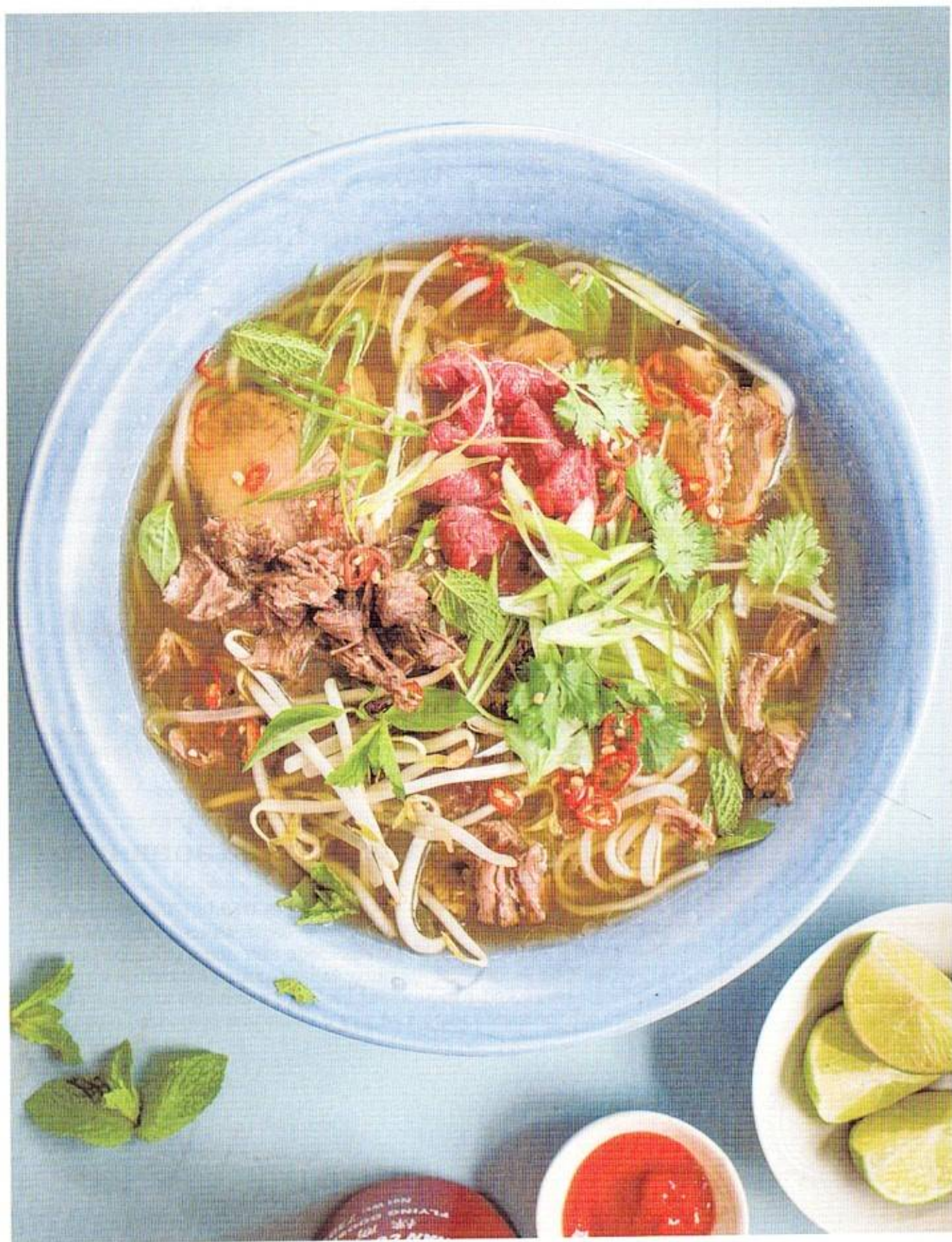
муслин, стараясь не трогать осадок. Лук и имбирь выбросьте.

Приправьте бульон по вкусу, добавив больше рыбного соуса, соли и сахара, если нужно. Снимите мясо хвоста с костей, нарежьте шею, рульку и грудинку.

Отварите лапшу в соответствии с инструкцией на ее упаковке, затем слейте воду.

Для подачи разложите лапшу в глубокие миски, сверху выложите разогретое мясо и влейте горячий бульон.

Подавайте суп горячим, дополнив ломтиками вырезки, зеленью, ростками, зеленым луком, перцем чили, дольками лайма и соусами в отдельных мисках, чтобы каждый мог добавить гарнир по вкусу.





Восточноевропейские евреи в XIX столетии подавали это блюдо с рублеными яйцами в Шаббат. Евреи-иммигранты завезли рецепт в США и продолжали готовить заливное в качестве закуски следующие сто лет. В наши дни простоты и быстрой готовки, мне кажется, его вряд ли делают часто, а жаль — это отличный способ пустить в дело непопулярную часть туши.

Заливное из телячьих ножек

2 телячьи ножки, нарезать кусками по 3 см

2 крупные луковицы, очистить и нарезать кубиками по 1 см

5 зубчиков чеснока, измельчить

3 яйца, сваренных вкрутую, нарезать ломтиками

5 лимонов, нарезать тонкими кружочками

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Бланшируйте ножки: залейте их холодной водой, доведите до кипения, затем слейте воду и промойте холодной водой. Вновь залейте холодной водой, доведите до несильного кипения и варите на слабом огне 4 часа, время от времени снимая пену.

Добавьте морковь и лук, хорошо посолите и поперчите, продолжайте варить на самом слабом огне еще 2 часа, пока липкое мясо, хрящи, сухожилия и связки не будут легко отделяться от костей.

Удалите кости, попробуйте бульон и скорректируйте приправы — добавьте чуть больше, чем обычно, так как при застывании вкус будет более пресным. Нарезьте мясо, хрящи, сухожилия и связки мелкими кусочками и смешайте с чесноком. Процедите бульон через муслин и немного остудите. Влейте слой бульона толщиной 1 см в большую стеклянную форму с плоским дном и уберите в холодильник на 30 минут, чтобы он застыл.

Аккуратно разложите на поверхности застывшего бульона ломтики яйца, затем ровным слоем выложите мясную смесь. Влейте оставшийся бульон, вместе с луком и морковью, слоем толщиной примерно 4 см.

Уберите форму с заливным в холодильник и дайте ему застыть. Когда заливное затвердеет, удалите ножом слой жира, собравшегося на поверхности. Застывшее заливное можно нарезать кубиками и подать как закуску, дополнив кружочками лимона.



2 ст. л. оливкового масла

1 говяжий хвост, нарезать толстыми кусочками

4 крупные моркови, нарезать

4 крупные луковицы, очистить и нарезать

4 зубчика чеснока, нарезать

1 мешочек со специями (10 горошин черного перца, 1 звездочка бадьяна, 1 веточка тимьяна)

2 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)

5 яичных белков

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

черный трюфель или отварной говяжий язык для подачи

Говяжий «чай» из хвоста

Термос говяжьего «чая» традиционно согревал поколения британских футбольных болельщиков в холодное время года. В наши дни в растворимой форме — достаточно просто залить горячей водой — под торговой маркой Bovril он продается на всех стадионах Англии. Именно крепким говяжьим бульоном согревались и участники знаменитых антарктических экспедиций во главе с Эрнестом Шеклтоном. Я же впервые попробовал говяжий «чай» в пабе Джонатана Джонса Anchor & Норе в Лондоне и с тех пор постоянно подкрепляю им свои силы.

Разогрейте оливковое масло в большой кастрюле, выложите куски хвоста и обжарьте до золотистой корочки со всех сторон. Добавьте морковь, лук и чеснок и готовьте до их мягкости, но без изменения цвета. Положите мешочек со специями, влейте бульон и доведите до несильного кипения. Затем неплотно накройте крышкой и варите 4 часа на слабом огне.

Снимите с огня и процедите бульон через двойной слой марли. Промойте марлю. Взбейте яичные белки до мягкой пены.

Верните бульон в кастрюлю и вмешайте взбитые белки. Доведите до несильного кипения, не помешивая, и варите 30 минут.

Аккуратно сделайте достаточно большое отверстие в образовавшейся шапке белков и пены, вычерпайте ставший прозрачным бульон и процедите его вновь через промытый марлю.

Перед подачей разогрейте, приправьте по вкусу и дополните тонкими ломтиками трюфеля или нарезанным тонкими брусочками отварным языком.





На сегодняшнем унифицированном рынке мяса говяжье сердце встречается редко, гораздо популярнее простые в приготовлении стейки или вырезка. Тем не менее любой, кто пробовал хорошо приготовленное сердце, может подтвердить, что это вкуснейший субпродукт. А его приготовление требует лишь малой толики кулинарных умений.

Говяжий «чай» из сердца

1 говяжье сердце	2 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
10 г топленого говяжьего жира	1 мешочек со специями (10 горошин черного перца и 1 звездочка бадьяна)
400 г мелко нарезанной моркови	1 букет гарни (тимьян, лавровый лист и розмарин)
400 г мелко нарезанного лука	8 яичных белков
4 зубчика чеснока	
¼ бутылки мадеры	

Разогрейте духовку до 160 °С.

Очистите сердце и разрежьте его на 4 равные части. Пропустите через мясорубку или мелко нарубите два куска.

Растопите жир в кастрюле-кассероли, спассеруйте на нем морковь, лук и чеснок до мягкости. Влейте мадеру и уварите наполовину, затем влейте бульон, положите мешочек со специями и букет гарни, доведите до кипения. Добавьте целые куски сердца.

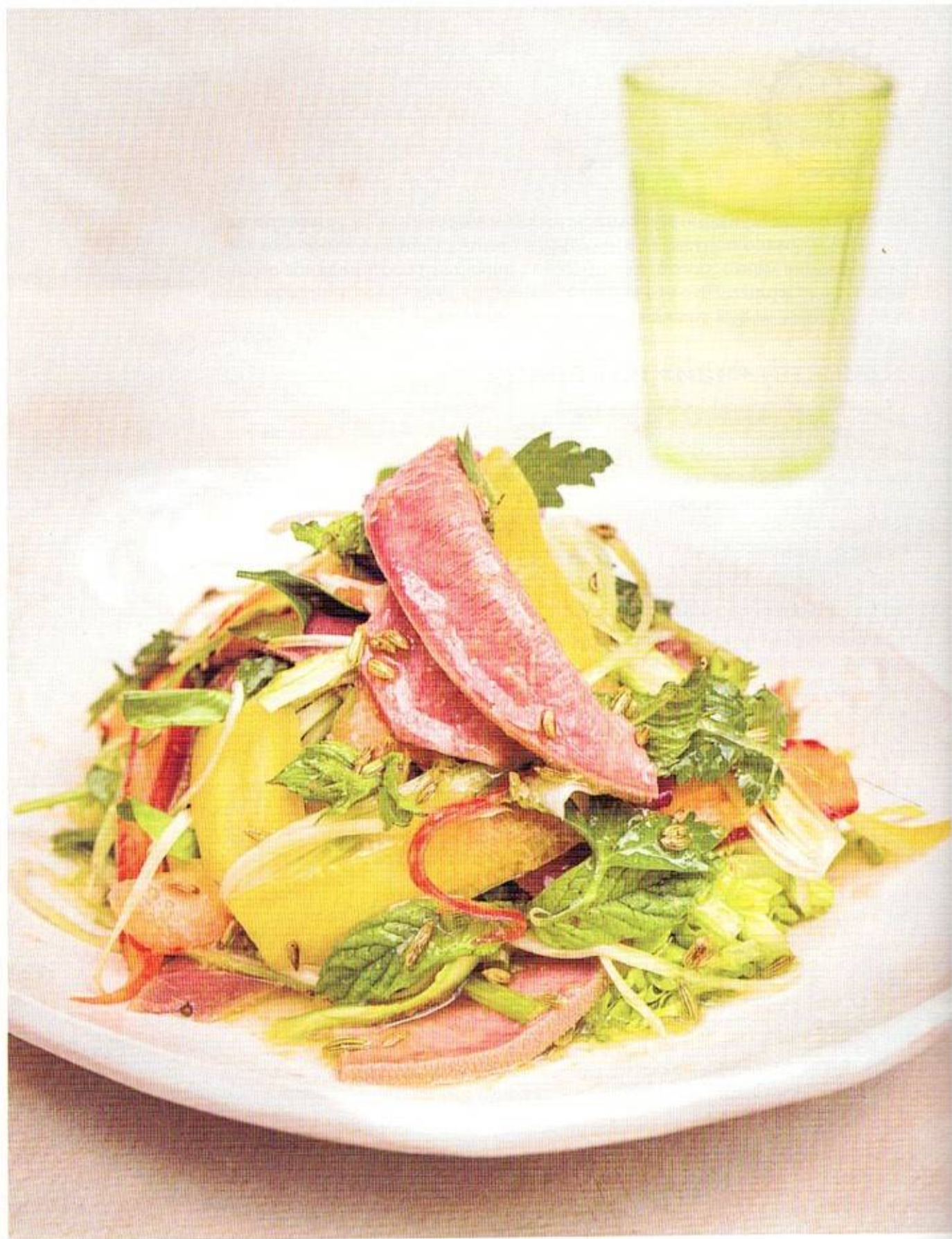
Накройте крышкой и поместите в духовку на 4 часа, до полной мягкости мяса. Достаньте из духовки и перелейте жидкость в другую кастрюлю, сохранив куски сердца.

Тщательно снимите пену с бульона. Взбейте яичные белки до мягкой пены, смешайте с измельченным сердцем и выложите в кастрюлю с бульоном. Поместите на слабый огонь и варите, не помешивая, 20 минут. Сверху образуется шапка из белков и пены – это и есть процесс осветления бульона.

Снимите с огня и аккуратно процедите через двойной слой муслина, по 1 половнику за раз, стараясь, чтобы в бульон не попала смесь сверху.

Нарежьте отварное сердце кубиками по 5 мм и разложите в 8 чайных чашек. Приправьте бульон по вкусу и разлейте по чашкам. Подавайте в качестве закуски.

Также «чай» из сердца можно остудить, чтобы он превратился в желе, и подать в викторианской манере, как заливное – почти забытый сейчас вариант подачи.





1 соленый говяжий язык, около 1 кг
1 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
2 звездочки бадьяна
1 палочка корицы

маленькие головки листового салата для подачи
слоу из овощной стружки и трав (см. стр. 122)
для подачи

Салат с тушеным языком

Я не был фанатом языка до тех пор, пока не попробовал его в заведении мистера Пенга Hunan в лондонском районе Пимлико. Если вы думаете, что хорошо знаете и любите китайскую кухню, я рекомендую вам посетить этот ресторан — лучше я не встречал. Это моя интерпретация блюда из его меню.

Замочите язык в холодной воде на ночь.

На следующий день хорошо промойте язык под холодной водой, затем снова замочите в холодной воде на 1 час.

Разогрейте духовку до 120 °C.

Поместите язык в большую утятницу, залейте холодной водой и доведите до кипения. Слейте воду, снова промойте холодной водой. Верните язык в утятницу, влейте бульон и доведите до слабого кипения.

Накройте утятницу крышкой и поместите в разогретую духовку на 2 часа, до мягкости языка.

Достаньте язык из жидкости и остудите. Аккуратно очистите от кожицы — она должна легко отойти. Процедите бульон и залейте им очищенный язык. Накройте и уберите в холодильник до подачи.

Достаньте язык из бульона, нарежьте тонкими ломтиками. Подавайте, выложив поверх нарезанного салата, посыпав слоу из овощной стружки и трав сверху.



100 г изюма без косточек
100 мл хереса Pedro Ximénez
100 мл уксуса Pedro Ximénez

1 небольшой соленый говяжий язык, около 1 кг, замочить в холодной воде на ночь
2 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
2 луковицы, очистить и нарезать ломтиками

2 моркови, нарезать ломтиками
2 стебля сельдерея, нарезать ломтиками
2 зубчика чеснока, измельчить
1 букет гарни (тимьян, розмарин и лавровый лист)
25 г сливочного масла

100 г мелкого бланшированного (без кожицы) миндаля
свежемолотый черный перец
картофельное пюре с оливковым маслом extra virgin (см. стр. 61) для подачи

Говяжий язык с изюмом и миндалем

Как и другие субпродукты, с введением интенсивного животноводства язык стал выходить из моды. Мясо подешевело, и мы все меньше ценим субпродукты. А зря, ведь во многих странах язык считается настоящим деликатесом, а часто и самой вкусной частью животного.

Замочите изюм в смеси хереса и уксуса.

Хорошо промойте язык под проточной холодной водой и замочите в холодной воде на 1 час.

Разогрейте духовку до 120 °С. Поместите язык в большую утятницу, залейте холодной водой и доведите до кипения. Слейте воду, снова промойте холодной водой. Верните язык в утятницу, влейте бульон и доведите до слабого кипения. Накройте крышкой и поместите в разогретую духовку на 2 часа, до мягкости языка. Язык готов, когда его поверхность станет белой, а нож легко проходит в его самой толстой части. Рассчитать время готовки можно по весу языка: около 15 минут на каждые 100 граммов его веса.

Достаньте язык и очистите его от белой кожицы, когда он слегка остынет – так, чтобы его можно было брать руками. Теплый язык чистить намного проще, чем холодный.

Растопите сливочное масло в маленькой сковороде, выложите миндаль и обжарьте до золотистого цвета. Добавьте изюм и 200 мл бульона от тушения языка, уварите до половины объема жидкости. Скорректируйте приправы.

Тонко нарежьте язык и полейте соусом из изюма и миндаля. Подавайте с картофельным пюре с оливковым маслом extra virgin.



Покупка

Большинство наших знаний о том, как проверить, качественная ли говядина, неверны. Некоторые из таких заблуждений основаны на том, во что нас заставляют верить супермаркеты, маркетинг и реклама. Также играет роль информация, которую сообщает жителям Америки их Департамент сельского хозяйства (USDA), рекламирующий говядину зернового и кукурузного откорма, а европейцы, к сожалению, тоже воспринимают это как истину. Присмотритесь к вашей говядине. Она должна быть сухой, не влажной, а слой жира должен быть желтоватым, а не белым. Мясо должно иметь аппетитный красный цвет — те мышцы, которые много работали, темнее и вкуснее тех, которые не работали.

Мраморность

Большинство экспертов скажут вам, что великолепный вкус стейка зависит напрямую от мраморности. Это убеждение исходит от USDA, который делит говядину на сорта в соответствии именно со степенью мраморности мяса зернового откорма, причем прослойки жира у такого мяса белого цвета. У мяса травяного откорма мраморность желтоватая, если ее вообще заметно. Межмышечный жир такого мяса обычно не виден невооруженным глазом; и хотя мы не видим этот жир, это вовсе не значит, что такое мясо менее вкусное.

Запах

Для меня это самая важная характеристика. Нос — чудесный инструмент, он дает нам безошибочную информацию: если мясо пахнет приятно, оно хорошее; неприятно — плохое. Это действительно очень просто. У свежестеженого куска мяса сладковатый, слегка мясной запах; если кусок отрезали давно, запах становится неприятным, кисловатым — такой обычно бывает у мяса влажной выдержки.

На ощупь

Хорошее мясо не должно быть влажным или липким. Оно должно быть плотным, а не мягким или рыхлым.

Цвет

У мяса животных травяного откорма цвет более темный, чем у мраморного мяса зернового откорма. Когда отрезанная поверхность мяса взаимодействует с кислородом, миоглобин делает его ярко-красным. Если же мясо не свежестеженое, но имеет такой цвет, это значит, что оно хранилось в бескислородной среде, в вакуумном пакете. В супермаркетах стейки упакованы в вакуумные пакеты не случайно — так они сохраняют свежий вид, ведь в естественных условиях мясо становится к концу дня из ярко-красного коричнево-красным. Оно не испортилось — такие стейки столь же хороши, что и упакованные в вакуум ярко-красные, но стейки коричневатого цвета труднее продать.

Этикетка

Внимательно изучайте информацию на этикетке мяса из супермаркета. Только то мясо заслуживает вашего внимания, на котором есть знаки, свидетельствующие о том, что оно органическое (например, RSPCA Freedom Food). Часто производители изобретают различные хитрые формулировки, чтобы убедить покупателя, что он имеет дело с органическим мясом, — игнорируйте такой продукт.

На что еще обращать внимание

Лучшая говядина – от животных травяного откорма, как положено в природе, чистопородных, свободного выгула, минимум двухлетнего возраста (а лучше трехлетнего), без гормонов, без усилителей роста, и счастливых: они должны проделывать короткий путь до скотобойни, а умерщвляться быстро и гуманно.

В наши дни говядину можно заказывать онлайн, но лучше предварительно поинтересоваться, где и как выращивалось животное и в каком возрасте поступило на скотобойню. Спрашивайте о породе – гибриды растут и набирают вес быстрее, чем чистопородные животные, а потому мясо у них менее насыщенное по вкусу. Мои любимые породы – это Декстер, Ангус, Лонгхорн и Галлоуэй.

Если вам смогут ответить на все эти вопросы – смело заказывайте мясо. Конечно, лучший способ из всех – найти своего мясника. Если он или она может ответить на те же самые вопросы, вы нашли того, с кем можно строить долгие и доверительные отношения. Будьте преданы и благодарны своему мяснику, и получите от него немало настоящих деликатесов.

Приоритеты

Большинство из нас могут себе позволить потратить немного больше на мясо, но приобрести меньшее количество наилучшего качества – когда продукт такой питательный, много и не нужно. Мы можем покупать мясо, яйца и молоко от тех животных, которые проводили свою жизнь на пастбищах и в свободном выгуле, а не в вонючих, грязных и тесных стойлах или клетках. Мы вправе не участвовать в жестокости, которая характеризует отношение к животным на промышленных фермах. Выращивать животных в правильных условиях дороже, чем промышленными методами, соответственно, нужно быть готовым заплатить за такие продукты больше, но знать при этом, что животное, чье мясо мы едим, росло в хороших условиях, к нему относились с уважением, а умерщвлено оно было максимально гуманно.

Если достаточно состоятельные люди будут готовы платить немного больше за качественную

еду, это станет гарантией доходов честных фермеров, которые производят лучшую продукцию. Платим больше мы не без причины: вкусная еда требует больших усилий по ее выращиванию, что стоит денег. Исторически люди ели животных практически целиком, но в наши дни мы привыкли только к лучшим частям, премиальным отрубам – вырезке, стейкам, отбивным, мы отказываемся от всего, в чем чуть больше текстуры, соединительной ткани, а ведь в результате такое мясо лучше на вкус. Более дешевые отрубы, как ни парадоксально, вкуснее. Да, их чуть сложнее готовить, но конечный результат неизменно радует. У меня нет ни малейших сомнений, что мясо медленно выращенного животного хоть и стоит немного дороже, на вкус гораздо лучше, чем мясо животных, выращенных интенсивным методом.

В идеальном мире мы покупаем органическую еду не только для собственного здоровья, но и заботимся о той земле, которую оставляем в наследство следующим поколениям. Пестициды опасны для всего, с чем взаимодействуют, не только для нас как потребителей, они загрязняют землю, воду и воздух. Мы должны быть готовы платить больше за ту еду, производство которой не вредит окружающей среде. Продукты, выращенные в вашей стране, обычно стоят дороже, чем те, что привезли с другой стороны земного шара. Давайте же покупать то, при доставке чего не использовалась куча топлива и не загрязнялись воздух или вода. Это наш маленький вклад в борьбу за чистоту планеты.

На самом деле траты на лучшую по качеству еду (местную, цельную, органическую) окупятся с лихвой, когда речь идет о нашем здоровье. Меньше придется тратить на лекарства, услуги дантиста, витаминные препараты и медицину в целом. Можно платить фермеру, а можно – госпиталю. Давайте выберем фермера.





Вероятно, с герцогом Веллингтоном данное порождение XX века не имеет ничего общего, но какое же это великолепное блюдо для воскресного ланча, особенно если вы хотите кого-нибудь поразить. В большинстве рецептов присутствует слой фуа-гра, и это роскошный ингредиент, улучшающий вкус блюда, однако в моем рецепте ее добавление необязательно.

Говядина «Веллингтон»

800 г говяжьей
вырезки
1 ст. л. оливкового
масла
250 г лесных грибов
ассорти
50 г сливочного масла

1 крупная веточка
тимьяна
100 мл мадеры
250 г фуа-гра
(по желанию)
8 ломтиков вяленой
ветчины

пшеничная мука
на подпыл
1 яйцо, взболтать
хлопья морской соли
и свежемолотый черный
перец
200 мл подливки
с мадерой

Для слоеного теста
325 г муки из пшеницы
твердых сортов
1 ч. л. мелкой
морской соли
325 г сливочного
масла
150 мл холодной воды

Сделайте тесто. Просейте муку и соль в миску. Нарежьте масло, добавьте к муке и перемешайте пальцами, не до однородности. Влейте холодную воду и замесите плотное тесто – но не перемесите его. Накройте пленкой и охладите в течение 30 минут. Выложите на подпыленную мукой рабочую поверхность и раскатайте в квадрат. В тесте будут видны полоски масла – так и должно быть. Заверните правую треть теста к середине, повторите с левой третью. Снова раскатайте и повторите процесс сворачивания. Заверните тесто в пленку и охлаждайте 30 минут.

Разогрейте духовку до 200 °С.

Приправьте мясо и обжарьте со всех сторон на оливковом масле на очень горячей сковороде. Поместите в духовку и запекайте 10 минут. Достаньте, остудите и уберите в холодильник.

Мелко нарежьте грибы. Обжарьте на сливочном масле в большой сковороде с тимьяном на среднем огне, часто помешивая, до мягкости (около 10 минут). Приправьте, влейте мадеру и готовьте еще 10 минут, до выпаривания жидкости. Переложите грибы джюсель в миску, удалите тимьян и остудите.

Нарежьте фуа-гра, приправьте и обжарьте на горячей сухой сковороде.

Выложите 2 больших квадрата пленки на разделочную доску. Сверху выложите ветчину,

слегка внахлест. Разложите половину грибов джюсель поверх ветчины, в центр положите вырезку, на нее – оставшиеся грибы. С помощью пленки заверните вырезку с грибами в ветчину, чтобы получилась толстая колбаска, плотно завяжите концы пленки – чем плотнее, тем лучше. Уберите в холодильник, пока занимаетесь тестом.

На слегка подпыленной мукой рабочей поверхности раскатайте треть теста в прямоугольник на 3 мм больше, чем сверток с вырезкой. Выложите тесто на противень, выстеленный пергаментом. Раскатайте остальное тесто в прямоугольник толщиной около 3 мм.

Аккуратно разверните вырезку и выложите в центр меньшей части теста. Сверху выложите фуа-гра, смажьте края теста, верхушку и бока завернутой вырезки яйцом. Намотав на скалку, поднимите большую часть теста и поместите сверху на вырезку, хорошо обжав по бокам. Заверните вырезку полностью в тесто, тщательно зажимая или скрепив нажатием зубчиков вилки его края. Смажьте яйцом и уберите в холодильник минимум на 20 минут.

Разогрейте духовку до 200 °С. Смажьте тесто еще одним слоем яйца и поместите в духовку примерно на 30 минут, до золотистой хрустящей корочки. Дайте отдохнуть 10-15 минут, затем подавайте, нарезав толстыми кусками, с подливкой с мадерой и гарнирами на ваш вкус.







Нечто вроде пая готовили и египтяне, и древние римляне, и греки, но тесто в те времена не ели, а лишь использовали для удержания начинки. Со временем пай изменился, и уже в средневековой Европе тесто начали делать съедобным, оно стало важной составляющей блюда. Существует две разновидности пая: с основой и крышкой из теста и только с крышкой, рецепт последнего я и привожу.

Пай с говядиной и элем

около 50 г топленого говяжьего жира
700 г говяжьей шеи, нарезать крупными кусочками
20 г пшеничной муки, приправленной солью и перцем
200 г копченого бекона, нарезать кубиками
2 луковицы, очистить и нарубить
2 крупные моркови, нарубить
300 мл темного эля
400 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
1 букет гарни (тимьян, розмарин, лавровый лист)
2 ст. л. коричневого соуса
1 отрезок мозговой кости длиной 7 см
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Для теста

500 г самоподнимающейся муки + немного на подпыл
1 ч. л. разрыхлителя теста
½ ч. л. мелкой морской соли
100 г сливочного масла, охладить и натереть
100 г костного мозга, охладить и натереть
около 150 мл ледяного молока + немного для смазывания

Разогрейте духовку до 140 °С.

Разогрейте жир в большой сковороде на сильном огне. Обваляйте мясо в муке со специями и партиями обжарьте до золотистой корочки, не перегружая сковороду. Перекладывайте обжаренное мясо в кастрюлю-кассероль.

Слегка убавьте огонь, выложите бекон, лук и морковь, готовьте до золотистого цвета овощей. Переложите к мясу.

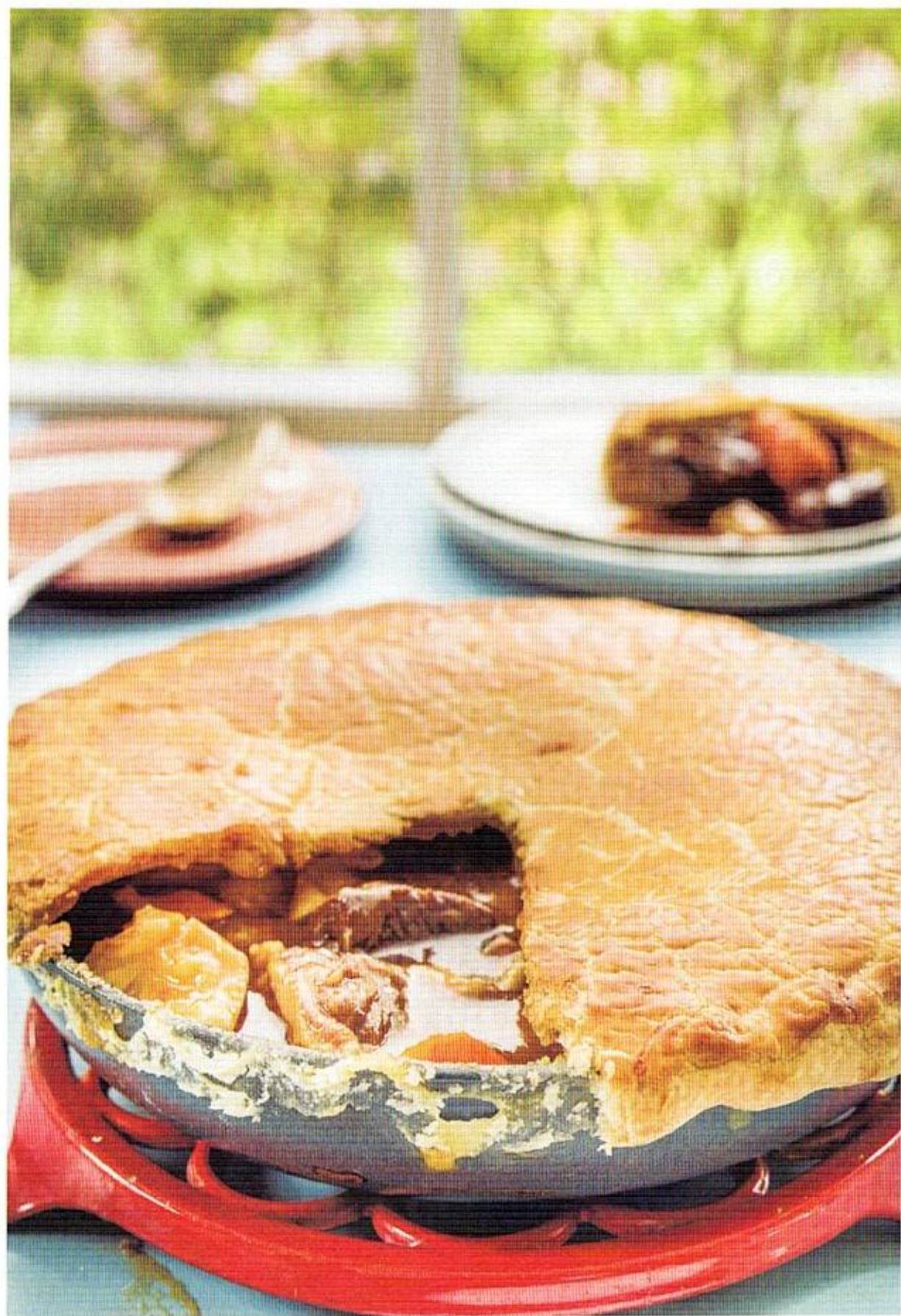
Влейте немного эля в сковороду и доведите до кипения, отскребая от дна приставшие соки от жарки. Перелейте к мясу, добавьте оставшийся эль, бульон, букет гарни и коричневый соус, приправьте и доведите до кипения. Накройте, поместите в духовку на 2 часа, затем снимите крышку и готовьте, время от времени помешивая, еще 1 час, до мягкости мяса.

Достаньте, скорректируйте приправы, удалите травы и переложите в круглую форму для пая. Остудите до комнатной температуры.

Сделайте тесто. Смешайте муку с разрыхлителем и солью в большой миске. Вмешайте холодное масло и костный мозг. Влейте столько ледяного молока, чтобы вымешать тесто с помощью лопатки. Сформируйте в виде диска, заверните в пленку и уберите в холодильник минимум на 1 час.

Разогрейте духовку до 180 °С.

Слегка подпылите мукой рабочую поверхность и раскатайте тесто в пласт толщиной 1 см. Поместите в центр начинки мозговую кость (как на фото). Выложите тесто поверх начинки, прижимая к краям, чтобы оно приклеилось, и прорезав в центре отверстие для кости. Большим и указательным пальцами фигурно зашипите тесто по краю. Смажьте тесто молоком, поставьте на противень и поместите в духовку примерно на 45 минут, до золотистого цвета теста. Перед подачей посыпьте хлопьями морской соли.





Ланкашир — графство с прекрасными кулинарными традициями, от кровяной колбасы и черного гороха до ланкаширского сыра и консервированных креветок — пожалуй, самая щедрая кухня в стране. Говяжьи ноги — один из местных деликатесов, гораздо менее известный, но, несомненно, его рецепт нельзя предавать забвению. Это блюдо едят холодным, добавляя соль и уксус, или используют, чтобы придать больше вкуса тушеным блюдам, а также в качестве начинки для пая — как в приведенном ниже рецепте.

Пай с говяжьей ногой

1 говяжья нога, разрезать на 4 части
1 кг говяжьей рульки без кости, нарезать кусочками по 5 см
50 г пшеничной муки, приправленной солью и перцем
50 г топленого говяжьего жира
1 л основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
2 крупные луковицы
2 крупные моркови
1 зубчик чеснока
1 яйцо и немного молока для льезона, взболтать
500 г готового песочного теста
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Бланшируйте говяжью ногу: залейте холодной водой и доведите до кипения. Варите 30 секунд, затем слейте воду и промойте в холодной воде.

Разогрейте духовку до 150 °С.

Обваляйте куски мяса в приправленной муке и партиями обжарьте до золотистой корочки на говяжьем жире. Переложите в кастрюлю-кассероль, дегласируйте сковороду говяжьим бульоном, перелейте в кассероль. Добавьте куски ноги, приправьте, доведите до кипения, накройте и готовьте в духовке 3 часа, до мягкости мяса. Очистите и нарубите лук, морковь и чеснок, добавьте к мясу и верните в духовку еще на 1 час.

Процедите содержимое кассероли через частое сито в чистую кастрюлю, удалите кости говяжьей ноги. Уварите до густой желейной массы. Верните в соус мясо и овощи, перемешайте и выложите в форму для пая, достаточно большую, чтобы вместить всю начинку. Остудите до комнатной температуры.

Разогрейте духовку до 180 °С.

Раскатайте тесто на слегка подпыленной мукой рабочей поверхности и накройте форму с начинкой, приклеив края с помощью небольшого количества воды. Смажьте льезоном и готовьте в духовке около 30 минут, до золотисто-коричневой корочки.



«Ростбиф, завернутый в плоский йоркширский пудинг, подается с подливкой для макания» — так это блюдо было описано в меню паба Long Can Hall в Галифаксе, в графстве Йоркшир. Это некий гибрид французского дипа, буррито и йоркширского пудинга. Его можно считать неким недоразумением, но он чертовски восхитителен! Какая все-таки тонкая грань между безумием и гениальностью...

Рулеты из йоркширского пудинга

противень с соками и жиром от запекания мяса

основной говяжий бульон
(см. стр. 112)

крем-фреш с хреном
(см. стр. 227) или горчица

2 больших йоркширских пудинга
(см. ниже)

остатки запеченного
ростбифа, некрупно нарезать
(см. стр. 326, 329)

Поместите противень с соками и жиром от запекания мяса на несильный огонь и влейте бульон. Слегка прогрейте, перемешивая и отскребая кусочки со дна, чтобы получился соус. Сохраняйте теплым.

Смажьте йоркширские пудинги крем-фрешем с хреном или горчицей и выложите нарезанное мясо на один край. Полейте небольшим количеством теплого соуса или подливки и скатайте в рулеты, напоминаящие буррито. Подавайте с оставшимся соусом или подливкой для макания.

Несмотря на то что половина моей семьи родом из северного Йоркшира и они выросли на йоркширских пудингах, которые ели каждое воскресенье, мне понадобились годы, чтобы добиться идеального пудинга. Традиционно пудинги готовились под запекающимся мясом, чтобы впитать вытекающие из него соки и жир, а потому были очень сытной, тяжелой пищей. В наши дни пудинги пекут в духовке, в результате они получаются хрустящими и более объемными, но мне все так же нравятся пудинги с промокшими от мясных соков доньшками...

Йоркширский пудинг

яйца, по 1 на человека

полужирное молоко

пшеничная мука

топленый говяжий жир

Смешайте равные объемы яиц, молока и муки (из 2 яиц получатся два больших йоркширских пудинга). Уберите тесто на ночь в холодильник.

Разогрейте говяжий жир в формочках для пудингов (или для маффинов. — Прим. переводчика) до появления дымка и влейте в каждую по половнику теста. Если хотите делать большие пудинги, влейте в большие формы тесто слоем около 4 см.

Выпекайте в разогретой до 200 °С духовке около 20 минут, до золотисто-коричневого цвета. Затем переверните, чтобы низ тоже приобрел нужный цвет.





Я жил в деревне Сент-Мавес в Корнуолле в течение года и все это время наслаждался корнуэльскими мясными пирогами. Самый лучший из тех, что я пробовал, был приготовлен в заведении The Gardens в ботаническом саду Халигана. В нем был «секретный ингредиент» — горчица. В рецепте ниже она приводится как ингредиент, добавляемый по желанию, потому что это действительно нетрадиционно.

Корнуэльские пироги

Для начинки

450 г говядины хорошего качества, например скерт-стейка
450 г плотного картофеля восковых сортов
250 г брюквы
200 г лука
1 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. английской горчицы (по желанию)
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Для теста

120 г кондитерского или топленого говяжьего жира
25 г маргарина для выпечки
500 г муки из пшеницы твердых сортов + на подпыл
5 г (примерно 1 ч. л.) хлопьев морской соли
175 мл холодной воды
1 яйцо, взболтать, для смазывания

Сделайте тесто. Руками перетрите оба вида жира с мукой до образования крошки. Выложите в чашу стационарного миксера, влейте воду и вымешайте тесто до эластичности. Это может занять больше времени, чем с обычным тестом, но нужно хорошо его вымесить, чтобы оно держало форму. Поместите на 3 часа в холодильник — это очень важно, свежее тесто почти невозможно раскатать.

Разогрейте духовку до 180 °C. Нарезьте мясо и овощи кусочками по 2 см.

Раскатайте остывшее тесто на подпыленной мукой рабочей поверхности и вырежьте 4 круга диаметром 18 см.

Выложите по четверти начинки из мяса и овощей на одну сторону каждого круга теста, хорошо приправьте. Смешайте масло с горчицей и выложите сверху. Накройте начинку свободной стороной теста и плотно зашипайте края. Именно фигурное зашивание делает мясные пироги по-настоящему корнуэльскими, но его почти невозможно описать. Просто плотно склейте края и прижмите зубцами вилки — так тоже пойдет. Смажьте пирожки яйцом.

Поместите пирожки на противень и выпекайте 1 час, до золотистого цвета. Перед подачей остудите в течение 30 минут.



Небольшие пирожки с мясом под названием эмпанадас встречаются повсеместно в Латинской Америке, Испании и Португалии, являясь аналогом наших корнуэльских пирогов в Англии. Чилийские пирожки готовятся с начинкой из говядины, лука, сваренных вкрутую яиц, маслин и изюма, в самом Чили их называют «пино». Хотя национальная гордость обязывает меня назвать самыми вкусными на свете корнуэльские пироги, я настоятельно рекомендую попробовать эти. Потому что они очень, очень хороши.

Чилийские эмпанадас

235 мл молока
300 г топленого говяжьего жира, растопить
625 г пшеничной муки + на подпыл
3 ч. л. хлопьев морской соли
3 крупных луковицы, очистить и нарубить
3 зубчика чеснока, нарубить
 $\frac{1}{4}$ ч. л. острого красного перца
 $\frac{1}{4}$ ч. л. молотого кумина
 $\frac{1}{4}$ ч. л. молотой корицы
400 г говяжьего фарша
100 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112)
150 г изюма без косточек
150 г маслин, нарубить
4 яйца, сваренных вкрутую, нарезать ломтиками
1 яичный желток и 2 ст. л. молока, взболтать
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Разогрейте молоко с 200 г растопленного жира. Смешайте муку с солью в большой миске, влейте молоко с жиром и замесите тесто. Накройте и дайте остыть, затем уберите в холодильник на 2 часа.

Разогрейте остаток жира в большой сковороде на среднем огне. Выложите лук, чеснок, паприку, кумин, корицу, соль и перец, готовьте, помешивая, 8-10 минут, до золотистого цвета лука. Добавьте фарш, перемешайте и готовьте до коричневого цвета. Слейте из сковороды жир, влейте бульон, всыпьте изюм и готовьте до полного выпаривания жидкости.

Вмешайте маслины и вареные яйца, снимите с огня и дайте остыть.

Разогрейте духовку до 190 °C.

На слегка подпыленной мукой рабочей поверхности раскатайте тесто в пласт толщиной 3 мм. Вырежьте из него кружки диаметром 12 см и разложите на них по центру равные порции начинки. Сверните пирожки пополам, скрепите края, прижимая их зубцами вилки. Смажьте пирожки льезоном из желтка и молока и выложите на противни, выстеленные пергаментом.

Выпекайте около 25 минут, до золотистого цвета.







Всем нравится простая добрая картофельная запеканка с мясом, но иногда я заменяю обычный говяжий фарш каким-нибудь другим, более интересным по вкусу мясом. В ранних кулинарных книгах для запеканок использовали различные мясные остатки. Форму для пирога наполняли слоем картофельного пюре, и сверху начинку также покрывал слой пюре. У меня немного иной вариант — фаршированный картофель, и я использую для начинки тушеные ребрышки.

Фаршированный картофель пармантье

1 кг крупного хорошо разваривающегося картофеля
1 кг тушеных ребрышек (см. стр. 265)
4 ст. л. рубленой петрушки
50 г рубленого костного мозга

1 ст. л. топленого говяжьего жира, растопить
250 г сливочного масла
250 мл жирных сливок
6 яичных желтков
хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Выложите картофель на противень и запеките при 180 °C в течение 45 минут, до мягкости.

Удалите из тушеных ребрышек кости, мелко нарежьте мясо и разомните овощи. Выложите мясо с овощами в кастрюлю. Доведите соус от тушения до кипения и влейте к мясу с овощами. Уварите наполовину, до густоты, приправьте по вкусу. Вмешайте петрушку и костный мозг.

Достаньте картофель из духовки и слегка остудите, затем выскребите мякоть, оставляя стенки толщиной 5 мм. Смажьте картофельные «лодочки» говяжьим жиром, приправьте и верните в духовку, чтобы они подсыхли и стали золотистыми и хрустящими.

В отдельной кастрюле доведите до кипения смесь сливочного масла и сливок. Пропустите картофель через пресс (или используйте толкушку для картофеля). Постепенно вмешайте в пюре горячую сливочную смесь. Затем вмешайте желтки, перемешав до однородности. Приправьте, выложите пюре в кондитерский мешок.

Достаньте картофельные «лодочки» из духовки и выложите на решетку для остывания. Разложите в углубления мясо с овощами в соусе, до краев, сохранив часть соуса, затем выдавите сверху пюре.

Поместите фаршированный картофель в духовку на 10 минут, затем слегка полейте сверху соусом. Подавайте как гарнир к стейку на гриле или как самостоятельное блюдо.



8 листов свежей пасты для лазаньи
600 г соуса для спагетти
болоньезе (см. стр. 238)
или рагу
пармезан, мелко натереть
оливковое масло extra virgin
листочки свежей зелени
(петрушка, орегано, базилик)
для подачи

Для сырного соуса
125 мл молока
15 г сливочного масла
15 г пшеничной муки
25 г сыра стилтон, натереть
25 г чеддера, натереть

25 г сыра с промной
корочкой, натереть
щепотка свеженатертого
мускатного ореха
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Открытая лазанья

Считается, что лазанья — одно из древнейших блюд с пастой, и существует масса ее вариаций. Здесь она подается порционно, как в ресторане, выглядит эффектно, а готовится при этом очень просто.

Сделайте сырный соус. Влейте молоко в кастрюлю и прогрейте до образования пены, затем убавьте огонь до слабого и поддерживайте молоко теплым. В отдельной кастрюле на среднем огне растопите масло. Всыпьте муку и перемешивайте венчиком до образования светлой и однородной пасты-ру.

Продолжая энергично вымешивать, вливайте в ру по 1 половнику молока за раз. Каждый раз вымешивайте до однородности, прежде чем добавить следующую порцию молока. После введения всего молока взбивайте соус 2 минуты до загустения. Вмешайте все виды сыра, мускатный орех, соль и перец. Вымешивайте до полного растворения сыра.

Отварите листы пасты в подсоленной воде до состояния аль денте.

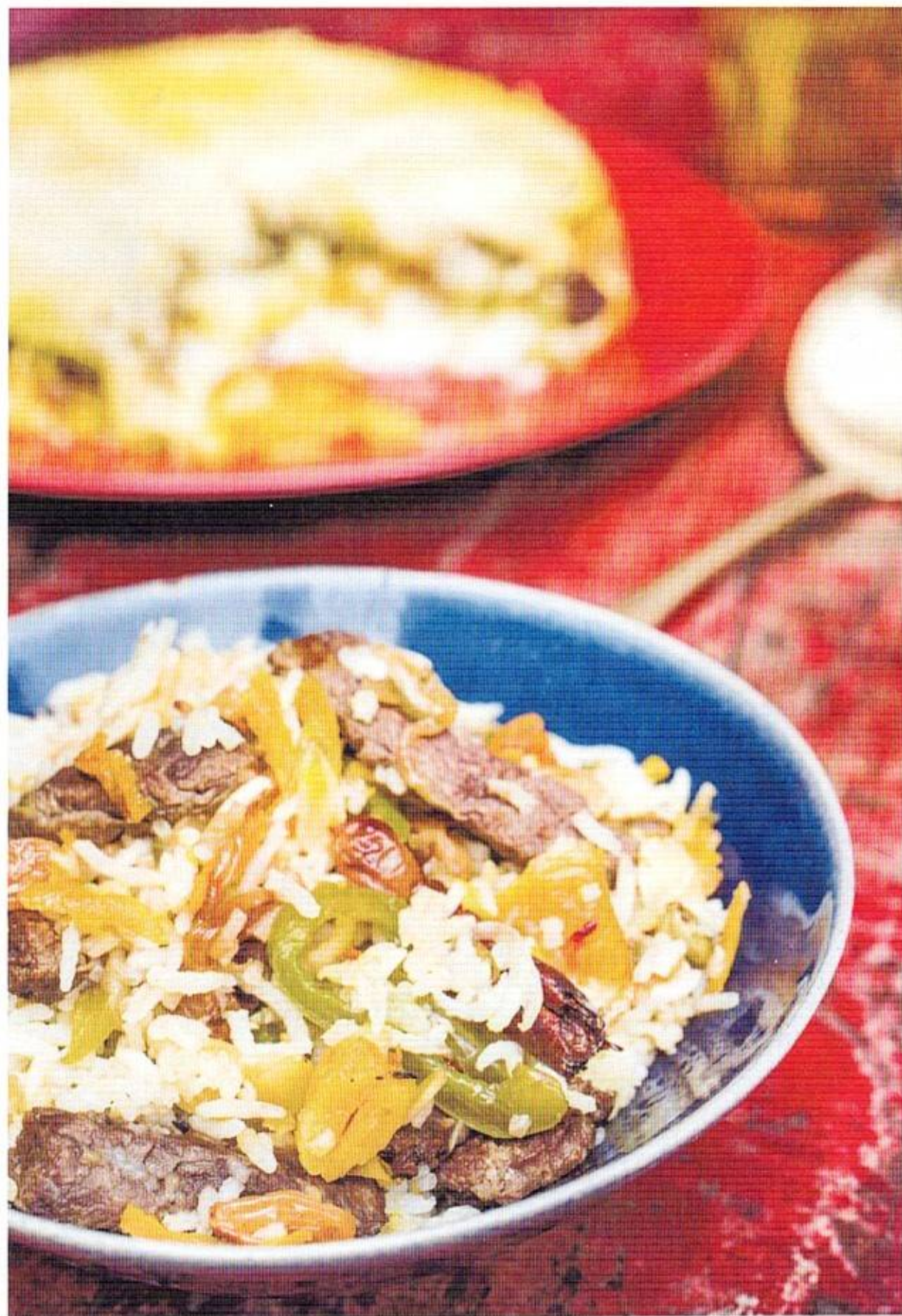
В отдельной кастрюле разогрейте соус или рагу, если нужно, прогрейте и сырный соус.

Налейте по ложке мясного соуса на дно каждой подогретой тарелки, сверху выложите лист сваренной пасты. Повторите, завершите 50 мл (или 2–3 столовыми ложками) сырного соуса в центре последнего листа пасты, стараясь, чтобы он не стек по краям.

Посыпьте каждую лазанью тертым пармезаном. Поместите под гриль, чтобы сыр расплавился, а паста прогрелась и начала становиться золотистой и хрустящей по краям.

Сбрызните оливковым маслом и посыпьте зеленью.







Бирьяни — королевское блюдо для особых случаев. Аромат, который оно источает, ни с чем не сравним! Его готовят на большой территории, от Ирана до Индии и Пакистана, и рецепт может варьироваться в зависимости от региона. Не стоит путать бирьяни с пловом, который готовится методом соединения сырых ингредиентов в самом начале, в то время как все компоненты бирьяни готовятся по отдельности, а соединяются лишь перед подачей.

Бирьяни с говядиной по-персидски

15 г мелко нарубленного чеснока
15 г очищенного и мелко нарубленного свежего корня имбиря
15 г мелко нарубленного зеленого перца чили
800 г говяжьей шеи
400 г риса басмати
150 г топленого масла (гхи)
1 крупная луковица, очистить и нарезать тонкими ломтиками

2 зеленых сладких перца, удалить семена и тонко нарезать
75 г кураги, нарезать
50 г светлого изюма без косточек
50 г хлопьев миндаля
4 маленькие палочки корицы
6 коробочек черного кардамона
6 коробочек зеленого кардамона

1 ч. л. горошин черного перца, слегка раздробить
¼ ч. л. нитей шафрана
мелко натертая цедра и сок 1 маленького апельсина
2 моркови, натереть
250 мл основного говяжьего бульона (см. стр. 112), прогреть
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

С помощью ступки и пестика разотрите чеснок с имбирем и чили в однородное пюре.

Нарежьте мясо небольшими брусочками, выложите в неглубокую миску, перемешайте с приготовленным пюре. Накройте и оставьте мариноваться на 1 час.

Разогрейте духовку до 170 °С.

Залейте рис соленой холодной водой на 1 час, затем слейте воду и промойте. Влейте кипящую воду в кастрюлю с рисом, проварите 6 минут, слейте воду.

Поставьте большую сковороду на средне-сильный огонь и положите 2 столовые ложки топленого масла. Приправьте говядину и партиями обжаривайте, каждый раз добавляя еще масла. Переложите все мясо в миску.

Добавьте в сковороду еще масла, выложите лук и сладкий перец и обжаривайте 10 минут, помешивая, до карамелизации лука и мягкости перца. Переложите в миску.

Добавьте еще 1 столовую ложку масла в сковороду и выложите курагу, изюм, миндаль, специи и цедру апельсина. Обжарьте, помешивая, на среднем огне 4-5 минут, до золотистого цвета миндаля. Всыпьте тертую морковь и готовьте еще 2 минуты, чтобы она размягчилась. Снимите с огня и влейте апельсиновый сок.

Смажьте жаропрочную посуду с крышкой изнутри топленным маслом, выстелите дно и стенки бумагой для выпечки и также смажьте маслом. Выложите на дно одну пятую часть риса, затем половину луковой и половину мясной смеси. Приправьте, выложите слой риса, затем половину моркови и сухофруктов со специями. Далее снова слой риса. Выравнивайте каждый слой, чтобы они были аккуратными. Повторите все слои, завершив слоем риса. Влейте все соки и горячий бульон, накройте чистым кухонным полотенцем и крышкой. Запекайте 45 минут, до полной готовности риса. Аккуратно переверните на большое блюдо, удалите бумагу и подавайте.

Мое идеальное запеченное мясо

Первое, с чем нужно определиться, — это какую именно часть туши выхотите запечь. Классические отрубы для запекания — тонкий край, толстый край, кострец (огузок), бедро, вырезка и ребра. Все они, кроме ребер, продаются обычно без костей. Если вам не нравится разделять мясо на кости, не берите ребра, хотя лично я предпочитаю мясо именно на кости, так как это придает ему особенную сочность. При выборе мяса без костей остановитесь на огузке, хотя он обычно продается не как мясо для запекания. В качестве небольшого куска говядины для запекания лучше всего взять среднюю часть отруба рибай.

Выбранная говядина должна быть темной по цвету, что является признаком того, что мясо выдержанное, и иметь тонкий слой желтого жира, который придает насыщенность вкусу и предохраняет мясо от пересыхания. Если есть небольшая видимая мраморность — это хорошо, но она не должна быть слишком выраженной, тем более в виде толстых полосок жира. Помните — хорошая мраморность та, что образуется при медленном выращивании животного, и чаще всего практически неразличима на вид — но она есть и придаст вашему мясу нужную сочность.

Затем вам нужно решить, сколько покупать. Не волнуйтесь, если купите больше, чем нужно, ведь все любят холодный ростбиф! В качестве подсказки имейте в виду такие цифры: 2 кг мяса на кости или 1,4 кг мяса без костей хватит, чтобы накормить шестерых.

Температура и время

Дайте говядине прогреться до комнатной температуры, достав ее из холодильника минимум за час до запекания, на жаргоне шеф-поваров это называется «темперирование». Когда мясо прогреется, вам нужно определиться с тем, при какой температуре его готовить. Существует несколько разных точек зрения на идеальную для запекания температуру, но мой опыт подсказывает, что сначала нужно поместить говядину в горячую духовку, нагретую до 220 °C, на первые 20 минут, затем убавить температуру до 160 °C на все оставшееся время для достижения лучшего результата. Сколько этот второй этап будет длиться, зависит и от размера куска, и от того, каким вы хотите его получить в результате.

- На кости, средне-слабая степень прожарки: 30 минут на 1 кг веса или до достижения внутри температуры 60 °C.

- На кости, средняя степень прожарки: 35 минут на 1 кг веса или до достижения внутри температуры 65 °C.

- На кости, средне-сильная степень прожарки: 40 минут на 1 кг веса или до достижения внутри температуры 70 °C.

Отдых

После запекания полностью выключите духовку, чтобы мясо начало отдыхать уже в ней, с оставшимся жаром, в течение 20 минут или около того. Мышечные волокна внутри мяса сжимаются во время запекания, а отдых дает им расслабиться, к тому же в куске мяса равномерно распределяются соки, что делает его мягким и сочным. После извлечения из духовки мясо продолжает отдыхать. После 30 минут отдыха (в целом) кусок можно нарезать, но вы можете сохранять его в тепле до 1 часа, до достижения температуры внутри 55 °C, и в течение всего этого времени вкусовые качества мяса только улучшаются.

Нарезание

Еще не все. Да, ароматы сводят с ума, и вы наверняка уже отщипнули хрустящий кусочек и съели, пока никто не видел, — это привилегия повара. Если вы нашли хороший, выдержанный кусок говядины от животного нужной породы, приготовили и дали отдохнуть по всем правилам, было бы преступлением неверно нарезать мясо.

Прежде всего, убедитесь, что ваши ножи острые — чем острее, тем лучше. Всегда режьте на разделочной доске. Лучше не давить с силой на нож; дайте острому лезвию сделать свою работу, и режьте длинными, плавными движениями. Слишком сильное давление нарушает форму вашего ростбифа, а ломтики получаются деформированными. Внимательно следите за положением кончика и рукоятки ножа, чтобы нарезать равными по толщине ломтиками, а не разными кусками. Когда при разрезании вы дойдете до кости, не режьте ее, так как это сразу затупит ваш нож. Использование разделочной вилки допустимо, но в разумных пределах — не погружайте ее в мясо по самую рукоятку, а лишь удерживайте с ее помощью кусок на месте.

Что же касается толщины ломтиков, учитывая, что вы и мясо выбрали хорошее, и приготовили правильно, это уже вопрос персонального предпочтения. Мне нравятся довольно толстые ломтики, так как они дольше остаются теплыми, чем тонкие.





Из костреца получается великолепный, вкуснейший ростбиф, правда, часто слегка жестковатый. Медленное запекание при не очень высокой температуре помогает это исправить, сохраняя мышечные волокна в мясе мягкими. Важно, чтобы это был один большой мускул, тогда при разрезании ломтики будут ровными, без жесткой соединительной ткани.

Медленно запеченный говяжий кострец

1 кг говяжьего костреца
топленый говяжий жир
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Вам также понадобится
термометр для мяса

Для подачи

Йоркширский пудинг
(см. стр. 304)
печеный картофель
(см. стр. 327)
морковь и шалот, тушеные
с медовухой (см. стр. 327)
листовая горчица
(см. стр. 328)
подливка с мадерой
(см. стр. 114)

Достаньте мясо из холодильника за 1 час до запекания. Разогрейте духовку до 75 °С. Поставьте сковороду-гриль на сильный огонь и положите немного говяжьего жира. Когда сковорода сильно разогреется, щедро приправьте мясо солью и перцем и обжарьте со всех сторон.

Выложите мясо в форму для запекания и запекайте 4 часа. Достаньте, когда температура внутри достигнет 57 °С для средне-слабой степени прожарки или 60 °С для средней.

Дайте мясу отдохнуть минимум 20 минут, пока готовите йоркширские пудинги. За это время температура внутри повысится на пару градусов. Подавайте с йоркширскими пудингами, печеным картофелем, морковью и шалотом, тушеными с медом, листовой горчицей и подливкой с мадерой.



Печеный картофель

На 4-6 порций

Я обычно ставлю большую миску хрустящего, золотистого печеного картофеля на стойку бара в своем пабе Albion каждый уикенд, это традиция в лондонском Ист-Энде. Остатки такого картофеля подойдут для приготовления других блюд, таких как бабл-энд-скуик, а еще его можно размять, перемешать с тертым сыром, запечь до его расплавления и подать, посыпав рубленым зеленым луком.

- 1 кг картофеля для запекания, очистить и нарезать крупными кусками
- 200 мл топленого говяжьего жира
- 1 головка чеснока, разобрать на зубчики
- 1 веточка розмарина
- хлопья морской соли

Отварите картофель в хорошо подсоленной воде до мягкости. Слейте воду, дайте обсохнуть, затем перемешайте несколько раз, чтобы сгладить края. Дайте остыть, ничем не накрывая, и снова перемешайте.

Разогрейте духовку до 200 °С. Разогрейте говяжий жир в противне, добавьте чеснок и выложите картофель. Запекайте в духовке 30 минут. Достаньте, посолите, добавьте розмарин, перемешайте.

Верните картофель в духовку еще на 30 минут, время от времени перемешивайте.

Когда появится золотистая корочка, достаньте картофель из духовки и подавайте к запеченному мясу.

Морковь и шалот, тушенные с медовухой

На 4-6 порций

- 250 г лука-шалота удлиненной формы
- 30 мл (около 2 ст. л.) оливкового масла
- 100 г копченого бекона, нарезать кубиками
- 3 зубчика чеснока
- 3 веточки тимьяна
- 250 г моркови
- 250 мл не очень сладкой медовухи
- 50 мл яблочного уксуса
- 250 мл куриного бульона
- хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Разогрейте духовку до 180 °С.

Очистите шалот и смешайте с маслом, 1 чайной ложкой соли, черным перцем, беконом, чесноком и тимьяном в чугунной кастрюле. Готовьте в духовке, время от времени перемешивая, 45 минут, до золотистого цвета шалота.

Выложите в кастрюлю морковь, влейте медовуху и уксус и дегласируйте — перемешивая, отскребите со дна кастрюли все приставшие кусочки.

Выпарите жидкость примерно на треть на плите. Влейте куриный бульон и верните в духовку на 10 минут. Перед подачей посолите и поперчите.

Листовая горчица

На 4 порции

Богатая витаминами А и К, листовая горчица (*Brassica juncea*) имеет более пикантный вкус, нежели ее близкая родственница — листовая капуста (*Brassica oleracea*), и эти два растения часто используются вместе в салатах под названием «зеленые листовые овощи». Я пошел другим путем и усилил яркий вкус этих листьев с помощью горчичной заправки.

800 г листовой горчицы, промыть

Для заправки

50 г дижонской горчицы

200 мл оливкового масла extra virgin

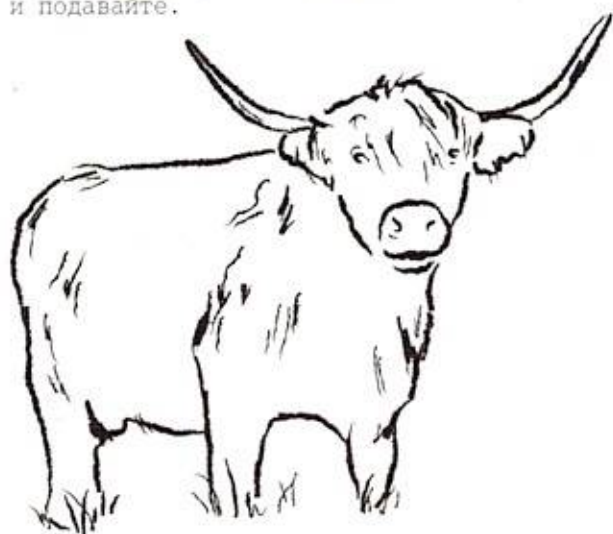
2 ч. л. красного винного уксуса

хлопья морской соли и свежемолотый черный перец

Взбейте венчиком в миске все ингредиенты заправки.

Быстро бланшируйте листовую горчицу в кипящей воде, затем сразу поместите в холодную воду.

Прогрейте зелень в кипящей соленой воде, слейте воду и смешайте со щедрой порцией горчичной заправки. Приправьте по вкусу и подавайте.





1,5 кг выдержанных говяжьих ребер
одним куском

топленый говяжий жир

хлопья морской соли и свежемолотый
черный перец

Вам также понадобится
термометр для мяса

Запеченные говяжьи ребра

Запеченные говяжьи ребра — блюдо поистине королевское, большое, впечатляющее, с прослойками жира, который делает мясо таким непревзойденно сочным и полным вкуса. Мое любимое блюдо.

Разогрейте духовку до 220 °С.

Смажьте и промассируйте весь кусок топленым говяжьим жиром и слегка приправьте со всех сторон солью и перцем. Выложите на противень и поместите в духовку. Готовьте при высокой температуре около 20 минут, чтобы мясо подрумянилось, а жир на противне зашипел. Убавьте температуру до 160 °С и готовьте еще 20 минут, до температуры внутри 57 °С для средне-слабой степени прожарки или 60 °С для средней (я выбираю для этого вида мяса именно среднюю степень прожарки).

Достаньте из духовки, выложите на подогретое блюдо для подачи и оставьте отдыхать не менее чем на 30 минут перед нарезанием и подачей.





Шатобриан — тонкая часть говяжьей вырезки. Она невероятно мягкая, но в ней нет такого вкуса, как у других стейков, например рибая. Такая вырезка довольно дорогая, но если мягкость мяса для вас главное — это ваш выбор.

Запеченная вырезка

1 кг вырезки шатобриан,
срезать жир и серебристую
пленку, перевязать кулинарной
нитью с интервалом в 1 см
20 г топленого говяжьего жира
20 г сливочного масла
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Вам также понадобится
термометр для мяса

Для подачи
листовая капуста с подливкой
(см. ниже)
картофель, жаренный на
говяжьем жире (см. стр. 280)

Достаньте вырезку из холодильника и дайте ей нагреться до комнатной температуры в течение 1 часа, затем хорошо посолите и поперчите со всех сторон.

Разогрейте духовку до 200 °С.

Разогрейте говяжий жир в большой термостойкой сковороде на сильном огне. Обжарьте мясо со всех сторон до золотистой корочки, в целом около 8 минут. Убавьте огонь до слабого и добавьте сливочное масло. Когда оно растает, полейте им мясо с помощью ложки.

Поместите сковороду в духовку на 5 минут, затем убавьте температуру до 160 °С и запекайте до момента, когда внутренняя температура достигнет 57 °С в самой толстой части вырезки. Выложите мясо на разделочную доску и дайте отдохнуть в течение 30 минут.

Перед подачей удалите нить, разрежьте на 4 порции, посолите и поперчите. Подавайте с листовой капустой с подливкой и картофелем, жаренным на говяжьем жире.

Листовая капуста с подливкой

На 4 порции

Удалите стебли у 800 г листовой капусты и хорошо ее промойте.

Вланшируйте 5 минут в подсоленной кипящей воде, затем слейте воду и слегка отожмите остатки влаги. Смешайте капусту с половиной количества, предусмотренного в рецепте лука-шалота и чеснока, тушеных с костным мозгом (см. стр. 49). Скорректируйте приправы и подавайте со стейком на гриле или запеченной вырезкой.



Мой инстинкт всегда заставлял меня выбрасывать из рецепта всякие наполнители, чтобы в нем было КАК МОЖНО БОЛЬШЕ МЯСА! Тем не менее со временем я понял, что наполнитель, в данном случае хлеб, играет важную роль, так как помогает удержать внутри соки и сохранить вкус. Без него все соки уходят, и в результате у вас будут сухие и безвкусные фрикадельки, а никто такие не любит. Кстати, эту смесь можно выложить в форму для кекса и испечь в виде мясного хлеба.

Фрикадельки

100 г белого хлеба без корок,
нарезать кубиками

100 мл пахты

1 маленькая луковица,
очистить и мелко нарубить

6 зубчиков чеснока,
измельчить

100 г пармезана, мелко
натереть

¼ пучка петрушки, нарубить

2 яйца

100 мл холодного основного
говяжьего бульона
(см. стр. 112)

1 ч. л. молотых семян фенхеля

400 г говяжьего фарша

(в идеале из межреберного
мяса), с содержанием жира 20%

400 г фарша из телячьей
лопатки

100 г костного мозга,
нарезать

топленый говяжий жир для
жарки

хлопья морской соли

и свежемолотый черный перец

Для соуса

2 луковицы, очистить
и нарубить

2 луковицы шалота, очистить
и нарубить

1 головка чеснока, зубчики
нарубить

100 мл оливкового масла

2 банки по 400 г резаных
томатов

1 букет гарни (тимьян,
орегано, лавровый лист,
розмарин)

Начните с соуса. Разогрейте духовку до 160 °С. В большой кастрюле-кассероли спассеруйте лук, шалот и чеснок на оливковом масле до прозрачности. Влейте томаты, положите букет гарни, доведите до кипения, накройте крышкой и поместите в духовку на 1 час. Измельчите погружным блендером, протрите через частое сито обратно в кастрюлю, приправьте солью и перцем.

Замочите хлеб в пахте, дайте полностью размокнуть (около 10 минут). Добавьте лук, чеснок, половину тертого пармезана, петрушку, яйца, холодный бульон и семена фенхеля. Хорошо приправьте, затем добавьте оба вида фарша и костный мозг и вымешайте до однородности.

Сформируйте из фарша шарики размером с мяч для гольфа (около 4,5 см. — *Прим. переводчика*). Обжарьте на говяжьем жире до золотистого цвета со всех сторон. Выложите в кастрюлю с соусом, накройте крышкой и готовьте в духовке 20 минут.

Подавайте фрикадельки с пастой или полентой, полив соусом и посыпав оставшимся тертым пармезаном.



Вряд ли вы часто встречали мясной «хлеб» в меню ресторанов, это типичная домашняя еда. Я делаю его из той же смеси ингредиентов, что и в предыдущем рецепте. Кстати, он очень хорош в охлажденном виде, нарезанный толстыми ломтиками и поданный в виде сэндвича.

Мясной «хлеб»

Для фарша

смесь ингредиентов из рецепта фрикаделек, не скатанная в виде шариков (см. стр. 332)

Для глазури и подачи

готовый соус барбекю
подливка с мадерой
(см. стр. 114)

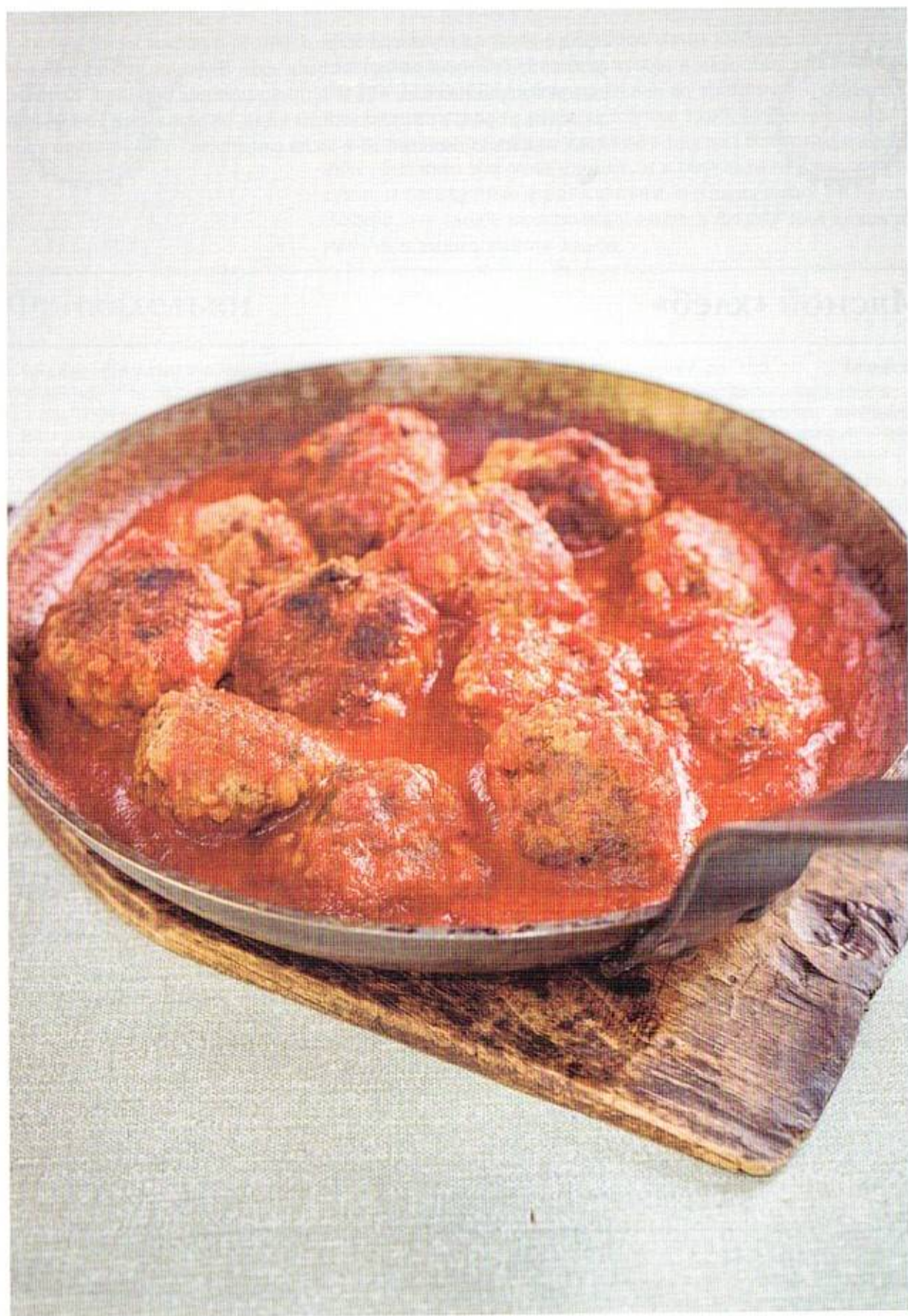
Вам также понадобится

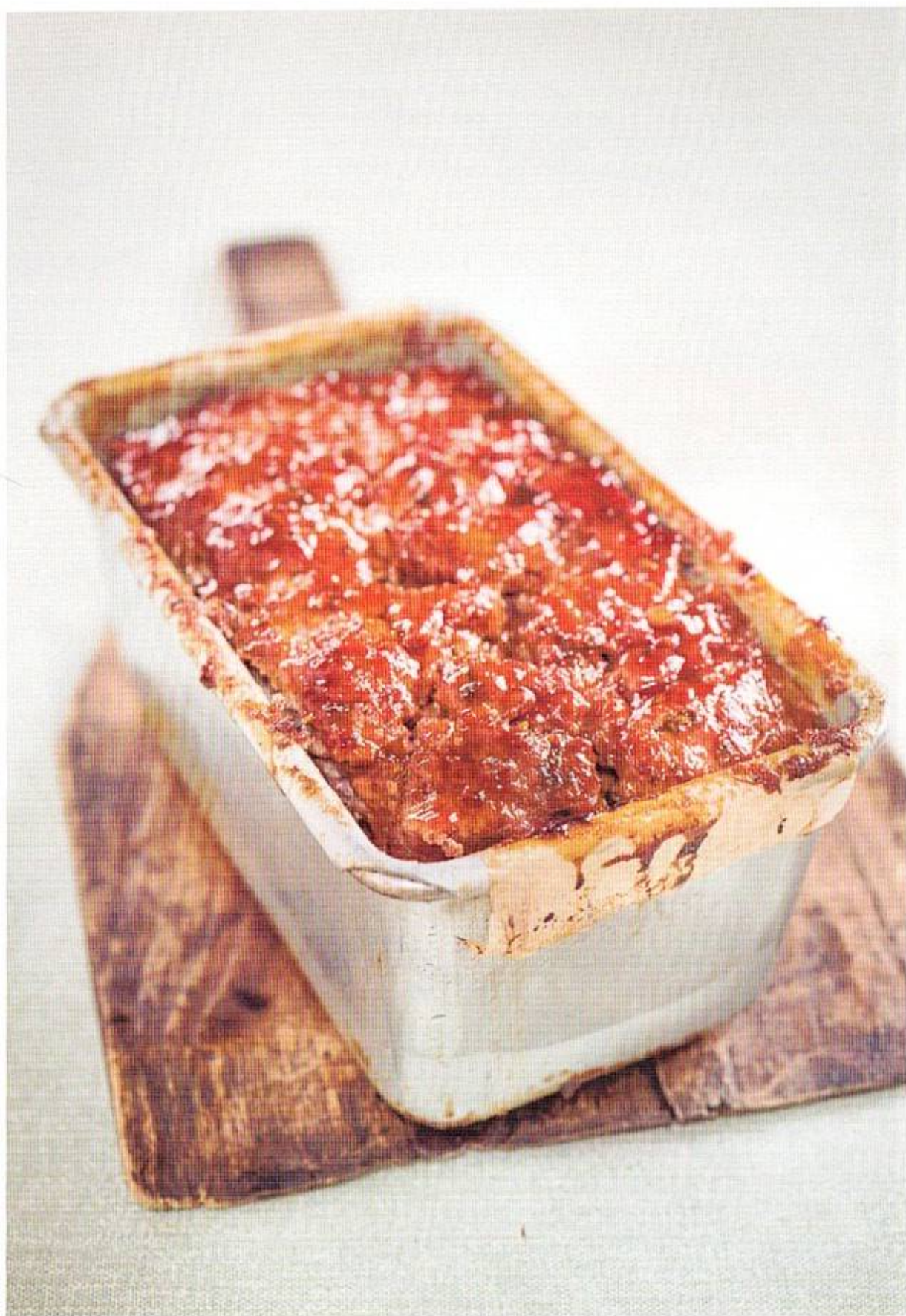
термометр для мяса

Выложите фарш на рабочую поверхность и сформируйте руками в виде удлинённого «хлеба» длиной около 20 см и шириной 15 см. Выложите фарш в форму для кекса объемом 450 мл, выстеленную пергаментом, и разровняйте сверху.

Сделайте глазурь. В маленькой миске смешайте в равных количествах соус барбекю и подливку с мадерой. Смажьте глазурью мясной хлеб.

Запекайте 1 час, смазав глазурью вновь в середине процесса, до момента, когда температура внутри достигнет 75 °С. Перед подачей дайте отдохнуть 20 минут. Подавайте с подливкой с мадерой.









Классический итальянско-американский сэндвич, к сожалению, часто готовится из дешевых ингредиентов и потому заслужил не самую лучшую репутацию. Но если вы возьмете для него все самое качественное и приготовите с вниманием и заботой, поверьте, это будет нечто особенное.

Сэндвич с фрикадельками

4 большие мягкие удлиненные
булочки
оливковое масло extra virgin
1 зубчик чеснока
 $\frac{1}{2}$ количества готовых
фрикаделек и соуса
(см. стр. 332)
100 г пармезана
200 г моцареллы, разрезать
на 8 частей

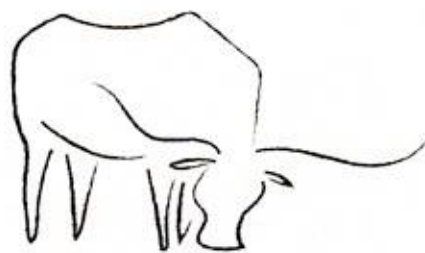
Разогрейте духовку до 180 °С.

Прогрейте булочки в духовке 5-10 минут, затем разрежьте вдоль пополам.

Сбрызните разрезанные стороны булочек оливковым маслом и натрите разрезанным зубчиком чеснока до появления аромата. Выложите нижние части булочек разрезами вверх на противень и щедро полейте томатным соусом.

Разрежьте каждую фрикадельку пополам и выложите на томатный соус, слегка внахлест, чтобы все поместились. Сверху еще раз полейте томатным соусом и посыпьте тертым пармезаном.

Последним слоем выложите ломтики моцареллы. Поместите противень в духовку и запекайте около 4 минут, до полного расплавления сыра. В последнюю минуту запекания прогрейте в духовке и верхние части булочек. Соберите сэндвичи и сразу подавайте.





Два лос-анджелесских ресторана претендуют на изобретение «французского влажного сэндвича»: The Original Филиппа и Pacific Electric Buffet Коула. В исследовательских целях я посетил оба, и рецепты действительно практически идентичны: булочку окунают в горячие соки от приготовления говядины перед сборкой сэндвича, поэтому он и получается влажным. Оба ресторана были открыты в 1908 году. Тем не менее Коул заявляет, что «влажный сэндвич» в его заведении начали подавать сразу после открытия, в 1908-м, а Филипп утверждает, что первый владелец ресторана изобрел этот сэндвич в 1918-м. Трудно установить, кто прав, но сэндвич реально хорош. В моей версии в него добавлены лук и сыр, но если вы хотите аутентичности, можете исключить их из рецепта.

Французский влажный сэндвич

форма, где запекался ростбиф
200 мл основного говяжьего бульона
(см. стр. 112)
соки от запекания ростбифа
французская булочка длиной
15–20 см
1 ст. л. американской (или, по
желанию, французской) горчицы

2–3 ст. л. лука конфи
(см. стр. 162)
200 г запеченных ребрышек слабой
степени прожарки (см. стр. 329),
очень тонко нарезать мясо
50 г чеддера, нарезать ломтиками

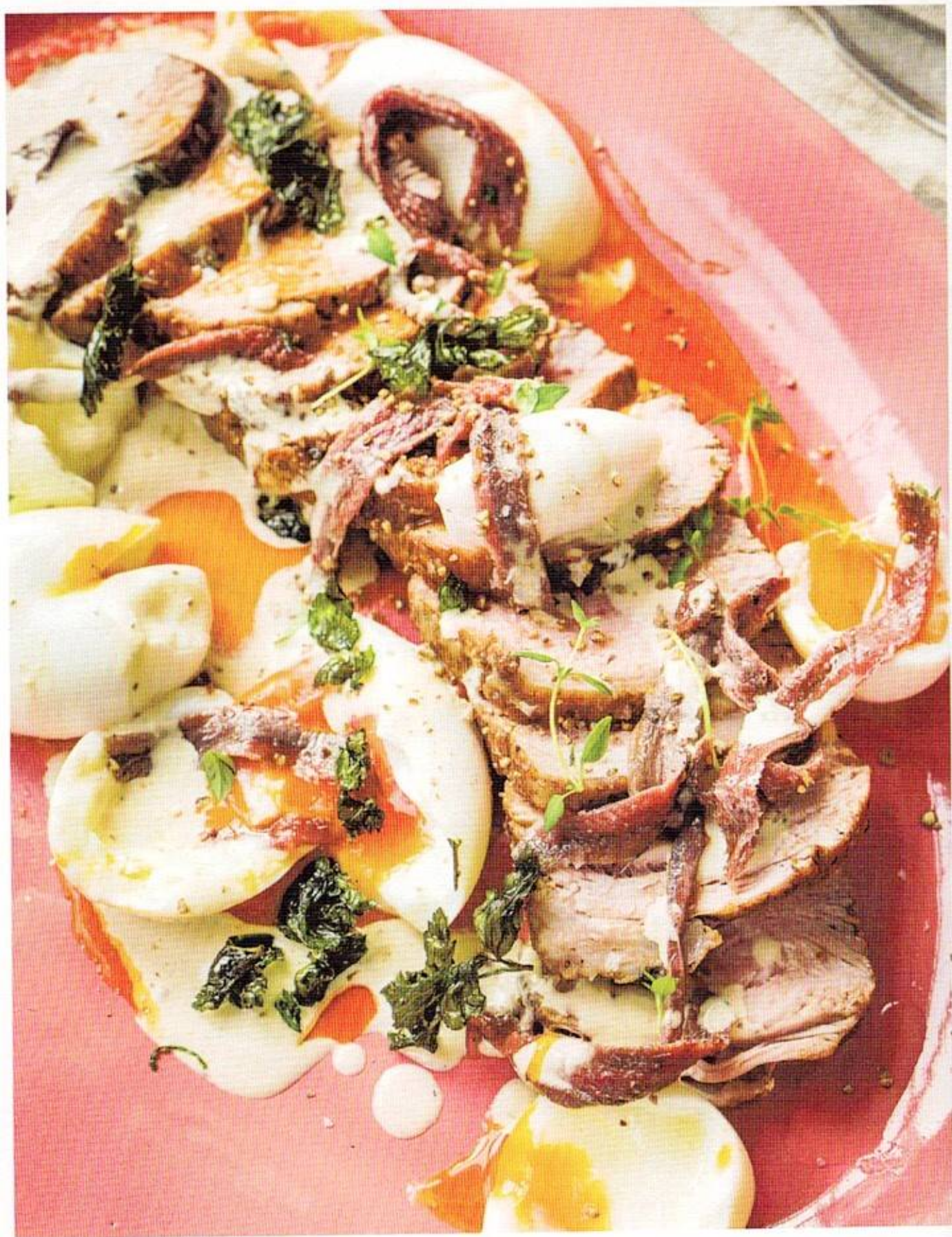
Сделайте соус: дегласируйте форму, где запекался ростбиф, говяжьим бульоном, влейте собранные соки от запекания. Уварите по вкусу (но аутентичный соус должен быть довольно жидким).

Разрежьте булочку пополам вдоль и подпеките на сухой сковороде со стороны разрезов. Нижнюю часть смажьте горчицей, а верхнюю окуните в приготовленный горячий соус.

Выложите лук, если используете, на нижнюю половину булочки, затем сверху подогретое мясо. Посыпьте сыром, если используете, и поместите под гриль, чтобы он расплавился.

Накройте верхней половиной булочки и подавайте с оставшимся соусом, чтобы макать в него сэндвич.







В чем-то похожее на итальянское вителло тоннато, это блюдо очень хорошо подавать как холодную закуску в викторианском стиле — мясную нарезку. Такая нарезка на долгое время была забыта, но сейчас возвращается в меню ресторанов, чему я очень рад.

Запеченная телятина с вареными яйцами и анчоусным кремом

800 г телячьего костреца
2 ст. л. оливкового масла
4 яйца
200 мл анчоусного крема
(см. стр. 141)
хлопья морской соли
и свежемолотый черный перец

Для подачи

соленые филе анчоусов
листья петрушки, жаренные во
фритюре
веточки тимьяна

Разогрейте духовку до 160 °С.

Слегка приправьте телятину, разогрейте в сковороде оливковое масло на сильном огне. Выложите телятину и обжарьте со всех сторон до золотистой корочки. Поместите в духовку и запекайте 30 минут, затем выключите духовку и оставьте мясо внутри остывать.

Отварите яйца в кипящей воде в течение 4 минут, затем снимите с огня и оставьте остывать в той же воде.

Когда все достигнет комнатной температуры, достаньте мясо из духовки. Очистите и нарежьте ломтиками яйца. Промойте анчоусы от соли и обсушите на бумажных полотенцах.

Нарежьте телятину тонкими ломтиками, выложите на блюдо, полейте анчоусным кремом и дополните ломтиками яиц. Украсьте филе анчоусов, жареной петрушкой и веточками тимьяна. Если хотите подать блюдо с гарниром, подойдет картофельный салат.



4 телячьи отбивные
на косточке
100 г белого хлеба
без корок, нарезать
200 мл молока
1 яйцо
2 ст. л. топленого
говяжьего жира

100 г сальника,
замочить и промыть
холодной водой
250 г сливочного
масла
хлопья морской соли
и свежемолотый черный
перец

Для подачи
готовый шпинат
тосты
лук-шалот и чеснок,
тушенные с костным
мозгом (см. стр. 49)
дольки лимона

Телячьи отбивные «по-пожарски»

Настоящие пожарские котлеты представляют собой огромные порции фарша в панировке со вставленной косточкой, их изобрел трактирщик Пожарский для русского царя Николая I. Совесть не позволяет мне разлучать мясо с косточкой, поэтому у меня немного иная версия этого рецепта.

Разогрейте духовку до 180 °С.

Зачистите отбивные: срежьте все мясо с длинных косточек, оставив лишь округлый основной медальон. Все срезанное мясо очень мелко нарубите (можно измельчить в кухонном комбайне).

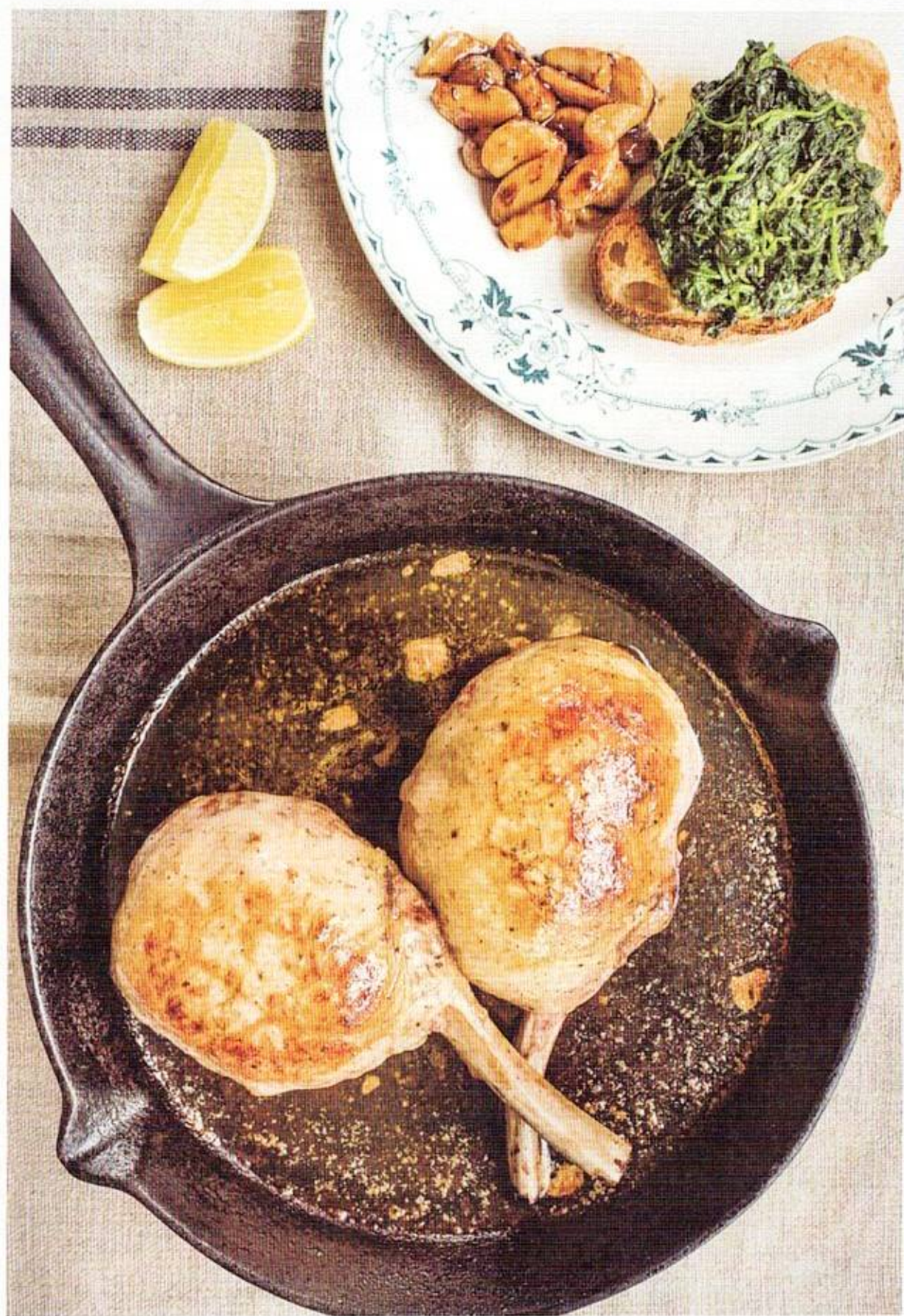
Замочите хлеб в молоке, затем смешайте с рубленным мясом. Добавьте яйцо и хорошо приправьте солью и перцем.

Разогрейте ложку жира в сковороде, приправьте отбивные и обжарьте на очень горячем жире до золотистой корочки с обеих сторон (но не до готовности). Снимите со сковороды и остудите. Выложите на каждую отбивную шарик приготовленного фарша и сформируйте котлету.

Разложите промытый сальник и заверните каждую котлету в кусок сальника, оставив косточку необернутой.

Разогрейте большую термостойкую форму с оставшимся жиром и обжарьте отбивные до золотистого цвета со всех сторон. Добавьте сливочное масло и дождитесь, когда оно начнет пениться, затем полейте отбивные маслом и поместите форму в духовку на 20 минут.

Достаньте форму из духовки, дайте мясу отдохнуть 20 минут, затем подавайте со шпинатом, луком-шалотом и чесноком, тушенными с костным мозгом, и дольками лимона.



Говядина и здоровье

Думаю, что не ошибусь, если скажу, что на Западе красное мясо постоянно объявляется врагом здоровья и причиной почти любых болезней, от рака до заболеваний сердца. В прессе нередко кричащие заголовки о вреде красного мяса, хотя они необоснованны и вводят читателя в заблуждение. Главное, что делает эти статьи необъективными, — это то, что в них не проводится различия между мясом, полученным интенсивным и экстенсивным методами. В сравнении с мясом выращенного интенсивным методом животного, говядина от животного выращенного на свободном выгуле на травяном пастбище, содер-

жит меньше жира, больше Омега-3 жирных кислот и линолевой кислоты, а также витаминов и антиоксидантов (а это очень неплохие штуки). Одна из причин разницы в питательной ценности интенсивно и экстенсивно выращенной говядины заключается в том, что при зерновом откорме животное получает много Омега-6 жирных кислот, в то время как травяной откорм — это преобладание Омега-3 жирных кислот и витаминов.



Витамины

Употребление высококачественной говядины может удовлетворить потребность организма во многих важнейших витаминах. В ней содержится витамин D в такой форме, которая усваивается лучше, чем в любом другом виде. Это мясо отличается высоким содержанием витаминов группы B, включая тиамин, рибофлавин, пантотеновую кислоту, ниацин, витамины B₆ и B₁₂ — все они жизненно необходимы для правильного функционирования человеческого тела. Дефицит витамина B₁₂ может приводить к раннему старению, неврологическим проблемам, заболеваниям психики, бесплодию и даже раку и кардиологическим болезням.

Минералы

Говядина содержит гемовую форму железа, которая усваивается гораздо более эффективно, чем не-гемовая, содержащаяся в растительной пище. Более того, даже небольшое количество мяса может улучшить усвоение не-гемовой его формы. Это особенно важно для беременных женщин, так как железо — основополагающий минерал для развития мозга у плода.

Говядина также является богатым источником цинка. Как в случае с витамином D и железом, цинк в этом мясе содержится в легкоусвояемой форме — и присутствие в рационе даже небольшого количества

говядины способно значительно увеличить усвоение цинка, получаемого из других продуктов. Цинк важен для множества физиологических функций, и те, кто придерживается диеты, исключая мясо, очень рискуют получить дефицит этого важнейшего минерала. Кроме того, в говядине достаточно велико содержание таких веществ, как магний, медь, кобальт, фосфор, хром, никель и селен.

Жирные кислоты

Что в говядине травяного откорма действительно прекрасно — так это тип содержащихся в ней жирных кислот. Соотношение насыщенных кислот к моно- и полиненасыщенным в говядине всегда одинаково, вне зависимости от рациона животного: 40-50 процентов насыщенных, 40-50 процентов мононенасыщенных и около 10 процентов полиненасыщенных жирных кислот.

В то же время рацион животных непосредственно отражается в процентном соотношении разных типов этих кислот. Внутри этих широких категорий есть отдельные жирные кислоты с уникальным химическим составом, каждая из которых по-своему влияет на ваш организм. Вам наверняка известны две из них — Омега-3 и Омега-6, обе полиненасыщенные. Современные исследования показывают, что в мясе животных зернового откорма больше Омега-6, а травяного откорма — Омега-3 жирных кислот. В зависимости от породы, в мясе травяного откорма от трех до пяти раз больше Омега-3 жирных кислот, чем в мясе животных зернового откорма.

Жирные кислоты Омега необходимы для нормального функционирования человеческого организма, также они играют важную роль в профилактике и лечении ишемической болезни сердца, ожирения, артериальной гипертензии, артрита, аутоиммунных заболеваний и рака. Эти вещества сам человеческий организм не производит, поэтому они поступают лишь с пищей. Нам требуется достаточное количество жирных кислот Омега-6 и Омега-3, но при этом их соотношение должно быть сбалансированным для нормальной работы всех органов тела. Если отношение жирных кислот Омега-6 к Омега-3 в нашем рационе превышает 4:1, это может привести к проблемам со здоровьем. При этом у интенсивно выращиваемой говядины это соотношение может достигать до 20:1, в то время как у экстенсивно выращиваемой составляет приблизительно 3:1.

Есть три основных типа насыщенных жирных кислот, которые содержатся в красном мясе: стеариновая, пальмитиновая и миристиновая. Говядина от животных травяного откорма содержит более высокую пропорцию стеариновых кислот, которые не поднимают уровень холестерина в крови, и из этого следует, что пропорции пальмитиновой и миристиновой кислот, которые могут поднимать уровень холестерина, в этом мясе гораздо ниже, чем у мяса животных зернового откорма.

Конъюгированная линолевая кислота (CLA) — это тип полиненасыщенного жира, который считают мощным антиоксидантом, и исследования подтверждают, что она может служить защитой против развития болезней сердца, диабета и рака. Говядина — один из лучших источников этой кислоты, и в мясе животных травяного откорма ее больше в два-три раза, чем в мясе животных зернового откорма. Это происходит потому, что зерновой рацион снижает уровень pH (щелочи) в пищеварительной системе животных, что тормозит рост бактерий, отвечающих за производство данной кислоты.

Другие антиоксиданты

В говядине травяного откорма больше содержание и других антиоксидантов, таких, например, как каротиноиды, в частности бета-каротин, провитамин А, который является растительным пигментом. В говядине зернового откорма почти нет каротиноидов по простой причине — каротин отсутствует в зерне, которое они едят. В то же время рогатый скот, питающийся содержащими каротин травой и сеном, накапливает достаточно большое количество этого вещества в своих тканях. Именно каротиноиды делают жир говядины травяного откорма более желтым, чем зернового откорма, поэтому цвет жира может служить хо-

рошим индикатором того, насколько питательным был рацион животного.

В говядине травяного откорма также значительно больше витамина Е, глутатиона, супероксиддисмутазы, чем в говядине зернового откорма. Эти антиоксиданты играют важную роль в защите наших клеток от окисления, особенно тонкие жиры в мембранах наших клеток, как Омега-3 и Омега-6. Такие антиоксиданты, как витамин Е и бета-каротин, действуя совместно, защищают мясо от порчи на пути от мясника до вашей тарелки. Они особенно важны, если вы решили поджарить мясо на сковороде или гриле, то есть воздействовать более высокими температурами, которые могли бы быть разрушительными для мяса, в отличие от низкотемпературных методов, таких как тушение.

Тестостерон

Существуют убедительные доказательства того, что мясо животных, выращиваемых экстенсивными методами, может быть частью сбалансированной и здоровой диеты, и если этого недостаточно, автор книги «Совершенное тело за 4 часа» Тимоти Феррис утверждает, что употребление говядины травяного откорма может значительно поднимать уровень тестостерона. Почему это представляет интерес, спросите вы. Мужчины, чей уровень тестостерона несколько превышает средний, с меньшей вероятностью будут иметь проблемы с повышенным кровяным давлением, у них реже бывают сердечные приступы, они почти не страдают ожирением. А кроме того, согласно Феррису, они чаще ведут более активную сексуальную жизнь. Но у мужчин нет монополии на тестостерон — хотя у женщин в организме производится и требуется этого гормона меньше, чем в мужском, он продолжает оставаться важной частью их здоровья по тем же причинам.

Вы то, что вы едите

Когда дело касается красного мяса, вопрос качества встает особенно остро. Если говядина травяного откорма дороже и качественнее, чем зернового, приобретая ее, вы получаете больше питательных веществ на каждый грамм веса мяса. Высказывание «Вы то, что вы едите» относится как к коровам, так и к людям. И раз есть существенные различия в этих двух видах мяса, надеюсь, вы понимаете, почему я рекомендую вам сделать правильный выбор и перейти на говядину травяного откорма. Ведь это один из самых полезных для здоровья продуктов, которые вы можете себе позволить.

Индекс рецептов

СТЕЙКИ

Мой идеальный стейк.....	14
Жаренный на сливочном масле стейк с золотистым чесноком.....	20
Грибы портобелло на гриле.....	22
Медленно запеченные помидоры.....	23
Луковые кольца.....	23
Печеный стейк с цветной капустой.....	24
Сырный стейк «Филли».....	27
Шаурма со стейком.....	28
Ближневосточная смесь специй.....	30
Маринованные овощи.....	31
Картофель фри в говяжьем жире.....	31
Фахитас со стейком.....	33
Сэндвич со стейком.....	34
Магия голландского соуса.....	36
Такос со стейком.....	38
Основная смесь специй для говядины.....	40
Кетчуп с перцем чипотле.....	41
Салат со стейком.....	43
Лобстер на гриле с чесночным маслом.....	44
Фидеуа с лобстером.....	47
Орзотто с лесными грибами.....	48
Фрикасе из лесных грибов.....	48
Лук-шалот и чеснок, тушеные с костным мозгом.....	49
Сливочный шпинат со слегка запеченным яйцом.....	49
Гратен из ньокки с голубым сыром.....	52
Салат из помидоров.....	54
Салат из водяного кресса.....	54
Запеченная кукурузная каша с костным мозгом и трюфелем.....	55
Зеленая фасоль.....	55
Сливочная кукуруза.....	56
Соус из белых грибов и костного мозга.....	56
Масло маршан де вин.....	57
Икорное масло.....	57
Сливочный шпинат на тосте.....	58
Жареная свекла.....	58

«Розочки» из лука.....	60
Картофельное пюре с костным мозгом и луковой подливкой.....	61
Картофельное пюре с оливковым маслом extra virgin.....	61
Гратен из картофеля с пармезаном и анчоусами.....	62
Макароны с сыром.....	62
Запеченный на углях сладкий картофель с карамелизованным луком.....	64
Сыр танворт с трюфелем.....	64
Гарнир из полусоленой фуа-гра.....	65
Устричный соус.....	65

БУРГЕРЫ

Мой идеальный бургер.....	78
Чизбургер.....	82
Булочки для бургеров.....	84
Маринованные огурцы.....	85
Маринованные грибы шиитаке.....	85
Чизбургер умами.....	87
«Услада джентльмена».....	88
Кимчи.....	89
Бургер кимчи.....	91
Чизбургер с зеленым перцем чили.....	92
Соус чили адобо.....	92
Бургер с горчицей и жареным луком.....	94
Чизбургеры-тосты.....	97

ГРИЛЬ

Западноафриканская суя.....	105
Стейк из говядины.....	107
Костный мозг на гриле со «снегом» из хрена и тостами.....	109
Костный мозг на гриле с луком и тостами.....	109
Рубец на гриле.....	110
Телячья печень с луком.....	111
Картофельное пюре.....	111
Основной говяжий бульон.....	112
Основной овощной бульон.....	113
Чесночное масло.....	113
Масло с диким чесноком.....	113
Подливка с мадерой и несколько ее вариантов.....	114
Подливка с горчицей.....	115

Подливка с костным мозгом.....	115
Перечный соус.....	115
Трюфельный соус.....	115
Луковая подливка.....	115
Рубец в стиле лааб.....	116
Ребрышки кальби.....	118
Кимчи-доги.....	120
Капуста кимчи.....	121
Краснокочанная капуста, квашенная со свеклой.....	121
Говяжьи ребрышки на гриле.....	122
Слоу из овощной стружки и трав.....	122
Телячье сердце на гриле.....	124
Бычок, запеченный на вертеле.....	126
Булочки с сердцем и маринованными грецкими орехами.....	127
Маринованные грецкие орехи.....	127

СЫРОЕ И СОЛЕНОЕ МЯСО

Карпаччо.....	132
Тайский салат с говядиной.....	134
Татаки из говядины.....	137
Рубленый стейк (Стейк тартар).....	138
Рубленая телятина с тунцовым майонезом.....	141
Рубленый стейк с анчоусными тостами.....	141
Хе (Корейский стейк тартар).....	143
Рубленый стейк с тостами с костным мозгом.....	143
Пряная соленая вырезка.....	144
Пряная говядина, приготовленная методом поттинга.....	146
Солонина.....	148
Пастроми.....	150
Сесина.....	151
«Хлеб» из солонины.....	152
Хэш с солониной.....	155
Сэндвич «а-ля Рубен».....	156
Колбаски из стейка.....	159
Колбаски из зобной железы.....	160
Чеснок конфи.....	162
Лук конфи.....	162

Консервированный костный мозг.....	163
Соленый говяжий язык...	163
Брезаола.....	165
Вилтонг.....	166
Джерки из говядины.....	167
Маринованный рубец.....	168

ЖАРКА

Турнедо «Россини».....	174
Невероятно вкусная жареная говядина по-шатикеровски.....	176
Жареный стейк по-деревенски.....	178
Хэш кимчи.....	179
Телячьи отбивные с жареными устрицами и майонезом с лимоном и петрушкой.....	181
Пармиджана из телятины по-ньюйоркски.....	183
Говядина по-сычуаньски.....	184
Говядина стир-фрай.....	186
Жареные телячьи мозги с жареным картофелем и лимоном.....	187
Говяжьи наггетсы с кетчупом кимчи.....	188
Кетчуп кимчи.....	188
Жаренные слайдеры с беконом и сыром.....	190
Жареная телячья зубная железа с анчоусным кремом.....	193

КОПЧЕНИЕ

Копченый стейк прайм-риб.....	198
Давленая печеная свекла	200
Салат «Цезарь» с капустой кале.....	200
Польская колбаса.....	201
Стейк, запеченный на углях.....	202
Тренчер с картофелем и луком.....	205
Копченые ребрышки.....	206
Барбакоа.....	209
Гаукамоле.....	210
Мексиканская сальса.....	210
Копченая грудинка.....	211
Франкфуртеры или хот-доги.....	213

ТУШЕНИЕ И ВАРКА

Вареная говядина с морковью.....	220
Шарики с костным мозгом.....	222
Беф бургиньон.....	223
Боллито мисто с сальсой верде.....	224
Пот-о-фё.....	226
Крем-фреш с хреном.....	227
Тушеное мясо.....	231
Вырезка а-ля фисель.....	232
Оссобуко миланезе.....	234
Ризотто миланезе.....	236
Спагетти болоньезе по-французски.....	237
Мои спагетти болоньезе	238
Говядина а-ля строганов	241
Шабу-шабу.....	242
Сукияки.....	244
Говяжье карри «по-армейски».....	245
Говяжье карри по-бирмански.....	249
Рейнданг из говядины.....	250
Пудинг с говядиной и почками.....	253
Чили кон карне.....	254
Венгерский гуляш.....	257
Санкочадо.....	258
Креольская сальса.....	258
Карбонад по-фламандски	261
Доб де беф.....	262
Гарнир их свиных ножек	264
Тушеные ребрышки.....	265
Террин из говяжьих щек и хвоста.....	267
Зеленый соус.....	268
Бразато аль бароло.....	269
Карри из говяжьих щек с индийским пивом.....	271
Мешочки из телятины.....	272
Бланкет из телятины.....	275
Тушеный говяжий хвост.....	276
Тушеная говядина по-йеменски.....	279
Зуг.....	279
Путин.....	280
Картофель, жаренный на говяжьем жире.....	280
Равиоли.....	283
Вьетнамский фо с говядиной.....	284

Заливное из телячьих ножек.....	286
Говяжий «чай» из хвоста	287
Говяжий «чай» из сердца	289
Салат с тушеным языком	291
Говяжий язык с изюмом и миндалем.....	292

В ДУХОВКЕ

Говядина «Веллингтон»..	298
Пай с говядиной и элем.	301
Пай с говяжьей ногой...	303
Рулеты из йоркширского пудинга.....	304
Йоркширский пудинг.....	304
Корнуэльские пироги.....	306
Чилийские эмпанадас.....	307
Фаршированный картофель пармантье.....	311
Открытая лазанья.....	312
Бирьяни с говядиной по-персидски.....	315
Макаронада.....	316

ЗАПЕКАНИЕ

Мое идеальное запеченное мясо.....	322
Медленно запеченный говяжий костец.....	326
Печеный картофель.....	327
Морковь и шалот, тушенные с медовой.....	327
Листовая горчица.....	328
Запеченные говяжьи ребра.....	329
Запеченная вырезка.....	331
Капуста кале с подливкой.....	331
Фрикадельки.....	332
Мясной «хлеб».....	333
Сэндвич с фрикадельками	337
Французский влажный сэндвич.....	338
Запеченная телятина с вареными яйцами и анчоусным кремом.....	341
Телячьи отбивные «по-пожарски».....	342
Запеченная телячья почка с горчицей.....	345