

Делия Смит

КАК ГОТОВИТЬ

ЯЙЦА, ПАСТУ, РИС, КАРТОФЕЛЬ, ХЛЕБ
И ПРОСТУЮ ВЫПЕЧКУ

Делия Смит

КАК ГОТОВИТЬ

ЯЙЦА, ПАСТУ, РИС, КАРТОФЕЛЬ, ХЛЕБ
И ПРОСТУЮ ВЫПЕЧКУ



ЭКСМО
МОСКВА
2 0 1 1

Молодым кулинарам Великобритании.

Координатор серии телевизионных программ и работы над книгой:
Сара Рэнделл.

Редактор: Эрвин Оксли Грин.

Редактор-консультант: Сьюзан Флеминг.

Помощник фотографа: Карен Хэтч.

Мне бы хотелось выразить огромную благодарность всем тем, кто помог появлению на свет книги «Как готовить».
Благодарю Фло Бэйли, Микки Дуйстерхофа, Карен Хэтч и Каролину Филд за оформление и фотографии, Сесилию Стоун, Мэри Кокс и Паулину Карен, а также Аннабель Элиот, Хэлен Бэнфилд и Энни Ригг из редакции «Нью Крэйн Паблишинг» за то, что опробовали мои рецепты.
Спасибо моей прекрасной телевизионной команде — Дэвиду Уиллоку, Джону Сильверу, Филиппу Бонэм Картеру, Вивьен Брум, Саймону Уилсону, Мэлу Макгуайеру, Энди Бэйтсу, Энди Янгу, Паулине Харлоу и Джоржине Фолкнер.
Кроме того, спасибо Саре Рэберн, Лесли Драммонду и Джанет Фэрри за работу над прическами, костюмами и гримом.

Огромная благодарность моей спасательной службе в лице Мелани Грокотт, Аманды Кларк, Сары Рэндел и Эрвина Оксли Грина.

И наконец, спасибо мукомольням Каррса в Камбрии за помощь в выборе муки, семье Мартелли из Лари за помощь в выборе пасты и Альберто Камиса, который помогал мне все последние 30 лет.

Таблица мер и весов

Все эти данные представляют собой приблизительные значения, округленные в большую или меньшую сторону. В некоторых рецептах мне пришлось их слегка подправить. Не смешивайте метрическую и имперскую системы измерений, в рамках одного рецепта придерживайтесь какой-то одной из них. Все измерения в ложках подразумевают полную ложку без горки, если не указано иначе. Сливочное масло во всех рецептах — соленое, если не указано иначе.

Весы:

$\frac{1}{2}$ унции	10 г
$\frac{3}{4}$	20
1	25
$1\frac{1}{2}$	40
2	50
$2\frac{1}{2}$	60
3	75
4	110
$4\frac{1}{2}$	125
5	150
6	175
7	200
8	225
9	250
10	275
12	350
1 фунт	450
1 фунт 8 унций	700
2	900
3	1,35 кг

Объем:

2 жидких унции	55 мл
3	75
5 ($\frac{1}{4}$ пинты)	150
10 ($\frac{1}{2}$ пинты)	275
1 пинта	570
$1\frac{1}{4}$	725
$1\frac{3}{4}$	1 литр
2	1,2
$2\frac{1}{2}$	1,5
4	2,25

Измерения:

$\frac{1}{8}$ дюйма	3 мм
$\frac{1}{4}$	5 мм
$\frac{1}{2}$	1 см
$\frac{3}{4}$	2
1	2,5
$1\frac{1}{4}$	3
$1\frac{1}{2}$	4
$1\frac{3}{4}$	4,5
2	5
$2\frac{1}{2}$	6
3	7,5
$3\frac{1}{2}$	9
4	10
5	13
$5\frac{1}{4}$	13,5
6	15
$6\frac{1}{2}$	16
7	18
$7\frac{1}{2}$	19
8	20
9	23
$9\frac{1}{2}$	24
10	25,5
11	28
12	30

Температура духовки:

Газовая			
отметка	1	275 °F	140 °C
2	300	150	
3	325	170	
4	350	180	
5	375	190	
6	400	200	
7	425	220	
8	450	230	
9	475	240	



ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Глава 1</i>	<i>Все о блюдах из яиц</i>	10
	Вареные яйца, яйца-пашот, жареные яйца, яичницы и яйца, запеченные в духовке	
<i>Глава 2</i>	<i>Искусство приготовления омлета</i>	40
	Фриттата, тортилья, омлеты-суфле	
<i>Глава 3</i>	<i>Разделение яиц. Белки и желтки</i>	52
	Яичные белки, яичные желтки, меренги, заварной крем, суфле, соус «Голландез»	
<i>Глава 4</i>	<i>Хлеб. Знакомый незнакомец</i>	72
	Белый и цельнозерновой хлеб, картофельный хлеб, брускетта, пицца	
<i>Глава 5</i>	<i>Выпечка: первые шаги</i>	100
	Выпечка из песочного теста, пироги, киши, слоеное тесто, галеты	
<i>Глава 6</i>	<i>Пирожные, торты и бисквиты для начинающих</i>	126
	Бисквиты, кексы, рождественский кекс, чайный хлеб, печенье	
<i>Глава 7</i>	<i>Соусы на основе муки и жидкое тесто</i>	144
	Белый соус, бешамель, подлива и сопутствующие рецепты, жидкое тесто и оладьи	
<i>Глава 8</i>	<i>Настоящий картофель</i>	168
	Печеный картофель, картофельное пюре, хрустящий картофель, буланже, чипсы в духовке, ньокки	
<i>Глава 9</i>	<i>Все сорта риса</i>	194
	Идеальный рис, ризотто, жареный рис, красный рис, джамбалайя и плов, рисовый пудинг	
<i>Глава 10</i>	<i>Новый взгляд на пасту</i>	214
	Спагетти, лингвини, пене, каннелони, лазанья, макароны	



Мой родной уголок в Саффолке и (на предыдущей странице) садовый домик в саду, где была написана книга «Как готовить».

Введение

Прошло уже 30 лет с тех пор, как я начала записывать рецепты, и 25 — с первой передачи на телевидении. Как можно предположить, за это время, последнюю четверть XX века, многие обстоятельства сильно изменились.

В отношении продуктов питания началась, как я ее называю, эра изобилия. Мы можем купить все, чего бы нам ни захотелось. В наши дни мы можем просто пойти в любой большой супермаркет и закупить ингредиентов буквально со всего мира. Мы можем питаться чем захотим и когда захотим. Если не хочется готовить самостоятельно, к нашим услугам многочисленные готовые блюда, овощи и салаты. На каждой улице полным-полно маленьких забегаловок — фастфудов, еды на вынос, доставки на дом, а также традиционных ресторанов. Плюс ко всему, можно продержаться весь день, перекусывая разнообразными чипсами, снеками и шоколадными батончиками.

Можно смело сказать, что огромный выбор испортил людей. Так каково же во всем этом место книги «Как готовить»? Лично я считаю, что на сложившуюся ситуацию можно посмотреть и с противоположной точки зрения. Мы чрезвычайно близки к тому, чтобы потерять нечто очень дорогое, а именно уважение к простым продуктам и к тому удовольствию, что они приносят в нашу повседневную жизнь. Нет-нет, речь ни в коем случае не идет о том, чтобы проводить уйму времени у плиты! Людям всего лишь надо напомнить, что после трудного дня пышный и ароматный омлет, который так легко приготовить, оказывается не только вкуснее, но и быстрее в приготовлении, чем среднестатистические готовые блюда.

В первую очередь следует понять, что еда, возможно, больше, чем что-либо другое, поддается некоторой претенциозности, что затмевает все очарование простоты. Конечно, всем нам хочется попробовать блюда, приготовленные по высшему разряду, те, которые подаются лишь по особым случаям и по праздникам в лучших ресторанах, яства, сотворенные руками величайших шеф-поваров. Но как бы то ни было, удовольствие от еды — понятие повседневное, и это удовольствие нельзя получить, поедая ту огромную массу навязываемого нам разнообразного и легкого в приготовлении фастфуда.

Книга «Как готовить» преследует две цели: заново познакомить людей с удовольствием от приготовления простых продуктов, а также предоставить сборник рецептов, по которым эти продукты можно приготовить, обеспечить плацдарм для постоянных открытий, касающихся не только собственно приготовления пищи, но и наслаждения вкусными блюдами каждый день.

Делия Смит





1

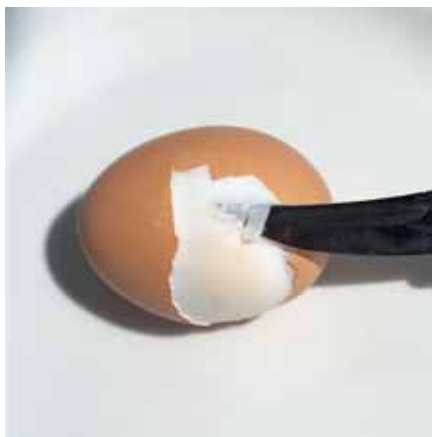
Все о блюдах из яиц

Если вы хотите научиться готовить, мой вам совет — начинайте с яиц. В конце концов, яйца — это символ нового начинания, новой жизни. Впрочем, есть и другая причина — яйца стали таким негативным символом кулинарии. Когда кто-нибудь говорит: «Да я даже яйца сварить не могу!», это автоматически означает «Я абсолютно не умею готовить».



Все дело в количестве воздуха в воздушном кармане в тупом конце яйца, которое, в свою очередь, зависит от свежести яйца. Это количество обуславливает наиболее приемлемый способ приготовления яйца

Внутренняя мембрана под скорлупой вначале представляет собой туго натянутую пленку; но по мере хранения, а значит, прибавления количества воздуха в яйце, ее натяжение слабеет



Одним словом, если кто-то хочет научиться готовить, то в первую очередь ему надо освоить приготовление яиц. Да, даже их варку. Расколов секреты приготовления яиц (прошу прощения за каламбур) и научившись варить их вкрутую, делать яйца-пашот, яичницы, омлеты и другие блюда, вы не только обеспечите себе легкий старт и уверенность в собственных силах, но и совершенно точно никогда не останетесь голодными. Кроме того, вы всегда сможете предложить своим друзьям и любимым быстрое и вкусное угощение. Но и это еще не все. Яйца — один из важнейших кулинарных ингредиентов, используемый самыми разнообразными способами. С их помощью делают гуще супы и соусы, связывают жидкости и тесто для выпечки, создают восхитительную воздушную пену и суфле, а также чудесным образом придают нежность растительному и сливочному маслу.

Однако прежде, чем начать готовить, надо разобраться, что же все-таки представляют собой яйца.

Итак, яйца

Куриное яйцо — поистине произведение искусства, шедевр дизайна и конструкции, облаченный, надо добавить, в великолепную упаковку! Оно чрезвычайно питательно, обогащено жизненно необходимым протеином, витаминами и минералами. Оно окружено хрупкой, но в то же время прочной скорлупой, которая, защищая растущую внутри новую жизнь, пропускает внутрь воздух благодаря мельчайшим порам, что позволяет цыпленку дышать.

Кулинар должен обращать внимание именно на количество воздуха в яйце. На фотографии слева видно, что с широкой части под скорлупой есть полость, заполненная воздухом. Количество воздуха меняется в зависимости от свежести и качества яйца, что также определяет способ приготовления. В свежих яйцах воздушный кармашек практически незаметен, но после нескольких дней или недель хранения внутрь попадает больше воздуха, и воздушный карман растет. В то же время по мере испарения жидкости из белка и желтка само яйцо уплотняется. Если вы хотите приготовить яйцо идеально, необходимо определить, насколько оно старое. Обратите внимание на фотографию на следующей странице — на ней ясно видно, как выглядит разбитое яйцо — слева очень свежее яйцо, с круглым и упругим желтком, густым белком, плотно собравшимся вокруг желтка, и тонким внешним слоем, правее — яйцо, хранившееся неделю: желток более плоский, а разделение белка на две разные структуры практически незаметно.

Таким образом, вы уже, наверное, поняли, почему в прошлом у вас могло что-то не получаться и как важно, чтобы яйцо было свежим, если вы хотите сделать глазунью или сварить яйца-пашот. Свежие яйца дадут в результате именно ту, нужную вам, аккуратную круглую форму, в то время как полежавшие, если вы хотите приготовить яичницу-глазунью, растекутся тонким слоем, и в итоге вы получите блинчик с желтой серединкой. При попытке же

сделать яйца-пашот они, скорее всего, просто распадутся на желток и нити белка. Отделение белка от желтка может стать еще одной проблемой, если яйца слишком старые, так как мембрана, окружающая желток, по мере хранения становится все тоньше и тоньше, а значит, легче рвется, когда разбивают скорлупу.

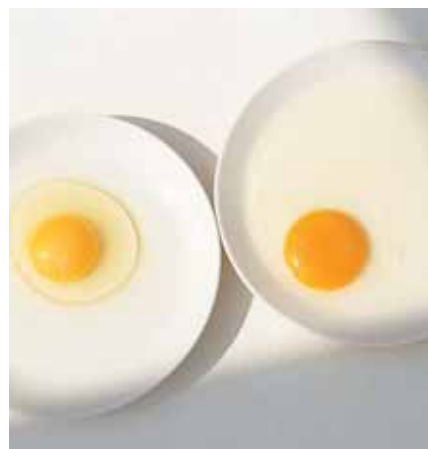
Итак, вроде бы пока все хорошо. Вот только надо признать, что свежие яйца не всегда оказываются самыми подходящими для готовки. Почему? Нам надо принять во внимание один важный фактор. Вернемся к воздуху, находящемуся внутри яйца. На предыдущей странице, на фотографии слева внизу, видно, что внутри яйца, между скорлупой и белком, находится тонкая пленка, своего рода защитная сеть, которая защищает цыпленка, когда он начинает развиваться внутри яйца. Когда яйцо свежее, она очень упругая, как растянутая кожа; чем больше воздуха проникает в яйцо извне, тем сильнее она ослабляется. Именно поэтому если сварить вкрутую свежее яйцо, то попытки его очистить превратятся в сущее наказание. Но если яйцу уже несколько дней или даже недель, то пленка становится менее натянутой, и скорлупа счищается очень легко.

А это значит, что вы всегда можете идеально приготовить яйца, достаточно лишь знать, как давно оно уже хранится.

Как узнать «возраст» яйца

Выяснить, как давно хранится сырое яйцо, в то время как оно надежно скрыто скорлупой, можно достаточно просто, хотя на первый взгляд этот способ может показаться весьма хитрым. Помните о воздушном кармашке? С помощью простого теста можно определить, сколько там воздуха. Надо всего лишь поместить яйцо в стакан с холодной водой. Свежее яйцо ляжет на дно стакана абсолютно горизонтально, немного полежавшее будет лежать на дне, слегка приподнимаясь одним концом, а старое всплывет вертикально. Конечно, этот способ подходит только для яиц без трещин, сквозь которые проникает больше воздуха. Одним словом, любой кулинар может провести этот тест и точно знать, как поведет себя то или иное яйцо в процессе готовки. Итак, подводя итог, перечислим основные рекомендации.

- 1 Для жарки и приготовления яиц-пашот лучше всего подходят самые свежие яйца.
- 2 Для блюда, где требуется разделять белки и желтки, лучше использовать свежие яйца, но подойдут и те, что хранились около недели.
- 3 Для варки яиц вкрутую больше подойдут те, что хранились неделю или дольше.
- 4 Для яичниц и омлетов лучше всего подходят свежие яйца, но можно использовать и те, что хранились около двух недель.
- 5 Для выпечки или запекания яиц, например в кишках, могут использоваться яйца, хранившиеся две недели и дольше.
- 6 По-моему, крайне желательно использовать яйца, хранившиеся не больше двух, максимум трех недель.



У свежего яйца (слева) — округлый, пышный желток и четко выделенные два слоя в белке. Как бы то ни было, через неделю желток у такого яйца станет более плоским, а два слоя белка будут почти нераздельны (справа на картинке)

Слева направо: очень свежее яйцо в стакане воды потонет и примет горизонтальное положение; если оно «полулежит» в воде — ему примерно неделя; а если яйцо плавает вертикально — оно несвежее



Как покупать и хранить яйца

Первое правило, которое требуется неукоснительно соблюдать (если, конечно, вы не знаете тех самых кур, от которых забираете яйца), — яйца следует покупать у продавца с большим товарооборотом. На коробках и иногда на самих яйцах указан срок годности. Следует помнить, что этот срок составляет строго 21 день с момента откладывания (а не упаковки), так что благодаря ему можно всегда точно знать, насколько свежи яйца.

Хотя обычно советуют хранить яйца в холодильнике, я этого не делаю. Причина проста — как правило, для большинства блюд нужны яйца комнатной температуры, и если хранить их в холодильнике, то придется за полчаса до приготовления доставать их, чтобы они согрелись. Лучше всего подойдет прохладная комната или кладовка, но если вам кажется, что в кухонном шкафчике слишком тепло и лучше хранить яйца в холодильнике, не забывайте заранее достать их, чтобы они согрелись до комнатной температуры. В идеале можно покупать яйца небольшими коробками, чтобы их не пришлось хранить слишком долго.

Удобнее всего хранить яйца в отдельных закрытых коробках. Из-за пористой структуры скорлупы яйца очень легко впитывают окружающие ароматы, так что стоит держать их отдельно от других продуктов, особенно если вы храните их в холодильнике.

Впрочем, у этого правила есть одно прекрасное исключение. Мой дорогой друг и известный шеф-повар Саймон Хопкинс как-то приехал ко мне в гости и привез с собой несколько свежих яиц, в коробке с которыми лежал трюфель. Он приехал в Страстную четверг, а в Пасхальное воскресенье приготовил яичницу-болтунью с ароматом и вкусом трюфелей, посыпав ее тонкой трюфельной стружкой. Должна признаться, что это были самые вкусные пасхальные яйца, что мне доводилось пробовать.

А как насчет холестерина?

Рада вам сообщить, что в отношении содержания холестерина яйца отныне вне подозрений. Настоящими виновниками, содержащими его, теперь признаны жиры с высоким содержанием жирных кислот и частично гидрогенизованные жиры, которые в яйцах содержатся в крайне малом количестве. Более того, даже если вы придерживаетесь низкокалорийной диеты, в течение недели можно съесть до 7 яиц. Ура!

Насколько они безопасны?

Бедные яйца: стоит им только разобраться с одним поклепом, как тут же возникает другой. В яйцах, как известно, могут содержаться бактерии сальмонеллы. Случаи отравления и даже смерти от яиц редки, но тем не менее они есть. Единственный способ быть абсолютно уверенным, что вам ничего не грозит, — это есть только хорошо приготовленные яйца, с твердыми



Пористая структура скорлупы яйца иногда может пойти нам на пользу: на картинке среди яиц положили черный трюфель — они впитают его благородный аромат, что придаст изюминку готовому блюду

желтками без малейшего следа мягкости или жидкости в середине желтка. Фу!

Все это следует принимать максимально серьезно и самостоятельно нести ответственность за принятые решения. Жизнь вообще полна всевозможных рисков. Единственный способ не попасть в автомобильную аварию (а по статистике вероятность этого гораздо выше, чем отравиться яйцами) — это никогда не водить машину. Но я готова пойти на этот риск, равно как и со сваренными всмятку или в мешочек яйцами. Это должно быть личным решением каждого. Как правило, не рекомендуется предлагать приготовленные этим способом яйца людям, входящим в «группы риска»: маленьким детям, беременным женщинам, пожилым людям или тем, кто недавно перенес серьезные заболевания.

Яйца. Общая информация

- 1 Есть ли разница между яйцами с белой и коричневой скорлупой?

Нет, цвет скорлупы зависит от породы кур, которые откладывают эти яйца. С эстетической точки зрения можно сказать, что белые яйца символизируют утонченную чистоту, в то время как коричневые навевают мысли о деревенском качестве.

- 2 Размер. Спустя несколько разделов общего характера поговорим о размерах яиц. Они таковы: очень крупные, крупные, средние и маленькие. Обратите внимание, что в рецептах этой книги используются только крупные яйца.

- 3 В настоящее время выбор яиц, представленных в промышленном масштабе, достаточно велик: «полученные в естественных условиях» означает, что куры с самого рождения имеют свободный выход на свежий воздух в течение всего дня; «содержание в амбаре или в курятнике» подразумевает, что куры находятся в закрытом помещении, но имеют возможность перемещаться там по полу, покрытому соломой или другими материалами. Яйца с отметкой «органические» производятся в таких же условиях, что и «в естественных условиях», с той лишь разницей, что куры живут на территории, абсолютно чистой от пестицидов и гербицидов (это касается и той земли, на которой был выращен корм для них). Все остальные яйца производятся курами, содержащимися в клетках.

- 4 Конечно, существуют и другие разновидности яиц. Книга включает рецепты блюд из коммерчески произведенных яиц (а именно куриных и перепелиных), но если у вас есть возможность и желание приготовить что-то из других яиц (утиных, индюшачьих или гусиных), просто добавьте к приготовлению немного больше времени в зависимости от размера яиц. Если вы используете их в выпечке, то лучшим способом будет взвесить каждое яйцо по отдельности и сравнить их вес с весом обычных куриных яиц, указанных в рецепте. Яйца чаек чрезвычайно редки, но готовятся они так же, как перепелиные, затем чистятся и подаются, слегка присыпанные солью с семенами сельдерея.

Как сварить яйца?



Проколите яйцо с тупого конца иголкой — тогда воздух выйдет из воздушной подушки и во время варки скорлупа не треснет



Не варите яйца в слишком большой кастрюле: чем меньше места, чтобы двигаться в кипящей воде, тем меньше вероятность, что яйца стукнутся друг о друга и потрескаются

Основной ответ на этот вопрос — осторожно! Даже самые простые в приготовлении рецепты требуют определенного внимания и осторожности. Но в конечном итоге, стоит вам усвоить основные действия — и вы сможете, не задумываясь, варить идеальные яйца всю свою жизнь. В первую очередь следует запомнить несколько основных правил.

- 1 Никогда не варите яйца, едва достав их из холодильника. Если опустить слишком холодные яйца в горячую воду, они могут треснуть.
- 2 Всегда используйте таймер. Попытка определить время на глазок или необходимость заставлять себя постоянно сверяться с часами превращает готовку в наказание.
- 3 Помните о воздушном кармашке? Во время кипения в нем увеличивается давление, что может стать причиной появления трещин. Избежать этого несложно — достаточно проколоть скорлупу на тупом конце яйца, благодаря чему пар сможет выходить.
- 4 Используйте только небольшую кастрюльку. Если яйца во время кипения свободно перемещаются по посуде, они натакиваются на стенки и друг на друга, что приводит к появлению трещин.
- 5 Никогда не оставляйте воду сильно кипеть, небольшого кипения будет вполне достаточно.
- 6 Не варите яйца слишком долго (именно для этого и нужен таймер). Из-за этого на желтке образуется темный налет, а белок становится похож на резину.
- 7 Если яйца очень свежие (менее четырех дней давности), добавьте 30 секунд к времени приготовления.

Яйца всмятку и в мешочек. Способ № 1

У каждого из нас свои представления о том, как должны быть сварены яйца. За несколько лет я нашла одновременно простой и надежный способ, а также рассчитала разное время, за которое можно сварить яйца на любой вкус. Во-первых, наполните маленькую кастрюльку водой так, чтобы она закрывала яйца и была выше их уровня примерно на сантиметр, и доведите воду до кипения. Затем с помощью чайной ложки аккуратно опустите в воду яйца, включите таймер и дайте им покипеть 1 минуту на медленном огне. Снимите кастрюльку с огня, оставьте яйца в горячей воде под крышкой и снова поставьте таймер: через 6 минут вы получите яйцо с жидким желтком и слегка загустевшим, но все еще жидким белком; через 7 минут вы получите более густой желток и полностью затвердевший белок.

Яйца всмятку и в мешочек. Способ № 2

Этот способ также очень удобен. Поместите яйца в кастрюльку с холодной водой, так чтобы она закрывала яйца и была выше их на сантиметр, поставьте кастрюльку на сильный огонь и, как только вода начнет закипать, уменьшите нагрев и далее варите по таймеру: через 3 минуты вы получите яйцо всмятку; через 4 минуты — густой белок и начавший густеть желток; через 5 минут — яйца с затвердевшими белком и желтком и слегка жидкой серединой желтка.

Яйца вкрутую

Некоторым совсем не нравятся яйца, сваренные всмятку или в мешочек, они предпочитают яйца вкрутую, которые едят прямо из скорлупы. Но что делать, если яйца необходимо почистить для использования в других рецептах? Это может оказаться непросто, особенно если они очень свежие. Во-первых, следует использовать яйца, хранившиеся не меньше пяти дней с момента упаковки. Поместите яйца в кастрюльку, залейте холодной водой так, чтобы она их закрывала. Дождитесь, пока вода начнет закипать, и установите таймер на 6 минут, если вы хотите получить слегка жидкую серединку желтка, или на 7 минут, если хотите получить полностью проваренные яйца. Затем очень важно охладить их — подставьте кастрюльку на минуту под струю холодной воды, а затем оставьте яйца в холодной воде еще на пару минут. Как только вы освоите варку яиц, вы сможете подавать их на стол, используя множество разнообразных рецептов, например мой любимый — с соусом карри, который вы можете найти на следующей странице.

Как почистить вареные яйца

Лучше всего сначала постучать по поверхности яйца, чтобы потрескалась вся скорлупа, а затем, держа яйцо под несильной струей воды, осторожно счистить скорлупу, начиная с тупого конца. Вода смывает даже малейшие кусочки скорлупы. После этого яйца следует снова положить в холодную воду до тех пор, пока они полностью не остынут. Если не остудить яйца быстро, они продолжают готовиться, несмотря на то что были сняты с огня, и тогда можно столкнуться с проблемой темного налета на желтке и резинового белка.

Перепелиные яйца

Перепелиные яйца, предназначенные для варки, как и куриные, не должны быть слишком свежими. Лучше всего варить их, опустив на 5 минут в кипящую воду. Затем их надо быстро остудить и очистить.



Сверху по часовой стрелке: у слегка сваренного яйца всмятку жидкий желток и слегка загустевший, но все еще жидкий белок; у яйца всмятку — кремообразный желток и практически затвердевший белок; у сильно сваренного яйца всмятку практически полностью затвердевшие желток и белок



Красивая раскраска перепелиных яиц делает их прекрасной альтернативой куриным, и готовить их так же просто

Яйца и чечевичное карри с кокосом и маринованным лаймом

Это один из моих самых быстрых рецептов. Если у вас, как и у меня, всегда есть под рукой запас специй и чечевицы, а также упаковка кокоса со сливками, то и вы сможете приготовить это блюдо в мгновение ока. Кроме того, рецепт достаточно бюджетный и отлично подходит для вегетарианцев.

На 2 порции:

4 крупных яйца;
75 г зеленой чечевицы;
75 г сухого прессованного
кокосового молока;
1 ч. л. маринованного лайма;
сок и тертая цедра половины
свежего лайма;
1 большая луковица;
1 маленький перец чили;
2 зубчика чеснока;
2,5 см корня имбиря;
3 стручка кардамона (раздавить);
1 ч. л. семян тмина;
1 ч. л. семян фенхеля;
1 дес. л. семян кориандра;
2 ст. л. арахисового или другого
масла без запаха;
1 ч. л. молотой куркумы;
1 ч. л. молотого пажитника;
соль.

Гарнир:

150 мл вареного риса (см. с. 200),
немного лаймового маринада.

Вам также может понадобиться
средних размеров сковородка
с крышкой.

Подготовьте заранее все продукты.

Почистите лук, разрежьте его пополам и нарежьте тонкими полукольцами. Перец чили очистите от семян и мелко нарежьте, зубчики чеснока очистите и пропустите через чеснокодавилку, отмерьте нужное количество маринованного лайма и также мелко порежьте. Очистите и натрите на терке корень имбиря — вам понадобится чайная ложка с горкой. Сухое кокосовое молоко настрогайте острым ножом и положите в огнеупорную посуду. Воду поставьте на огонь и дождитесь закипания.

Сковородку нагрейте на среднем огне, выложите на нее все специи (кардамон, кориандр, тмин и фенхель). Подсушите пряности на сухой сковороде, время от времени встряхивая ее, 2–3 минуты. Когда пряности начнут пощелкивать, снимите с огня и переложите в ступку.

На сильном огне разогрейте в сковороде масло. Добавьте лук и обжарьте его до появления золотистой корочки около 4 минут. Убавьте огонь до среднего, добавьте перец чили, имбирь, чеснок и маринованный лайм, а также куркуму и пажитник. Растолките пряности в ступке, высыпьте на сковородку и все тщательно перемешайте. Кокосовую стружку залейте кипятком (ок. 570 мл) и взбейте венчиком.

Помешивая, добавьте к остальным ингредиентам чечевицу, цедру лайма и кокосовую жидкость, тщательно перемешав. Как только соус начнет закипать, убавьте огонь до минимума. Оставьте на маленьком огне примерно на 45 минут, периодически помешивая (на данном этапе не солить!).

Примерно за 10 минут до окончания готовки положите яйца в холодную воду, дайте закипеть и варите 6–7 минут. Остудите их под струей холодной воды. Как только соус будет готов, посолите его и добавьте сок лайма. Очистите яйца от скорлупы, нарежьте на половинки и выложите на пару минут поверх соуса, не выключая под ним огонь. Подавайте яичное карри с рисом, маринованными лаймами и, пожалуй, небольшим количеством чатни из манго для придания сладкого вкуса.



Открытые сэндвичи с яйцом, шнитт-луком и зеленым луком

Моя соседка Дот постоянно приносит мне великолепные домашние зерновые булочки. Поскольку воскресный домашний ужин — это практически всегда легкий перекус, моей семье очень нравится, когда я подогреваю их, разрезаю пополам и выкладываю на них какую-нибудь начинку.

На 2 порции:

3 небольшие булочки (подогреть, разрезать пополам и смазать маслом).

Для начинки:

3 крупных яйца (сварить вкрутую, см. с. 17);
1 ст. л. порезанного шнитт-лука;
4 шт. зеленого лука (мелко порезать);
 $\frac{1}{2}$ ч. л. сливочного масла;
1 ст. л. майонеза;
соль, свежемолотый черный перец.

Для украшения:

свежий кресс-салат.

Способ приготовления

Остывшие яйца очистите, сложите в миску с остальными ингредиентами для начинки и разомните вилкой, тщательно все перемешав. Выложите на булочки, украсьте кресс-салатом.

Начинка из яиц с беконом

Поджарьте до хруста 6 ломтиков бекона, мелко порежьте 4 из них и смешайте с яичной массой, как в базовом рецепте (вместо шнитт-лука и зеленого лука). Выложите смесь на булочки и украсьте целыми кусочками бекона (см. фото на соседней странице).

Начинка из анчоусов и лука-шалота

Смешайте с яйцами 6 порезанных анчоусов, как описано в базовом рецепте (вместо шнитт-лука и зеленого лука), добавьте мелко нарезанный лук-шалот и десертную ложку мелко нарезанной зелени петрушки. Выложите смесь на булочки, украсьте целыми филе анчоуса, обернутыми вокруг маслины (см. фото на соседней странице).

*На картинке напротив, сверху по часовой стрелке:
открытый сэндвич с яйцом и беконом,
открытый сэндвич с яйцом, шнитт-луком и зеленым луком;
открытый сэндвич с анчоусами и луком-шалотом*



Как приготовить яйца-пашот

Ключ к прекрасно приготовленным яйцам-пашот — в постоянно слегка кипящей воде в течение всего времени готовки



Прежде чем говорить о яйцах-пашот, надо развеять некоторые мифы, окружающие приготовление данного блюда. Недавно несколько людей рассказали мне, что побывали в крупных магазинах кулинарных принадлежностей и ни в одном не нашли кастрюли-пашотницы. Я ответила им: «Какой прорыв для человечества!» Пашотницы — это не просто пережиток прошлого, но и вообще бесполезная вещь. Они лишь уплотняли и обрабатывали паром яйца, а не варили их. А вы пробовали когда-нибудь их после этого отмыть? Присохшие ошметки яиц, которые невозможно отскрести.

Миф дополняли и профессиональные шеф-повара, сдававшие свои экзамены, только если им удавалось закрутить сильную воронку в кипящей воде, а затем, подобно фокусникам, придать яйцу-пашот форму яйца, сваренного в скорлупе. Но теперь мы можем в домашних условиях, выкинув пашотницы, без особых ухищрений готовить яйца-пашот на четверых, а то и шестерых человек. Описанный далее способ не является ни сложным, ни страшным, надо лишь помнить, что для успешного приготовления яйца должны быть очень свежими (см. с. 13). Вам потребуется:

- 4–6 крупных яиц (не старше четырех дней);
- подходящего размера сковорода (зависит от количества яиц);
- кипящая вода;
- ложка-шумовка и рулон бумажных полотенец.

Поставьте сковородку на небольшой огонь, налейте кипящей воды (примерно на 2,5 см). Через некоторое время вы заметите крошечные пузырьки, появляющиеся на дне сковородки (верхняя фотография слева). Осторожно разбейте яйца над поверхностью воды, дайте им покипеть без крышки минуту. Важно определить время точно.

После этого снимите сковородку с огня, оставьте яйца в горячей воде на 10 минут. За это время вы получите великолепный плотный белок и мягкий желток. Выньте яйца при помощи шумовки, каждый раз придерживая ложку несколько минут над бумагой, которая впитает излишки воды. Подавать эти яйца надо сразу же после готовки (рецепт тостов см. на с. 83).

Умение готовить яйца-пашот можно применить в самых разных рецептах. Если у вас немного денег, вы можете приготовить тушеную фасоль с тостом и яйцом-пашот — самый бюджетный вариант при идеальном сочетании питательных веществ. Если деньги не играют роли, можно купить уже готовую фасоль, с домашним вкусом и приготовленную без сахара. Выйдет дороже, но не менее вкусно.

Другой рецепт, отлично подходящий для ужина, — отварить копченую треску, обсушить ее, а затем в той же воде приготовить яйца-пашот. Подавать рыбу с выложенными на нее яйцами и смазанным маслом коричневым пресным хлебом.



Теплый салат из шпината с яйцами-пашот, жареными колбасками и беконом

Это прекрасная комбинация колбасок, яиц, бекона и грибов. Картошки не будет, но не расстраивайтесь — листья салата, хрустящие крутоны и заливка с нотками шерри делают это блюдо совершенно особенным.

На 2 порции в качестве легкого ланча или ужина:

110 г свежего молодого шпината и несколько стрелок кресс-салата;
4 крупных свежих яйца;
75 г копченых колбасок;
4 тонких ломтика бекона или 8 ломтиков грудинки;
1 небольшая луковица (очистить);
50 г грибов;
2 куска белого хлеба без корочки;
3 ст. л. оливкового масла;
3 ст. л. сухого шерри;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. винного уксуса;
свежемолотый черный перец.

Подготовьте ингредиенты заранее. Лук, грибы и бекон нарежьте небольшими (ок. 0,5 см) кусочками, колбаски — кусочками покрупнее. Нарежьте хлеб кубиками (0,5 см) для приготовления крутонов. Листья шпината и салата выложите на две большие тарелки, удалив крупные части стебля.

Приготовьте яйца-пашот, как описано на предыдущих страницах. Пока они лежат в горячей воде, возьмите среднюю сковородку с толстым дном и нагрейте на ней 1 чайную ложку масла. Поджарьте крутоны до ровного золотистого цвета — 1–2 минуты, после чего выложите их на бумажное полотенце.

Оставшееся масло вылейте на сковородку, сильно разогрейте и обжарьте бекон, лук и колбаски до румяной корочки.

Через 4 минуты добавьте грибы и продолжайте жарить на сильном огне примерно 2 минуты. Приправьте блюдо черным перцем, добавьте шерри и винный уксус, дайте закипеть и убавьте огонь. Выложите яйца на листья салата, поверх них поместите содержимое сковородки и посыпьте все крутонами.





Яйца по-бenedиктински

Есть ли в мире человек, который ни разу не пускал слюнки при мысли о яйцах по-бenedиктински? Мягкий, слегка поджаренный хлеб, хрустящий бекон, идеальные яйца-пашот, и все это полито голландским соусом. Несомненно, это один из популярнейших рецептов в мире. И хотя раньше это блюдо предлагалось подавать исключительно в качестве завтрака или второго завтрака, оно вполне может служить основным блюдом, особенно зимой. Низкокалорийную версию этого блюда можно приготовить с помощью пенного голландского соуса (см. с. 71), одним из плюсов которого является возможность приготовить его заранее.

Приготовьте яйца-пашот (с. 22). Когда бекон будет готов, переложите его на подогретую тарелку, пока булочки будут обжариваться с двух сторон. Смажьте булочки маслом и выложите на противень. На каждую булочку положите по два кусочка бекона. Сверху выложите яйца-пашот, полейте голландским соусом (чуть больше 1 чайной ложки на каждое яйцо).

Поставьте яйца по-бenedиктински под гриль на 25–30 секунд, как можно ближе к нагревателю. Не спускайте с них глаз, они должны лишь слегка подрумяниться, глазируя соус. Подавайте сразу же на горячих тарелках.

Подавайте 3 штуки в качестве второго завтрака или 6 штук в качестве закуски.

1 порция голландского соуса (см. с. 70);

6 крупных свежих яиц;

12 ломтиков бекона, зажаренных до хрустящей корочки;

3 булочки (разрезать горизонтально пополам);

немного сливочного масла.

Вам также понадобятся сковорода-гриль, решетка и противень размером 25×35 см.

Разогреть гриль до максимальной температуры.



Как жарить яйца

Правильно пожарить яйца, чтобы у них были хрустящие края и жидкий желток, — непростое задание. Одни из вкуснейших жареных яиц мне довелось попробовать на острове Барбадос, где мне посчастливилось отдыхать. Мне кажется, это лучшее в мире место для купания в море ранним утром, когда можно плавать, созерцая все красоты на берегу и ощущая дразнящий аромат бекона и яичницы. А после этого — отправляться в отель, где улыбчивый туземец приготовит завтрак на старой черной сковороде и обязательно поинтересуется, понравилась ли вам яичница.

Выбирая рецепт для жарки яиц, очень важно заранее знать, как именно вы хотите их приготовить. Способ, который я хочу предложить, удовлетворяет большинству вкусов.

Вам понадобится:

- 2 крупных свежих яйца;
- 1 десертная ложка жира, оставшегося после жарки бекона (или арахисового масла, или масла из виноградных косточек);
- маленькая сковорода с толстым дном;
- лопаточка;
- бумажные полотенца.



Не забывайте поливать яйца жиром во время готовки (на фото сверху) — вот секрет прекрасно пожаренного яйца: хрустящая по краям корочка и жидкий желток (на нижнем фото внизу)

Поставьте сковороду на сильный огонь. Как только жир или масло хорошо прогреются, осторожно разбейте яйца. Через 30 секунд убавьте огонь до среднего и продолжайте готовить, время от времени поливая яйца жиром, чтобы сверху они тоже немного пропеклись. Когда примерно через минуту яйца будут готовы, снимите их со сковороды лопаточкой и переложите на пару минут на кухонную бумагу, чтобы впитались излишки жира, и только потом — на тарелку.

Приготовленная этим способом яичница будет хрустящей по краям, с плотным белком и жидким желтком. Если вы не хотите, чтобы края получились хрустящими, с самого начала готовьте на среднем огне, а предпочитаете, чтобы яйца были сильнее прожарены, — увеличьте время готовки.

Кстати: если вы готовите на сливочном масле, жарить необходимо на более спокойном огне и немного дольше, чтобы масло не начало подгорать.

Для приготовления яичницы с беконом жарьте яйца по приведенному рецепту, предварительно обжарив бекон. Для этого сделайте ножницами несколько надрезов с жирного края ломтиков бекона (благодаря этому они не будут сворачиваться), добавьте капельку (не больше чайной ложки) арахисового масла на горячую сковородку и жарьте ломтики до образования румяной корочки. Переложите их на подогретую сковородку, промокнув кухонной бумагой, и держите в тепле, пока готовите яйца в жире от бекона.

Солонина с овощами и жареными яйцами

Я люблю Нью-Йорк, особенно нью-йоркские гастрономы с кафе, где я всегда заказываю горячий сэндвич с копченой говядиной на ржаном хлебе, а мой муж — солонину с овощами и яйцом. Хотя у нас не продается такая солонина, из ее консервированного варианта получается все то же вкусное блюдо, а главное — по гораздо более привлекательной цене. А вот и рецепт этого чрезвычайно вкусного и простого в приготовлении блюда стоимостью меньше 1 фунта!

Разрежьте пополам кусок консервированной говядины вдоль, а затем с помощью острого ножа порежьте половинки на 4 части. Затем нарежьте получившиеся куски кубиками размером 1 см и переложите все в миску. Смешайте ворчестерский соус с горчицей, полейте этой смесью говядину и тщательно распределите ее.

Луковицу очистите и разрежьте пополам. Половинки нарежьте тонкими полукольцами. Картофель вымойте и прямо в кожуре порежьте кубиками размером 1 см, сложите в кастрюлю. Залейте кипящей водой, посолите и варите около 5 минут на медленном огне, после чего слейте воду и переложите картофель в дуршлаг, накрыв полотенцем, которое впитает пар.

2 столовые ложки масла разогрейте на сковороде, на сильном огне обжарьте лук (ок. 3 минут) до золотистого цвета. Сдвиньте лук к краю сковороды, добавьте картофель и, помешивая, обжаривайте до появления румяной корочки. При необходимости добавляйте еще масла. Посыпьте специями и перемешайте лопаточкой. Через 6 минут добавьте говядину. Помешивая, продолжайте готовить около 3 минут, чтобы говядина успела прогреться.

Уменьшите огонь до минимума, пожарьте на маленькой сковороде яйца. Распределите солонину с овощами на две тарелки, положите сверху яичницу. В качестве приправы можно подать томатный кетчуп.

Кстати: сейчас продается томатный кетчуп, не содержащий сахара и по вкусу напоминающий свежие помидоры.

На 2 порции:

200 г консервированной солонины;
2 крупных свежих яйца;
2 ч. л. ворчестерского соуса;
1 ч. л. горчицы с зернышками;
1 большая луковица;
275 г картофеля сорта «дезире» или «король Эдвард»;
2–3 ч. л. арахисового или другого масла без запаха;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся сковорода диаметром около 20 см с толстым дном, чуть меньшая сковорода для жарки яиц, а также две тарелки, согретье в духовке.





Чоризо с овощами, острым перцем и паприкой (чоризо — испанские сырокопченые колбаски)

Это более пикантный вариант предыдущего рецепта, в котором к луку и картофелю добавляется еще и острый красный перец. Это очень вкусное блюдо, но удастся оно только в том случае, если вы будете использовать настоящие испанские колбаски чоризо, которые можно купить в специальных гастрономах. Колбаски, произведенные в Англии, — совсем не то, что нужно.

Луковицу очистите, разрежьте пополам и нарежьте тонкими полукольцами. Красный перец разрежьте пополам и очистите от семян, а затем нарежьте кусочками размером 1 см. Снимите шкурку с колбасок и нарежьте ломтиками того же размера, что перец.

Картофель вымойте и, не счищая кожуры, нарежьте кубиками размером 1 см. Переложите в кастрюльку, залейте кипящей водой, посолите и варите 5 минут. Затем откиньте на дуршлаг, слив воду, и накройте чистым полотенцем, чтобы впитался пар.

Разогрейте в сковороде 2 столовые ложки масла, добавьте лук, перец и давленый чеснок и жарьте 6 минут до золотистого цвета. Сдвиньте овощи к краю сковороды, добавьте колбаски и обжаривайте их на сильном огне около 2 минут до румяной корочки. Приправьте паприкой, перемешайте и переложите на отдельную тарелку. На оставшемся масле 3 минуты обжаривайте картофель со специями. После этого верните на сковородку овощи с колбасками, перемешав лопаточкой. Готовьте 5–6 минут, пока все не подрумянится. Уменьшите огонь до минимума и на другой сковороде пожарьте яйца, как описано на с. 28. Разделите колбасно-овощную смесь на две тарелки, выложите сверху на каждую яичницу. В качестве приправы можно подать томатный кетчуп.

На 2 порции:

150 г колбасок чоризо;
1 маленький красный перец;
1 ч. л. острой паприки;
1 средняя луковица;
275 г картофеля сорта «дезире»
или «король Эдвард»;
3 ст. л. оливкового масла;
1 большой зубчик чеснока;
2 крупных свежих яйца;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся сковорода диаметром около 20 см с толстым дном, чуть меньшая сковорода для жарки яиц, а также две тарелки, согретые в духовке.

Как приготовить мягкую яичницу-болтуню



Добавьте к маслу в кастрюле взбитые яйца и помешивайте, пока $\frac{3}{4}$ смеси не загустеет. Снимите кастрюлю с огня, добавьте оставшееся масло и продолжайте перемешивать, пока блюдо не будет готово

Я научилась готовить яичницу-болтуню с первого раза благодаря рецепту известного французского шеф-повара Огюста Эскофье, который я до сих пор считаю лучшим. За 20 лет, прошедшие с первой публикации «Кулинарных курсов», отношение к сливочному маслу сильно изменилось, его стали использовать гораздо меньше, так как оно якобы изменяет нежный вкус свежих овощей и т.д. Но не будем забывать и о том, каким прекрасным продуктом является масло и как оно сочетается с яйцами.

Для начала следует запомнить главное — не увеличивайте огонь, иначе яйца станут слишком сухими и похожими на хлопья. Секрет в том, чтобы снять сковородку с огня тогда, когда яичная смесь еще немного жидкая, к моменту подачи на стол она полностью загустеет, превратившись в нежную массу.

Яичница-болтуня для одного человека

Для большого количества людей следует просто пропорционально увеличить количество ингредиентов. Способ приготовления остается неизменным, увеличивается лишь время.

2 крупных яйца;
10 г сливочного масла;
соль, свежемолотый черный перец.

Разбейте яйца в небольшую миску и слегка взбейте вилкой, смешав желтки с белками, посолите и поперчите.

Маленькую кастрюльку с толстым дном нагрейте на среднем огне и растопите в ней половину масла. Смажьте этим маслом дно и стенки кастрюльки на высоту около 2,5 см. Когда масло начнет пениться, влейте взбитые яйца. Резкими движениями деревянной лопатки взад-вперед перемешивайте яичную смесь, не допуская прилипания к стенкам кастрюльки. Ни в коем случае не увеличивайте огонь, наберитесь терпения и продолжайте перемешивать яйца до тех пор, пока $\frac{3}{4}$ смеси не загустеет, а четверть не останется жидкой.

Снимите кастрюльку с огня, добавьте оставшееся масло и продолжайте перемешивать вилкой или ложкой. За счет нагрева дна кастрюльки яйца продолжают запекаться. Как только масса окончательно загустеет, подавайте яичницу на стол. Секрет успеха в том, чтобы снять кастрюльку с огня в нужный момент, тогда яичница не пересохнет и не начнет слоиться. После того как вы научитесь определять этот момент, проблем с приготовлением яичницы-болтуни у вас не возникнет. Вместо масла можно использовать густые сливки или сметану. Подавать лучше всего со смазанными маслом тостами или бейглами.



Яичница-болтуня для желающих похудеть

Этот рецепт предназначен для тех, кто соблюдает диету или просто хочет сократить потребление жирных продуктов. Это очень вкусное блюдо, и я сама в разгрузочные дни люблю насладиться им с кунжутными хлебцами. Мне больше нравится готовить его с нежирным творожным сыром, сыром из обезжиренного молока, но и творог по-деревенски также отлично подойдет.

На 1 порцию:

2 крупных яйца;
1 ст. л. молока;
1 дес. л. с горкой кварка
или творога по-деревенски;
1 ст. л. свежего шнитт-лука;
соль, свежемолотый черный перец.

Разбейте яйца в миску, посолите и поперчите. Поставьте кастрюльку на небольшой огонь, налейте молока и смочите им дно и стенки кастрюльки. Влейте яйца и с помощью деревянной вилки резкими движениями взбивайте их до тех пор, пока $\frac{3}{4}$ массы не загустеет. Добавьте кварк или творог по-деревенски и шнитт-лук и перемешайте. Снимите с огня и продолжайте мешать до тех пор, пока масса полностью не загустеет.

Вам также понадобятся маленькая кастрюлька с антипригарным покрытием и деревянная вилка.

Яичница-болтуня с копченым лососем в бриоши

Пожалуй, это одно из самых изысканных сочетаний — нежная и воздушная яичница и утонченный копченый лосось. В некоторых ресторанах подают яичницу, посыпанную мелкими кусочками лосося, но, на мой взгляд, все оттенки вкуса гораздо лучше передаются в смеси яиц, лосося и сливок.

На 2 порции:

4 крупных яйца;
125 г копченого лосося в нарезке;
4 ст. л. нежирных сливок;
2 булочки-бриоши;
10 г масла;
соль, свежемолотый черный перец.

Для украшения:

немного свежего укропа.

Для этого блюда лосось надо порезать очень мелко, так что если даже вы используете обрезки, некоторые особенно крупные кусочки надо будет измельчить. Я сама использую для этого ножницы. Порезанный лосось положите в кастрюльку, влейте сливки, доведите до кипения и отставьте в сторону примерно на полчаса.

Перед тем как готовить яичницу, разогрейте гриль до максимальной температуры. Срежьте верхушку с каждой бриоши, извлеките половину хлебного мякиша и вместе со срезанными «крышечками» поместите булочки под гриль, чтобы они слегка поджарились.

На слабом огне растопите масло в средней кастрюльке. Яйца разбейте в миску и слегка взбейте их вилкой, добавив соль и черный перец. Когда масло начнет пениться, смажьте им дно и стенки кастрюли и влейте яйца. Слегка увеличив огонь, начинайте перемешивать яичную смесь деревянной лопаткой, избегая ее прилипания к стенкам.

Примерно через минуту, когда яйца начнут густеть, влейте сливки с лососем. Быстрыми движениями взбивайте лопаточкой смесь до почти полного загустения — около 3–4 минут. Снимите кастрюльку с огня и продолжайте мешать до тех пор, пока яичница не превратится в пышную и нежную массу. При необходимости добавьте еще специй. Выложите ложкой яичную смесь в поджаренные бриоши, украсив укропом, накройте «крышечками» и подавайте.



Запеканка из яиц с перцем и колбасками чоризо

*Это блюдо — вариация на тему *oeuf sur le plat* — яичницы, приготовленной на тарелке. Его действительно можно готовить прямо на тарелке, предварительно убедившись, что она огнеупорная. Однако лучше всего для его приготовления подойдут специальные формы для запекания диаметром 15 см, которых как раз хватает для приготовления одного-двух яиц. В рецепте есть элементы баскской кухни, как то: запекание яиц на ложе из лука, чеснока, перца и колбасок чоризо. Блюдо достаточно быстро готовится, а сверху покрыто расплавленным сыром и идеально подходит в качестве ланча или ужина.*



На 2 порции:

4 крупных яйца;
1 маленький зеленый или красный перец;
75 г колбасок чоризо;
1 средняя луковица;
3 средних помидора;
1 крупный зубчик чеснока;
1 ст. л. оливкового масла;
50 г тертого сыра грюйер;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся 2 круглые формы для запекания (диаметром 15 см), смазанные оливковым маслом, и кусок бумаги для запекания размером 35×28 см.

Разогреть духовку до 180 °C.

Подготовьте ингредиенты заранее. Снимите шкурку с колбасок и нарежьте их ломтиками размером около 0,5 см. Лук очистите и порежьте тонкими полукольцами. Перец разрежьте пополам, удалите плодоножку и вычистите семена. Порежьте его тонкими ломтиками. Помидоры залейте на 30 секунд кипятком, затем слейте воду и снимите кожицу. Разрезав помидоры пополам, слегка сдавите, чтобы убрать семена, а мякоть нарежьте небольшими кубиками. Очистите и мелко порежьте чеснок.

На сильном огне нагрейте масло в сковороде с толстым дном, поджарьте колбаски до золотистой корочки. Шумовкой переложите колбаски в отдельную посуду. На сильном огне в той же сковороде обжарьте лук и перец в течение 5–10 минут, после чего добавьте помидоры и чеснок и жарьте еще около 1 минуты, затем выложите обратно колбаски. Добавьте специи, хорошо перемешайте.

Сняв сковороду с огня, разложите смесь в две формочки для запекания. Осторожно разбейте поверх по два яйца, посолите и поперчите, присыпьте сыром. Поставьте формы на верхнюю полку духовки на 12–15 минут.

С этим блюдом очень хорошо сочетается крепкое красное вино и подогретый хрустящий багет.

Яйца в кокотнице

*Еще один особенный способ приготовления и сервировки яиц. По-французски это блюдо называется *oeufs en cocotte* — по названию посуды, в которой оно готовится, кокотницы, или горшочка, похожего на мини-форму для суфле. В этом рецепте описан базовый способ приготовления яиц в горшочке и несколько вариаций.*

Вскипятите воду. В каждый горшочек разбейте по одному яйцу, на желтки положите по кусочку масла. Поставьте горшочки на противень, а его — на средний уровень духовки. В противень налейте кипящей воды, так чтобы она доходила до середины кокотниц. Запекать яйца нужно 15 минут, если вы хотите получить жидкий желток и текучий белок, или 18 минут, если хотите, чтобы они были более плотными. Необходимо помнить, что они продолжают готовиться за счет нагрева формочек даже вне духовки.

Варианты приготовления

Вместо кусочка масла добавьте чайную ложку жирных сливок, сметаны или греческого йогурта. Сверху можно посыпать сыром. Кроме яиц, в горшочки можно положить слегка приготовленные верхушки спаржи или порезанный лук-порей. Также можно использовать мелко порезанный копченый лосось или копченую треску.

На 2 порции:

2 крупных свежих яйца;
25 г сливочного масла;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся
2 горшочка-колотницы диаметром
7,5 см и 4 см глубиной, смазанные
маслом; противень размером
28×20 см и 5 см глубиной.

Разогрейте духовку до 180 °С.



Яйца в кокотнице со сморчками или белыми грибами

Мне очень нравится вариант этого блюда с начинкой из сушеных сморчков, которые можно купить в специальных магазинах, также отлично подойдут белые грибы.

На 4 порции:

4 крупных свежих яйца;
10 г сушеных сморчков
или белых грибов;
150 мл кипящей воды;
3 луковицы-шалот (очистить
и мелко порезать);
110 г обжаренных плоских грибов
(крупно порезать);
 $\frac{1}{4}$ мускатного ореха (натереть
на терке);
25 г сливочного масла;
3 ст. л. сметаны, полужирной
сметаны или греческого йогурта;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся
4 горшочка-кокоотницы диаметром
7,5 см и 4 см глубиной, хорошо
смазанные маслом, а также
противень размером 28×20 см
и 5 см глубиной.

Замочите грибы на 30 минут в горячей воде, затем слейте воду и отожмите грибы от ее излишков (воду, в которой отмокали грибы, можно заморозить и в дальнейшем использовать для приготовления супов или соусов). Отложите 4 сморчка или белых гриба, а остальные поместите в блендер вместе с луком-шалотом, плоскими грибами, мускатным орехом, солью и свежемолотым черным перцем. Тщательно взбейте до однородного состояния.

Растопите масло, как только оно начнет пениться — добавьте грибную смесь и на маленьком огне тушите 25–30 минут, чтобы выпарить остатки жидкости.

Начинка может быть приготовлена заранее, но перед тем как заниматься яйцами, необходимо разогреть духовку до 180 °С и вскипятить чайник. Подогрейте грибную смесь, добавьте в нее 1 столовую ложку сметаны или йогурта и разложите по кокотницам, сделав небольшое углубление для яйца. Разбейте по одному яйцу в горшочек, приправьте специями, выложите оставшуюся сметану и распределите ее по поверхности яиц ложкой или маленьким ножом. Выложите сверху по кусочку грибов. Поставьте горшочки на противень, а его — на средний уровень духовки, долейте горячей воды так, чтобы она доходила до середины горшочков. Запекать нужно 15–18 минут. Подавать с ломтиками цельнозернового хлеба и маслом.









2

Искусство приготовления омлета

Яйца можно приготовить множеством способов, но ничто не сравнится с быстро приготовленным великолепным омлетом.

Элиза Эктон

Так писала Элиза, и так оно обстоит и по сей день. Она описала все, чему я хочу вас научить. Если мне удастся научить вас делать «быстро приготовленный великолепный омлет», то я сполна выполню свою задачу, а вы никогда не будете испытывать недостатка в самых простых, быстрых в приготовлении и вкусных блюдах.

Как бы то ни было, искусство приготовления омлета начинается не на кухне, как можно было бы предположить, а в магазине. «Для начала найдите *свою* сковородку» — это определение подойдет лучше всего. Все годы, что я учила других искусству кулинарии, поиск правильной сковородки всегда оставался наиболее животрепещущей проблемой. Да, на моих глазах творилась «антипригарная» революция в магазинах кухонной утвари, и имя тем несчастным, исцарапанным и изношенным сковородкам, прошедшим через мою кухню, — легион!

Существуют строжайшие правила, требующие неукоснительного выполнения:

да не ставь ты сковороду на огонь без какого бы то ни было содержимого;

да не используй вовек металлическую утварь.

Проблема в том, что я не могу следовать правилам: мне нравится хорошенько разогреть посуду, прежде чем положить масло; я просто не представляю, как можно положить на сковородку стейк, чтобы он не зашкворчал в ту же секунду от жара; и я совершенно не представляю, как можно приготовить омлет без металлической ложки. И потом, приготовив восхитительный открытый омлет, сложенный конвертиком, я не могу не использовать нож для его разрезания.

Да, я знаю, что существуют специальные неметаллические приборы, но к дереву еда прилипает, а пластик совершенно не подходит для тех, кто может забыть его в горячей сковородке, отвлекшись на телефонный звонок, чтобы потом обнаружить его расплавившимся и смешавшимся с пищей. Я не против антипригарной посуды. Просто я недостаточно осторожна.

И последнее, о чем я хочу предупредить, — остерегайтесь «имиджевых» вещей. Посуда из нержавеющей стали, какой бы красивой она ни выглядела, очень и очень плохо проводит тепло, а потому совершенно не подходит для приготовления пищи.

На этом можно было бы закончить. Но есть и хорошая новость: после долгих лет поисков идеальной посуды для приготовления омлета я нашла настоящее сокровище — невзрачную, но в то же время чрезвычайно надежную алюминиевую сковороду английского производства. Да-да, я уже вижу тревогу на ваших лицах и предвосхищаю вопрос: «А как же насчет безопасности алюминия?» Я все проверила и обнаружила, что большинство слухов о влиянии на здоровье посуды из этого металла до сих пор не подтверждены. Многочисленные тесты показали, что алюминиевая посуда абсолютно безопасна для приготовления любых блюд, кроме кислых фруктов и овощей, таких как сливы, помидоры и ревень, поскольку содержащаяся в них кислота может вступить во взаимодействие с металлом.

Размер имеет значение

Выбрать сковороду правильного размера очень важно: слишком маленькая — и омлет получится толстым, похожим на губку, и его невозможно будет свернуть; слишком большая — яйца растекутся



в тонкий блинчик и будут сухими и жесткими. При покупке лучше всего взять рулетку или сантиметр и измерить дно сковороды, ведь именно такого размера в итоге получится ваш омлет. На мой взгляд, для среднего омлета из двух-трех яиц лучше всего подойдет сковорода с диаметром основания 15 см. Сковородки с дном размером около 20 см лучше подходят для приготовления тортильи или для омлета, не складываемого в дальнейшем «конвертиком».

Как подготовить новую сковороду к жарке

Пожалуйста, какую бы сковороду вы ни купили, сделайте с ней следующее: налейте в нее около 1 см старого масла, смажьте им же стенки и на самом маленьком огне прокалите сковородку около 8 часов. Не оставляйте ее без присмотра, следите, чтобы масло было едва теплым. Лучшая сковорода для приготовления омлета та, на которой уже готовили. А эти манипуляции с маслом и нагреванием равносильны 6 месяцам постоянного использования сковороды. В дальнейшем ее можно будет использовать для жарки любых продуктов — чем чаще вы будете на ней что-то готовить, тем лучше. После использования достаточно вымыть ее средством для мытья посуды в горячей воде, используя мягкую тряпочку, затем высушить и слегка отскрести остатки масла с краев сковороды.

Как приготовить «закрытый» омлет

Для начала приготовьте все, что может понадобиться: миску, яйца, сковородку, вилку, столовую ложку, соль и перец, сливочное и растительное масло. Поставьте тарелки в подогретую духовку.

1 Яйца.

Одному человеку — один омлет, его настолько быстро готовить, что нет смысла делать на двоих один большой. В зависимости от того, насколько вы голодны, возьмите два или три крупных яйца на каждую порцию. Разбейте их в миску, приправьте солью и перцем и осторожно перемешайте вилкой желтки и белки. Не взбивайте слишком сильно, достаточно просто перемешать, от этого зависит пышность омлета.

2 Масло: растительное или сливочное?

Можно использовать и то, и другое, но не забывайте, что при сильном нагреве сливочное масло быстро начинает подгорать. Чтобы этого избежать, можно добавить в него немного растительного масла — около половины чайной ложки. Для более насыщенного сливочного вкуса во время смешивания яиц можно добавить чайную ложку топленого масла или сливок.

3 Нагрев.

В искусстве приготовления омлета нагрев играет важнейшую роль, так как залогом успеха является скорость приготовления. Около 30 секунд нагревайте сковороду на среднем огне. Добавьте сливочное и растительное масло, а когда оно начнет плавиться — смажьте дно и стенки сковороды. Увеличьте огонь до максимума — во время первой демонстрации этого рецепта на телевидении я назвала это «так сильно, как только осмелитесь» — это определение так и закрепилось.



Приготовление омлета начните с разогревания масла — огонь поставьте на максимум; затем вылейте яйца на сковороду, поворачивая ее, чтобы яичная смесь равномерно покрыла дно; ложкой сдвиньте края омлета к центру, чтобы не успевшая запечься жидкость стекла в освободившееся пространство, — продолжайте, пока на сковороде не останется жидкости

4 *Приготовление омлета.*

Когда масло начнет пениться, вылейте на сковородку яйца. Распределите яичную смесь так, чтобы она полностью закрывала дно, и оставьте на огне, медленно считая до пяти.

5 *Поработаем ложкой.*

Через пять секунд края омлета начнут запекаться. После этого можно наклонить сковороду на 45 градусов и ложкой сдвинуть края омлета к центру. Не успевшие запечься яйца стекут и заполнят освободившееся пространство. Наклоните сковороду в другую сторону и повторите процедуру. Продолжайте наклонять сковороду взад-вперед, пододвигая края к центру и позволяя жидкости заполнять освободившееся место — это займет не больше 30 секунд. Вскоре жидкости останется очень мало, только чуть-чуть на поверхности, тогда-то и начинайте сворачивать. Слегка опрокиньте сковороду и заверните одну из сторон омлета к центру, снова наклоните. Поднесите сковороду к подогретой тарелке и последний оборот «рулета» вы сделаете, переворачивая омлет на тарелку.

6 Помните, омлет продолжит доходить уже на тарелке, поэтому сразу же подавайте его на стол. Именно поэтому так важно, чтобы он не полностью пропекся, когда вы начнете его сворачивать. Если жидкости осталось слишком много, подождите немного, прежде чем есть. Идеальный омлет чуть-чуть поджарен на поверхности и пышный и мягкий внутри.



Сыры фонтина, грюйер или таледжио отлично подойдут для омлета с растопленным сыром, особенно если добавить к ним ветчину

Омлеты с начинкой

Освоив мастерство приготовления простого омлета, можно подумать и о начинке.

«Открытый» омлет с сыром: добавьте во взбитые яйца 40 г тертого сыра чеддер, а перед подачей на стол посыпьте омлет пармезаном.

Омлет с голубым сыром и луком: добавьте к взбитым яйцам 40 г сыра стилтон, рокфор или горгонзола и 2 мелко порезанных стебелька зеленого лука, а затем жарьте как обычно.

Омлет с растопленным сыром: сначала разогрейте гриль, затем тонко порежьте какой-нибудь из сыров, который хорошо плавится (например, фонтина, грюйер или таледжио). Когда омлет будет практически готов, но еще не пропечется полностью, разложите ломтики сыра сверху (можно также добавить немного ветчины) и поставьте сковороду под гриль. После этого сверните омлет, как описывалось ранее, и вы получите восхитительную мягкую сырную начинку.

Швейцарский омлет: разогрейте гриль и смешайте яйца с тертым сыром грюйер (10 г). Еще 10 г тертого сыра смешайте с жирными сливками. После сворачивания омлета полейте его этой смесью и поставьте под гриль, чтобы образовалась сырная корочка. Совершенно бесполезно для вашей талии, но...

Придерживаетесь диеты? Вы все равно можете побаловать себя *сырным омлетом*! Тертый пармезан придаст ему восхитительный вкус, и в нем не слишком велико содержание жира. Вам потребуется всего 10 г — половину добавьте во взбитые яйца, а оставшимся сыром посыпьте готовый омлет — всего 39 калорий и 2,8 г жира.

Омлет с грибами: на одну порцию понадобится 110 г порезанных грибов. В течение 20 минут слегка обжарьте их в 1 столовой ложке растительного масла, чтобы выпарить лишнюю жидкость и усилить вкус и аромат. Приготовьте омлет и посыпьте его грибами перед тем, как сворачивать.

Омлет с травами: смешайте 1 столовую ложку порезанной зелени петрушки и 1 столовую ложку порезанного шнитт-лука (или любой другой зелени на ваш выбор). Добавьте эту смесь во взбитые яйца за 30 минут до приготовления омлета, чтобы они пропитались ароматом зелени.

Омлет с копченым лососем: на 30 минут замочите 50 г копченого лосося в 1 столовой ложке сливок или молока, а перед приготовлением омлета добавьте эту смесь к взбитым яйцам.

«Открытые» омлеты

Хотя французские свернутые омлеты, о которых я писала раньше, — идеальная еда быстрого приготовления в домашних условиях, они больше подходят для одного-двух человек. Когда же дело касается большего количества порций, это не всегда удобно.

«Открытые» омлеты дают вам больший простор для деятельности. В этом случае готовка становится более спокойной и неторопливой — вы можете просто поставить готовиться один большой омлет, а сами потягивать аперитив или болтать с гостями.

Омлет-тортилья по-испански

Я всегда поражалась, как из трех простых и недорогих продуктов — яиц, лука и картофеля — получается настолько изысканное блюдо. Именно так испанцы готовят омлеты. Испанский омлет, или тортилья, не сильно отличается от французского, а времени на приготовление требует больше. Но в наш век сложных и хлопотных блюд так приятно знать, что простота все еще может одержать верх. Отлично приготовленная тортилья, поданная с салатом и бутылкой вина, великолепно утолит голод двух или более человек в любое время дня.

На 2–3 порции:

5 крупных яиц;

1 средняя луковица (ок. 110 г);

275 г картофеля сорта «дезире»;

3 ст. л. оливкового масла;

соль, свежемолотый черный перец.



Картофель и лук нужно готовить, пока они слегка не потушатся; время от времени с помощью ножа отделяйте края омлета от сковороды, придавая тортилье скругленную форму

Обратите внимание: размер сковородки крайне важен. Для приготовления блюда на двух-трех человек лучше всего подойдет сковорода диаметром 20 см. Если вы готовите для большего количества людей и, соответственно, на сковороде большего размера, выбирайте не сильно тяжелую, так как переворачивать омлет придется обеими руками. В отсутствие хорошо прокаленной металлической сковороды можете использовать посуду с антипригарным покрытием. В приготовлении этого блюда вам сильно поможет плоская крышка или большая тарелка размером со сковороду.

Тортилья может подаваться горячей в качестве главного блюда или холодной — порезанная ломтиками и завернутая в пленку, она особенно хороша в качестве закуски для пикника. В Испании ее подают в виде острой закуски к охлажденному сухому хересу — нарезают кубиками и нанизывают на коктейльные палочки, а также в виде сэндвичей с хрустящим хлебом — очень вкусно и калорийно!

Очистите лук и нарежьте полукольцами. С помощью картофелечистки очистите клубни картофеля и быстро, чтобы избежать потемнения, нарежьте его тонкими кружками. Промокните картофель сухой чистой тряпкой.

На сковороде разогрейте 2 столовые ложки оливкового масла, обжарьте на нем лук и картофель. Снизив огонь до минимума, посолите, поперчите, накройте крышкой и оставьте тушиться на 20 минут. По прошествии половины времени перемешайте овощи, а также время от времени встряхивайте сковородку, так как лук и картофель должны не обжариться слишком сильно, а лишь потушиться в масле.

Тем временем разбейте яйца в миску и слегка перемешайте желтки и белки. Добавьте специи. Когда лук и картофель будут готовы, переложите их в миску к яйцам.

Сковороду снова поставьте на средний огонь, подогрейте оставшееся масло. Овощи перемешайте со взбитыми яйцами, вылейте смесь на сковородку и сразу убавьте огонь до минимума.

Забудьте все, что вы знаете о французских омлетах, наберитесь терпения: вам понадобится 20–25 минут, чтобы хорошо пропечь тортилью, не накрывая ее крышкой. Время от времени с помощью ножа отделяйте края омлета от сковороды, придавая им скругленную форму. Когда поверхность омлета полностью загустеет, накройте сковороду плоской крышкой или тарелкой, переверните ее и на пару минут переложите омлет обратной стороной на сковороду, чтобы поджарить его с обеих сторон. Выключите огонь и оставьте тортилью на сковороде еще на 5 минут. Подавать горячей или холодной с салатом и стаканом «Риоха» — великолепно!



Как приготовить итальянскую фриттату

Это итальянская разновидность открытого омлета. В то время как тортилья во время приготовления поджаривается до золотисто-коричневого цвета, фриттата, которая готовится еще дольше, должна быть гораздо светлее. Итальянцы называют процесс приготовления фриттаты — *lentamente*, что означает «очень медленно», яйца постепенно пропекаются, в конечном результате оставаясь довольно влажными. Именно поэтому лучше не переворачивать фриттату, а слегка запечь ее под грилем, чтобы верхняя часть чуть-чуть поджарилась. Подавать следует сразу же после этого, иначе омлет продолжает запекаться, теряя свою нежность и пышность.

Фриттата с сыром и четырьмя сортами грибов

Для приготовления этого блюда мне больше нравится использовать сыр фонтина, но поскольку грюйер также хорошо плавится, можно использовать и его. Грибы можно взять любые, лично мне нравится сочетание разных цветов и текстур, поэтому я выбираю вешенки, шиитаке, черные грибы и пестрые ежовики. Как бы то ни было, ни один из этих ингредиентов не является обязательным — даже если вы используете всего один сорт грибов, получится очень вкусно.

На 4 порции:

8 крупных яиц;
110 г сыра грюйер или фонтина;
350 г смеси грибов (примерно по 75 г каждого сорта);
1 ст. л. оливкового масла;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится сковорода диаметром 25 см.

Разогрейте духовку до минимальной температуры.

Крупно порежьте грибы (на этой стадии приготовления их количество покажется огромным, но в процессе готовки они потеряют примерно половину объема). Чайную ложку оливкового масла разогрейте, добавьте грибы и обжарьте их, встряхивая сковороду. Сначала грибы вберут в себя все масло, но по мере нагревания начнут отдавать его вместе с соком, поэтому жидкости будет достаточно для жарки. Посолите, поперчите, уменьшите огонь до минимума и готовьте грибы без крышки до полного выпаривания жидкости около получаса, несколько раз перемешав.

$\frac{2}{3}$ сыра нарежьте маленькими (5 мм) кубиками, а оставшуюся треть натрите на крупной терке. Разбив яйца в большую миску, слегка перемешайте вилкой, посолите и поперчите. Добавьте к яйцам $\frac{2}{3}$ обжаренных грибов и порезанный кубиками сыр. Оставшиеся грибы сложите в миску, накройте фольгой и поставьте в теплую духовку.

Протрите сковороду бумажным полотенцем, поставьте на средний огонь, разогрейте оставшееся масло и смажьте им дно и стенки сковороды. Уменьшив огонь до минимума, влейте яичную смесь и посыпьте сверху тертым сыром. Готовьте на медленном огне 15–20 минут. Затем включите гриль на максимум. Когда поверхность омлета практически пропечется, но еще останется немного жидкости, переставьте сковороду под гриль и слегка запеките (20–30 секунд). Посыпьте оставшимися грибами и разрежьте на 4 части. Разложите по тарелкам и сразу подавайте на стол. Это блюдо хорошо сочетается с двумя салатами — свежим салатом из латука и помидорами с базиликом.



Исходное количество грибов для приготовления фриттаты может показаться огромным, но в процессе готовки они потеряют примерно половину своего объема

Пышный омлет-суфле с тремя сырами и шнитт-луком

В то время как приготовление настоящего суфле — занятие сложное и нервное, особенно если вы никогда раньше его не делали, приготовление омлета-суфле — сущие пустяки. На него уходит не более 5 минут, а на вкус он так же хорош, как и его «оригинальная» версия. В рецепт входит три вида сыра, но можно использовать всего один или целых четыре, в зависимости от того, чего вам больше хочется. Я включила этот рецепт в раздел с омлетами, но если вы не до конца уверены в том, как правильно взбить белки, прочитайте главу на с. 56.

На 1 порцию:

3 крупных яйца;
25 г тертого зрелого сыра чеддер;
25 г тертого пармезана;
25 г тертого сыра грюйер;
1 ч. л. с горкой нарезанного
шнитт-лука;
10 г сливочного масла;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится сковорода
диаметром 18 см с толстым дном.

Необходимо заранее разогреть
гриль до максимальной
температуры и подготовить теплую
тарелку.

Отделите белки от желтков — желтки в маленькую мисочку, белки — в большую. Удобнее сначала отделять белок в отдельную чашку, тогда если он все же смешается с желтком, то не испортит остальные. Взбейте желтки вилкой, посолите и поперчите. Поставьте сковороду на маленький огонь.

Пока сковорода нагревается, миксером взбейте белки до состояния пышных мягких пиков. Выложите масло на сковороду и увеличьте огонь. С помощью столовой ложки быстро смешайте желтки с белками, добавив чеддер, половину пармезана и шнитт-лук.

Как только масло начнет пениться, вылейте яичную смесь на сковороду и встряхните, чтобы она равномерно растеклась. Подержите на огне ровно 1 минуту, затем проведите лопаткой вдоль краев сковороды, чтобы отделить омлет, посыпьте грюйером и поставьте под гриль на расстоянии 10 сантиметров от него. Запекайте 1 минуту, пока сыр не начнет плавиться. Снимите сковороду с огня и снова проведите лопаткой между краем сковороды и омлетом. Выложите на подогретую тарелку, сложив пополам, посыпьте оставшимся пармезаном и подавайте на стол.

Кстати: для того чтобы сделать это блюдо на двоих, достаточно просто увеличить вдвое количество всех ингредиентов. Используйте сковороду побольше (23 или 25,5 см диаметром) и увеличьте время каждой стадии приготовления. Затем поделите омлет пополам.







3

Разделение яиц. Белки и желтки

Для меня возможности яйца в качестве ингредиента практически безграничны. На первый взгляд оно повседневно и банально, но присмотритесь поближе — и яйцо станет абсолютной звездой в искусстве кулинарии. Мы уже рассмотрели разнообразные варианты вкусных и питательных, а также быстрых блюд, кроме того, яйца играют наиважнейшую роль в приготовлении теста, выпечке пудингов и тортов и в начинке для пирожных и кишей.



В данный момент я хочу рассказать вам еще об одном аспекте приготовления блюд из яиц, а именно — что можно приготовить из отделенных друг от друга белков и желтков. В качестве единого целого они участвуют в приготовлении пудингов, тортов, теста и т.д., но отдельно друг от друга становятся абсолютно равноправными компонентами различных блюд.

Если вы хотите отделить желток от белка, следует выбирать самые свежие яйца. Со временем защитный слой желтка истончается и легко рвется, а если хоть капля желтка попадет в белок, тот сразу становится непригодным для взбивания. Со свежими яйцами таких неожиданностей практически не случается.

Как отделить белки от желтков

Чтобы отделить желтки от белков, все, что вам потребуется, — это разбить яйцо над миской, имея под руками еще одну емкость. Разбейте яйцо о край миски, надломите посередине и двумя руками разделите скорлупу пополам. Осторожно переливайте желток из одной половинки скорлупы в другую, слегка встряхивая их, так чтобы белок соскользнул вниз в миску. Когда в скорлупках не останется белка, переложите желток во вторую мисочку.

Остатки белков и желтков

В ваших письмах часто встречается вопрос: как быть, если в приготовлении используется только желток или, наоборот, только белок? По счастью, яйца отлично хранятся в холодильнике. Так что просто перелейте их в маленький контейнер и не забудьте надписать количество: гадать «на глазок», сколько в емкости белков, — не самое благодарное занятие.

Белки

В «Полном курсе кулинарии» я писала: «Секрет взбивания яичных белков заключается в том, чтобы точно знать, когда остановиться». Прошло 20 лет, и у меня за плечами несметное количество взбитых белков, а также еще один совет: надо точно знать, когда НЕ надо останавливаться.

Должна честно признаться, умение взбивать яичные белки правильно — это то, чему можно научиться. Но научиться можно чему угодно, особенно если:

а) кто-то (надеюсь, это буду я) досконально объяснит вам, что надо делать и почему;

б) вы готовы тренироваться, так как только с тренировками появляется опыт.

Начнем с белков.



Яичные белки, взбитые до состояния мягких пиков...



...и до состояния плотных пиков

Яичные белки

Что происходит, когда вы взбиваете белки

Во-первых, запомните, самым главным ингредиентом является не собственно белок, а воздух, поэтому именно взбитый белок придает воздушную текстуру суфле, меренгам, пирожным и другим сладким блюдам. Во время взбивания вы, собственно, насыщаете белок воздухом, за счет чего его объем увеличивается до 8 раз.

По мере взбивания образуются микроскопические пузырьки воздуха. Сравните этот процесс с надуванием воздушного шарика: слишком мало воздуха — и шарик ни за что не будет держать объем; слишком много — и он лопнет. Поэтому следует взбить белок ровно до нужного состояния — и остановиться. Чуть меньше — и белки будут слишком дряблыми; чуть больше — и пузырьки полопаются, воздух уйдет и белки вновь окажутся вялыми!

Когда следует остановиться?

Определить этот момент непросто. Сделать это можно, следуя испытанным и надежным методам, а именно — остановиться тогда, когда белки переходят в стадию оформленных пиков. Если белки взбиваются для торта, мусса или суфле и их предстоит смешать с другими ингредиентами, пики должны быть мягкими (когда вы поднимаете венчик над белками, макушка пика слегка опадает); если для приготовления безе, с добавлением сахара, пики должны оставаться поднятыми и плотными. В рецептах этой книги я буду отдельно указывать, до какой стадии следует взбивать белки (см. с. 55).

Жир — наш враг

Малейшая капля жира может помешать белкам достичь идеальной пышности. Вот почему попадание желтка в белки, предназначенные для взбивания, обрекает вас на неудачу. Но и это не все. Надо очень тщательно следить за чистотой миски и венчиков, чтобы на них также не было ни следа жира. Поэтому всегда мойте их средством для мытья посуды, споласкивайте горячей водой, а после протирайте чистой тряпкой. Для большей уверенности пройдитесь по стенкам миски и венчикам ломтиком лимона.

А чем же взбивать?

Многие шеф-повара считают лучшим выбором венчик с воздушным баллоном, но мне им пользоваться тяжело. Если вы молоды и энергичны, без сомнения выбирайте это приспособление. Кроме того, можно использовать закрепленный на чаше миксер или кухонный комбайн, но мне всегда кажется, что так в белки попадает недостаточно воздуха. Мне больше всего нравится использовать обычный электрический миксер, потому что я могу наблюдать за процессом и чувствовать его руками, и в то же время всю работу делает за меня миксер.

Как взбить белки

Прежде чем начать, убедитесь, что чаша или миска, в которой вы собираетесь взбивать белки, достаточно велика, чтобы белки соприкасались как можно с большим количеством воздуха.

По одному отделяйте белки от желтков, предварительно отделяя белки в небольшую чашку, чтобы не испортить все случайно пролившимся желтком. Включите миксер на маленькую скорость и взбивайте белки около двух минут до появления пузырьков (это точное время для 2–3 яиц, для 5–6 времени надо немного больше). Переключитесь на среднюю скорость примерно на минуту, а затем — на максимальную и взбивайте белки сперва до состояния мягких, а затем плотных пиков.

Бояться нечего!

Помните, недостаточно воздушное пирожное или суфле — не трагедия. Даже если белки получились «не очень», само блюдо в конце концов все равно будет вкусным. Если вы готовите из натуральных, свежих продуктов, — какая разница, как они выглядят! Они обязаны быть вкусными! Порой, даже приготовив не очень удачные взбитые белки, потом я наслаждалась вкуснейшим тортом-безе. Конечно, всегда надо стремиться к совершенству, но приготовление пищи, как и вся жизнь, далеко не всегда идеально.

Как приготовить меренги (безе)

Лучший способ потренироваться в сбивании белков — это приготовить меренги.

Меренги, или безе, — самый популярный рецепт из взбитых белков. Взбитые с сахаром высокие блестящие пики, слегка запеченные, чтобы сверху была хрустящая корочка, а внутри нежная мягкая масса, — объеденье! Хитрость не только в правильно взбитых белках (см. рецепт выше), сам процесс приготовления также очень важен. Мой способ запекания безе выдержал проверку временем и, если температурные настройки вашей духовки верны, никогда вас не подведет. Секрет, как мне кажется, в том, чтобы оставить меренги на некоторое время в духовке после ее выключения, когда они почти готовы, чтобы они постепенно подсыхли.



Яичные белки, взбитые с сахаром до состояния плотных блестящих пиков, — основа всех безе

Безе «Мини-Монблан»

Это блюдо из меню ресторана, в котором я работала в начале 1960-х гг. Я просто обожала сладкое пюре из каштанов, которое великолепно сочетается с меренгами и взбитыми сливками. В современной версии рецепта я заменила сливки на маскарпоне и мягкий сыр — таким образом достигается насыщенность вкуса маскарпоне и в то же время легкость и малая жирность мягкого сыра.

На 8 порций:

Для безе:

2 крупных яйца (белок);

110 г мелкого белого сахара.

Для глазури:

250 г маскарпоне;

200 мл мягкого сыра 8%-ной жирности;

1 дес. л. мелкого белого сахара;

1 ч. л. экстракта ванили.

Для начинки:

500 г сладкого пюре из каштанов;
немного сахарной пудры.

Вам также понадобится лист бумаги для выпекания размером 40×30 см.

Разогреть духовку до 150 °С.

Для приготовления безе перелейте белки в большую миску и начните взбивать электрическим миксером на минимальной скорости. Через 2 минуты, когда белки начнут пениться, переключитесь на среднюю скорость, а еще через минуту — на максимальную и продолжайте взбивать до состояния плотных пиков. Не прекращая взбивать, добавляйте небольшими порциями сахар, пока масса не станет плотной и блестящей.

Выложите 8 порций взбитых белков ложкой на бумагу для выпекания на некотором расстоянии друг от друга. Затем обратной стороной ложки или маленькой лопаткой сделайте углубления в середине каждой порции (не волнуйтесь, если меренги не будут похожи друг на друга!). Выпекайте на средней полке духовки, уменьшив ее нагрев до 140 °С, около 30 минут. Выключите духовку, оставив меренги остывать прямо в ней (обычно это занимает около 4 часов). Готовые меренги можно хранить в жестяной банке или пластиковом контейнере, а также замораживать.

Для приготовления «Мини-Монбланов» выложите в каждую меренгу равное количество пюре из каштанов, смешайте вместе все ингредиенты для глазури и распределите поверх пюре. Небольшое количество сахарной пудры завершит образ покрытых снегом горных вершин.



Меренга-гнездо до запекания



...и после



Меренги с маракуйей

Это вариация на тему предыдущего рецепта. Для него понадобится то же количество безе и глазури из маскарпоне, а также 6 плодов маракуйи и немного сахарной пудры.

Для 8 безе выложите мякоть с семенами из половинок четырех плодов в меренговые «гнезда», а мякоть двух оставшихся смешайте с глазурью из маскарпоне. Выложите глазурь на «гнезда», присыпьте пудрой и подавайте.

Меренги с летними фруктами

Два предыдущих рецепта подходят к холодному времени года, летом же лучшей начинкой станут фрукты и ягоды, кислинка которых прекрасно контрастирует со сладостью безе. Для 8 меренговых «гнезд» понадобится то же количество крема из маскарпоне, что и для «маленьких Монбланов», а также 450 г клубники,



малины или смеси из смородины, малины и клубники. Перед подачей на стол присыпьте ягоды сахарной пудрой. В дополнение блюдецки с безе можно украсить малиновым пюре, смешанным с небольшим количеством сахарной пудры.

Яичные желтки

В кулинарии желтки выполняют три основные функции. Во-первых, это превращение жидкостей в плотную массу, например, при запекании крема или киша. Во-вторых, в качестве загустителя для жидкостей — когда желтки добавляются в какую-либо нагретую жидкость, загущающий компонент желтка связывает ее и превращает в густой соус или суп. Кроме того, желтки — сильный эмульгатор, связывающий соусы на основе растительного или сливочного масла, такие, как майонез или голландский соус.

Как правильно обращаться с желтками

Проблема, с которой сталкиваются кулинары во время использования желтков, заключается обычно в том, что, если обращаться с ними неправильно, они могут свернуться в жидкости, пойти комками. Будучи отделенными от белков, они становятся гораздо менее прочными. За годы создания и разработки рецептов, пытаюсь помочь занятым людям получать от приготовления пищи удовольствие без малейшего стресса, я нашла способ использовать желтки, не боясь, что они свернутся и испортят готовое блюдо. Тут я не совпадаю во мнениях с пуристами. Да, существуют люди, готовые часами заниматься одним и тем же, помешивая одно и то же блюдо, пестуя и взлеивая его. Я не такая, я не хочу быть привязанной к кухне.

Поэтому не надо бояться использовать желтки в приготовлении кремов. Если добавить самую малость кукурузной муки, желтки не свернутся, так как мука добавит им прочности.

Долой взбивание!

Следуя этому рецепту в приготовлении лимонного крема, сабайона или горячего крема-мусса из яиц, вина и сахара, вы потратите на взбивание всего 2 минуты вместо 20. Конец долгому и нудному взбиванию кремов в мисках на паровой бане, жизнь и так коротка! Точно так же, когда вы готовите легкую версию голландского соуса (исключительно потому, что в ней меньше масла), добавление взбитых яичных белков не только делает рецепт менее калорийным, но и прекрасно стабилизирует его. Это значит, что его необязательно готовить в последнюю минуту, можно сделать заранее, а потом разогреть. Вы можете даже заморозить его и хранить достаточно долгое время.

Традиционный английский заварной крем

Это самый что ни на есть традиционный британский соус. Я предлагаю вам рецепт, каким он был и оставался на протяжении веков — на основе очень жирных сливок, но если хотите, можете использовать обычные сливки или даже сливки малой жирности. Такие сливки лучше подойдут, если вы делаете соус для заливки блюда, но для бисквита, приготовленного по особому случаю, я все же советую вам довести дело до конца! Сейчас стало популярным использовать в соусе семена ванили, так они быстрее насыщают горячий крем, можно использовать и чистый ванильный экстракт, который обязательно должен храниться у вас в кухонном шкафу.

На 6–8 порций:

1 стручок ванили;
570 мл жирных сливок;
6 желтков крупных яиц;
1 дес. л. кукурузного крахмала;
50 г мелкого коричневого сахара.

Стручок ванили разрежьте вдоль, чтобы чайной ложкой извлечь семена. Сливки вылейте в кастрюльку, добавьте к ним стручок и семена ванили. Поставьте кастрюльку на медленный огонь и доведите до кипения. Пока сливки нагреваются, при помощи круглого венчика взбивайте в средней миске желтки с крахмалом и сахаром. Достаньте из сливок стручок ванили. Непрерывно помешивая взбитые желтки, влейте в них горячие сливки. Смешав сливки и желтки, перелейте их обратно в кастрюльку и снова поставьте на медленный огонь. Продолжая помешивать, доведите до кипения, пока крем не станет густым и однородным (если вы перегрели крем и он начал сворачиваться, переложите его в миску и взбивайте до тех пор, пока он снова не станет однородным). Перелейте крем в миску, закройте пленкой и дайте остыть. При подаче на стол позже снимите пленку и подогрейте на паровой бане.



Самые лучшие ингредиенты — залог того, что у вас получится настоящий традиционный английский заварной крем



Хотя стручок ванили вынут из крема, его семена остаются в полученной массе



Взбивайте крем на медленном огне, и вы получите нежную кремообразную массу



Десерт из бисквитов с карамельным соусом, бананами и мадерой, украшенный взбитыми сливками

Это одна из многочисленных вариаций Делии на тему бисквита. Чрезвычайно насыщенный и ароматный, он как нельзя лучше подходит для особого случая. Сироп лучше всего взвешивать следующим образом — сначала взвесить саму кастрюльку, а затем, не снимая ее с весов, влить 150 г сиропа.

На 6–8 порций:

3 средних банана;
150 мл мадеры;
8 бисквитов.

Для карамельного соуса:

150 г светлой патоки;
50 г сливочного масла;
75 г мягкого коричневого сахара;
50 г золотистого сахара-песка;
150 мл жирных сливок;
несколько капель ванильного экстракта.

Для заливки:

1 порция традиционного
английского заварного крема
(см. с. 62);
50 г орехов пекан;
275 мл жирных сливок.

Вам также понадобится креманка
или миска объемом 1,75 л.

Для начала приготовьте карамельный соус: поместите патоку, масло и оба вида сахара в кастрюльку, поставьте ее на 5–7 минут на медленный огонь и, время от времени помешивая, дайте раствориться до однородной массы. После этого нагревайте еще 5 минут, а затем добавьте сливки и ванильный экстракт, тщательно перемешайте, снимите с огня и поставьте остывать. Тем временем нужно приготовить заварной крем.

Надрежьте бисквиты, смажьте в надрезах карамельным соусом и снова склейте. Затем разрежьте каждый бисквит на три части и выложите на дно стеклянной креманки. Острым ножом проколите бисквиты в нескольких местах и залейте их мадерой. Отставьте в сторону пропитываться примерно на 20 минут.

Очистите бананы и порежьте их маленькими (ок. 5 мм) кусочками, выложите сверху на бисквиты, залейте оставшимся карамельным соусом. Затем залейте заварным кремом, накройте креманку пленкой и поставьте в холодильник до полного охлаждения.

Разогрейте гриль, выстелите форму для гриля фольгой и поджарьте орехи пекан в течение 4 минут. Взбейте сливки, украсьте ими десерт, посыпьте сверху орехами. При необходимости еще немного остудите.

Кстати: этот десерт лучше готовить в тот же день, когда вы собираетесь подать его на стол. Обычно я посыпала его орехами непосредственно перед подачей, но после того как несколько раз про них забыла, стала выкладывать их сразу после украшения десерта сливками.



Горячее лимонно-творожное суфле

На 4 порции:

Для суфле:

3 крупных яйца;
цедра и сок (2 ч. л.) одного
среднего лимона;
50 г и 1 дес. л. сахарной пудры.

Для лимонной заправки:

1 крупное яйцо;
40 г мелкого золотистого сахара
(или сахарной пудры);
25 г холодного несоленого масла
(порезать мелкими кубиками);
1 ч. л. кукурузного крахмала.

Для украшения:

немного просеянной сахарной
пудры.

Вам также понадобятся

4 смазанные маслом керамические
формы с диаметром основания
6 см и диаметром верха 7,5 см,
а высотой 5 см, а также небольшой
противень для выпечки.

Необходимо разогреть духовку
до 170 °С.



В одном из своих телевизионных циклов я назвала это суфле «бессмертным», и да, это действительно так! Дело в том, что, в отличие от традиционных суфле, это никогда не опадает. Оно немного сморщивается после того, как его достанут из духовки, но, несмотря на это, остается легким и воздушным. В качестве подтверждения моих слов представляю вам фотографию — это суфле было приготовлено за день до того, как был сделан снимок. Оно не выпирает за края формы, но это именно суфле — мягкое, пружинистое и очень лимонное. Быстрая лимонная заправка входит в число моих самых любимых рецептов и по сей день.

Приготовить лимонную заправку можно так: слегка взбить яйцо в кастрюльке, добавить остальные ингредиенты и поставить на средний огонь. Мешать венчиком до тех пор, пока смесь не загустеет (около 3 минут). Уменьшить огонь до минимума, дать смеси покипеть около минуты, не переставая помешивать. Снять с огня и разделить по формам. (Это можно сделать заранее, но надо будет закрыть пленкой и оставить формы при комнатной температуре.)

Для приготовления суфле отделите белки от желтков, желтки поместите в среднюю миску, а белки — в большую. Миксером взбейте белки до стадии плотных пиков (4–5 минут) — начинайте взбивать на низкой скорости, затем некоторое время взбивайте на средней, а затем на максимальной скорости. Добавьте десертную ложку сахарной пудры и взбивайте на высокой скорости в течение еще 30 секунд. Добавьте к желткам цедру и лимонный сок, а также оставшиеся 50 г сахарной пудры, перемешайте. Столовую ложку взбитых белков добавьте в желтковую смесь, перемешайте, а затем добавьте оставшиеся белки. Легкими движениями, чтобы масса не опала, перемешайте до однородности. Пирамидками переложите массу в формы, затем проведите пальцем по внутренней стороне ободка каждой формы.

Поставьте формы на противень, запекайте на средней полке духовки 15–17 минут или до появления румяной корочки. Вынув из духовки, дайте постоять 5 минут. Суфле слегка осядут, но это нормально. Перед подачей на стол поставьте на маленькие тарелочки и слегка присыпьте просеянной пудрой.



Суфле двойного запекания из сыра рокфор

Несомненное преимущество этих суфле в том, что они могут быть приготовлены заранее, за день до того, как понадобятся. Во время второго запекания они вновь поднимутся в пышную и ароматную массу.

На 6 порций:

175 г сыра рокфор;
225 мл молока;
1 ломтик лука (5 мм толщиной);
1 лавровый лист;
тертый мускатный орех;
6 горошин черного перца;
40 г сливочного масла;
40 г простой муки;
белки и желтки 4 крупных яиц;
150 мл жирных сливок;
соль, свежемолотый черный перец.

Для украшения:

6 листов кресс-салата.

Вам также понадобятся

6 смазанных маслом керамических форм для выпечки диаметром 7,5 см и высотой 4 см, форма для выпечки размером 28×20×5 см и противень размером 35×25,5 см.

Разогреть духовку до 180 °С.



Нагрейте до закипания молоко с лавровым листом, горошинами перца, мускатным орехом и луком в средней кастрюльке, процедите в кувшин. Сполоснув кастрюльку, растопите в ней масло, в течение 3 минут пассеруйте в нем муку до тех пор, пока ровная блестящая масса не станет бледно-желтого цвета. Постоянно помешивая, добавьте молоко. Посолите, поперчите и на маленьком огне готовьте соус около 2 минут, периодически помешивая.

Снимите кастрюлю с огня и слегка остудите. По одному вбейте желтки. Покрошите в смесь 110 г сыра и мешайте, пока он практически полностью не растает. Поставьте на огонь до закипания. В большой миске взбейте белки до мягких пиков, добавьте ложку белков в сырную смесь, перемешайте. Осторожно добавьте сырную смесь в яичные белки, перемешивая металлической ложкой.

Разложите смесь по керамическим формам. Поставьте на противень, налейте в него кипящей воды примерно на сантиметр. Выпекайте на среднем уровне духовки в течение 20 минут. Выставьте суфле на решетку, чтобы остывали (не волнуйтесь, если в процессе остывания суфле осядут, во время второго запекания они снова поднимутся).

Когда суфле практически остынут, проведите маленькой лопаткой вдоль стенок формочек и осторожно извлеките из них суфле. Сразу же поместите их на смазанный маслом неглубокий противень. В таком виде они могут храниться в холодильнике около суток, надо только прикрыть их пленкой.

Для завершения приготовления достаньте суфле из холодильника, дайте им согреться до комнатной температуры и разогрейте духовку до 180 °С. Порежьте оставшийся рокфор кубиками около 5 мм, посыпьте им суфле и поставьте их в духовку на 30 минут.

За 2–3 минуты до подачи блюда на стол полейте суфле сливками (ок. 1 столовой ложки на каждое) и поставьте ненадолго в духовку. Подавать лучше на теплых тарелках, украсив каждое суфле листиком кресс-салата.



Голландский соус («Голландез»)

Этот классический масляный соус из Франции может доставить вам много хлопот, если вдруг вы перегреете его, поэтому за температурой приготовления надо следить очень внимательно. С изобретением блендеров и кухонных комбайнов, пришедших на смену ручному взбиванию соуса на паровой бане, риск испортить его значительно снизился. Лучшее всего использовать блендер, но и комбайн тоже подойдет. Для меня главная сложность всегда заключалась в том, как сохранить соус теплым, потому-то я предпочитаю готовить этот соус заранее, а перегрев приводит к его сворачиванию. Существует два решения: либо использовать заполненный горячей водой термос с широким горлышком, либо готовить легкий и более устойчивый к нагреванию вариант.

На 4 порции:

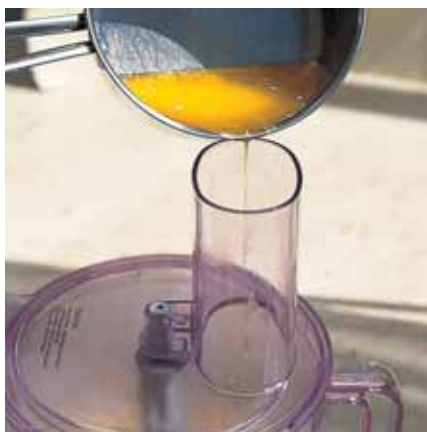
2 крупных желтка (сохраните белки, если хотите приготовить пенный «Голландез»);
1 дес. л. лимонного сока;
1 дес. л. белого винного уксуса;
110 г сливочного масла;
соль, свежемолотый черный перец.

Желтки отделите в небольшую чашку и приправьте щепоткой соли и перца, а затем взбейте в блендере в течение 1 минуты. Уксус и лимонный сок нагрейте до закипания в небольшой кастрюльке, добавьте к желткам и перемешайте в блендере на минимальных оборотах.

В той же кастрюльке растопите масло, не допуская, чтобы оно потемнело. Как только масло начнет пениться, перелейте его тонкой струйкой в желтковую смесь, чем медленнее — тем лучше (если вам удобнее использовать для переливания кувшинчик, предварительно согрейте его горячей водой). После того как масло будет перелито, очистите соус со стенок чаши блендера при помощи лопатки, взбейте его еще раз на максимальных оборотах до получения однородной густой массы.



После того как вы взбили в блендере яичные желтки, на минимальных оборотах добавьте к ним горячий лимонный сок и белый винный уксус



Затем в той же сковороде, где вы разогревали лимонный сок и уксус, растопите масло и вылейте его в блендер тонкой-претонкой струйкой, почти по капле



После того как масло «растворится» в полученной массе, вы получите удивительно нежный густой голландский соус — «Голландез».



Пенный «Голландез»

Пенный «Голландез»

В последнее время я чаще делаю этот вид голландского соуса. От классического этот рецепт отличается добавлением в уже готовый соус взбитых до мягких пиков яичных белков. Преимуществ масса: во-первых, благодаря белкам соус становится гораздо более легким, менее калорийным и бóльшим по объему. Добавление белков стабилизирует соус, уберегая его от сворачивания во время нагревания, что также позволяет легко разогреть его на паровой бане, если вы готовите заранее. Но и это еще не все — этот соус можно заморозить, сохранив про запас «на черный день».

Любой вариант «Голландеза» отлично подойдет в качестве приправы для спаржи, артишоков, а также любой жареной или вареной рыбы. Также он входит в рецепт яиц по-бenedиктински (см. с. 27).





4

Хлеб. Знакомый незнакомец

«Для чего вам отвешивать серебро за то, что не хлеб?» — именно эти слова пророка Исаяи, сказанные им в 600 году до н.э., выбрала Элизабет Дэвид для представления своей книги «Английский хлеб и дрожжевая выпечка», посчитав их наиболее подходящими для описания ситуации, сложившейся с промышленным производством хлеба в Великобритании. Это было более 20 лет назад, и к сожалению, должна признать, мало что изменилось. Подавляющее большинство в наши дни, как ни печально, есть «то, что не хлеб».

Малые предприниматели и деревенские пекарни продолжают бороться за производство качественного хлеба, но им становится все сложнее конкурировать в ценах с крупными производителями, которые зачастую пренебрегают качеством в пользу цены. Покупая дешевый хлеб, мы, может быть, и сэкономим деньги, но, по правде говоря, станем беднее, ведь мало кто станет отрицать, что ежедневная возможность купить качественный хлеб мгновенно и недорого повышает качество жизни в целом.

Вместо этого большинство выбирает покупку дешевого и некачественного хлеба; возможно потому, что недостаточно себя ценит и считает недостойным большего, — как знать? Одно я могу сказать точно: «то, что не хлеб», а именно нарезанная и упакованная в пакет буханка (хотя, конечно, бывают исключения), по сравнению с тем, что из себя представляет настоящий хлеб, — это унылая и грубая подделка. Плоский, влажный, безвкусный кусок промокашки. Приглядитесь внимательнее к этим ломтикам: они слегка сырые и липкие, если сжать их — вам покажется, что вы сжимаете кусок сырого теста, и вы вымажете им все руки. Вы правда хотите это съесть?

Это поистине движение по наклонной — «как низко ты можешь пасть?». Мельники мелют муку, чтобы снабдить ею предприятия, производящие хлеб. Продавцы продают его, а крупные продавцы оказываются втянутыми в ценовые войны. Ради приемлемых цен приходится чем-то жертвовать, и этим «чем-то» оказывается качество. Хлебозаводы не могут себе позволить производить качественный хлеб, так как розничные торговцы не могут заплатить за него, они же должны держать свои цены на достаточно низком уровне. Снижение качества бьет по производителю, а также по мельникам и даже по фермерам. И что мы в итоге получаем?

Однажды мне довелось услышать, как какой-то мельник сказал, что нынче судьба хлеба — это быть основой для бутерброда. Разве не грустно? Другими словами, то, что кладется на хлеб, важнее, чем он сам. Одна из целей моей книги — убедить молодое поколение приготовить и попробовать настоящий хлеб, чтобы они хотя бы знали, что он из себя представляет.

Что же такое *настоящий* хлеб?

Настоящий хлеб поразительно прост (в конце концов, его основные ингредиенты — мука и вода), но в то же время роскошен и редок. Забавный парадокс: мы — нация, тратящая целые состояния на еду и походы по ресторанам, но предложим кому-нибудь ломтик свежего домашнего хлеба — и мы уже готовы достать этому человеку луну с неба. Когда снималась серия передач о выпечке хлеба, вся съёмочная группа пускала слюнки и изнывала от желания получить хотя бы кусочек того, что мы готовили. Так что же такого особенного в домашнем хлебе, что делает его настолько желанным и привлекательным?

На первое место я бы поставила аромат — натуральный, чистый аромат пшеницы, усиленный дрожжами, добавляющими в него и собственные нотки. Во-вторых, мякиш — мягкий, пышный и нежный. В-третьих, корочка — хрустящая, но в то же время легкая. Хорошо пропеченная корочка всегда немного темная и очень ароматная. Свежий хлеб и хорошее масло — одна из самых простых радостей жизни. Лично мне особенно нравится, как они сочетаются со сваренными всмятку яйцами (см. с. 16).

Хлеб из цельнозерновой муки

Этот хлеб не так нежен, как белый, но обладает собственными привлекательными чертами — аромат целых созревших пшеничных зерен — зародышей и отрубей. Они придают хлебу более насыщенный аромат. Хлеб из цельнозерновой муки отличается плотной хрустящей корочкой и влажным рассыпчатым мякишем.

Как же занятым людям найти время на выпечку хлеба?

То, что выпечка хлеба занимает много времени, — миф. На самом деле, несмотря на то что хлебу действительно требуется время на приготовление, у вас весь процесс займет минут 10. Я пришла к выводу, что испечь хлеб самостоятельно у меня получается быстрее, чем дойти до хорошей булочной и обратно. Еще один миф — сложность. Для хлеба требуется очень мало ингредиентов, по сути для обычного теста нужна только мука.

1 Мука

Каждый кулинар должен знать, что зерна пшеницы делятся на три типа — твердые, среднетвердые и мягкие, а мука, которая из них производится, содержит вещество, называемое глютен. Не вдаваясь в технические подробности, скажу, что глютен — это вещество, похожее на жвачку. Из мягкого зерна получается обычная, не особенно липкая жвачка, из твердого же получится что-то, больше похожее на жвачку, из которой можно надувать пузыри. Так, глютен будет растягиваться под воздействием накопившегося воздуха, образуя пузырьки. Таким образом, когда речь идет о приготовлении печенья, бисквитов или тортов, вам понадобится легкое тесто из мягких сортов пшеницы, для хлеба же, когда тесто поднимается благодаря действию дрожжей, — мука из твердых сортов.

Как правило, обычная мука производится из мягких сортов пшеницы и подходит, как я уже писала, для выпечки печенья, тортов и т.п., а так называемая грубая мука с высоким содержанием глютена подходит для большинства рецептов хлеба. Тесто для пиццы, которое не должно сильно подниматься, на мой взгляд, лучше готовить из обычной муки.

Помол муки

Мука мелется либо традиционным способом — жерновами, либо современными автоматическими катками, но для качества муки важен не столько метод, сколько мастерство мельника. Зерно пшеницы состоит из трех компонентов — защитного слоя, или отрубей, белого крахмального слоя эндосперма и зародыша, содержащего масла, витамины и протеин.

Мука грубого и тонкого помола

Изначально зерна пшеницы смалывались в муку грубого помола, или цельнозерновую муку. Привычная нам белая мука тонкого помола получается из зерен, очищенных от отрубей и зародышей пшеницы. Любители здорового питания скажут вам, что мука тонкого помола лишена всех полезных веществ, содержащихся в муке грубого помола.

Я считаю, хорошему кулинару необходимо уметь использовать оба вида муки. И, к счастью, увлеченность так называемой здоровой простотой с ее тяжелыми пирожными, печеньем и пиццей из муки грубого помола постепенно уступает место более сбалансированной точке зрения на здоровую/нездоровую пищу. Так что теперь оба вида муки используются в готовке — отдельно друг от друга или смешанные в разных пропорциях в зависимости от рецепта — и приносят в готовое блюдо свои оттенки вкуса и аромата.



*Верхний ряд, слева направо: зерна
твердой, среднетвердой*

и английской мягкой пшеницы

Второй ряд: цельнозерновая мука

*Третий ряд: полукрупка и средняя
крупка*

*Четвертый ряд: белая мука,
пшеничные зародыши и отруби*

«Быстрая мука»

Этот термин используется для обозначения муки тонкого помола, в которую производителем были добавлены вещества, обеспечивающие подъем приготовленного теста.

Семолина (крупка)

Этот термин происходит от итальянского слова, обозначающего «смолотый наполовину», т.е., как вы можете увидеть на фотографии, грубая мука очень крупного помола, с кусочками зерен. Семолина традиционно используется для приготовления теста для пасты — из грубой муки получается достаточно шершавое по текстуре тесто, благодаря чему в дальнейшем соус равномерно покрывает всю поверхность пасты. Семолина из мягких сортов зерна также широко используется в английской кулинарии для приготовления пудингов и пирожных, а семолина из твердой пшеницы придает отличную структуру песочному тесту, но, к сожалению, в последнее время ее практически невозможно найти в магазинах.

2 Жидкость

Обычно для приготовления хлебного теста используют воду, но иногда заменяют ее молоком или пахтой. Вода обязательно должна быть теплой, как температура тела, чтобы вы могли опустить в нее пальцы и не обжечься. Слишком горячая вода убьет дрожжи.

3 Дрожжи

Даже для кулинаров-новичков в наши дни все предельно просто — дрожжи перемолоты в порошок и высушены. Не надо смешивать, ждать, пока поднимется опара. Достаточно просто смешать их с мукой — и все. Не забудьте проверить срок годности дрожжей: слишком старые не окажут на тесто никакого влияния.

4 Соль

Соль — очень важная составляющая хлеба, но не следует солить тесто слишком сильно, иначе оно будет плохо подниматься. Если вы хотите использовать большее количество, чем то, что я внесла в рецепт, увеличьте время, отведенное для подъема теста.

Замешивание

Существует две точки зрения касательно того, как «правильно» месить тесто. Одна из них — «какая же скука!», потому что 3 минуты — это уйма времени для занятого человека. Другая — прямо противоположная, многие люди считают этот процесс чуть ли не медитативным. В зависимости от ситуации я придерживаюсь обеих точек зрения. Если у меня мало времени, замешивание теста меня раздражает, но следует признать, что, если время позволяет, самое приятное времяпрепровождение — это мечтать, пока замешиваешь тесто.

Замешивание в кухонном комбайне

Этот способ отлично подходит, если у вас мало времени. Если вы используете кухонный комбайн со специальной насадкой для теста, смешивание компонентов и вымешивание теста не доставят вам никаких хлопот.

Как месить тесто

Чтобы вымесить тесто, положите его на ровную поверхность и растяните в разные стороны, одновременно ладонью одной руки потянув от себя, а согнутыми пальцами другой — к себе. Затем сложите края теста к центру, поверните на четверть и повторите процесс. Вскоре тесто станет очень эластичным, и вы буквально почувствуете, что оно живое — вы его растягиваете, а оно собирается обратно в комок, словно дразня вас. Примерно через 3 минуты, когда оно станет мягким, упругим и слегка блестящим, можно класть его подниматься.

Тесто поднимается

Не углубляясь в дебри теории хлебопечения, остановимся на основных моментах. Когда мука, вода и дрожжи оказываются в одной миске, происходит нечто волшебное — смесь, изначально представляющая собой плотный кусок теста, начинает набухать, расправляться и через некоторое время увеличивается в объеме вдвое. Этот процесс можно ускорить, поместив тесто в теплое место, но чем дольше оно будет подниматься у вас при комнатной температуре, тем лучше получится хлеб. Тесто поднимается даже при низкой температуре, так что его можно на ночь поставить на нижнюю полку холодильника, а утром приступить к выпечке.



Смесь, изначально представляющая собой плотный кусок теста, спустя некоторое время расправляется и увеличивается в объеме вдвое



После первого подъема надо выдавить из теста лишний воздух — можно сделать это кулаком — и дать ему подняться еще раз

Что такое домешивание и расстаивание?

Тесту для белого хлеба лучше дать подняться дважды, благодаря этому оно становится более пышным. Другими словами, после первого подъема надо, не вынимая теста из миски, выдавить из него лишний воздух и дать ему подняться еще раз, после чего переложить его в форму для выпечки. Собственно, второй раз и называется расстаиванием, в процессе которого проверяется, насколько дрожжи активные и живые.

Формы для выпечки и противни для охлаждения

Какое счастье, что старые добрые жестяные формы для выпечки со скругленными краями еще можно найти в продаже, да еще и разных размеров — 900-граммовые (18,5×11,5×9 см) и 450-граммовые (15×9,5×7,5 см). Перед использованием их надо смазать маслом. Когда хлеб будет готов, его надо будет достать из формы и остудить на решетке. Если же вы оставите хлеб остывать в форме или выложите его на сплошную поверхность, он отмокнет и станет влажным. Решетка позволяет воздуху циркулировать, благодаря чему корочка остается сухой и хрустящей.

Как проверить, готов ли хлеб?

Для того чтобы это проверить, переверните буханку и постучите по ее «доньшку» костяшками пальцев: если хлеб готов, звук получится глухим, будто бы внутри пустота. Помните, лучше передержать хлеб в духовке, чем наоборот. Мне нравится хрустящая корочка, поэтому я всегда ставлю буханку на дополнительные 5–10 минут в духовку уже без формы. Кроме того, так точно можно быть уверенным, что хлеб пропекся.



После второго подъема, или расстаивания, тесто можно выпекать в предварительно разогретой духовке



Для того чтобы проверить, готов ли хлеб, возьмите буханку полотенцем и постучите по ее «доньшку» костяшками пальцев — должен получиться глухой звук, будто бы внутри пустота

Простой белый хлеб

Старая добрая английская белая буханка, мягкая внутри и с хрустящей корочкой снаружи — мой самый любимый хлеб, особенно в сочетании со сваренными всмятку яйцами, кроме того, через день-два из нее получают отличные тосты. Тесто для этого хлеба можно приготовить вручную или в кухонном комбайне. Рецепт чрезвычайно прост, а удовольствие от вкуса этого хлеба трудно сравнить с чем-то еще.

Для одной большой или двух маленьких буханок:

700 г белой хлебной муки, плюс еще немного для присыпки хлеба;
1 ст. л. соли (или чуть меньше — на ваш вкус);
1 ч. л. быстрорастворимых сухих дрожжей;
1 ч. л. сахара;
ок. 425 мл теплой воды.

Вам также понадобятся две смазанные маслом 450-граммовые формы для выпечки или одна 900-граммовая.

Разогрейте духовку до минимальной температуры.

Подогрейте в духовке муку около 10 минут, затем выключите духовку. Смешайте в миске муку, дрожжи, соль и сахар, сделайте углубление в середине и добавьте воду. Замесите тесто — сначала деревянной ложкой, а затем руками. При необходимости добавьте еще немного воды. Выложите тесто на ровную поверхность и 3 минуты месите, пока оно не станет ровным и блестящим. Положите тесто в миску, накройте слегка смазанной маслом пленкой и оставьте на 1,5–2 часа при комнатной температуре, пока оно не увеличится в объеме вдвое.

Через 2 часа вымесите тесто еще раз, чтобы убрать излишки воздуха. Разделите пополам, придав каждому куску продолговатую форму, а затем сверните их, заложив один из краев к центру вниз, второй — вверх. Положите заготовки для буханок в смазанные маслом формы, присыпьте мукой, поставьте в полиэтиленовый пакет и оставьте при комнатной температуре до тех пор, пока тесто не поднимется над краями форм, — это займет около часа. Приготовление одной буханки ничем не отличается от приготовления двух. Пока тесто поднимается во второй раз, вы успеете разогреть духовку до 230 °С.

Выпекайте буханки на центральном уровне духовки 30–40 минут (или 35–45 минут, если буханка одна), проверить готовность хлеба можно, постучав по дну буханок костяшками пальцев. Потом выньте хлеб из форм, переверните вверх дном и поставьте в духовку еще на 5 минут, чтобы подрумянилась корочка. Остудите на решетке.

Приготовление теста в кухонном комбайне

Закрепите специальную насадку для теста (в комплект некоторых комбайнов входит также специальная чаша). Смешайте все сухие ингредиенты в чаше, включите минимальную скорость смешивания или скорость, рекомендованную производителем для использования насадки для теста. Добавьте воду и оставьте комбайн включенным на 3 минуты, чтобы тесто перемешалось. Переложите тесто в сухую чистую миску, накройте смазанной маслом пленкой и оставьте при комнатной температуре подниматься на 1,5–2 часа, пока тесто не увеличится в объеме примерно вдвое. Переложите тесто в чашу комбайна и вымесите на низкой скорости еще раз в течение одной минуты. Далее следуйте инструкциям из рецепта ручного приготовления хлеба.



Простой хлеб из цельнозерновой муки

Описывая приготовленный дома цельнозерновой хлеб, поэтесса Пэм Айрис как-то сказала, что это было похоже на «завтрак на ниве». И это, пожалуй, лучшее определение, что мне доводилось слышать. Хрустящая корочка, аромат цельного зерна... Откусите кусочек, закройте глаза — и вы точно поймете, что она имела в виду. Как только вы узнаете, как легко испечь этот хлеб, вряд ли вы когда-нибудь перестанете его делать. За основу этого рецепта взято описание из известной книги Дорис Грант «Ваш хлеб день за днем», вдохновляющей меня по сей день.

*Для одной большой или двух
маленьких буханок:*

570 г 100% цельнозерновой муки
(плюс еще немного для посыпки);
2 ч. л. соли;
1 ч. л. коричневого сахара;
2 ч. л. быстрорастворимых сухих
дрожжей;
400 мл теплой воды.

Вам также понадобятся две
смазанные маслом 450-граммовые
формы для выпечки или одна
900-граммовая.

Разогрейте духовку
до минимальной температуры.

В течение 10 минут подогрейте в духовке муку, затем выключите духовку. В большой миске смешайте муку, соль, дрожжи и сахар, сделайте в центре углубление и добавьте воду. Перемешайте деревянной ложкой, в зависимости от вида муки, возможно, нужно будет добавить воды. Продолжайте замешивание руками, пока тесто не станет мягким и однородным. В отличие от приготовления печенья лучше, если воды будет больше, чем нужно.

Выложите тесто на ровную поверхность, придав ему продолговатую форму, и заверните один из краев к центру вниз, а другой — к центру вверх. Уложите тесто в форму, плотно прижав к стенкам так, чтобы верх буханки был слегка закруглен. Присыпьте мукой, накройте влажным полотенцем и поставьте в теплое место на 30–40 минут или оставьте при комнатной температуре на час, чтобы тесто поднялось. Для двух буханок поделите тесто пополам и разложите его в две формы, следуя описанным рекомендациям.

Разогрейте духовку до 200 °С. Когда тесто поднимется над краями формы, поставьте форму в духовку и выпекайте 40 минут (1 большую буханку) или 30 минут (2 маленькие буханки). По прошествии этого времени достаньте хлеб из формы, переверните на ладони и постучите по буханке костяшками пальцев, чтобы проверить готовность. Перевернутую буханку без формы верните в духовку минут на 5–10 для образования хрустящей корочки. Остудите хлеб на решетке. Не убирайте в хлебницу или в холодильник до полного остывания.



Тосты

Один мой друг придумал отличное определение для описания того, что в 90% случаев подают в кафе, называя тостами, — «подошвы». Это слово отлично подходит, потому что мы все прекрасно представляем себе те холодные, жесткие скукоженные треугольнички, которые нам приносят после фразы «Не желаете ли тосты?».

Поскольку эта книга должна стать базовым курсом кулинарии, я подумала: почему бы не дать в ней рецепт идеальных тостов? Для начала подчеркну: я не приемлю автоматические тостеры. Те, которые я использовала, работают как попало, а если вы, как и я, не великие мастера идеальной нарезки хлеба, они вам и не помогут, ведь если хлеб порезан не так, как надо, во-первых, он не поместится в тостере, а во-вторых, кусочки прожарятся неравномерно — одни останутся бледными, а другие сгорят до черноты.

- 1 Хлеб надо резать осторожными пилящими движениями, стараясь не сильно давить на нож, чтобы не повредить мякиш. Для тостов лучше всего подойдут кусочки толщиной около сантиметра. Корочку можно оставить, а можно и срезать — все зависит от вашего вкуса.
- 2 Разогрейте гриль до максимальной температуры не меньше чем за 10 минут до приготовления тостов.
- 3 Разложите хлеб на решетке гриля на расстоянии 5 см от источника жара.
- 4 Поджарьте хлеб до предпочитаемой вами степени румяности.
- 5 Не оставляйте тосты без присмотра.
- 6 Когда тосты будут готовы, переставьте их на специальную решетку-подставку. Почему на нее? Потому что она подходит как нельзя лучше — свежеприготовленные тосты очень горячие, и, если поставить их вертикально, пар свободно уйдет вверх, тосты не отмокнут, как это случилось бы на тарелке, и останутся сухими и хрустящими. Если у вас нет специальной подставки, попробуйте найти что-то похожее, на худой конец остужайте тосты, на минуту прислонив их к краю кувшина или еще чего-то подобного.
- 7 Съедайте тосты сразу, не готовьте их заранее.
- 8 Не накрывайте и не заворачивайте тосты в салфетку: так пар оказывается в ловушке и тосты отмокают.
- 9 Всегда используйте хороший хлеб. Чем лучше хлеб, тем вкуснее получатся тосты. Лучшее всего подходит хлеб, испеченный за день-два до приготовления тостов.



Решетка-подставка для тостов совершенно необходима — без нее тосты отмокнут; если у вас нет специальной подставки, на минуту прислоните тосты к краю кувшина или чего-то подобного, прежде чем подавать их на стол

Картофельный хлеб с козьим сыром, луком и тимьяном

Ни в коем случае не пекуте этот хлеб, если вы на диете: он такой вкусный, что просто невозможно остановиться, пока не съешь его до последней крошки. Он отлично подходит для пикника или путешествия, потому что это не только хлеб, но и сыр с луком. Кроме того, это, пожалуй, самый быстрый в приготовлении домашний хлеб.

1 буханка на 4–6 порций:

110 г твердого козьего сыра;
4 шт. зеленого лука (мелко порезать);
1 средних размеров красная картофелина (вес ок. 175 г);
1 ч. л. порезанных листьев тимьяна и несколько ростков;
175 г «быстрой» муки (плюс еще немного для посыпки);
1 ч. л. соли;
 $\frac{1}{8}$ ч. л. или щедрая щепотка кайенского перца;
1 крупное яйцо;
2 ст. л. молока;
1 ч. л. с горкой горчицы с зернами.

Вам также понадобится небольшой противень, хорошо смазанный маслом или жиром.

Разогрейте духовку до 190 °C.

Острым ножом порежьте сыр кубиками со стороной 1 см. Смешайте муку, соль и кайенский перец в большой вместительной миске, высоко подбрасывая муку, чтобы насытить ее воздухом. Очистите картофелину с помощью овощечистки и натрите ее на крупной терке прямо в муку. Добавьте зеленый лук, порезанный тимьян и $\frac{2}{3}$ сыра. Тщательно перемешайте лопаткой.

Осторожно взбейте яйцо с молоком и горчицей, влейте смесь к муке и лопаткой замешайте рассыпчатое грубое тесто. Переложите на противень и сформируйте небольшую круглую булку (ок. 15 см). Вдавите оставшийся сыр в поверхность, присыпьте мукой и положите сверху ростки тимьяна.

Выпекать хлеб следует на среднем уровне духовки 45–50 минут до золотистой корочки. Переложите на решетку и дайте остыть. По возможности подавайте на стол слегка теплым (при необходимости его можно слегка разогреть в духовке).

Картофельный хлеб с сыром фета и розмарином

Это вариант предыдущего рецепта, только с другим сыром и травами. Замените козий сыр тем же количеством сыра фета, вместо зеленого лука добавьте четверть головки хорошо нарезанного красного лука, а вместо тимьяна используйте розмарин. Перед выпечкой посыпьте нарезанным полукольцами луком (четверть головки), веточками розмарина и разрезанными пополам оливками.



Картофельный хлеб с козьим сыром, луком и тимьяном — справа; картофельный хлеб с сыром фета и розмарином — слева



Хлеб с пастернаком, пармезаном и шалфеем

В этом хлебе картофель из предыдущего рецепта заменен пастернаком. Он отлично сочетается с супом из яблок и пастернака из «Зимней коллекции рецептов», так как усиливает аромат пастернака, но также хорошо подойдет к томатному или любому другому супу или к закуске с хрустящими яблоками и салатом и мягким сливочным сыром, например бри, камамбером или дольчелатте.

На одну буханку, 4–6 порций:

175 г очищенного пастернака;
50 г пармезана, порезанного кубиками 0,5 см;
1 ч. л. порезанного шалфея;
225 г «быстрой» муки;
1 ½ ч. л. соли;
2 крупных яйца;
1 ст. л. молока.

Для посыпки:

25 г тертого пармезана;
несколько листьев шалфея;
немного муки;
1 ч. л. оливкового масла.

Вам также понадобится небольшой смазанный маслом противень.

Разогрейте духовку до 190 °С.

Смешайте муку с солью в большой миске. Добавьте натертый пастернак, перемешайте. Слегка взбейте яйца с молоком, добавьте к муке с пастернаком и перемешайте лопаткой до получения грубого, достаточно рассыпчатого, липкого теста. Переложите тесто на противень, сформировав круг диаметром 15 см, и тупой стороной ножа сделайте крестообразный надрез. Посыпьте тертым пармезаном, присыпьте мукой. Оливковое масло вылейте в блюдце, окуните в него каждый листик шалфея и выложите их на хлеб. Выпекайте на верхнем уровне духовки 45–50 минут до золотистой хрустящей корочки. Остудите на решетке. Подавайте слегка теплым или подогретым в духовке.



Ирландский содовый хлеб из овсяной муки

Это настоящий ирландский хлеб. Когда он печется у вас в духовке, распространяя великолепный аромат, закройте глаза и представьте себе красоты ирландского пейзажа. Это просто райское наслаждение — намазать его маслом и джемом или положить на него ломтик ирландского сыра — кашел блу или майлинс и запить кружечкой пива «Мерфи».

Смешайте все сухие ингредиенты в большой миске, взбейте яйцо с пахтой и добавьте к мучной смеси. Тщательно перемешайте до получения однородной массы — сначала вилкой, а затем руками. Переложите тесто в форму для запекания и разровняйте либо сформируйте круглый каравай диаметром 15 см и сделайте на поверхности 3 глубоких надреза. Присыпьте мукой и выпекайте на центральном уровне духовки 50–60 минут. Выложите остывать на решетку. Лучше всего есть этот хлеб в день выпечки, на следующий день из него получаются отличные тосты.



На одну буханку, 4–6 порций:

175 г цельнозерновой муки;
50 г простой муки (и немного для присыпки);
50 г овсяной крупы;
25 г зародышей пшеницы;
1 ч. л. соды;
1 ½ ч. л. соли;
1 ч. л. сахара;
1 крупное яйцо;
275 мл пахты (жидкость, оставшаяся после взбивания масла, обычно используется для хлебопечения).

Вам также понадобится смазанная маслом 450-граммовая форма.

Разогрейте духовку до 190 °С.

Хлеб из кукурузной муки со смесью злаков

Еще один быстрый и легкий в приготовлении хлеб, но благодаря злакам сочетающий несколько разных текстур. Не переживайте, если во время запекания семена подсолнечника станут зелеными, — это выглядит очень привлекательно.

Для одной маленькой буханки:

150 г поленты (кукурузная мука);
175 г белой хлебопекарной муки;
1 ч. л. соли;
1 ч. л. соды;
25 г семян тыквы;
25 г семян подсолнечника;
25 г семян мака (плюс 1 ч. л. для посыпки);
25 г овсяной крупы;
1 ч. л. золотистого сахара;
1 крупное яйцо;
275 мл пахты.

Вам также понадобится небольшая (450-граммовая) смазанная маслом форма для выпечки.

Разогрейте духовку до 190 °C.

Смешайте в большой миске муку, соль и соду, добавьте поленту, злаки, овсяную крупу и сахар, тщательно перемешайте. Взбейте яйцо с пахтой, добавьте в смесь муки со злаками и перемешайте деревянной ложкой до получения мягкого некрутого теста. Переложите тесто в подготовленную форму для выпечки, посыпьте семенами мака и запекайте на среднем уровне духовки 50–60 минут. Проверьте готовность хлеба, постучав по «донушке» буханки костяшками пальцев. Перевернутую буханку поставьте в духовку еще на 5 минут для получения хрустящей корочки. Остудите на решетке.



Итальянские хлебцы с оливковым маслом и чесноком (Crostini Lazio)

Итальянские хлебцы, кростини, — это маленькие сухарики. Во Франции их называют крутонами, но, по сути, это круглые или квадратные кусочки хлеба, сбрызнутые оливковым маслом и натертые чесноком, а затем запеченные в духовке.

Для приготовления кростини нужно сбрызнуть противень оливковым маслом, добавить чеснок и ладонью растереть их по всей поверхности противня. Разложить на противне хлеб, а затем перевернуть кусочки, чтобы хлеб пропитался с обеих сторон. Запекать в духовке 10–15 минут, до хрустящей корочки.

Для начинки сначала очистите сыр от корочки, разрежьте на 4 части. Сложите все ингредиенты в блендер или кухонный комбайн и взбейте до однородности. При приготовлении заранее накройте начинку пленкой и уберите в холодильник, за полчаса до приготовления кростини достаньте, чтобы начинка успела согреться. Намажьте на хлебцы, украсьте каперсами.

Эти хлебцы следует готовить непосредственно перед подачей на стол, чтобы они не размокли и не стали менее хрустящими.



На 12 штук, на 4–6 порций:

Для кростини:

1 французский багет, разрезанный на 12 ломтиков толщиной 2,5 см, или 3 ломтя большой буханки, разрезанные на 4 части;
3 ст. л. оливкового масла;
1 крупный зубчик чеснока, очищенный и раздавленный.

Для начинки:

110 г твердого козьего сыра;
110 г консервированного в масле тунца (а также 1 ст. л. масла из консервов);
1 ст. л. каперсов, маринованных в уксусе;
1 ст. л. натертого пармезана;
1 дес. л. лимонного сока.

Для украшения:

12 каперсов.

Вам также понадобится противень размером 35×25,5 см.

Разогрейте духовку до 180 °С.



Бутерброд по-итальянски (брускетта)

Брускетта — это разновидность бутербродов с поджаренным хлебом. Когда я впервые попробовала настоящий бутерброд-брускетту в Тоскане, я поняла, что никогда не забуду этот великолепный вкус. Итальянский деревенский хлеб поджаривается на углях, надрезается и натирается чесноком. Затем хлеб поливается пряным оливковым маслом первого отжима, которое щедро пропитывает его. Наслаждение вкусом во всей его не поддающейся описанию простоте.

Конечно, я понимаю, что далеко не у всех есть возможность пожарить хлеб на углях (не забудьте о брускеттах в период шашлыков!), так что лучшей заменой им может стать чугунная сковорода с гофрированной поверхностью или, если таковая у вас отсутствует, обычный домашний гриль.

Разогрейте чугунную сковороду на сильном огне в течение 10 минут. Выложите на нее хлеб и обжарьте с каждой стороны в течение примерно 1 минуты до золотистой хрустящей корочки (либо поджарьте его под конвекционным грилем). Острым ножом сделайте на каждом куске по три надреза, вотрите чеснок и сбрызните оливковым маслом (примерно по 0,5 столовой ложки на кусок хлеба). Присыпьте крупной солью и подавайте.

На 12 штук (4–6 порций):

1 чиабатта (нарезать на 12 ломтиков);
1 зубчик чеснока;
6 ст. л. оливкового масла первого отжима;
крупная соль.

Вам также понадобится чугунная сковорода с гофрированной поверхностью.

Брускетта с помидорами и базиликом

Хороший хлеб, прекрасное оливковое масло — чего же еще желать? Всего лишь двух вещей — красных сочных помидоров и листочков базилика. Пожалуй, это самые вкусные брускетты из всех, что можно себе представить. Их можно подавать с напитками перед подачей основного блюда вместо закуски.

Перед жаркой хлеба подготовьте помидоры — сложите в миску и на 1 минуту залейте кипятком, потом слейте воду и очистите кожицу с томатов, нарежьте их небольшими кубиками.

Приготовьте брускетты (см. рецепт выше). Выложите на хлеб помидоры и листья базилика, приправьте солью и свежемолотым черным перцем, сбрызните оливковым маслом.

Трудно поверить, что что-то настолько простое может быть таким вкусным!

На 12 штук (4–6 порций):

6 спелых красных помидоров-слив;
несколько листьев базилика;
несколько капель оливкового масла;
крупная соль, свежемолотый черный перец.

Французский сэндвич с ветчиной и сыром (крок месье)

Это мой вариант обжаренного сэндвича с ветчиной и сыром, столь любимого завсегдатаями кафе. Представьте этот сэндвич — сразу же на ум приходят людные и шумные парижские уличные кафе, и возникает желание попробовать, как его готовят именно там. Но так как это неосуществимо, я с легкостью довольствуюсь этим вариантом.

Для 1 порции:

2 смазанных маслом ломтика
хорошего белого хлеба;
50 г тертого сыра грюйер;
2–3 ломтика копченой ветчины
(например, пармской);
10 г растопленного сливочного
масла;
1 дес. л. тертого пармезана;
соль, свежемолотый черный перец.

Разогрейте гриль до максимальной
температуры.

Один из ломтиков хлеба посыпьте половиной натертого грюйера, положите сверху ветчину (ее можно обрезать по краям, чтоб ломтики ветчины точно совпадали с размером хлеба). Посыпьте оставшимся грюйером, приправьте солью и перцем, накройте ломтиком хлеба и плотно сожмите. На этом этапе можно срезать хлебные корочки, но, на мой вкус, они делают сэндвич более хрустящим. Верхний ломтик хлеба смажьте растопленным маслом, посыпьте половиной пармезана и вотрите его в хлеб. Переложите сэндвич под гриль на расстоянии 5 см от нагревательного элемента и запекайте 2 минуты. Когда он зарумянится, переверните, смажьте растопленным маслом, посыпьте оставшимся пармезаном, верните под гриль и поджаривайте еще 2 минуты. Переложите на тарелку, разрежьте на 4 части и подавайте на стол, пока сэндвич еще хрустящий.

Сэндвич с сыром и приправой чили

Это вегетарианский вариант сэндвича из предыдущего рецепта. Можно использовать готовую приправу, которую обычно подают к бургерам, или приготовленную самостоятельно (см. с. 188).

Для 1 порции:

2 намазанных маслом ломтика
хорошего белого хлеба;
2 ч. л. томатной приправы с чили;
50 г тертого сыра грюйер;
½ небольшой луковицы,
нарезанной тонкими кольцами;
10 г растопленного масла;
25 г тертого пармезана;
соль, свежемолотый черный перец.

Разогрейте гриль до максимальной
температуры.

Смажьте оба ломтика хлеба острой приправой. Посыпьте один из них грюйером, выложите колечки лука, приправьте солью и перцем и накройте вторым ломтиком хлеба.

Смажьте верхний ломтик хлеба растопленным маслом, посыпьте половиной пармезана и вотрите его в хлеб. Переложите сэндвич под гриль на расстоянии 5 см от нагревательного элемента и запекайте 2 минуты. Когда он зарумянится, переверните, смажьте растопленным маслом, посыпьте оставшимся пармезаном, верните под гриль и поджаривайте еще 2 минуты. Готовый сэндвич переложите на тарелку, разрежьте на 4 части и подавайте теплым.

*Французский сэндвич с ветчиной
и сыром (крок месье)*



Тесто для пиццы (основной рецепт)

Тесто для пиццы делается практически так же, как и тесто для белого хлеба (с. 80) — вручную или с помощью кухонного комбайна, за исключением того, что в него добавляется оливковое масло и немного сахара, кроме того, ему не дают подняться во второй раз. Можно приготовить двойную порцию теста, чтобы заморозить половину для использования в другой раз. Для этого тесто обминают, убирают в пакет и замораживают.

Для основы для пиццы диаметром 25,5 см:

175 г простой белой муки;
1 ч. л. соли;
1 ч. л. сухих дрожжей;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. золотистого сахара;
1 ст. л. оливкового масла;
120 мл теплой воды.

Для раскатывания:

2–3 ст. л. кукурузной муки.

Вам также понадобится камень для выпечки пиццы или противень размером 35×28 см.

Разогрейте духовку до минимальной температуры.

Слева направо: как только тесто увеличится в объеме вдвое, снимите с него пленку; выложите тесто на рабочую поверхность и выдавите из него весь воздух; наконец, раскатайте тесто на кукурузной муке и скатайте его в шар

В течение 10 минут подогрейте муку в духовке, после чего выключите ее. Смешайте муку, соль, сахар и дрожжи в миске, сделайте в центре углубление, добавьте оливковое масло и воду. Замесите тесто — сначала деревянной ложкой, а затем руками, при необходимости — если останутся сухие частицы — добавьте немного воды. Выложите тесто на ровную чистую поверхность (без муки) и месите 3 минуты, пока оно не станет гладким и эластичным. Накройте миской или переложите тесто в нее и закройте смазанной маслом пленкой, оставьте на 1 час при комнатной температуре, пока тесто не увеличится в объеме вдвое.

Разогрейте духовку до 230 °С вместе с камнем или противнем.

Выложите тесто на присыпанную кукурузной мукой поверхность, вымесите, чтобы ушел весь воздух, и скатайте из теста шар. Присыпьте скалку мукой и раскатайте тесто в круг диаметром около 25,5 см. Дополнительно растяните круг руками от центра, прижимая края кончиками пальцев. Основа для пиццы должна быть достаточно тонкой. Выложите на основу подготовленную начинку и запекайте.



Пицца «Четыре сыра»

Это классическое и одно из самых вкусных сочетаний хлеба и сыра, которое можно себе вообразить. Можно выбрать любые сыры, но сочетание, которое я хочу вам предложить, поистине волшебное.

Сначала вам необходимо приготовить тесто для пиццы (см. рецепт выше). Затем достаньте из духовки разогретый камень или противень и присыпьте его кукурузной мукой. Переложите тесто на противень или камень, быстро распределите по основе рикотту. Чередую, выложите ломтики моцареллы и горгонзоллы, посыпьте пармезаном. Запекайте на верхнем уровне духовки 10–12 минут, пока корочка не зарумянится, а сыр не начнет пузыриться. Слегка приподнимите пиццу за край, чтобы проверить, пропеклось ли основание. Достаньте из духовки. Подавайте сразу же, на горячих тарелках.

*Для пиццы диаметром 25,5 см
На 2 порции:*

1 основа для пиццы (см. с. 94);
60 г сыра рикотта;
50 г сыра моцарелла (порезать ломтиками толщиной 2,5 см);
50 г сыра горгонзола пиканте (порезать ломтиками толщиной 2,5 см);
25 г сыра пармезан (натереть на терке);
немного кукурузной муки.

Разогрейте духовку до температуры 230 °C.



Пицца «Четыре сезона»

*Для пиццы размером 25,5 см
На 2 порции:*

1 основа для пиццы (см. с. 94);
1 ст. л. с горкой томатной пасты;
75 г пармской ветчины;
150 г сыра моцарелла (порезать кубиками);
110 г (3–4 шт.) помидоров-черри или других маленьких помидоров (порезать тонкими кружками);
50 г маленьких грибов (порезать тонкими ломтиками);
1 ст. л. каперсов, соленых или маринованных (сполоснуть и обсушить);
8 маслин (порезать пополам);
4 анчоуса (разрезать пополам вдоль);
несколько листьев базилика, смоченных маслом и порезанных, а также несколько листьев для украшения;
2 ст. л. оливкового масла.

Разогреть духовку до 230 °С.



*Пицца «Четыре сезона»
до выпечки (на фото сверху)
и после (на фото справа)*

Обычно в оформлении этой пиццы каждому типу начинки отводится свое место на основе, но так как пицца такого размера рассчитана на двоих, лучше распределить начинку более равномерно.

Приготовьте тесто для пиццы, смажьте основу томатной пастой. Аккуратно переложите ее на горячий камень или противень. Выложите ломтики пармской ветчины, посыпьте кубиками моцареллы, каперсами, оливками, помидорами и грибами, сверху крест-накрест выложите сеточку из анчоусов и посыпьте базиликом, сбрызните оливковым маслом. Запекайте 10–12 минут на верхнем уровне духовки до румяной корочки.

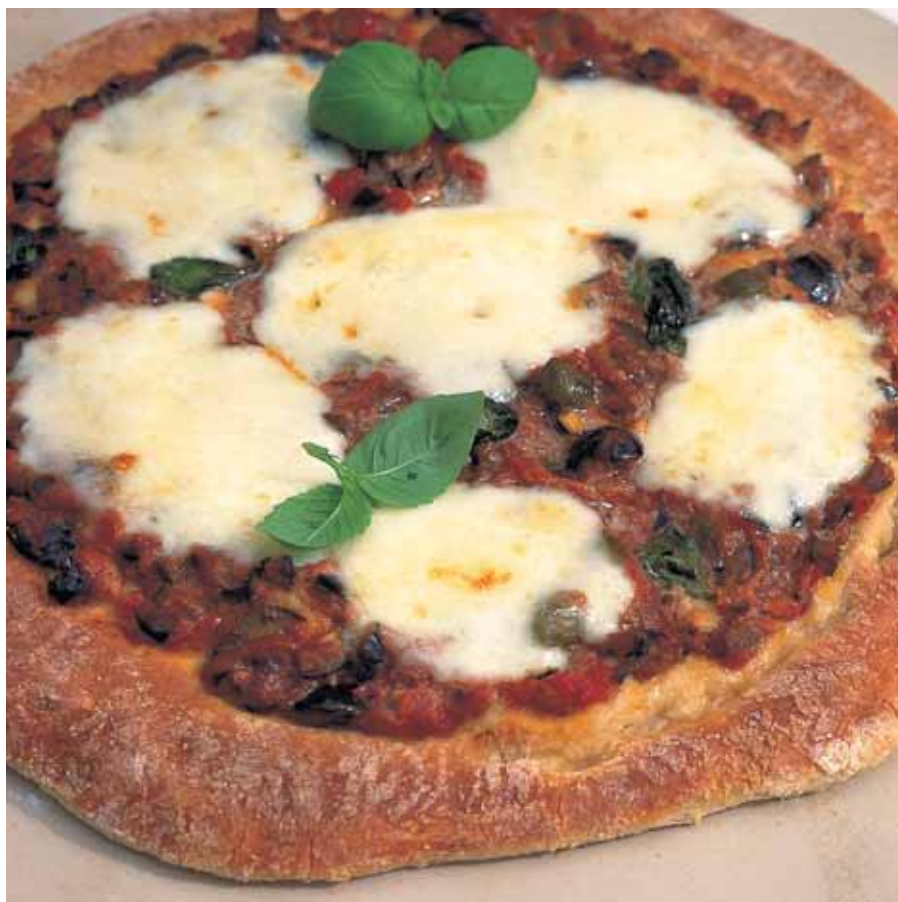
Подавать пиццу лучше горячей, украсив целыми листиками базилика.



Пицца с итальянским соусом «Путтанеска»

Этот итальянский соус всегда был моим любимым соусом для пасты — крепкий и терпкий, с разными оттенками вкуса. Однажды я попробовала приготовить с ним пиццу, и результат превзошел все мои ожидания. Особые нотки добавили расплавившаяся моцарелла и хрустящая корочка.

Приготовьте основу для пиццы. Для соуса разогрейте в кастрюльке масло, добавьте чеснок и перец чили, обжарьте до золотистого цвета чеснока. Добавьте остальные ингредиенты, приправив перцем, не солите — соль дадут анчоусы. Уменьшив огонь до минимума, дайте соусу покипеть без крышки около 40 минут, чтобы выпарить лишнюю жидкость. Распределите соус по основе и переложите ее на нагретый камень или противень. Выложите ломтики моцареллы, окунув листики базилика в оливковое масло, равномерно распределите по поверхности пиццы. Запекайте на верхнем уровне духовки при температуре 230 °С 10–12 минут до золотистой корочки. Вынув из духовки, украсьте листьями базилика.



Для пиццы размером 25,5 см

На 2 порции:

1 основа для пиццы (см. с. 94)

Для соуса:

1 ст. л. оливкового масла;

1 зубчик чеснока (очистить и пропустить через пресс);

$\frac{1}{2}$ перца чили (очистить от семян и нарезать);

1 ч. л. с горкой порезанного базилика;

225 г свежих помидоров (снять кожицу и порезать);

25 г анчоусов (разрезать вдоль пополам);

75 г оливок (мелко порезать);

1 дес. л. каперсов, соленых или маринованных (сполоснуть и обсушить);

свежемолотый черный перец.

Для начинки:

150 г сыра моцарелла (порезать ломтиками толщиной 2,5 см);

несколько листьев базилика,

немного оливкового масла.



Пицца с итальянским соусом «Путтанеска» после выпекания в духовке и до

Паровой пудинг-панеттоне с горячим цитрусовым соусом

Да, этот рецепт действительно относится к рецептам хлеба. Панеттоне — это итальянский фруктовый хлеб, появляющийся в продаже, как правило, осенью и под Рождество, когда его упаковывают в красивые коробки, украшенные лентами. Это легкий и восхитительно вкусный вариант рождественского пудинга. Как оказалось, его вполне можно приготовить заранее и хранить в холодильнике, а перед подачей на стол просто разогреть. Не думайте, что его можно готовить только на Рождество!

Этот восхитительный паровой пудинг, политый крепким цитрусовым соусом, украсит любой праздничный стол.

На 6 порций:

Для парового пудинга:

3 100-граммовых пирога панеттоне
или то же количество пирога весом
500 г;

175 г смешанных сухофруктов

(замочить на ночь в роме);

50 г цельного миндаля;

50 г апельсиновых цукатов (мелко
порезать);

натертая цедра 1 апельсина;

натертая цедра 2 лимонов;

50 г сахара последней

кристаллизации;

275 мл молока;

150 мл жирных сливок;

3 крупных яйца.

Для горячего цитрусового соуса

Элизы Эктон:

1 крупный апельсин;

1 лимон;

110 г сахара;

275 мл воды;

25 г обычной муки;

50 г несоленого сливочного масла;

2 ст. л. рома;

2 ст. л. коньяка;

175 мл хереса.

Сухофрукты замочите на ночь в роме.

На следующий день обжарьте миндаль — в течение 10 минут прогрейте гриль на максимальной температуре, миндаль высыпьте на лист фольги и поджаривайте в течение 2–3 минут. Когда ядра подрумянятся, переверните их и в течение того же времени прожаривайте с другой стороны, затем остудите.

Порезав панеттоне кубиками размером около 2,5 см, сложите в миску, добавьте цукаты, цедру лимонов и апельсина и сухофрукты вместе с остатками рома. Добавьте нарезанный тонкими ломтиками миндаль. Тщательно все перемешайте.

В другой миске смешайте сахар, молоко, сливки и яйца, вылейте к сухой смеси, перемешайте до однородности. Вылейте образовавшуюся смесь в смазанную маслом чашу для пудинга, плотно утрамбуйте. Накройте двойным слоем фольги размером около 25,5 см и закрепите, обвязав веревкой вокруг краев чаши, сделайте ручку-петлю над чашей, с ее помощью можно легко переставить пудинг в пароварку. Вскипятите воду и перелейте ее в кастрюлю, заполнив наполовину. Поставьте кастрюлю на средний огонь и, как только вода снова закипит, установите сверху пароварку.

Переставьте в пароварку емкость с пудингом, накройте крышкой и оставьте на 2 часа. Примерно через час проверьте уровень воды, при необходимости долейте в кастрюлю кипятка. При использовании сита для варки на пару воду придется доливать 2 или 3 раза.

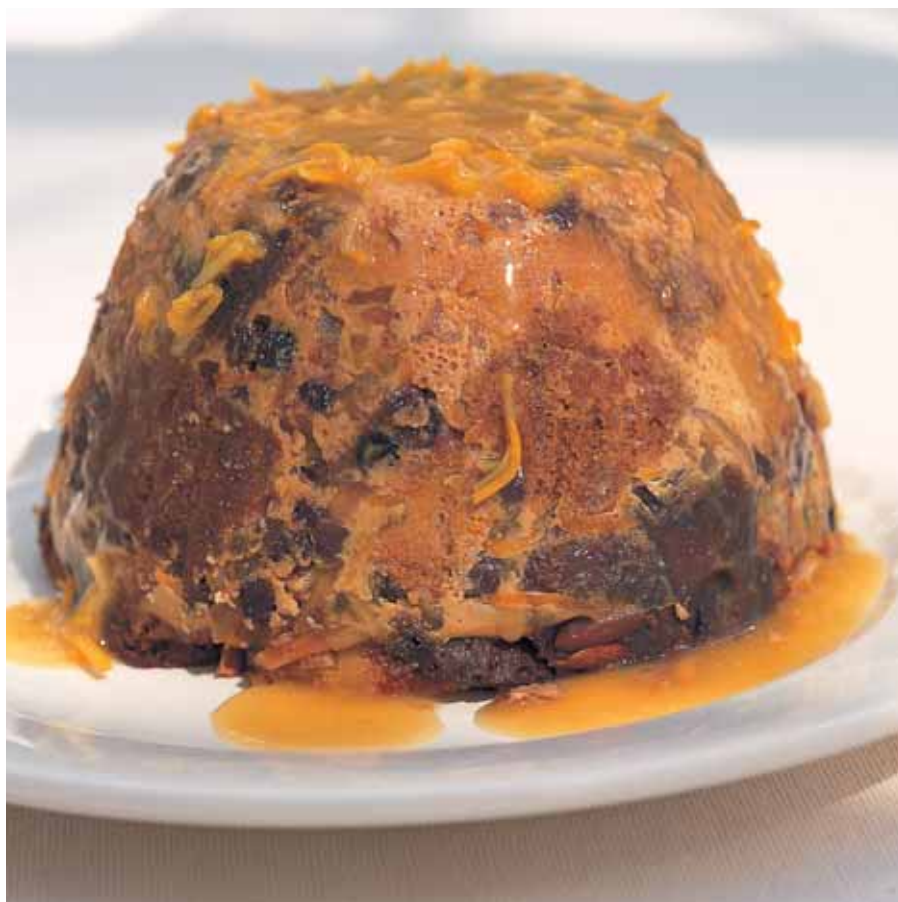
Тем временем приготовьте соус. С помощью овощечистки снимите цедру с лимона и апельсина, оставляя белый слой нетронутым — вам понадобится по 4 полоски каждого вида цедры (размером примерно 5×2,5 см). Острым ножом нарежьте полоски цедры тонкими и очень узкими ломтиками. Положите цедру в кастрюльку с водой и сахаром, вскипятите и варите 15 минут.

Выжмите сок из апельсина и лимона в отдельную миску, отдельно смешайте муку и масло до однородной пасты.

Когда 15 минут пройдут, добавьте в кастрюльку сок лимона и апельсина, ром, коньяк и херес. Нагрейте смесь. Постоянно помешивая, добавьте в жидкость масляную пасту маленькими порциями — не больше орешка арахиса. Продолжайте мешать, пока мука полностью не растворится и соус не загустеет. Подавать соус нужно горячим, в подогретой соуснице. Если соус готовится заранее, перед подачей его необходимо разогреть, не доводя до кипения.

С готового пудинга снимите фольгу, дайте постоять в форме 5–10 минут, затем переверните на подогретую тарелку. Полейте сверху небольшим количеством соуса. Сразу же подавайте на стол, остальной соус оставьте в соуснице, чтобы каждый мог добавить его по собственному вкусу.

Вам также понадобятся смазанная маслом чаша для пудинга объемом 1,2 литра, пароварка с двумя емкостями или сито для варки на пару и большая кастрюля с плотно прилегающей крышкой, а также фольга и веревка.







5

Выпечка: первые шаги

Если вам не везет в приготовлении выпечки или вы даже не знаете, с какого края к ней подступиться, первое, что вам надо уяснить, — это то, что вы в этом не виноваты. Это совершенно не значит, что вы не созданы для приготовления подобных блюд, скорее всего, вам просто до сих пор не объяснили, как это делается. В наши дни премудростям кулинарии редко удастся научиться от матерей, которые из-за высокой занятости редко пекут дома. Надо найти другой способ. Но как бы то ни было, без обучения не обойтись — ведь учатся же люди плавать, ездить на велосипеде, водить машину — всему тому, без чего невозможно представить себе современную жизнь.

То же самое касается и выпечки. Кто-нибудь (надеюсь, это буду я) должен показать вам основные приемы, потом вы немного потренируетесь, и приготовление подобных блюд станет для вас абсолютно естественным, действия будут доведены до автоматизма, и вы даже не будете задумываться, что и в каком порядке надо делать.

Что такое тесто для выпечки?

Первоначально смесь продуктов, из которой получается тесто для выпечки, представляла собой несъедобный состав, которым закрывали емкости с соками и благовониями, но однажды кому-то пришло в голову добавить туда масло — и получилось весьма съедобное и очень вкусное сочетание, благодаря которому появилось множество рецептов.

Так что же это такое? Что из себя представляет идеальное тесто для выпечки? Во-первых, оно хрустящее и при этом еще и настолько легкое, что буквально тает во рту. Кроме того, оно должно быть хорошо пропеченным и своим собственным вкусом и ароматом подчеркивать вкус и аромат начинки.

Я считаю, что, для того чтобы приготовить хорошее тесто для выпечки дома — сладкой или нет, не нужно ничего усложнять. Профессиональные кондитеры годами учатся готовить выпечку и могут поразить нас разнообразием блюд, обычные люди не могут этим похвастаться, так что если предоставляется возможность попробовать подобное произведение кулинарного искусства, нельзя ее упускать. Но и самим научиться приготовлению простого теста совсем несложно, главное — постараться не переборщить со сливочным маслом, которым иногда злоупотребляют некоторые шеф-повара. Из-за масла тесто становится настолько насыщенным, что может перебить или не в достаточной степени подчеркнуть вкус и аромат начинки.

Песочное тесто

Немодное, ненасыщенное и безыскусное песочное тесто, на мой взгляд, подходит для выпечки, как никакое другое. Оно именно такое, какой вы представляете себе домашнюю выпечку: легкое, хрустящее, тающее во рту, с несильным ароматом пшеницы. Оно готовится из муки, жира и воды — ничего лишнего, а будучи приготовленным правильно и тонко раскатанным, как раз и обеспечивает то «тающее» чувство и отлично сочетается с разными начинками. Для начала давайте подробнее рассмотрим ингредиенты, необходимые для приготовления теста для выпечки.

Ингредиенты

Мука

Нужна обычная мука из мягких сортов пшеницы (не из твердых, как хлебная мука). Обязательно следите за тем, сколько хранится у вас мука: лежать в недрах шкафа она может очень

долго, а из несвежей муки получается не самая удачная выпечка. Из «быстрой» муки песочное тесто получается плохо, равно как и из муки грубого помола — только взгляните на плотные и жесткие коричневые изделия, предлагаемые нам под маркой «здоровая пища». Как бы то ни было, из смеси обычной белой муки и муки грубого помола получается неплохое песочное тесто с ореховым ароматом.

Жир

Какой жир вы будете использовать, зависит исключительно от вашего выбора — предпочитаете ли вы жиры растительного происхождения или не имеете ничего против животных. Можно использовать взбитые растительные жиры или маргарин, но после многих лет использования разных вариантов приготовления я пришла к выводу, что лучшее песочное тесто получается при использовании смеси равных частей сливочного масла и лярда (или смальца — жира, вытопленного из сала). Общее количество жира в песочном тесте составляет половину объема муки, т.е. для 110 г муки необходимо 50 г жира. Иногда добавляют больше жира, считая, что это придаст тесту большую воздушность. Это не так, обычно результат оказывается более тяжелым и грубым.

Главное правило — помнить о температуре используемого жира. Он должен быть комнатной температуры, достаточно мягким, чтобы нож мгновенно проходил через него, поскольку он должен смешиваться с мукой так быстро, как только возможно. Если жир слишком холодный и плотный, придется потратить вдвое больше времени на смешивание, в результате чего тесто получится слишком жирным и вязким, а также его будет сложно раскатать. Нехитрый прием: вечером накануне приготовления песочного теста повесьте на холодильник записку: «Не забудь достать жир!»

Что же делать, если вы все-таки о нем забыли? Не волнуйтесь, со всеми случается. Нарежьте холодный жир кубиками, сложите в чашу кухонного комбайна и смешайте с мукой до получения рассыпчатой смеси.

Соль

Я считаю, что в выпечке, как и в хлебе, немного соли необходимо — не важно, сдобная она или нет.

Прохлада

Прохладными придется быть вам, вам предстоит сохранять не только присутствие духа, но и вполне буквально — настолько низкую температуру ваших рук, насколько это возможно. Я уже писала о том, что от долгого вымешивания теста жир становится слишком маслянистым. Из-за этого требуется больше муки, чем нужно по рецепту, мука не в состоянии вобрать в себя нужное количество жидкости, тесто слишком сильно крошится и его трудно раскатать. Например, я всегда делаю тесто для выпечки у открытого окна, воздух из которого приносит приятную прохладу.

Жидкость

Для приготовления песочного теста не используется молоко или яйца, только простая холодная вода. Помните, в рецептах всегда указано приблизительное количество воды, так как разная мука впитывает ее по-разному. Начните с 1 столовой ложки, разбрызгивая ее над тестом, а затем добавляйте по чуть-чуть. Избыток воды сделает тесто слишком липким, и его трудно будет раскатать, а после выпекания оно окажется твердым. Недостаток также скажется на раскатывании теста, а выпеченное, оно будет легко крошиться. Однако не стоит волноваться — точно следуя указаниям ниже и на с. 106, вы легко подберете нужное количество жидкости.

Воздух

Хотите верить, хотите нет, но воздух — один из важнейших ингредиентов, необходимых для приготовления выпечки. Правило номер один — просеивайте муку, подняв ситечко высоко над миской, чтобы насытить ее воздухом.

Добавление жира

После просеивания муки добавьте жир, нарезанный маленькими кубиками. Возьмите нож и начинайте режущими движениями смешивать жир с мукой. Продолжайте до тех пор, пока масса не станет более-менее однородной, а затем легкими движениями кончиков пальцев втирайте жир в муку. Умение делать это легко и осторожно — не какой-то особый дар, это лишь вопрос вашей сосредоточенности.

По мере втирания время от времени стряхивайте крошки с пальцев, приподняв руки над миской, — это дополнительно обогатит тесто воздухом и сделает его более воздушным. Не менее важна скорость — не увлекайтесь, втирайте, только пока смесь не станет рассыпчатой.

Добавление воды и вымешивание

Сбрызните тесто 1 столовой ложкой холодной воды, а затем смешайте ножом — взрезая и переворачивая кусочки мучной массы, продолжайте смешивать вручную. Если воды достаточно, масса быстро станет однородной и перестанет прилипать к стенкам миски. Если этого не случилось, добавьте еще немного воды (иногда достаточно просто пару раз смочить в воде кончики пальцев).

Приготовление теста в кухонном комбайне

Как оказалось, приготовить такое тесто исключительно автоматическим образом невозможно. Нельзя определить, сколько воды требуется тесту, если вы не чувствуете его своими руками. Однако в комбайне можно смешать муку с жиром, в этом случае необязательно дожидаться, пока

охлажденный жир согреется до комнатной температуры. Не смешивайте слишком долго, достаточно 1–2 минут на самой низкой скорости. Затем переложите тесто в миску и добавьте воды, как было описано ранее.

Выстаивание теста

Любое тесто для выпечки должно выстояться, прежде чем его начнут раскатывать. Если вы торопитесь, это может показаться ужасно скучным, но поверьте, дав тесту постоять, вы сэкономите время в дальнейшем. Зачем все это? В муке содержится глютен (см. с. 75), вступающий во взаимодействие с водой, что делает тесто более эластичным, благодаря чему его легко раскатать. Без этого раскатать тесто будет сущим мучением — из-за отсутствия эластичности оно будет рваться и крошиться. Другими словами, когда тесто будет готово, заверните его в пакет и положите на полчаса в холодильник.

Рабочая поверхность

Чтобы раскатать тесто, вам нужна лишь ровная поверхность — наличие доски необязательно, можно делать это прямо на столешнице. Если же вам настолько понравится заниматься выпечкой, что вы захотите продолжить совершенствоваться в ее приготовлении, приобретите доску из гранита или мрамора. Они стоят недешево и очень тяжелы, но прослужат вам всю жизнь. Идеальный размер такой доски 46×46 см.

Раскатывание теста

Если вы дали тесту отдохнуть, раскатать его будет совсем несложно. Возьмите скалку, выложите тесто на слегка припорошенную мукой поверхность и начинайте раскатывать тесто от центра, время от времени смазывая скалку мукой, чтобы она не прилипала.

Если вы хотите раскатать тесто в круг, периодически поворачивайте его на четверть — раскатывая его назад и вперед, вы добьетесь ровной округлой формы. Постарайтесь не раскатывать тесто справа-налево или наоборот, сосредоточившись на движениях вперед-назад, вы добьетесь гораздо лучшего результата! Если вам нужна продолговатая форма, то слегка подправляйте края коржа скалкой, чтобы сохранить желаемую форму. Для квадратного коржа поворачивайте тесто на четверть так же, как и для круга, а затем подправляйте форму скалкой, слегка постукивая по внешнему краю пласта теста.

Хранение теста

Тесто для выпечки можно готовить заранее. Оно отлично хранится около трех дней, если завернуть его в полиэтиленовый пакет и убрать в холодильник. Не забудьте перед раскатыванием достать его из холодильника и дать согреться до комнатной температуры. Кроме того, тесто можно заморозить. В морозилке оно хранится в течение трех месяцев.

Песочное тесто (базовый рецепт)

110 г простой муки (а также немного для присыпания рабочей поверхности);
щепотка соли;
25 г мягкого лярда;
25 г мягкого сливочного масла;
немного холодной воды.



Для начала просейте муку и соль в большую миску, затем добавьте растопленный жир; если жир слишком холодный, он не вотрется в муку как следует

Просейте муку в большую миску, держа ситечко повыше, чтобы обогатить муку воздухом, добавьте щепотку соли. Положите лярд и масло, порезанные маленькими кусочками, ножом смешайте жир с мукой. Когда жир и мука будут достаточно равномерно смешаны, начинайте втирать жир в муку легкими движениями кончиков пальцев. Время от времени стоит поднимать мучную смесь над миской в ладонях и сыпать ее с высоты обратно, чтобы обогатить ее воздухом.

Когда смесь станет рассыпчатой, добавьте 1 столовую ложку холодной воды, режущими движениями ножа вмешайте воду в мучную смесь и замесите тесто руками. При необходимости добавьте еще немного воды. Когда тесто станет эластичным и перестанет прилипать к стенкам — жидкости достаточно. Уберите тесто в пакет и положите в холодильник на 30 минут.

Из этого объема продуктов получается около 175 г теста для выпечки, чего хватит для приготовления пирога размером 18×20 см или противня кишей.



Сначала ножом, затем кончиками пальцев вотрите жир в муку, пока смесь не станет рассыпчатой



Добавьте жидкость, равномерно разбрызгав ее по поверхности смеси, затем опять-таки ножом начинайте вымешивать тесто



Конечная стадия — вымесить тесто руками, добавляя жидкость по мере необходимости

Общие принципы приготовления кишей, фланов и пирожных

Как выложить тесто в форму

Когда тесто раскатано до нужного размера, поместите скалку под центром пласта теста и приподнимите его. Осторожно переложите тесто поверх формы, равномерно распределив его. Вомните тесто в форму, выкладывая основание и бортики. Если во время перекладывания тесто немного растянулось, во время выстилания формы стяните тесто, особенно по краям. После того как вы разложите тесто в форме, постарайтесь натянуть тесто, свисающее с краев формы, — таким образом вы закрепите края теста. Если оно натянуто слишком сильно, то во время запекания может потрескаться. Ножом срежьте излишки теста над краем формы, а затем прижмите тесто у бортика, чтобы оно выступало над краем на 5 мм.

Подготовка к запеканию

Проколите основание вилкой в нескольких местах, чтобы мог выходить воздух, из-за которого тесто начинает пузыриться и подниматься во время запекания. Смажьте основание и бортики взбитым яйцом, тогда запеченное тесто не размокнет.

Запекание

Духовку разогрейте вместе с противнем на центральном уровне. Поставьте в духовку форму и запекайте 20–25 минут или до тех пор, пока тесто не подрумянится. По прошествии половины времени стоит проверить, не пошло ли тесто пузырями; если это случилось, проколите его вилкой и прижмите обратно ко дну.



Чтобы вынуть пирог из формы, поставьте ее на консервную банку или кувшин, пройдите маленьким ножом или деревянной зубочисткой по краю формы и спустите ее вниз



Теперь заверните тесто в полиэтиленовый пакет и положите его в холодильник на 30 минут, что значительно упростит процесс раскатки теста



Раскатанное тесто переложите на форму для выпечки с помощью скалки, равномерно распределив его; затем нежно вомните его в форму кончиками пальцев



Проколите основание формы вилкой в нескольких местах, чтобы мог выходить скопившийся там воздух, смажьте основание и бортики взбитым яйцом

Пирог с луком-пореем и козьим сыром

Такие пироги я называю «рыхлыми» — они сливочные и с мягкой серединкой. Как оказалось, лук-порей великолепно сочетается с козьим сыром, а добавленный в тесто козий сыр придает аромат и нежный вкус корочке.

На 6 порций в качестве закуски или на 4 — в качестве основного блюда:

Для теста:

25 г козьего сыра (без корочки);
110 г простой муки;
щепотка соли;
25 г мягкого лярда;
25 г мягкого сливочного масла;
немного холодной воды.

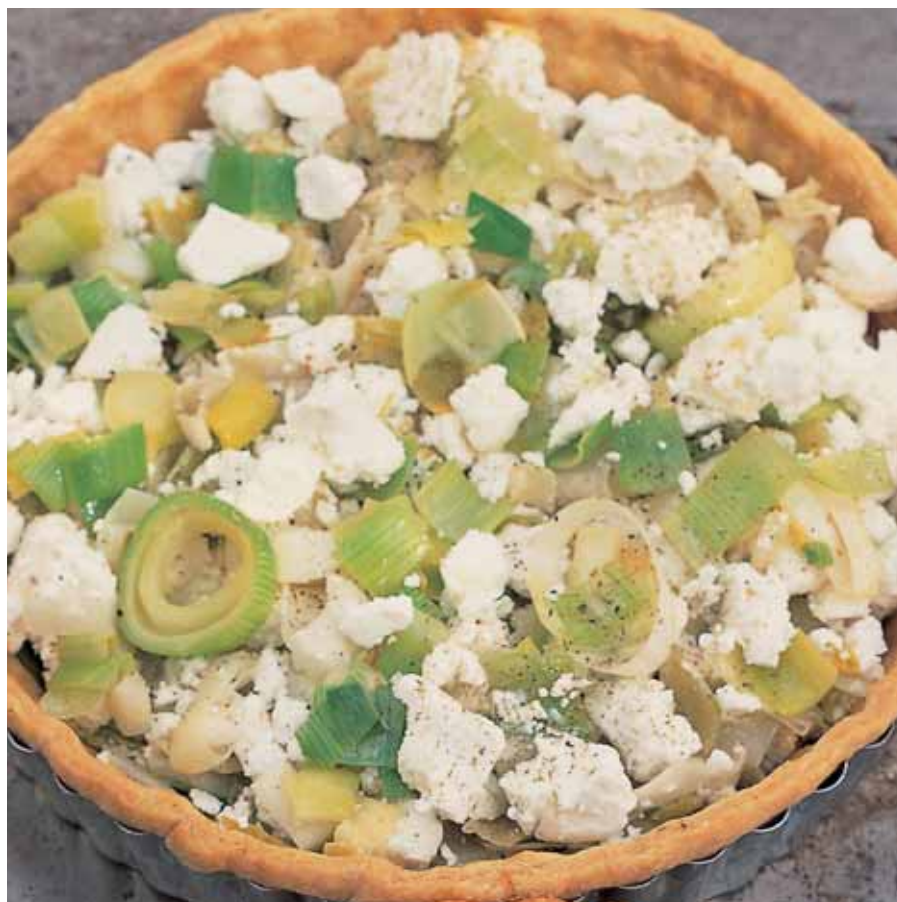
Для начинки:

625 г лука-порея или 350 г нарезанной мякоти;
175 г твердого козьего сыра (без корочки);
10 г сливочного масла;
3 крупных яйца (взбить);
200 г сметаны или жирных сливок;
4 луковицы зеленого лука, порезанные вместе с перьями;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся смазанная маслом разъемная форма для кишей диаметром 19 см и глубиной 3 см и металлический противень.

Просейте муку в глубокую миску, держа ситечко высоко над формой, чтобы мука обогатилась воздухом, смешайте с солью. Добавьте лярд и масло, вотрите жир в муку кончиками пальцев. Когда смесь станет рассыпчатой, добавьте козий сыр, натертый на крупной терке, и немного холодной воды. Замешайте тесто сначала ножом, а затем руками, при необходимости добавив еще немного воды. Когда тесто станет гладким и будет легко отставать от стенок посуды, заверните в пакет и уберите в холодильник на 30 минут. Разогрейте духовку до 190 °C и поставьте в нее противень — на средний уровень.

Подготовьте лук-порей. Очистите стебли от жестких зеленых листьев и надрежьте каждый вертикально примерно до середины. Тщательно промойте под краном в холодной воде. Разрежьте стебли вдоль на две части и порежьте ломтиками шириной 1 см.



В средней сковороде разогрейте масло, положите лук-порей, слегка посолите. Готовьте 10–15 минут на небольшом огне, пока не выделится сок. Переложите в сито под гнет, чтобы убрать остатки жидкости.

Достаньте тесто из холодильника и, постепенно поворачивая на четверть, тонко раскатайте в круг на присыпанной мукой поверхности. Переложите в форму, помогая себе скалкой. Выровняйте тесто в форме, подравнивая края (они должны быть выше края формы примерно на 5 мм), и проколите основание вилкой в нескольких местах. Поставьте в духовку и выпекайте 20–25 минут или до появления румяной корочки. Примерно через 10–12 минут проверьте, не вздулось ли тесто, при необходимости снова проколите в нескольких местах вилкой и прижмите его ко дну формы.

Пока печется основа для пирога, покрошите козий сыр и смешайте его с луком-пореем прямо в сите. В кувшине соедините взбитые яйца со сметаной, посолите (помните, что вы уже солили лук-порей!) и поперчите. Когда основа будет готова, нужно вынуть ее из духовки, уложить в нее лук с сыром и посыпать зеленым луком. Затем залить яичной смесью и снова поставить в духовку на 30–35 минут. После того как пирог будет готов, выньте его из духовки и дайте постоять 10 минут — после этого его будет легче разрезать на порции.

Удобнее всего достать пирог из формы, поставив ее на высокую жестяную банку, а затем расстегнув и сняв бортик. После этого лопаткой или широким ножом отделите пирог от основания формы и переложите его на тарелку или доску либо же разрежьте на части сразу, не снимая пирог с основания.



Пирог с луком-пореем и козьим сыром после выпекания (на фото сверху) и до (на фото слева)

Пирог с копченой рыбой и сырной корочкой

Благодаря плотной начинке этот пирог не такой рыхлый, как предыдущий. Сочетание разных видов копченой рыбы отлично дополняется пикантными оттенками вкуса каперсов и корнишенов.

Для теста:

25 г мелко натертого пармезана;
110 г простой муки;
щепотка соли;
25 г мягкого лярда;
25 г мягкого сливочного масла;
немного холодной воды.

Для начинки:

225 г филе копченой трески;
110 г филе копченой селедки;
250 г копченого лосося в нарезке;
55 мл молока;
лавровый лист;
щепотка натертой шелухи мускатного ореха;
2 крупных яйца;
2 желтка;
немного натертого мускатного ореха;
200 мл сметаны или жирных сливок;
1 дес. л. соленых или маринованных каперсов;
2 коктейльных корнишена (мелко порезать);
свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся смазанная маслом разъемная форма для пиццы диаметром 19 см и глубиной 3 см и металлический противень.

Просейте муку в глубокую миску, держа ситечко высоко над формой, чтобы мука обогатилась воздухом, смешайте с солью. Добавьте лярд и масло, вотрите жир в муку кончиками пальцев. Когда смесь станет рассыпчатой, добавьте пармезан и немного холодной воды. Замешайте тесто сначала ножом, а затем руками, при необходимости добавив еще немного воды. Когда тесто станет гладким и будет легко отставать от стенок посуды, заверните в пакет и уберите в холодильник на 30 минут.

Разогрейте духовку до 190 °С и поставьте в нее противень — на средний уровень.

Затем тонко раскатайте тесто в круг на присыпанной мукой поверхности. Переложите в форму, помогая себе скалкой. Выровняйте тесто в форме, подравнивая края (они должны быть выше края формы примерно на 5 мм), и проколите основание вилкой в нескольких местах. Поставьте в духовку и выпекайте 20–25 минут или до появления румяной корочки. Примерно через 10–12 минут проверьте, не вздулось ли тесто; при необходимости снова проколите в нескольких местах вилкой и прижмите его ко дну формы. Когда основа для пирога будет готова, достаньте ее из духовки и уменьшите нагрев до 170 °С.

Для начинки положите треску и селедку в небольшую кастрюльку, залейте молоком, добавьте лавровый лист и шелуху мускатного ореха. Вскипятите, накройте крышкой и тушите на маленьком огне 2 минуты, затем достаньте рыбу и лавровый лист из молока.

Смешайте яйца и яичные желтки, приправив черным перцем и мускатным орехом, не солите — рыба даст достаточно соли. Снова подогрейте молоко и добавьте в него сметану или сливки. Когда смесь закипит, непрерывно помешивая, влейте взбитые яйца. Разделите треску и селедку на небольшие кусочки, выложите в основу для пирога вместе с кусочками копченого лосося. Посыпьте каперсами и корнишенами, осторожно залейте сливочно-яичной смесью, чтобы она хорошо пропитала все слои. Верните форму с пирогом в духовку, запекайте 30–35 минут или до появления румяной корочки.

Готовый пирог достаньте из духовки и дайте постоять в форме еще 10 минут, после чего поставьте форму на подходящую жестяную банку и осторожно снимите бортики. Затем лопаткой или широким ножом отделите пирог от основания формы и переложите его на тарелку или доску либо же разрежьте на части сразу, не снимая пирог с жестяного основания.



Пирог с копченой рыбой и сырной корочкой до выпекания (на фото внизу) и после (на фото слева)



Тыквенный пирог

Для этого пирога используется песочное тесто, из которого готовят сладкие открытые пироги. Оно более насыщенное, но в то же время и очень хрустящее, а добавление яиц делает его похожим на коржик. Иногда в него добавляют орехи: в этом рецепте это обжаренные орехи пекан, но также используются лесные или грецкие орехи. Мне нравится бархатная текстура начинки из обычной тыквы. Кроме того, этот пирог можно готовить и с мускатной тыквой.

На 8 порций:

Для теста:

40 г орехов пекан;
175 г простой муки (а также еще немного для посыпания рабочей поверхности);
10 г сахарной пудры;
щепотка соли;
75 г мягкого сливочного масла;
немного холодной воды;
1 яичный желток (крупный).

Для начинки:

450 г мякоти тыквы (порезать кубиками 2,5 см);
2 крупных яйца;
1 яичный желток;
1 яичный белок для смазывания теста;
1 ст. л. черной патоки;
75 г коричневого сахара;
1 ч. л. молотой корицы;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. тертого мускатного ореха;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. молотого душистого перца;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. молотой гвоздики;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. молотого имбиря;
275 мл жирных сливок.

Вам также понадобится смазанная маслом разъемная форма для пирога 23 см и средний противень.

Разогреть духовку до 180 °С.

Поджарьте орехи пекан — разложите их на противне и 8 минут запекайте в разогретой духовке. Выключите духовку, переложите орехи на разделочную доску и дайте им немного остыть, а затем мелко порубите их ножом или в кухонном комбайне. Не переставайте, иначе они станут жирными.

Для приготовления теста просейте муку, сахарную пудру и щепотку соли в большую миску. Добавьте масло и перемешайте ножом, а затем руками, втирая жир в муку кончиками пальцев.

Когда смесь станет рассыпчатой, добавьте орехи, столовую ложку воды и тщательно перемешайте сначала ножом, а затем руками до получения однородного теста, которое не прилипает к стенкам посуды. При необходимости можно добавить еще немного воды. Завернув в пленку, положите на 30 минут в холодильник.

Разогрейте духовку до 180 °С вместе с противнем. Поставьте пароварку над кастрюлей с кипящей водой и положите в нее тыкву. Через 15–20 минут кусочки станут мягкими и будут легко протыкаться шпажкой. Протрите сваренную тыкву через крупное сито.

Достаньте тесто из холодильника и тонко раскатайте его в круг на присыпанной мукой поверхности. Переложите в форму, помогая себе скалкой. Выровняйте тесто в форме, подровняв края (они должны быть выше края формы примерно на 5 мм), и проколите основание вилкой в нескольких местах. Поставьте в духовку и выпекайте 20–25 минут или до появления румяной корочки. Примерно через 10–12 минут проверьте, не вздулось ли тесто, при необходимости снова проколите в нескольких местах вилкой и прижмите его ко дну формы.

Для приготовления начинки в большой миске взбейте яйца и яичный желток. В кастрюлю отмерьте патоку (это проще делать смазанной маслом ложкой), добавьте специи, сахар и сливки, а затем доведите до кипения, постоянно помешивая. Влейте взбитые яйца, перемешайте. Не переставая помешивать, добавьте тыквенное пюре и перелейте смесь в кувшин.

Когда основа для пирога будет готова, достаньте ее из духовки прямо на противне, вылейте половину начинки, верните в духовку и вылейте оставшуюся начинку. Запекаться пирог будет 35—40 минут — за это время начинка полностью пропечется по краям и останется немного жидкой в центре. Остудите пирог прямо в форме, поставив на решетку.

Мне больше нравится подавать его охлажденным (накрыть фольгой и хранить в холодильнике) с небольшим количеством сметаны той же температуры, но теплым или комнатной температуры этот пирог также очень вкусен. В Америке его украшают мороженым.



Классический английский пирог с заварным кремом

У классического пирога с кремом должна быть толстая густая начинка, поэтому я предпочитаю использовать круглую разъемную форму и ободок, благодаря чему достигается нужная глубина. Для аромата очень важен мускатный орех, поэтому крайне важно использовать свежемолотую специю, а натирать ее лучше на кусочек фольги, с помощью которого будет легко посыпать пирог перед тем, как ставить его в духовку.

На 6 порций:

Для песочного теста:

150 г простой муки;
щепотка соли;
25 г мягкого лярда;
40 г мягкого сливочного масла;
немного холодной воды.

Для начинки:

570 мл нежирных сливок;
3 крупных яйца;
2 яичных желтка;
50 г сахара;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. ванильного экстракта;
 $1\frac{1}{2}$ целого мускатного ореха
(мелко натереть);
1 ч. л. мягкого сливочного масла.

Вам также понадобятся смазанная жиром разъемная форма для запекания с ободком шириной 1 см, бортиками глубиной 4 см и размером основания 18 см, противень средних размеров и форма для вырезания размером 5 см в виде листочка.

Просейте муку в глубокую миску, держа ситечко высоко над формой, чтобы мука обогатилась воздухом, смешайте с солью. Добавьте лярд и масло, вотрите жир в муку кончиками пальцев. Когда смесь станет рассыпчатой, добавьте немного холодной воды. Замешайте тесто сначала ножом, а затем руками, при необходимости добавив еще немного воды. Когда тесто станет гладким и будет легко отставать от стенок посуды, заверните его в пакет и уберите в холодильник на 30 минут.

Разогрейте духовку до 190 °C и поставьте в нее противень — на средний уровень.

Затем тонко раскатайте тесто в круг на присыпанной мукой поверхности. Размер круга легко измерить, положив на него форму для запекания, — круг из теста должен быть на 2,5 см больше диаметра формы. Переложите в форму, помогая себе скалкой. Выровняйте тесто в форме, вдоль бортиков и ободка, острым ножом подровняйте края (они должны выступать за края формы примерно на 5 мм). Раскатайте обрезки теста и вырежьте 24 листочка. Тупой стороной лезвия ножа выдавите на них прожилки. Смажьте тесто небольшим количеством взбитых яиц, разложите внахлест друг на друга по кругу вдоль бортика. Смажьте их также взбитым яйцом. Проколите основание вилкой в нескольких местах. Поставьте в духовку и выпекайте 20–25 минут или до появления румяной корочки. Затем достаньте форму из духовки, не вынимая противень и снизив нагрев до 170 °C.

Перелейте сливки в кастрюльку и доведите до кипения. Венчиком взбейте яйца с сахаром в большой жаропрочной миске — не взбивайте слишком интенсивно, появления пузырьков надо избежать. Влейте в яйца горячие сливки, добавьте ванильный экстракт и половину объема тертого мускатного ореха, перемешайте.

Поставьте форму с основой для пирога обратно на противень, слегка выдвинутый из духовки. Осторожно вылейте начинку, посыпьте с фольги оставшимся натертым мускатным орехом, выложите сверху мелкие кусочки мягкого масла и запекайте 30–40 минут до румяной корочки. Начинка должна стать плотной в центре и слегка вздуться.

Подавать слегка теплым или охлажденным.



Конвертики с яблоками и изюмом

Это вариация на тему всем известного яблочного пирога. Прелесть рецепта в том, что в итоге получаются индивидуальные порции, а значит, их гораздо удобнее подавать на стол. Изюм осенью можно заменить 110 граммами ежевики, а летом — 110 граммами крыжовника, добавив к ягоде 95 г сахара.

На 8 порций:

Для песочного теста:

350 г простой муки;
щепотка соли;
75 г мягкого лярда;
75 г мягкого сливочного масла;
немного холодной воды.

Для начинки:

225 г зеленых и 110 г красных
яблок (в шкурке), очищенных от
косточек и нарезанных ломтиками
толщиной 1 см;
75 г изюма, замоченного на ночь
в 120 мл сухого сидра;
8 ч. л. манной крупы;
16 гвоздик;
50 г золотистого сахара (плюс еще
1 ч. л. для посыпки);
1 яичный белок (слегка взбить).

Вам также понадобится противень
с антипригарным покрытием
размером 25,5×15 см и глубиной
2,5 см.



Накануне приготовления конвертиков на ночь замочите в сидре изюм.

На следующий день приготовьте тесто — для чего необходимо просеять муку в глубокую миску, держа ситечко высоко над формой, чтобы мука обогатилась воздухом, смешать с солью. Добавить лярд и масло, втереть жир в муку кончиками пальцев. Когда смесь станет рассыпчатой, добавить немного холодной воды. Замешать тесто сначала ножом, а затем руками, при необходимости добавив еще немного воды. Когда тесто станет гладким и будет легко отставать от стенок посуды, завернуть в пакет и убрать в холодильник на 30 минут.

Разогрейте духовку до 200 °С.

Тесто достаньте из холодильника и разделите на 4 части. Присыпьте рабочую поверхность мукой и раскатайте каждый кусок теста в пласт размером 25,5×13 см, а затем разрежьте их пополам. В каждый квадрат положите по 1 чайной ложке манной крупы, распределив ее по всей поверхности теста, 2 столовые ложки смешанных яблок, 2 гвоздики, 2 чайные ложки сахара и немного обсушенного изюма. Смажьте края квадратов взбитым яйцом и защипните. С помощью лопатки переложите конвертики на противень так, чтобы они сидели на нем плотно, прижавшись друг к другу. Если у вас осталась начинка, осторожно приоткройте конвертики и распределите фрукты в них. Конвертики можно оставить открытыми или снова защипнуть. Смажьте их оставшимся взбитым белком и посыпьте сахаром. Выпекайте на среднем уровне духовки 50 минут. Подавайте теплыми со сливками, мороженым или заварным кремом (см. с. 62).

Не забудьте предупредить гостей о гвоздичках!

Кстати: при использовании в качестве начинки ежевики, крыжовника, черной смородины или ревеня в каждый конвертик кладите десертную ложку манной крупы, чтобы она впитала излишки сока.



Быстрый рецепт слоеного теста

Опытные шеф-повара и кондитеры называют правильное слоеное тесто — «тысяча слоев» (*millefeuille*). Приготовление этого теста включает в себя многократное раскатывание и складывание теста, создающее воздушные прослойки между его слоями. Это медитативное и благодарное занятие, если у вас есть несколько часов, которые вы готовы ему посвятить, оно даже может нести успокаивающий эффект. Но приготовление слоеного теста не подходит для тех, кто пытается совместить его с массой других дел на кухне и вне ее. Выход есть — существует простой и быстрый рецепт слоеного теста, настолько вкусного и воздушного, что с закрытыми глазами вы даже не сможете определить, сколько слоев в пирожном, которое вы едите: тысяча или всего пятьдесят.

По сути, этот способ немного жульнический — не надо ни сворачивать тесто, ни раскатывать, ни оставлять расстаиваться, вся суета сводится к минимуму. В результате вы получаете домашнюю выпечку, приготовленную из теста на основе масла, которое придает ей необыкновенный вкус и аромат, но в то же время не требует ни затрат во времени, ни, как бы удивительно это ни звучало, большого опыта. Секрет в том, чтобы использовать натертое на терке замороженное масло, смешанное с мукой. Для этого требуется минимум мастерства, а результат превосходит все ожидания.

Что же представляет из себя идеальная выпечка из слоеного теста? Самое главное — она должна быть максимально воздушной и такой легкой, что вам может показаться, что теста там вообще нет. Попробуйте приготовить его по рецепту, который я вам дам. Уверена, вам понравится настолько, что вы тут же приготовите еще пару-тройку порций, чтобы заморозить про запас.

Мука

Это всегда должна быть простая мука, хорошо просеянная через ситечко, которое вы держите высоко над вместительной миской. Я уже не раз говорила об этом, но никогда не будет лишним подчеркнуть, что главным секретом хорошей выпечки является воздух. Просеивание муки как раз и обогащает ее воздухом.

Масло

Так как масло надо натереть на терке, оно должно быть предварительно заморожено. Отмерьте нужное количество, заверните в фольгу и положите кусок в морозилку на 30–45 минут. Слишком мягкое масло трудно натереть должным образом.

Расстаивание

Как и любое другое тесто для выпечки, слоеное должно отдохнуть и расстояться после того, как его замесили. Его следует убрать в полиэтиленовый пакет и положить в холодильник на 30 минут.



Ваше секретное оружие в приготовлении быстрого слоеного теста — замороженное масло и терка...

Выпекание

Из-за высокого содержания масла необходима высокая температура запекания, благодаря которой достигается нужный объем и легкость хрустящих слоев. Обязательно нагрейте духовку, прежде чем начнете печь.

Текстура

Не ждите, что быстрое слоеное тесто поднимется так же сильно, как тесто «с тысячью слоев». Тем не менее оно легкое и пышное и заметно поднимается во время запекания.

Просейте муку в миску и смешайте ее с солью. Достаньте масло, отогните фольгу и, не касаясь масла пальцами — держите за часть куска, закрытую фольгой, — натрите на крупной терке масло в миску с мукой, время от времени обмакивая край масла в муку (благодаря этому оно будет легче скользить по терке). Лопаткой распределите горку масляной стружки по муке — не делайте это руками, постарайтесь с помощью лопатки полностью обвалить масло в муке. Добавьте 2 столовые ложки холодной воды, распределив ее по всей муке. Замесите тесто руками. При необходимости добавьте еще воды, тесто должно с легкостью отставать от стенок миски. Уберите тесто в пакет и охладите в течение 30 минут. Как и другие разновидности теста для выпечки, это тесто хорошо застывает. Если это произошло, дождитесь, пока оно согреется до комнатной температуры, прежде чем раскатывать его на присыпанной мукой поверхности.

Для теста:

110 г сливочного масла;
175 г простой муки;
щепотка соли;
немного холодной воды.
Масло, завернутое в фольгу,
положите в морозилку
на 30–45 минут.



Все, что вам нужно сделать, — это натереть замороженное масло в муку на крупной терке



Как только вы протрете все масло, добавьте воды и перемешайте лопаткой полученную смесь



Наконец, замесите тесто руками, добавив немного воды, если это необходимо

Галеты с помидорами и козьим сыром

Галеты — это тонкие хлебцы, у которых, в отличие от обычных открытых пирожков, нет бортиков. Мне очень нравится сама идея приготовления галет — слой теста очень тонок, он лишь делает их немного хрустящими и становится своеобразным фоном для разнообразных начинок, сладких и пикантных. Варианты начинок бесконечны, ограничены они разве что вашей фантазией. Их можно подавать в качестве закуски, во время ланча, на пикнике или в качестве десерта. Я обычно замораживаю кружки готового теста, переложенные фольгой или бумагой для выпечки, так что их можно разморозить и приготовить в любой момент. Если у вас нет формы для вырезания, можете использовать стакан или блюдо подходящего размера.

В первом рецепте мы используем спелые сочные томаты и твердый козий сыр, например кроттин де шавиньол.

*На 3 порции в качестве ланча
или на 6 порций в качестве
первого блюда:*

быстрое слоеное тесто из 175 г
муки и 110 г сливочного масла
(см. с. 119);
12 средних помидоров;
200 г твердого козьего сыра;
18 больших листьев базилика
(а также 6 небольших листиков
для украшения);
немного оливкового масла;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся 2 противня
размером 35×28 см, слегка
смазанных маслом, и форма
для вырезания диаметром 15 см.

Разогреть духовку до 220 °С.

Приготовьте тесто, как описано на с. 119, охладите его в течение 30 минут в холодильнике. Положите помидоры в горячую воду на 1 минуту, затем снимите с них кожицу. Раскатайте тесто на слегка присыпанной мукой рабочей поверхности в пласт толщиной 3 мм, вырежьте 6 кругов диаметром 15 см, выложите их на противни.

Листья базилика разложите поверх теста. Помидоры порежьте тонкими ломтиками, выложите внахлест по кругу поверх базилика. Козий сыр покрошите на помидоры. Оливковое масло вылейте в блюдо, окуните в него отложенные для украшения листочки базилика и разложите их на сыре, по одному на каждую галету. Выпекайте на верхнем и среднем уровнях духовки 10–12 минут или пока сыр не начнет плавиться.

Подавать галеты лучше теплыми, сразу из духовки, либо предварительно остудить на решетке.

Галеты с сыром фета, шпинатом и кедровыми орешками

Это очень греческая комбинация. Если придерживаться традиций, эту начинку полагается заворачивать в тонкие лепешки. Я же предпочитаю такой вариант — с меньшим количеством теста и гораздо симпатичнее на вид.

Приготовьте тесто, как описано на с. 119, охладите его 30 минут в холодильнике. Листья шпината сложите в кастрюльку, накройте крышкой и поставьте на средний огонь. Потомите в собственном соку 2–3 минуты, пару раз перемешав. Переложите листья в дуршлаг и с помощью блюда отожмите остатки сока, приправьте мускатным орехом.

Раскатайте тесто слоем 3 мм на рабочей поверхности, вырежьте 6 кругов диаметром 15 см и выложите их на противни. Нарежьте шпинат и распределите его по кружкам теста, оставив небольшой отступ от края. Посыпьте шпинат кусочками сыра и орешками. Выпекать галеты необходимо 10–12 минут на верхнем и среднем уровнях духовки. Через 5–6 минут поменять противни местами. Выньте из духовки, посыпьте пармезаном и подавайте теплыми или предварительно остудите на решетке.

На 3 порции в качестве ланча или на 6 порций в качестве первого блюда:

Быстрое слоеное тесто из 175 г муки и 110 г сливочного масла (см. с. 119);

125 г сыра фета, порезанного небольшими кубиками;
225 г молодых листьев шпината;
25 г кедровых орешков;
тертый мускатный орех;
25 г мелко натертого сыра пармезан.

Вам также понадобятся 2 противня размером 35×28 см, слегка смазанных маслом, и форма для вырезания диаметром 15 см.

Разогреть духовку до 220 °С.



Галета с помидорами и козьим сыром (дальняя слева); галета с сыром фета, шпинатом и кедровыми орешками (слева)

Абрикосовые галеты с амаретто

На 6 штук:

быстрое слоеное тесто из 175 г муки и 110 г сливочного масла (см. с. 119);

27 сушеных абрикосов, готовых к употреблению;

6 ч. л. ликера «Амаретто»;

18 ядер миндаля (бланшированных и порезанных тонкими полосками) — необязательно;

6 ч. л. с горкой сахара демерара.

Для украшения:

немного сахарной пудры;

200 мл сметаны.

Вам также понадобятся 2 противня размером 30×25,5 см, слегка смазанных маслом, и форма для вырезания диаметром 10 см.

Сушеные абрикосы лучше всего использовать зимой, летом же они отлично заменяются свежими абрикосами, разрезанными пополам и очищенными от косточек.

Приготовьте тесто, как описано на с. 119, охладите его 30 минут в холодильнике. Раскатайте на слегка присыпанной мукой рабочей поверхности слоем толщиной 3 мм и вырежьте 6 кругов диаметром 10 см. Выложите их на противни, разогрейте духовку до 220 °С.

Разрезав абрикосы пополам, выложите по 9 половинок на каждый кружок теста, посыпанный полосками миндаля. Сбрызните амаретто и посыпьте сахаром демерара. Выпекайте 10–12 минут на верхнем и среднем уровнях духовки до тех пор, пока тесто не пропечется, а абрикосы не покроются карамельной корочкой. Через 5–6 минут поменяйте противни местами. Подавать можно как горячими, посыпав сахарной пудрой и украсив охлажденной сметаной, так и остуженными.

Галеты с яблоками и сливами

На 6 штук:

быстрое слоеное тесто из 175 г муки и 110 г сливочного масла (см. с. 119);

15 полусушеных слив, разрезанных вдоль пополам;

3 небольших красных яблока, очищенных от кожицы;

немного муки для посыпки;

немного молотой корицы;

2 ст. л. жидкого меда;

сливки или сметана для украшения.

Вам также понадобятся 2 противня размером 30×25,5 см, слегка смазанных маслом, и форма для вырезания диаметром 10 см.

Если вам удастся раздобыть особые полусушеные французские сливы из Агены, считайте, что вам повезло. Если нет, подойдет и агенский чернослив без косточек.

Приготовьте тесто, как описано на с. 119, охладите его 30 минут в холодильнике. Раскатайте на слегка присыпанной мукой рабочей поверхности слоем толщиной 3 мм и вырежьте 6 кругов диаметром 10 см. Выложите их на противни, разогрейте духовку до 220 °С.

Разрезав яблоки на 4 части, достаньте семена и разрежьте каждую четвертинку пополам. Выложите на каждый круг из теста 5 половинок сливы и 4 ломтика яблока, посыпав молотой корицей. Поставьте в духовку — на верхний и средний уровни — на 10–12 минут до появления румяной корочки. Через 5–6 минут поменяйте противни местами. Вынув из духовки, пока галеты еще теплые, глазируйте их жидким медом поверх яблок и слив. Подавайте теплыми, украсив сливками или сметаной.

Галеты с припущенными грушами

Эти галеты очень красивы, и я предпочитаю подавать их в качестве десерта по особым случаям. На их приготовление уходит больше времени, чем в предыдущих рецептах, но все равно готовятся они очень просто.

Приготовьте тесто, как описано на с. 119, охладите его 30 минут в холодильнике. В кастрюлю подходящего размера (уложенные набок груши должны свободно помещаться) положите груши, залейте их вином, смешанным с сахаром, добавьте корицу и половину стручка ванили. Накройте крышкой и тушите на маленьком огне 45 минут до мягкости. В середине времени приготовления переверните их на другой бок, чтобы они равномерно прокрасились. Разогрейте духовку до 220 °С.

Раскатав тесто слоем толщиной 3 мм, вырежьте 6 кругов диаметром 10 см и разложите их на противни.

Груши разрежьте пополам, предварительно сделав надрез на плодоножке, прижав ее к твердой поверхности, а затем поставив грушу вертикально. Очистите груши от семян. Каждую половинку разрежьте веером — отступив около 5 мм от плодоножки: острым ножом сделайте вертикальные разрезы на расстоянии 1 см друг от друга по всей длине груши, слегка под углом. Выложите половинки груш на кружки теста, расправив «веер», и запекайте в духовке 10–12 минут на верхнем и среднем уровнях. Через 5–6 минут поменяйте противни местами.

Уварите жидкость, в которой тушились груши, в течение 5 минут на сильном огне, вынув из нее корицу и стручок ванили. Смешайте в чашке крахмал с небольшим количеством холодной воды и добавьте эту смесь в соус, непрерывно помешивая его венчиком. Когда соус загустеет, снимите его с огня и охладите.

Готовые галеты достаньте из духовки и подавайте горячими или холодными, предварительно полив винным соусом.

На 6 штук:

быстрое слоеное тесто из 175 г муки и 110 г сливочного масла (см. с. 119);

3 твердые, не перезрелые груши (очистить от кожицы, но оставить плодоножку);

275 мл красного вина;

25 г сахара;

$\frac{1}{2}$ палочки корицы;

$\frac{1}{2}$ стручка ванили;

1 ч. л. крахмала из клубней маранты.

Вам также понадобятся 2 противня размером 30×25,5 см, слегка смазанных маслом, и форма для вырезания диаметром 10 см.



Сверху вниз: галета с припущенными грушами, галета с яблоками и сливами, абрикосовая галета с амаретто

Тарталетки с грибами и перепелиными яйцами-пашот

На 6 порций:

быстрое слоеное тесто из 175 г муки и 110 г сливочного масла (см. с. 119);
18 перепелиных яиц;
1 порция пенного «Голландеза» (см. с. 71).

Для грибной начинки:

275 г черных грибов;
20 г сушеных белых грибов (замочить в кипящей воде и обсушить);
5 головок лука-шалота (почистить);
25 г сливочного масла;
 $\frac{1}{3}$ целого мускатного ореха (натереть на мелкой терке);
морская соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся 6 смазанных маслом форм для кишей глубиной 1 см, диаметром основания 7,5 см и диаметром верха 9 см, средний противень и форма для вырезания диаметром 10 см.



Это мой вариант одной из самых вкусных закусок, что мне доводилось пробовать. Автор рецепта — Мишель Бурден, шеф-повар престижного лондонского ресторана при «Коннот-отеле». Его вариант рецепта включает вареные перепелиные яйца, но я так не люблю их чистить, что решила сделать яйца-пашот, что значительно сокращает время приготовления. Да и сам Мишель сказал мне, что сначала готовил их именно так. Это не самое простое в приготовлении блюдо, но оно отлично подходит для особых случаев.

Размоченные грибы и лук-шалот измельчите в кухонном комбайне. Растопите масло на сильном огне, добавьте его к грибной смеси вместе с мускатным орехом, солью и перцем. Уменьшите огонь и тушите 20–25 минут, пока не выпарится вся жидкость. Снимите с огня и остудите.

Раскатайте тесто слоем толщиной 3 мм, вырежьте 6 кругов диаметром 10 см и разложите их в формы, выровняв края теста, чтобы они выступали над формой на 5 мм. Проколите основание тарталеток вилкой и поставьте их в холодильник на 30 минут.

Разогрейте духовку до 200 °С. Формы с тарталетками выставите на противень и запекайте на верхнем уровне духовки 15 минут. (Все это можно сделать заранее. Грибную смесь можно хранить в холодильнике, а тарталетки — в воздухонепроницаемом контейнере. Пенный «Голландез» также можно приготовить накануне и хранить при комнатной температуре.)

Наполните среднюю сковороду кипящей водой и приготовьте яйца-пашот. Для этого поставьте воду кипеть на небольшом огне и подготовьте миску с холодной водой. Как только вода в сковороде закипит ключом, надрежьте 6 яиц небольшим зазубренным ножом и осторожно влейте в воду. Поставьте таймер на 1,5 минуты, затем достаньте яйца шумовкой, начиная с первого. Переложите в холодную воду и повторите процесс со следующей партией из 6 яиц.

Разогрейте гриль до максимальной температуры. Поместите тарталетки на противень, накройте фольгой и поставьте под гриль на расстоянии 15 см от нагрева на 5 минут. Разогрейте грибную смесь и наполните ею тарталетки. Сверху положите по три перепелиных яйца-пашот, предварительно промокнув их бумажным полотенцем, а на яйца — по ложке пенного голландского соуса. Снова поставьте тарталетки под гриль — соусу понадобится около 30 секунд, чтобы прогреться и зарумяниться. Выключите гриль, разложите тарталетки на подогретые тарелки и подавайте на стол.

Карамелизированные равиоли с изюмом и миндалем

Восхитительные пирожки с изюмом размером «на один укус», не требующие особых навыков в приготовлении. Если у вас нет специального ножа-колесика для выпечки, можно сделать волнистый край и просто нарезать тесто острым ножом.

Приготовьте тесто, как описано на с. 119, охладите его 30 минут в холодильнике, а затем раскатайте на присыпанной мукой рабочей поверхности в пласт в форме овала. Разрезав пласт теста пополам так, чтобы одна половина была чуть больше второй, сверните меньший кусок в форме прямоугольника размером 30×25,5 см. С помощью скалки перенесите его на противень.

Смажьте поверхность теста взбитым яйцом, а затем, развернув прямоугольник в длину, выложите 5 чайных ложек смеси изюма и орехов вдоль верхнего края овала и продолжайте выкладывать дальше вниз, пока у вас не получится 6 рядов по 5 кучек начинки. Придайте второму куску теста форму прямоугольника размером 32,5×28 см, перенесите его с помощью скалки на противень поверх первого куска с начинкой. Осторожно прижмите пласты теста друг к другу, а затем разрежьте лист на квадраты с помощью колесика для выпечки. Маленькими ножницами сделайте надрезы в каждом квадратике, чтобы мог выходить воздух. Выпекайте в течение 15 минут до золотистой корочки.

Перед подачей разогрейте гриль до максимальной температуры в течение 10 минут. Щедро посыпав равиоли сахарной пудрой, поставьте их под гриль, как можно ближе к источнику нагрева, на 40–60 секунд — пудра карамелизируется. Перед подачей посыпьте равиоли сахарной пудрой, как только они достаточно остынут, чтобы не обжечься, или остудите их и подавайте холодными. Также можно разогреть их и подать на стол позже.

Для 30 штук:

быстрое слоеное тесто из 175 г муки и 110 г сливочного масла (см. с. 119);

200 г смеси изюма, миндаля и сахара;

1 крупное яйцо (взбить);

25 г сахарной пудры, а также еще немного для посыпки.

Вам также понадобится смазанный маслом противень размером 40×30 см и нож-колесико для выпечки.

Разогреть духовку до 200 °С.







6

Пирожные, торты и бисквиты для начинающих

Если вам кажется, что вы не сможете приготовить торт или пирожное, послушайте, что я вам скажу, — теперь точно сможете! Приготовление тортов — это вовсе не хождение по минному полю, как многим кажется. Собственно, вам надо помнить только две вещи: всегда следовать правилам приготовления и всегда следовать рецепту. Приготовление торта — это ни в коем случае не «кинуть-все-в-одну-кастрюлю-и-посмотреть-что-получится», и те, кто хвастается, что никогда не следует рецепту, по-моему, просто бездарные кулинары. Идеальный торт требует пристального внимания к правилам, и, как только вы разберетесь, что к чему, все сразу станет абсолютно понятным.



В приготовлении тортов и пирогов крайне важно, чтобы масло было очень мягким



Способ «все-в-одном» означает, что все ингредиенты следует положить в большую миску...



...и затем взбить миксером в нежную мягкую массу.

А нужен ли повод?

Приготовление торта своими руками в наши дни значит очень многое. Вместо того чтобы покупать что-то безвкусное и неинтересное, приготовленное на фабрике, почему бы не попробовать приготовить настоящий домашний торт? Домашняя выпечка с легкостью создает ощущение комфорта и тепла, само мироощущение улучшается, стоит только вдохнуть аромат, доносящийся из кухни, когда в духовке пекутся коржи.

В своей «Книге о тортах», написанной в 1977 году, я писала: «Торт — символ любви и дружбы. Если вы берете на себя труд испечь торт для семьи или для друзей, они обязательно почувствуют, что их балуют и о них заботятся». С тех пор мое мнение не изменилось. Мне кажется, что самый простой способ научиться печь торты — выучить и усвоить несколько правил.

Пять правил приготовления тортов

- 1 Совершенно необходимо использовать форму подходящего размера.
- 2 Готовьте по проверенным рецептам.
- 3 Тщательно взвешивайте ингредиенты.
- 4 Поставив форму с тестом в духовку, не открывайте дверцу до окончания запекания.
- 5 Убедитесь, что ваша духовка работает правильно.

Размер формы для запекания

99% неудач в запекании коржа для торта происходят из-за того, что неправильно выбрана форма. Многие годы я пытаюсь убедить производителей стандартизировать размеры выпускаемых форм для выпечки, чтобы те, кто, как я, пишет и проверяет рецепты, могли бы использовать единую терминологию, позволяя людям получать полное удовольствие от приготовления тортов и пирожных. К сожалению, до сих пор ничего сделать не удалось, потому что, как мне кажется, для производителей гораздо важнее борьба с конкурентами.

Смотрите сами. Самые популярные коржи для тортов — бисквитные. Казалось бы, все просто: тесто из 3 яиц и 175 г муки следует запекать в форме диаметром 20 см и глубиной 4 см, а тесто из 2 яиц и 110 г муки — в форме диаметром 18 см и той же глубины. В магазинах же нам предлагают формы размером 19 см, 22 см и 19,5 см. Почему? Потому что с точки зрения конкурентноспособной цены производителям выгоднее сделать формы меньшего размера, а значит, и более дешевые. К счастью, некоторые все же производят формы нужного размера, и хотя стоят они не так уж и дешево, но прослужат гораздо дольше, чем дешевые, которые надо менять очень часто.

Глубина формы

Этот показатель также очень важен. Форма должна быть не меньше 4 см глубиной, так как тесто должно подняться в процессе запекания и быть настолько легким и воздушным, насколько это возможно.

Большие формы для запекания

Эти формы купить гораздо проще. Наиболее популярна круглая жестяная форма диаметром 20 см. Помните, что если вы используете прямоугольную форму, то для того же количества теста хватит размера 18 см. Прямоугольная форма всегда должна быть на 2,5 см меньше, чем круглая.

Формы для хлеба

Мода на эти формы изменчива как ветер, и стандарты меняются от одного производителя к другому. К счастью, всегда можно купить старомодные формы, как те, которые я описывала в 4-й главе. Именно их я использую для приготовления кексов и других пирогов в форме буханок. Они бывают большие, 900-граммовые (18,5×11,5×9 см), и маленькие, 450-граммовые (15×9,5×7 см).

Взвешивание

Предположим, у вас есть проверенный рецепт и форма нужного размера. Следующий шаг — тщательно отмерить количество продуктов. Лучше всего использовать обычные весы с разновесом, они прослужат вам всю вашу жизнь и никогда не подведут. Точное количество ингредиентов крайне важно, не пытайтесь приготовить торт, если у вас нет точного указания их веса.

Выстилание формы бумагой

Не важно, используете ли вы формы с антипригарным покрытием или без него, их надо выстелить бумагой для выпекания, которая защитит корж от пригорания и позволит с легкостью извлечь его из формы. Как правильно выстелить форму бумагой, показано на фотографии справа.

Охлаждение готового коржа

После того как вы достали корж из духовки, его надо остудить, что удобнее всего сделать на решетке.

Не вмешивайтесь в процесс!

Одна из главных проблем начинающего кулинара — любопытство. Вы приготовили тесто, вылили его в форму, но вот оно скрывается от вас за дверцей духовки — пусть даже и стеклянной, и вы не видите, что там с ним происходит. Вы нервничаете, переживаете, и вам кажется, что все, что сейчас может вам помочь, — это один быстрый взгляд на пекущийся корж. Не делайте этого! Опуская технические подробности, процесс можно описать так: горячий воздух духовки заставляет пузырьки воздуха в тесте расширяться, а тесто подниматься, превращая его в воздушную и пышную губку. Это происходит на протяжении всего времени выпечки, и, если неожиданно открыть духовку, впуская холодный воздух, процесс прервется — корж сдуется и опадет, превратившись в плотную и жесткую массу. Поэтому *никогда* не открывайте духовку, пока не прошло хотя бы $\frac{2}{3}$ времени выпечки.



Важно, чтобы дно формы было покрыто бумагой для выпечки (пергаментом)



После того как вы выложили массу в форму, выровняйте ее поверхность выпуклой стороной ложки



Вынув пирог из духовки, переверните его и положите на решетку, затем снимите бумагу для выпечки

Как узнать, готов ли корж?

Все время, что я готовлю, начиная с самого первого раза, проверенным способом было воткнуть зубочистку в центр коржа и вынуть ее: если она сухая и чистая — значит, корж полностью пропекся. Впрочем, этот способ никогда не казался мне абсолютно надежным, особенно если в тесто вмешаны кусочки фруктов: если зубочистка натывается на изюминку, трудно ожидать, что она окажется абсолютно сухой. На мой взгляд, лучше всего слегка надавить на центр коржа кончиком пальца — если поверхность тут же расправится, не оставив и следа от надавливания, значит, корж готов, если же нет — пусть постоит еще 5 минут.

Ингредиенты

Так как я стараюсь максимально упростить задачу и сделать приготовление тортов доступным даже новичкам, я включила в книгу лишь рецепты, в которых все ингредиенты смешиваются вместе. Так что об ингредиентах остается сказать не так уж и много, и о них ниже.

Сливочное масло и прочие жиры

Масло должно быть очень мягким (см. с. 128), настолько, чтобы широкая сторона лезвия ножа свободно проходила сквозь него. Поэтому я всегда оставляю масло при комнатной температуре на ночь. На всякий случай не забудьте написать себе записку-напоминание, о которой я уже говорила в 5-й главе. Другие жиры, например маргарин или взбитые растительные жиры, следует достать из холодильника за 30 минут до готовки. При их использовании получается отличное тесто, правда, без аромата сливочного масла.

Мука и добавки для подъема теста

Как правило, большинство тортов готовится из «быстрой» муки, в которой уже содержатся все необходимые добавки, но все рецепты, где смешиваются ингредиенты, требуют некоторой дополнительной помощи, так что в любом случае используется разрыхлитель для теста. Муку всегда следует просеивать, держитечко повыше, — воздух также является одним из важных ингредиентов.

Чтобы выложить округлую форму для выпечки, вырежьте из бумаги для выпечки полосу чуть длиннее длины окружности формы и выше ее на 7,5 см. Загните бумагу на 2,5 см по всей длине, затем сделайте на загибе надрезы под небольшим углом на равном расстоянии друг от друга. Теперь плотно прижмите бумагу к краям формы — обрезанные кончики пойдут внахлест и позволят бумаге аккуратно встать в форму. Наконец, вырежьте из бумаги круг — используйте форму как шаблон — и положите его поверх обрезанных кончиков



Яйца

В приготовлении тортов используются крупные яйца, как и во всех остальных моих рецептах. Если вы храните яйца в холодильнике, не забудьте заранее достать их, чтобы они успели согреться до комнатной температуры, — так их будет проще смешать с другими компонентами теста.

Духовка

Как кулинарный писатель, я стараюсь делиться только абсолютно проверенными рецептами, и, если бы я могла взмахнуть волшебной палочкой и пожелать, чтобы все духовки у моих читателей работали одинаково, это существенно облегчило бы всем жизнь. К сожалению, все духовки разные. Бывают духовки со встроенной или с принудительной вентиляцией, духовки без вентиляции вообще и много-много других. Корж для торта — отличный способ испытать вашу духовку. Если он слишком зарумянивается с одного края, а с другого остается бледным — это не ваша вина, проверьте духовку. Если корж не пропекается или, наоборот, запекается слишком сильно, возможно, у вас неправильно настроен датчик температуры. Помните, несложно проверить духовку, у профессионала на это уйдет всего 5 минут. Кроме того, можно обзавестись отдельным термометром и ставить его в духовку, когда вы разогреваете ее, — он точно покажет, какая там температура. Если что-то не так, все же стоит доверить проверку профессионалам.

Канальные духовки

Следуйте инструкциям производителя. Духовки у плит разных производителей могут отличаться друг от друга, поэтому невозможно дать точное время выпечки для каждой из них. Его следует высчитывать согласно инструкции: в такой духовке температура запекания будет ниже, а время приготовления — немного меньше. Канальные духовки не требуют предварительного разогрева.

Конвекционные духовки

Лично мне они кажутся более удобными. Их следует разогреть в течение 10–20 минут, прежде чем ставить туда форму с пирогом.



Чтобы выложить прямоугольную форму, для начала измерьте длину и ширину формы. Прибавьте к этим измерениям глубину формы, помноженную на два, и вырежьте из бумаги лист таких размеров. Поставьте форму в центр полученного прямоугольника и сделайте надрезы под прямым углом от края бумаги до уголков формы. Смажьте форму маслом и выложите в нее бумагу, загибая края бумаги по углам, чтобы она лучше облегла края формы. Для дна формы вырежьте прямоугольник, используя саму форму в качестве шаблона, и положите поверх первого слоя бумаги

Классический бисквитный торт с начинкой из маракуйи



На 8 порций:

Для бисквита диаметром 20 см:

175 г «быстрой» муки;
1 ч. л. разрыхлителя для теста;
3 крупных яйца;
175 г очень мягкого масла;
175 г золотистого сахара;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. экстракта ванили;
немного сахарной пудры
для посыпки.

Для начинки:

6 плодов маракуйи;
250 г маскарпоне;
200 мл мягкого нежирного сыра;
1 дес. л. золотистого сахара;
1 ч. л. экстракта ванили.

Вам также понадобятся
2 смазанные маслом и выстеленные
бумагой для выпечки формы
для бисквита диаметром 20 см.

Разогреть духовку необходимо
до 170 °С.

Этот торт можно испечь и в форме размером 18 см в диаметре — для этого приготовьте тесто из 2 яиц и 110 г муки и такого же количества масла и сахара. Коржи можно прослоить сливками или джемом. Летом для начинки отлично подойдут мягкие фрукты, а зимой — маракуйя. Благодаря ей будет чувствоваться тот самый контраст резкой, ароматной и немного кислой начинки с насыщенностью бисквита и сливок, который подчеркивает вкус торта.

Возьмите большую миску, смешайте муку и разрыхлитель в ситечке и просейте их в миску. Добавьте остальные ингредиенты и взбейте миксером в однородную смесь. В отсутствие миксера это можно сделать деревянной ложкой. Получившаяся смесь должна легко стекать с ложки, если постучать ею о край миски. Если вам кажется, что смесь слишком густая, можно добавить немного воды и еще раз перемешать.

Разлейте тесто в формы и запекайте 30–35 минут на среднем уровне духовки. Не открывайте духовку раньше, чем пройдет хотя бы 30 минут. Чтобы проверить, готовы ли коржи, надо слегка надавить пальцем в центре — готовый корж расправится, не оставив следа от нажатия.

Достаньте коржи из духовки и подождите 5 минут, затем осторожно достаньте из форм, выложите на решетку, пока не остынут. Осторожно снимите бумагу — удобнее всего сначала немного зацепить ее, а затем стянуть с коржа, не приподнимая ее над его поверхностью.

Когда коржи полностью остынут, выложите начинку.

Плоды маракуйи разрежьте пополам и чайной ложкой извлеките из половинок мякоть, семена и сок в отдельную миску. В другой миске взбейте венчиком маскарпоне, мягкий сыр, сахар и ванильный экстракт. Добавьте к этой смеси $\frac{2}{3}$ мякоти маракуйи и перемешайте. Один из коржей положите на тарелку, намажьте половиной крема, на крем выложите остатки мякоти фруктов и вторую половину крема. Накройте вторым коржом, осторожно прижав его, чтобы крем слегка проступил наружу, и посыпьте торт сахарной пудрой.

Сладкий хлеб с бананами и грецким орехом

Этот вкусный и сочный пирог отлично хранится и подходит для пикников или ланчей вне дома. Толстые ломтики пирога, политые топлеными сливками, — отличное летнее блюдо.

Как только духовка согреется, высыпьте орехи на противень и 7–8 минут поджаривайте их в духовке (поставьте таймер, чтобы не забыть о них). Слегка остудите их и порежьте крупными кусочками. 3 банана очистите и вилкой раздавите в пюре, 1 банан порежьте небольшими кубиками (1 см) в отдельную миску.

В большую миску просейте муку, соль, разрыхлитель, корицу, смешайте и добавьте все остальные ингредиенты, кроме порезанного кубиками банана и орехов. Миксером взбейте смесь до однородности — сначала 30 секунд на низкой, а затем на максимальной скорости. Добавьте банан и орехи, осторожно перемешав лопаткой. Возможно, понадобится добавить немного молока, чтобы смесь была достаточно жидкой, чтобы свободно стекать с ложки.

Вылейте тесто в форму, выровняв ложкой, и посыпьте сахаром демерара. Выпекайте на среднем уровне духовки около $1\frac{1}{4}$ — $1\frac{1}{2}$ часа, проверьте готовность, нажав на пирог. Достав из духовки, дайте постоять 5 минут в форме, а затем достаньте из нее и остудите на решетке. Подавать хлеб лучше остывшим.



На 8 порций:

4 средних банана;
175 г очищенных грецких орехов;
щепотка соли;
1 ч. л. разрыхлителя для теста;
1 ч. л. молотой корицы;
110 г простой муки;
110 г цельнозерновой муки;
тертая цедра 1 апельсина;
тертая цедра 1 лимона;
110 г сливочного масла комнатной температуры;
175 г коричневого сахара;
2 крупных яйца.

Для посыпки:

1 ст. л. сахара демерара.

Вам также понадобится
900-граммовая форма для хлеба,
слегка смазанная маслом.

Разогреть духовку до 180 °C.



Австрийский кофейно-ореховый торт с кофейным кремом

Это бесовски сочный и ароматный торт. Во-первых, кофе и грецкие орехи прекрасно сочетаются друг с другом; во-вторых, торт пропитывается нежнейшим кофейным кремом, и в-третьих, вас порадует пропитанный кофейным сиропом влажный бисквит.

Поджарьте орехи — выложив их на противень и поместив в духовку на 7–8 минут. Отложите 10 половинок для украшения, а остальные мелко порежьте. В большую миску просейте муку, смешанную с разрыхлителем. Добавьте остальные ингредиенты, кроме кофе и орехов, и взбейте миксером до получения гладкой однородной массы. Добавьте кофе и орехи, хорошо перемешав. В отсутствие миксера можно смешать тесто деревянной ложкой.

Масса должна быть достаточно жидкой, чтобы свободно стекать с ложки, если постучать ею о край посуды. Если тесто слишком густое, можно добавить немного воды. Распределите тесто по формам, запекайте 30 минут на среднем уровне духовки.

Пока пекутся коржи, вы успеете приготовить сироп и крем. Для сиропа смешайте кофе с сахаром в жаропрочной посуде, добавьте кипящую воду и размешайте до полного растворения кофе и сахара. Для приготовления крема соедините все ингредиенты, кроме половинок орехов, в миске и размешивайте до однородности. Накройте миску пленкой и поставьте в холодильник.

Когда коржи будут готовы, достаньте их из духовки и, не вынимая из противней, проколите шпажкой. Тщательно полейте сиропом и оставьте пропитываться и остывать прямо в противнях. Полностью остывшие коржи осторожно достаньте из противней и снимите с них бумагу — один из коржей лучше всего сразу выложить на блюдо, на котором торт будет подаваться на стол. Смажьте корж половиной крема, накройте вторым и украсьте его оставшимся кремом. Сверху выложите половинки грецкого ореха. До подачи на стол храните торт в холодильнике или в прохладном месте.

На 8 порций:

Для бисквита:

1 $\frac{1}{2}$ ст. л. растворимого кофе
(смешать с 2 ст. л. горячей воды);
75 г половинок грецкого ореха;
175 г «быстрой» муки;
1 $\frac{1}{2}$ ч. л. разрыхлителя для теста;
175 г мягкого масла;
175 г золотистого сахара;
3 крупных яйца.

Для сиропа:

1 ст. л. растворимого кофе-эспрессо;
50 г сахара демерара;
55 мл горячей воды.

Для крема и украшения:

1 ст. л. растворимого кофе-эспрессо;
1 ст. л. золотистого сахара;
10 половинок грецкого ореха, оставшихся от приготовления бисквита;
250 г маскарпоне;
200 мл мягкого сыра 8%-ной жирности.

Вам также понадобятся 2 противня размером 20 см и 4 см глубиной, слегка смазанных маслом и выстеленных бумагой для выпечки.

Разогреть духовку до 170 °С.

Слоеный торт со свежим кокосом



На 8 порций:

75 г свежей мякоти кокоса,
натертой на терке;
175 г быстрой муки;
1 ч. л. разрыхлителя для теста;
3 крупных яйца;
175 г очень мягкого масла;
175 г золотистого сахара;
1 ч. л. ванильного экстракта.

Для кокосового крема:

40 г мякоти кокоса, натертой
на терке;
250 г маскарпоне;
200 мл мягкого сыра;
1 ч. л. ванильного экстракта;
десертная ложка золотистого
сахара.

Для украшения:

50 г крупно потертой мякоти
кокоса.

Вам также понадобятся 2 противня
размером 20 см и 4 см глубиной,
слегка смазанных маслом
и выстеленных бумагой
для выпечки.

Разогрейте духовку до 170 °C.

Определяющим словом в названии этого торта является «свежий». Если вам когда-нибудь приходилось пробовать торты, посыпанные сухой кокосовой стружкой, я открою вам новый мир. Свежая мякоть кокоса очень сочная, мягкая, слегка кислая на вкус и обладает восхитительным ароматом. Она отлично подходит для этого торта.

Очистите кокос — просверлите штопором 3 отверстия и слейте все молоко. Поместите кокос в пакет и положите на твердую поверхность, например на каменный пол. Ударьте по кокосу тяжелым молотком — скорлупу будет не так уж сложно разбить. Вынув кокос из пакета, с помощью ножа подденьте скорлупу и очистите орех. С помощью овощечистки снимите внешний слой с ядра ореха. Кокосовую мякоть удобнее всего измельчать с помощью специального диска в кухонном комбайне.

Просейте муку, смешанную с разрыхлителем, в большую миску. Добавьте все остальные ингредиенты, кроме кокосовой стружки, и с помощью миксера или деревянной ложки смешайте до однородности. Получившееся тесто должно свободно стекать с ложки, если постучать ею о край миски. Если тесто слишком густое, добавьте немного воды. Аккуратно вмешайте кокосовую стружку, распределите тесто по противням и выпекайте 30–35 минут на среднем уровне духовки. Проверить готовность коржей можно, слегка надавив пальцем на их центр.

Выньте коржи из духовки, дайте постоять еще 5 минут в противнях, а затем переверните на решетку. Осторожно снимите бумагу. Когда коржи полностью остынут, острым ножом разрежьте каждый горизонтально на два коржа потоньше.

Для крема взбейте все ингредиенты в отдельной миске. Затем положите один из коржей на блюдо, смажьте тонким слоем крема (примерно $\frac{1}{5}$ общего объема), накройте следующим коржом и повторите процедуру. Оставшимся кремом смажьте верх и бока торта, посыпьте тертым кокосом.



Низкокалорийный морковный пирог

Морковные пироги я пеку уже очень давно, от случая к случаю слегка совершенствуя собственный рецепт. В прошлом году я решила попробовать испечь его низкокалорийный вариант, честно говоря, не особо рассчитывая на успех. Теперь это один из моих любимых рецептов, а также один из самых простых и быстрых в приготовлении пирогов, что я знаю.

На 12 порций:

175 г темного тростникового сахара;
2 крупных яйца;
120 мл подсолнечного масла;
200 г цельнозерновой «быстрой» муки;
1 $\frac{1}{2}$ ч. л. соды;
3 ч. л. смеси специй;
тертая цедра 1 апельсина;
200 г очищенной и крупно натертой моркови;
175 г изюма.

Для украшения:

250 г кварка (мягкого сыра из обезжиренного молока);
20 г сахара;
2 ч. л. ванильного экстракта;
1 ч. л. молотой корицы (и еще немного для посыпки).

Для пропитки:

сок $\frac{1}{2}$ небольшого апельсина;
1 дес. л. лимонного сока;
40 г темного тростникового сахара.

Вам также понадобится выстеленная бумагой прямоугольная форма для выпечки с антипригарным покрытием, с размером основания 16×25,5 см и верха 18×26,5 см и глубиной 4 см.

Разогреть духовку до 170 °С.

В течение 2–3 минут взбивайте миксером сахар, яйца и масло в миске. Туда же просейте муку, соду и специи, добавив в смесь все отруби, оставшиеся в ситечке, тщательно перемешайте. Вмешайте цедру, морковь и изюм. Перелейте тесто в подготовленную форму и запекайте 35–40 минут на среднем уровне духовки, пока корж не станет пышным и упругим при нажатии.

Для украшения смешайте все ингредиенты в миске до образования легкой воздушной массы, накройте пленкой и уберите в холодильник минимум на 1–2 часа или до момента подачи пирога на стол.

Приготовьте пропитку, смешав лимонный и апельсиновый соки, добавив сахар. Как только пирог будет готов, проткните корж в нескольких местах шпажкой и полейте его получившимся сиропом. Оставьте корж остывать в форме, чтобы сироп полностью впитался. Остывший корж достаньте из формы, украсьте кремом, разрежьте на 12 частей и посыпьте небольшим количеством корицы.



Пряный яблочный кекс с ореховой посыпкой

Я решила включить этот рецепт в книгу, потому что продолжаю получать от людей письма, в которых они жалуются, что не могут испечь кекс. Могу сказать им только одно: золотое правило приготовления кексов — лучше перемешать недостаточно, чем переусердствовать. Усвоив его, вы начнете считать кексы одним из самых простых в приготовлении десертов. Что касается этого рецепта, то летом яблоки вполне можно заменить на 350 г свежих абрикосов, очищенных от косточек и порезанных на кусочки, а осенью — на 350 г порезанных слив без косточек. В обоих случаях имеется в виду вес без косточек. Из получившегося количества теста можно сделать 24 маленьких или 12 больших кексов, которые запекаются 20 и 30 минут соответственно.

Растопите масло на слабом огне. Просейте в миску все сухие ингредиенты — муку, разрыхлитель, корицу, гвоздику и мускатный орех. В другой миске взбейте яйца с молоком и сахаром, добавьте растопленное масло, тщательно перемешайте. Поверх яичной смеси повторно просейте сухие ингредиенты (двойное просеивание — это общее правило для приготовления смеси для кексов), быстро перемешайте — как можно меньшим количеством движений. Не обращайте внимания на то, что смесь выглядит комковатой, несмотря на это, из нее получится пышный и воздушный кекс. Добавьте порезанные яблоки и переложите в форму, выровняв поверхность.

В той же миске приготовьте посыпку. Смешайте муку, сахар и корицу, добавьте масло и вотрите его кончиками пальцев в мучную смесь до образования комочков. Добавьте орехи и холодную воду, слегка перемешав. Распределите смесь по поверхности пирога, выпекайте на среднем уровне духовки около 1 часа 15 минут. Остудите кекс в течение 30 минут, не вынимая его из формы, затем снимите бортики, с помощью лопатки отделите кекс от дна формы и переложите его на решетку для дальнейшего остывания. Перед подачей можно украсить его взбитыми сливками, сметаной или ванильным мороженым.



На 10–12 порций:

350 г зеленых яблок (очищенных от шкурки и семечек и порезанных небольшими кубиками);
110 г сливочного масла;
275 г обычной муки;
1 ст. л. плюс 1 ч. л. разрыхлителя для теста;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. соли;
1 ч. л. с горкой молотой корицы;
1 ч. л. молотой гвоздики;
 $\frac{1}{2}$ цельного мускатного ореха, натертого на терке;
2 крупных яйца;
75 г золотистого сахара;
175 мл молока.

Для ореховой посыпки:

50 г орехов пекан (крупно порезать);
75 г «быстрой» муки;
75 г сахара демерара;
1 ч. л. молотой корицы;
25 г мягкого сливочного масла;
1 ст. л. холодной воды.

Вам также понадобится слегка смазанная маслом разъемная форма диаметром 23 см, выложенная бумагой для выпечки.

Разогреть духовку до 190 °С.

Рождественский кекс с ирландским виски

Если вы никогда раньше не пекли рождественский пирог, этот рецепт — именно то, что вам нужно. Он чрезвычайно прост, и вы не разочаруетесь в результате. Мне больше нравится тонкий слой марципана и глазури, а аромат виски просто кружит голову. Рецепт рассчитан на приготовление маленьких кексов. Если вы хотите сохранить кекс на некоторое время, дайте марципану полностью высохнуть в течение недели (накрыв кекс чистым полотенцем) и только потом готовьте глазурь.

Для 4 квадратных кексов размером 10 см или для 1 кекса размером 20 см.

Для предварительного замачивания:

275 мл ирландского виски;
1 $\frac{1}{2}$ ч. л. горькой настойки «Ангостура»;
450 г изюма;
225 г смородины;
110 г чернослива без косточек;
50 г засахаренной вишни;
50 г неотбеленного миндаля;
110 г смеси цукатов;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. молотой корицы;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. тертого мускатного ореха;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. молотой гвоздики;
1 $\frac{1}{2}$ ч. л. ванильного экстракта;
1 ст. л. сахара;
тертая цедра 1 апельсина;
тертая цедра 1 лимона;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. соли.

Для кекса:

250 г «быстрой» муки;
250 г сахара демерара;
250 г мягкого несоленого сливочного масла;
5 крупных яиц;
1 ст. л. с горкой абрикосового джема;
1 ст. л. ирландского виски.

За неделю до приготовления кекса отмерьте нужное количество виски и горькой настойки, добавьте 3 столовые ложки воды и смешайте все в большой миске. Крупно порезав чернослив, вишню и миндаль, мелко нашинковав цукаты, выложите в алкогольную смесь вместе с остальными ингредиентами для замачивания, утрамбуйте. Вскипятите на небольшом огне и оставьте кипеть без крышки на 15 минут. Остудив, перелейте смесь в кувшин с крышкой или пластиковый контейнер, оставьте смесь настаиваться в течение 7 дней, время от времени встряхивая посуду.

Для приготовления кекса разогрейте духовку до 140 °С (при использовании газовой духовки, выпущенной после 1992 года, необходим разогрев до 150 °С).

Смешайте муку, сахар и масло в большой миске, добавьте яйца и тщательно перемешайте венчиком или деревянной ложкой до однородности. Постоянно размешивая, постепенно добавляйте смесь фруктов. Выложите смесь в подготовленную форму, выровняв ее ложкой. Выпекайте на среднем уровне духовки в течение 3 часов, не открывая дверцу духовки. Затем накройте кекс двойным слоем пекарской бумаги и верните в духовку еще на 30 минут или до того, как поверхность станет упругой.

Остудите кекс в течение 45 минут, не вынимая его из формы, а затем выложите на решетку и дайте остыть полностью. Заверните в двойной слой пекарской бумаги, затем в фольгу и храните в воздухонепроницаемом контейнере.

Для завершения приготовления кекса разрежьте его острым ножом на 4 части, чтобы получилось 4 квадрата размером 10 см. Помешивая, нагрейте джем с виски в небольшой кастрюльке, чтобы растворились все комочки. Кисточкой нанесите смесь на каждый кусок кекса. От куска марципана отрежьте четверть, раскатайте на поверхности, присыпанной сахарной пудрой, в квадрат размером 20 см, разрежьте его на 4 части. Выложите каждый квадрат на кусок кекса, слегка прижав. Поделите оставшийся марципан пополам и раскатайте обе половины в полосы размером 15×40 см. Разрезав каждую полосу пополам, оберните ими куски кекса, зашипите стыки с верхними кусками марципана.

Для глазури просейте сахарную пудру. В большой миске смешайте белок с сахарным сиропом (или патокой) и тщательно перемешайте миксером. По столовой ложке добавляйте сахарную пудру, не переставая смешивать. Как только смесь начнет крошиться, добавьте столовую ложку виски и продолжайте добавлять пудру, пока смесь не загустеет. Добавьте еще одну столовую ложку виски, оставшуюся пудру и виски. Тщательно перемешайте до однородности.

Разделите глазурь на 4 части и с помощью лопатки обмажьте кусочки кекса поверх марципана. Чтобы масса легко распределялась, лопатку можно время от времени смачивать в кипящей воде. Для украшения окуните лопатку в кипяток и нарисуйте завитки на глазури. Оставьте сохнуть на ночь. Для хранения заверните каждый кусок в пекарскую бумагу, затем в фольгу и положите в воздухо-непроницаемый контейнер.

Для декорирования кексов вам понадобится 4 отрезка ленты, каждый длиной 1,2 метра и шириной 4 см, — осторожно оберните кексы лентой и завяжите бант.



Для глазури:

500 г марципана (куском);
570 г нерафинированного мелкого сахара;
белок 1 крупного яйца;
1 дес. л. сахарного сиропа
или черной патоки;
2 1/2 ст. л. ирландского виски.

Вам также понадобится смазанная маслом квадратная форма для кекса глубиной 10 см, выложенная двойным слоем бумаги для выпечки.

Чтобы украсить кекс размером 20×20 см, возьмите кусок марципана и разрежьте его на 4 части, затем каждую из них раскатайте в квадрат со стороной 20 см. Оставшиеся куски раскатайте в полоски размером 7,5×40 см, чтобы облепить ими боковые стороны кекса. Чтобы украсить кекс, возьмите ленту 2 м в длину и 4 см в ширину

Ирландский чайный хлеб

Трудно поверить, что эта простая на вид буханочка оказывается такой вкусной. Когда мы проверяли рецепты, этот хлеб испарился быстрее всего — каждый хотел получить еще кусочек. Он хорош как сам по себе, так и намазанный маслом, и особенно вкусен в поджаренном виде. Из указанного в рецепте количества продуктов получается 2 небольшие буханки, так что вторую можно просто заморозить и оставить про запас.



Накануне вечером выложите все фрукты, включая цукаты, в миску и залейте на ночь свежесваренным чаем с сахаром.

На следующий день разогрейте духовку до 170 °С, выложите орехи на противень и поджаривайте 6–8 минут в духовке (лучше засечь время по таймеру, орехи легко пригорают), остудите и покрошите крупными кусочками. Яйцо, взбитое с молоком, добавьте к фруктам. Просеяв в эту же миску муку, добавьте поджаренные орехи и тщательно перемешайте. Разделите смесь на 2 части, разложите в подготовленные формы и запекайте на центральном уровне духовки 1¼ – 1½ часа. С помощью лопатки достаньте хлеб из форм и выложите на решетку до полного остывания.

Наберитесь терпения, как только он остынет, вы сможете его наконец-то попробовать!

На 2 буханки:

225 г черного изюма;
225 г смородины;
225 г белого изюма (султана);
110 г цукатов (порезать маленькими кусочками);
225 г сахара демерара;
275 мл чая лапсанг сушонг, «Эрл Грей» или другого;
110 г орехов пекан;
1 крупное яйцо (слегка взбить с 2 столовыми ложками молока);
450 г «быстрой» муки.

Вам также понадобятся две 950-граммовые формы, выложенные бумагой для выпекания.



Шоколадное печенье с миндалем

Хотя сейчас можно купить самое разное и весьма качественное печенье и бисквиты, ничто не может сравниться с печеньем, приготовленным дома. К тому же печенье из этого рецепта такое простое, что с ним справится даже новичок. Обычно я использую для него горький шоколад, но если вы печете его для детей, отлично подойдет шоколадная крошка.

Острым ножом покрошите шоколад на небольшие кусочки размером примерно 5 мм. Смешайте в кастрюле масло, сахар и патоку, поставьте на медленный огонь на 2–3 минуты и, не доводя до кипения, перемешайте до однородной массы и снимите с огня. Орехи порежьте небольшими кусочками того же размера, что и шоколад. В большую миску просейте муку, добавив соль и овсяные хлопья, а также половину орехов и шоколада. Быстро перемешайте и добавьте масляную смесь. Сначала деревянной ложкой, а затем руками замесите тесто. Если оно кажется вам слишком сухим, можно добавить немного холодной воды.

Половину теста поделите на 9 шариков размером с крупный грецкий орех, выложите их на рабочую поверхность и осторожно расплющите в лепешки примерно 6 см в диаметре. Посыпьте оставшимися орехами и шоколадом, слегка прижав их, чтобы вдавить в тесто. Выложите печенье на противень так, чтобы между ними оставалось место, запекайте на среднем уровне духовки 15 минут. За это время подготовьте второй противень печенья. Готовое печенье остудите сначала 10 минут на противне, а затем переложив на решетку.

Печенье можно хранить в закрытом пластиковом контейнере, если, конечно, от него что-нибудь останется!

Варианты печенья

Для *печенья с абрикосами и орехами пекан* возьмите 50 г кураги и 40 г орехов пекан, порезанных так же, как миндаль и шоколад в основном рецепте.

Для *печенья с вишней и миндалем* возьмите 50 г сушеной вишни и 40 г миндаля, порезанного пластинками.

Для *орехового печенья с изюмом* возьмите 50 г изюма и 40 г лесных орехов.

На 18 штук:

50 г темного шоколада
(75% какао);
110 г сливочного масла;
75 г сахара демерара;
1 дес. л. светлой патоки;
40 г неотбеленного миндаля;
110 г «быстрой» муки;
щепотка соли;
110 г овсяных хлопьев.

Вам также понадобятся 2 противня размером 35×28 см, смазанные арахисовым маслом (или любым другим маслом без запаха).

Разогрейте духовку до 170 °С.



Сверху вниз: шоколадное печенье с миндалем, печенье с абрикосами и орехами пекан, печенье с вишней и миндалем





7

Соусы на основе муки и жидкое тесто

Что бы вы ни готовили, не дайте приготовлению соуса ввести вас в ступор. Почему люди традиционно так боятся готовить соусы, сказать трудно, как бы то ни было, пора отринуть этот страх! А заодно и химические смеси из пакетиков, которые почему-то именуют себя соусами. Поэтому хватит думать: «слишком жидкий» или «слишком густой» и, хуже того, «комочки!» — возьмите себя в руки и научитесь получать удовольствие от приготовления и использования в разных блюдах прекрасных соусов тогда, когда вам самим того захочется.

Вообще соусы — обширный предмет, включающий в себя огромное количество различных способов и подходов (см. например, «Голландез» на с. 70 и традиционный английский заварной крем на с. 62). В этой главе мы коснемся приготовления соусов на основе муки, которые станут для вас отличной основой, от которой можно отталкиваться в дальнейших кулинарных экспериментах.

Работайте локтями!

Не знаю, ассоциируется ли у вас это выражение, как и у меня, с приготовлением соусов, но могу сказать точно — оно отлично его описывает. Когда мука, жир и жидкость соединяют вместе и нагревают, их надо очень интенсивно мешать. Как я уже говорила в главе о выпечке, сигналы вашим рукам подает мозг, и это сигнал быть либо осторожнее, либо настойчивее. В случае с соусами — второе; чем интенсивнее вы мешаете, тем лучше. Что касается соусов на основе муки, как только вы усвоите это нехитрое правило, все будет в ваших руках — в конечном итоге все решает перемешивание. Обучение должно начинаться с решения: я буду делать, как говорит Делия, и мешать как сумасшедший!

Комочки в прошлом!

Следует признать, у мучных соусов дурная слава. Я хорошо помню, как несколько лет назад Анна Робинсон в передаче «Точки зрения» на канале BBC несколько раз демонстрировала сюжет о шеф-поваре, готовящем ужасный белый соус комками. Это было действительно смешно, потому что одновременно с этим он рассказывал, какой гладкий и однородный у него получается соус. Могу ему только посочувствовать. Я прекрасно представляю себе ужасы съемки кулинарных шоу, как, например, когда режиссер командует «Мотор!», а плита еще не нагрелась до нужной температуры. Очень жаль, что режиссеру в такие моменты не приходится в голову посмотреть на экран. Но приготовление соуса дома совершенно не так ужасно, как на телевидении, — комочки полностью под вашим контролем.

В приготовлении классического белого соуса, равно как и в приготовлении других соусов на основе муки, следует помнить только одно правило, кроме интенсивного перемешивания, — содержание жира. Именно соединение жира и муки обеспечивает однородность соуса, поэтому никогда не пытайтесь смешать муку с жидкостью, если в смеси отсутствует жир, именно из-за этого и образуются комки.

Одним словом, как только вы усвоите эти правила, вы сможете готовить однородные соусы без комков. Что же делать, если вас отвлекли или вы пренебрегли правилами? Не забывайте, что существуют ситечки.

Итак, давайте рассмотрим некоторые правила. Существует три способа приготовления белого соуса.

1 «Метод ру»

Ру — это французское обозначение смеси муки и масла, формирующей основу для классического белого соуса бешамель. Масло растапливается в сковороде, в него подмешивается мука, превращаясь в гладкую, жирную пасту, а затем при непрерывном помешивании понемногу добавляется жидкость. Это единственный способ приготовить соус из горячей жидкости, которую можно добавить в муку, предварительно смешав ее с жиром. Таким образом, если вы хотите приготовить соус, используя горячую жидкость — рыбный или овощной бульон, подогретое молоко, — используйте способ ру.

2 «Метод все-в-одном»

Если жидкость холодная, вы можете просто поместить все ингредиенты — масло, муку и жидкость — в кастрюлю и, интенсивно помешивая, нагревать, пока соус не начнет густеть. К тому моменту, как соус прогреется, масло уже смешается с мукой достаточно, чтобы не образовались комки. Готовый соус будет однородным и абсолютно идентичным соусу, приготовленному по методу ру.

3 Обезжиренный мучной соус без комков

Да, бывает и такое. Впервые в истории кулинарии у нас есть абсолютно новый и необычный способ приготовления белого соуса, некоторым образом влияющий на все ранее известные правила. Он делается на основе особой «муки для соусов», изобретенной одним очень умным мельником, который видел по телевизору мою передачу о том, как важен жир, чтобы избежать появления комков. Он выяснил, из-за чего именно в соусе образуются комки, а затем создал особую муку, которой не нужно присутствие жира и которую уже можно купить в супермаркетах. Он отправил мне несколько образцов для проверки, и действительно, с помощью этой муки можно приготовить соус по методу «все-в-одном» совершенно без использования масла. Это отличная новость для тех, кто придерживается низкокалорийной диеты.

Конечно, именно масло придает классическому белому соусу насыщенность и сливочный аромат, но хорошо, что при необходимости можно приготовить соус без него — это огромный прорыв в кулинарии. Теперь вы можете приготовить сливочный, гладкий, словно шелк, белый соус из обезжиренного молока и муки, не добавляя ни капли масла. Это просто поразительно!



Какую кастрюлю выбрать?

Этот вопрос мучил меня годами. Следует признать, что приготовление белого соуса — лучшая проверка для кастрюли. Почему?

Потому что то, что вам нужно, — это кастрюля, в которой соус не прикипит к стенкам. Если это произойдет, то по мере того как вы будете его перемешивать, крошечные кусочки прилипшего и затвердевшего соуса будут отделяться от стенок и попадать в общую массу. Долгие годы я искала идеальную кастрюльку и наконец нашла — настоящую жемчужину. С тех самых пор, когда я увлеклась кулинарией, я всегда знала, что алюминиевая посуда с толстым дном лучше всего сохраняет тепло, а теперь, к счастью, ее еще и признали абсолютно безопасной.

Именно такие кастрюльки и оказались идеальными для приготовления соусов. Они не слишком дорогие и хотя и не всегда привлекательные, но очень и очень удобные и долговечные.

Как долго готовится соус на основе муки?

Когда вы используете в приготовлении соуса муку, он, хотя и загустевает достаточно быстро, должен готовиться еще некоторое время, иначе вы рискуете получить привкус сырой муки. Следует помнить, что всем подобным соусам требуется не менее 5 минут, чтобы приготовиться, за исключением случаев, когда вы используете его в приготовлении какого-либо блюда в духовке, например лазаньи. В этом случае время приготовления можно сократить до 2–3 минут.

Можно ли приготовить этот соус заранее?

Да, конечно, можно, но следует обратить внимание на несколько моментов. Когда соус готов, его надо закрыть пленкой прямо над поверхностью, чтобы избежать появления корочки, и либо не дать ему полностью остыть, поместив емкость с соусом над кастрюлькой с кипящей водой на малом огне, либо, если вы готовите его сильно заранее, перед использованием разогреть его тем же способом. Пленку не следует снимать вплоть до подачи соуса на стол. Если вы обнаружите, что он слишком загустел, это легко исправить, добавив немного жидкости — молока, бульона или сливок, чтобы вернуть его правильную консистенцию.

На правой странице, сверху направо по часовой стрелке, начиная с верхнего правого: обезжиренный белый соус, белый соус «все-в-одном», ру



Классический белый соус «Бешамель»

Это классический способ приготовления белого соуса по «методу ру».



Для 425 мл:

425 мл молока;
несколько стеблей петрушки;
1 лавровый лист;
щепотка сухой шелухи мускатного
ореха (необязательно);
10 горошин черного перца;
1 ломтик лука толщиной 5 мм;
40 г сливочного масла;
20 г простой муки;
соль, свежемолотый черный перец.

Налейте молоко в небольшую кастрюльку, добавьте стебли петрушки, лавровый лист, шелуху мускатного ореха, черный перец горошком и лук. Доведите до кипения на маленьком огне и продолжайте нагревать еще 5 минут. Сняв кастрюльку с огня, процедите молоко в чистую посуду.

Молоко со специями можно вскипятить заранее, но в дальнейшем для соуса лучше вымыть и использовать ту же самую кастрюльку. Растопите сливочное масло, не допуская, чтобы оно перегрелось или поменяло цвет, так как это отразится на цвете и аромате готового соуса. В растопленное масло добавьте муку и, непрерывно помешивая деревянной лопаткой, доведите на среднем огне до однородного состояния. Продолжая быстро помешивать, небольшими порциями (ок. 25 мл за раз) добавляйте процеженное молоко. Когда половина объема молока будет добавлена, возьмите венчик и, перемешивая соус им, постепенно добавьте оставшееся молоко (порции можно увеличить). В результате должен получиться гладкий, блестящий сливочный соус.

Уменьшив огонь до минимума, готовьте соус еще 5 минут, время от времени помешивая венчиком. Добавьте по вкусу соль и свежемолотый черный перец. Чтобы сохранить соус теплым, перелейте его в кувшин, закройте пленкой и поставьте в емкость с горячей водой.

Белый соус по методу «все-в-одном»

Золотое правило приготовления соуса по этому способу, как уже говорилось ранее, — использовать холодное молоко. Так что, если вы используете молоко со специями, перед тем как добавлять его, дождитесь, чтобы оно остыло.

Для 425 мл:

425 мл холодного молока
(приготовление со специями
см. на с. 150);
20 г простой муки;
40 г сливочного масла;
соль, свежемолотый черный перец.

Для приготовления соуса вылейте молоко в кастрюльку, добавьте муку и масло, доведите все до кипения, постоянно помешивая венчиком. Когда соус загустеет и станет однородным и блестящим, уменьшите огонь до минимума и готовьте еще 5 минут. Добавьте соль и перец по вкусу.

Классический белый соус «Бешамель»



Сырный соус

Для приготовления этого соуса можно использовать любой сыр. Если вам хочется чувствовать нежный молочный вкус, добавьте ланкаширский сыр, а если что-то более выраженное — почему бы не взять кусочек горгонзоллы? Или заменить чеддер на грюйер в сочетании с пармезаном. Кроме того, для приготовления сырного соуса можно использовать любые обрезки сыра, какие найдутся у вас в холодильнике.

Для 570 мл:

570 мл молока;
40 г простой муки;
40 г масла;
щепотка кайенского перца (чили);
50 г зрелого сыра чеддер (натереть на терке);
25 г сыра пармезан (натереть на терке);
немного тертого мускатного ореха;
соль, свежемолотый черный перец.

Смешайте молоко, муку, масло и кайенский перец в средней кастрюле и доведите до кипения на среднем огне, постоянно помешивая венчиком, до получения однородного гладкого соуса. Готовьте еще 5 минут, добавьте сыры и, помешивая, дождитесь, пока они растают. Приправьте солью, перцем и мускатным орехом.

Обезжиренный белый соус

Итак, вы решили обойтись без аромата масла, но получить великолепный кремообразный молочный соус, используя специальную муку (см. с. 147). Этот вариант как нельзя лучше подходит тем, кто придерживается диеты.

Для 275 мл:

275 мл холодного молока
(приготовление со специями
см. на с. 150);
20 г муки для соусов;
соль, свежемолотый черный перец.

Смешайте молоко с мукой в средней кастрюле, подогрейте на среднем огне до кипения, постоянно помешивая венчиком, пока соус не загустеет. Посолите, поперчите и готовьте еще 5 минут на самом маленьком огне.

Запеканка из брокколи и цветной капусты с голубым сыром

Как видно на фотографии, мы использовали в этом блюде сыр горгонзолу. Но следует отметить, что и рокфор (см. фотографию внизу страницы) также отлично подойдет для приготовления соуса.

На среднем огне разогрейте в сковороде масло, 3–4 минуты обжаривайте лук до золотистого цвета. Добавьте рис — промывать его необязательно — и перемешайте, чтобы зернышки покрылись маслом. Влейте горячий бульон, посолите и доведите до кипения, затем накройте крышкой и оставьте тушиться на медленном огне 40–45 минут. (Не снимайте крышку и не перемешивайте рис, зерна будут повреждены, выделится крахмал и рис слипнется.)

Тем временем приготовьте соус. Смешайте молоко, масло, муку и кайенский перец в кастрюле, доведите до кипения, постоянно помешивая венчиком, готовьте еще 5 минут, а затем добавьте сыр. Постоянно помешивая, дождитесь, пока он полностью расплавится, добавьте мускатный орех, соль и свежемолотый черный перец.

Разогрейте гриль до максимальной температуры.

Наполните кастрюлю горячей водой, поставьте на огонь и, как только вода закипит, положите цветную капусту. Накройте крышкой и варите 4 минуты, затем добавьте брокколи. Снова накройте крышкой и варите еще 4 минуты.

В форму для запекания выложите рис, сверху на него — цветную капусту и брокколи. Полейте соусом и посыпьте смесью пармезана, хлебных крошек и петрушки. Поместите под гриль на 2–3 минуты, пока соус не зарумянится.



На 4 порции:

275 г цветной капусты;
275 г брокколи;
1 ст. л. оливкового масла;
2 средние луковицы (очистить и разрезать на 8 частей);
275 мл коричневого риса басмати;
570 мл горячего овощного бульона;
1 ч. л. соли.

Для соуса из голубого сыра:

110 г сыра рокфор (порезать кубиками);
570 мл молока;
40 г сливочного масла;
40 г простой муки;
щепотка кайенского перца;
немного тертого мускатного ореха;
соль, свежемолотый черный перец.

Для посыпки:

25 г сыра пармезан (мелко натереть);
10 г хлебных крошек;
1 ст. л. мелко порезанной петрушки.

Вам также понадобятся жаропрочная форма для запекания с основанием 20×15 см и 5 см глубиной и сковорода диаметром 25,5 см с крышкой.

Запеканка с печеными овощами и коричневым рисом

На 4 порции:

Для риса:

275 мл коричневого риса басмати;
1 ст. л. оливкового масла;
2 средние луковицы (очистить и мелко порезать);
570 мл горячего овощного бульона;
1 ч. л. соли.

Для овощей:

275 г мускатной тыквы (очистить);
по 150 г сельдерея, брюквы, моркови и пастернака;
2 средние красные луковицы;
1 ст. л. с горкой порезанной свежей зелени, например, петрушки, тимьяна и эстрагона;
зубчик чеснока (очистить и раздавить);
2 ст. л. оливкового масла;
соль, свежемолотый черный перец.

Для сырного соуса:

50 г зрелого сыра чеддер (натереть на терке);
25 г сыра пармезан (мелко натереть на терке);
570 мл молока;
40 г простой муки;
40 г сливочного масла;
немного кайенского перца;
немного тертого мускатного ореха;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся противень 40×30 см, жаропрочная форма 20×15 см и сковорода диаметром 25,5 см с крышкой.

Разогреть духовку до 230 °C.

Это блюдо, как и описанное в предыдущем рецепте, отлично подойдет тем, кто не ест мяса. Но мне доводилось подавать его и абсолютно убежденным мясоедам, которые после первоначального недоверия разражались бурными восторгам.

Прежде всего нужно нарезать тыкву, сельдерей, морковь, брюкву и пастернак кубиками размером 2,5 см. Затем разрезать красный лук на 6 долек. Смешайте овощи с луком, травами и чесноком в глубокой миске, посолите и поперчите, добавьте оливковое масло и перемешайте. Выложите овощи на противень, поставьте на верхний уровень духовки и запекайте 30 минут до золотистой корочки. Вынув их из духовки, уменьшите ее нагрев до 200 °C.

На среднем огне разогрейте в сковороде масло, 3–4 минуты обжаривайте лук до золотистого цвета. Добавьте рис — промывать его необязательно — и перемешайте, чтобы зернышки покрылись маслом. Влейте горячий бульон, посолите и доведите до кипения, затем накройте крышкой и оставьте тушиться на медленном огне 40–45 минут. (Не снимайте крышку и не перемешивайте рис, зерна будут повреждены, выделится крахмал, и рис слипнется.)

Тем временем можно приготовить соус. Смешайте молоко, масло, муку и кайенский перец в кастрюле, доведите до кипения, постоянно помешивая венчиком, готовьте еще 5 минут, а затем добавьте половину общего объема сыра. Постоянно помешивая, дождитесь, пока он полностью расплавится, добавьте мускатный орех, соль и свежемолотый черный перец.

Когда овощи и рис будут готовы, выложите рис в форму, сверху положите овощи, полейте соусом и посыпьте оставшейся смесью сыров с небольшим количеством кайенского перца. Поставьте в духовку и запекайте 20 минут, пока соус не зарумянится.

*На правой странице, сверху:
запеканка из коричневого риса
и запеченных овощей; внизу:
запеканка из брокколи и цветной
капусты с голубым сыром*



Запеченный ягненок с чесноком и розмарином

На 6–8 порций:

1 ножка ягненка (ок. 1,8 кг);
3 крупных зубчика чеснока
(очистить и нарезать на 24 тонкие
полоски);

2 крупных стебля розмарина
(нарезать на 24 небольших
веточки);

1 маленькая луковица (очистить);
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится глубокий
(ок. 5 см) противень 28×23 см.

Разогреть духовку до 190 °С.

Я включила это блюдо в раздел соусов, так как оно подается с двумя соусами — традиционной подливой (см. с. 163) и соусом из лука и розмарина (см. ниже). В качестве гарнира лучше всего подойдет картофель с луком по-лионски (см. с. 188).

Острым ножом с узким лезвием проколите ножку ягненка в 24 местах. В каждый разрез вложите по кусочку чеснока и веточке розмарина. Щедро посолите и поперчите мясо. Луковицу разрежьте пополам и положите на дно противня, сверху поместите ножку. Накройте противень фольгой и запекайте на верхнем уровне духовки 1½ часа, затем снимите фольгу и запекайте еще 30 минут.

Готовое мясо достаньте из духовки, снова накройте фольгой и дайте постоять 20 минут. За это время вы успеете приготовить подливу (см. с. 163).

Соус из лука и розмарина

Для 570 мл:

1 ст. л. листьев розмарина;
1 крупная луковица (очистить
и мелко порезать);
25 г сливочного масла;
25 г простой муки;
175 мл молока;
175 мл овощного бульона;
2 ст. л. сметаны;
соль, свежемолотый черный перец.

Этот соус прекрасно подойдет к запеченной ножке ягненка, отбивным из баранины или колбасе с пюре.

В небольшой кастрюле растопите масло и пассеруйте в течение 5 минут лук — важно, чтобы он не начал подрумяниваться. Разотрите листочки розмарина в ступке, чтобы выделилось масло, мелко их порежьте и добавьте к луку. Тушите на медленном огне 15 минут, стараясь, чтобы лук не подрумянивался. Добавьте муку и деревянной ложкой смешайте с луком и розмарином до однородной массы, затем понемногу добавляйте молоко, а следом и бульон, энергично размешивая все венчиком.

По вкусу приправьте солью и перцем и оставьте кипеть на маленьком огне 5 минут. Сняв с огня, половину соуса пропустите через блендер, чтобы получилась однородная жидкая масса, перелейте ее обратно в кастрюлю. Снова нагрейте и добавьте сметану. Размешайте и перелейте в подогретый соусник.

*Запеченный ягненок с чесноком и розмарином,
поданный с соте из картофеля по-лионски*



Английский соус из петрушки

Да, это старомодное детское питание, но иногда я думаю, что некоторые рецепты следует возвращать из небытия. Мне особенно нравится этот соус в сочетании с котлетами из трески и сливочным картофельным пюре, а также с окороком. В эту книгу я включила рецепт своих любимых котлет из лосося с соусом из петрушки.



Молоко смешайте в небольшой кастрюле со специями (кроме лимонного сока, соли и перца), вскипятите на маленьком огне, перелейте в миску и остудите. Для приготовления соуса процедите молоко обратно в кастрюлю через мелкое сито, добавьте муку и масло, вскипятите и интенсивно помешивайте венчиком, пока соус не загустеет. Уменьшите огонь до минимума, дайте соусу поготовиться еще 5 минут, а затем снимите с огня, добавьте петрушку, лимонный сок, соль и свежемолотый перец. Подавать лучше в подогретом соуснике.

Для 425 мл:

425 мл молока;
несколько стеблей петрушки;
1 лавровый лист;
1 ломтик лука (5 мм толщиной);
щепотка измельченной шелухи
мускатного ореха (необязательно);
10 горошин черного перца;
20 г простой муки;
40 г масла;
4 ст. л. с горкой мелко порезанной
зелени петрушки;
1 ст. л. сливок малой жирности;
1 ч. л. лимонного сока;
соль, свежемолотый черный перец.



Рыбные котлеты из лосося

Важно запомнить, что из качественного консервированного лосося получаются более вкусные котлеты, чем из свежего, так что только ради них не стоит использовать свежий продукт.

Сварите картофель в подсоленной воде (25 минут) до мягкости, если он не доварится, пюре получится с комками. Слейте воду, раздавите картофель толкушкой, а затем сделайте пюре, взбив его миксером с добавлением майонеза.

В большой миске смешайте все продукты для котлет. Приправьте дополнительно солью и перцем, если в этом есть необходимость. Накройте пленкой и остудите, поставив на 2 часа в холодильник.

Присыпьте рабочую поверхность мукой, выложите рыбный фарш и скатайте колбаску диаметром 5–6 см. Разрезав ее на 12 частей, придайте котлетам форму. Окуните каждую сначала во взбитое яйцо, а затем тщательно обваляйте в мацовой муке или панировочных сухарях.

В большой сковороде разогрейте растительное и сливочное масло, выложите половину котлет и обжаривайте по 4 минуты с каждой стороны. Обсушите бумажным полотенцем от избытка масла и поджарьте вторую половину, при необходимости добавив немного масла. Подавайте на подогретых тарелках, полив соусом и украсив петрушкой и дольками лимона.

На 12 штук (6 порций).

Для котлет:

425 г красного лосося;
275 г картофеля (очистить и порезать дольками);
2 ст. л. майонеза;
2 ст. л. с горкой свежей зелени петрушки;
2 ст. л. с горкой соленых или маринованных каперсов (мелко порезать);
6 маринованных корнишонов (мелко порезать);
2 крупных яйца (сварить вкрутую и мелко порезать);
1 дес. л. пасты из анчоусов (или 4 анчоуса, растертых в пасту);
2 ст. л. лимонного сока;
 $\frac{1}{4}$ ч. л. мускатного цвета;
 $\frac{1}{4}$ ч. л. кайенского перца;
соль, свежемолотый черный перец.

Для панировки и жарки:

немного муки;
1 крупное яйцо (взбить);
75 г мацовой муки или свежих панировочных сухарей;
2 ст. л. арахисового масла (или другого масла без запаха);
10 г сливочного масла.

Для украшения:

1 порция английского соуса с петрушкой (см. с. 158);
несколько веточек свежей петрушки;
лимонные дольки.

*Рыбные котлеты из лосося
с английским соусом из петрушки*

Мусака с запеченными баклажанами и сыром рикотта

Когда вы освоите приготовление белого соуса, вы сможете использовать его в нескольких блюдах. К примеру, это — классика греческой кухни, но я добавила в рецепт итальянские нотки, используя для заливки сыр рикотта. Запекание баклажанов — гораздо менее утомительное занятие, чем их жарка, во время которой они к тому же впитывают огромное количество масла.

На 6 порций:

450 г фарша из баранины;
2 средних баклажана;
2 ст. л. оливкового масла;
2 средние луковицы (очистить и мелко порезать);
2 зубчика чеснока (очистить и мелко порезать);
1 ст. л. с горкой свежей зелени мяты (мелко порезать);
1 ст. л. с горкой свежей зелени петрушки (мелко порезать);
1 ч. л. молотой корицы;
2 ст. л. томатной пасты;
75 мл красного вина;
соль, свежемолотый черный перец.

Для заливки:

250 г сыра рикотта;
275 мл молока;
25 г простой муки;
25 г сливочного масла;
1/4 целого мускатного ореха (мелко натереть);
1 лавровый лист;
1 крупное яйцо;
1 ст. л. сыра пармезан (мелко натереть);
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся жаропрочная форма для запекания 25,5×20 см и 5 см глубиной и противень 35×28 см.

Отрежьте плодоножки у баклажанов, не счищая кожицы, нарежьте кружками толщиной 4 см. Сложите в сито, посыпьте 1 десертной ложкой соли, накройте тарелкой и поставьте сверху гнет. Оставьте под гнетом примерно на 1 час. По прошествии этого времени разогрейте духовку до максимальной температуры, отожмите из баклажанов оставшийся сок, обсушите чистым полотенцем и разложите на противне. Сбрызнув 1 столовой ложкой оливкового масла, встряхните, чтобы баклажаны оказались полностью им покрыты, поставьте в духовку и запекайте 30 минут.

Разогрейте оставшееся оливковое масло в большой сковороде, на маленьком огне обжарьте лук и чеснок в течение 5 минут. Увеличив огонь, добавьте фарш. Обжаривайте 2–3 минуты, затем уменьшите огонь. В отдельной посуде смешайте мяту, петрушку, корицу, томат-пасту и красное вино, добавьте к мясу и на маленьком огне тушите 20 минут, время от времени помешивая.

Вынув баклажаны из духовки, уменьшите нагрев до 180 °С. Чтобы духовка немного остыла, оставьте ее приоткрытой.

Приготовьте заливку — для этого необходимо смешать в кастрюле молоко, муку, масло, мускатный орех и лавровый лист и, помешивая венчиком, вскипятить на среднем огне до загустения. Уменьшить огонь до минимума и готовить соус еще 5 минут. Приправить солью и перцем, вынуть лавровый лист и снять с огня. Остудить, слегка помешивая, прежде чем добавлять рикотту и яйцо. Тщательно перемешать соус.

Смешайте баклажаны с мясом и переложите в форму для запекания. Вылейте сверху заливку, посыпьте пармезаном и запекайте на среднем уровне духовки 50 минут до золотистой корочки. Оставьте в форме на 10 минут, а затем подавайте с коричневым рисом и греческим салатом из огурцов, помидоров, оливок и сыра фета с оливковым маслом и лимонным соком.



Учимся готовить подливу

Что такое подлива?

Очевидно, само слово (*gravy*) появилось в английском языке в XIV веке в результате ошибки переписчика. Французы (несомненно, являвшиеся законодателями моды в кулинарии) использовали слово *grape*, но кто-то по ошибке во время переписывания написал «v» вместо «p», и впоследствии англичане сохранили это написание, добавив в конце «y». Таким образом, в кулинарной книге XIV века мы находим рецепт устриц буквально «в собственной подливе», что, несомненно, означает «в собственном соку», с добавлением бульона на вине, миндаля и рисовой муки. Итак, до сего дня французская кулинария располагает лишь понятием «соус» или «соки» (*jus*), в то время как у англичан есть еще и подлива (*gravy*), соус, приготовленный из собственного сока продукта с другими ингредиентами. В современных сборниках рецептов, журналах и дневниках подливе уделяется значительное внимание.

Для начала ложкой уберите жир с противня, но не весь — немножко оставьте



Теперь добавьте муку и быстрыми и резкими круговыми движениями все перемешайте



Британский соус

Учитывая такую популярность подливы, неудивительно, что даже современное поколение любит ее буквально на подсознательном уровне. Конечно, если вы кулинарный сноб, то это слово не обладает для вас таким модным флером, как французское *jus*, которым пестрят меню ресторанов, наряду с душистыми бульонами, эссенциями и прочими претенциозными словечками. Но нельзя отрицать, что подлива — часть нашего наследия, появившаяся благодаря умелым поварам, знавшим, как создать великолепный соус из вкуснейших соков, выделившихся при приготовлении блюда, добавив к ним загустители и прочие ингредиенты, выгодно оттеняющие их вкус.

И снова о подливе

И вот теперь мы скажем несколько слов об истинном камне преткновения — все хотят наслаждаться вкусом правильно приготовленной подливы и в то же время не знают, с какой стороны подступить к ее готовке, и боятся даже попробовать ее сделать. Я много раз писала об этом и так же часто демонстрировала весь процесс, но люди продолжают спрашивать: «Как же приготовить подливу?»

Узрите ужасы, наводнившие полки супермаркетов: кубики, пакетики, сухие смеси с длинным списком искусственных добавок, придающих чужеродный привкус, и мгновенные желатиновые смеси — неудивительно, что доктора так часто прописывают антидепрессанты любителям подобной «еды». Надо двигаться дальше и с помощью этой книги и моей телевизионной программы наконец-то освоить приготовление настоящей подливы раз и навсегда. Это действительно совсем несложно, и бояться совершенно нечего! Итак, приступим.

Традиционный рецепт подливы

Сняв мясо или птицу с противня, наклоните его — сразу станет заметно, где жир, а где более густые соки. С помощью ложки уберите жир в отдельную миску, оставив 1–1½ ложки на противне. Деревянной лопаткой соскребите со стенок и дна противня все пригоревшие корочки — они очень важны для вкуса и аромата. Поставьте противень на маленький огонь и, как только жир и сок начнут шкворчать, добавьте муку и быстро размешайте деревянной лопаткой. Скорость крайне важна — осторожные медленные помешивания здесь не подходят, мешать надо очень быстрыми и резкими движениями.

Когда мука соединится с жиром в густую однородную массу, начинайте постепенно добавлять горячий бульон, тщательно перемешивая после каждой порции. Увеличьте огонь до среднего, по мере добавления бульона и его закипания подлива начнет густеть.

Дальше все зависит от ваших предпочтений. Если подлива слишком жидкая, дайте ей покипеть еще немного. Если слишком густая, добавьте еще жидкости. В конце приправьте подливу солью и черным перцем, перелейте в подогретый соусник и подавайте на стол.

К *свинине*, сок которой слишком бледен, можно добавить на противень луковицу. В процессе готовки она карамелизируется и окрасит мясные соки. Лук также можно использовать и при приготовлении другого мяса и птицы.

К *ягнятине/баранине* можно добавить чайную ложку горчичного порошка, смешанного с мукой, в подливе растворить столовую ложку желе из красной смородины, а также немного красного вина для крепости.

К *утке* можно добавить немного тертой цедры и сок небольшого апельсина, а также стакан портвейна.

К *говядине* можно добавить стакан мадеры, это усилит вкус мяса. Для приготовления *подливы без мяса* см. рецепт подливы из печеного лука на с. 165.

Для 570 мл:

соки, оставшиеся на противне после приготовления мяса или птицы;

1 ст. л. простой муки;

около 570 мл горячего бульона (воды, в которой варился картофель или др. овощи) —

точное количество зависит от того, насколько густую подливу вы хотите получить;

соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится огнеупорный противень.

Увеличьте огонь, и вскоре вы увидите, как подлива начнет густеть



Как только вы получите густую однородную массу, начните добавлять бульон, понемногу, тщательно перемешивая после каждой порции





Сосиски в кляре с подливой из печеного лука

У меня просто не хватит слов, чтобы воздать должное этому простому и в то же время необыкновенному блюду английской кулинарии. Если бы вы только могли заказать его в ресторане. Ну как мне вас убедить? Это в некотором роде смешанное блюдо — смесь легкого и хрустящего теста с толстыми свиными сосисками, щедро политая соком запеченного лука. Вот оно!

Приготовьте кляр — просейте муку в большую миску, сделайте в центре углубление, разбейте в него яйцо, добавьте соль и перец. В мерный стаканчик налейте необходимое количество воды и молока. Миксером на медленной скорости смешайте муку с яйцом и постепенно добавляйте жидкость. Взбивайте, пока тесто не станет однородным. Хотя считается, что тесто для кляра должно настояться, я не нашла этому подтверждения. Готовить можно сразу, как смешаны все ингредиенты.

Порезанный лук выложите в миску, добавьте 1 чайную ложку масла и сахара и несколько раз встряхните, чтобы лук оказался покрыт этой смесью, выложите его на противень. Сосиски поместите в форму для запекания. Поставьте противень с луком на верхний уровень духовки, а с сосисками — на нижний. Установите таймер на 10 минут. По истечении этого времени достаньте из духовки сосиски, а лук оставьте еще на 4–5 минут. Затем выньте его и отставьте в сторону.

Поставьте форму с сосисками на средний огонь, если из них не выделилось достаточного количества жира, добавьте масло. Когда масло разогреется и начнет пузыриться, быстро вылейте к сосискам кляр. Снова поставьте форму с сосисками в духовку, на верхний уровень, и запекайте 30 минут.

Для приготовления подливы вам нужно смешать ворчестерширский соус и горчичный порошок с бульоном, выложить лук в среднюю сковородку. Добавить вторую ложку масла и затем деревянной ложкой и лопаткой вмешать муку. Разогреть на медленном огне и понемногу влить бульон, постоянно помешивая венчиком. Довести до кипения и дать покипеть 5 минут. Попробовать, при необходимости по вкусу добавить соль и перец, перелить в соусник. Сосиски готовы, когда вся масса полностью пропечена — подрумянена до хрустящей корочки с краев и не жидкая в центре. Подавайте сразу вместе с подливой и картофельным пюре на гарнир.

На 2–3 порции:

6 свиных сосисок (ок. 400 г);
1 ст. л. арахисового масла (или другого масла без запаха).

Для кляра:

75 г простой муки;
1 крупное яйцо;
75 мл маложирного молока;
55 мл воды;
соль, свежемолотый черный перец.

Для луковой подливы:

225 г лука (очистить и нарезать ломтиками);
2 ч. л. арахисового масла (или другого масла без запаха);
1 ч. л. тростникового сахара;
1 дес. л. ворчестерширского соуса;
1 ч. л. горчичного порошка;
1 дес. л. простой муки;
425 мл овощного бульона (из 1/2 ч. л. бульонного порошка «Мэриголд Свис», разведенного в 425 мл кипящей воды);
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также потребуются
огнеупорная металлическая форма
для запекания 23×15 см, глубиной
5 см, и противень 35×25,5 см.

Разогреть духовку до 220 °С.

Канадские оладьи из пахты с кленовым сиропом

Канада — это страна, где производится необыкновенный сироп из сока кленов, а такие оладьи мне готовила мадам Лафон, когда я была в Квебеке, необыкновенно простые в приготовлении и при этом пышные и очень вкусные. Мне нравится, как они поднимаются во время выпечки, запекаясь по краям до хрустящей корочки. Подавать на стол их надо сразу же, на подогретых тарелках, щедро полив кленовым сиропом и добавив ложку сметаны.

На 6 штук:

150 г простой муки;

$\frac{1}{2}$ ч. л. разрыхлителя для теста;

120 мл пахты;

75 мл холодной воды;

3 крупных яйца (взбить);

25–50 г лярда.

Для украшения:

много кленового сиропа
и сметаны.

Просейте муку и разрыхлитель в большую миску, добавьте соль. Сделайте в центре углубление. Смешайте воду и пахту и замешайте этой смесью муку, тщательно перемешивая, чтобы не было комков. Добавьте яйца и перемешайте до образования однородного теста.

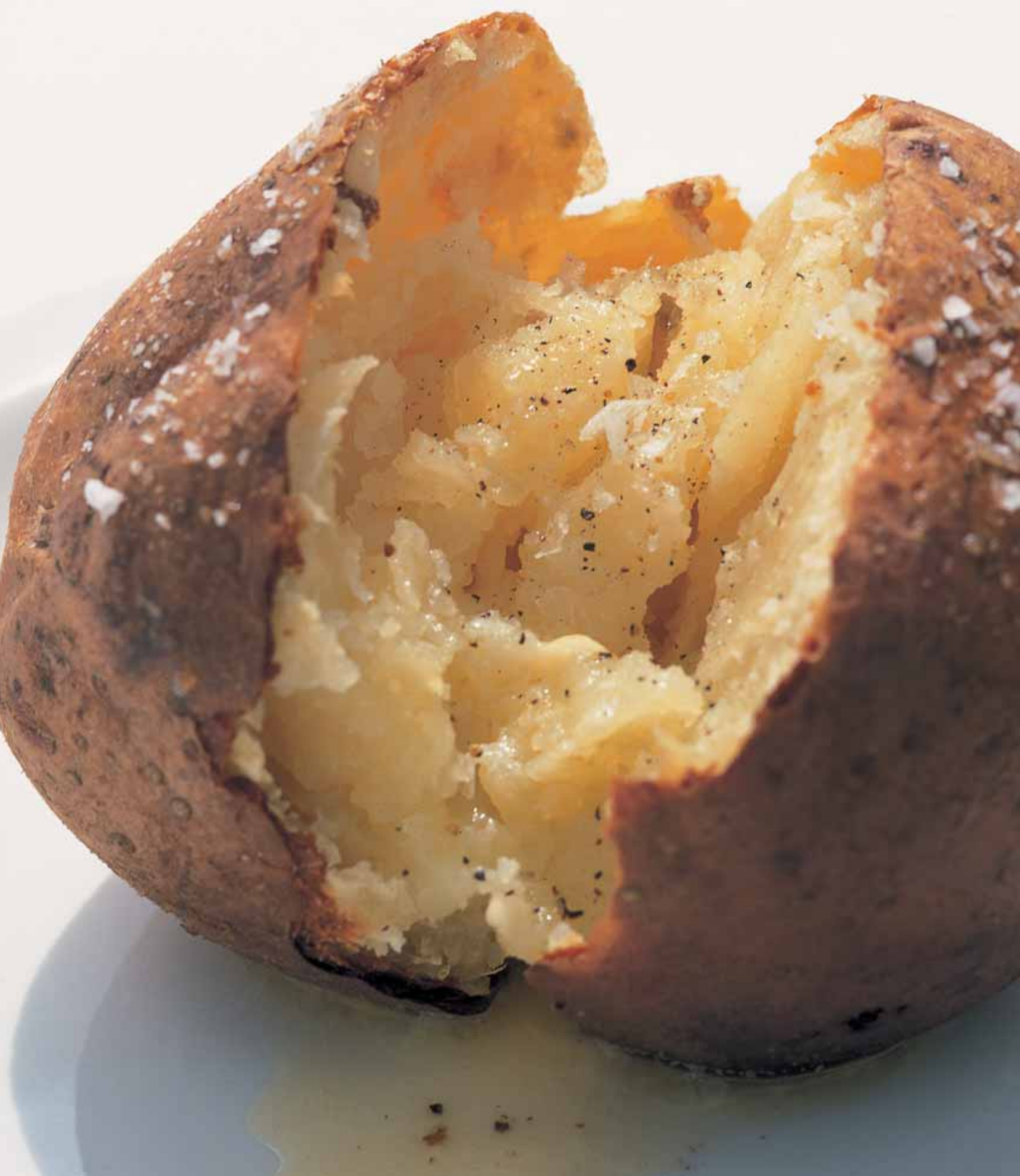
Поставьте сковородку на средний огонь, добавив 2 чайные ложки лярда, и дождитесь, чтобы жир хорошо прогрелся. Затем вылейте на сковородку 2–3 столовые ложки теста из расчета 1 ложка — 1 оладья.

Примерно через 1 минуту, когда оладьи подрумянятся, переверните их с помощью лопатки и вилки. Поджаривайте с другой стороны около 45 секунд. За это время оладьи должны подняться, как маленькие суфле. Выложите их на бумажное полотенце, чтобы впитались излишки жира.

Тем же способом испеките вторую партию оладий, при необходимости добавив на сковородку еще немного жира.

Оладьи можно подогреть в духовке, но лучше подавать их с пылу с жару.







8

Настоящий картофель

«Искусство готовки заключается в умении сохранить естественный вкус ингредиентов» — писал князь Курнонски, выдающийся гастрономический критик Франции XIX века. В этой фразе сосредоточена вся правда кулинарного искусства: продукты не должны терять своего вкуса в процессе готовки! Это настоящая задача для тех, кто хочет научиться готовить, и к вопросу правильного приготовления картофеля она имеет самое непосредственное отношение. Итак, как приготовить картофель так, чтобы по вкусу он напоминал картофель? Ответ на этот вопрос лежит в заново открытых полезных свойствах картофеля: это больше не «самый простой гарнир к мясу», вторая скрипка в мясных блюдах — сегодня это восстановленная в своих правах новая звезда кулинарной сцены, любимая и ценимая сама по себе.

Картофель возвращается

В дни моей молодости, менее просвещенной в вопросах питательной ценности продуктов, бытовало мнение, что крахмал способствует ожирению, а потому таких крахмалосодержащих продуктов, как хлеб и картофель, старались избегать. К счастью, они сегодня реабилитированы: главной причиной избыточного веса объявлен жир. Это значит, что картофель (но без жира) не только полезен и питателен, богат углеводами источниками энергии, но также малокалориен — всего около 70 ккал в 100 г продукта. Кроме того, картофель является одним из важнейших источников витамина С! Так что картофель сейчас, что называется, на волне, а потому так важно научиться правильно его готовить.

Главное — вкус

Прежде чем задуматься над тем, как приготовить картофель, следует напомнить себе, что путь к хорошему вкусу лежит через рынок или, точнее, начинается в земле. Я хорошо помню свой первый урожай картофеля, он помог мне сделать важное открытие: поданный к столу прямо с грядки, он оказался одновременно сырым и безвкусным и стал для меня огромным разочарованием. Почему? Я просто-напросто вырастила не тот сорт — высокоурожайный, но абсолютно безвкусный. Далеко не всегда высокоурожайные, устойчивые к болезням и пригодные для долгого хранения сорта хороши на вкус. Поэтому для приготовления картофеля первым в списке стоит вопрос выбора правильного сорта.

Сорта картофеля

К счастью, сегодня есть из чего выбирать. Даже есть опасность стать жертвой дизайнерского картофеля (как салатных листьев, к примеру): я видела картофель как с черной мякотью, так и с фиолетовой (однако ни тот ни другой не отличались хорошим вкусом). Мы много слышим о текстуре картофеля, которая определяется по двум показателям — «гладкость» и «воздушность», а также уместности обоих качеств в определенных блюдах — мы совсем ничего не знаем о вкусе. Было бы здорово, если бы картофель в этом плане мог догнать помидоры по количеству сортов, выращенных специально ради вкуса. Но поскольку мы учимся, как готовить картофель, то сейчас не время и не место изучать всю историческую подноготную вопроса. Я хотела бы сосредоточить ваше внимание на нескольких сортах, которые, по моему опыту, являются лучшими из доступных на сегодняшний день.

Молодой картофель

Джерси роял (с апреля по июнь)

Этот сорт обладает исключительным вкусом, причем в этом плане более зрелые и большие плоды выигрывают у маленьких «шариков», какими они бывают в начале апреля. Выбирайте немые картофелины, с прилипшей к ним землей. Они должны быть как можно более свежими, чтобы, когда вы надавливаете на кожуру

пальцем, она бы тут же отделялась от мякоти. Это самый подходящий из сортов молодого картофеля для варки на пару, а также для картофельного салата, будь он горячим или холодным.

Пентланд Джавелин (с мая по июль)

Этот сорт молодого картофеля также отличается твердой текстурой и превосходным вкусом, а его сезон, принимая во внимание погоду, начинается тогда, когда «джерси» уже отошел.

Салатный картофель

Этот сорт теперь доступен круглый год и, как следует из его названия, употребляется в пищу холодным. Некоторые специальные разновидности салатного картофеля встречаются в продаже гораздо реже: «ратте», старый французский сорт, который отличается изысканным ореховым, напоминающим каштан вкусом, а также «пинк фе эппл», отличающийся более выраженным картофельным вкусом, розовой кожицей и твердой, гладкой, как воск, мякотью.

Основные сорта картофеля

Дезире

Этот сорт всегда был моим самым верным помощником — на него, что называется, можно положиться. Он обладает самым лучшим вкусом среди выращенных в коммерческих целях сортов картофеля и отличается желтой, сочной, гладкой, как воск, мякотью и ярко-розовой кожурой. Я использую его для приготовления вареного картофеля, картофеля в мундире, запеченного картофеля, «картошки по-деревенски», сое в духовке, я также очень люблю пюре из «дезире» за глубину картофельного вкуса.

Кинг Эдвард

Это старый добрый сорт, также один из моих любимых. Этот сорт — лучшее решение, если вы хотите добиться мучнистой воздушности. Он не подходит для варки, поскольку склонен к развариванию, но отлично подойдет для приготовления легкого, пышного пюре, а также для картофеля в мундире, если вы хотите, чтобы мякоть была очень воздушной. Я также использую данный сорт для приготовления картофельных клецек, потому что он обеспечивает им исключительную легкость.

Гладкий, как воск, или мучнистый?

Все сорта картофеля, перечисленные выше, обладают превосходным вкусом, но выбор текстуры часто зависит от личных предпочтений. Я люблю разнообразие, а потому, когда я хочу приготовить, скажем, твердый, с насыщенным вкусом картофель в мундире, я выбираю «дезире». А если мне хочется, чтобы картофель в мундире был более мучнистым, то тут мне помогает «кинг Эдвард». То же относится и к картофельному пюре, и поэтому я хочу посоветовать вам больше экспериментировать, чтобы определить собственные предпочтения.

Как готовить картофель

Чистить или не чистить — вот в чем вопрос

Это горячо обсуждаемый вопрос, и я много думала над ответом на него. И пришла к следующему заключению: да, лучше оставлять кожуру; кроме того, я никогда не чищу молодой картофель. Но что касается остальных сортов, если вы не собираетесь чистить такой картофель, то для готовки вам надо отобрать картофелины примерно одного размера, чтобы они готовились примерно за один промежуток времени.

Идея оставлять кожуру связана с тем, чтобы защитить мякоть картофелины от воды или пара, которые могут лишить ее вкуса. Как только вы начинаете резать картофель на куски, он лишается этой защиты. Еще я хотела бы заметить, что если вы не чистите картофель перед готовкой, то и на стол подавать его тоже надо с кожурой. И если очистить пару горячих картофелин, соблюдая меры предосторожности, для пары человек — это нормально, то чистить гору горячей картошки для оравы гостей — это по меньшей мере странно и опасно. В Ирландии вареный картофель подают с кожурой, и если человек не хочет есть такой картофель, он откладывает его в сторону на своей тарелке, и я считаю, это неплохой вариант для картофеля, сваренного на пару или в кипятке. Я сравнивала вкус картофеля, сваренного на пару без кожуры, и картофеля, сваренного в кипятке вместе с кожурой, и должна отметить, что разница очень незначительна. Да, и если вы все же собираетесь чистить картофель, то очень-очень прошу вас пользоваться при этом картофелечисткой. Весь вкус картофеля сосредоточен в слое около кожуры, а потому отделять ее следует как можно более тонким слоем.

Вода — злейший враг

У меня есть прекрасная старинная кулинарная книга «Домоводство» Хендерсона, и процесс варки картофеля в ней описывается так: «В таком маленьком количестве воды, чтобы только уберечь кастрюлю от подгорания. Кастрюля должна быть плотно прикрыта, и, как только треснет кожура, картофелины готовы».

Что тут добавить? Помните, что именно вода отбирает у картофеля его драгоценный вкус. Я даже была свидетелем убийства картофеля: залитый галлонами воды, его оставили на медленном огне на час или даже больше! Это как в шутке Виктории Вуд насчет английской кухни, в которой одна дама начала готовить брюссельскую капусту для рождественского ужина в ноябре (думаю, мы все это проходили).

Правило номер один: если вы чистите картофель, не оставляйте его в воде на несколько часов до того, как он вам понадобится. Если уж чистить картофель, то непосредственно перед тем, как начать его готовить.

Что же касается готовки, то лучший способ сохранить вкус картофеля, который мне удалось открыть, — это варить его не в кипятке, а на пару. Прежде всего вылейте кипяток из чайника в кастрюлю с ситом для варки на пару (см. фото справа), затем поместите картофелины в сито, посолите (приблизительно 1 ч. л. на 450 г) и, если это молодой картофель, добавьте пару ростков мяты. Затем плотно накройте крышкой и оставьте вариться на медленном огне, который поможет поддерживать воду чуть кипящей до тех пор, пока картофелины не станут мягкими. Это займет 20–25 минут, и лучший способ проверить, готов ли картофель, — воткнуть деревянную зубочистку в самую толстую часть картофелины.



После этого слейте всю воду, которая скопилась в пароварке, затем накройте кастрюлю полотенцем минут на пять, чтобы оно впитало остатки пара, который может добраться до картофеля и сделать его сырым. Если вы предпочитаете варить картофель в кипятке, а не на пару, используйте как можно меньше воды: добавьте кипяток из чайника и накройте крышкой. Крышка сохранит весь жар внутри, и картофель приготовится гораздо быстрее, а значит, он меньше времени проведет в воде.

Варенный на пару или в кипятке — быстро и просто

В рецептах, описанных ниже, я попыталась передать вам базовые знания для самых популярных способов приготовления картофеля. Но не забывайте, что приготовленный с заботой, варенный на пару или в кипятке картофель может сам по себе быть особенным. И он не нуждается в большом количестве масла; немного — вполне допустимо, но не пытайтесь утопить его в масле, как до сих пор настойчиво продолжают делать в некоторых ресторанах. Это лишь забьет изысканный натуральный вкус картофеля. Как известно, лучшее — враг хорошего, а потому я считаю своим долгом обновить нашу веру в простоту вещей.

Картофель в мундире

Вряд ли среди нас найдется кто-то, у кого не потекут слюнки при одной мысли о картофеле в мундире с хрустящей корочкой и воздушной мякотью, на которой что-то нежно тает! Речь не о пресной подделке, приготовленной в микроволновке и ставшей популярной благодаря удобству приготовления, а о настоящем картофеле в мундире, своей красотой внушающем священный трепет. Жизнь слишком коротка, и мы должны дорожить каждой минутой, тратя ее лишь на самое лучшее, а не на жалкое подобие настоящего шедевра, которое едва ли сможет нас удовлетворить. Если вы когда-нибудь захотите побаловать себя чем-нибудь исключительно мягким и приятным, что при этом будет стоить копейки (я не говорю о шоколадке и тому подобных вещах), просто приготовьте себе самую большую картофелину, которую только сможете найти (как именно ее приготовить, читайте ниже), и разрежьте пополам, вслушиваясь в манящий хруст корочки. Затем вилкой взбейте воздушную мякоть, добавьте побольше сливочного масла и наблюдайте, как оно будет таять, исчезая в молочно-белых облаках. Приправьте солью и молотым черным перцем, а затем съешьте это великолепие в одиночку, наслаждаясь его простотой и неземным вкусом.

Секрет идеального картофеля в мундире, как тот, что описан выше, — в отсутствии специи: дайте ему часа два для получения действительно хрустящей корочки, учитесь использовать время, когда вас нет, чтобы картофель был готов, когда вы вернетесь, или займитесь чем-нибудь еще, забыв о нем, пока он не будет готов. В рецепт, который вы найдете чуть ниже, я добавила некоторые технические подробности, касающиеся начинки и заправки.

На 2 порции:

2 большие картофелины «дезире»,
по 225–275 г каждая;
немного оливкового масла;
каменная соль, размельченная;
сливочное масло;
соль, свежемолотый черный перец.

Предварительно разогреть духовку
до 190 °C.

Прежде всего вам необходимо помыть картофелины и тщательно высушить их полотенцем, затем отложить их в сторону для полной просушки. Если вы используете уже вымытый картофель, то не нужно проделывать то, что описано выше, высокая температура доведет дело до конца. Проткните кожуру картофелин в нескольких местах вилкой, капните на них несколько капель оливкового масла и вотрите его в кожуру. После этого вотрите немного размельченной соли, она впитает остатки влаги и вместе с оливковым маслом придаст коже большую хрусткость.

Поместите картофель на центральный уровень духовки и запекайте 105–120 минут или до тех пор, пока корочка не станет очень хрустящей.

Перед подачей на стол разрежьте каждую картофелину пополам вдоль и положите сверху немного сливочного масла и специй. Подавать к столу надо сразу, с пылу с жару, поскольку корочка очень быстро перестает быть хрустящей, так что не мешкайте.

Сметанно-луковая заправка

Этот простой, но очень вкусный соус для картофеля в мундире был изобретен в США. Я лично его очень люблю. Все, что вам нужно сделать, — это нарезать лук ножницами в миску со сметаной, добавить специи и оставить примерно на час до подачи на стол, для того чтобы сметана за это время успела впитать в себя луковый вкус.

150 мл сметаны;
приблизительно 10 г свежего
шинитт-лука (лука-резанца);
соль, свежемолотый черный перец.

Картофель в мундире, фаршированный луком-пореем, сыром чеддер и бурсен

В этом рецепте мякоть вынута из картофеля, смешана с мягким сыром и заправлена сверху луком и растаявшим сыром.

Разрежьте лук пополам вдоль, а затем расправьте его под струей воды, чтобы вымыть всю грязь, которая могла на нем остаться. Каждую половинку разрежьте вдоль на 4 части, а затем — на кусочки по 5 мм толщиной. Положите сыр бурсен в среднего размера миску и разрежьте картофелины пополам вдоль. Осторожно вынув мякоть из картофелин, положите ее в миску с бурсеном, добавьте туда молоко или сливки и приправьте солью и свежемолотым черным перцем. Быстро все перемешайте (венчиком или миксером) и нафаршируйте картофелины полученной массой.

Сверху положите лук, а затем раскрошенный чеддер, придавливая его немного рукой, затем положите картофель на противень и запекайте в духовке 20 минут до золотистой корочки лука и чуть пузырящегося сыра.

На 2 порции:

2 большие запеченные картофелины, по 225–275 г каждая (см. основной рецепт слева);
1 лук-порей примерно 10 см в длину, помытый и очищенный;
40 г выдержанного чеддера, крупно накрошенного;
один 80-граммовый пакетик специй *Ail & Fines Herbes* (или другая смесь трав);
сыр бурсен;
1 ст. л. молока или сливок;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится противень размером 30×25,5 см.

Разогреть духовку до 180 °С.



Гренки из картофеля в мундире с сыром

Тот же топпинг, что так хорошо подходит к тостам, можно использовать и для картофеля в мундире. Получится прекрасный ланч, если добавить к нему какой-нибудь салат. Вы можете сделать для него собственный соус (см. с. 188) или купить уже готовый.

На 2 порции:

2 большие запеченные картофелины, по 225–275 г каждая (см. с. 174);
75 г выдержанного чеддера, раскрошенного;
1 ст. л. соуса из репчатого лука, помидоров и чили (см. с. 188);
1 ч. л. мелко нарезанного лука;
1 большое яйцо, слегка взбитое;
1 ст. л. мелко нарезанного свежего шнитт-лука.

Разогреть гриль до максимальной отметки за 10 минут до того, как картофель будет готов.

Все, что нужно сделать, — это смешать ингредиенты в миске.

Затем, когда картофель будет готов, разрежьте его пополам вдоль и сделайте в нем несколько надрезов крест-накрест, но осторожно, чтобы не повредить корочку. Затем распределите по картофелинам массу из миски, поставьте их на гриль (примерно в 5 см от огня) на 3–4 минуты и запекайте до тех пор, пока сыр не начнет пузыриться и не станет золотисто-коричневым сверху.

Восхитительное картофельное пюре

Это теперь мой стандартный рецепт картофельного пюре на все времена, исправленный и адаптированный из зимней коллекции.

На 4 порции:

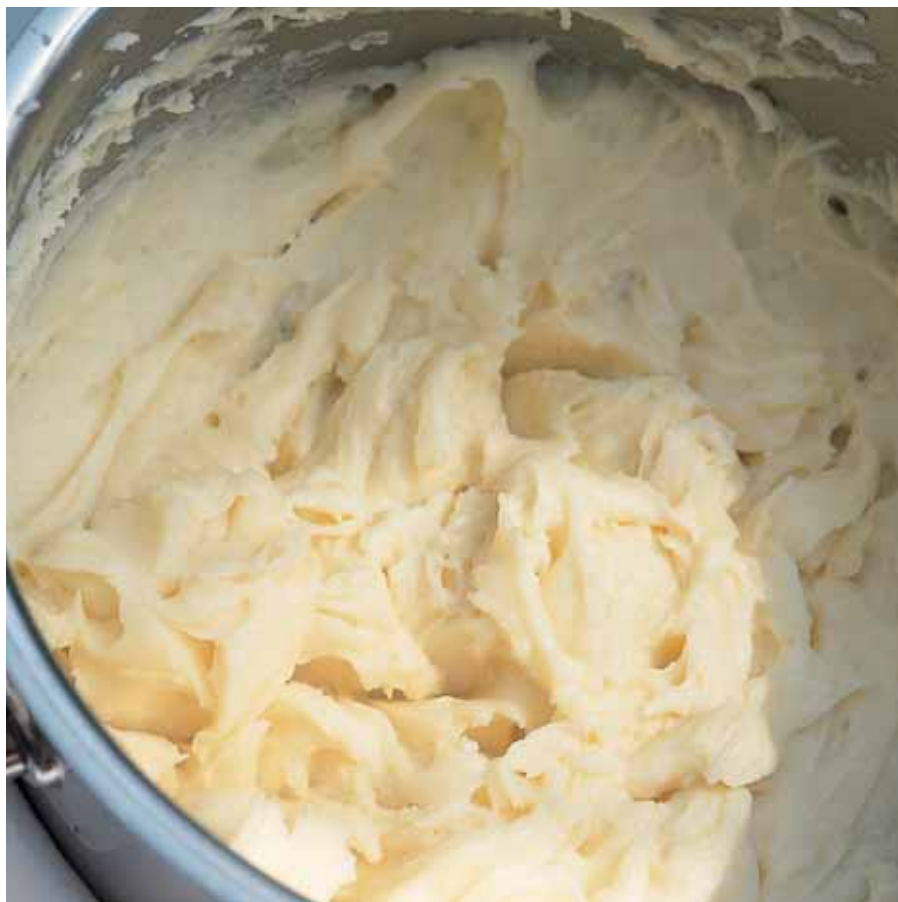
900 г картофеля «дезире» или «кинг Эдвард»;
1 дес. л. соли;
50 г сливочного масла;
4 ст. л. цельного молока;
2 ст. л. сметаны;
соль, свежемолотый черный перец.

Очистите клубни картофелечисткой (так тонко, как только возможно!), затем разрежьте картофелины на равные по размеру дольки, не слишком маленькие: если картофелины большие — на четвертинки, если маленькие — на половинки. Положите куски картофеля в пароварку поверх кастрюли с кипящей водой, добавив немного соли, накройте крышкой и варите картофель, пока он не станет абсолютно мягким, около 20–25 минут. Определить готовность картофеля можно при помощи зубочистки, воткнув ее в самую толстую часть картофелины: она не должна быть твердой в центре. При этом нужно быть осторожным, поскольку, если картофель будет немного недоваренным, пюре получится с комками.

Когда картофель сварится, необходимо вынуть его из пароварки, слить всю воду, положить картофель обратно в кастрюлю, накрыть чистым полотенцем и оставить на 4 минуты, чтобы полотенце впитало в себя остатки пара, затем добавить масло, молоко и сметану. Взбивать картофель лучше сначала на маленькой скорости, чтобы разбить его на мелкие кусочки, затем увеличить скорость до максимальной и взбивать до получения однородной воздушной кремообразной массы. При необходимости добавить специй.

Кстати: чтобы приготовить низкокалорийное картофельное пюре, замените масло, молоко и сметану 150 граммами кварка (нежирный творожный сыр) и 2–3 столовыми ложками обезжиренного молока.

Восхитительное картофельное пюре начинается с варки нарезанной на куски картошки до очень мягкого состояния. Добавив сливочное масло, молоко и сметану, после взбивания вы получите однородную воздушную кремообразную массу



Свинные сосиски, тушенные в сидре, с яблоками и можжевельником

Тушеные сосиски не раз появлялись на страницах моих книг на протяжении многих лет, и все потому, что я их безумно люблю. Так что вот вам еще один рецепт — прекрасное, дарящее тепло и комфорт блюдо для зимнего ужина, для которого нужно большое количество воздушного картофельного пюре, чтобы вылить в него весь соус. Раздавите ягоды можжевельника и добавьте в блюдо — так они лучше раскроют свой вкус.

На 3–4 порции:

6 больших свиных сосисок весом около 450 г, предпочтительно из мяса выращенных на ферме, а не на комбинате свиней;
425 мл крепкого сухого сидра;
1 ст. л. яблочного уксуса;
1 зеленое яблоко (удалить сердцевину и порезать колечками);
1 красное яблоко (удалить сердцевину и порезать колечками);
1 дес. л. ягод можжевельника (раздавить пестиком или ложкой в ступке);
2 дес. л. оливкового масла;
225 г лука (очистить и нарезать кольцами);
1 большой зубчик чеснока (очистить и раздавить);
225 г слабо копченого бекона (крупно порезать);
1 ст. л. муки;
несколько веточек тимьяна;
2 лавровых листа;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также потребуется кастрюля с толстыми стенками емкостью 2,25 л, 30 см в диаметре, 7,5 см глубиной, с плотно прилегающей крышкой.

В большой сковороде с толстым дном разогрейте 1 десертную ложку оливкового масла на медленном огне. Обжарив на нем сосиски до румяной корочки, переложите их на тарелку. Добавьте лук, чеснок и бекон на сковороду и готовьте их, пока они также не подрумянятся, минут 10.

Тем временем на другой конфорке разогрейте на среднем огне кастрюлю с толстыми стенками, вылейте в нее десертную ложку оливкового масла. Когда она нагреется, положите в нее яблоки, нарезанные колечками, и обжаривайте их 2–3 минуты до золотистой корочки.

Положите в кастрюлю сосиски, следом бекон, лук и чеснок, всыпьте ложку муки, чтобы она впитала в себя сок, осторожно перемешайте деревянной ложкой. Маленькими порциями влейте сидр и яблочный уксус, помешивая после каждой. Затем добавьте тимьян, лавровые листья и раздавленные ягоды можжевельника, посолите и поперчите, но осторожнее с солью — бекон и так соленый. После этого плотно накройте кастрюлю крышкой и поставьте на медленный огонь примерно на час. Подавать на стол лучше вместе с картофельным пюре.

*Свинные сосиски, тушенные в сидре,
с яблоками и можжевельником,
с картофельным пюре (рецепт на с. 176)*



Алиго (картофельное пюре с чесноком и сыром)

Я впервые попробовала это блюдо в юго-западной Франции, в провинции Тарн, и это было лучшее картофельное пюре, которое я когда-либо пробовала. По возвращении я выяснила, что для приготовления этого блюда используется особый сыр под названием кантал, к сожалению, мало доступный широкой публике. Но после многочисленных экспериментов мне удалось найти приемлемый аналог — домашний сыр, произведенный в графстве Ланкашир, с прекрасным свежим молочным вкусом.

На 2 порции:

450 г картофеля «дезире» или «кинг Эдвард»;

2 зубчика чеснока (очистить и разрезать вдоль пополам);

25 г сливочного масла;

225 г тертого сыра ланкашир; соль, свежемолотый черный перец.



По мере взбивания картофель будет становиться ослепительно-белым и густым, и если вы поднимете венчик, за ним потянется густая плотная картофельная масса, похожая на горные вершины

Положите чеснок в маленькую кастрюлю с маслом и нагревайте его на самом слабом огне 30 минут, чтобы масло растаяло и настоялось. Тем временем снимите кожуру с картофеля тонким слоем и разрежьте его на равные дольки (крупные картофелины — на четвертинки, а мелкие — пополам). Положите картофель в пароварку, влейте немного кипятка из чайника в кастрюлю. Поставьте пароварку на кастрюлю, посолите картофель (1 десертная ложка соли), накройте крышкой и варите 20–25 минут до тех пор, пока картофелины не станут мягкими в центре (проверить это можно зубочисткой). После этого переложите картофель в миску побольше (желательно теплую) и накройте полотенцем, чтобы оно впитало пар.

Теперь взбейте картофель миксером — сначала на низкой скорости, чтобы раздробить картофелины, затем добавьте сливочное масло и чеснок, немного черного перца и горсть тертого сыра. Увеличивайте скорость миксера и продолжайте добавлять сыр, не переставая взбивать. Может показаться, что сыра очень много, но во время взбивания благодаря ему картофель становится ослепительно-белым и густым, а если поднять венчики, за ними потянется густая плотная картофельная масса. Когда весь сыр будет добавлен, сразу же подавайте блюдо на стол. Маринованный стейк (*см. следующую страницу*) — прекрасное дополнение, но такое пюре также хорошо подавать с сосисками.

Кстати: пока вы взбиваете, смесь становится плотной и прилипает к венчику, но не останавливайтесь, и все прилипшее пюре постепенно перемешается. Если вы не хотите, чтобы пюре остыло, поставьте миску на кастрюлю с медленно кипящей водой, но ненадолго.

Стейк из говядины в маринаде

Это очень просто и очень вкусно! Хорошо, если вы организованный человек и можете оставить стейк мариноваться за день до того, как он вам понадобится, но даже если это не так, то вполне можно обойтись несколькими часами. Этот рецепт разработан специально под алиго, но нужно два человека, чтобы его съесть, и два — чтобы приготовить: один готовит стейк, а второй взбивает картофель!

Положите стейки в неглубокую емкость или пластиковый контейнер. Смешайте красное вино, вустерширский соус и чеснок, залейте стейки получившейся смесью. Накройте пищевой пленкой или крышкой и поставьте в холодильник на несколько часов или, что предпочтительнее, на ночь. Перед приготовлением стейков слейте всю жидкость и обсушите мясо бумажной салфеткой, маринад отставьте в сторону до дальнейшего использования.

Сковороду среднего размера поставьте на сильный огонь и разогрейте масло. Обжарьте стейки с обеих сторон минуты по 4, и за 2 минуты до конца вылейте на сковороду оставшийся маринад, дайте ему закипеть и кипятите, пока он не уварится до половины объема. Когда стейки будут готовы, выложите их на подогретые тарелки, разрежьте их по диагонали и полейте соусом.

Украсить стейки можно веточками кресс-салата и тут же подавать на стол вместе с алиго.

На 2 порции:

2 стейка из говядины,
по 200–225 г каждый;
75 мл красного вина;
75 мл вустерширского соуса;
1 большой зубчик чеснока
(очистить и раздавить);
1 ч. л. арахисового или другого
масла без запаха.

Для украшения:

несколько веточек свежего
кресс-салата.

Вам также потребуется неглубокая емкость или пластиковый контейнер с крышкой, достаточно большой, чтобы стейки лежали в нем близко друг к другу.



*Стейк из говядины в маринаде
с алиго*

Картофельное пюре с тремя видами горчицы

Это прекрасный гарнир к окороку, густым или острым мясным блюдам, и конечно же, он отлично сочетается с сосисками.

На 4 порции:

900 г картофеля «дезире» или «кинг Эдвард» (почистить и отварить, см. рецепт «Восхитительного картофельного пюре», с. 176);
1,5 ст. л. зернистой горчицы;
2 ст. л. американской горчицы фирмы *French's*;
1 ст. л. острого горчичного порошка;
2 ст. л. сметаны;
50 г сливочного масла;
3–4 ст. л. молока или простых сливок;
соль, свежемолотый черный перец.

Пока варится картофель, смешайте сметану с тремя видами горчицы в маленькой миске. Слейте воду из пароварки, положите картофель обратно в горячую кастрюлю, накройте чистым полотенцем на 4 минуты, чтобы оно впитало пар, а затем добавьте горчицу, масло и немного свежемолотого черного перца. С помощью миксера покрошите картофель на медленной скорости, затем увеличивайте скорость и взбивайте нежное пышное пюре, добавив молоко или сливки. Добавьте приправ по вкусу перед подачей на стол.

Зеленое картофельное пюре с петрушкой

Пюре восхитительного цвета с привкусом петрушки, который так хорошо сочетается со вкусом картофеля. Это пюре особенно хорошо с рыбными блюдами, но также отлично подойдет к вареному окороку или окороку на гриле.

На 4 порции:

900 г картофеля «дезире» или «кинг Эдвард» (почистить и отварить, см. рецепт «Восхитительного картофельного пюре», с. 176);
50 г свежей кудрявой петрушки;
150 мл молока;
соль, свежемолотый черный перец.

Пока варится картофель, положите веточки петрушки в маленькую кастрюлю, добавьте молоко и медленно доведите до кипения. Потомите на медленном огне 5 минут, пока петрушка не обварится и не станет мягкой. Затем смешайте все вместе в блендере или кухонном комбайне, пока молоко не станет ярко-зеленым, минуты 2–3. Слейте полученную смесь через сито, чтобы избавиться от веточек петрушки, и вылейте ее обратно в кастрюлю. Когда картофель будет готов, слейте воду из пароварки и верните картофель в горячую кастрюлю, накрыв ее чистым полотенцем, и оставьте на 4 минуты. Миксером начните взбивать картофель в пюре, постепенно увеличивая скорость с минимальной до самой быстрой. Добавьте получившуюся зеленую массу и приправы, соль, свежемолотый черный перец. Взбейте картофель в легкое пышное пюре.

Картофельное пюре с кресс-салатом и каперсами

Это еще один рецепт картофельного пюре, которое так хорошо подходит к рыбным блюдам. Я обожаю подавать его с макрелью на гриле или сельдью, но оно также отлично сочетается с копченой рыбой.

Когда картофель сварится, слейте воду и оставьте его на 4 минуты, под чистым кухонным полотенцем, затем добавьте масло, молоко и сметану. Теперь с помощью миксера сначала покрошите картофель на маленькой скорости, затем добавьте кресс-салат, увеличьте скорость миксера и взбивайте до получения густой и пышной массы. Добавьте лимонный сок и каперсы, приправьте, хотя соль может и не понадобиться, поскольку каперсы и так соленые.

На 4 порции:

900 г картофеля «дезире» или «кинг Эдвард» (почистить и отварить, см. рецепт «Восхитительного картофельного пюре», с. 176);
150 г листьев кресс-салата без стеблей;
1 ст. л. соленых или маринованных каперсов;
50 г сливочного масла;
2 ст. л. молока;
2 ст. л. сметаны;
2 ст. л. лимонного сока;
соль, свежемолотый черный перец.



*Сверху по часовой стрелке:
алиго, картофельное пюре с тремя
видами горчицы, картофельное
пюре с кресс-салатом и каперсами,
зеленое картофельное пюре
с петрушкой*

Хрустящий запеченный картофель с шафраном

Это мой старый добрый рецепт запеченного картофеля, в который я решила добавить кое-что новенькое, а именно шафран (немного, только для аромата), который также придаст блюду восхитительный цвет и сделает его еще более аппетитным.

На 4 порции:

900 г картофеля «дезире» или «кинг Эдвард» (почистить и нарезать на кусочки ок. 4 см);

1 ч. л. высушенных рыльцев цветков шафрана;

1 ст. л. оливкового масла;
соль.

Вам также понадобится противень для выпечки размером 40×28 см.

Разогрев духовку до 220 °С, поместите в нее противень, добавив на него 2 ст. л. масла.

Сначала пестиком в ступке измельчите шафран в порошок. Затем поместите картофель в кастрюлю и залейте кипятком, чтобы он почти покрывал клубни. Добавьте десертную ложку соли и половину полученного шафранного порошка, накройте крышкой и кипятите на медленном огне 6 минут. Пользуйтесь таймером, на этом этапе очень важно не переварить картошку.

Когда время подойдет, проверьте зубочисткой, достаточно ли пушистые края у картофеля: проведите кончиком зубочистки вдоль картофелины, если она останется гладкой, оставьте вариться еще 2–3 минуты. Затем слейте воду, снова накройте кастрюлю крышкой и, плотно придерживая крышку, сильно встряхните кастрюлю, чтобы края у картошки стали еще более пушистыми. Тогда готовый картофель будет действительно хрустящим.

Теперь смешайте масло с остатком шафранного порошка, достаньте противень из духовки и поставьте на средний огонь. При помощи ложки с длинной ручкой осторожно, но быстро переложите картофель в горячий жир, встряхните противень, чтобы смазать картофель. Затем с помощью небольшой кисточки быстро смажьте картофелины шафранным маслом, убедившись, что они хорошо промаслились. Верните противень в духовку — на самый верхний уровень — на 40–50 минут, пока картофель не станет золотистым и хрустящим. Прежде чем подавать его к мясному, рыбному или другому блюду (например, к маринованной курице, рецепт которой описан на следующем развороте), посолите.

Кстати: классический печеный картофель готовится точно так же, но без шафрана. И не забудьте, что очень важно подавать такой картофель на стол сразу, до того, как он станет мягким.



Маринованная курица с медом и имбирем, в соусе из манго и изюма

Это еще один простой и быстрый рецепт для занятых людей, поскольку его нужно приготовить заранее, а затем готовить параллельно с хрустящим запеченным картофелем с шафраном (см. с. 184) при той же температуре. Так, теоретически, вы можете прийти с работы и приготовить ужин на четверых примерно за час.

На 4 порции:

4 куриные грудки на кости,
по 175 г каждая, с кожей;
соль, свежемолотый черный перец.

Для маринада:

2 ст. л. жидкого меда;
корень имбиря примерно 2,5 см
в длину (очистить и мелко
порезать);
1 ч. л. молотого имбиря;
2 зубчика чеснока (очистить
и измельчить);
цедра и сок $\frac{1}{2}$ лайма;
соль, свежемолотый черный перец.

Для соуса:

1 среднее или $\frac{1}{2}$ большого манго;
50 г винограда кишмиш;
цедра и сок 1 лайма;
 $\frac{1}{2}$ красного перца (очистить
от семян и мелко порезать);
 $\frac{1}{2}$ средней красной луковицы
(очистить и мелко порезать);
1 средний зеленый перец (очистить
от семян и мелко порезать).

Для украшения:

10 г свежих листьев кориандра.

Вам также потребуется форма
для запекания размером 20×15 см
и глубиной 4,5 см.

Для начала сделайте по два надреза глубиной примерно 5 мм на каждой куриной грудке, затем аккуратно положите грудки в форму для запекания. Теперь смешайте в миске все ингредиенты для маринада, взбейте и вылейте полученную массу на грудки, переверачивая их в маринаде, чтобы они лучше пропитались. Закройте блюдо пленкой и оставьте на ночь в холодильнике.

В маленькой миске смешайте кишмиш с цедрой и соком лайма, чтобы виноград пропитался им за ночь. Накройте их пленкой и закройте в холодильнике.

Перед приготовлением курицы разогрейте духовку до 220 °С. Сняв пленку с блюда с курицей, запеките грудки прямо в маринаде на верхнем уровне духовки 20–30 минут.

Пока курица готовится, очистите манго с помощью картофеле-чистки или острого ножа. Отделите мякоть от косточки и разрежьте ее на небольшие кубики со стороной примерно 5 мм, добавьте кишмиш вместе с остальными ингредиентами соуса и украсьте блюдо листьями кориандра. Подавать курицу на стол, полив ее соусом, а остатки соуса подать отдельно, вместе с миской запеченного картофеля с шафраном.



Курица, маринованная с имбирем и медом в соусе из манго и изюма, и хрустящий запеченный картофель с шафраном

Картофель буланжер с розмарином

*Это блюдо получило свое название потому, что во Франции картофель отдавали местному булочнику приготовить в печи для хлеба (от фр. *Boulangerie* — булочная). Приятно, что форму с картофелем можно просто поставить в духовку и забыть о нем, пока не придет время подавать его на стол. В отличие от других картофельных блюд, это можно подавать теплым, а не горячим.*

Подготовьте розмарин, оторвав листочки от веточек и помяв их в ступке пестиком. После этого мелко нарежьте $\frac{2}{3}$ розмарина. Разрежьте лук пополам, а затем эти половинки на как можно более тонкие кусочки. Картофель тоже порежьте, но не настолько тонко. Теперь все, что нужно сделать, — это разложить картофель и лук слоями в форме для духовки (сначала — картофель, потом — лук), присыпая розмарином и добавляя приправы. Выложите овощи слоями, последним слоем должен быть картофель, уложенный чуть внахлест, как черепица. Смешайте бульон с молоком и вылейте полученную массу на картофель. Приправьте верхний слой и посыпьте его целыми листьями розмарина. Выложите сверху на картофель маленькие кусочки сливочного масла и поставьте блюдо на верхний уровень духовки на 50–60 минут, пока картофель сверху не станет хрустящим и золотистым, а внизу мягким и нежным.

На 6 порций:

1,15 кг картофеля «дезире»
или «романо» (очистить);
10 г свежего розмарина;
2 средние луковицы (очистить);
275 мл овощного бульона;
150 мл молока;
40 г сливочного масла;
морская соль, свежемолотый
черный перец.

Вам также потребуется форма для запекания размером 28×20×5 см, слегка смазанная маслом.

Разогреть духовку до 180 °С.



Соте из картофеля по-лионски, приготовленное в духовке

Давайте признаем тот простой факт, что, хотя все очень любят соте из картофеля, с ним много мороки: кто-то должен стоять и готовить его, и для 4–6 человек вам понадобится как минимум 4 сковороды! И при этом кухня будет вся в жире. Но теперь обо всех этих неприятностях можно забыть, потому что я открыла, что соте из картофеля можно просто поставить в духовку и забыть о нем, пока оно не будет готово. Этот гарнир очень хорошо подходит к рецепту запеченного ягненка с чесноком и розмарином (см. с. 156).

На 4–6 порций:

900 г картофеля «дезире» (очистить и разрезать пополам, если клубни большие);

1 дес. л. соли;

3 ст. л. оливкового масла;

1 средняя луковица (очистить, разрезать пополам, а затем на кусочки по 5 мм);
крупная соль.

Вам также понадобится противень размером 40×28 см.

Разогрейте духовку до 220 °С.

Положите картофель в пароварку и поставьте в кастрюлю с кипящей водой, посолите, накройте крышкой и варите 10 минут (используйте таймер). Когда картофель будет готов, снимите пароварку с кастрюли, накройте картофель чистым кухонным полотенцем и дайте ему медленно остыть. Тем временем смажьте противень оливковым маслом и поставьте его на самый верхний уровень разогретой духовки минут на 10. Остывший картофель нарежьте кружочками толщиной примерно 7 мм каждый.

Вынув противень из духовки, поставьте на открытый огонь. Разложите картофель на противне, переворачивая каждый ломтик, чтобы он пропитался маслом, затем снова поставьте противень в духовку на верхний уровень на 10 минут. Пока картофель готовится, налейте оставшееся масло в миску, добавьте кусочки лука и перемешайте. Через 10 минут достаньте противень из духовки, разложите лук среди кусков картошки и верните противень в духовку еще на 10 минут. Проверьте, достаточно ли поджарился картофель, и, если он все же недостаточно зарумянился, запекайте еще 5 минут. Когда картофель будет готов, посолите его и тут же подавайте на стол.

Соус из красного лука, помидоров и перца чили

Этот рецепт я особенно рекомендую использовать к запеченным в духовке хрустящим картофельным чипсам со страницы напротив, которые, как мне кажется, идеально сочетаются со всевозможными видами соусов для макания.

На 4 порции:

1 маленькая луковица (очистить и мелко нарезать);

Снимите кожуру с помидоров: залейте их кипятком на 1 минуту, затем слейте воду и снимите кожицу. Измельчите лук, перец, чеснок и помидоры в кухонном комбайне, затем вылейте получен-

ную массу в кастрюлю, добавив сахар и уксус. Поставьте кастрюлю на медленный огонь и кипятите, не накрывая крышкой, 2 часа, после чего жидкость должна превратиться в жирный соус. Ближе к концу этого времени начинайте часто помешивать соус, чтобы он не пригорел. При необходимости добавьте соль и приправы, подавать на стол можно холодным или горячим. В закрытой банке соус может храниться в холодильнике несколько дней.

225 г спелых помидоров;
 $\frac{1}{2}$ маленького красного перца чили (очистить от семян и мелко нарезать);
1 зубчик чеснока (очистить и измельчить);
1 ст. л. темно-коричневого сахара;
120 мл бальзамического уксуса;
соль, свежемолотый черный перец.

Запеченные в духовке хрустящие картофельные чипсы

Хотите верить, хотите нет, но это низкокалорийное блюдо: всего одна десертная ложка масла на 4–6 человек, а потому не такое уж опасное, как может показаться на первый взгляд.

Тщательно вымойте картофель и обсушите его полотенцем — он должен быть как можно более сухим. Если вы купили уже мытый картофель, достаточно просто протереть клубни салфетками. Не снимая кожуры, разрежьте картофелины на четыре части, чтобы получились дольки толщиной примерно 2,5 см. Снова обсушите их с помощью полотенца, положите в миску с маслом и посолите. Несколько раз поверните кусочки картофеля в масле, чтобы они хорошенько промаслились, выложите на противень и запекайте 30 минут на верхнем уровне духовки — они должны стать золотистыми и хрустящими. Если нет, подержите в духовке еще несколько минут. Немного посолите и подавайте на стол.

На 4–6 порций:

900 г картофеля «дезире»;
1 дес. л. оливкового масла;
соль.

Вам также потребуется противень размером примерно 40×28 см.

Разогрейте духовку до 230 °С.

Для запеченных в духовке картофельных чипсов с чесноком и розмарином (помимо базовых ингредиентов, указанных выше):
2 зубчика чеснока (очистить и измельчить);
2 ст. л. листьев розмарина (мелко нарезать).



Запеченные в духовке хрустящие картофельные чипсы с соусом из красного лука, помидоров и перца чили

Картофельные ньокки с шалфеем, сливочным маслом и пармезаном

И вновь мы всем обязаны итальянцам: это они умеют приготовить из совершенно обычных ингредиентов что-то простое, но выдающееся по вкусу! Так же дело обстоит и с ньокками — небольшими дольками из картофельного пюре, муки и яйца. Не слишком воодушевляет, как может показаться на первый взгляд, но, так же как паста, приготовленная по старинке, ньокки обладают неповторимым вкусом и текстурой и могут подчеркнуть или перекрыть вкус других блюд. Этот рецепт очень прост. Подавайте ньокки с маслом, шалфеем и пармезаном (они также хороши с четырьмя сырами). Всегда готовьте их в тот же день, когда собираетесь подать их на стол: за ночь они утратят цвет.

На 2–3 порции:

275 г картофеля «кинг Эдвард»
(2 картофелины среднего размера);
95 г просеянной муки плюс еще
немного для раскатывания теста;
1 большое яйцо (слегка взбить);
соль, свежемолотый черный перец.

Для соуса:

50 г сливочного масла;
1 большой зубчик чеснока
(очистить и измельчить);
8 листьев свежего шалфея.

При подаче на стол:

3–4 ст. л. свеженатертого пармезана
(Parmigiano Reggiano).

Вам также понадобится неглубокая
форма для запекания размером
около 25,5×18 см.

Сложите картофель с кожурой в подходящую кастрюлю. Залейте кипятком так, чтобы вода почти покрывала его, посолите. Накройте крышкой и варите на медленном огне 20–25 минут, пока картофель не станет мягким. Слейте воду и, держа картофелины в чистом кухонном полотенце, очистите их от кожуры картофеле-чисткой. Положите картофель в большую миску и миксером взбейте в мягкую воздушную массу. Остудите.

Добавьте в пюре просеянную муку, половину взбитого яйца, приправьте и перемешайте вилкой. Руками замесите мягкое тесто, если оно покажется вам суховатым, добавьте примерно 1 чайную ложку яйца. Выложите тесто на стол, посыпанный мукой, руки также окуните в муку и разделите тесто на четыре части. Скатайте каждую четвертинку в колбаски примерно 1 см в диаметре и разрежьте их на кусочки по диагонали примерно 2,5 см длиной. Нарезанные кусочки выложите на противень, накройте пищевой пленкой и оставьте на 30 минут или чуть дольше.

После этого вилкой с прямыми зубчиками надавите на каждую ньокку, делая их поверхность волнистой с обеих сторон и придавая им форму маленьких полумесяцев. Волнистая поверхность поможет им лучше впитать соус. Снова накройте ньокки и поставьте в прохладное место, пока они вам не понадобятся.

Возьмите большую кастрюлю, налейте в нее 3,5 л воды и поставьте на медленный огонь. Тарелки, на которые вы собираетесь выкладывать ньокки, поставьте в духовку прогреться. Опустите ньокки в воду и варите 3 минуты. Они начнут всплывать на поверхность уже через 2 минуты, но надо подождать еще немного. Когда ньокки будут готовы, шумовкой положите их на подогретые тарелки. Перед подачей растопите масло, добавьте в него чеснок и поставьте на медленный огонь примерно на 1 минуту, пока чеснок не зарумянится. Затем добавьте листья шалфея и подождите примерно 30 секунд, пока масло не вспенится, а листья шалфея не станут хрустящими, полейте получившейся массой ньокки. Половину пармезана покрошите на ньокки, оставшуюся часть подавайте отдельно.



Ньокки из шпината под четырьмя сырами

Мне кажется, это блюдо идеально подойдет для пикника летним солнечным днем, но и зимой это прекрасный ланч для двоих или закуска для четверых. Как вариант вместо четырех сыров можно использовать только 2 и добавить 175 г хрустящего бекона или панчетты.

На 2–3 порции:

1 среднего размера картофелина
«кинг Эдвард», примерно 175 г;
225 г молодых листьев шпината;
175 г рикотты;
немного свежемолотого мускатного
ореха;
25 г муки плюс еще немного для
раскатывания теста;
1 крупное яйцо;
50 г маскарпоне;
1 ст. л. шнитт-лука (нарезать);
50 г сыра горгонзола (нарезать
кубиками);
50 г сыра фонтина (нарезать
маленькими кубиками);
50 г сыра пекорино романо
(натереть на мелкой терке);
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также потребуется неглубокая
форма для запекания размером
примерно 25,5×18 см.



Отварите картофель с кожурой, это займет примерно 20–25 минут. Оторвав от листьев шпината черенки, хорошенько промойте листья. Положите их в большую кастрюлю, поставьте на средний огонь и варите, накрыв крышкой, 1–2 минуты. Слейте воду через дуршлаг, отожмите и аккуратно нарежьте листья.

Когда картофель сварится, слейте воду и, держа картофелины в полотенце, очистите их от кожуры и протрите в миску. Затем добавьте к картофелю шпинат, рикотту, мускатный орех и муку. Взбейте яйцо, добавьте половину к картофельной смеси, приправьте. Аккуратно и бережно взбейте полученную массу вилкой. Руками замесите мягкое тесто — если оно покажется слишком сухим, добавьте примерно 1 чайную ложку яйца. Выложите тесто на стол, посыпанный мукой, и разделите его на четыре части. Скатайте каждую четвертинку в колбаску около 1 см в диаметре и разрежьте на кусочки примерно 2,5 см длиной по диагонали. Нарезанные кусочки выложите на противень. Накройте противень пленкой и оставьте минут на 30 или чуть дольше.

После этого вилкой с прямыми зубчиками надавите на каждую ньокку, делая их поверхность волнистой с обеих сторон и придавая им форму маленьких полумесяцев. Волнистая поверхность поможет им лучше впитать соус. Снова накройте ньокки и поставьте в прохладное место, пока они вам не понадобятся.

Перед тем, как варить ньокки, подготовьте сыр. Разогрейте гриль до максимальной температуры, поставьте на медленный огонь кастрюлю с 3,5 л воды и оставьте тарелку, куда собираетесь выкладывать ньокки, рядом с грилем, чтобы она прогрелась. Опустите ньокки в воду и варите 3 минуты. Они начнут всплывать на поверхность уже через 2 минуты, но надо подождать еще немного. Когда ньокки будут готовы, шумовкой выложите их на блюдо. После этого быстро сначала положите туда маскарпоне и шнитт-лук, затем покрошите горгонзолу и фонтину, приправьте и посыпьте все толстым слоем пекорино. Поставьте блюдо под гриль на 3–4 минуты, пока сыр не станет золотисто-коричневым и не запузырится. Подавать блюдо лучше сразу же на теплых тарелках.

Кстати: простые картофельные ньокки со с. 190 также можно подавать с четырьмя сырами, как описано выше.

Картофельный салат с сыром рокфор

Этот картофельный салат с нежным, пикантным рокфором, сельдереем и луком-шалотом хорошо есть как сам по себе, так и вместе с холодной нарезкой из мясного ассорти. Этот рецепт также хорош под Рождество.

Картофель положите в пароварку, поставьте на кастрюлю с кипящей водой, посолите, накройте крышкой и варите 20–25 минут.

Приготовьте заправку, для чего необходимо чеснок вместе с 1 чайной ложкой соли растереть в ступке до кремообразной массы, добавить горчицу, хорошо перемешать. Влить лимонный сок, уксус, а затем масло. Все вместе перемешать до однородности. В средней миске смешайте сметану с майонезом, постепенно добавляя туда заправку. Все тщательно перемешайте, добавьте сыр, приправы и черный перец.

Когда картошка будет готова, снимите пароварку с кастрюли, накройте полотенцем на 4 минуты, чтобы оно впитало остатки пара. Клубни побольше разрежьте пополам, выложите картошку в большую миску и, пока она еще теплая, полейте заправкой и добавьте лук-шалот и сельдерей. Осторожно перемешайте. Перед подачей на стол посыпьте остатками рокфора и зеленым луком.

На 6–8 порций:

900 г мелкого молодого картофеля или салатного картофеля;
25 г рокфора, раскрошенного;
4 луковицы-шалот (очистить и мелко порезать);
2 стебля сельдерея (очистить и порезать на кусочки 5 мм длиной);
4 зеленых лука (очистить и мелко порезать);
соль.

Для заправки:

40 г сыра рокфор (покрошить);
1 зубчик чеснока (очистить);
1 ч. л. соли;
1 ч. л. зернистой горчицы;
1 ст. л. лимонного сока;
2 ст. л. бальзамического уксуса;
2 ст. л. оливкового масла;
150 мл полужирной сметаны;
2 ст. л. майонеза;
свежемолотый черный перец.







9

Все сорта риса

Я научу вас, как приготовить идеальный рис, светлый, воздушный и рассыпчатый. Но сначала вы должны пообещать мне запомнить 3 простых слова: *не трогайте его!* Если вы сдержите свое обещание, то вы всегда сможете приготовить длиннозерный рис идеально и с ним больше никогда не будет никаких хлопот.

Враг

Враг номер один пышного, рассыпчатого риса — деревянная ложка, или, если быть более точным, нетерпеливый повар, который ее использует. Нервное тыканье и постоянное помешивание губят рис. Это основное, что вам нужно помнить при приготовлении самого обычного сорта риса, который используется в рецептах чаще всего, — длиннозерного. Однако существует множество сортов риса, и каждый из них, безусловно, требует определенного способа приготовления. Так что ключевой момент для новичков — знать, какой именно сорт риса вы используете, еще до начала готовки или даже до покупки риса.

Знай свой рис

Самый простой подход к приготовлению риса — мыслить четырьмя категориями в зависимости от приготавливаемой пищи: первая — пышный, рассыпчатый рис, о котором говорилось выше; вторая — жидкий, кремообразный рис, используемый для приготовления ризотто; третья — клейкий рис, распространенный на Дальнем Востоке; и наконец, последняя категория, которую я называю рис-деликатес, отличающаяся собственными характерными особенностями, стоящая особняком от категорий, перечисленных выше.

Коричневый или белый?

Зерна риса, как и зерна пшеницы, иногда мелют, что означает, что маслосодержащая и отрубная оболочки зерна удаляются в процессе обработки, обнажая внутреннее зерно, которое в зависимости от сорта риса имеет разную окраску (от молочно-белого до чисто белого) и разную форму. Если маслосодержащую и отрубную оболочки оставить нетронутыми, цвет зерна становится довольно привлекательным, зеленовато-коричневым, отсюда и название — «коричневый рис». Вкус у такого риса более выраженный, чуть ореховый, а текстура менее мягкая, с большим количеством зазубрин, чем у белого риса.

Преимущество такого риса (как можно предположить) — в большем содержании волокон, витаминов и минералов, но его и дольше готовить — 40 минут в отличие от 15, которые занимает приготовление белого риса. Однако разнообразие хорошо само по себе, а потому случается, что в некоторые моменты я предпочитаю коричневый рис белому при подаче к определенным блюдам — с перцем, к примеру, или в рисовом салате. С другой стороны, для приготовления карри я всегда использую белый рис, но хорошо экспериментировать и определять собственные предпочтения.

Длинный или короткий?

Что определяет принадлежность риса к одной из четырех категорий, описанных выше, — так это форма зерна (хотя есть несколько странных исключений, но о них несколько позднее).

Длиннозерный рис — то что надо, и чем длиннее и тоньше зерно, тем лучше его качество. Поэтому зерна должны быть

мегатонкими, с кончиками, острыми, как иголки: такие зерна подойдут для рассыпчатого, пышного риса, и лучше всего для этого подходит сорт под названием *басмати*. Он дороже остальных, но поскольку главное в готовке — вкус, то именно этот сорт нужно покупать, потому что у него превосходный вкус. Хотя на свете существует бесчисленное множество видов длиннозерного риса, я считаю, что стоит немного переплачивать, но покупать именно басмати.

Коричневый или белый, этот — однозначно лучший.

Средняя или маленькая длина рисового зернышка (круглозерный рис)

Эти зерна не вытянутые и тонкие, но более круглые и пухлые. Такой рис подходит для второй из четырех категорий, описанных выше. Но и тут есть свои национальные предпочтения и различия по качеству.

Итальянский рис для ризотто, также называемый *арборио*, превосходен, но для ризотто высшего качества также подходят *карнароли* и *виалоне нано*. Для кремовых, почти жидких ризотто рис нужно постоянно помешивать, что поможет высвободиться содержащемуся в нем крахмалу, именно он помогает создать прекрасную, нежную кремообразную массу. Тот же вид круглозерного риса используется в Испании, а одна из самых лучших разновидностей данного сорта пришла из испанской провинции Валенсия и называется *каласпарра* — она используется для приготовления паэльи, хотя тут зерна не перемешиваются постоянно, а потому остаются твердыми и разделенными, но с влажными, мягкими кончиками.

В Японии также используют различные сорта круглозерного риса, ранжируемые по степени «клейкости» — самый клейкий используют для приготовления суши (и это логично, что в стране, где едят палочками, предпочитают более клейкий, цепкий рис, такой, чтобы было легче ухватить). Такой рис называют клейким не потому, что в нем содержится клейковина, как можно подумать исходя из названия, и я предпочитаю называть его *липким*, что, как мне кажется, точнее отражает его сущность.

В Таиланде и Юго-Восточной Азии выращивают и предпочитают рис под названием *жасмин*, или *ароматный рис*, и опять-таки мне кажется, что название это несколько неправильное, потому что этот рис не более ароматен, чем остальные сорта. Как бы там ни было, по качеству он очень хорош, хотя вообще-то относится к длиннозерному рису, и в готовом виде текстура его зерен достаточно твердая, кончики зерен острые, но он отличается липкостью — каждое зернышко крепко приклеено к другому. В таком случае рис одновременно воздушный и липкий, и таким он и должен быть.

Деликатесные виды риса

Эти сорта имеют собственные индивидуальные характеристики. Первый из них — *красный рис камарк*. Хотя остальные сорта



Верхний ряд, слева направо: черный рис, тайский ароматный рис, японский рис

Средний ряд, слева направо: красный рис камарк, коричневый рис басмати, рис для ризотто

Нижний ряд, слева направо: дикий рис, белый рис басмати, рис для пудинга



*Всегда измеряйте рис объемом.
Для варки используйте в два раза
большее количество воды*



*Сначала обжарьте лук, потом
добавьте рис, помешивая зерна,
чтобы они лучше промаслились*



*Следом добавьте кипяток
и посолите рис в кастрюле*

красного риса выращиваются в Америке, этот растет во Франции и отличается превосходным качеством. Это неочищенный короткозерный рис коричневатого-красного цвета, и я бы описала его характер как грубый и дерзкий, с твердой, несколько тягучей текстурой и ореховым вкусом. Он чудо как хорош в салатах и в комбинациях с другими острыми привкусами. Поскольку это короткозерный рис, он слегка липкий и не должен быть рассыпчатым и воздушным после варки.

Черный рис (красновато-черный на самом деле) — азиатский рис, используемый для приготовления сладостей и пудингов. Становится пурпурным в процессе варки. Здесь, в Англии, он постепенно входит в моду, как это произошло в Австралии, где практически в любом хорошем ресторане обязательно есть специальный пудинг из черного риса, приправленный сиропом из пальмового сахара, кокосового молока и лайма. Если вам повезет купить такой рис, следуйте инструкции на упаковке, которые могут варьироваться.

Дикий рис — собственно, не рис, а семена травы, выращенной в районе североамериканских Великих озер. Как бы то ни было, она называется рисом, и я внесла ее в свой список, поскольку готовится и подается она так же, как рис, но только в течение 50 минут.

Семена очень длинные, крайне привлекательные на вид, блестящего черного цвета, отличаются тонким копчено-ореховым вкусом. Они хороши для салатов, а также с острыми блюдами. Во время приготовления такого риса зерна слегка взрываются, что абсолютно нормально и не является провалом, хотя, как и при варке обычного риса, важно не переварить такой рис.

Неудачники

Конечно же, существует тысяча и один сорт риса, и в том списке, который я дала чуть выше, я перечислила лучшие по качеству. Рис в пакетиках лишь поддерживает миф о том, что готовить рис сложно, — люди обычно покупают такой рис из страха. Надеюсь, «Как готовить» развеет этот миф, и вы сможете насладиться великолепным вкусом риса, приготовленного вами. Полуготовый или полувареный рис готовится до помолы: это делает рисовые зерна более прочными, а потому требуется больше времени для варки такого риса. Такой рис получается более рассыпчатым, но теряет во вкусе, как мне кажется, а потому я бы не советовала его использовать. Рис быстрого приготовления частично приготовлен после помолы, а затем высушен, так что все, что ему нужно, — вновь пропитаться водой. Он быстро готовится — в течение 8–10 минут вместо 12–15, но потеря в качестве и вкусе автоматически зачисляет его в категорию «частично белый», то есть вялый и мягкий.

Рис для пудинга

Когда я была маленькой (а это было очень давно), у нас в Британии всегда продавалось несколько сортов риса, объединенных одним названием — рис для пудинга. Во всем мире этот рис

используется для приготовления сладких блюд, но, по моему мнению, лучше всего он подходит для рисового пудинга (рецепт см. на с. 212). Он очень липкий после варки, а сваренный в молоке, становится замечательно мягким и кремообразным.

Мыть или не мыть — вот в чем вопрос

С тех пор как я узнала, что, промывая рис перед варкой, вы вымываете из него все полезные вещества, я перестала его мыть. Тем более что сегодняшний рис хорошо очищается в процессе помола. Более того, кипяток, которым вы обдадите рис, завершит процесс очистки. Я думаю, что многие традиционные способы приготовления риса, которые требуют многочисленных промываний и споласкиваний, идут из тех времен, когда рис продавался не таким чистым, как сегодня.

10 правил идеального риса

- 1 Всегда измеряйте рис объемом, а не весом. Используйте мерный кувшин и отмеряйте по 65 мл на человека (130 мл на две порции, 260 мл — на четверых и т.д.).
- 2 Перед тем как добавить воду, налейте немного масла и обваляйте в нем зерна риса — это сделает его более рассыпчатым. Если добавить еще и лук (см. рецепт ниже) — это сделает вкус насыщеннее. Но это необязательно, вы можете просто отварить рис в воде.
- 3 Жидкости должно быть в два раза больше, чем риса, т.е. на 150 мл риса нужно 300 мл воды или бульона. Всегда добавляйте горячую воду или бульон.
- 4 Не забудьте добавить соль: примерно 1 ч. л. на каждые 150 мл риса.
- 5 Для варки рассыпчатого, воздушного риса лучше всего подойдет сковорода с крышкой. С годами я выяснила, что чем тоньше и шире слой риса при варке, тем лучше он готовится. Так что сковорода диаметром 25,5 см с крышкой будет очень хорошим вложением. Если у вас нет такой сковороды, найдите достаточно большую крышку от какой-нибудь кастрюли, чтобы она покрывала вашу обычную сковороду.
- 6 Когда горячая жидкость добавлена, помешать нужно только один раз. Затем накройте сковороду крышкой и уменьшите огонь до минимума. Готовьте 15 минут белый рис и 40 минут — коричневый.
- 7 Не трогайте его! Накройте сковороду крышкой, включите таймер и уходите из кухни. Если вы поднимете крышку и выпустите пар, рис будет вариться медленнее и дольше, а варить его нужно как можно быстрее. Может быть даже хуже: если вы будете постоянно его помешивать, вы можете поломать нежные зернышки — тогда из них выделится крахмал, и рис получится липким.
- 8 Пользуйтесь таймером: переваренный рис — это ужасно. Лучший способ проверить, готов ли рис, — попробовать



Перемешайте рис только один раз — если помешивать его постоянно, в результате вы ломаете хрупкие зернышки, и рис в итоге получится липким



Накройте крышкой и оставьте на маленьком огне на 15 минут



Как только рис будет готов, снимите кастрюлю с огня и накройте полотенцем на 5–10 минут

зернышко на зуб. Другой способ — аккуратно наклонить сковороду: если на краю крышки собирается жидкость, рис нужно готовить еще несколько минут.

9 Когда рис готов, снимите крышку, выключите огонь и накройте сковороду кухонным полотенцем на 5–10 минут. Оно впитает в себя остатки пара, и рис останется сухим и рассыпчатым.

10 Перед тем как подавать, разрыхлите рис палочкой или вилкой.

Идеальный рис

На 4 порции:

275 мл белого риса басмати;
1,5 ст. л. арахисового масла или
любого другого масла без запаха;
1 маленькая луковица (очистить
и мелко порезать);
570 мл кипящей воды;
1 ст. л. соли.

Вам также понадобится сковорода
диаметром 25,5 см с плотно
прилегающей крышкой.

Для начала разогрейте сковороду на среднем огне, добавьте масло и лук, потушите 3–4 минуты, пока лук слегка не зарумянится. Добавьте рис — мыть его нет нужды — и обваляйте зернышки в масле, чтобы они промаслились и стали блестящими. Затем добавьте кипятка, соль, перемешайте (только один раз!) и накройте крышкой. Уменьшив огонь до минимума, оставьте рис на 15 минут. Не снимайте крышку и не помешивайте рис все это время, потому что так вы поломаете зерна, из них выделится крахмал, и рис получится липким.

Через 15 минут наклоните сковороду, чтобы проверить, вся ли жидкость испарилась. Если нет, то поварите рис еще минуту-другую. Когда в сковороде не останется жидкости, снимите ее с огня, накройте чистым кухонным полотенцем и дайте постоять 5–10 минут перед подачей на стол. Затем переложите рис в теплую посуду и слегка разрыхлите его вилкой — блюдо можно подавать.

Ризотто под соусом карбонара, приготовленное в духовке

Я настолько люблю пасту с соусом карбонара, что однажды решила попробовать ее с ризотто — те же ингредиенты: панчетта, вяленый в специях бекон — типичный мясной продукт итальянской кухни, яйца и острый сыр пекорино. Результат получился сногшибательным — вся съемочная группа была в восторге.

Прежде всего на большой горячей сковороде на среднем огне обжарьте панчетту или бекон в его собственном жире 4–5 минут, пока он не станет золотистым и хрустящим, затем переложите его на тарелку. Следом добавьте на сковороду сливочное масло, лук, уменьшите огонь до минимума и дайте луку потушиться в масле

На 2 порции:

225 мл риса карнароли;
125 г панчетты или мелко
нарезанного бекона;
25 г сливочного масла;

минут 5. Тем временем разогрейте бульон в маленькой кастрюльке. Положите на сковороду бекон или панчетту, а после добавьте рис и несколько раз встряхните сковороду, чтобы каждое зернышко покрылось слоем масла. Теперь добавьте в рис бульон, соль и перец. Дайте рису повариться в бульоне некоторое время, а затем переложите все вместе со сковороды на разогретую форму для запекания, перемешайте разок и выпекайте без крышки, на центральном уровне духовки 20 минут (пользуйтесь таймером).

Когда время выйдет, добавьте пекорино, осторожно помешивая рис, поставьте таймер еще на 15 минут. Взбейте яйцо с желтком и сметаной, вынув ризотто из духовки, влейте полученную массу, убедитесь, что в ней нет комочков. Верните ризотто в духовку еще на 2 минуты — за это время яйца и сметана должны загустеть, — но не дольше, а то они будут слишком густыми. Подавать лучше на теплых тарелках, посыпав сверху остатками пекорино романо.

Кстати: для приготовления данного блюда используются сырые яйца.

1 средняя луковица (очистить и мелко порезать);
725 мл куриного или овощного бульона;
75 г тертого сыра пекорино романо плюс еще немного для заправки;
1 крупное яйцо;
2 желтка;
1 ст. л. сметаны;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится круглая форма для запекания диаметром 23 см, 5 см глубиной, поставленная в разогревающуюся духовку.

Разогреть духовку необходимо до 150 °С.



Жареный рис по-китайски

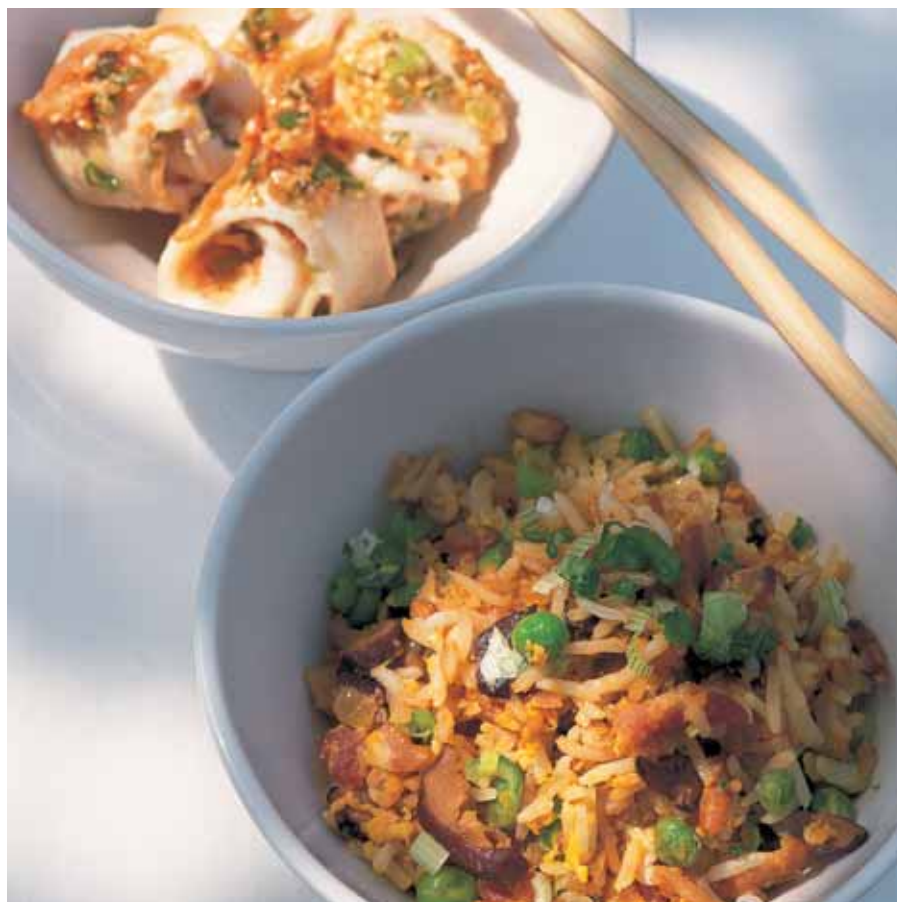
Самое важное, что вы должны помнить, обжаривая рис, — он должен быть вареным, но холодным. Для приготовления данного блюда я использовала китайские продукты — их легко достать, если вы живете рядом с поставщиками китайской еды. Если нет, то можно легко заменить сушеные креветки и сушеные грибы шиитаке на аналогичные свежие продукты.

На 4 порции:

225 мл белого риса басмати (см. рецепт идеального риса на с. 200, но вместо 570 мл кипятка возьмите только 450 мл), остуженного;
25 г сушеных китайских креветок;
5 г сушеных китайских грибов;
450 мл кипятка;
1,5 ст. л. арахисового или другого масла без запаха;
1 маленькая луковица (очистить и мелко нарезать);
4 ломтика бекона (нарезанного на кусочки по 5 мм);
50 г гороха, по возможности свежего или размороженного;
2 больших яйца (слегка взбить);
2 зеленых лука (перья) (разделить вдоль и мелко нарезать);
1 ст. л. японского соевого соуса.

Вам также понадобится вок (круглая глубокая сковорода с выпуклым дном) или сковорода диаметром 25,5 см.

Положите креветки и грибы в маленькую миску, залейте кипятком и оставьте на 30 минут. Затем слейте жидкость, удалите у грибов ножки и мелко нарежьте их. Затем разогрейте половину масла в воке или на сковороде и, когда оно будет очень горячим, быстро обжарьте лук и бекон, постоянно перемешивая, пока бекон не станет хрустящим. Затем добавьте креветки, горох и грибы и быстро обжарьте их в течение 1 минуты. Теперь добавьте оставшееся масло на сковороду и, когда оно задымится, всыпьте рис и быстро обжарьте все это в течение 30 секунд. Распределите ингредиенты ровным слоем на сковороде и влейте яйца. Пока смесь не слишком привлекательна на вид, но продолжайте обжаривать ее, перемешивая время от времени, и яйца вскоре смешаются с другими ингредиентами. Покрошите зеленый лук и налейте соевый соус, еще раз все хорошенько перемешайте и подавайте на стол.



Жареный рис по-китайски с рыбой по-восточному, приготовленной на пару, с имбирем, соевым соусом и кунжутом

Рыба по-восточному, приготовленная на пару, с имбирем, соевым соусом и кунжутом

Это может быть быстрый ужин для всей семьи или экзотическое развлечение: все что нужно — это сито для пароварки — бамбуковое или обычное.

Для начала подготовьте все ингредиенты. Имбирь тонко нарежьте вдоль, а потом — на мелкие кусочки. Чеснок и зеленый лук мелко порежьте (перья вместе с луковицей).

Среднего размера сковороду поставьте на огонь и, когда она нагреется, добавьте семена кунжута и обжаривайте их на сухой сковороде, время от времени встряхивая сковороду, пока они не станут золотисто-коричневыми — это займет 1–2 минуты. Переложите кунжут в миску.

Затем добавьте на сковороду масло и на среднем огне слегка обжарьте чеснок и имбирь — они должны приобрести бледно-золотистый оттенок, но не слишком зарумяниться, поэтому необходимо следить, чтобы сковорода не нагрелась слишком сильно. Положите их в миску с кунжутом, вылейте туда же остатки масла со сковороды, затем добавьте лимонный сок, соевый соус и зеленый лук.

Приправьте рыбу, обваляйте ее в полученной массе с обеих сторон, скатайте небольшие рулетики и полейте остатками массы из миски. Все это можно сделать заранее, а затем положить рыбу в холодильник (но не оставляйте ее открытой!).

Когда придет время готовить рыбу, выложите сито для пароварки листами салата-латука (или фольгой). Положите в него рыбу, накройте крышкой и готовьте на пару 8–10 минут. Подавать рыбу я рекомендую с жареным рисом по-китайски (см. рецепт слева).

На 4 порции:

700 г филе морского языка, без кожи (порезать вдоль природных волокон — спросите продавца в магазине, как это сделать);
корень имбиря 6 см в длину (очистить);
1 ст. л. японского соевого соуса;
1 ст. л. кунжута;
1 дес. л. кунжутного масла;
3 зубчика чеснока (очистить);
2 зеленых лука;
1 дес. л. арахисового или любого другого масла без запаха;
сок 1 лимона;
несколько внешних листьев салата-латука, чтобы выложить ими сито для пароварки;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится сито для пароварки — бамбуковое или обычное.

Очень красный рис

Это был рецепт, созданный специально для «Комической помощи» — отсюда и название, и я всегда с улыбкой вспоминаю, как мы снимали эти уморительные уроки кулинарии, которые потом переделали в телевизионную передачу. Это также просто прекрасный рецепт — он хорош как для барбекю, так и для свиных отбивных (см. рецепт справа).

На 4 порции:

275 мл красного риса;

1 ст. л. растительного масла;

10 г сливочного масла;

1 маленький красный перец
(очистить от зерен и мелко
нарезать);

1 маленькая красная луковица
(очистить и мелко нарезать);

425 мл кипятка;

1 ч. л. соли.

Для украшения:

2 зеленых лука (очистить и мелко
нарезать);

несколько веточек кресс-салата.

Вам также потребуется сковорода
с крышкой диаметром 25,5 см.

Сначала на медленном огне разогрейте растительное и сливочное масло. Увеличив огонь до максимума, быстро обжарьте перец и лук, пока они не размякнут и не почернеют слегка на концах, — 6–7 минут. После этого уменьшите огонь, добавьте красный рис на сковороду и перемешайте, чтобы рис пропитался маслом. Влейте кипяток, посолите и снова размешайте. Когда рис забулькает, накройте его крышкой и варите 40 минут. После этого, не снимая крышки, уберите с огня и оставьте еще на 15 минут. Украсить рис можно зеленым луком и кресс-салатом. Подавать лучше к запеченным в духовке свиным отбивным в кленовом соусе барбекю (см. рецепт напротив).



*Очень красный рис с запеченными
в духовке свиными отбивными
в кленовом соусе барбекю*

Запеченные в духовке свиные отбивные в кленовом соусе барбекю

Прошу прощения за столь длинный список ингредиентов для соуса, но он готовится за 5 минут и затем превращается в прекрасную пряную тягучую жидкость.

Смешайте оливковое масло с лимонным соком, положите отбивные в форму для духовки вместе с луком. Приправьте солью и перцем, затем смажьте отбивные маслом с лимонным соком. Все это можно подготовить заранее, а затем накрыть и поставить в прохладное место.

Перед приготовлением отбивных разогрейте духовку до 200 °C, поставьте форму с отбивными на верхний уровень и запекайте в течение 25 минут (ни минутой больше или меньше!). Тем временем смешайте все ингредиенты для соуса в керамическом горшочке и на маленькой скорости взбейте полученную массу миксером. Когда 25 минут истекнут, вынув форму из духовки, слейте скопившийся в ней жир и полейте отбивные соусом, чтобы все хорошо пропиталось.

Верните форму обратно в духовку еще на 25 минут. Дважды полейте отбивные соусом за это время. После этого, вынув форму из духовки, поставьте ее на медленный огонь. Влейте в соус красное вино, размешайте и дайте ему покипеть в течение 1 минуты. Подавать отбивные рекомендую на подушке из очень красного риса, полив сверху соусом и украсив веточками кресс-салата.

На 4 порции:

4 свиные отбивные;
1 ст. л. оливкового масла;
1 дес. л. лимонного сока;
1 средняя луковица (очистить и мелко нарезать);
соль, свежемолотый черный перец.

Для соуса:

2 ст. л. чистого кленового сиропа;
75 мл красного вина;
4 ст. л. японского соевого соуса;
2 ст. л. уксуса из красного вина;
1 ст. л. томатного пюре;
1 ч. л. имбиря;
1 ч. л. горчичного порошка;
2 зубчика чеснока (очистить от зерен и измельчить);
1,5 ч. л. соуса табаско.

Для украшения:

55 мл красного вина;
несколько веточек кресс-салата.

Вам также понадобится неглубокая форма для выпечки размером 30×20×4,5 см.

Салат из красного риса с сыром фета

Это прекрасный салат для пикника солнечным летним днем.

На 4 порции:

275 мл красного риса;
200 г сыра фета;
1 ч. л. соли;
570 мл кипятка;
2 головки лука-шалота (очистить и мелко нарезать);
50 г листьев свежей рукколы (измельчить);
3 шт. зеленого лука, (очистить и мелко нарезать, включая зеленую часть);
соль, свежемолотый черный перец.

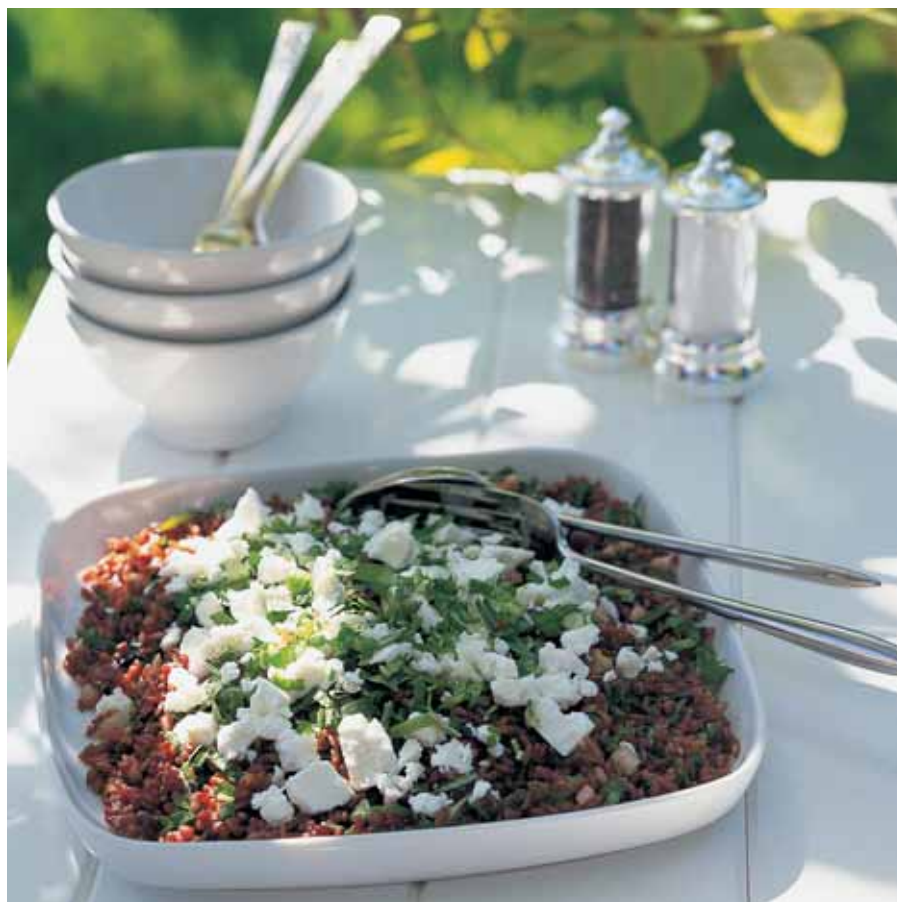
Для заправки:

1 маленький зубчик чеснока (раздавить);
0,5 ч. л. соли;
1 ч. л. зернистой горчицы;
1 ст. л. бальзамического уксуса;
2 ст. л. оливкового масла extra virgin;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также потребуется сковорода диаметром 25,5 см с крышкой.

Сначала выложите рис на сковороду, добавьте 1 чайную ложку соли, залейте кипятком, доведите до кипения, накройте крышкой и дайте рису повариться еще 40 минут. После этого снимите крышку и оставьте его еще на 15 минут.

Тем временем вы успеете приготовить заправку: раздавите чеснок с солью в ступке до состояния кашицы, добавьте горчицу и подавите еще немного, после этого добавьте уксус и перец. Влейте масло и на маленькой скорости взбивайте полученную массу миксером. Переложите рис на блюдо, полейте сверху заправкой и тщательно перемешайте. При необходимости можно добавить специи, а затем отставить в сторону и дать ему остыть. После этого добавьте лук-шалот, листья рукколы и зеленый лук. Непосредственно перед подачей на стол покрошите сверху сыр фета.



Джамбалайя (плов)

с тигровыми креветками

Это простое и приятное блюдо из риса пришло к нам из традиционной каджунской кухни (США, штат Луизиана). Его очень легко переделать под имеющиеся у вас под рукой продукты — рыбу, курицу и даже свинину.

Вскипятите 570 мл воды. Сырые креветки бросьте в кипяток на 3 минуты, выньте их из воды, воду не выливайте (готовые креветки не требуют этого). Отложите в сторону 2 неочищенные креветки и очистите все остальные: оторвите головы и снимите панцирь с остальной части, хвостики лучше оставить. Острием ножа удалите черную жилку со спинки каждой креветки. Положите панцири креветок в кастрюлю с водой и варите на медленном огне 30 минут без крышки, чтобы приготовить бульон. Выбросите панцири, перелейте бульон в горшочек и накройте, чтобы он не остыл.

Разогрейте сковороду на сильном огне и обжаривайте чоризо без добавления жира до румяной корочки, переложите колбаски на тарелку и отставьте в сторону. Добавьте на сковороду 1 столовую ложку масла, и когда оно нагреется, обжарьте в нем лук 2–3 минуты до золотистого цвета, верните на сковороду чоризо и добавьте чеснок, сельдерей и перец. Жарьте еще 4–5 минут, пока сельдерей и перец также не размякнут и не станут слегка коричневыми по краям, при необходимости можно добавить немного масла. Всыпьте рис и дайте ему пропитаться маслом, затем отлейте 340 мл бульона и добавьте в него соус табаско. Выложите на сковороду нарезанные помидоры и лавровый лист, а после этого вылейте туда бульон. Приправьте солью и перцем, размешав и придавив рис, чтобы он оказался под слоем жидкости. Уменьшите огонь до минимума, накройте сковороду крышкой и готовьте 20 минут. Проверив, готов ли рис, выложите на сковороду очищенные и 2 неочищенные креветки, при необходимости добавьте бульон. Накройте крышкой на 5 минут, а затем подавайте на стол.



На 2–3 порции:

8 сырых тигровых креветок, неочищенных, свежих или замороженных и тщательно размороженных, можно также использовать средиземноморские неочищенные креветки;
110 г колбасок чоризо (очистить и нарезать на кусочки по 2 см);
1–2 ст. л. оливкового масла;
1 средняя луковица (очистить и нарезать кусочками по 1 см);
2 зубчика чеснока (очистить и раздавить);
2 палочки сельдерея (очистить и нарезать по диагонали на кусочки по 1 см);
1 зеленый перец (очистить от семян и мелко нарезать);
1 желтый перец (очистить и мелко нарезать на кусочки по 1 см);
175 мл белого риса басмати;
1 ч. л. соуса табаско;
3 средних помидора (обварить кипятком, снять кожицу и мелко нарезать);
1 лавровый лист;
1 ст. л. грубо нарезанных листьев петрушки (для украшения);
2 зеленых лука (очистить и мелко нарезать, для украшения);
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится сковорода диаметром 25,5 см с крышкой.

Пряный плов с орехами

На 4 порции:

275 мл белого риса басмати;
25 г орешков кешью, несоленых;
25 г фисташек, очищенных,
несоленых;
25 г кедровых орешек;
2 головки кардамона;
1 ч. л. тмина;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. кориандра;
1,5 ст. л. арахисового или любого
другого масла, чей вкус не
перебивает вкус основного блюда;
1 маленькая луковица (очистить
и мелко нарезать);
570 мл кипятка;
кусочек палочки корицы 2,5 см
в длину;
1 лавровый лист;
1 ст. л. соли.

Вам также потребуется сковорода
с крышкой диаметром 25,5 см.

Мне всегда нравился восхитительный запах пряного плова — он прекрасен сам по себе, но добавьте орехи — и у него появится «изюминка». Как бы то ни было, это также прекрасный гарнир к любому острому блюду, особенно он хорош с курицей, рецепт которой вы найдете на странице напротив.

Прежде всего пестиком в ступке разотрите кардамон, тмин и кориандр. Затем поставьте сковороду на средний огонь, добавьте толченые специи, увеличьте огонь до максимума и, встряхивая сковороду, подсушите и поджарьте их — это позволит вкусу специй лучше раскрыться. Уменьшив огонь до среднего, добавьте масло, лук и орехи и обжарьте их, пока не зарумянятся. Всыпав рис, размешайте его, чтобы зерна хорошенько промаслились и заблестели, и влейте на сковороду кипяток. Добавьте корицу, лавровый лист, хорошенько посолите, перемешайте только один раз и накройте крышкой. Уменьшив огонь до минимума, варите рис 15 минут. Сняв сковороду с огня, замените крышку на чистое кухонное полотенце на 5 минут. Затем переложите рис на теплое блюдо и слегка разрыхлите вилкой, прежде чем ставить на стол.



*Кебаб из курицы, маринованной
со специями, поданный с пряным
пловом с орехами*

Кебаб из курицы, маринованной со специями

Это восхитительная комбинация текстуры и аромата, а также специй. К тому же у блюда есть большое преимущество — оно не слишком калорийное. Чатни из кориандра — прекрасное дополнение к этому блюду, которое также хорошо с чатни из манго, если свежий кориандр трудно достать.

Для начала подсушите и обжарьте семена тмина, кориандра и головки кардамона на среднем огне в течение 1 минуты, пока семена не начнут пощелкивать. Сняв с огня, дайте им остыть. Высыпьте из головок кардамона семена и раскрошите их в ступке пестиком вместе с семенами тмина и кориандра. Добавив имбирь, куркуму, чеснок и соль, хорошенько перемешайте.

Разрежьте каждую куриную грудку на 5 кусочков, смажьте маслом, а затем обваляйте в смеси из специй, чтобы они хорошенько пропитались. Добавьте йогурт, перемешайте и придавите немного грудки, чтобы они были целиком в маринаде. Накройте их пищевой пленкой и поставьте в холодильник на несколько часов, а еще лучше — на ночь.

Для приготовления чатни смешайте все ингредиенты в блендере, затем перелейте в миску и дайте настояться часа 2–3, чтобы раскрылся вкус продуктов.

Перед тем как приступить непосредственно к приготовлению блюда, в течение 20 минут вымочите в воде деревянные шпажки, чтобы они не сгорели, затем включите барбекю или разогрейте гриль до максимума. Чередую курицу, лук, половинку перца и лаврового листа, плотно насадите ингредиенты на шпажки, чтобы на каждой оказалось по 5 кусочков курицы. Последней на шпажке должна быть половина лаврового листа. Приправьте, положите шашлыки на гриль или барбекю и полейте небольшим количеством оливкового масла. При приготовлении на гриле поставьте под решетку блюдо, выложенное фольгой, и жарьте шашлыки по 10 минут с каждой стороны, примерно в 10 см от источника огня.

Вилкой снимите курицу и овощи со шпажек и подавайте с пряным пловом с орехами. Украсить блюдо можно четвертинками лайма, а чатни подать отдельно.

На 4 порции:

4 куриные грудки без костей, с кожей, весом 175 г каждая;
4 лавровых листа, разрезанные пополам;
 $\frac{1}{2}$ репчатого лука (очистить и разрезать пополам);
8 свежих зеленых перцев (очистить и разрезать пополам);
немного оливкового масла;
соль, свежемолотый черный перец.

Для маринада:

1 ч. л. целых семян тмина;
1,5 ч. л. целых семян кориандра;
12 головок кардамона;
1 ст. л. корня имбиря (очистить и мелко нарезать);
1 ст. л. куркумы;
3 зубчика чеснока (очистить и раздавить);
 $\frac{1}{2}$ ч. л. молдонской морской соли или каменной соли;
1 ст. л. арахисового или другого масла без запаха;
275 мл натурального йогурта.

Для чатни из кориандра:

25 г свежих листьев кориандра;
2 ст. л. сока лайма;
1 свежий зеленый перец (очистить от семян и разрезать пополам);
1 зубчик чеснока (очистить);
1 ст. л. натурального йогурта;
1 ч. л. сахарной пудры;
соль, свежемолотый черный перец.

Для украшения:

2 лайма, разрезанных на четвертинки.

Вам также понадобятся
4 деревянные шпажки длиной примерно 25,5 см.

Курица по-тайски в кокосовом соусе

Очень хорошая новость для занятых людей: этот рецепт подходит для вареной курицы. Вы можете, конечно, и сами сварить курицу, но лучше, чтобы она уже была готовой, тогда приготовить прекрасное блюдо на ужин для четырех человек будет еще быстрее. Чтобы сделать его особенным, положите его на подушку из тайского зеленого риса.

На 4 порции:

1 вареная курица весом примерно 1 кг, без кожи, или 5 вареных куриных грудок;
400 мл кокосового молока;
1 ч. л. семян кориандра;
 $\frac{1}{2}$ ч. л. семян тмина;
2 головки кардамона (слегка раскрошить);
2 ст. л. арахисового или любого другого масла без запаха;
2 средние луковицы (очистить и порезать на кусочки);
2 зубчика чеснока (очистить и раздавить);
10 г свежего кориандра;
1 ч. л. куркумы;
4 красных перца (очистить от семян и мелко нарезать);
1 дес. л. мелко нарезанного лимонного сорго (лемонграсса);
2 ст. л. сока лайма;
соль, свежемолотый черный перец.

Сняв кожу с курицы, разрежьте мясо на узкие полоски 6 см длиной. Затем обжарьте специи: разогрейте большую сковороду или вок — без жира — и, когда она станет очень горячей, высыпьте кориандр, тмин и головки кардамона. Время от времени встряхивая сковороду, быстро прожарьте специи — в течение 45 секунд. Переложите их в ступку, вынув семена кардамона из головок, выкиньте шелуху и очень мелко раскрошите их.

Добавьте на сковороду или вок масло. Когда оно нагреется, поджарьте на медленном огне в течение 8–9 минут до мягкости лук и чеснок. Тем временем оборвите листья кориандра с веточек и мелко нарежьте последние.

Когда лук обжарится, добавьте на сковороду куркуму, перец, размолотые специи и веточки кориандра вместе с лемонграссом. Хорошо перемешав, вылейте кокосовое молоко и сок лайма. Приправьте и тушите на медленном огне в течение 10 минут, не накрывая крышкой, — за это время соус должен загустеть.

Положите в соус курицу и потушите на медленном огне еще 10 минут, чтобы все это хорошенько прогрелось. Подавать курицу рекомендую на подушке из тайского зеленого риса, украсив листьями кориандра.

Тайский зеленый рис

К счастью, в этом тайском рецепте не используются какие-то специальные ингредиенты, которые трудно достать. Список ингредиентов довольно длинный, но все это готовится за считанные минуты, а вкус у блюда получается просто восхитительным.

На 4 порции:

340 мл риса басмати;
50 г концентрата кокосового молока;

Растворите концентрат кокосового молока в воде, затем взбейте в кухонном комбайне вместе с чесноком, перцем, имбирем и веточками кориандра до однородности. Отставьте в сторону.

Разогрейте в сковороде на среднем огне масло, затем добавьте корицу, гвоздику, горошины черного перца и кешью — и обжаривайте в течение 1 минуты. Затем положите лук и продолжайте жарить на среднем огне, пока он не станет мягким и бледно-золотым — это займет 8–10 минут. Всыпьте рис, размешайте один раз и жарьте еще 2–3 минуты. После этого вылейте на сковороду кокосовую смесь, еще раз размешайте и тушите 2–3 минуты. Добавьте горох, соль и горячую воду, уменьшите огонь до минимума, накройте крышкой и готовьте еще минут 8. Пользуйтесь таймером и не поднимайте крышку.

Сняв сковороду с огня, замените крышку полотенцем на 10 минут — после этого рис можно подавать на стол. Перед этим достаньте из него кусочки корицы, сбрызните соком лайма, добавьте мелко нарезанные листья кориандра и разрыхлите рис. Украсить блюдо можно целыми листьями кориандра и подавать вместе с курицей по-тайски в кокосовом соусе.



225 мл кипятка;
4 зубчика чеснока (очистить);
3 больших или 2 средних зеленых перца (очистить от семян);
корень имбиря (порезать кубиками по 4 см);
20 г свежего кориандра (листья и веточки мелко нарезать, несколько листиков оставить целыми для украшения);
1,5 ст. л. арахисового или любого другого масла без запаха;
3 палочки корицы 5 см длиной;
6 гвоздик;
15 горошин черного перца;
40 г половинок орешков кешью, несоленых;
2 средние луковицы (очистить и мелко нарезать);
110 г свежего или замороженного гороха (замороженный предварительно разморозить);
1,5 ст. л. соли или по вкусу;
425 мл горячей воды;
2 ст. л. сока лайма.

Вам также понадобится сковорода диаметром 23 см с плотно прилегающей крышкой.

*Курица с кокосом по-тайски
вместе с зеленым рисом по-тайски*

Рисовый пудинг

Это очень вкусно — масса кремового риса и толстая пятнисто-коричневая корочка. Не забудьте острым ножом соскрести карамельные остатки, которые налипнут по краям — моя бабушка всегда так делала и делила между всеми поровну.

На 4–6 порций:

110 г риса для пудингов;
410 г сгущенного молока;
570 мл цельного молока;
40 г гранулированного сахара или сахарной пудры;
1 целый мускатный орех;
25 г сливочного масла.

Вам также потребуется круглая форма для духовки диаметром 23 см, 5 см глубиной, слегка смазанная маслом.

Предварительно разогреть духовку до 150 °С.

Все очень просто: смешайте сгущенное молоко с цельным в кувшине, положите рис и сахар в форму, залейте полученной смесью и хорошенько перемешайте. Натрите мускатный орех (его может показаться многовато, но так нужно) и сливочное масло, посыпьте ими сверху.

Аккуратно поставьте форму на средний уровень духовки и оставьте на 30 минут. Затем выдвините полку и снова перемешайте. Размешайте повторно еще через 30 минут. Затем поставьте обратно в духовку и оставьте там на час — на этот раз мешать больше не нужно. По истечении этого времени рисовые зерна должны разбухнуть, и среди них появятся озерца кремообразной жидкости. И конечно, эта прекрасная корочка! Лучше всего к такому блюду подойдут сливы в вине марсала, рецепт которых — на странице напротив.



Сливы в вине марсала

Ярко выраженный вкус и аромат вина марсала, подогретого с фруктами, всегда приводят меня в восторг. Вино отлично подходит к сливам, и этот десерт восхитителен в холодном виде с рисовым пудингом.

Положите сливы, стручок ванили и палочки корицы в форму для духовки, затем смешайте вино с сахаром и залейте им сливы. Поставив форму на центральный уровень духовки, выпекайте в течение 40 минут, не накрывая, перевернув сливы в вине один раз через 20 минут после начала выпекания. Затем достаньте форму из духовки и слейте жидкость из слив, выбросив стручок ванили и корицу. Перелейте соус в кастрюлю среднего размера. Доведите до кипения и дайте немного покипеть в течение 5 минут. Затем смешайте аррорут с небольшим количеством воды в чашке до образования пасты, добавьте в соус. Доведите соус до кипения, постоянно взбивая венчиком, готовьте, пока он не загустеет и не станет блестящим, что займет минут 5. Затем полейте соусом сливы и подавайте на стол — холодными или горячими.

На 6 порций:

1,35 кг свежих плотных слив;
570 мл вина марсала;
1 стручок ванили;
2 палочки корицы;
75 г сахарной пудры;
2 ч. л. аррорута (загуститель).

Вам также понадобится форма для духовки размером 25,5×20 см, 5 см глубиной.

Предварительно разогреть духовку до 180 °С.







10

Новый взгляд на пасту

Думаю, сейчас самое время пересмотреть свои взгляды на пасту. В 1960-х годах большинство знало лишь о существовании двух видов пасты — спагетти, продававшееся в консервированном виде и подававшееся на тостах, и макароны, которые подавались либо с сырным соусом, либо в виде запеканки. 30 лет спустя паста ворвалась в нашу жизнь, став буквально одним из самых популярных в Британии блюд — потребление пасты составляет 2 кг в год на душу населения. Проблема в том, что большая часть всего этого, строго говоря, не настоящая паста. По крайней мере не то, чем она была традиционно. Большинство современных производителей, как мне кажется, просто не представляют себе, какой она должна быть.

Какая она, настоящая паста?

Родина пасты — Италия. Все начиналось с выращивания высококачественной пшеницы твердых сортов, получившей название «дурум» (*durum*) — от латинского слова, означающего «твердый». После того как производитель пасты приобретал это зерно, он должен был обратиться именно к тому мельнику, который сможет смолоть его до нужного состояния, — не в тонкую и легкую муку, а в так называемую крупку, или семолину — термин, произошедший от итальянского слова, означающего «смолотый наполовину». Такая мука состоит из мельчайших желтых гранул с острыми краями.

Затем производитель пасты смешивал семолину с холодной водой, а получившееся тесто пропускал через специальные бронзовые матрицы, придавая изделиям особую форму. Затем паста сушилась на открытом воздухе — в зависимости от региона, горном или морском. Этот процесс мог занимать до двух дней. Именно это, включая процесс сушки, и создавало настоящую пасту, придавая ей приятный вкус и аромат зерна. Семолина и бронзовые матрицы создавали именно ту текстуру, благодаря которой соус обволакивал пасту, а не стекал с нее. Так просто, так тонко и так замечательно!



Современная паста (и ее клоны)

И так сложилось, что вскоре все за пределами Италии тоже захотели, чтобы на их столах красовалась паста. И как только возникла идея массового производства, правилами стали пренебрегать, появилась ориентация исключительно на размер прибыли, вместо семолины стали добавлять муку тонкого помола, вместо холодной воды — горячую, использовать нейлоновые матрицы, ускорять сушку с помощью горячего воздуха — в итоге качеством продукции стали пренебрегать в пользу объемов производства и низких цен.

Параллельно с вышеперечисленным развилось еще одно заблуждение — будто свежая паста лучше высушенной. Итальянцы действительно производят и потребляют небольшое количество так называемой *pasta fresca*, но это совершенно другой продукт. Как правило, она в дальнейшем наполняется какой-либо начинкой, как равиоли или тортеллини. Но в Великобритании и в Америке это бледное подобие итальянской *pasta fresca*. По-моему, вообще странно пытаться создать подобие продукта с оригинальным сроком хранения 2 года, а затем начать продавать его в виде свежей пасты, а потом добавлять в него что-то, продлевающее срок хранения, но в то же время и делающее его скользким, липким и вязким, как вся паста, приготовленная из муки тонкого помола с добавлением яиц.

Другое современное заблуждение состоит в том, чтобы добавлять к пасте как можно больше соуса. Хорошей пастой полагается наслаждаться самой по себе, а соус должен лишь слегка подчеркивать ее вкус.



В пользу высушенной пасты высокого качества

Если вы действительно хотите насладиться пастой, то мой вам совет — покупайте только высококачественную сухую пасту. Да, она стоит недешево, но речь не идет о каких-то запредельных ценах.

В Италии все еще сохранилось несколько производителей, выпускающих пасту по традиционным рецептам (см. с. 232). Свежую же пасту я покупаю только в виде равиоли, пасты с начинкой или листов для лазаньи, которые, мне кажется, гораздо лучше своих высушенных аналогов. Попробовав высушенную пасту высокого качества, вам уже будет трудно вернуться к той, что производится в промышленных масштабах. Дело не только во вкусе, плотная и грубая текстура не только отличает, она также позволяет вам достичь ощущения *al dente* («на зубок»), отличающего по-настоящему хорошо приготовленную пасту, когда она уже готова, но не успела развариться до мягкости. Паста низкого качества часто оказывается вязкой и липкой. Так что, покупая пасту, убедитесь, что она действительно приготовлена из пшеницы твердых сортов.

Существует несколько видов пасты, при приготовлении которой используют яйца (*pasta all'uovo*), добавляющие насыщенность ее вкусу, но я все же предпочитаю оригинальную пасту из семолины, а усиливать вкус предоставляю соусам.

Как приготовить идеальную пасту

Для лучшего восприятия я решила предоставить вам список того, без чего вы не сможете обойтись.

- 1 Всегда используйте очень большую кастрюлю.
- 2 Убедитесь, что на каждые 225 г пасты у вас приходится 2,25 л воды и 1 ст. л. соли.
- 3 Как следует вскипятите воду, прежде чем класть пасту.
- 4 Класть пасту в воду следует очень быстро и сразу же хорошенько перемешать, чтобы она не слиплась. Если вы готовите длинную пасту, например спагетти, подталкивайте ее ко дну, как только почувствуете, что она поддается. Подталкивайте до тех пор, пока она полностью не погрузится в воду.
- 5 Кастрюлю не стоит накрывать крышкой. При сильном кипении, если накрыть кастрюлю крышкой, вода будет выплескиваться, а без крышки перестанет так сильно кипеть.
- 6 Не забывайте про таймер! Для приготовления пасты требуется 10–12 минут, но время варьируется в зависимости от формы и качества пасты, так что единственный способ не передержать ее — это пробовать. Одним словом, пробуйте пасту на готовность через 8 минут, затем через 9, через 10 и т.д. Впрочем, это нужно, только когда вы готовите новый для вас вид пасты в первый раз, после этого вы всегда будете знать, сколько времени нужно. Иногда время варки можно сократить на 1 минуту, а затем потушить пасту лишнюю минуту, смешав ее с соусом.

На фото внизу, сверху вниз: сухие спагетти, пенне, макароны и ригатони



- 7 Сливая воду из кастрюли, держите ее над дуршлагом, чтобы он нагрелся перед тем, как вы выложите в него горячую пасту.
- 8 Не сливайте воду слишком тщательно. Хорошо, когда сохраняется несколько капель воды, защищающих пасту от высыхания. Поместите дуршлаг над кастрюлей, чтобы остатки воды стекали в нее.
- 9 Всегда подавайте пасту в глубоких подогретых тарелках, чтобы она как можно дольше оставалась теплой.
- 10 Спагетти удобнее всего перекладывать в тарелки специальными щипцами для пасты (см. фотографию на следующей странице). Всегда поднимайте щипцы повыше, чтобы быстро отделить одну порцию от другой.
- 11 Если пасту предстоит готовить дальше, например в форме для запекания, как макароны с сыром, сократите время варки наполовину, остальное время они проведут в духовке.
- 12 Presto pronto! По-итальянски это значит «скоро и быстро». Всегда работайте быстро, паста не терпит промедления. Если она остынет, то станет липкой. Быстро слейте воду, разложите по тарелкам и быстро съешьте!

Как есть спагетти и другую длинную пасту

Вот как я описывала это в своем «Курсе кулинарии»:

«Самая большая ошибка — попытаться накрутить на вилку слишком много пасты за один раз. Выберите две-три полоски пасты у края тарелки, а затем круговыми движениями намотайте их на вилку — эти полоски отделятся от всех остальных, и у вас на вилке окажется узелок как раз на один укус».

Спагетти с оливковым маслом, чесноком и перцем чили

Это паста ради самой пасты, к ней добавляют минимум приправ — немного чеснока, оливкового масла и перца чили.

На 2 порции:

225 г спагетти или лингвини;
4 ст. л. оливкового масла первого отжима;
2 зубчика чеснока (очистить и мелко порезать);
1 стручок перца чили (очистить от семян и мелко порезать);
свежемолотый черный перец.

Поставьте вариться пасту. Тем временем оливковое масло нагрейте в небольшой сковороде, добавьте чеснок, чили и немного свежемолотого черного перца. Потушите 2 минуты, этого достаточно, чтобы специи пропитали масло.

Когда паста будет готова, откиньте ее на дуршлаг, чтобы слить воду, и верните в кастрюлю, добавьте горячее оливковое масло со специями. Перемешав, выложите на подогретые тарелки и подавайте.



Лингвини с сыром горгонзола, панчеттой и рукколой

На 2 порции:

225 г лингвини;
110 г сыра горгонзола пиканте;
125 г панчетты или бекона,
порезанного кубиками;
50 г свежей рукколы;
200 мл сметаны;
1 зубчик чеснока (очистить
и раздавить);
110 г сыра моцарелла (порезать
маленькими кубиками);
немного тертого пармезана для
посыпки;
соль, свежемолотый черный перец.

Это отличное сочетание ярких вкусов, которые великолепно дополняют друг друга.

Поставьте вариться пасту, сократив время приготовления на 1 минуту. В кухонном комбайне смешайте сметану и горгонзолу пиканте. Нагрейте большую сковороду, выложите на нее кубики панчетты или бекона и 3–4 минуты обжаривайте их в собственном жире до золотистой корочки. Добавьте чеснок и обжаривайте еще 1 минуту. Сняв сковороду с огня, добавьте рукколу и перемешайте, зелень от жара сковороды слегка размякнет.

Когда паста будет готова, откиньте ее на дуршлаг, чтобы слить воду, и верните в кастрюлю. Добавьте смесь горгонзолы и сметаны, моцареллу и содержимое сковороды. Поставьте кастрюлю на 1 минуту на огонь и тщательно перемешайте содержимое. Приправьте свежемолотым черным перцем и при необходимости солью. Подавать лучше всего, посыпав пармезаном.



Классический свежий томатный соус

Однажды кто-то сказал, что великие вина Монраше следует пить, преклонив колени и опустив голову в знак великого уважения.

Те же чувства я испытываю к этому простому, классическому соусу к пасте из спелых красных помидоров, впитавшему весь их вкус и аромат. По-моему, это лучший соус из всех, что можно придумать. Его можно не только приготовить заранее и затем разогреть, но даже и заморозить для долгого хранения.

Сперва подготовьте помидоры — залейте их кипящей водой (на 1 минуту — крупные, на 15–30 секунд — маленькие), затем слейте воду и осторожно снимите кожицу. Отложите 3 помидора в сторону, а остальные порежьте крупными кусками.

В средней кастрюле разогрейте оливковое масло, добавьте лук и чеснок и пассеруйте их 5–6 минут до бледно-золотистого цвета. Добавьте помидоры и треть листьев базилика, порванных на кусочки. Слегка посолите и поперчите, уменьшите огонь до минимума и готовьте помидоры около 1,5 часа или до тех пор, пока практически вся жидкость не выпарится, оставив густую, похожую на джем томатную пасту. Оставшиеся помидоры крупно порежьте и добавьте в пасту вместе с оставшимися листьями базилика. Подавайте, добавив немного пармезана — совсем чуть-чуть, чтобы не перебить вкус помидоров.

Кстати: для приготовления пасты с этим соусом лучше саму пасту варить на 1 минуту меньше, а затем, слив воду, смешать ее с соусом и потушить около минуты перед подачей на стол.

На 2–3 порции (для 350 г пасты):

1,15 кг свежих спелых помидоров;
1 ст. л. оливкового масла;
1 луковица (ок. 110 г; очистить и мелко порезать);
1 зубчик чеснока (очистить и раздавить);
12 больших листьев свежего базилика;
немного сыра пармезан;
соль, свежемолотый черный перец.



Чтобы легко снять кожицу с помидоров, поместите их в кипящую воду на 1 минуту



Теперь слейте воду из кастрюли и снимите с помидоров кожицу



Добавьте остальные ингредиенты, поставьте кастрюлю на медленный огонь и варите 1,5 ч



Спустя 1,5 ч помидоры превратятся в густую, похожую на джем томатную пасту

Паста «Виалли»

Этот рецепт — мой вариант блюда, которое я пробовала в знаменитом итальянском ресторане «Сан -Лоренцо» в Найтсбридже, столь популярном в 1990-е среди игроков футбольного клуба «Челси». Это блюдо названо в честь знаменитого игрока и менеджера того времени Джанлуки Виалли.

На 2–3 порции:

350 г пенне ригате (макаронны-трубочки);

1 порция классического томатного соуса (см. с. 221);

150 г сыра моцарелла (порезать кубиками ок. 2 см);

немного сыра пармезан для посыпки (мелко натереть);

несколько листьев базилика.

Разогрейте томатный соус, сварите пасту. Незадолго до подачи на стол высыпьте кубики моцареллы в теплый соус и кипятите 2–3 минуты, чтобы сыр начал таять, но все еще сохранял форму. Пасту выложите на тарелки, сверху полейте соусом, посыпьте пармезаном и украсьте листьями базилика.



Пенне с дикими грибами и сметаной

Грибное ризотто, запеченное в духовке, из «Зимней коллекции рецептов» пользовалось большой популярностью. Но надо признать, интенсивный грибной вкус отлично сочетается и с пастой. Так как для смешивания с соусом вам понадобится некоторое время, не забудьте сократить время варки пасты на 1 минуту.

Залейте боровики горячим молоком и оставьте на 30 минут. На небольшом огне растопите масло в средней сковороде и пассеруйте лук-шалот в течение 5 минут. Выложите боровики в сито, выстеленное бумажным полотенцем, и отожмите досуха (молоко, в котором они лежали, не выливайте), мелко нарежьте и выложите на сковороду вместе со свежими грибами и бальзамическим уксусом. Посолите, поперчите, добавьте мускатный орех. Тщательно перемешайте и готовьте 30–40 минут, не закрывая крышкой, пока не выпарится вся жидкость.

За 15 минут до того, как будут готовы грибы, поставьте вариться пасту. Смешайте сметану с грибами за 2 минуты до готовности и добавьте «грибное» молоко, подогретое в небольшой кастрюльке.

Пасту откиньте на дуршлаг и, слив воду, верните в кастрюлю и быстро перемешайте с грибами. Поставьте на маленький огонь и готовьте еще 1 минуту. Подавать блюдо рекомендую в подогретой миске, отдельно предложив пармезан.

На 4–6 порций:

500 г пенне ригате (макаронны-трубочки);
450 г смеси из грибов (плоских, полевков и шиитаке или смеси диких грибов; мелко порезать);
10 г сушеных боровиков;
250 мл сметаны;
3 ст. л. молока;
50 г сливочного масла;
4 крупные луковицы-шалот (очистить и мелко порезать);
2 ст. л. бальзамического уксуса;
 $\frac{1}{4}$ мускатного ореха (натереть);
много сыра пармезан (мелко натереть);
соль, свежемолотый черный перец.



Мясные тефтели со спагетти и свежим томатным соусом

Американцы придумали добавлять к спагетти мясные тефтели. Существует масса основных правил их приготовления, но основным качеством любых тефтелей считается их легкость: они буквально тают во рту, и после них не остается ощущения тяжести. Это, мне кажется, самое главное.

На 4 порции (24 тефтели).

Для тефтелей:

225 г свиного фарша;

1 дес. л. измельченных листьев шалфея;

95 г колбасы мортаделла или некопченого бекона;

2 ст. л. тертого пармезана;

2 ст. л. измельченных листьев петрушки;

75 г свежего белого хлеба без корочки (замочить в 2 столовых ложках молока);

1 крупное яйцо;

немного мускатного ореха;

соль, свежемолотый черный перец.

Для приготовления и подачи на стол:

1–2 ст. л. арахисового масла (или другого масла без запаха);

450 г спагетти;

1 порция классического томатного соуса (см. с. 221);

немного пармезана;

несколько листьев базилика.

Для приготовления фарша для тефтелей поместите все продукты в чашу кухонного комбайна и на низкой скорости перемешайте до однородности. Если кухонного комбайна нет, следует мелко порезать все ингредиенты и перемешать их вилкой. Скатайте из фарша шарики размером с грецкий орех — должно получиться 24 штуки. Сложите тефтели в большую миску, накройте пленкой и на 30 минут уберите в холодильник, чтобы они затвердели.

Разогрейте духовку до минимальной температуры. Перед приготовлением тефтелей в большой сковороде разогрейте 1 столовую ложку масла и на сильном огне обжарьте шарики до румяной корочки по 12 штук за раз (ок. 4–5 минут). После жарки сложите тефтели в тарелку, накройте фольгой и поставьте в духовку, чтобы они не остыли.

Сварите пасту и подогрейте томатный соус. Откинув пасту на дуршлаг, слейте воду и верните спагетти обратно в кастрюлю. Залейте томатным соусом, перемешайте и разложите по тарелкам. Выложите сверху тефтели, посыпав небольшим количеством тертого пармезана и украсив листьями базилика.



Запеканка из ригатони с запеченными овощами

Это блюдо — отличный выбор для ужина без мяса. Запеченные в духовке овощи обладают поистине волшебным, насыщенным вкусом и сохраняют свои яркие цвета. Тем, кто придерживается строгой вегетарианской диеты, следует исключить анчоусы.

За час до начала готовки подготовьте кабачки и баклажан — не счищая кожицы, нарежьте овощи ломтиками толщиной 4 см, пересыпьте солью и уложите в дуршлаг, накройте тарелкой и поставьте сверху гнет, чтобы выжать лишнюю жидкость. Через час отожмите и обсушите их чистым полотенцем.

Разогрейте духовку до максимальной температуры.

Помидоры разрежьте на 4 части, лук и перцы — на кусочки шириной 4 см. Выложите все овощи на противень, сбрызнув оливковым маслом и посыпав чесноком. Встряхните противень, чтобы полностью покрыть овощи маслом, посолите и поперчите. Запекайте на верхнем уровне духовки 30–40 минут, пока они не зарумянятся. Вскипятите воду для пасты.

За 5 минут до готовности овощей поставьте вариться ригатони — на 6 минут, не больше. Слив воду, переложите ригатони в большую миску и смешайте с овощами, оливками, анчоусами, каперсами и соусом. Уменьшите нагрев духовки до 200 °С, оставив приоткрытой дверцу, чтобы духовка быстрее остыла. Переложите смесь в форму для запекания, по трети за раз, пересыпав слои тертой моцареллой и посыпав ею самый верхний слой. Присыпьте пармезаном. Запекайте в духовке 6 минут. Подавать советую с листовым салатом и острой заправкой.

Если блюдо приготовлено заранее, ему понадобится 35–40 минут в духовке при температуре 200 °С, чтобы полностью прогреться.



На 4 порции:

175 г ригатони;
1 ст. л. с горкой тертого сыра пармезан;
570 мл сырного соуса (см. с. 152, исключить чеддер и использовать 50 г пармезана).

Для печеных овощей:

2 средних кабачка;
1 небольшой баклажан;
450 г помидоров (ошпарить и снять шкурку);
1 средняя луковица (очистить);
1 небольшой болгарский красный перец (извлечь семена);
1 небольшой болгарский желтый перец (извлечь семена);
3 ст. л. оливкового масла первого отжима;
2 зубчика чеснока (очистить и мелко порезать);
50 г маслин без косточки (порезать);
4 филе анчоуса (слить сок и порезать);
1 ст. л. с горкой соленых или маринованных каперсов;
50 г тертого сыра моцарелла;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся жаропрочная форма для запекания 25,5×20×5 см и противень 40×28 см.

Лазанья со шпинатом, рикоттой и кедровыми орешками

Это блюдо нравится всем, кто хоть раз его пробовал, даже моему мужу, который заявляет, что не любит шпинат. Секрет блюда — в смеси четырех сыров, и это одно из самых популярных блюд, которые я готовлю для тех, кто не ест мяса.

На 4–6 порций:

Для соуса:

850 мл молока;
50 г сливочного масла;
50 г простой муки;
1 лавровый лист;
60 г тертого сыра пармезан;
соль, свежемолотый черный перец.

Для лазаньи:

12 свежих листов для лазаньи
(вес ок. 250 г);
600 г молодых листьев шпината;
225 г рикотты;
50 г кедровых орешков;
кусочек масла (ок. 2 ст. л.);
1/4 мускатного ореха (мелко
натереть);
200 г сыра горгонзола пиканте
(покрошить);
200 г сыра моцарелла (крупно
натереть);
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится смазанная
маслом жаропрочная форма для
запекания 23×23 см, глубиной
6 см.

Разогреть духовку до 180 °С.

Приготовьте соус, используя метод «все-в-одном»: поместите молоко, масло, муку и лавровый лист в кастрюлю, приправьте солью и перцем и, постоянно помешивая, нагревайте на среднем огне до загустения. Уменьшите огонь до минимума и готовьте еще 5 минут, затем добавьте 50 г тертого пармезана, снимите с огня и достаньте лавровый лист. Накройте пленкой, чтобы избежать образования корочки.

У шпината удалите стебли, тщательно промойте листья в холодной воде, сменив ее два или три раза, встряхните их, чтобы обсушить. В большую кастрюлю положите кусок масла, сверху высыпьте листья шпината, посолите и поставьте на средний огонь. Накройте крышкой и тушите 2 минуты — они упреют и станут мягкими. В середине готовки перемешайте шпинат.

Выложите шпинат в дуршлаг, чтобы слить лишнюю жидкость, а когда он достаточно остынет, дополнительно отожмите руками, затем мелко порежьте. Сложите шпинат в кастрюльку, добавьте рикотту и 150 мл соуса. Приправьте солью, перцем и мускатным орехом. Тщательно перемешайте и добавьте горгонзолу.

Небольшую сковородку поставьте на средний огонь и обжаривайте кедровые орешки в течение 1 минуты.

Для подготовки лазаньи вылейте в форму для запекания 1/4 соуса, на него — треть шпинатной смеси, посыпьте орешками и накройте листом пасты (возможно, придется порвать несколько листов пополам, чтобы полностью закрыть форму). Повторите весь процесс, добавив к орешкам треть тертой моцареллы, накройте листьями лазаньи. Повторите еще раз, завершив листьями лазаньи и остатками соуса, а также пармезаном и моцареллой. Запекайте на среднем уровне духовки 50–60 минут до образования золотистой корочки. Достаньте из духовки и дайте постоять 10 минут перед подачей на стол.



Сицилийская паста с запеченными помидорами и баклажанами

Баклажаны, помидоры и моцарелла — классические ингредиенты любого сицилийского соуса для пасты. Если предварительно запечь овощи, это придаст соусу дополнительный аромат.

На 2 порции:

225 г спагетти;
12 крупных помидоров (ок. 900 г);
1 крупный баклажан (порезать кубиками 2,5 см);
2 крупных зубчика чеснока (очистить и мелко порезать);
12 крупных листьев базилика (порвать пополам);
несколько листьев базилика для украшения;
150 г сыра моцарелла (порезать кубиками 1 см);
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобятся 2 противня 35×25,5 см.

Разогреть духовку до 200 °С.

Сложите кусочки баклажана в дуршлаг, посыпьте солью, положите сверху гнет и оставьте в сторону на 30 минут.

Помидоры ошпарьте, залив на 1 минуту кипятком, и снимите кожицу. Разрежьте помидоры пополам и выложите на противень разрезом вверх. Посолите и поперчите, поверх и между помидорами посыпьте порезанным чесноком и сбрызните каждую половинку оливковым маслом. Накройте каждую половину помидора половинкой листа базилика, также смочив их оливковым маслом. Запекайте на среднем уровне духовки 50–60 минут или до тех пор, пока края не зарумянятся.

Слив сок, выделившийся из кусков баклажана, и дополнительно отжав их руками, обсушите чистым полотенцем и выложите на второй противень. Сбрызните 1 столовой ложкой оливкового масла и поставьте на верхний уровень духовки, над помидорами, на 30 минут.

К концу запекания овощей сварите пасту. Готовые помидоры и баклажан соскребите вместе с соком в кастрюлю и поставьте на слабый огонь. Добавьте моцареллу и осторожно перемешайте. Спагетти откиньте на дуршлаг и слейте воду, затем переложите в подогретую миску. Сверху выложите овощную смесь, украсив листьями базилика.



Суфле из макарон с сыром

За свою жизнь я приготовила множество вариантов макарон с сыром, но это блюдо, поверьте, самое лучшее.

Точно отмерьте необходимое количество ингредиентов и натрите на терке сыры. В большую кастрюлю налейте 2,25 л воды, добавьте 1 десертную ложку соли и доведите до кипения. На небольшом огне в открытой маленькой кастрюльке растопите масло, 5 минут пассеруйте в нем лук до мягкости, но не допуская, чтобы он начал поджариваться. Добавьте муку и перемешайте до получения мягкой пасты, постепенно небольшими порциями влейте молоко, интенсивно помешивая деревянной ложкой, а затем — венчиком, пока соус не станет гладким и однородным. Посолите, поперчите, приправьте мускатным орехом и готовьте еще 5 минут. Снимите с огня и вбейте в соус маскарпоне и яичные желтки, а затем — грюйер и половину пармезана.

Прогрейте в духовке форму для запекания. Макароны отварите в кипящей воде 4–6 минут до состояния *al dente* (они продолжат готовиться в духовке). Взбейте яичные белки до мягких пиков. Слив воду из пасты, откинув ее на дуршлаг, слегка встряхните, чтобы избавиться от остатков воды, и верните в кастрюлю. Залейте сырным соусом и тщательно перемешайте. Осторожно вмешайте яичные белки, стараясь сохранить их пышность.

Достаньте из духовки форму, переложите в нее пасту в соусе, слегка встряхните, чтобы выровнять, и посыпьте оставшимся пармезаном. Запекайте на верхнем уровне духовки 12 минут или пока верх запеканки не станет пышным и не зарумянится. Подавать следует, как говорят итальянцы, *presto pronto* — с пылу с жару.

Кстати: чтобы приготовить это блюдо на четверых, удвойте количество продуктов и используйте форму размером 25,5×20×5 см, а также увеличьте время запекания на 3–5 минут.

На 2 большие порции:

175 г макарон;
25 г сливочного масла;
1 средняя луковица (ок. 110 г;
очистить и мелко нарезать);
25 г простой муки;
275 мл молока;
¼ мускатного ореха (мелко
натереть);
2 яичных желтка (слегка взбить);
50 г тертого сыра грюйер;
50 г тертого сыра пармезан;
2 яичных белка;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится слегка
смазанная маслом неглубокая
форма для запекания с диаметром
основания 20×15 см, глубиной
5 см.

Разогреть духовку до 200 °С.



Запеченные каннелони

Я пришла к выводу, что удобнее всего готовить это прекрасное блюдо из свежих листов лазаньи, которые не надо печь заранее. Начинка по составу та же, что мясные тефтели со с. 224.

На 4 порции:

Для начинки:

8 свежих листов лазаньи (вес ок. 175 г);
1 порция мяса для тефтелей (см. стр. 224);
150 г сыра моцарелла (порезать ломтиками);
40 г сыра пармезан (мелко натереть), а также еще немного для посыпки.

Для соуса бешамель:

570 мл молока;
50 г сливочного масла;
35 г простой муки;
1 лавровый лист;
1 натертый мускатный орех;
65 мл жирных сливок;
соль, свежемолотый черный перец.

Вам также понадобится смазанная маслом форма для запекания 18×23 см, высотой 5 см.

Сперва необходимо приготовить соус. Смешайте в средней кастрюле молоко, масло, муку, лавровый лист, мускатный орех и прочие специи. Нагрейте смесь на среднем огне, постоянно помешивая, до закипания, уменьшите огонь до минимума и готовьте еще 5 минут. Вынув лавровый лист, добавьте сливки, при необходимости дополнительно посолите и поперчите. Снимите с огня, накройте и отставьте в сторону.

Разогрев духовку до 180 °С, разрежьте листы для лазаньи пополам, чтобы получить 16 листочков. Мясной фарш поделите на 16 частей, скатайте каждую в колбаску размером около 7,5 см. Каждую колбаску заверните в лист теста и уложите каннелони в два ряда в форму для запекания, местом соединения вниз, плотно друг к другу. Полейте соусом и выложите моцареллу, посыпьте пармезаном. Запекать следует на центральном уровне духовки 40 минут до румяной корочки. Вынув из духовки, дайте постоять 10 минут перед подачей на стол. Слегка присыпьте пармезаном.





Алфавитный указатель

Номера страниц, выделенные курсивом, относятся к иллюстрациям

«Быстрая» мука 77

«Закрытые» омлеты 43, 43, 44

«Открытые» омлеты 45

«Открытые» сэндвичи

сэндвичи с яйцом, анчоусами
и луком-шалотом 20, 21

сэндвичи с яйцом и беконом 20,
21

сэндвичи с яйцом, шнитт-луком
и зеленым луком 19, 20

Абрикосы

абрикосовые галеты с амаретто
122, 123

печенье с абрикосами и орехами
пекан 143, 143

Австрийский кофейно-ореховый торт
с кофейным кремом 134, 135

Алюминиевая посуда 148

Амаретто

абрикосовые галеты
с амаретто 122, 123

Анчоусы

сэндвичи с яйцом, анчоусами
и луком-шалотом 20, 21

Апельсины

горячий цитрусовый соус 98

Базилик

брускетта с помидорами
и базиликом 90, 91

галеты с помидорами и козьим
сыром 121, 122

классический свежий томатный
соус 221, 221

Баклажаны

запеканка из ригатони
с запеченными овощами 225,
225

мусака с запеченными
баклажанами и сыром рикотта
160, 161

сицилийская паста

с запеченными помидорами
и баклажанами 228, 228

Бананы

десерт из бисквитов
с карамельным соусом,
бананами и мадерой,
украшенный взбитыми сливками
64, 65

сладкий хлеб с бананами
и грецким орехом 133, 133

Баранина (ягнятина)

запеченный ягненок с чесноком
и розмарином 156, 157

мусака с запеченными
баклажанами и сыром рикотта
160, 161

традиционный рецепт подлив
162, 163, 163

Бекон

жареный рис по-китайски 202, 202
сэндвичи с яйцом и беконом 20,
21

яичница с беконом 28, 28

см. также Панчетта

Белая мука 76, 76

Белые грибы

яйца в кокотнице со сморчками
или белыми грибами 38, 38

Белый соус

«метод все-в-одном» 149, 150
классический соус бешамель 150,
151

обезжиренный соус 149, 152

сырный соус 149, 152

Бисквитные торты

австрийский кофейно-ореховый
торт с кофейным кремом 134,
135

классический бисквитный торт
с начинкой из маракуйи 132, 132
слоеный торт со свежим кокосом
136, 137

Бриошь, яичница-болтуня

с копченым лососем 34, 35

Брокколи

запеканка из брокколи и цветной
капусты с голубым сыром 153,
155

Брускетта

с помидорами и базиликом 90, 91

Бумага для выпечки 129

Быстрый рецепт слоеного теста 118,
118, 119

Ваниль

традиционный английский
заварной крем 62, 62

Вареные яйца 16, 16

Ветчина

пицца «Четыре сезона» 96, 96
французский сэндвич с ветчиной
и сыром (крок месье) 92, 93

Виски

рождественский кекс с ирландским
виски 140, 141

Выпечка

быстрый рецепт слоеного теста
118, 118, 119

выкладывание теста в форму
для запекания 107, 107

выстаивание теста 105

выстилание бумагой формы
для торта 129

добавки для подъема теста,
выпечка тортов и пирогов 130

домешивание теста 79

замешивание теста 77

ингредиенты 129

песочное тесто 106

предварительное запекание
см. также Галеты, Пироги

Галеты

абрикосовые с амаретто 122, 123
с помидорами и козьим сыром
120, 121

с припущенными грушами 123,
123

с сыром фета, шпинатом
и кедровыми орешками 121, 121
с яблоками и сливами 122, 123

Глютен 75

Говядина

солонина с овощами и жареными
яйцами 29

стейк из говядины в маринаде 181, 181
 традиционный рецепт подливки 162, 162, 163, 163
 «Голландез» (соус)
 яйца по-бенедиктински 26, 27, 27
 Голубой сыр
 запеканка из брокколи и цветной капусты с голубым сыром 153, 155
 картофельный салат с сыром рокфор 193, 193
 лазанья со шпинатом, рикоттой и кедровыми орешками 226, 227
 лингвини с сыром горгонзола, панчеттой и рукколой 220, 220
 омлет с голубым сыром и луком 45
 Горгонзола (сыр)
 лазанья со шпинатом, рикоттой и кедровыми орешками 226, 227
 лингвини с сыром горгонзола, панчеттой и рукколой 220, 220
 Горчица
 картофельное пюре с тремя видами горчицы 182, 183
 Грецкие орехи
 австрийский кофейно-ореховый торт с кофейным кремом 134, 135
 сладкий хлеб с бананами и грецким орехом 133, 133
 Грибы
 пенне с дикими грибами и сметаной 223, 223
 пицца «Четыре сезона» 96, 96
 тарталетки с грибами и перепелиными яйцами-пашот 124, 124
 фриттата с сыром и четырьмя сортами грибов 48, 49
 яйца в кокотнице со сморчками или белыми грибами 38, 38, 39
 Домашний сыр
 яичница-болтуня для желающих похудеть 34
 Дурум, пшеница твердых сортов 216
 Жидкое тесто
 канадские оладьи из пахты с кленовым сиропом 166, 167

сосиски в кляре с подливой из печеного лука 164, 165
 Заварной крем
 десерт из бисквитов с карамельным соусом, бананами и мадерой, украшенный взбитыми сливками 64, 65
 классический английский пирог с заварным кремом 114, 115
 традиционный английский заварной крем 62, 62
 Запекание
 свиные сосиски, тушеные в сидре с яблоками и можжевельником 178, 179
 Запеканки
 с печеными овощами и коричневым рисом 154, 155
 из ригатони с запеченными овощами 225, 225
 из цветной капусты и брокколи с голубым сыром 153, 155
 из яиц с перцем и колбасками чоризо 36, 36
 Зеленое картофельное пюре с петрушкой 182, 183
 Зеленый горошек
 жареный рис по-китайски 202, 202
 зеленый рис по-тайски 210, 211
 Зеленый лук
 сэндвичи с яйцом, шнитт-луком и зеленым луком 19, 20
 Зерно мягких сортов 75
 Злаки
 хлеб из кукурузной муки со смесью злаков 88, 88
 Идеальный рис 199
 Изюм
 конвертики с яблоками и изюмом 116, 117
 ореховое печенье с изюмом 143
 Изюм
 низкокалорийный морковный пирог 138, 138
 соус из манго и изюма 186
 Имбирь
 курица, маринованная с имбирем и медом 186, 186

рыба по-восточному, приготовленная на пару с имбирем, соевым соусом и кунжутом 203

Каперсы
 итальянские хлебцы с оливковым маслом и чесноком 89, 89
 картофельное пюре с кресс-салатом и каперсами 183, 183
 пирог с копченой рыбой и сырной корочкой 110, 111
 пицца с итальянским соусом «Путтанеска» 97, 97
 Карри
 яйца и чечевичное карри с кокосом и маринованным лаймом 18
 Картофель
 алиго (картофельное пюре с сыром и чесноком) 180, 183
 варка на пару 172, 173
 восхитительное картофельное пюре 176, 177
 гренки из картофеля в мундире с сыром 176
 запеченные в духовке хрустящие картофельные чипсы 189, 189
 зеленое картофельное пюре с петрушкой 182, 183
 картофель буланжер с розмарином 187, 187
 картофель в мундире 174
 картофель в мундире, фаршированный луком-пореем, сырами чеддер и бурсен 175, 175
 картофель на пару 172, 173
 картофельное пюре с кресс-салатом и каперсами 183, 183
 картофельное пюре с тремя видами горчицы 182, 183
 картофельный салат с сыром рокфор 193, 193
 картофельный хлеб с козым сыром, луком и тимьяном 84, 85
 картофельный хлеб с сыром фета и розмарином 84, 84
 ньокки из шпината под четырьмя сырами 192, 192
 ньокки с шалфеем, сливочным маслом и пармезаном 190, 191
 рыбные котлеты из лосося 158, 159

солонина с овощами и жареными яйцами 29
 сорта картофеля 170
 соте из картофеля по-лионски, приготовленное в духовке 188
 омлет-тортилья 46, 46, 47
 хрустящий запеченный картофель с шафраном 184, 185
 чоризо с овощами, острым перцем и паприкой 30, 31
 Картофель Король Эдвард 171
 Картофель в мундире
 гренки из картофеля в мундире с сыром 176
 картофель в мундире, фаршированный луком-пореем, сырами чеддер и бурсен 175, 175
 Картофель в мундире, фаршированный луком-пореем, сырами чеддер и бурсен 175, 175
 Картофель Дезире 171
 Картофель Джерси Ройал 171
 Картофель Пентланд Джавелин 171
 Картофельное пюре
 алиго (картофельное пюре с сыром и чесноком) 180, 183
 восхитительное картофельное пюре 176, 177
 зеленое картофельное пюре с петрушкой 182, 183
 картофельное пюре с кресс-салатом и каперсами 183, 183
 картофельное пюре с тремя видами горчицы 183, 183
 низкокалорийное картофельное пюре 177, 177
 Кварк (мягкий сыр из обезжиренного молока)
 низкокалорийный морковный пирог 138, 138
 яичница-болтуня для желающих похудеть 34
 Кебаб
 кебаб из курицы, маринованной со специями 208, 209
 Кедровые орехи
 лазанья со шпинатом, рикоттой и кедровыми орешками 226, 227
 Кексы
 пряный яблочный кекс с ореховой посыпкой 139, 139
 яйца по-бенедиктински 26, 27, 27

Кленовый сироп
 запеченные в духовке свиные отбивные в кленовом соусе барбекью 204, 205
 канадские оладьи из пахты с кленовым сиропом 166, 167
 Клецки
 ньокки с шалфеем, сливочным маслом и пармезаном 190, 191
 ньокки из шпината под четырьмя сырами 192, 192
 Козий сыр
 галеты с помидорами и козьим сыром 120, 121
 итальянские хлебцы с оливковым маслом и чесноком 89, 89
 картофельный хлеб с козьим сыром, луком и тимьяном 84, 84, 85
 пирог с луком-пореем и козьим сыром 108, 108, 109
 Кокос
 зеленый рис по-тайски 210, 211
 слоеный торт со свежим кокосом 136, 137
 яйца и чечевичное карри с кокосом и маринованным лаймом 18
 Кокосовое молоко
 курица в сливочном кокосовом соусе по-тайски 210, 211
 Колбаски Кабанос
 теплый салат из шпината с яйцами-пашот, жареными колбасками и беконом 24, 25
 Колбаски чоризо
 джамбалайя (плов) с тигровыми креветками 207, 207
 запеканка из яиц с перцем и колбасками чоризо 36, 36
 чоризо с овощами, острым перцем и паприкой 30, 31
 Коньяк
 паровой пудинг-панеттоне с горячим цитрусовым соусом 98, 99
 Копченая селедка
 пирог с копченой рыбой и сырной корочкой 110, 111
 Копченая треска
 пирог с копченой рыбой и сырной корочкой 110, 111

Копченый лосось
 омлет с копченым лососем 45
 пирог с копченой рыбой и сырной корочкой 110, 111
 яичница-болтуня с копченым лососем в бриоши 34, 35
 Кофе
 австрийский кофейно-ореховый торт с кофейным кремом 134, 135
 Красный рис
 очень красный рис 204, 204
 салат из красного риса с сыром фета 206, 206
 Креветки
 джамбалайя (плов) с тигровыми креветками 207, 207
 Креветки, сушеные
 жареный рис по-китайски 202, 202
 Кунжутное семя
 рыба по-восточному, приготовленная на пару с имбирем, соевым соусом и кунжутом 203
 Курица
 кебаб из курицы, маринованной со специями 208, 209
 курица в сливочном кокосовом соусе 210, 211
 курица, маринованная с имбирем и медом в соусе из манго и изюма 186, 186
 Кэшью, орехи
 зеленый рис по-тайски 210, 211
 пряный плов с орехами 208, 208
 Лазанья
 со шпинатом, рикоттой и кедровыми орешками 226, 227
 Лесные орехи
 ореховое печенье с изюмом 143
 Лук
 картофель буланжер с розмарином 187, 187
 картофельный хлеб с козьим сыром, луком и тимьяном 84, 84, 85
 омлет с голубым сыром и луком 45
 очень красный рис 204, 204
 сосиски в кляре с подливой из печеного лука 164, 165

- соте из картофеля по-лионски,
приготовленное в духовке 188
- соус из красного лука, помидоров
и перца чили 188, 189
- соус из лука с розмарином
омлет-тортилья 46, 46, 47
- см. также Зеленый лук
- Лук-порей
картофель в мундире,
фаршированный луком-пореем,
сырами чеддер и бурсен 175, 175
- пирог с луком-пореем и козьим
сыром 108, 108, 109
- Лук-шалот
сэндвичи с яйцом, анчоусами
и луком-шалотом 20, 21
- пенне с дикими грибами
и сметаной 223, 223
- Маковое семя
хлеб из кукурузной муки со
смесью злаков 88, 88
- Маракуйя
классический бисквитный торт
с начинкой из маракуйи 132, 132
- меренги с маракуйей 60
- Маринованный лайм
яйца и чечевичное карри
с кокосом и маринованным
лаймом 18
- Марципан
рождественский кекс с ирландским
виски 140, 141
- Маскарпоне
австрийский кофейно-ореховый
торт с ореховым кремом 134,
135
- безе «Мини Монблан» 58, 59
- классический бисквитный торт
с начинкой из маракуйи 132, 132
- слоеный торт со свежим кокосом
136, 137
- Мед
курица, маринованная с имбирем
и медом 186, 186
- Меренги
безе «Мини Монблан» 58, 59
- меренги с летними фруктами 60,
60
- меренги с маракуйей 60
- Миндаль
абрикосовые галеты с амаретто
122, 123
- паровой пудинг панеттоне
с горячим цитрусовым соусом
98, 99
- печенье с вишней и миндалем 143,
143
- шоколадное печенье с миндалем
143, 143
- Можжевельник (ягоды)
свинные сосиски, тушеные в сидре
с яблоками и можжевельником
178, 179
- Морской язык
рыба по-восточному,
приготовленная на пару
с имбирем, соевым соусом
и кунжутом 203
- Мортаделла
мясные тефтели со спагетти
и свежим томатным соусом 224,
224
- Моцарелла (сыр)
запеченные каннелони 230, 230,
231
- запеканка из ригатони
с запеченными овощами 225,
225
- паста «Виалли» 222, 222
- лазанья со шпинатом, рикоттой
и кедровыми орешками 226, 227
- сицилийская паста с запеченными
помидорами и баклажанами 228,
228
- Мягкий сыр низкой жирности
австрийский кофейно-ореховый
торт с кофейным кремом 134,
135
- безе «Мини Монблан» 58, 59
- классический бисквитный торт
с начинкой из маракуйи 132, 132
- слоеный торт со свежим кокосом
136, 137
- Мясо
мясные тефтели со спагетти
и свежим томатным соусом 224,
224
- традиционный рецепт подливки
162, 163, 163
- см. также Говядина, Баранина
и т.п.
- Ньюкки
ньюкки из шпината под четырьмя
сырами 192, 192
- ньюкки с шалфеем, сливочным
маслом и пармезаном 190, 191
- Овощи
запеканка из ригатони
с запеченными овощами 225,
225
- запеканка с печеными овощами
и коричневым рисом 154, 155
- см. также Картофель, Помидоры
и т.д.
- Овсяные хлопья
ирландский содовый хлеб из
овсяной муки 87, 87
- шоколадное печенье с миндалем
143, 143
- Оладьи
канадские оладьи из пахты
с кленовым сиропом 166, 167
- Оливки
пицца с итальянским соусом
«Путтанеска» 97, 97
- Омлеты
«закрытый» омлет 42, 43
- «открытый» омлет 45
- пышный омлет-суфле с тремя
сырами и шнитт-луком 50, 51
- омлет-тортилья 46, 46, 47
- Орехи
пряный плов с орехами 208, 208
- см. также Миндаль, Орехи pekan
и т.д.
- Орехи pekan
десерт из бисквитов
с карамельным соусом,
бананами и мадерой,
украшенный взбитыми сливками
64, 65
- ирландский чайный хлеб 142, 142
- печенье с абрикосами и орехами
pekan 143, 143
- пряный яблочный кекс с ореховой
посыпкой 139, 139
- тыквенный пирог 112, 113
- Ореховая посыпка 139
- Острый перец
соус из красного лука, помидоров
и перца чили 188, 189
- зеленый рис по-тайски 210, 211
- кебаб из курицы, маринованной
со специями 208, 209
- соус из манго и изюма 186
- спагетти с оливковым маслом,
чесноком и перцем чили 218,
219
- чатни со свежим кориандром 208,
209
- Отруби 76

Панчетта

лингвини с сыром горгонзола,
панчеттой и рукколой 220, 220
ризотто под соусом карбонара,
приготовленное в духовке 200,
201

яйца по-бенедиктински 26, 27, 27
см.также Бекон

Пармская ветчина

пицца «Четыре сезона» 96, 96

Паста

запеканка из ригатони
с запеченными овощами 225,
225
запеченные каннелони 230, 230,
231
как правильно есть спагетти 218
как приготовить идеальную пасту
217
классический свежий томатный
соус 221, 221
лазанья со шпинатом, рикоттой
и кедровыми орешками 226, 227
лингвини с сыром горгонзола,
панчеттой и рукколой 220, 220
мясные тефтели со спагетти
и свежим томатным соусом 224,
224
паста «Виалли» 222, 222
пенне с дикими грибами
и сметаной 223, 223
свежая паста 216
сицилийская паста с запеченными
помидорами и баклажанами 228,
228
спагетти с оливковым маслом,
чесноком и перцем чили 218,
219
суфле из макарон с сыром 229,
229
сухая паста 217, 217

Пахта

ирландский содовый хлеб из
овсяной муки 87, 87
канадские оладьи из пахты
с кленовым сиропом 166, 167

Пенне ригате

паста «Виалли» 222, 222
пенне с дикими грибами
и сметаной 223, 223

Перепелиные яйца

тарталетки с грибами
и перепелиными яйцами-пашот
124, 124

Перец

джамбалайя (плов) с тигровыми
креветками 207, 207
запеканка из ригатони
с запеченными овощами 225,
225
запеканка из яиц с перцем
и колбасками чоризо 36, 36
очень красный рис 204, 204
чоризо с овощами, острым
перцем и паприкой 30, 31

Песочное тесто

106
Петрушка
английский соус из петрушки 158,
158
зеленое картофельное пюре
с петрушкой 182, 183

Печенье

ореховое печенье с изюмом 143,
143
печенье с абрикосами и орехами
пекан 143, 143
печенье с вишней и миндалем 143,
143
шоколадное печенье с миндалем
143, 143

Пироги

классический английский пирог
с заварным кремом 114, 115
конвертики с яблоками и изюмом
116, 117
пирог с копченой рыбой
и сырной корочкой 110, 111
пирог с луком-пореем и козым
сыром 108, 108, 109
тарталетки с грибами
и перепелиными яйцами-пашот
тыквенный пирог 112, 113

Пироги и торты

австрийский кофейно-ореховый
торт с ореховым кремом 134,
135
ирландский чайный хлеб 142, 142
классический бисквитный торт
с начинкой из маракуйи 132, 132
низкокалорийный морковный
пирог 138, 138
пряный яблочный кекс с ореховой
посыпкой 139, 139
рождественский кекс с ирландским
виски 140, 141
сладкий хлеб с бананами
и грецким орехом 134, 135

слоеный торт со свежим кокосом
136, 137

формы для выпечки 129, 129

Пицца

пицца «Четыре сезона» 96, 96
пицца «Четыре сыра» 95, 95
пицца с итальянским соусом
«Путтанеска»
тесто для пиццы (основной
рецепт) 94, 94

Подлива

луковая подлива 162, 162, 163, 163
традиционный рецепт подливы
162, 162, 163, 163

Полента

хлеб из кукурузной муки со
смесью злаков 88, 88

Помидоры

брускетта с помидорами
и базиликом 90, 91
галеты с помидорами и козым
сыром 120, 121
джамбалайя (плов) с тигровыми
креветками 207, 207
запеканка из ригатони
с запеченными овощами 225,
225
запеканка из яиц с перцем
и колбасками чоризо 36, 36
классический свежий томатный
соус 221, 221
мясные тефтели со спагетти
и свежим томатным соусом 224,
224
паста «Виалли» 222, 222
пицца «Путтанеска» 97, 97
пицца «Четыре сезона» 96, 96
сицилийская паста с запеченными
помидорами и баклажанами 228,
228
соус из красного лука, помидоров
и перца чили 188, 189
Посуда с антипригарным покрытием
Простой белый хлеб 80, 81
Простой хлеб из цельнозерновой
муки 82, 82
Противни для остывания 79
Разрыхлитель для теста, выпечка
тортов и пирогов 130
Расстаивание теста для хлеба 79
Ризотто под соусом карбонара,
приготовленное в духовке 200, 201

- Рикотта
лазанья со шпинатом, рикоттой и кедровыми орешками 226, 227
мусака с запеченными баклажанами и сыром рикотта 160, 161
ньюкки из шпината под четырьмя сырами 192, 192
- Рис
виды риса 196
десять правил идеального риса 199
джамбалайя (плов) с тигровыми креветками 207, 207
запеканка из брокколи и цветной капусты с голубым сыром 153, 155
жареный рис по-китайски 202, 202
рисовый пудинг 212, 212
запеканка с печеными овощами и коричневым рисом 154, 155
зеленый рис по-тайски 210, 211
мытьё 139
очень красный рис 204, 204
пряный плов с орехами 208, 208
ризотто под соусом карбонара, приготовленное в духовке 200, 201
салат из красного риса с сыром фета 206, 206
- Рис Арборио 197
Рис Басмати 197
Рис Виалоне нано 197
Рис для ризотто 197
Рис для суши 197
Рис Жасмин 197
Рис Каласпарра 197
Рис Карнароли 197
Рис красный камарк 197
Рисовый пудинг 212, 212
- Розмарин
картофельный хлеб с сыром фета и розмарином 84, 84
запеченные в духовке хрустящие картофельные чипсы с чесноком и розмарином 189
картофель буланжер с розмарином 187, 187
запеченный ягненок с чесноком и розмарином 156, 157
соус из лука и розмарина
- Рокфор (сыр)
картофельный салат с сыром рокфор 193, 193
- суфле двойного запекания из сыра рокфор 68, 69
- Ром
горячий цитрусовый соус 98
- Руккола
лингвини с сыром горгонзола, панчеттой и рукколой 220, 220
салат из красного риса с сыром фета 206, 206
- Рыба
рыба по-восточному, приготовленная на пару с имбирем, соевым соусом и кунжутом 203
рыбные котлеты из лосося 158, 159
Рыбные котлеты из лосося 158, 159
- Салатный картофель 171
- Салаты
из красного риса с сыром фета 206
картофельный с сыром рокфор 193, 193
теплый салат из шпината с яйцами-пашот, жареными колбасками и беконом 24, 25
- Свинина
запеченные в духовке свиные отбивные в кленовом соусе барбекю 204, 205
запеченные каннелони 230, 231
мясные тефтели со спагетти и свежим томатным соусом 224, 224
традиционный рецепт подливки 162, 163, 163
см. также Сосиски
- Сгущенное молоко
рисовый пудинг 212, 212
- Семена подсолнечника
хлеб из кукурузной муки со смесью злаков 88, 88
- Сидр
свиные сосиски, тушеные в сидре с яблоками и можжевельником 178, 179
- Сицилийская паста с запеченными помидорами и баклажанами 228, 228
- Сладкое пюре из каштанов
безе «Мини Монблан» 58, 58
- Сливочное масло
выпечка тортов и пирогов 101–125
- песочное тесто (базовый рецепт) 106, 106
соус «Голландез» 70, 70
- Слоеное тесто 118, 118, 119
- Сметана
канадские оладьи из пахты с кленовым сиропом 166, 167
картофельное пюре с тремя видами горчицы 182, 183
картофельный салат с сыром рокфор 193, 193
лингвини с сыром горгонзола, панчеттой и рукколой 220, 220
пенне с дикими грибами и сметаной 223, 223
- Сморчки
яйца в кокотнице со сморчками или белыми грибами 38, 38
- Соевый соус
запеченные в духовке свиные отбивные в кленовом соусе барбекю 204, 205
рыба по-восточному, приготовленная на пару с имбирем, соевым соусом и кунжутом 203
- Сосиски
джамбалайя (плов) с тигровыми креветками 207, 207
свиные сосиски, тушеные в сидре с яблоками и можжевельником 178, 179
сосиски в кляре с подливой из печеного лука 164, 165
теплый салат из шпината с яйцами-пашот, жареными колбасками и беконом 24, 25
чоризо с овощами, острым перцем и паприкой 30, 31
запеканка из яиц с перцем и колбасками чоризо 36, 36
- Соусницы, приготовление соусов
- Соусы
«метод все-в-одном» 149, 150
«Голландез» 70, 70
горячий цитрусовый соус 98
классический белый соус «Бешамель» 150, 151
кленовый соус барбекю 204, 205
обезжиренный белый соус 149, 152
подлива из запеченого лука 165
соус из голубого сыра 153, 155
соус из лука и розмарина 158, 158

- соус из манго и изюма 186
 соус из петрушки 158, 158
 сырный соус 149, 152
 томатный соус 221, 221
 традиционный английский заварной крем 62, 62
 традиционный рецепт подливы 162, 163, 163
- Спагетти**
 как правильно есть спагетти 218
 мясные тефтели со спагетти и свежим томатным соусом 224, 224
 сицилийская паста с запеченными помидорами и баклажанами 228, 228
 спагетти с оливковым маслом, чесноком и перцем чили 218, 219
- Суфле**
 горячее лимонно-творожное суфле 66, 66, 67
 суфле двойного запекания из сыра рокфор 68, 69
- Сухофрукты**
 ирландский чайный хлеб 142, 142
 паровой пудинг панеттоне с горячим цитрусовым соусом 98, 99
 рождественский кекс с ирландским виски 140, 141
- Сыр**
 алиго (картофельное пюре с сыром и чесноком) 180, 183
 галеты с помидорами и козьим сыром 120, 121
 галеты с сыром фета, шпинатом и кедровыми орешками 121, 121
 гренки из картофеля в мундире с сыром 176
 запеканка из ригаттони с печеными овощами 225, 225
 запеканка из брокколи и цветной капусты с голубым сыром 153, 155
 запеченные каннелони 230, 231
 итальянские хлебцы с оливковым маслом и чесноком 89, 89
 картофель в мундире, фаршированный луком-пореем, сырами чеддер и бурсен 175, 175
 картофельный салат с сыром рокфор 193, 193
- картофельный хлеб с козьим сыром, луком и тимьяном 84, 84, 85
 картофельный хлеб с сыром фета и розмарином 84, 84
 лазанья со шпинатом, рикоттой и кедровыми орешками 226, 227
 лингвини с сыром горгонзола, панчеттой и рукколой 220, 220
 мусака с запеченными баклажанами и сыром рикотта 160, 161
 низкокалорийное картофельное пюре 177
 низкокалорийный морковный пирог 138, 138
 ньокки из шпината под четырьмя сырами 192, 192
 ньокки с шалфеем, сливочным маслом и пармезаном 190, 191
 омлет с голубым сыром и луком 45
 паста «Виалли» 222, 222
 пирог с копченой рыбой и сырной корочкой 110, 111
 пирог с луком-пореем и козьим сыром 108, 108, 109
 пицца «Четыре сезона» 96, 96
 пицца «Четыре сыра» 95, 95
 запеканка с печеными овощами и коричневым рисом 154, 155
 пицца с итальянским соусом «Путтанеска» 97, 97
 пышный омлет-суфле с тремя сырами и шнитт-луком 50, 51
 ризотто под соусом карбонара, приготовленное в духовке 200, 201
 салат из красного риса с сыром фета 206, 206
 сицилийская паста с запеченными помидорами и баклажанами 228, 228
 яичница-болтуня для желающих похудеть 34
 сырный соус 149, 152
 суфле двойного запекания из сыра рокфор 68, 69
 суфле из макарон с сыром 229, 229
 сэндвич с сыром и приправой чили 92
- французский сэндвич с ветчиной и сыром (крок месье) 92, 93
 фриттата с сыром и четырьмя сортами грибов 48, 49
 хлеб с пастернаком, пармезаном и шалфеем 86, 86
 швейцарский омлет 45
- Сыр фета**
 омлет с травами 45
 салат из красного риса с сыром фета 206, 206
 картофельный хлеб с сыром фета и розмарином 84, 84
 галеты с сыром фета, шпинатом и кедровыми орешками 121, 121
- Сэндвичи**
 сэндвич с сыром и приправой чили 92
 сэндвичи с яйцом и беконом 20, 21
 сэндвичи с яйцом, анчоусами и луком-шалотом 20, 21
 сэндвичи с яйцом, шнитт-луком и зеленым луком 19, 20
- Тигровые креветки**
 джамбалайя (плов) 207, 207
- Тимьян**
 картофельный хлеб с козьим сыром, луком и тимьяном 84, 84, 85
- Омлет-тортилья** 46, 46, 47
Тосты 83, 83
Травы
 см. также Базилик, Шнитт-лук и т.д.
 Традиционный английский заварной крем 62, 62
 Традиционный рецепт подливы 162, 163, 163
 Треска см. Копченая треска
 Тунец
 итальянские хлебцы с оливковым маслом и чесноком 89, 89
 Тыквенные семечки
 хлеб из кукурузной муки со смесью злаков 88, 88
- Фисташки (орехи)**
 пряный плов с орехами 208, 208
- Формы для выпечки**
 выкладывание теста 107, 107
 выстилание бумагой 129
 формы для пирогов 128

формы для хлеба 129

Фриттата
фриттата с сыром и четырьмя сортами грибов 48, 49

Фруктовые кексы
рождественский кекс с ирландским виски 140, 141

Фрукты
меренги с летними фруктами 60, 60
см. также Яблоки, Вишня и т.д.

Херес
горячий цитрусовый соус 98

Хлеб
брускетта 91
ирландский содовый хлеб из овсяной муки 87, 87
итальянские хлебцы с оливковым маслом и чесноком 89, 89
картофельный хлеб с козьим сыром, луком и тимьяном 84, 84, 85
картофельный хлеб с сыром фета и розмарином 84, 84
проверка готовности 79
простой белый хлеб 80, 81
простой хлеб из цельнозерновой муки 82, 82
тосты 83, 83
французский сэндвич с ветчиной и сыром 92, 93
хлеб из кукурузной муки со смесью злаков 88, 88
хлеб с пастернаком, пармезаном и шалфеем 86, 86
см. также Сэндвичи

Холестерин 14

Хранение
выпечка из песочного теста 105
яйца 14

Цукини
запеканка из ригатони с запеченными овощами 225, 225

Чеснок
алиго (картофельное пюре с сыром и чесноком) 180, 183
запеченные в духовке хрустящие картофельные чипсы с чесноком и розмарином 189

запеченный ягненок с чесноком и розмарином 156, 157
зеленый рис по-тайски 210, 211
спагетти с оливковым маслом, чесноком и перцем чили 218, 219

Чечевица
яйца и чечевичное карри с кокосом и маринованным лаймом 18

Шалфей
мясные тефтели со спагетти и свежим томатным соусом 224, 224
ньюкки с шалфеем, маслом и пармезаном 190, 191
хлеб с пастернаком, пармезаном и шалфеем 86, 86

Шнитт-лук
пышный омлет-суфле с тремя сырами и шнитт-луком 50, 51
соус из сметаны и шнитт-лука 174
сэндвичи с яйцом, шнитт-луком и зеленым луком 19, 20

Шоколадное печенье с миндалем 143, 143

Шпинат
галеты с сыром фета, шпинатом и кедровыми орешками 121, 121
лазанья со шпинатом, рикоттой и кедровыми орешками 226, 227
ньюкки из шпината под четырьмя сырами 192, 192
теплый салат из шпината с яйцами-пашот, жареными колбасками и беконом 24, 25

Яблоки
галеты с яблоками и сливами 122, 123
конвертики с яблоками и изюмом 116, 117
пряный яблочный кекс с ореховой посыпкой 139, 139
свинные сосиски, тушеные в сидре с яблоками и можжевельником 178, 179

Яйца
«закрытые» омлеты 43, 43, 44
«открытые» омлеты 45
варка 16, 16, 17, 17

взбивание яичных белков 55, 55
жареный рис по-китайски 202, 202
запеканка из яиц с перцем и колбасками чоризо 36, 36
омлеты 41–52
перепелиные яйца 17
покупка и хранение 14
пышный омлет-суфле с тремя сырами и шнитт-луком 50, 51
разделение белков и желтков 54, 55
ризотто под соусом карбонара, приготовленное в духовке 200, 201
сальмонелла 14
свежесть 13
солонина с овощами и жареными яйцами 29
соус «Голландез» 70, 70
сэндвичи с яйцом и беконом 20, 21
сэндвичи с яйцом, анчоусами и луком-шалотом 20, 21
сэндвичи с яйцом, шнитт-луком и зеленым луком 19, 20
тарталетки с грибами и перепелиными яйцами-пашот 124, 124
теплый салат из шпината с яйцами-пашот, жареными колбасками и беконом 24, 25
омлет-тортилья 46, 46, 47
традиционный английский заварной крем 62, 62
фриттата с сыром и четырьмя сортами грибов 48, 49
чоризо с овощами, острым перцем и паприкой 30, 31
яичница-болтуня 32, 32, 33
яичница-болтуня для желающих похудеть 34
яичница-болтуня с копченым лососем в бриоши 34, 35
яйца в кокотнице 37, 37
яйца в кокотнице со сморчками или белыми грибами 38, 38
яйца вкрутую 17
яйца всмятку 16
яйца и чечевичное карри с кокосом и маринованным лаймом 18
яйца по-бенедиктински 26, 27, 27
яйца-пашот 22, 22, 23

Смит Д.
С 50 Как готовить яйца, пасту, рис, картофель, хлеб и простую выпечку / Делия Смит ; [пер. с англ. К. Шумейко]. — М. : Эксмо, 2010. — 240 с. : ил.

В этой книге настоящей «королевы кухни», кулинарной ведущей телеканала BBC, вы найдете советы по приготовлению самых базовых продуктов. Как правильно и вкусно готовить блюда из самых базовых продуктов. Как приготовить правильный омлет, сделать красивое картофельное пюре, испечь пышный бисквитный корж и домашний хлеб в обычной духовке, приготовить настоящее тесто для пиццы — кулинарные мудрости от великого кулинара на каждой странице. А также 120 вкуснейших рецептов: мусака, сэндвич с яйцом, рыба по-восточному, пирог с копченой рыбой, хрустящие картофельные чипсы с чесноком и розмарином, печенье с вишней и миндалем и многое-многое другое.

УДК 641/642
ББК 36.99

© Text Delia Smith, 1998, Photographs Petrina Tinslay, 1998, Design Flo Bayley, 1998, This translation of Delia's How to Cook Book One first published in 1998 by BBC Worldwide Limited is published under licence from Woodlands Books Ltd.
© Шумейко К.А., перевод на русский язык, 2010
© Издание на русском языке, оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2010

ISBN 978-5-699-46052-6

Оформление Г. Булгаковой

Издание для досуга

Делия Смит

КАК ГОТОВИТЬ ЯЙЦА, ПАСТУ, РИС, КАРТОФЕЛЬ, ХЛЕБ И ПРОСТУЮ ВЫПЕЧКУ

Ответственный редактор Н. Арцибасова
Художественный редактор Г. Булгакова
Технический редактор М. Печковская
Компьютерная верстка Г. Дегтяренко
Корректор О. Степанова

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:
ООО «ТД «Эксмо». 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: reception@eksmo-sale.ru

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»
E-mail: international@eksmo-sale.ru

International Sales: International wholesale customers should contact
Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.
international@eksmo-sale.ru

Подписано в печать 18.10.2010.
Формат 60×90 1/8. Гарнитура «Garamond». Печать офсетная.
Бумага мелованная. Усл. печ. л. 30,0.
Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-699-46052-6



9 785699 460526 >