

СОВРЕМЕННАЯ

еврейская кухня

ВКУСНЫЕ ВАРИАЦИИ НЕСТАРЕЮЩЕЙ КЛАССИКИ:
ИСТОЧНИК ВДОХНОВЕНИЯ И СЫТНАЯ ЕДА



Шеннон Сарна

Тернерпам-кай
от
_3





СОВРЕМЕННАЯ

еврейская кухня

ВКУСНЫЕ ВАРИАЦИИ НЕСТАРЕЮЩЕЙ КЛАССИКИ:
ИСТОЧНИК ВДОХНОВЕНИЯ И СЫТНАЯ ЕДА

Шеннон Сарна

Фотографии Дуга Шнайдера

Стиль Шери Силвер



УДК 641.554
ББК 36.997
С20

Shannon Sarna
Modern Jewish Comfort Food
100 Fresh Recipes for Classic Dishes from Kugel to Kreplach

Перевод с английского Елены Васяниной

Сарна Ш.

С20 Современная еврейская кухня : Вкусные вариации нестареющей классики: источник вдохновения и сытная еда / Шеннон Сарна ; [пер. с англ. Е. Васяниной]. — М. : КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2022. — 208 с. ; ил.

ISBN 978-5-389-21462-0

Для каждого из нас еда, создающая комфорт, может означать что-то особенное, но неизменно она вызывает ассоциации с запахами, звуками и воспоминаниями, связанными с пребыванием дома, на кухне. Для моих еврейских друзей из Сирии это джибн со шпинатом на завтрак в будний день, горячие, только что пожаренные оладьи с луком-пореем на Рош ха-Шана, еврейский Новый год, и киббех в шабат, то есть по субботам. Для моих еврейских друзей из Израиля это рулеты с шоколадом и фундуком к чаю, шакшука по будням и фаршированный перец на ужин в субботу. Для моей еврейской семьи из США это кусок лапшичного кугеля на разговение после Йом-Киппур, куриный суп с клецками из мацы и большим количеством укропа на Песах, а также кисло-сладкие фрикадельки без особого повода. Шеф-повар и телеведущая Пати Джинич однажды сказала мне: «Если кухня не развивается, она исчезает». Еврейская кухня продолжает меняться, пополняться новыми блюдами и заново изобретать себя — и так здорово, что мы живем в то время, когда люди с удовольствием едят, наслаждаются едой и говорят об этом. Я работаю редактором портала The Noshер уже 10 лет и каждый день стараюсь рассказывать историю еврейского народа через еду — и серьезно отношусь к этой задаче как на работе, так и в этой книге. (*Шеннон Сарна*)

© Shannon Sarna, 2022

© Doug Schneider, photographs, 2022

© Васянина Е., перевод на русский язык, 2022

© Издание на русском языке, оформление.

ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус», 2022

КоЛибри®

Издание для досуга

Сарна Шеннон

Современная еврейская кухня

Вкусные вариации нестареющей классики:

источник вдохновения и сытная еда

Ответственный редактор *Е. Черезова*

Редактор *Н. Бурдейная*

Художественный редактор *Н. Данильченко*

Технический редактор *Л. Сеницына*

Корректоры *Т. Филиппова, М. Сафонова*

Верстка *Н. Козель*

Подписано в печать 16.09.2022.

Формат 84×108/16. Бумага офсетная.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 21,84.

Тираж 4000 экз. В-VSK-30409-01-R. Заказ №

Знак информационной продукции

(Федеральный закон № 436-ФЗ от 29.12.2010 г.) 

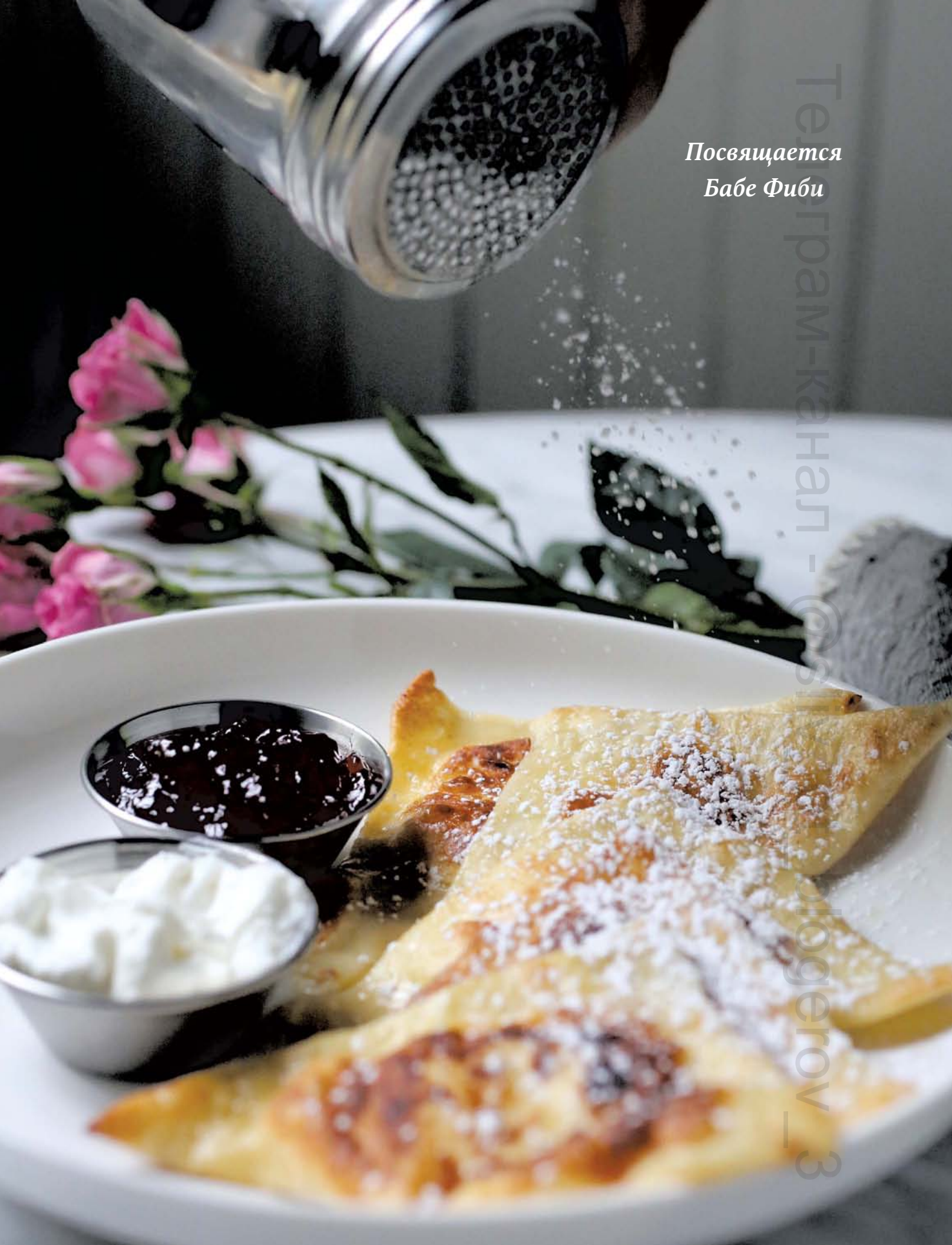
ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус» —
обладатель товарного знака «КоЛибри»
115093, Москва, ул. Павловская, д. 7, эт. 2, пом. III, ком. № 1
Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19
E-mail: sales@atticus-group.ru

Филиал ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус»
в г. Санкт-Петербурге
191123, Санкт-Петербург,
Воскресенская набережная, д. 12, лит. А
Тел. (812) 327-04-55
E-mail: trade@azbooka.spb.ru

www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru

Отпечатано в АО «Первая Образцовая типография»,
филиал «Чеховский Печатный Двор»
142300, Московская область, г. Чехов, ул. Полиграфистов, д. 1

Посвящается
Бабе Фиби



Telegram-канал - @slobozov_3

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	8	<i>Варианты топингов</i>	55
		Ананасовый кугель-перевертыш	57
1. КУРИНЫЙ СУП	12	Иерусалимский кугель	58
Куриный бульон	14	Кугель с макаронами и сыром	61
Классический еврейский куриный суп	17	Картофельный кугель	62
Клецки из мацы с укропом	18	Тройной вегетарианский кугель	65
Вегетарианский бульон	21	Бататовый кугель-пирог от Джоджо	66
Йеменский куриный суп	22		
<i>Йеменская смесь специй (хаваедж) для супа</i>	22	4. ШАКШУКА	68
Греческий суп с орзо и лимоном (авголемоно)	24	Простая шакшука с помидорами и перцем	72
Салат из курицы с горчицей и укропом	25	Мини-халы	75
Итальянский суп с чечевицей и пастой	27	Веганская шакшука «с дымком» и хрустящим нутом	78
Кошерный суп в стиле рамена	28	Шакшука в мексиканском стиле	79
Ребрышки фланкен в азиатском стиле	30	Пицца-шакшука	81
		Зеленая шакшука	82
2. ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩИ	32	Летняя шакшука с помидорами	85
Восточноевропейская фаршированная капуста (голубцы)	35	Простой соус с тахини	86
Вегетарианская фаршированная капуста	38	Простой и быстрый хумус	87
Фаршированные баклажаны	39		
Фаршированный цукини по-сирийски, с тамариндом и курагой	40	5. ШНИЦЕЛЬ	88
<i>Вариант блюда на Песах</i>	40	Классический куриный шницель	91
Фаршированный лук по-сирийски, с гранатовым соусом	43	<i>Медово-горчичный соус</i>	93
<i>Вариант блюда на Песах</i>	44	Шницель с хрустящим кокосом	94
Фаршированный перец с мясом по-израильски	45	<i>Сладко-острый майонез шрирача</i>	94
<i>Перец в медленноварке</i>	45	Шницель на Песах	96
Вегетарианский фаршированный перец по-израильски	47	Шницель в кукурузных хлопьях	97
<i>Добавьте сыра!</i>	47	Кукурузный шницель	99
		Шницель из цукини	100
		Сэндвич с рыбным шницелем	103
		<i>Соус тартар</i>	103
3. КУГЕЛЬ	48	6. ФРИКАДЕЛЬКИ	104
Кугель из лапши с солью и перцем	50	Простые еврейско-американские кисло-сладкие фрикадельки	106
Венгерский кугель из лапши от Джины	53	Фрикадельки в кисло-сладком томатном соусе	108
Сладкий молочный кугель из лапши	54		

Куриные фрикадельки с лимонно-чесночным соусом	109
<i>Израильский кускус с цуккини</i>	110
Фрикадельки из баранины с двумя соусами	111
Североафриканские рыбные котлеты храйме	113
Тефтели из нута и цветной капусты	114
Итало-американские фрикадельки моей мамы	117

7. КРЕПЛАХ И КОМПАНИЯ 120

Классические креплах с мясом	122
<i>Превратите тесто для креплах в лапшу</i>	124
Тушеная говяжья лопатка в красном вине	125
Креплах с солониной из говядины и капустой	126
Креплах с индейкой на День благодарения	128
<i>Бульон из индейки</i>	129
Сладкие творожные креплах	131
Грузинские хинкали	132
Сирийские самбусеки с сыром	135
Сирийские пирожки с сыром и оливками	139
Классические картофельные кныши	140
Кныши с бататом и шалфеем	143
Кныши с посыпкой для бейглов	144
<i>Как сделать посыпку для бейглов</i>	145

8. ЛАТКЕС 146

Классические картофельные латкес	148
<i>Тушеная говяжья грудинка</i>	151
<i>Самое простое яблочное пюре</i>	151
Латкес из свеклы и моркови	152
Латкес из цуккини и картофеля с травами	155
Гравлак со свеклой	156
Сырные латкес	159
Латкес с копченым лососем и яйцом пашот	160
Летние латкес с кукурузой и цуккини	162
Сефардские оладьи с луком-пореем	163

9. СЛАДОСТИ 164

Израильские рулеты с шоколадом и фундуком	167
Израильские рулеты с финиками и грецким орехом	168
Черно-белое печенье	171
Кокосовые макаруны	174
Макаруны с шоколадными «каплями»	176
Кокосовые макаруны с радужной посыпкой	177
Кокосовые макаруны с арахисовой пастой и шоколадом	179
Ругелах по-израильски, на дрожжах (два варианта)	180
Мандельброт с ирисками и шоколадом	183
Мандельброт с шоколадом и орехами	185
Мандельброт с радужной посыпкой	187
Маца с карамелью	188
<i>Идеи топингов для мацы с карамелью</i>	188
Яблочный крамбл с тахини	191
<i>Йеменская смесь специй (хаваедж) для кофе</i>	192
Фруктовый крамбл на Песах	193
Радужные пирожные	195
Радужные пирожные на Песах	196
Чизкейк Нью-Йорк (базовый рецепт)	197
Чизкейк с пастой спекулос	199
Безглютеновый чизкейк с манго и кокосово-миндальной основой	203

БЛАГОДАРНОСТИ 205

УКАЗАТЕЛЬ РЕЦЕПТОВ 206

ОБ АВТОРЕ 208

Введение

Душевная еврейская еда,
создающая комфорт, успокаивающая,
согревающая воспоминаниями
из детства, — понятие абсолютно
субъективное, оно варьируется от человека
к человеку, от региона к региону,
от одной еврейской семьи к другой.

Для меня эталон душевной домашней еды — миска горячей яичной лапши, слегка сдобренной маслом, с большой ложкой творога, щедро перченая. Это то, что я получала по воскресеньям на обед от отца, потому что точно так же его когда-то кормил дед. Кроме того, это любимое блюдо моей свекрови, которым ее потчевала бабушка, а теперь еще и любимая еда моих дочерей. Кому-то подобное сочетание продуктов покажется странным, но семьи с польскими корнями его наверняка хорошо знают. Это крестьянская пища — простая, дешевая и сытная. Ужин, который мы готовим, если в холодильнике пусто. Это блюдо мы любим не только за вкус, но и за историю, с ним связанные. В Польше его готовят из домашней яичной лапши и домашнего рассыпчатого творога. В Америке оно стало проще, и в ход идут обычные магазинные лапша и творог. Некоторые семьи делают его сладким, добавляя немного сахара и корицы, другие, как моя, предпочитают соленным, и это привычный вкус для тех, чьи прадеды и прабабки или более дальние предки приехали из Польши.

Это всего лишь один из примеров домашней еды польских евреев, проживающих в США. Еврейская еда, создающая комфорт и уют, интересна тем, что не является чем-то четко определенным. У евреев в разных уголках мира и в разных слоях общества она ассоциируется с разными вещами и имеет совершенно непохожие вкусы, однако есть несколько сквозных нитей, связующих все воедино: она рассказывает историю о том, где мы были, о трудностях нашего народа и о том, как мы выстояли.

Если говорить совсем просто, история еврейской кухни выглядит примерно так: мы были бедны, нам многого не хватало, поэтому мы смешивали остатки еды, и в результате получалась вкуснятина. Кстати, подобным образом возникли не только традиционные еврейские блюда. Похожее происходило с домашней едой во всем мире. Так как я росла американкой наполовину еврейского и наполовину итальянского происхождения, я замечала много общего между еврейской и итальянской кухней. Как и кухни других народов мира, обе они рассказывают похожие истории о том, как создавать вкусное из малого.

Евреи жили или находились в изгнании в самых разных уголках земли, что объясняет разнообразие как истории нашего народа, так и продуктов питания, которые были приняты нашей кухней и приспособлены к нашим обычаям. Писательница Джоан Натан объяснила, что существует не столько еврейская еда, сколько способ приготовления еврейской пищи, который адаптировался к кошерным диетическим законам и местным кухням везде, где селились евреи. Поэтому так трудно кратко объяснить, как именно выглядит и какова на вкус еврейская еда: она очень разнообразна.

Давайте потратим несколько минут на изучение еврейской истории и ее влияния на формирование кулинарных традиций.

Среди евреев выделяются четыре крупные субэтнические группы, место проживания и история которых влияют на их обычаи и кухню: ашкенази, проживавшие в основном в Восточной Европе, Германии и на севере Франции; сефарды, евреи с Пиренейского полуострова, которые являлись частью испанской диаспоры, были изгнаны во времена испанской инквизиции и оказались в Греции, Италии, на Балканах, в Северной Африке, Турции и во многих странах Южной Америки и Карибского бассейна; мизрахим, на протяжении тысячелетий проживавшие в странах Ближнего Востока бок о бок с мусульманами и христианами; эфиопские евреи, которые до 1980-х годов были почти полностью изолированы от других еврейских общин и поэтому имеют совершенно особые, уникальные обычаи.

Большинство американских евреев — выходцы из Европы. Вместе с крупными волнами еврейской иммиграции из Венгрии, Германии, Польши, Украины, Литвы и России в конце XIX и начале XX века в Нижнем Ист-Сайде на Манхэттене и в других иммигрантских анклавах по всей территории США возникла совершенно новая еврейская кухня. Закусочные с еврейскими деликатесами, бейглы и локс, а также сладкие кугели из лапши оказали глубокое влияние на то, как евреи стали готовить в Америке и какой остальные американцы стали представлять себе еврейскую кухню. Стереотипы о супе с мацой, кнышах и говяжьей грудинке, однако, не отражают всего разнообразия историй еврейской иммиграции в Америку и не имеют отношения к более поздним волнам переселенцев из Сирии, Ирана, Греции и других частей Ближнего Востока.

Создание государства Израиль в 1948 году и волны иммигрантов, которые сделали его своим новым домом, оказали глубокое влияние на следующую главу еврейской кухни. Иммигранты из Европы, а также многих стран Ближнего Востока и Северной Африки привезли с собой свои собственные блюда, которые стали частью новой развивающейся еврейской кухни. Вариации йеменских лепешек и хлеба, такие как малавах, кубане, джахнун, и насыщенные супы, их дополняющие; иракские кубэ с мясной начинкой и традиционный завтрак из баклажанов, картофеля и яиц, ставший популярным бутербродом сабих; тонко нарезанный шницель в немецком стиле; палестинские рубленые салаты и кремообразный хумус сошлись и развились в новую и очень динамичную кулинарную традицию.

Благодаря современной глобальной экономике и социальным сетям эта новая израильская кухня распространилась по всему миру, ее подхватили домашние кулинары и профессиональные повара, евреи и неевреи, израильтяне и не израильтяне. Она изменила то, как евреи во всем мире едят и думают о еде. Теперь мы видим, что еврейская еда может оказаться голубцами и фаршированными цукини, шмальцем и тамариндом, говяжьей грудинкой и шницелем, уличным кишем и домашними самбусаками. Душевная еврейская еда включает в себя так много всего.

Для каждой общины и для каждого из нас еда, создающая комфорт, может означать что-то особенное, но неизменно она вызывает ассоциации с запахами, звуками и воспоминаниями, связанными с пребыванием дома, на кухне. Для моих еврейских друзей из Сирии это джибн со шпинатом на завтрак в будний день, горячие, только

что пожаренные оладьи с луком-пореем на Рош ха-Шана, еврейский Новый год, и киббех в шабат, то есть по субботам. Для моих еврейских друзей из Израиля это рулеты с шоколадом и фундуком к чаю, шакшука по будням и фаршированный перец на ужин в субботу. Для моей еврейской семьи из США это кусок лапшичного кугеля на разговение после Йом-Киппур, куриный суп с клецками из мацы и большим количеством укропа на Песах, а также кисло-сладкие фрикадельки без особого повода.

Шеф-повар и телеведущая Пати Джинич однажды сказала мне: «Если кухня не развивается, она исчезает». Еврейская кухня продолжает меняться, пополняться новыми блюдами и заново изобретать себя — и так здорово, что мы живем в то время, когда люди с удовольствием едят, наслаждаются едой и говорят об этом. Я работаю редактором портала The Noshер уже 10 лет и каждый день стараюсь рассказывать историю еврейского народа через еду — и серьезно отношусь к этой задаче как на работе, так и в этой книге.

Во многих отзывах, которые я получаю на свою книгу «Современный еврейский пекарь» (Modern Jewish Baker), говорится о том, что четкие инструкции и иллюстрации к рецептам придают людям уверенности, чтобы решиться приготовить то, чего они раньше никогда не пробовали. Поэтому я сочла важным и в этой книге дать вам такие же подробные указания, наглядные руководства и доступные рецепты, чтобы вдохновить вас попробовать повторить на домашней кухне все еврейские блюда, казавшиеся до этого слишком сложными. Эта книга познакомит вас с разнообразием еврейской душевной еды, но есть много других блюд и рецептов, которые в нее не вошли. Я ни в коем случае не утверждаю, что здесь представлен исчерпывающий список, но, надеюсь, он вдохновит вас на изучение кулинарных традиций и освоение нового.



1

Куриный суп

Телеграм-канал - @sliv_ot_blogerov_3

Давайте поговорим о супе

Прежде всего давайте договоримся о том, что куриный суп и куриный бульон — две большие разницы. Овощной, говяжий или куриный бульон — основа хорошего супа. Но сам бульон — еще не готовый продукт, а лишь база для согревающего теплом и заботой первого блюда.

Для американцев еврейского происхождения куриный суп — синоним успокаивающей домашней еды, его даже называют еврейским пенициллином. Разумеется, у евреев нет на него монополии — куриный суп выходит за рамки культур и традиций. Он есть в каждой стране и в каждом регионе: от филиппинского калдо до японского рамена. Основой для всех этих культовых мисок обволакивающего тепла и вкуса служит бульон из курицы, ее частей или супового набора.

Супы евреев ашкенази знамениты ароматами приправ, добавляемых в бульон и, разумеется, компонентами, которые кладут в суп при подаче. Ингредиенты восточноевропейского куриного супа — корнеплоды, куриные кости и разные части тушки, петрушка или укроп (или и то и другое), иногда имбирь, а также соль и перец. Йеменский куриный суп дополняет смесь специй, известная как хаваедж, в составе которой кумин, кориандр и кардамон для аппетитного теплого аромата. В греческий куриный суп, который появился еще до ашкеназского, кладут лимон и яйцо, чтобы сделать консистенцию бульона кремообразной. И кроме того, в рамках каждой из этих традиций, от семьи к семье и от региона к региону варьируются пропорции ингредиентов и количество специй.

Несколько советов

по приготовлению куриного супа

- Для хорошего бульона нужно мясо на кости. Куриные грудки не подходят! Лучше взять целую курицу или бедра, голени, шею. Куриные лапки — тоже отличный вариант. Жир придает вкус и просто необходим для хорошего бульона.
- Всегда варите бульон на медленном огне. Никакого бурного кипения! Если вы хотите, чтобы ароматы раскрывались медленно, на поверхности бульона должны появляться лишь небольшие пузырьки.
- Все, что дает аромат, — важно. Что бы вы ни использовали, имейте это в виду. Есть много специй, трав и овощей, которые можно класть в суп. Все они имеют решающее значение для формирования его вкусового профиля. Я перечисляю те, что нравятся мне, но вы можете добавить имбирь, лук-порей, укроп, корень петрушки, батат, кинзу и т.д. — по своему вкусу.
- Пробуйте суп на разных этапах приготовления и добавляйте приправы. Если окажется, что суп слишком соленый, попробуйте добавить в него очищенный сырой картофель.
- Суп легко замораживается и хранится в морозильной камере около трех месяцев. Только убедитесь, что он полностью остыл, прежде чем перелить его в контейнер.

Куриный бульон

Примерно на 5,5 литра

Аромат бабушкиного куриного супа навсегда останется в моей памяти. Я могла войти в дом и сразу понять, стоит ли суп на плите. На его поверхности поблескивали лужицы жира. В доме бабушки в городе Йонкерс в штате Нью-Йорк ни один еврейский праздник не обходился без этого золотистого бульона с маленькими шариками мацы.

Мой рецепт куриного супа отличается от вариантов бабушки и свекрови, которые обе готовили его очень вкусно. Каждый повар, стоящий у плиты дома или в ресторане, скажет вам, что для хорошего бульона нужны такие-то части курицы или такие-то особые комбинации. Но основная идея заключается в том, что на кусочках курицы должны быть жир и кожа для аромата. Кости — ключевой элемент. Куриные лапки — отличный традиционный вариант, но найти их сложнее. Я беру целую курицу и добавляю крылышки, но вы можете составить другую комбинацию. Поэкспериментируйте, чтобы определить, какой вариант вам больше нравится, или просто используйте то, что доступно. Когда я хочу приготовить очень насыщенный бульон, я добавляю одну или две мозговые косточки и варю вместе со всем остальным.

- 1 пучок петрушки
- 1 пучок укропа
- 1 ст. л. черного перца
- 1 целая курица плюс 500 г крыльев, голеней, бедер или лапок
- 2 мозговые косточки (по желанию)
- 4 крупно нарезанных моркови
- 4 крупно нарезанных стебля сельдерея
- 1 большая неочищенная луковица, разрезанная пополам
- 2 крупно нарезанных корня пастернака
- 1 репа, разрезанная на четвертинки
- 1 ч. л. молотой куркумы (по желанию)
- 2–3 ст. л. кошерной* соли

- 1 Составьте букет гарни: петрушку, укроп и перец горошком заверните в марлю и перевяжите кулинарным шпагатом. В качестве альтернативы можно использовать специальный мешочек (см. Советы).
- 2 Все остальные ингредиенты положите в большую кастрюлю и полностью залейте холодной водой.
- 3 Накройте кастрюлю крышкой и доведите до кипения на среднем огне.
- 4 Как только суп закипит, снимите крышку. На поверхности начнет собираться пена. Периодически снимайте ее на протяжении первого часа приготовления бульона.
- 5 Примерно через 1 час достаньте из кастрюли целую курицу и все дополнительные части, на которых есть мясо. Снимите мясо с костей и положите кости обратно в кастрюлю.
- 6 Дайте куриному мясу остыть. Я обычно кладу его в контейнер и ставлю в холодильник, чтобы использовать позже в супе или для приготовления куриного салата.
- 7 Добавьте в кастрюлю 2–3 ст. л. кошерной соли. Продолжайте варить бульон, в идеале 5–6 часов, но не менее 2–3 часов. Снимите с огня, дайте остыть, а затем процедите через сито с мелкой сеткой.
- 8 Храните куриный бульон в контейнере в холодильнике в течение 5 дней или в морозильной камере в течение 3 месяцев.

* Кошерной называется крупная соль без добавок, используемая для подготовки кошерного мяса. — Прим. ред.

СОВЕТЫ

На фото справа — пошаговая инструкция создания букета гарни (фр. bouquet garni) из пряных трав и приправ. Его добавляют в бульон или другое блюдо в процессе приготовления, а потом вынимают.

Можно воспользоваться специальным мешочком из крупноячеистой ткани — он продается в интернет-магазинах (ищите по запросу «мешочек для специй»). Вы можете сложить в него все специи и даже кусочки курицы и опустить в кастрюлю, в которой варится бульон.

После того как бульон прокипит несколько часов, просто вытащите мешочек. Этот способ значительно облегчает процесс процеживания. Продолжайте кипятить бульон на слабом огне для усиления аромата.





Классический еврейский куриный суп

На 4–6 порций

Имея идеальный базовый бульон, вы можете приготовить классический куриный суп евреев ашкенази, добавив в него другие ингредиенты. Во многих еврейских ресторанах Америки можно заказать блюдо, которое называется «миш мош», что переводится примерно как «всего понемногу». Именно так я люблю подавать куриный суп, если действительно хочу удивить гостей: с клецками из мацы и с креплах, с большим количеством измельченной курицы и свежим укропом, а еще с лапшой.

Куриный суп не только вкусен, но и полезен для здоровья, действует успокаивающе и расслабляюще. Научно доказано, что куриный суп и другие супы, приготовленные на костном бульоне, помогают при простуде. Да-да, настоящие еврейские мамочки и бабушки давно это знают!

2 ст. л. оливкового масла
3 л куриного бульона (с. 14)
3 очищенные и нарезанные
ломтиками моркови
3 нарезанных ломтиками стебля сельдерея
Свежий укроп
Соль и свежемолотый черный перец
Лапша, клецки из мацы или
креплах для подачи

- 1** Разогрейте оливковое масло в большой кастрюле на среднем огне. Добавьте морковь и сельдерей и пассеруйте 4–5 минут до легкого размягчения.
- 2** Влейте в кастрюлю бульон и доведите до кипения. Уменьшите огонь, добавьте свежий укроп и варите на маленьком огне 20 минут.
- 3** Добавьте соль и перец.
- 4** Разлейте суп по мискам. Добавьте в каждую из них либо готовую лапшу, либо рис, либо вареные креплах, либо клецки из мацы или все вышеперечисленное вместе. По желанию посыпьте сверху свежим укропом.

Примечание. В супе для детей будет отлично смотреться паста в форме буковок алфавита или забавных фигурок типа динозавриков.

Клецки из мацы с укропом

На 16–20 штук

Нет ничего зазорного в том, чтобы купить в магазине готовую смесь для клецок из мацы, в которую уже входят специальная мука, приправы и пищевая сода, а потом просто следовать инструкциям. На самом деле, когда я брала интервью у поваров, многие клялись, что именно так и поступают. Но, конечно же, есть и те, кто очень гордится своими настоящими домашними клецками. Сочетание газированной (сельтерской) воды и разрыхлителя поможет придать клецкам легкость. Но как бы вы их ни готовили, клецки из мацы — одно из самых вкусных и душевных домашних блюд.

4 крупных яйца комнатной температуры
 ¼ стакана* растительного масла
 или куриного жира
 2 ст. л. газированной воды
 1 стакан муки из мацы
 ¼ ч. л. разрыхлителя
 ½ ч. л. соли
 1 ст. л. измельченного свежего укропа
 Кулинарный спрей или растительное
 масло для смазывания тарелки

* Здесь и далее в рецептах
 1 стакан = 230 мл — Прим. перев.

- 1 Взбейте яйца, растительное масло и газированную воду в миске среднего размера. В отдельной миске смешайте муку для мацы, разрыхлитель и соль.
- 2 Влейте яичную смесь в мучную и добавьте укроп. Осторожно перемешайте все вилкой до однородности, стараясь не переусердствовать. Уберите в холодильник на 30–60 минут.
- 3 Доведите до кипения большую кастрюлю воды.
- 4 Поставьте рядом с собой небольшую миску с холодной водой. Скатывайте из приготовленной смеси шарики размером с грецкий орех, окуная руки в холодную воду перед формированием каждого следующего шарика. Затем положите их на тарелку, предварительно смазанную с помощью кулинарного спрея или небольшим количеством растительного масла.
- 5 Опустите клецки в кипящую воду, плотно накройте крышкой и убавьте огонь до среднего. Варите в течение 30 минут.
- 6 Подавайте с куриным супом.





Тетяра-канди-
_3

Вегетарианский бульон

На 4–6 порций

Бывают случаи, когда вам нужно приготовить постную версию супа, такого же насыщенного и ароматного, как и суп на курином бульоне, и для этого вам понадобится хороший вегетарианский бульон. Здесь вы можете экспериментировать и пробовать сочетания разных овощей, которые у вас есть под рукой или которые вам нравятся.

1 очищенная большая луковица,
разрезанная пополам
3 крупно нарезанные моркови
1 крупно нарезанный пастернак
3 крупно нарезанных стебля сельдерея
1 стакан мытых мелких шампиньонов
1 стакан помидоров черри или 2 «сливки»
1 пучок петрушки
Несколько веточек тимьяна
1 ст. л. черного перца
1 лавровый лист
1 ч. л. молотой куркумы
½ стакана сушеных белых грибов
1 стакан горячей воды
Соль и свежемолотый черный перец

- 1 Положите лук, морковь, пастернак, сельдерей, шампиньоны и помидоры в большую кастрюлю или медленноварку.
- 2 Сделайте букет гарни (см. с. 14 и 15) из петрушки, тимьяна, перца горошком и лаврового листа. Поместите его в ту же кастрюлю/медленноварку. Туда же добавьте чайную ложку куркумы.
- 3 Залейте холодной водой.
- 4 Доведите до кипения и сразу уменьшите огонь до минимума, если готовите в кастрюле, а если используете медленноварку, выберите режим тушения. Готовьте в течение 3–4 часов.
- 5 Ближе к окончанию приготовления бульона залейте сушеные грибы стаканом кипятка и настаивайте в термостойкой посуде в течение 20 минут. Добавьте получившуюся жидкость от белых грибов в кастрюлю.
- 6 Приправьте солью и перцем по вкусу.
- 7 Бульон можно заморозить и хранить в течение 2–3 месяцев.

Жизнь без отходов.

Бульон из остатков овощей

Этот рецепт на самом деле не совсем рецепт. Просто имейте в виду, что можно приготовить овощной бульон, используя остатки, скорее даже отходы овощей, но они должны быть идеально чистыми. Сохраняйте очистки моркови, кончики сельдерея, кожуру корнеплодов, ножки грибов, луковую шелуху, слегка увядшую зелень, обрезки перца, цуккини и т.д. и храните их в герметичном пластиковом пакете в холодильнике в течение недели или в морозилке 1–2 месяца, пока не наберется полный пакет. Затем положите их в кастрюлю вместе с перцем горошком, травами, туда же можно отправить и лук, и залежавшиеся помидоры черри, и все, что есть под рукой. Наполните кастрюлю водой и варите. Через несколько часов сцедите жидкость, откиньте овощи, и у вас получится прекрасный бульон, который можно использовать в различных рецептах.

Йеменский куриный суп

На 4–6 порций

Йеменская еврейская кухня, возможно, не отличается утонченностью — это простая деревенская еда, но она довольно сытная и по-домашнему вкусная. Она славится своими насыщенными супами, нежным слоеным хлебом, острым соусом схуг и традиционным соусом из пажитника хильбе. Рождение этой кухни неразрывно связано с условиями жизни народа: у йеменцев практически ничего не было, у себя на родине они жили очень бедно, но при этом творили волшебство даже с теми немногочисленными продуктами, которые были им доступны. Не имея достаточного количества мяса, они научились готовить супы на основе костей, овощей и специй и добились в этом невероятных результатов. Похожие истории пронизывают историю еврейской кухни во всех странах мира.

Суп из бычьих хвостов — один из классических йеменских супов, любимых многими. Бульон получается густой и ароматный, а картофель и морковь придают ему необыкновенную душевную простоту. Мой рецепт — слегка американизированная версия. В нем используются мозговые косточки и хаваедж — традиционная йеменская смесь специй, которая выпускается в двух вариантах — для супов и для кофе; второй вариант также присутствует в йеменской смеси для чая.

2 ст. л. оливкового масла
3 очищенные и нарезанные
ломтиками моркови
3 нарезанных ломтиками стебля сельдерея
1 ч. л. имбирной пасты или мелко
нарубленный свежий имбирь
2 зубчика измельченного чеснока
3 л куриного бульона (с. 14)
2 или 3 мозговые косточки
2 ст. л. смеси хаваедж
(см. примечание к рецепту)
500 г крупно нарезанного
крахмалистого картофеля
Свежая кинза (по желанию)

- 1 Разогрейте оливковое масло в большой кастрюле для супа на средне-сильном огне. Добавьте морковь и пассеруйте 4–5 минут, до легкого размягчения. Добавьте имбирь, сельдерей и чеснок и готовьте еще 2 минуты.
- 2 Влейте в кастрюлю бульон и доведите до кипения. Добавьте мозговые косточки, смесь хаваедж, картофель и варите около 1 часа или до тех пор, пока картофель не станет очень нежным.
- 3 Подавайте суп со свежей кинзой, мозговыми косточками и хлебом с корочкой, который можно было бы макать в костный мозг.

Примечание. Смесь хаваедж можно купить в специализированных магазинах или сделать самим.

Йеменская смесь специй (хаваедж) для супа

Чтобы приготовить хаваедж, смешайте 1 ст. л. молотой куркумы, 1 ст. л. молотого кардамона, 1 ст. л. молотого кориандра и 1 ст. л. свежемолотого черного перца. Приправу можно хранить в герметичном контейнере в течение 3 месяцев.



Теллеграм-канал - @shkolyogorov

Греческий суп с орзо и лимоном (авголемоно)

На 4–6 порций

Этот кремообразный лимонный суп — классическое блюдо сефардов, его часто подают на разговление после Йом-Киппур евреи греческого, итальянского или балканского происхождения. Вы также обнаружите его в меню многих греческих ресторанов. Суп приобретает консистенцию крема за счет заваривания яиц, которые вводятся в бульон таким же образом, как при приготовлении заварного крема. Рецепт довольно прост в приготовлении, а вкус получается легким и успокаивающим.

2 ст. л. оливкового масла
1 большая луковица, нарезанная кубиками
5 стаканов куриного бульона
1 стакан воды
½ стакана пасты орзо
3 больших яйца
Сок 1 лимона (около ¼ стакана)
1 ½ стакана вареной измельченной куриной грудки
Соль и свежемолотый черный перец
Свежая петрушка или укроп (по желанию)

- 1 Нагрейте на среднем огне 2 ст. л. оливкового масла в небольшой кастрюле. Обжарьте лук до полупрозрачности в течение 7–10 минут.
- 2 Влейте в кастрюлю куриный бульон и воду и доведите до кипения. Уменьшите огонь, чтобы кипение не было интенсивным, и варите 10 минут.
- 3 Добавьте орзо (разновидность мелкой итальянской пасты, которую также называют ризони), накройте крышкой и варите примерно 8–10 минут. Добавьте соль и перец по вкусу. Как только орзо приготовится, снимите суп с огня.
- 4 Взбейте вместе яйца и лимонный сок в термостойкой стеклянной емкости или миске из нержавеющей стали. Медленно влейте 1 стакан горячего супа в яичную смесь, не переставая интенсивно взбивать яйца. Затем перелейте все обратно в кастрюлю и снова поставьте на небольшой огонь. Добавьте в суп измельченную курицу и нагрейте его почти до кипения. Примечание: не дайте супу закипеть, иначе яйца могут свернуться.
- 5 Подавайте со свежей петрушкой или укропом, по желанию.

Салат из курицы с горчицей и укропом

На 4 порции

Когда вы варите бульон из целой курицы, а потом готовите суп, обычно остаются излишки мяса. Использование остатков и всех частей животного — глубоко укоренившаяся еврейская традиция, и я никогда не могла позволить прекрасным кусочкам курицы пропасть просто так. Мне очень нравится быстренько сделать из них куриный салат, особенно со свежим укропом, который также использовался при приготовлении бульона. Вы можете подавать такой салат со свежими халами (с. 75), крекерами или, как мне больше всего нравится, на поджаренном многозерновом хлебе с несколькими листьями салата айсберг.

Курица, оставшаяся от приготовления
бульона (около 2 стаканов)

2 стебля сельдерея, нарезанных
мелкими кубиками

$\frac{3}{4}$ стакана майонеза или больше, по вкусу

3 ст. л. острой коричневой или
дижонской горчицы

1 ст. л. свежавыжатого лимонного сока

2 ст. л. рубленого свежего укропа

$\frac{1}{2}$ ч. л. мелкой морской соли

$\frac{1}{4}$ ч. л. свежемолотого черного перца

1 Нарежьте курицу небольшими кусочками или разделите ее мясо на волокна вилкой.

2 Смешайте майонез, горчицу, лимонный сок, укроп, соль и перец в большой миске.

3 Добавьте курицу и сельдерей в майонезную смесь и перемешайте. Приправьте солью и перцем по вкусу.



ар - @sliv_ot_blogerov_3

Итальянский суп с чечевицей и пастой

На 4–6 порций

Многие еврейские блюда ведут свою историю от простой крестьянской еды, и то же самое можно сказать об итальянской кухне. У меня еврейские корни по отцу и итальянские – по матери, поэтому чечевица с пастой, или *lenticche e pasta*, – для меня яркий пример умиротворяющей домашней еды, которая греет душу и объединяет обе традиции. Вы можете приготовить этот суп на вегетарианском (с. 21) либо на курином бульоне (с. 14), и тот и другой будет великолепно сочетаться с большим количеством свежего пармезана, насыпанного сверху, и с корочкой хлеба, которую вы будете в него обмакивать.

1 стакан сухой зеленой чечевицы
2 ст. л. оливкового масла
1 нарезанная кубиками луковица
2 нарезанные мелкими кубиками моркови
1 нарезанный мелкими кубиками стебель сельдерея
2 измельченных зубчика чеснока
1 ст. л. томатной пасты
1 сушеный лавровый лист
½ стакана пасты (идеально подойдут вермишель и мелкие макаронные изделия, например ракушки, трубочки, колечки, спирали)
3 стакана воды
3 стакана куриного или овощного бульона
Соль и свежемолотый черный перец
Тертый пармезан для подачи (по желанию)

- 1 Промойте чечевицу, удалите некачественные зерна и примеси.
- 2 Разогрейте оливковое масло в небольшой кастрюле. Добавьте в нее лук и пассеруйте до полупрозрачности в течение 5–7 минут. Добавьте морковь и сельдерей и продолжайте пассеровать еще 2 минуты. Затем положите в кастрюлю чеснок и томатную пасту и продолжайте готовить еще 1–2 минуты. Потом добавьте промытую чечевицу.
- 3 Влейте в кастрюлю воду и бульон и доведите до кипения. Уменьшите огонь и варите в течение 25–30 минут. Добавьте больше жидкости, если потребуется.
- 4 Добавьте соль и перец по вкусу. По желанию, подавайте с тертым пармезаном.

Кошерный суп в стиле рамена

На 4–6 порций

Разумеется, по происхождению рамен не еврейский суп, а китайский и японский. Но, как и многие еврейские блюда, рамен был «едой бедняков», дешевой и сытной. Евреи в США давно соприкоснулись с азиатской кулинарной традицией, особенно с китайской, поскольку жили бок о бок с иммигрантами из Китая на Манхэттене в Нижнем Ист-Сайде, где две культуры оказывали влияние друг на друга. Рамен, как известно, не является кошерным блюдом, поскольку для приготовления бульона используются свинина и моллюски. Я решила создать нечто похожее на рамен, но с кошерными ингредиентами, включая домашний куриный бульон, поскольку он очень ароматный и вполне может стать основой для аппетитной миски горячего рамена. Мои дети очень любят это блюдо и уплетают его за обе щеки всякий раз, когда я его готовлю.

2 ст. л. растительного или другого масла без запаха
2 ч. л. рубленого свежего имбиря или имбирной пасты
2 измельченных зубчика чеснока
1 ст. л. мисо-пасты
2 л домашнего куриного бульона (с. 14)
Сваренная лапша рамен
Короткие ребрышки фланкен в азиатском стиле (с. 30) (по желанию)
Зеленый лук (по желанию)
Вареные яйца в мешочек (необязательно, см. примечание к рецепту)
Нашинкованные капуста и морковь, кукуруза или обжаренный шпинат или грибы (по желанию)

- 1 Разогрейте масло в большой кастрюле для супа на среднем огне. Слегка обжарьте чеснок и имбирь в течение 2–3 минут. Добавьте мисо-пасту и куриный бульон и доведите до кипения. Варите в течение 20–30 минут на слабом огне.
- 2 Отварите лапшу согласно указаниям на упаковке (около 3 минут). Слейте воду и отложите лапшу в сторону до подачи.
- 3 После того как суп поварится 20–30 минут, разлейте его по мискам половником. Сверху положите готовую лапшу и другие ингредиенты. Для рамена также можно использовать короткие ребрышки фланкен в азиатском стиле, нарезанный лук-шалот, вареные яйца всмятку, нашинкованную капусту, морковь, кукурузу или слегка обжаренный шпинат либо грибы.

Как приготовить яйца в мешочек

Первый совет относится к приготовлению любого типа вареных яиц — помните о том, что старые яйца легче чистятся. Поэтому лучше варить те яйца, которые какое-то время полежали в холодильнике, а не только что купленные на фермерском рынке.

В кастрюле среднего размера доведите воду до кипения. Убедитесь, что воды достаточно и она полностью покрывает яйца. С помощью шумовки или ложки для снятия накипи осторожно опустите яйца в воду. Плотной крышкой накройте кастрюлю, выключите огонь и установите таймер на 9 минут. Пока яйца лежат в кипятке, подготовьте миску среднего размера с ледяной водой.

Через 9 минут слейте кипяток и поместите яйца в ледяную воду. Оставьте на 10 минут. Потом аккуратно постучите яйцами по столу и очистите их от скорлупы. Подавайте сразу или храните в холодильнике в течение 2 дней.



Телерграм-каналы - @_trav_3

Ребрышки фланкен в азиатском стиле

На 4 порции

Во многих традиционных рецептах рамена присутствует свинина, добавляющая этому блюду жирность и аромат. Мне хотелось создать кошерную версию рамена с другим не менее сочным и ароматным мясом. Поэтому в рамен с домашним бульоном и большим количеством лапши я теперь кладу кисло-сладкие тушеные говяжьи ребрышки фланкен.

Ребрышки, приготовленные по этому рецепту, можно подавать как отдельное блюдо. Если вы готовите на большую компанию, количество ингредиентов придется увеличить. При этом использовать можно не только короткие ребрышки, но и обычные.

Ребрышки можно тушить в кастрюле с толстыми стенками и в мультиварке. А после приготовления заморозить и хранить в холодильнике.

2 или 3 больших фрагмента говяжьих ребрышек фланкен (от 900 до 1400 г)
1–2 стакана куриного или говяжьего бульона
½ стакана соевого соуса с низким содержанием натрия
⅓ стакана светло-коричневого сахара
1 ч. л. кунжутного масла
1 кусочек свежего имбиря, очищенного от кожуры
2 очищенных зубчика чеснока, целиком
¾ ч. л. классической китайской смеси «5 специй» (по желанию)
¼ ч. л. хлопьев красного перца

- 1 Разогрейте духовку до 135 °C.
- 2 Поместите ребрышки и остальные ингредиенты в большую кастрюлю с толстыми стенками. Накройте крышкой и поставьте в духовку.
- 3 Проверьте процесс приготовления через 1 час и добавьте больше воды или бульона, если покажется, что жидкость сильно выкипела.
- 4 Готовьте в общей сложности 3–4 часа, пока мясо не станет очень нежным. Перед подачей удалите кости.

Примечание. Ребрышки фланкен (ребра Кальби) пользуются большой популярностью в еврейской кухне. Они кошерные и стоят относительно недорого по сравнению с другими частями говяжьей туши. Фланкен — плоский кусочек с несколькими короткими фрагментами ребер, нарубленных поперек кости. При других вариантах разделки из той же части животного ребрышки нарезают подлиннее, вокруг них обычно много жира, и они должны готовиться на слабом огне. В зависимости от того, где вы живете, найти фланкен по-еврейски может быть сложнее или проще. Мясник, имеющий представление о кошерной пище, будет точно знать, что вам нужно. А если мясник не в курсе, попросите его разрубить часть с ребрами на длинные и узкие фрагменты поперек косточек. Ну а если так сделать не получится, просто используйте обычные ребрышки.



Terentiev-kahar -
© Iiv
photoerov_3

2

Фарши- рованные овощи

Телеграм-канал - @sliv_ot_blogerov_3

Давайте поговорим о фаршированных овощах

Видов фаршированных овощей — великое множество, и кулинарные культуры разных уголков мира имеют свои версии похожих блюд. Фарширование овощей возникло как способ получить нечто большее из маленького кусочка мяса. Мясо было роскошью для евреев из любой страны, поэтому его кусочки измельчали, смешивали с рисом и овощами, а затем тушили в ароматных соусах. Получались насыщенные по вкусу и очень сытные блюда. Внешне, возможно, не самые красивые, но зато ставшие квинтэссенцией еврейской домашней душевной еды, дарящей тепло, уют и спокойствие.

Сегодня в Израиле фаршированные овощи — мемулаим (что на иврите означает «фаршированные») — очень популярны. Этим мы, безусловно, обязаны иммигрировавшим в Израиль сефардам и евреям из ближневосточных стран, а также благоприятным для выращивания овощей климатическим условиям. Израильская кухня славится своими яркими цветными салатами: в стране развито сельское хозяйство, и жители Израиля действительно всей душой любят свои овощи и ценят их полезные качества. Здесь проживает самое большое число веганов в мире — около 5% населения Израиля утверждают, что они веганы. Вегетарианство и веганство являются растущими трендами в Израиле уже на протяжении многих лет, и поэтому версии традиционных блюд без продуктов животного происхождения весьма распространены.

Как правило, с фаршированными овощами приходится повозиться. Для этого процесса у евреев ашкенази даже существует особое слово — пачки (что означает на идише «возиться, замораживаться с чем-то»). Есть множество этапов подготовки овощей, приготовления начинки и соуса. Именно по-

этому фаршированные овощи подаются на стол в шабат или на праздники и могут выглядеть совсем не как повседневное блюдо. В этом разделе я делюсь подборкой рецептов фаршированных овощей, отражающих разнообразие еврейских кулинарных традиций, но есть еще великое множество других вариантов.

Несколько слов о рисе: для «сирийских» рецептов фаршированных овощей из этого раздела используется рис басмати; его сначала замачивают, а потом варят. Для голубцов и фаршированных перцев лучше брать предварительно отваренный длиннозерный белый рис. Конечно, можно использовать и сырой, предварительно замоченный или промытый, но, по моему опыту, с уже готовым рисом результат всегда лучше. Рис басмати в любом из рецептов можно заменить на коричневый.

Несколько советов по приготовлению фаршированных овощей

- Не перегружайте овощи начинкой. Не поддавайтесь искушению — лучше меньше, да лучше.
- Не утрамбовывайте начинку — она должна быть немного рыхлой. В процессе приготовления ей понадобится место для расширения, особенно если она содержит рис.
- Убедитесь, достаточно ли приправ в начинке и соусе.
- Фаршированные капуста и лук хорошо замораживаются и могут быть повторно разогреты.
- Экспериментируйте с начинками и соусами, описанными в этом разделе. Попробуйте использовать восточноевропейский кисло-сладкий соус из рецепта фаршированной капусты для фаршированных перцев или положите простую вегетарианскую рисовую смесь, которую я предлагаю для перцев, в голубцы.



Тертерпам-каһса - рецепт блогеров_3

Восточноевропейская фаршированная капуста (голубцы)

На 6–8 порций

Фаршированная капуста — восточноевропейское блюдо, состоящее из риса и говяжьего фарша, завернутых в капустные листья и тушеных в томатном соусе. В России аналог этого блюда — голубцы. В Израиле его обычно готовят на Суккот и Симхат Тора, когда по традиции едят фаршированную пищу. Считается, что рулеты из капусты напоминают свитки Торы, поэтому блюдо и связано с праздником Симхат Тора — днем, в который годовой цикл чтения этой священной книги заканчивается и начинается новый.

Я росла с фаршированной капустой на бабушкином праздничном столе. Голубцы были любимым блюдом моего отца и дяди, но мы, дети, никогда их не ели. Моя бабушка подавала фаршированную капусту с кленовым сиропом и лимонной кислотой, которую дедушка всегда держал под рукой, поскольку был пищевым химиком. Баба Билли, бабушка моего мужа, делала голубцы с изюмом и лимонным соком, а теперь, когда мой отец готовит их дома, он достает банку квашеной капусты. Я встречала рецепты, в которых фаршированная капуста сочетается с виноградным желе или даже с коктейльным соусом.

В общем, соус можно приготовить самыми разными способами, но обязательные его элементы — помидоры, что-то сладкое и что-то придающее кислинку.

1 большой вилок белокочанной или савойской капусты (см. примечание на с. 37)

Для начинки:

500 г говяжьего фарша

¼ стакана вареного длиннозерного белого риса (или любой вареный рис, который у вас есть)

1 небольшая луковица, натертая на терке (около ½ стакана)

1 большое яйцо

1 ч. л. соли

½ ч. л. свежемолотого черного перца

¼ стакана панировочных сухарей без приправ

1 Подготовьте капусту. Доведите до кипения большую кастрюлю воды. С помощью острого ножа удалите капустную кочерыжку. Опустите капусту в кипящую воду. Через 2–3 минуты листья начнут размягчаться, и вы сможете легко отделять их от кочана. Снимите примерно 16 листьев.

2 Приготовьте начинку. Говяжий фарш, вареный рис, лук, яйцо, соль и перец поместите в миску среднего размера и перемешайте. Добавьте панировочные сухари и еще раз перемешайте. Отставьте в сторону.

3 Приготовьте соус. Разогрейте оливковое масло в сотейнике на среднем огне. Обжаривайте лук и яблоко в течение 5–7 минут, пока жидкость не испарится, а лук не станет мягким и не начнет приобретать золотистый цвет. Добавьте томатный соус, бульон, уксус, коричневый сахар, изюм, корицу, соль и перец. Доведите до кипения на средне-слабом огне и варите в течение 5 минут.

4 Покройте дно формы для запекания размером 20 × 30 см тонким слоем соуса, примерно на одну четверть.

5 Удалите жесткую прожилку в середине каждого капустного листа с помощью острого ножа.

продолжение рецепта...





Для соуса:

- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 небольшая луковица, нарезанная кубиками
- ½ яблока, очищенного от кожуры, сердцевины и натертого на терке
- 425 г томатного соуса (одна банка)
- 1 ½ стакана бульона (подойдет куриный или овощной)
- ¼ стакана белого или яблочного уксуса
- 2 ст. л. светло-коричневого сахара
- ¼ стакана изюма
- ½ ч. л. молотой корицы
- ½ ч. л. соли
- ¼ ч. л. свежемолотого черного перца

6 Выложите фарш с рисом большой ложкой или половником объемом примерно ½ стакана (если листья небольшие, может потребоваться меньше начинки) на середину капустного листа. Накройте начинку краями листа справа и слева, а затем сверните весь лист рулетом и положите швом вниз в подготовленную форму для запекания. Повторите это действие с оставшимися листьями и начинкой. Если у вас останется немного капусты, вы можете отложить ее для другого блюда, например добавить в суп, либо нарезать и добавить в соус, в общем, на ваше усмотрение.

7 Уложенные в форму рулетики с фаршем залейте соусом. Накройте фольгой и запекайте в течение 1,5 часа или до тех пор, пока цвет капусты не изменится с ярко-зеленого на более тусклый. Количество соуса уменьшится, а голубцы можно будет легко разрезать.

Примечание. Вы можете использовать любые листовые овощи, которые вам нравятся. Белокочанная капуста — наиболее традиционный вариант, хотя скатывать рулеты из нее — не самое простое занятие. Листья савойской капусты более прочные, и их легче сворачивать, но в результате голубцы с ней получаются менее нежными.

Вегетарианская фаршированная капуста

На 6–8 порций

В продвижении растительной пищи и веганства израильтяне — впереди планеты всей! Они нашли множество способов изобрести рецепты любимых домашних блюд заново, исключив из них мясо.

В этой вегетарианской версии голубцов вместо мяса присутствуют мелко нарезанные грибы и в начинку добавлен рис. Вы также можете использовать растительные альтернативы мяса, если захотите. А чтобы сделать блюдо веганским, просто исключите яйцо из начинки и добавьте немного воды или бульона, чтобы увлажнить смесь и скрепить компоненты.

Если вы хотите, чтобы начинка получилась более мягкой, добавьте простой рис из рецепта израильских вегетарианских фаршированных перцев (с. 47).

1 вилок зеленой или пекинской капусты

Для соуса:

1 небольшая луковица, нарезанная кубиками

½ яблока, очищенного от кожуры, сердцевины и натертого на терке

425 г томатного соуса (1 банка)

1 ½ стакана бульона (подойдет куриный или овощной)

¼ стакана белого или яблочного уксуса

2 ст. л. светло-коричневого сахара

¼ стакана изюма

½ ч. л. молотой корицы

½ ч. л. соли

¼ ч. л. свежемолотого черного перца

Для начинки:

2 ст. л. оливкового масла

1 ст. л. сливочного масла (по желанию)

1 большая луковица, нарезанная кубиками

340–400 г нарезанных кубиками шампиньонов — обычных или мелких коричневых

2 измельченных зубчика чеснока

1 ст. л. соевого соуса

1 ст. л. томатной пасты

2 ч. л. свежих листьев тимьяна

1 ч. л. сушеного орегано

½ стакана сушеных белых грибов

1 ½ стакана вареного длиннозерного белого или коричневого риса

1 большое яйцо

1 ч. л. мелкой морской соли

½ ч. л. свежемолотого черного перца

1 Подготовьте капусту. Доведите до кипения большую кастрюлю воды. С помощью ножа удалите кочерыжку у капусты. Опустите капусту в кипящую воду. Через 2–3 минуты листья начнут размягчаться, и вы сможете легко отделять их от кочана. Отделите примерно 16 листьев.

2 Приготовьте соус. Нагрейте оливковое масло в сотейнике на среднем огне. Обжаривайте лук и яблоко в течение 5–7 минут, пока вода не испарится, а лук не станет мягким и не приобретет золотистый цвет. Добавьте томатный соус, бульон, уксус, коричневый сахар, изюм, корицу, соль и перец. Доведите до кипения на средне-слабом огне и варите 5 минут.

3 Приготовьте начинку. Нагрейте оливковое и сливочное масло (если используете) в глубоком сотейнике. Готовьте лук и шампиньоны около 10 минут, чтобы они стали мягкими. Добавьте чеснок и готовьте еще 2 минуты. Затем добавьте соевый соус, томатную пасту, тимьян и орегано и продолжайте готовить еще пару минут. Снимите с огня и дайте остыть.

4 Пока шампиньоны готовятся, залейте сушеные белые грибы 1 стаканом горячей воды и оставьте на 20 минут, а затем достаньте из воды и нарежьте. Соедините смесь с шампиньонами с рисом, яйцом, белыми грибами, солью и перцем в небольшой миске.

5 Удалите жесткую прожилку в середине каждого капустного листа, используя разделочный нож. Покройте соусом дно формы для запекания (20 × 30 см), заполняя ее примерно на четверть.

6 Выложите фарш с рисом большой ложкой или половником объемом примерно ½ стакана (если листья небольшие, потребуется меньше начинки) в центр капустного листа. Накройте начинку краями листа справа и слева, а затем сверните весь лист рулетом и положите швом вниз в подготовленную форму для запекания. Повторите это действие с оставшимися листьями и начинкой.

7 Добавьте оставшийся соус. Накройте фольгой и запекайте в течение 1,5 часа, до момента, когда цвет капусты изменится, количество соуса уменьшится, а голубцы можно будет легко разрезать.

Фаршированные баклажаны

На 4 порции

Израильтяне очень любят баклажаны. История этой любви уходит корнями в далекое прошлое. Баклажаны изначально росли в Индии, откуда были привезены в Испанию, где стали одним из основных продуктов питания. Когда евреев выгнали из страны во времена испанской инквизиции, они увезли баклажаны с собой в разные уголки мира. Баклажаны прекрасно чувствуют себя в средиземноморском климате, поэтому легко прижились в Израиле, где растут круглый год и не требуют особых затрат. Баклажаны в Израиле едят жареными, печеными, вареными и смешанными с другими продуктами — в бесчисленных вариациях.

Это наиболее простой рецепт блюда в данном разделе, поскольку сложной подготовки для баклажанов не требуется. Сочетание баклажанов и мясного фарша получается сытным и очень вкусным.

1 большой или 2 небольших баклажана
4–5 ст. л. оливкового масла
Соль и свежемолотый черный перец
450 г говяжьего или бараньего фарша
2 ч. л. паприки
1 ч. л. молотой корицы
1 ч. л. молотого кумина
1 ч. л. молотого кориандра
 $\frac{3}{4}$ ч. л. мелкой морской соли
1 $\frac{1}{2}$ стакана воды или куриного бульона (с. 14)
3 ст. л. томатной пасты
Сок $\frac{1}{2}$ лимона
Легкий соус с тахини (с. 86) для сервировки (необязательно)
Свежая зелень для подачи (по желанию)

Примечания

Вместо говядины или баранины можно взять фарш из индейки.

Баклажаны и тахини — распространенное сочетание, их вкусы отлично дополняют друг друга. Поэтому я предлагаю подавать баклажаны, добавив сверху немного соуса с тахини (с. 86)

- 1 Разогрейте духовку до 200 °C.
- 2 Разрежьте баклажаны пополам вдоль. Смажьте срез каждого из них 2–3 столовыми ложками оливкового масла и посыпьте солью и перцем.
- 3 Выложите баклажаны на противень и запекайте в течение 20 минут. Достаньте из духовки и дайте немного остыть.
- 4 Разогрейте оставшиеся 2 столовые ложки оливкового масла в сотейнике. Затем выложите туда фарш и поджаривайте его, разбивая на мелкие кусочки деревянной ложкой. Когда фарш приготовится, добавьте паприку, корицу, кумин и кориандр.
- 5 Смешайте воду или бульон, томатную пасту и лимонный сок в небольшой миске. Вылейте эту смесь в большую форму для запекания.
- 6 Положите каждую половинку баклажана кожицей вниз в форму для запекания, сверху на каждую половинку горкой выложите мясную начинку. Плотно закройте форму фольгой.
- 7 Уменьшите температуру в духовке до 175 °C и запекайте в течение 1 часа.
- 8 При подаче полейте соусом с тахини и по желанию украсьте свежей зеленью.

Фаршированный цукини по-сирийски, с тамарином и курагой

На 4–6 порций

Мехши — арабское слово для обозначения фаршированных овощей особого типа, объединяющего множество вариантов — фаршированные помидоры, артишоки, баклажаны, картофель, лук и цукини. Во многих из них используется мясная начинка с рисом — *хашу*.

Фаршированный цукини — традиционное домашнее блюдо для многих сирийских семей. Оно распространено по всему Восточному Средиземноморью, известному как Левант (территории Сирии, Ливана, Иордании, Палестины и Израиля). Начинка и соус могут варьироваться, но цукини, фаршированные мясом с рисом, — очень душевное домашнее блюдо. Если у вас останется лишняя начинка, слепите из нее фрикадельки и приготовьте вместе с цукини.

8 средних или больших цукини
(см. примечания)

Для начинки:

¾ стакана сырого риса басмати
450 г говяжьего фарша
1 ч. л. молотого душистого перца
½ ч. л. молотой корицы
1 ч. л. соли
½ ч. л. свежемолотого черного перца
1 ст. л. оливкового масла
20 шт. кураги

Для соуса:

3 ст. л. тамариндовой пасты
(см. примечания к рецепту)
¼ стакана сахара
2 стакана воды или куриного
бульона (с. 14)

Примечания

Старайтесь выбирать цукини потолще, чтобы их было легче выскоблить изнутри и фаршировать. Для этого рецепта я рекомендую купить нож для цукини. Это не потребует больших затрат, а нож вам пригодится еще и для чистки яблок.

Тамариндовая паста бывает разной: некоторые ее виды могут оказаться довольно кислыми. Поэтому обязательно попробуйте свой соус в процессе приготовления и добавьте сахара или меда, если он более терпкий, чем вам хотелось бы.

1 Замочите рис в холодной воде и оставьте на 30 минут. Затем слейте воду.

2 **Приготовьте соус.** Смешайте тамариндовую пасту, сахар и 2 ст. л. воды в небольшой кастрюле. Доведите до кипения, затем уменьшите огонь и варите 3–5 минут. Снимите с огня и отставьте в сторону.

3 Разогрейте духовку до 170 °С.

4 **Приготовьте начинку для цукини.** Смешайте в миске говяжий фарш, предварительно замоченный рис басмати, специи, корицу, соль, перец и оливковое масло.

5 Разрежьте каждый цукини на три равные части поперек. С помощью ножа для цукини удалите сердцевину каждой части.

6 Аккуратно начините каждую часть цукини, стараясь не утрамбовывать начинку и оставляя пространство для ее расширения.

7 Поместите цукини начинкой вверх в большую жаропрочную кастрюлю, обильно полейте соусом. Между фаршированными цукини разложите кусочки кураги. Если у вас осталась лишняя начинка и вы сделали из нее фрикадельки, положите их рядом с цукини или между ними.

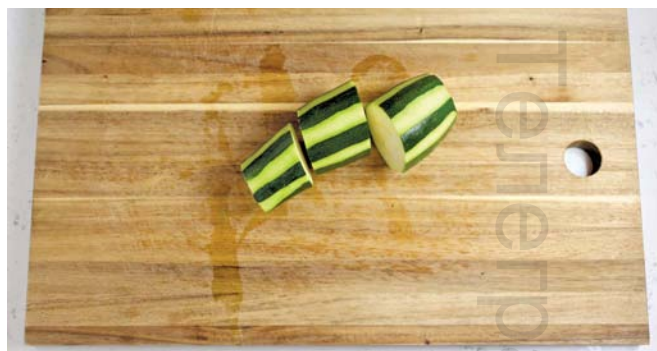
8 Доведите соус до кипения на средне-сильном огне, затем накройте кастрюлю крышкой.

9 Поставьте кастрюлю в духовку и запекайте 40–50 минут. В середине процесса проверьте, достаточно ли жидкости.

10 Достаньте цукини из духовки и дайте им отдохнуть 15–20 минут перед подачей.

Вариант блюда на Песах

Чтобы сделать это блюдо пасхальным или просто низкоуглеводным, замените рис басмати рисом из цветной капусты.





Тенерпанк-кеңес
© sliv_blo
blov

Фаршированный лук по-сирийски, с гранатовым соусом

На 4–6 порций

Есть нечто очень эстетически привлекательное в фаршированном луке, красующемся на сковороде, не говоря уже о том, насколько аппетитным является сочетание его сладкого вкуса, сочной мясной начинки и терпкого гранатового соуса.

Процесс фарширования лука может оказаться непростым. Важно купить крупный сладкий лук сорта видалия или испанский. Если луковицы будут слишком мелкими, задача окажется практически невыполнимой. Если вы не сможете купить лук указанных выше сортов, то просто берите самый крупный сладкий лук из доступных.

Для этого рецепта можно использовать бараний, индюшачий или куриный фарш. Если вы замените говядину индейкой или курицей, добавьте столовую ложку масла и столовую ложку воды в фарш, чтобы начинка оставалась влажной.

4 большие сладкие луковицы
(сорт видалия или испанский)

½ стакана сырого риса басмати

Для начинки:

450 г говяжьего фарша

1 луковица, мелко натертая или
нарезанная кубиками (½ стакана)

2 ст. л. растительного масла

½ ч. л. молотых специй

½ ч. л. молотой корицы

¼ ч. л. сушеной мяты (по желанию)

1 ч. л. кошерной соли

½ ч. л. свежемолотого черного перца

¼ стакана кедровых орешков (по желанию)

Для соуса:

1 стакан гранатового сока

1 стакан овощного, куриного
или говяжьего бульона или воды

2 ст. л. гранатовой патоки (наршараб)

1 ст. л. меда

Для приготовления:

2 ст. л. оливкового масла

2 рубленых зубчика чеснока

1 Замочите рис в холодной воде. Отставьте в сторону до тех пор, пока не будет готова начинка. Потом слейте воду.

2 **Подготовьте лук.** Доведите до кипения воду в кастрюле среднего размера.

3 Очистите лук от внешнего слоя, сохранив при этом как можно больше колец целыми. Сделайте вертикальный надрез на каждой луковице — ровно до центра. Это поможет вам позже отделить слои для фаршировки.

4 Положите луковицы в слабо кипящую воду и варите 15–20 минут на средне-слабом огне до момента, когда они размякнут и с них начнут отделяться слои. Достаньте лук из кастрюли и отложите в сторону, чтобы он остыл.

5 **Приготовьте мясную начинку.** Пока лук варится, смешайте говяжий фарш, тертый или нарезанный кубиками лук, промытый рис, растительное масло, специи, корицу, сушеную мяту (если используете), соль, перец и кедровые орешки (если используете).

6 **Приготовьте соус.** Смешайте гранатовый сок, бульон или воду, гранатовую патоку и мед в небольшой миске.

7 Когда лук остынет и мясная смесь будет готова, начните процесс фаршировки. Аккуратно отделяйте слои луковицы, осторожно поддевая каждый пальцами и откладывая в сторону. Если внутренние слои недостаточно мягкие, положите остаток луковицы снова в кипящую воду и дождитесь момента, когда слои размякнут и будут легко отделяться. По очереди кладите луковые слои изогнутой стороной на ладонь и накладывайте в каждый по 1 столовой ложке начинки.

8 Разогрейте духовку до 175 °С.

9 Нагрейте на среднем огне оливковое масло в кастрюле с толстыми стенками или в другой большой жаропрочной посуде. Обжаривайте чеснок в течение 1–2 минут. Выключите огонь. Положите фаршированный лук швом вниз в кастрюлю или другую форму для духовки и аккуратно полейте соусом.

продолжение рецепта



10 Поместите форму с луком в духовку и запекайте в течение 2 часов.

11 Достаньте форму из духовки и дайте блюду отдохнуть 15–20 минут перед подачей.

Примечание. Рецепт предполагает, что у вас образуются остатки лука. Я обычно упаковываю их и использую для другого блюда.

Вариант блюда на Песах

Чтобы сделать это блюдо пасхальным или просто низкоуглеводным, замените рис басмати рисом из цветной капусты.

Фаршированный перец с мясом по-израильски

На 4 порции

Большинство моих знакомых израильтян относятся к фаршированному перцу по-особому. Это блюдо появляется на столе, по крайней мере, раз в неделю или в шабат, ведь его очень легко готовить. По сравнению с другими рецептами фаршированных овощей здесь требуется гораздо меньше подготовительной работы. Когда это блюдо готовят в будний день, в нем могут быть использованы остатки овощей и мяса, скопившиеся в холодильнике за неделю, — все они легко превращаются в начинку для перцев.

Израильский стиль приготовления фаршированного перца появился, вероятнее всего, благодаря евреям, иммигрировавшим из Болгарии, готовящим перец в изысканном томатном соусе с пряностями. Сегодня рецепты фаршированного перца варьируются от семьи к семье. Иногда соус делают из кетчупа и воды; в других случаях в него добавляют консервированные помидоры, базилик, тимьян и орегано. Некоторые фаршируют перцы бараниной или курятиной и рисом, в то время как другие готовят начинку только из риса, орехов и специй.

5 или 6 болгарских перцев с удаленными семенами и внутренними мембранами (верхнюю часть перца — «шапочку» — можно оставить для подачи, по желанию)

Для начинки:

2 ст. л. оливкового масла
1 маленькая или ½ большой луковицы, нарезанной кубиками
1 стакан отварного риса басмати или другого длиннозерного белого риса
230 г говяжьего фарша
¼ стакана кедровых орешков
1 помидор, натертый на терке (лучше всего натереть вручную на крупной терке)
¾ ч. л. паприки
1 ст. л. рубленой свежей петрушки или ½ ч. л. сушеной
¼ ч. л. соли
⅛ ч. л. свежемолотого черного перца

Для соуса:

425 г томатного соуса (одна банка)
½ стакана воды
3 измельченных зубчика чеснока
1 ст. л. меда
¼ ч. л. соли

1 Разогрейте духовку до 175 °C.

2 **Приготовьте начинку.** Разогрейте масло в большом сотейнике на среднем огне. Обжарьте лук до полупрозрачности. Добавьте фарш и разомните, разделив его на мелкие комочки деревянной ложкой. Готовьте, пока мясо не перестанет быть розовым, около 5 минут.

3 Смешайте рис, говяжий фарш, кедровые орешки, тертый помидор, паприку, петрушку, соль и черный перец в миске. Добавьте обжаренный лук и перемешайте.

4 **Приготовьте соус.** В отдельной миске смешайте все ингредиенты для соуса.

5 Положите начинку в каждый болгарский перец, заполнив его на три четверти. Сверху каждый перец можно закрыть «шляпкой» (этот шаг необязательный). Следите за тем, чтобы начинки не было слишком много.

6 Поместите фаршированные перцы в большую форму для запекания. Полейте соусом. Плотно накройте блюдо фольгой и запекайте в течение 50–60 минут, пока перцы не станут мягкими.

7 Подавайте теплыми.

Примечание. Подготовку болгарского перца начните с его нижней части: срежьте небольшой кусочек, чтобы перец стоял вертикально в форме. Затем отрежьте верхнюю часть перца, содержащую плодоножку, — это будет «шапочка». С помощью небольшого ножа удалите беловатую сердцевину и семена, находящиеся внутри перца.

Перец в медленноварке

Чтобы приготовить блюдо по этому рецепту в медленноварке, сбрызните ее внутренние поверхности кулинарным спреем (или смажьте маслом). После шага 4 положите фаршированные перцы в медленноварку и залейте их соусом. Готовьте при максимальной температуре (high) в течение 3–4 часов или на минимальной (low) 7–8 часов.



Вегетарианский фаршированный перец по-израильски

На 4 порции

Фаршированный перец — одно из самых популярных блюд в израильских семьях, и рецепты его очень разнообразны. Моя подруга Рут называет свои перцы «мусорными», потому что использует все, что есть в ее холодильнике, чтобы их нафаршировать.

Многие израильские семьи, которые я знаю, готовят свои собственные версии и подают их каждую неделю на ужин в пятницу вечером. Эти фаршированные перцы идеальны как гарнир или как основное вегетарианское блюдо, которое легко меняется в зависимости от вашего вкуса и от того, что у вас есть под рукой.

4 болгарских перца (мне нравится использовать разноцветные)

Для начинки:

1 стакан отварного длиннозерного белого риса

1 натертая средняя луковица ($\frac{1}{3}$ – $\frac{1}{2}$ стакана)

1 натертый на терке помидор

1 ст. л. оливкового масла

1 ч. л. соли

$\frac{1}{2}$ ч. л. свежемолотого черного перца

2 ст. л. рубленого свежего укропа

2 ст. л. рубленой свежей петрушки

Для соуса:

425 г томатного соуса (1 банка)

2 стакана вегетарианского бульона (с. 21) или куриного бульона (с. 14)

2 измельченных зубчика чеснока

2 ч. л. меда

Сок $\frac{1}{2}$ лимона

$\frac{1}{2}$ ч. л. мелкой морской соли

$\frac{1}{4}$ ч. л. свежемолотого черного перца

1 Приготовьте начинку: смешайте рис, лук, помидоры, оливковое масло, соль, черный перец, укроп и петрушку в миске.

2 Подготовьте перец. Сначала срежьте небольшой кусочек с нижней части — это позволит перцу стоять вертикально. Отрежьте и сохраните верхнюю часть перца вместе с плодоножкой. С помощью небольшого разделочного ножа удалите беловатую сердцевину и семена, находящиеся внутри перца.

3 Наполните каждый перец начинкой на три четверти высоты. Не утрамбовывайте начинку — объем риса будет увеличиваться по мере приготовления.

4 Приготовьте соус: смешайте томатный соус, бульон, чеснок, сахар, лимонный сок, соль и черный перец в большой кастрюле.

5 Поместите наполненные начинкой перцы в кастрюлю с соусом. Сверху каждый перец накройте «шапочкой» с плодоножкой.

6 Готовьте перцы, накрыв кастрюлю крышкой, на слабом огне около 1 часа или до тех пор, пока они не станут совсем нежными, а рис не будет полностью готов. Приправьте соус по вкусу, добавив соль и черный перец.

Добавьте сыра!

Чтобы сделать блюдо еще интереснее, вы можете, перед тем как фаршировать перцы, добавить в начинку немного раскрошенного или тертого сыра.

- **Вариант 1:** Добавьте в начинку 110 г раскрошенного сыра фета.
- **Вариант 2:** Добавьте в начинку $\frac{1}{2}$ стакана кукурузных зерен и 1 стакан тертого чеддера. Посыпьте тертым чеддером.

3

Кугель

Телёграм-канал - @sliv_ot_blogerov_3

Давайте поговорим о кугеле

У евреев ашкенази кугель считается практически священной едой, но это название распространяется на разные типы блюд. И кстати, кугель — почти исключительно ашкеназское блюдо.

Идишское «кугель» происходит из верхненемецкого диалекта и означает буквально «шар», это указывает на то, что при выпекании кугель вздувается.

Изначально кугель был больше похож на хлебные клецки, затем его стали готовить с лапшой, а позже — в середине XVIII века, когда в Восточной Европе появился картофель, — с картофелем.

Существуют два классических варианта кугеля — картофельный и лапшичный, однако его также делают и из других ингредиентов, различных овощей и даже мацы. Основные элементы любого кугеля — крахмал, жир и яйца. Кугель можно подавать теплым или комнатной температуры, поэтому его часто едят в шабат и во время еврейских праздников, когда огонь не используется. Наличие блюд, которые можно только подогреть или есть не разогревая, было важно с точки зрения религиозных традиций и остается актуальным сегодня для тех, кто их соблюдает. Кроме того, кугель часто подается одновременно с мясными блюдами, а это значит, что молочные продукты не могут входить в его состав, поскольку есть мясо и молоко вместе нельзя по законам кашрута.

Вследствие этого большинство кугелей, которые вы встретите на рынке, будет паре — то есть не содержащими ни мяса, ни молока. Исключение составляет молочный кугель из лапши, по происхождению — европейский, но видоизменившийся в Америке.

За свою историю кугель постепенно менялся, и сегодня в зависимости от региона его варианты могут сильно варьироваться. Например, лапшичные кугели в Польше и Венгрии, как правило, более сладкие, а в Литве или России — более соленые. Не-

которые кугели с лапшой включают фрукты, в то время как другие более простые. После прибытия в Америку кугели из лапши, как и многие другие блюда, стали слаще, превратились в истинно американскую еду и остаются сегодня любимым домашним блюдом.

Несколько советов по приготовлению кугеля

- Размер сковороды или формы для выпекания имеет значение. Он связан с консистенцией кугеля. Вы заметите, что в некоторых рецептах предлагается брать форму 23 × 28 см, а в других — 23 × 33 см. Разумеется, вы можете использовать ту, которая у вас под рукой, но имейте в виду, что рекомендуемый размер — не случайность: для некоторых рецептов лучший результат получится, если кугель более толстый, а для других — более тонкий.
- Если вы любите кугель с хрустящей корочкой, налейте несколько столовых ложек оливкового масла в сковороду или форму и поставьте ее в предварительно разогретую духовку. Когда смесь для кугеля будет готова, достаньте разогретую сковороду и добавьте смесь в шипящее масло. Это поможет создать хрустящую корочку по всей поверхности.
- Обязательно хорошо смазывайте сковороду, а также давайте кугелю немного остыть, прежде чем нарезать на кусочки — он может развалиться, если будет слишком горячим.
- Большинство кугелей можно приготовить заранее, а потом легко разогреть. Это делает их идеальным блюдом для праздников и в шабат.
- Большинство кугелей хорошо замораживаются. Вы должны убедиться, что дали им полностью остыть, а затем завернуть их кусочками в пергамент или фольгу, сложить в герметично закрывающийся пластиковый пакет и отправить в морозилку.

Кугель из лапши с солью и перцем

На 8–10 порций

Большинство североамериканских евреев знакомы со сладким кугелем из лапши. Но существует также множество разновидностей несладкого кугеля, в его состав могут входить чеснок, лук, грибы и даже шпинат. Этот кугель — рецепт бабушки моего мужа, Бабы Билли. Его особенность — дополнительная чесночная нотка, фантастическая вкусовая гамма и приятная хрустящая корочка. Вы можете взять свежий чеснок, если хотите, но я думаю, что консервированный чеснок в масле — наиболее предпочтительный вариант.

340 г широкой яичной лапши
(обычно одна упаковка)
3–4 ст. л. оливкового масла
6 крупных яиц
2 ст. л. консервированного чеснока в масле
или измельченный свежий чеснок
1 ст. л. сушеного молотого чеснока
1 ½ ч. л. мелкой морской соли
1 ч. л. свежемолотого черного перца
Паприка
Крупная морская соль (по желанию)

- 1 Разогрейте духовку до 190 °C. Затем налейте оливковое масло в стеклянную форму для запекания размером 23 × 33 см и поставьте ее в духовку, чтобы масло нагрелось. Этот шаг позволит получить хрустящую корочку.
- 2 Отварите лапшу в большой кастрюле с подсоленной водой в соответствии с инструкцией на упаковке, около 5 минут. Слейте воду и откиньте лапшу на дуршлаг.
- 3 Пока лапша варится, взбейте вместе яйца, чеснок, молотый чеснок, мелкую морскую соль и перец.
- 4 Добавьте лапшу в яичную смесь и осторожно перемешайте до равномерного распределения всех компонентов. Достаньте форму из духовки и переложите в нее вашу заготовку. Раздастся легкое шипение — это именно то, что нужно. Распределите лапшу равномерно по форме.
- 5 Посыпьте сверху паприкой и крупной морской солью, если решили их использовать. Запекайте в течение 40 минут или до образования хрустящей корочки.
- 6 Подавайте блюдо теплым или комнатной температуры.





Телеграм-канал - @blogerov_3

Венгерский кугель из лапши от Джины

На 8–10 порций

Несколько лет назад моя хорошая подруга Мериса Финк пригласила меня поужинать с ее семьей в шабат. В тот день ее мама, потрясающий повар, подала на стол великолепный венгерский кугель из лапши, приготовленный по бабушкиному рецепту, который был написан от руки и висел в рамочке на кухне. Я просто влюбилась в это блюдо и попросила Джину, маму подруги, научить меня его готовить. Кугели из лапши различаются от семьи к семье и от региона к региону, но этот был не похож ни на что из того, что я пробовала. Как и кугели польского происхождения, венгерский лапшичный кугель тоже сладкий.

В отличие от большинства других рецептов кугеля, которыми я делюсь, где яйца смешиваются с другими ингредиентами целиком, в этом случае яичные желтки соединяются с лапшой, а белки используются для топинга, где сочетаются с молотыми орехами, сахаром и лимонной цедрой. В результате получается пышная основа из лапши со сладкой и слегка хрустящей корочкой сверху.

Кулинарный спрей или растительное
масло для смазывания формы

Для начинки:

450 г тонкой яичной лапши

10 желтков крупных яиц

½ стакана сахара

½ стакана + 1 ст. л. растительного масла
или растопленного маргарина

Для топинга:

10 белков крупных яиц

230 г молотых грецких орехов или миндаля

½ стакана + 2 ст. л. сахара

½ стакана золотистого изюма

Цедра 2 лимонов

- 1 Приготовьте начинку.** Разогрейте духовку до 160 °C. Смажьте форму для запекания размером 23 × 28 см маслом или сбрызните ее кулинарным спреем.
- 2** Отварите лапшу в большой кастрюле с подсоленной водой, следуя инструкции на упаковке, от 3 до 5 минут.
- 3** Слейте воду, добавьте в лапшу столовую ложку растительного масла, перемешайте и дайте остыть.
- 4** Смешайте яичные желтки и сахар в миске среднего размера.
- 5** В отдельной миске смешайте лапшу с оставшимся растительным маслом (½ стакана).
- 6 Приготовьте топинг.** Взбейте яичные белки в большой миске до образования густой пены. Добавьте молотые орехи, изюм и лимонную цедру в два или три приема, стараясь не удалить слишком много воздуха из яичных белков.
- 7** Выложите лапшу в подготовленную форму для запекания. Распределите топинг сверху ложкой, проведите ее тыльной стороной по поверхности, чтобы получились небольшие холмики.
- 8** Выпекайте, не накрывая, 35–40 минут, пока корочка не станет золотисто-коричневого цвета.
- 9** Достаньте из духовки и немного остудите, прежде чем нарезать на кусочки.

Сладкий молочный кугель из лапши

На 8–10 порций

Если спросить типичного американского еврея о кугеле из лапши, то, скорее всего, ответ будет похож на этот рецепт, в котором присутствуют масло, творог, что-то сладкое и хрустящая корочка. На самом деле этот вид сладкого кугеля появился у европейских евреев позднее, чем другие, и в нем, скорее всего, был творог, т.е. молочный продукт. В отличие от него большинство кугелей были пареве (не содержащими молока и молочных продуктов), что позволяло наслаждаться ими в шабат или на праздники, когда к столу могли подавать мясо. Когда кугель прибыл на американский континент, наиболее распространенным был сладкий вариант из лапши, что в значительной степени объясняется тем, из каких стран его привезли иммигранты.

В течение XX века евреи вносили всевозможные изменения в рецепт, следуя моде, и многие из этих перемен дошли до наших дней. Изюм заменяли консервированными ананасами или фруктовым коктейлем. В середине века появился топинг из кукурузных хлопьев, и это показательный пример того, как американские евреи перенимали элементы другой культуры и дополняли ими собственные обычаи и традиции.

Лично я не пробовала кугель с молоком до подросткового возраста. Мы выросли на сладко-соленом кугеле из лапши и на праздничном пудинге локшен, как называла его бабушка (локшен — на идише «лапша»). Но, как только я попробовала сладкий кугель, я сразу поняла, почему американские евреи так его любили. Это утонченное и практически десертное блюдо.

Рецепт допускает бесчисленные вариации. Замените изюм вишней, кусочками ананаса или даже фруктовым коктейлем. Многие евреи ашкенази в США готовят сладкий кугель из молочной лапши (он похож на описанный в этом рецепте) на разговение после Йом-Киппур или Шавуот, когда принято есть молочное. Этим рецептом я обязана моим дорогим друзьям, Ювалю и Саре Брокман, которые готовят такой кугель на каждый особый случай, но вы можете обратиться к нему в любое время, когда вам понадобится порция домашней душевной еды.

Кулинарный спрей или растительное
масло для смазывания формы

Для основы кугеля:

450 г широкой яичной лапши
8 ст. л. (110 г) сливочного масла
комнатной температуры
2 стакана сахарного песка
230 г сливочного сыра с высоким
содержанием жира,
комнатной температуры
6 крупных яиц (взбитых)
2 ч. л. ванильного экстракта
2 стакана жирного или 4%-го творога
¼ стакана изюма (по желанию)

Для топинга:

8 ст. л. (110 г) растопленного
сливочного масла
¾ стакана кукурузных хлопьев
½ стакана светло-коричневого сахара
¼ ч. л. мелкой морской соли

- 1 Приготовьте основу для кугеля.** Разогрейте духовку до 205 °С. Смажьте форму для запекания размером 23 × 28 см маслом или сбрызните ее кулинарным спреем.
- 2 Отварите лапшу** в большой кастрюле с подсоленной водой, следуя инструкции на упаковке, это займет около 5 минут.
- 3 Пока лапша варится,** с помощью ручного или стационарного миксера с насадкой-венчиком взбивайте сливочное масло и сахарный песок в течение 2 минут. Добавьте сливочный сыр и продолжайте взбивать до однородности еще 1–2 минуты. Затем добавьте яйца, ванильный экстракт, творог и изюм (если его используете) и перемешайте.
- 4 Когда лапша сварится,** слейте воду и смешайте ее с яичной смесью вручную.
- 5 Приготовьте топинг.** Смешайте растопленное масло, кукурузные хлопья, коричневый сахар и соль в миске.
- 6 Выложите смесь для кугеля** в подготовленную для запекания форму. Равномерно посыпьте кукурузными хлопьями.
- 7 Выпекайте,** не накрывая, в течение 40–45 минут.
- 8 Достаньте из духовки** и дайте немного остыть перед нарезкой. Подавайте кугель теплым или комнатной температуры.



Варианты топингов

СО СЛАДКИМИ КРЕКЕРАМИ

$\frac{3}{4}$ стакана раскрошенных сладких
крекеров (типа Graham crackers)
 $\frac{1}{2}$ стакана светло-коричневого сахара
 $\frac{1}{4}$ ч. л. мелкой морской соли
6 ст. л. растопленного
сливочного масла

С СОЛЕНЫМИ КРЕКЕРАМИ

$\frac{3}{4}$ стакана раскрошенных соленых
крекеров (типа Saltine crackers)
 $\frac{1}{2}$ стакана светло-коричневого сахара
6 ст. л. растопленного
сливочного масла

С ПЕЧЕНЬЕМ

$\frac{1}{2}$ стакана раскрошенного
печенья (типа Biscoff cookie)
 $\frac{1}{4}$ стакана раскрошенных сладких
крекеров (типа Graham crackers)
 $\frac{1}{4}$ стакана светло-коричневого сахара
 $\frac{1}{4}$ ч. л. мелкой морской соли
6 ст. л. растопленного
сливочного масла



Ананасовый кугель-перевертыш

На 6–8 порций

Ананас в середине XX века в Америке пользовался большой популярностью, и поэтому его стали добавлять в сладкие кугели из лапши. Поскольку сладкий кугель часто играет роль десерта, а не гарнира, я решила немного повеселиться и объединить в этом рецепте классический кекс-перевертыш с ананасом и традиционный кугель из лапши. Для этого я взяла сметану, измельченные ананасы и, конечно же, карамелизованный ананас и коктейльные вишни для топинга. Вам захочется преподнести это чудо на самой красивой подставке, которая у вас есть.

Кулинарный спрей или растительное масло для смазывания формы

Для топинга:

4 ст. л. (55 г) растопленного сливочного масла

$\frac{3}{4}$ стакана светло-коричневого сахара

8 или 9 колец консервированного ананаса (лишнюю жидкость слить)

8 или 9 коктейльных вишен «Мараскино»

Для основы кугеля:

8 ст. л. (110 г) сливочного масла комнатной температуры

4 крупных яйца

$\frac{1}{2}$ стакана сахарного песка

1 ч. л. ванильного экстракта

350 г (примерно одна упаковка) широкой яичной лапши

230 г нежирной сметаны

280 г консервированных измельченных ананасов (лишнюю жидкость слить)

$\frac{1}{4}$ ч. л. соли

Специальное оборудование:

Разъемная форма диаметром 22–25 см

- 1 Разогрейте духовку до 180 °C. Смажьте разъемную форму маслом или сбрызните кулинарным спреем. Выстелите дно пергаментом.
- 2 **Приготовьте топинг.** Смешайте растопленное масло с коричневым сахаром в миске среднего размера. Распределите по дну подготовленной формы.
- 3 Положите один ломтик ананаса в центр формы, а остальные распределите вокруг него. Отставьте в сторону.
- 4 **Приготовьте основу кугеля.** Положите сливочное масло в большую миску. Отдельно взбейте вместе яйца, сахарный песок и ванильный экстракт.
- 5 Отварите лапшу в большой кастрюле с подсоленной водой, следуя инструкции на упаковке, около 5 минут.
- 6 Слейте воду и переложите лапшу в миску с маслом.
- 7 Добавьте яичную смесь к лапше и все перемешайте. Затем добавьте сметану, измельченный ананас, соль и снова перемешайте.
- 8 Выложите смесь с лапшой поверх фруктов в форму.
- 9 Выпекайте в течение 40–45 минут. Достаньте из духовки и дайте остыть в течение 20 минут, прежде чем разомкнуть форму.
- 10 Проведите металлической или силиконовой лопаткой вдоль краев кугеля, чтобы отделить его от формы. Накройте кугель сервировочным блюдом или большой тарелкой и быстро переверните его, чтобы ананасы оказались сверху.
- 11 Украсьте коктейльными вишенками, поместив их в отверстия в центре ананасов.
- 12 Подавайте теплым или комнатной температуры.

Иерусалимский кугель

На 4–6 порций

Йерушалми, или иерусалимский кугель, — уникальное и вкусное блюдо. Он олицетворяет союз Европы и Ближнего Востока и рассказывает историю миграции еврейского народа. Евреи из Восточной Европы принесли концепцию кугеля (это слово, кстати, немецкого происхождения) в Иерусалим в XVIII и XIX веках. Традиционный лапшичный кугель слегка изменился под влиянием сефардов, в нем появилось много черного перца и сахара, который карамелизуется в процессе выпекания. Это перченое, сладкое и очень необычное блюдо.

Один из моих кулинарных кумиров, израильский автор и редактор кулинарных книг Жанна Гур, сочетает в своем иерусалимском кугеле широкую яичную лапшу с тонкой. Мне всегда нравилась необычная текстура, которая создается благодаря двум видам лапши, она выглядит очень красиво. В этом рецепте используется тонкая яичная лапша, но вы можете взять тонкую и толстую в соотношении 50 на 50, главное — варите их по отдельности, так как время приготовления у них разное.

Кулинарный спрей или растительное
масло для смазывания формы
350 г тонкой яичной лапши
½ стакана + 1 ст. л. растительного
(рапсового, подсолнечного)
масла без запаха.
4 крупных яйца
2 ч. л. мелкой морской соли
2 ч. л. свежемолотого черного перца
1 ч. л. молотой корицы
1 стакан сахара
Крупная морская соль (по желанию)

- 1 Разогрейте духовку до 160 °C. Смажьте маслом форму для выпекания хлеба размером примерно 25 × 12 × 8 см и отставьте в сторону.
- 2 Отварите лапшу в большой кастрюле с подсоленной водой, следуя инструкции на упаковке, около 5 минут.
- 3 Слейте воду. Добавьте в лапшу столовую ложку масла и отставьте в сторону.
- 4 В отдельной миске взбейте яйца с мелкой морской солью, перцем и корицей, затем отставьте в сторону.
- 5 Нагрейте оставшиеся ½ стакана масла и сахар в небольшом сотейнике на среднем огне, постоянно помешивайте около 5 минут или пока сахар не станет золотисто-коричневым. Масло будет отделяться от сахара — так и должно быть. Вы же не хотите, чтобы карамель пригорела.
- 6 Когда карамель будет готова, сразу же вылейте ее на лапшу и хорошо размешайте, чтобы она максимально распространилась. Часть сахара застынет — это нормально. Затем медленно добавьте яичную смесь и тщательно перемешайте.
- 7 Переложите макаронную смесь в подготовленную форму для выпекания хлеба.
- 8 Посыпьте заготовку для кугеля крупной морской солью, по желанию. Накройте фольгой и выпекайте в течение 1,5 часа.
- 9 Достаньте из духовки и дайте кугелю немного остыть перед нарезкой.





Telegram-канал: @osivichov_3

Кугель с макаронами и сыром

На 6–8 порций

Просто макароны с сыром? Разве это кугель? Какая разница! Эта душевная домашняя американская запеканка, сочетающая в себе традиции американской и ашкеназской кухни, мгновенно станет хитом позднего завтрака, окончания поста Йом-Киппур или ужина в любое время, когда вам нужно накормить целую толпу.

Кулинарный спрей или растительное масло для смазывания формы

Для основы кугеля:

510 г широкой яичной лапши

6 крупных яиц

220 г тертого мягкого сыра чеддер

110 г плавленого сливочного сыра, нарезанного мелкими кусочками или кубиками

4 ст. л. сливочного масла

1 стакан сметаны

Для начинки:

1 стакан маслянистых крекеров, например Ritz

8 ст. л. (110 г) растопленного сливочного масла

2 ст. л. тертого пармезана

- 1 Разогрейте духовку до 175 °C. Сбрызните кулинарным спреем или смажьте маслом форму для запекания размером 23 × 33 см.
- 2 **Приготовьте основу кугеля.** Отварите лапшу в большой кастрюле с подсоленной водой, следуя инструкции на упаковке, около 5 минут. Слейте воду.
- 3 Пока лапша варится, положите яйца, чеддер, сливочный сыр, масло и сметану в большую миску и перемешайте. Добавьте горячую лапшу в миску и перемешайте, пока все не объединится.
- 4 Выложите лапшу в подготовленную форму для запекания.
- 5 **Приготовьте топинг.** Смешайте крекерные крошки, растопленное масло и пармезан в небольшой миске.
- 6 Равномерно посыпьте крекерной смесью верх кугеля.
- 7 Выпекайте 35–40 минут, до золотистой корочки.
- 8 Достаньте из духовки и дайте немного остыть, затем разрежьте кугель на квадраты для подачи.

Картофельный кугель

На 8–10 порций

Картофельный кугель появился на несколько сотен лет позже, чем лапшичный, потому что картофель был завезен в Европу и Восточную Европу в середине XVIII — начале XIX века соответственно. В конечном итоге он стал основным продуктом питания евреев ашкенази.

На смену сырным латкес пришли картофельные, и евреи ашкенази любят шутить по поводу вреда, нанесенного их пищеварению картошкой, которую они ели в России. Ну а если серьезно, то картофельный кугель не менее вкусен, чем кремообразный кугель из лапши! Нежный аппетитный картофель с хрустящей корочкой служит идеальным дополнением к сытному тушеному мясу или жареной курице.

Бабушка моего мужа, Баба Билли, была главным мастером по приготовлению кугеля в семье Гольдбергов. Теперь это звание гордо носит мой муж, так как научился готовить почти все кугели Бабы Билли под ее руководством. Ни один праздник в нашем доме не обходится без картофельного кугеля Джонатана. Один из его секретов — нужно разогреть масло в форме для запекания, чтобы, когда вы выкладываете туда картофельную смесь, раздавалось шипение. Благодаря этому корочка всегда будет хрустящей.

1/3 стакана оливкового масла
8 небольших клубней крахмалистого картофеля, очищенных от кожуры
2 довольно крупные луковицы
5 крупных яиц
3/4 стакана муки из мацы или безглютеновой муки из мацы
1 1/2 ст. л. мелкой морской соли
2 ч. л. свежемолотого черного перца
2 ч. л. сушеного молотого чеснока
Сладкая или острая паприка
Крупная морская соль

- 1 Разогрейте духовку до 180 °C. Пока духовка разогревается, налейте оливковое масло в стеклянную форму для запекания размером 23 × 33 см и поставьте ее в духовку, чтобы масло нагрелось.
- 2 Взбейте яйца в большой миске.
- 3 Используя кухонный комбайн или крупную терку, измельчите картофель и лук и поместите в большую миску.
- 4 Добавьте к натертому картофелю и луку муку из мацы, мелкую морскую соль, перец и сушеный молотый чеснок. Хорошо перемешайте.
- 5 Через 10 минут достаньте форму из духовки.
- 6 Положите в форму небольшую ложку картофельной смеси. Если раздастся шипение, значит, форма достаточно горячая. Если нет, верните блюдо в духовку еще на несколько минут.
- 7 Когда масло разогреется, выложите всю картофельную смесь в форму и распределите ее равномерным слоем, используя лопатку или большую ложку.
- 8 Посыпьте сверху паприкой и крупной морской солью.
- 9 Запекайте 40–50 минут, до хрустящей корочки золотисто-коричневого цвета.
- 10 Достаньте кугель из духовки и дайте немного остыть, прежде чем нарезать его на порции.
- 11 Подавайте теплым либо комнатной температуры.



Телерам-канал - @sliyot_bloggerov_3



Примечание. В этом кугеле в качестве связующего компонента используется мука из мацы, и это значит, что его можно приготовить на Песах, когда обычные продукты на основе пшеницы (такие как лапша или хлебные крошки) не едят.

Тройной вегетарианский кугель

На 6–8 порций

Это вариация картофельного кугеля, в который также добавлены цукини и морковь. В цукини много воды, поэтому важно отжать из него как можно больше жидкости перед добавлением в картофельную массу.

Моя подруга Рейчел Ринглер готовит похожий вариант и кладет еще несколько столовых ложек свежего укропа, который, на мой взгляд, добавляет очень приятную нотку. Хотя вы можете обойтись и без укропа, если хотите.

1/3 стакана оливкового масла
1 большой цукини (около 450 г)
4 больших клубня картофеля (около 680 г)
4 средние моркови (около 450 г)
1 луковица
4 больших яйца
3/4 стакана муки из мацы,
или хлебных крошек, или
безглютеновой муки из мацы
1 ст. л. мелкой морской соли
1 ч. л. луковой соли
2 ч. л. свежемолотого черного перца
Крупная морская соль (по желанию)

- 1 Разогрейте духовку до 180 °C.
- 2 Пока духовка разогревается, налейте оливковое масло в стеклянную форму для запекания размером 23 × 33 см и поставьте ее в духовку, чтобы масло нагрелось.
- 3 Взбейте яйца в большой миске.
- 4 Используя кухонный комбайн или крупную терку, измельчите цукини. Выложите его на кухонное полотенце и отожмите, чтобы удалить лишнюю жидкость. Отдельно натрите картофель, морковь и лук.
- 5 Добавьте яйца, измельченные овощи, муку из мацы, мелкую морскую соль, луковую соль и перец. Хорошенько перемешайте.
- 6 Когда масло нагреется (минут через 10), достаньте форму из духовки.
- 7 Положите в форму небольшую ложку овощной смеси и, если услышите шипение, значит, масло достаточно горячее. Если нет, поставьте блюдо обратно в духовку на несколько минут.
- 8 Когда масло будет готово, выложите в форму смесь и распределите ровным слоем, используя лопатку или большую ложку.
- 9 При желании посыпьте сверху крупной морской солью.
- 10 Выпекайте 50–60 минут до хрустящей корочки золотисто-коричневого цвета
- 11 Достаньте кугель из духовки и дайте ему немного остыть, прежде чем нарезать.
- 12 Подавайте теплым или комнатной температуры.

Бататовый кугель-пирог от Джоджо

На 6–8 порций

Этот рецепт — пример того, как евреи в США перенимают местные кулинарные традиции. Источником вдохновения для создания этого блюда послужили еврейский овощной кугель и американский пирог.

Моя свекровь Джоди (она же Джоджо для внуков) начала готовить такой кугель на День благодарения в США около 10 лет назад. Мы полюбили его всем сердцем, как только впервые попробовали. Это простое в приготовлении блюдо — отличный вариант для большого застолья.

Кулинарный спрей или растительное
масло для смазывания формы
8 небольших клубней батата, очищенных
и нарезанных на четвертинки
1 ст. л. ванильного экстракта
3 ст. л. светло-коричневого сахара
½ ч. л. смеси пряностей
для тыквенного пирога
½ ч. л. кошерной соли
¼ стакана апельсинового сока или
ликера с апельсиновым вкусом
230 г мини-маршмеллоу
430 г сухой смеси для кексов
(yellow cake mix)
16 ст. л. (225 г) растопленного сливочного
масла или безмолочного маргарина

- 1 Отварите батат в большой кастрюле с водой до мягкости, 20–25 минут.
- 2 Разогрейте духовку до 175 °C.
- 3 Слейте воду из картофеля и сделайте пюре в большой миске. Добавьте ванильный экстракт, коричневый сахар, пряности, соль и апельсиновый сок и хорошо перемешайте.
- 4 Смажьте форму для выпечки размером 23 × 28 см маслом или сбрызните ее кулинарным спреем. Равномерно распределите по ней половину батата.
- 5 Посыпьте батат маршмеллоу. Выложите оставшийся батат поверх маршмеллоу, аккуратно распределите его, используя кулинарную лопатку или нож.
- 6 Насыпьте смесь для кекса (сухую, прямо из упаковки) равномерно поверх батата. Полейте растопленным маслом или маргарином.
- 7 Выпекайте в течение 60 минут или пока корочка не подрумянится. Подавайте теплым или комнатной температуры.



Рецепт паштета - © 2013 not_blojerya.3

4

Шакшука

Телёграм-канал - @sliv_ot_blogerov_3

Давайте поговорим о шакшуке

Шакшука — блюдо из помидоров, острого перца, острого соуса и яиц, завезенное в Израиль иммигрантами из Ливии и других североафриканских стран. Точное происхождение ее неизвестно, но шакшука стала одним из самых популярных блюд Израиля, а также ворвалась в меню завтраков и бранчей в ресторанах буквально по всему миру. В переводе с арабского *шакшука* означает «все вперемешку». В ней действительно может быть много чего намешано, и есть чуть ли не тысяча и один способ приготовления шакшуки в зависимости от повара, сезона или имеющихся под рукой ингредиентов.

Несмотря на то что классическая шакшука готовится с помидорами, прекрасно растущими по всему Средиземноморью, со временем возникло множество вариантов этого блюда вообще без них. Шакшука стала настолько популярной и привычной едой, что во многих крупных сетях можно купить наборы для ее приготовления.

Жанна Гур — автор книги об израильской кухне — называет шакшуку «всепрощающей

и универсальной». Это очень удачное определение, оно объясняет, почему это блюдо любимо многими: его может состряпать кто угодно, используя минимум ингредиентов. В шакшуке вообще нет ничего сложного. Ее можно приготовить из свежих местных продуктов или из того, что завалялось в кладовке. Она отлично подходит и для приятного позднего завтрака в выходной, и для простого, без затей, ужина в будни, когда под рукой только консервированные помидоры и яйца.

Несколько советов по приготовлению и хранению шакшуки

- Ингредиенты для шакшуки могут быть как свежие продукты, так и продукты длительного хранения.
- Соус надо готовить не менее 15–20 минут.
- Добавляйте яйца только в самом конце и внимательно следите, чтобы они не пережарились.
- Соус к шакшуке (без яиц) можно хранить в холодильнике до 1 недели или заморозить на 1–2 месяца.



Тернера-Кухня - © 2019 - 3

Что подходит для шакшуки? Всё!

Самое интересное в приготовлении шакшуки — добавлять свои ингредиенты и превращать ее в уникальное и полезное блюдо. Вот лишь несколько идей относительно того, что можно положить в соус. Вы можете сделать это в последние минуты приготовления шакшуки.

- Жареные грибы
- Запеченные баклажаны
- Шпинат, капуста или другая зелень
- Кусочки феты или козьего сыра
- Мини-шарики моцареллы
- Жареный тофу
- Нут
- Колбаски
- Фрикадельки из баранины (с. 111)



Простая шакшука с помидорами и перцем

На 2–4 порции

Шакшука с помидорами и перцем — самая простая, традиционная и самая моя любимая. Несмотря на то что я не ела ее в детстве дома, я очень полюбила эту версию во время моих многочисленных поездок в Израиль. Хотя шакшуку принято есть с питой или любым другим хлебом с корочкой, которую можно макать в роскошный соус, я предпочитаю подавать ее с мини-халами (с. 75). Не только потому, что это вкусно, но и потому, что так намного интереснее.

2–3 ст. л. оливкового масла
1 мелко нарезанная крупная луковица
1 халапеньо или другой острый перец, очищенный от семян и нарезанный мелкими кубиками
1 запеченный красный перец (болгарский), измельченный
3 измельченных зубчика чеснока
1 ст. л. томатной пасты
2–3 ст. л. пасты харисса (по желанию)
1 ст. л. паприки
1 ч. л. молотого кумина
¼ ч. л. семян тмина
800 г консервированных рубленых помидоров в собственном соку (2 банки по 400 г или одна большая)
1 ч. л. соли
½ ч. л. свежемолотого черного перца
½ — 1 стакан воды или овощного бульона (по желанию)
3 или 4 крупных яйца
Свежая петрушка, мята и/или кинза (по желанию)

- 1 Разогрейте масло в большом сотейнике на среднем огне.
- 2 Добавьте лук и обжарьте до полупрозрачности в течение 5–7 минут. Добавьте перчик халапеньо, чеснок и красный перец и готовьте еще 2 минуты.
- 3 Добавьте томатную пасту, хариссу, паприку, кумин и семена тмина и продолжайте готовить 3–4 минуты, до появления аромата.
- 4 Добавьте консервированные помидоры, соль и черный перец и тушите на среднем огне в течение 15–20 минут. Если вы хотите получить более жидкий соус, добавьте половину или целый стакан воды или овощного бульона.
- 5 Когда соус достигнет желаемой консистенции, разбейте одно яйцо в небольшую стеклянную миску, а затем аккуратно добавьте в сотейник. Повторите с оставшимися яйцами. Накройте крышкой и готовьте 3–5 минут, пока белки не станут белыми, а желтки не приобретут нужную вам консистенцию.
- 6 Перед подачей посыпьте свежей зеленью (если ее используете).

Примечание. Харисса — паста на основе перца чили, которую можно купить во многих супермаркетах. Я рекомендую марки Mina и NY Shuk, если вам удастся их найти.



Terre & Sky

OV_3

Перец «с дымком»

Перец перед добавлением в соус для шакшуки можно просто нарезать, но я люблю аромат запеченного перца — с дымком. Такой перец можно купить в банке в магазине, но сделать его самостоятельно — задача простая и приятная.

У меня газовая плита, и я кладу перцы прямо на конфорку и переворачиваю их несколько раз, пока они не подрумянятся со всех сторон. Если такой вариант вас смущает или у вас нет газовой плиты, можно разложить перцы на противне, поставить в духовку и, включив режим гриль, обжарить с каждой стороны в течение 3–5 минут.

После того как перцы запекутся и слегка обуглятся со всех сторон, уберите их с огня либо достаньте из духовки и положите в пластиковый или бумажный пакет, чтобы они отдохнули. Когда перцы остынут, удалите кожицу и внутреннюю мембрану. Теперь они готовы к употреблению.



Мини-халы

Приблизительно на 8 мини-хал, 12 рулетов
или одну полноразмерную халу

Одно из моих самых ярких воспоминаний о еде в Израиле — как я в одиночестве наслаждалась обедом в небольшом тихом кафе в самом центре Тель-Авива.

Я заказала шакшуку и, к моему удивлению, ее принесли вместе с маленькой свежиспеченной булочкой, напоминающей халу. С тех пор я люблю подавать шакшуку с миниатюрными халами, которые можно макать в соус.

Вы можете испечь халу любой формы, включая традиционную продолговатую витую, рулеты или мини-халы. Мне нравится использовать для мини-хал формы для выпечки размером примерно 15 × 7 см.

Для теста:

- 1 ½ ст. л. активных сухих дрожжей
- ¾ стакана + ½ ч. л. сахара
- 1 ¼ стакана теплой воды
- 5 стаканов небеленой хлебопекарной муки
- 1 ½ ч. л. мелкой морской соли
- ¼ стакана растительного или другого масла без запаха плюс немного для подъема теста
- 2 больших яйца

Для топинга:

- 1 большое взбитое яйцо
- Семена кунжута, мака, нигеллы, и/или крупная морская соль

- 1 Приготовьте тесто.** Смешайте дрожжи, ½ ч. л. сахара и теплую воду в небольшой миске. Оставьте на 5–10 минут, пока дрожжи не вспенятся.
- 2** Смешайте вместе 1 ½ стакана муки, мелкую морскую соль и оставшиеся ¾ стакана сахара в миксере с насадкой-венчиком. После того как дрожжевая смесь вспенится, добавьте ее в мучную смесь вместе с маслом. Тщательно перемешайте.
- 3** Установите на миксере насадку-крюк для теста и добавьте оставшиеся 3 ½ стакана муки и яйца. Смешивайте на низкой скорости в течение 1 минуты, затем увеличьте скорость до высокой и вымешивайте в течение 3–5 минут, пока тесто не станет гладким и не начнет отходить от краев миски.
- 4** Переложите тесто в смазанную маслом миску и накройте полиэтиленовой пленкой или чистым влажным полотенцем. Дайте тесту подняться в течение 2–3 часов при комнатной температуре или поставьте на ночь в холодильник.
- 5** Разогрейте духовку до 180 °С. Разделите тесто на количество мини-хал, которые вы будете выпекать. Заплетите и поместите в форму.
- 6** Оставьте подниматься еще на 25 минут.
- 7 Добавьте топинг.** Смажьте с помощью кисточки верхнюю часть халы взбитым яйцом и посыпьте семечками или крупной морской солью, по желанию.
- 8** Выпекайте мини-халы в течение 20–22 минут, а халу обычного размера 23–25 минут. Они будут готовы, когда сверху станут золотисто-коричневыми, а при постукивании по нижней части халы звук будет глухой.
- 9** Достаньте халы из духовки и дайте им немного остыть перед подачей.



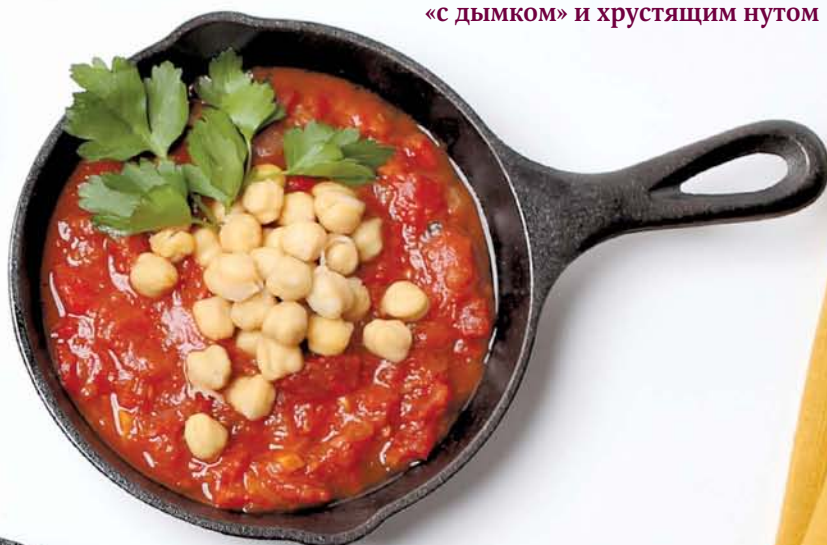
Простая шакшука
с помидорами и перцем



Шакшука
в мексиканском стиле



Веганская шакшука
«с дымком» и хрустящим нутом



Простая шакшука
с помидорами,
перцем и колбасками



Веганская шакшука

«с дымком» и хрустящим нутом

На 2–4 порции

Классическая томатная шакшука — блюдо вегетарианское. Но если вам нужна веганская альтернатива, то эта ароматная версия, приготовленная с перцем чипотле и хрустящим обжаренным нутом, — как раз то, что надо.

Для соуса к шакшуке:

2–3 ст. л. оливкового масла
1 большая луковица, мелко нарезанная
3 зубчика измельченного чеснока
1 ст. л. томатной пасты
2 ч. л. паприки
1 ч. л. молотого кумина
800 г консервированных рубленых помидоров в собственном соку (2 банки по 400 г или одна большая)
2 ст. л. консервированных перчиков чипотле (копченых халапеньо) в соусе адобо
1 ч. л. соли
½ ч. л. свежемолотого черного перца
½ — 1 стакан воды или овощного бульона (по желанию)
3 или 4 крупных яйца
Свежая петрушка, мята и/или кинза (по желанию)

Для хрустящего нута:

400 г консервированного нута, промыть и откинуть на дуршлаг
1 ч. л. паприки
½ ч. л. мелкой морской соли
½ ч. л. молотого кориандра
½ ч. л. свежемолотого черного перца
1 ст. л. оливкового масла

- 1 Приготовьте соус.** Разогрейте масло в большом сотейнике на среднем огне.
- 2** Добавьте лук и готовьте до полупрозрачности, 5–7 минут. Добавьте чеснок и готовьте еще 2 минуты.
- 3** Добавьте томатную пасту, паприку и кумин и продолжайте готовить в течение 3–4 минут до появления аромата.
- 4** Добавьте нарезанные кубиками помидоры, консервированные перчики чипотле в соусе адобо, соль и черный перец и тушите на среднем огне 15–20 минут. Если вы предпочитаете более жидкий соус, добавьте от 100 до 230 г воды или овощного бульона.
- 5 Приготовьте хрустящий нут.** Пока готовится соус, разогрейте духовку до 190 °С.
- 6** Выложите нут на противень. Посыпьте паприкой, морской солью, кориандром, черным перцем и оливковым маслом. Перемешайте все, чтобы нут был равномерно покрыт приправами.
- 7** Запекайте в духовке 12–15 минут, пока нут не станет золотистым и хрустящим.
- 8** Перед подачей посыпьте свежей зеленью, если хотите.

Шакшука в мексиканском стиле

На 2–4 порции

Во многих кухнях мира есть блюда из яиц, запеченных в томатном соусе, например знаменитые итальянские «яйца в чистилище» (uova in purgatorio) и чилакилес, в которых, несмотря на некоторые отличия рецептов, для создания сытного и недорогого блюда берут овощной соус, чипсы тортилья и яйца.

Шакшука в мексиканском стиле — необычное американо-мексикано-израильское блюдо. Она прекрасно подойдет для случая, когда хочется чего-то новенького, например добавить немного авокадо и лайма сверху в шакшуку. А если вы хотите сделать нечто более изысканное, приготовьте чипсы из тортилья и посыпьте мексиканским твердым сыром котиха.

2–3 ст. л. оливкового масла
1 большая луковица, мелко нарезанная
1 халапеньо или другой острый перец, очищенный от семян и мелко нарезанный
1 измельченный запеченный красный перец (болгарский)
3 зубчика измельченного чеснока
1 ст. л. томатной пасты
1 ч. л. молотого кумина
1 ч. л. копченой паприки
1 ч. л. сушеного орегано
1 ч. л. сушеного кориандра
1 ч. л. сушеного молотого чили
800 г консервированных рубленых помидоров в собственном соку
1 ч. л. соли
½ ч. л. свежемолотого черного перца
½ — 1 стакан воды или овощного бульона (по желанию)
3 или 4 крупных яйца

Для подачи:

Дольки лайма
Свежая кинза
1 спелое авокадо, очищенное от кожуры, косточек и нарезанное ломтиками
Чипсы из тортилья
Мексиканский твердый сыр котиха (по желанию)

- 1 Разогрейте масло в большом сотейнике на среднем огне.
- 2 Добавьте лук и готовьте 5–7 минут до полупрозрачности. Добавьте халапеньо, чеснок и запеченный красный перец и готовьте еще 2 минуты.
- 3 Добавьте томатную пасту, кумин, копченую паприку, орегано, кориандр и молотый чили и продолжайте готовить еще 3–4 минуты, до появления аромата.
- 4 Добавьте рубленые помидоры, соль и черный перец и тушите на среднем огне 15–20 минут. Если хотите, чтобы соус был менее густым, добавьте от ½ до 1 стакана воды или овощного бульона.
- 5 Когда соус достигнет желаемой консистенции, разбейте одно яйцо в небольшую стеклянную миску, а затем аккуратно добавьте в сотейник. Повторите то же самое с остальными яйцами. Накройте крышкой и готовьте 3–5 минут, пока белки не станут белыми, а желтки не приобретут нужную вам консистенцию.
- 6 Подавайте с дольками лайма, свежей кинзой, нарезанным авокадо, чипсами из тортилья и мексиканским твердым сыром котиха (по желанию).



Пицца-шакшука

На 2 порции

Пицца-шакшука — мой любимый израильско-итало-американский микс. Если сочетание звучит странно, просто подумайте о том, что шакшука — это, в сущности, приправленный специями томатный соус, который идеально подходит для намазывания купленной в магазине основы для пиццы. Получается пышная сырная пицца с яичницей-глазуньей. Это блюдо — душевная домашняя еда в лучшем виде — идеал ужина в будний день. Если у вас нет чугунной сковороды, можете использовать квадратную или круглую форму для бисквита.

Пшеничная мука для посыпки
450 г готового теста для пиццы (из магазина)
Кулинарный спрей или растительное масло для смазывания сковороды
1 стакан измельченной моцареллы
1 ½ — 2 стакана готового томатного соуса для шакшуки (см. рецепт соуса к веганской шакшуке «с дымком», с. 78)
2–3 крупных яйца
25–50 г феты плюс еще немного для топинга
Свежий базилик или петрушка (по желанию)

Специальное оборудование:
Чугунная сковорода диаметром 20–22 см

- 1 Разогрейте духовку до 230 °С. Поместите чугунную сковороду в духовку для разогрева, примерно на 20 минут.
- 2 На слегка присыпанной мукой поверхности раскатайте тесто для пиццы так, чтобы получился круг немного большего диаметра, чем сковорода.
- 3 С помощью прихватки достаньте горячую сковородку из духовки. Сбрызните ее кулинарным спреем или равномерно смажьте растительным маслом.
- 4 Аккуратно переложите тесто на сковороду, посыпьте моцареллой. Распределите сверху соус для шакшуки, затем посыпьте фетой.
- 5 Поставьте сковороду обратно в духовку на 7 минут.
- 6 Достаньте пиццу из духовки и тыльной стороной ложки сделайте два или три углубления для яиц. Аккуратно разбейте каждое яйцо в небольшую стеклянную миску, а потом вылейте по одному в углубления.
- 7 Выпекайте еще 4–6 минут, пока яйца не достигнут нужной вам консистенции.
- 8 Посыпьте фетой, а также свежим базиликом или петрушкой, по желанию.

Зеленая шакшука

На 2–4 порции

Зеленая шакшука — современная интерпретация традиционного блюда с томатами и большим количеством перца. Израильские повара стали класть в него всевозможные овощи, добавлять яйца и называть это блюдо шакшукой. Примерно 10 лет назад на Манхэттене я впервые попробовала белую шакшуку из баклажанов и других овощей. Зеленые версии шакшуки стали появляться по всему миру, и это отличный способ приготовить много полезной зелени. Я предлагаю взять шпинат и молодой кейл, но вы можете брать любую зелень, которая есть под рукой или которую вы любите: капусту, салат эскариоль, мангольд — все это прекрасно подойдет.

Еще можно положить в зелень на сковородке большую столовую ложку йеменского острого соуса схуг, итальянского песто или аргентинского чимичурри, непосредственно перед добавлением яиц, чтобы придать блюду дополнительный вкус и остроту.

170–230 г свежего шпината
170–230 г молодого кейла
2 ст. л. оливкового масла
1 большая мелко нарезанная луковица
2 измельченных зубчика чеснока
1 перец халапеньо, очищенный от семян и нарезанный мелкими кубиками
1 стакан овощного бульона или воды, в которой варилась зелень (при необходимости можно добавить еще)
1 ч. л. молотого кумина
1 ч. л. мелкой морской соли
½ ч. л. свежемолотого черного перца
3 или 4 крупных яйца

Для подачи:

Свежая зелень, например петрушка, мята или укроп
Сумах (по желанию)
Фета (по желанию)

- 1 Доведите большую кастрюлю воды до кипения. Опустите половину зелени в воду на 30–60 секунд. Как только листья станут мягкими, достаньте их из кастрюли. Жидкость не выливайте.
- 2 Поместите бланшированную зелень в кухонный комбайн и измельчайте в течение 1 минуты вместе с ½ стакана жидкости, в которой они только что побывали. Отложите в сторону, остатки жидкости не выливайте — она вам еще пригодится для бульона.
- 3 Разогрейте оливковое масло в большом сотейнике и пассеруйте лук до полупрозрачности в течение 5–7 минут. Добавьте халапеньо и чеснок и готовьте еще 2 минуты.
- 4 Добавьте оставшуюся свежую зелень, с которой вы пока ничего не делали, в сотейник и готовьте, пока она не размякнет.
- 5 Добавьте измельченную зелень и 1 стакан (230 г) овощного бульона или оставшуюся после бланширования зелени жидкость.
- 6 Приправьте кумином, солью и черным перцем и готовьте в течение 10 минут. Если вы хотите получить более жидкий соус, добавьте еще овощного бульона или жидкости, оставшейся после бланширования, и готовьте еще 2 минуты.
- 7 По очереди разбивайте яйца в небольшую стеклянную миску, а затем осторожно добавляйте в соус. Накройте крышкой и готовьте 3–5 минут, пока белки не станут белыми, а желтки не приобретут нужную вам консистенцию.
- 8 Подавайте с рубленой свежей зеленью, сумахом и раскрошенной фетой, по желанию.





Летняя шакшука с помидорами

На 2–4 порции

В Израиле сезон помидоров длится чуть ли не весь год, поэтому и шакшука здесь так популярна. Конечно, круглогодичный доступ к самым вкусным сезонным местным помидорам есть не у всех. Но в этой шакшуке важно использовать максимально свежие, летние.

1 большая мелко нарезанная луковица
1 халапеньо или другой острый перец, очищенный от семян и мелко нарезанный
1 измельченный запеченный красный перец (болгарский)
3 измельченных зубчика чеснока
1 ст. л. томатной пасты
2–3 ст. л. пасты харисса (по желанию)
1 ст. л. паприки
1 ч. л. молотого кумина
¼ ч. л. семян тмина
6 крупных помидоров типа «бычье сердце» или 8 «сливок» (общий вес около 1,4 кг), крупно нарезанных
1 стакан помидоров черри, разрезанных пополам
½ ч. л. сахара или меда (по желанию)
1 ч. л. соли
½ ч. л. свежемолотого черного перца
½ — 1 стакан воды или овощного бульона (по желанию)
3 или 4 крупных яйца
Свежая петрушка, мята и/или кинза (по желанию)

- 1 Разогрейте масло в большом сотейнике на среднем огне.
- 2 Добавьте лук и готовьте до полупрозрачности в течение 5–7 минут. Добавьте халапеньо, чеснок и запеченный красный перец и готовьте еще 2 минуты.
- 3 Добавьте томатную пасту, хариссу, паприку, кумин и тмин и продолжайте поджаривать еще 3–4 минуты до появления аромата.
- 4 Добавьте нарезанные помидоры и помидоры черри, сахар, соль и черный перец и тушите на среднем огне 20–30 минут. Если вы предпочитаете более жидкий соус, подлейте от ½ до 1 стакана воды или овощного бульона. Вы также можете вычерпать часть соуса и пюрировать его, если хотите более однородную консистенцию.
- 5 Разбейте по очереди яйца в небольшую стеклянную миску, а затем осторожно добавьте их в сотейник. Накройте крышкой и готовьте 3–5 минут, пока белки не станут белыми, а желтки не приобретут нужную вам консистенцию.
- 6 Перед подачей посыпьте свежей зеленью, по желанию.

Простой соус с тахини

На 1 стакан

Соус с тахини занимает важное место на любом израильском столе. Тахини — это паста из семян кунжута, вкус у нее ореховый, насыщенный, а соус с ней имеет бесконечное множество применений. Я люблю поливать им запеченные овощи, особенно цветную капусту и морковь. Но он также служит идеальным дополнением к шакшуке — ее можно просто им полить или же подать его в отдельной мисочке, с хлебом для обмакивания.

½ стакана тахини
 ⅓ стакана (или больше) ледяной воды
 Сок ½ лимона
 ½ ч. л. соли
 ¼ ч. л. свежемолотого черного перца

- 1 Выложите тахини в небольшую миску.
- 2 Медленно влейте ледяную воду, мешая венчиком, до получения консистенции сметаны. Не волнуйтесь, если сначала смесь покажется слишком густой и комковатой — просто продолжайте подливать воду.
- 3 Добавьте лимонный сок, соль и перец, попробуйте и при необходимости добавьте еще немного того, чего не хватает.

Простой и быстрый хумус

На 2 стакана

В Израиле традиционный завтрак, включающий соленый белый сыр, салат из свежих овощей, соус тахини, шакшуку и хумус, может смело претендовать на роль лучшей трапезы за весь день — ведь это настоящее гастрономическое удовольствие. Поэтому для меня трудно представить шакшуку без сопутствующих ей салатов, соуса с тахини и миски хумуса.

В то время как американцы считают хумус идеальной закуской или дипом, то есть соусом, в который обмакивают другую еду, израильтяне мастерски превращают миску хумуса в полноценный обед. Вы можете подать большое блюдо хумуса с курицей, бараниной или вегетарианскими фрикадельками, либо с хлебом, который будете в него макать, либо с простым салатом. Разумеется, вы можете использовать его как самостоятельную закуску или есть вместе с шакшукой — получится отличный сытный бранч.

400 г (1 банка) консервированного нута, слить жидкость и промыть

¼ стакана тахини

½ ч. л. молотого кумина

½ ч. л. соли

Сок 1 лимона

2 зубчика чеснока

¼ стакана оливкового масла

⅓ – ½ стакана холодной воды

1–2 ст. л. оливкового масла extra virgin для подачи

Паприка, сумач или заатар для подачи (по желанию)

1 Начните с удаления кожицы с нута. Это займет время и потребует терпения, но результат будет лучше.

2 Поместите очищенный нут, тахини, кумин, соль, лимонный сок и чеснок в кухонный комбайн, начните перемалывать и постепенно влейте оливковое масло. Затем влейте ⅓ стакана воды. Попробуйте на вкус и добавьте еще приправ, если понадобится. Влейте еще воды, если смесь покажется вам слишком густой или неоднородной.

3 Выложите хумус ложкой на тарелку и сбрызните оливковым маслом extra virgin. Посыпьте паприкой, сумачом или заатаром по вкусу.

4 Хумус можно заготовить впрок и хранить в холодильнике до 1 недели.

Примечание. Чтобы снять кожицу с нута, придется потрудиться, но вы можете пропустить этот шаг, если предпочитаете более текстурный хумус.

5

Шницель

Телёграм-канал - @sliv_ot_blogerov_3

Давайте поговорим о шницеле

Шницель, попросту говоря, это кусок тонко отбитого мяса, которое панируется и затем обжаривается. На израильскую землю его привезли австрийские иммигранты в 30-х годах XX века. В Австрии это блюдо готовили в основном из телятины, которая на новом месте оказалась дорогой и менее доступной, поэтому шницель стали готовить почти исключительно из курицы.

Евреям шницель очень понравился, и они превратили его в нечто свое. Шницель в Израиле — это повседневное блюдо, значительно видоизмененное и любимое почти всеми. Некоторые семьи маринуют курицу перед панировкой и жаркой; некоторые используют домашние сухари из белого хлеба, другие — сухари панко, третьи — муку из мацы, причем круглый год, а не только на Песах. Почти во всех израильских вариантах к панировочной смеси добавляются семена кунжута, а приправа варьируется от простых соли и перца до паприки, куркумы и других специй.

Шницель — квинтэссенция израильской кулинарии. Его вы встретите повсюду: на кухнях, в супермаркетах в отделах замороженных продуктов и внутри пышной лепешки — питы. Вы можете удивиться, но одни из лучших шницелей, которые вы найдете в Израиле, продаются в кафе на придорожных заправках.

Вы узнаете, что израильтяне «шницелят» (то есть обваливают в панировке и жарят) практически все, включая рыбу, овощи, стейк и тофу.

Несколько советов по приготовлению и хранению шницеля

- Если вы готовите курицу, берите тонко нарезанные кусочки филе. Если покупаете у мясника, специально попросите его нарезать тонко. Это сэкономит ваше время.
- Следите за тем, чтобы не пережарить шницель. Будь то курица или овощи, тонкие кусочки пропекаются быстро. Достаточно нескольких минут с каждой стороны до появления золотистой корочки.
- После того как зажарили шницель, посыпьте его щепоткой соли. Соль прилипнет к горячему маслу и усилит вкус.
- Шницель хорошо замораживается; дайте готовому шницелю полностью остыть, затем переложите куски бумагой для выпечки, дважды заверните в фольгу, а затем поместите в герметичный пластиковый пакет и положите в морозилку.
- Чтобы разогреть, разверните и положите замороженный шницель на решетку в разогретую до 150 °C духовку. Дождитесь, когда корочка станет хрустящей.



Классический куриный шницель

На 4–6 порций

В каждой семье есть свой способ приготовления куриного шницеля, и этот рецепт моему мужу передала его любимая бабушка, Баба Билли, светлая ей память. Как гласит легенда, Баба Билли заготавливала целую кучу хрустящего жареного куриного шницеля в качестве простого перекуса перед полноценным ужином в шабат, чтобы все ее внуки могли утащить по кусочку со стола, пока все с нетерпением ждут совместной трапезы. Конечно, этот рецепт подойдет и для полноценного сытного ужина.

В этом рецепте используется половина сухарей панко и половина обычных, пресных. Панко придаст шницелю большую хрусткость, в то время как традиционные хлебные крошки помогут равномерно покрыть всю курицу. Вы можете использовать для панировки оба варианта или один из них, в зависимости от того, что есть под рукой.

3 крупных яйца
1 ½ ст. л. острой или желтой горчицы
1 ст. л. воды
1 стакан панировочных сухарей
1 стакан панировочных сухарей без приправы
1 ч. л. соли плюс для посыпки
½ ч. л. свежемолотого черного перца
½ ч. л. паприки
1 ч. л. сушеной петрушки
3 ст. л. семян кунжута
900 г тонко нарезанных куриных грудок
Растительное масло для жарки

- 1 Смешайте яйца, горчицу и воду в большой миске или неглубокой форме для запекания. Сухари панко, обычные панировочные сухари, соль, перец, паприку, петрушку и семена кунжута смешайте в другой большой миске или неглубокой форме.
- 2 Обмакните каждый тонкий кусочек курицы сначала в яичную смесь, а затем в смесь из сухарей, прижимая, чтобы весь кусочек покрылся панировкой. Выкладывайте на тарелку или на противень.
- 3 Налейте 2,5–4 см масла в большой сотейник и разогрейте на средне-сильном огне. Вы можете проверить, готово ли масло, опустив в него деревянную ложку, — если вокруг нее начнут образовываться пузырьки, значит, пора жарить.
- 4 Обжаривайте кусочки курицы партиями, по две или три штуки, до золотистого цвета с каждой стороны. В зависимости от толщины потребуется около 3 минут на каждую сторону. Оставляйте в сотейнике свободное место, иначе курица не прожарится должным образом.
- 5 Достаньте шницели из масла и переложите на решетку.
- 6 Пока шницели еще очень горячие, посыпьте каждый кусочек дополнительной щепоткой соли.

Примечание. Сухари могут осыпаться с курицы во время жарки. Вы можете использовать сито или ложку для удаления крошек из масла в перерывах между приготовлением партий шницеля. Если масло станет слишком темным, слейте его и налейте свежее.

продолжение рецепта





С ЧЕМ ПОДАВАТЬ

Медово-горчичный соус

Примерно ½ стакана

Когда я готовлю этот медово-горчичный соус, никогда не остается ни капли. Если вы любите поострее, попробуйте добавить 1–2 ст. л. столового хрена.

½ стакана острой коричневой или желтой горчицы

3 ст. л. меда

2 ст. л. майонеза

¼ ч. л. свежемолотого черного перца

- 1 Смешайте все ингредиенты в миске.
- 2 Соус можно хранить в холодильнике в герметичном контейнере в течение 1–2 недель.

Шницель с хрустящим кокосом

На 4–6 порций

Креветки в кокосовой корочке — популярное блюдо в Америке. Считается, что оно возникло где-то в Юго-Восточной Азии или на Карибах, где морепродукты и кокос встречаются на каждом шагу. Разумеется, креветки не кошерные, поэтому кокосовый шницель — это способ переизобрести популярное блюдо для кошерной кухни. Сладкий кокос и хрустящие сухари — восхитительное сочетание. Если вы сладкоежка, берите подслащенную кокосовую стружку вместо обычной несладкой.

2 больших яйца
1 ст. л. острого соуса
2 ст. л. воды
1 ¼ стакана панировочных сухарей панко
¾ стакана несладкой кокосовой стружки
1 ч. л. мелкой морской соли
плюс еще немного для посыпки
½ ч. л. свежемолотого черного перца
900 г тонко нарезанных куриных грудок

- 1 Смешайте яйца, острый соус и воду в большой миске или неглубокой форме для запекания. Панко, кокосовую стружку, соль и перец смешайте в другой большой миске или неглубокой форме.
- 2 Обмакните каждый тонкий кусочек курицы сначала в яичную смесь, а затем в смесь из сухарей, прижимая, чтобы весь кусочек покрылся панировкой. Выкладывайте на тарелку или на противень.
- 3 Налейте 2,5–4 см масла в большой сотейник или глубокую сковороду и разогрейте на средне-сильном огне.
- 4 Обжаривайте кусочки курицы партиями, по две или три штуки за один раз, до золотистого цвета с каждой стороны. В зависимости от толщины потребуется около 3 минут на каждую сторону. Оставляйте в сотейнике свободное место, иначе курица не прожарится должным образом.
- 5 Достаньте шницели из масла и переложите на решетку.
- 6 Пока шницели еще очень горячие, посыпьте каждый кусочек дополнительной щепоткой соли.

С ЧЕМ ПОДАВАТЬ

Сладко-острый майонез шрирача

На 1 стакан

¾ стакана майонеза
2–3 ст. л. соуса шрирача
1 ст. л. сладкого соуса чили или меда

- 1 Соедините все ингредиенты в небольшой миске.
- 2 Можно хранить в герметичном контейнере в холодильнике от 1 до 2 недель.



Tenero
osity_o_bloggerov_3

Шницель на Песах

На 4–6 порций

Пасхальная неделя, когда хлебные изделия и макароны запрещены, может стать испытанием для семей, где любят поесть. Но можно легко приготовить шницель с учетом всех требований, заменив панировочные сухари мацой. Если вы предпочитаете не использовать муку из мацы, можно взять картофельные чипсы или чипсы из таро и измельчить их в кухонном комбайне.

Соль и свежемолотый черный перец
2 больших яйца (взбитых)
2 ч. л. кошерной горчицы или острый соус
1 ч. л. воды
1 ½ стакана муки из мацы
½ стакана миндальной муки
2 ст. л. семян кунжута (по желанию)
2 ст. л. сушеной петрушки
1 ½ ч. л. копченой паприки
1 ч. л. морской соли плюс для посыпки
½ ч. л. свежемолотого черного перца
900 г тонко нарезанных куриных грудок
Растительное масло для жарки

- 1 Смешайте яйца, горчицу и воду в большой миске, в другой большой миске смешайте муку из мацы, миндальную муку, кунжут (если используете), петрушку, паприку, соль и перец.
- 2 Обмакните каждый тонкий кусочек курицы сначала в яичную смесь, а затем в смесь из мацы, прижимая, чтобы он полностью покрылся панировкой. Выкладывайте кусочки курицы на тарелку или на противень.
- 3 Налейте 2,5–4 см масла в большой сотейник и разогрейте на средне-сильном огне.
- 4 Обжаривайте кусочки курицы партиями, по две или три штуки за один раз, до золотистого цвета с каждой стороны. В зависимости от толщины потребуется около 3 минут на каждую сторону. Оставьте в сотейнике свободное место, иначе курица не прожарится должным образом.
- 5 Достаньте шницели из сотейника и переложите на решетку.
- 6 Пока шницели еще очень горячие, посыпьте каждый кусочек дополнительной щепоткой соли.

Шницель в кукурузных хлопьях

На 4–6 порций

Курица в кукурузных хлопьях — американское блюдо, которое я полюбила в доме моего «дяди» Дэвида Симкинса. Оно очень простое в приготовлении, но при этом безумно вкусное и дарящее чувство уюта. В моей версии шницеля с кукурузными хлопьями используется куриная грудка, а не кусочки на костях, поэтому блюдо в целом получается полезнее, чем то, которое я ела в детстве, и, кроме того, оно кошерное. Кукурузные хлопья придают курице приятный, слегка сладковатый привкус, что также превращает ее в любимое детское лакомство.

900 г куриных грудок без кожи и костей
2 больших яйца
1 ½ ч. л. острой коричневой горчицы
2 стакана кукурузных хлопьев (около 170 г)
1 ½ ч. л. луковой соли
1 ч. л. свежемолотого черного перца
½ ч. л. паприки
Кулинарный спрей или растительное
масло для смазывания противня

- 1 Разогрейте духовку до 220 °C.
- 2 Смешайте яйца и горчицу в одной большой миске, а кукурузные хлопья, луковую соль, перец и паприку в другой большой миске или неглубокой форме для запекания.
- 3 Обмакните каждый кусочек курицы сначала в яичную смесь, а затем в смесь с кукурузными хлопьями, прижимая, чтобы он полностью покрылся панировкой. Выкладывайте кусочки курицы на тарелку.
- 4 Сбрызните противень кулинарным спреем и положите на него курицу. Сбрызните кулинарным спреем еще раз.
- 5 Запекайте 15 минут. Затем переверните каждый кусок курицы и запекайте еще 7–8 минут, или пока курица не подрумянится с обеих сторон, не прожарится полностью и не станет хрустящей.

Примечание. Чтобы приготовить панировку из кукурузных хлопьев, можно измельчить их в кухонном комбайне. Другой вариант — рассыпать их на рабочей поверхности и пройтись по ним скалкой — это отличное занятие для детей. Если останется немного крупных кусочков, не страшно.

Если у вас нет под рукой луковой соли, вы можете заменить ее 2 ч. л. мелкой морской или поваренной соли.



Кукурузный шницель

На 4–6 порций

Израильтяне в целом очень любят кукурузу: они кладут ее в шакшуку и на пиццу, в Израиле вы даже можете заказать кукурузные «палочки» в Макдоналдсе. Однажды я видела, как на детской площадке в Тель-Авиве бабушка достала кукурузные початки из сумочки и выдала их внукам в качестве перекуса (кстати, отличная идея). Шницель из кукурузы может показаться странным, поскольку он больше похож на котлету, чем на тонко отбитое мясо. Однако в Израиле он популярен и как детское блюдо, и как вегетарианская альтернатива куриному шницелю. Подайте гостям кукурузные шницели с картофельным пюре или рисом, и все уйдут домой довольными.

Для кукурузной массы:

- 4 ½ стакана (700 г) вареной кукурузы (свежей или замороженной)
- 1 стакан панировочных сухарей
- ½ стакана универсальной небеленой муки
- 2 больших яйца
- 1 ст. л. крупно нарезанной свежей петрушки
- 1 ч. л. молотого сухого чеснока
- 1 ч. л. мелкой морской соли
- ½ ч. л. свежемолотого черного перца

Панировочная смесь:

- 1 стакан несоленых панировочных сухарей
- ½ ч. л. мелкой морской соли
- 1 ½ ст. л. семян кунжута

Для жарки:

- Растительное масло

- 1 Приготовьте кукурузную массу для шницеля.** Измельчите кукурузу в кухонном комбайне до получения почти однородной массы (кусочки кукурузных зерен могут быть заметны).
- 2** Переложите кукурузную массу в миску и смешайте с мукой, яйцами, петрушкой, молотым чесноком, солью и перцем.
- 3 Приготовьте панировочную смесь.** В отдельной миске смешайте панировочные сухари, соль и семена кунжута.
- 4** Сформируйте из кукурузной массы круглые лепешки толщиной 2,5 см, примерно ¼ стакана на лепешку. Обмакните их в панировочную смесь, не забывая осторожно надавливать, чтобы панировка распространилась равномерно. Прodelайте это со всей кукурузной массой.
- 5** Налейте 2,5–4 см масла в большой сотейник и разогрейте его на средне-сильном огне.
- 6** Обжарьте кукурузные котлеты до золотисто-коричневого цвета, по 3 минуты с каждой стороны.
- 7** Подавайте теплыми с кетчупом или другими любимыми соусами.

Шницель из цукини

На 4 порции

Шницель из цукини — еще один интересный рецепт вегетарианского шницеля, а заодно вкусного и полезного использования летних цукини, которые вечно не знаешь, куда девать. Подавайте шницели с лимоном и огуречно-йогуртовым соусом цацки. Вы также можете попробовать этот рецепт для приготовления шницеля из баклажана.

2 больших цукини, нарезанных
вдоль, пластинками
½ стакана пшеничной муки
1 ½ ч. л. мелкой морской соли плюс
еще немного для посыпки
¾ ч. л. свежемолотого черного перца
2 больших взбитых яйца
1 ст. л. воды
1 ст. л. острой коричневой горчицы
1 ½ стакана панировочных
сухарей без приправы
1 ч. л. луковой соли
1 ст. л. сушеной петрушки
2 ст. л. семян кунжута
Растительное масло для жарки

- 1** Смешайте муку с ½ ч. л. соли и ¼ ч. л. перца в большой миске или неглубокой форме для запекания. Взбейте вместе яйца, воду и горчицу в другой большой миске или в неглубокой форме для запекания. Далее смешайте панировочные сухари с оставшимися чайной ложкой соли и ½ ч. л. перца, а также с луковой солью, петрушкой и кунжутом в третьей миске или в неглубоком блюде для запекания.
- 2** Обмажьте каждый кусочек цукини мучной смесью, затем яичной смесью, а затем посыпьте смесью с панировочными сухарями. Отложите на противень или на большое блюдо.
- 3** Налейте 2,5–4 см масла в большой сотейник и разогрейте его на средне-сильном огне.
- 4** Обжарьте каждый ломтик цукини в панировке до золотистого цвета, 3–4 минуты с каждой стороны.
- 5** Переложите шницели на решетку. Сразу же посыпьте морской солью.



Телерграм-кане

—blog—
—3—

HORN & HARRIS



Сэндвич с рыбным шницелем

На 4 порции

Этот рецепт — мой реверанс в сторону сразу нескольких блюд: классического шницеля, халы и культового филе-о-фиш из Макдоналдса. Шницель — повседневное домашнее блюдо, и сегодня в Израиле его нередко готовят из рыбы. Для многих еврейских семей в США, которые едят исключительно кошерное, единственное, что можно заказать в Макдоналдсе, — это рыбный сэндвич. Поэтому я знаю многих американских евреев, которые находят в его вкусе нечто ностальгическое и успокаивающее.

В моем варианте используется свежая жареная рыба, домашние булочки, соус тартар и расплавленный сыр. Приготовьте салфетки — соус будет капать! Невероятно уютно и вкусно.

Для рыбного шницеля:

1 стакан пшеничной муки
2 больших яйца и 1 ст. л. воды
1 ½ стакана панировочных сухарей панко
2 ст. л. семян кунжута
1 ч. л. морской соли плюс еще немного для посыпки
½ ч. л. свежемолотого черного перца
450 г белой рыбы (камбалы, трески или другой тонкой белой рыбы), разрезанной на куски около 15 см в длину
Растительное масло для жарки

Для сборки сэндвича:

Кусочки американского плавленого сыра или чеддера
Соус тартар (рецепт приведен ниже)
Мини-халы (рецепт на с. 75)
Ломтики помидора
Нашинкованный салат айсберг
Маринованный огурец, нарезанный ломтиками

1 Приготовьте шницель. Насыпьте муку в неглубокую форму для запекания или в большую миску. Взбейте яйца с водой во второй миске. Смешайте сухари панко, семена кунжута, соль и перец в третьей миске.

2 Покройте каждый кусок рыбы мучной смесью, затем яичной смесью, затем смесью с панировочными сухарями. Отложите на противень или на большое блюдо.

3 Налейте 2,5–4 см масла в большой сотейник и разогрейте его на средне-сильном огне.

4 Обжарьте каждый кусок рыбы до золотистого цвета, по 3–4 минуты с каждой стороны. Переложите на решетку. Сразу же посыпьте морской солью.

5 Соберите сэндвичи. Выложите ломтик сыра на горячий рыбный шницель и дайте сыру слегка расплавиться. Разрежьте булочку по горизонтали и намажьте срезы соусом тартар. Положите кусочек рыбы с сыром на нижнюю часть булочки, сверху ломтик помидора, салат, ломтик маринованного огурца и, наконец, верхнюю половину булочки.

С ЧЕМ ПОДАВАТЬ

Соус тартар

На 1 стакан

¼ стакана майонеза
¼ стакана греческого йогурта
Сок ½ лимона
2 ст. л. мелко нарезанных корнишонов
2 ст. л. измельченного свежего укропа
¼ ч. л. соли

1 Смешайте все ингредиенты в небольшой миске.

2 Храните в герметичном контейнере в холодильнике до 1 недели.

6

Фрикадельки

Telegram-канал: @sliv_ot_blogerov_3

Давайте поговорим о фрикадельках

В каждой культуре есть свой вид фрикаделек, и еврейская кухня — не исключение. Традиции формирования шариков или лепешек из мясного фарша существуют в разных культурах и передаются из поколения в поколение: от кисло-сладких фрикаделек американских евреев ашкенази до испанских альбондигас и североафриканских кебабов. Фрикадельки часто были способом превратить небольшой кусочек мяса в нечто более существенное при помощи смешивания фарша с яйцами, овощами, хлебом или рисом.

Многие сефарды и евреи мизрахи добавляют в фрикадельки рис и овощи, в то время как ашкенази обычно используют сухари.

Фрикадельки — блюдо без строгих правил, и многие из этих рецептов можно изменять и сочетать между собой в соответствии с вашим вкусом и диетическими потребностями. Если в рецепте используются панировочные сухари, вы можете заменить их мукой из мацы или даже безглютеновой мукой из мацы. Но как бы вы их ни слепили, ваши фрикадельки, получается приятная и вкусная домашняя еда.

Несколько советов по приготовлению фрикаделек

- Всегда следите за тем, чтобы во фрикадельках было достаточно жира и влаги. Если вы берете достаточно постное мясо, например курицу или индейку, добавьте дополнительную столовую ложку масла на полкило мяса.
- Не передерживайте фрикадельки на огне — они могут получиться жесткими.
- Мои стандартные пропорции для фрикаделек: 450 г фарша + 1 большое яйцо + ½ луковицы + ¼–½ стакана панировочных сухарей или другого связующего компонента + приправа по вкусу.
- С фрикадельками можно бесконечно экспериментировать, а это значит, что вы можете заменить говяжий или бараний фарш куриным или индюшачьим для «облегченной» версии и добавить приправы по вкусу.
- Фрикадельки можно жарить, запекать или тушить в зависимости от рецепта и вашего вкуса. Если вы решили запечь фрикадельки, обязательно сбрызните их кулинарным спреем с обеих сторон, переверните на другой бок в середине процесса выпекания и не держите в духовке слишком долго, иначе они высохнут. Обязательно установите таймер и вынимайте фрикадельки из духовки, как только они слегка подрумянятся с обеих сторон.
- Фрикадельки хорошо замораживают, как в соусе, так и без него. Для этого лучше использовать герметично закрывающийся пакет для замораживания или пластиковый контейнер. Хранить фрикадельки в морозилке можно до 2 месяцев.

Простые еврейско-американские кисло-сладкие фрикадельки

На 4 порции

Как появились у американских евреев кисло-сладкие фрикадельки — в определенном смысле загадка. Их кисло-сладкий соус напоминает о традиционных восточноевропейских голубцах, но приготовление голубцов — бесспорно, более трудоемкий процесс, чем лепка фрикаделек. Поэтому, возможно, был просто придуман более простой вариант приготовления традиционного блюда.

Где-то в середине XX века появился рецепт, известный как «фрикадельки в медленноварке» или «фрикадельки в виноградном желе», он приобрел большую популярность, так как позволял легко приготовить закуску для большого числа гостей. Фрикадельки стали тушить в смеси виноградного желе и коктейльного соуса, и вуаля — появилось новое блюдо, сегодня ставшее классикой! Смесь виноградного желе и коктейльного соуса дает кисло-сладкий вкус, знакомый евреям, проживающим в США, и, возможно, это еще одна причина того, почему блюдо было принято ими с распростертыми объятиями.

Многие блюда, ставшие популярными в 1950-х и 1960-х годах, были созданы под влиянием новых продуктов на рынке: сливочный сыр стали добавлять в тесто для ругелаха, кукурузные хлопья превратились в топинг для кугеля, а смесь для лукового супа стала основным ингредиентом американско-еврейского рецепта говяжьей грудинки. Какой бы ни была история происхождения кисло-сладких фрикаделек с виноградным желе — это классическое блюдо американско-еврейской кухни, которое по сей день радует публику. Рецепт, приведенный ниже, я позаимствовала у моих друзей Сары и Юваля Брокман.

Для фрикаделек:

- 450 г говяжьего фарша
- 1 небольшая луковица, мелко нарезанная или натертая на терке
- 1 большое яйцо
- $\frac{1}{4}$ стакана панировочных сухарей без приправы
- $\frac{1}{2}$ ч. л. соли
- $\frac{1}{4}$ ч. л. свежемолотого черного перца
- $\frac{1}{4}$ ч. л. сухого молотого чеснока

Для соуса:

- 340 г (1 бутылка) соуса чили, кетчупа или томатного соуса
- $\frac{1}{4}$ стакана виноградного желе
- $\frac{1}{4}$ стакана изюма
- 1 стакан куриного или овощного бульона

- 1 Приготовьте фрикадельки.** Смешайте говяжий фарш, лук и яйцо в большой миске. В другой миске смешайте панировочные сухари, соль, перец и молотый чеснок.
- 2 Добавьте смесь из сухарей в мясную массу** и аккуратно перемешайте — компоненты должны распределиться равномерно, но важно не переусердствовать при смешивании. Поставив рядом небольшую миску с холодной водой, из получившейся массы скатывайте в ладонях шарики размером с грецкий орех. Смачивайте руки холодной водой перед формированием каждого шарика.
- 3 Приготовьте соус.** Смешайте все ингредиенты для соуса в сотейнике среднего размера и доведите до слабого кипения. Добавьте фрикадельки в соус и тушите, накрыв крышкой, на небольшом огне в течение 45 минут.



Фрикадельки в кисло-сладком томатном соусе

На 4 порции

В этом рецепте для соуса используют овощи и консервированные помидоры, поэтому блюдо получится более полезным, но не менее вкусным, чем вариант с коктейльным соусом, описанный выше. Мне нравится подавать эти фрикадельки с яичной лапшой или рисом. На Песах панировочные сухари можно заменить мукой из мацы.

Для соуса:

- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 мелко нарезанная средняя луковица
- 2 измельченных зубчика чеснока
- 800 г консервированных рубленых помидоров в собственном соку
- ¼ стакана светло-коричневого сахара
- Сок 1 лимона или ½ стакана яблочного уксуса
- 1 стакан (230 г) воды или куриного или говяжьего бульона
- ¼ ч. л. молотой корицы
- ½ ч. л. соли
- ¼ ч. л. свежемолотого черного перца

Для фрикаделек:

- ½ стакана несоленых панировочных сухарей или муки из мацы
- ¼ ч. л. свежей корицы
- ¼ ч. л. молотого имбиря или ½ ч. л. свежего и мелко нарубленного
- ½ ч. л. соли
- ¼ ч. л. свежемолотого черного перца
- 450 г говяжьего фарша
- 1 большое яйцо
- ½ луковицы, натертой на терке или мелко нарезанной кубиками

- 1 Приготовьте соус.** Разогрейте оливковое масло в большой кастрюле на средне-сильном огне. Пассеруйте лук в течение 7–8 минут, пока он не станет мягким и прозрачным. Всыпьте чеснок и готовьте еще 2 минуты. Добавьте измельченные помидоры, коричневый сахар, лимонный сок, корицу, соль и перец. Доведите до кипения и держите на слабом огне, пока готовятся фрикадельки.
- 2 Приготовьте фрикадельки.** Смешайте панировочные сухари, корицу, имбирь, соль и перец в миске. В другой емкости смешайте говяжий фарш, яйцо и лук.
- 3** Добавьте смесь с сухарями в мясную массу и осторожно перемешайте — компоненты должны распределиться равномерно, но важно не переусердствовать при смешивании. Поставив рядом небольшую миску с холодной водой, из получившейся массы скатывайте в ладонях шарики размером с грецкий орех. Смачивайте руки холодной водой перед формированием каждого шарика.
- 4** Положите все фрикадельки в соус и тушите, накрыв крышкой, на среднем или слабом огне в течение 45–50 минут.

Куриные фрикадельки с лимонно-чесночным соусом

На 4 порции

Фрикадельки из курицы или индейки иногда получаются жестковатыми или сухими. Но обжаривание в масле и подача в лимонном соусе сохраняют их сочность и придают необыкновенный аромат.

Для фрикаделек:

1 большое слегка взбитое яйцо
 ½ стакана тертого лука (примерно
 1 маленькая луковица или
 половина большой)
 2 измельченных зубчика чеснока
 1 ст. л. тертой лимонной цедры
 1 ст. л. свежего лимонного сока
 450 г куриного фарша
 ½ стакана панировочных
 сухарей без приправы
 ½ ч. л. соли
 ¼ ч. л. свежемолотого черного перца
 ½ ч. л. сушеного орегано
 Растительное масло для обжаривания

Для соуса:

1 ст. л. оливкового масла
 1 небольшая луковица, нарезанная
 полукольцами
 2 измельченных зубчика чеснока
 Листья нескольких веточек тимьяна
 1 стакан белого вина или
 куриного бульона (с. 14)
 Сок 1 лимона
 ¼ ч. л. соли
 ¼ ч. л. свежемолотого черного перца

- 1 Приготовьте фрикадельки.** Смешайте яйца, тертый лук, чеснок, лимонную цедру и сок в миске среднего размера. Затем добавьте куриный фарш и перемешайте.
- 2** В отдельной миске смешайте панировочные сухари с солью, перцем и орегано.
- 3** Добавьте смесь с сухарями в мясную массу и аккуратно перемешайте — компоненты должны распределиться равномерно, но важно не переусердствовать. Поставив рядом небольшую миску с холодной водой, из получившейся массы скатывайте в ладонях шарики размером с грецкий орех. Смачивайте руки холодной водой перед формированием каждого шарика.
- 4** Разогрейте несколько столовых ложек растительного масла в большой сковороде на среднем огне. Обжаривайте фрикадельки партиями, переворачивая, до золотистого цвета со всех сторон и до готовности. Это должно занимать от 3 до 4 минут на партию, в зависимости от размера фрикаделек. Если вы не уверены, разрежьте одну фрикадельку, чтобы убедиться, что она хорошо прожарилась. По мере обжаривания фрикаделек вам может понадобиться добавить немного масла в сковороду. Переложите фрикадельки из сковороды в другую емкость, когда они будут готовы.
- 5 Приготовьте соус.** На той же сковороде, в которой вы жарили фрикадельки, разогрейте оливковое масло. Добавьте нарезанный лук и пассеруйте до полупрозрачности, около 7 минут. Всыпьте чеснок и тимьян и готовьте еще 2 минуты. Добавьте вино, лимонный сок, соль и перец, соскребая все подгорающие кусочки со дна сковороды. Дайте соусу немного выпариться, оставьте его на огне еще на 2–3 минуты. Переложите фрикадельки обратно в сковороду и обмажьте их соусом со всех сторон.

продолжение рецепта

С ЧЕМ ПОДАВАТЬ

Израильский кускус с цуккини

На 4 порции

Израильский кускус, также известный как птитим, и не кускус вовсе, а макаронные изделия в виде крошечных жемчужин, поэтому его также называют «жемчужным кускусом». Этот продукт был изобретен после войны за независимость Израиля в середине XX века. В стране были сложности с продовольствием, и премьер-министр Давид Бен-Гурион попросил пищевую компанию Osem создать более доступный продукт в качестве альтернативы рису. Так птитим стал основным продуктом питания и по сей день входит в состав популярных домашних душевных блюд.

Для большинства рецептов требуется сначала обжарить птитим, а затем уже варить в воде или бульоне. Если у вас нет израильского кускуса, вы можете заменить его орзо.

2 ст. л. оливкового масла

1 лук-шалот или маленькая луковица,
нарезанная кубиками

2 измельченных зубчика чеснока

230 г невареного птитима или орзо

Листья нескольких веточек тимьяна

1 цуккини, натертый на терке

2 ½ — 3 стакана куриного бульона (с. 14)

½ ч. л. мелкой морской соли

¼ ч. л. свежемолотого черного перца

2 ч. л. тертой лимонной цедры

Свежая петрушка, укроп или шнитт-лук (по желанию)

- 1 Нагрейте большую сковороду на средне-сильном огне. Добавьте оливковое масло и лук-шалот и пассеруйте его 4–5 минут, пока он не станет полупрозрачным. Всыпьте чеснок и готовьте еще 2 минуты.
- 2 Добавьте израильский кускус и тимьян, постоянно помешивайте и обжаривайте их 2–3 минуты, до золотистого цвета. Добавьте цуккини и готовьте еще 1–2 минуты.
- 3 Добавьте ½ стакана бульона в сковороду и размешайте ее содержимое. Затем влейте еще 2 стакана бульона. Посолите и поперчите.
- 4 Варите израильский кускус на средне-низком огне, постоянно помешивая, в течение 8–10 минут, пока он не дойдет до состояния аль денте, при необходимости добавьте еще бульон. Подавайте со свежей лимонной цедрой и свежей зеленью, по желанию.

Фрикадельки из баранины с двумя соусами

На 6–8 порций

На Ближнем Востоке и во многих частях Европы баранина — распространенное мясо, и лично я люблю ее в разных видах. Фрикадельки из нее получаются сочными и в меру острыми. Это тот рецепт, в который можно добавить больше или меньше специй, в зависимости от вашего вкуса.

Я люблю подавать эти фрикадельки по-разному. Для большей сочности потушите их в томатном соусе с хариссой. Еще один вариант — пожарить или запечь их, а затем подать с соусом с тахини и зеленью. Можно также выложить их на шакшуку или хумус.

Для фрикаделек:

900 г фарша из баранины
1 луковица, натертая на терке
3 ст. л. рубленой свежей мяты
3 ст. л. рубленой свежей петрушки
2 измельченных зубчика чеснока
2 больших яйца
1 ч. л. соли
½ ч. л. молотого кумина
¼ ч. л. свежемолотого черного перца
Растительное масло для жарки

Для томатного соуса с хариссой:

1–2 ст. л. оливкового масла
1 мелко нарезанная луковица
2 зубчика чеснока
Щепотка семян тмина
2 ст. л. томатной пасты
800 г консервированных рубленых помидоров в собственном соку
800 г консервированных протертых помидоров (пассаты)
3 ст. л. пасты харисса, с горкой
1 ½ стакана воды или куриного бульона (с. 14)
½ ч. л. соли
¼ ч. л. свежемолотого черного перца

Для соуса с тахини и зеленью:

½ стакана тахини хорошего качества
⅓ стакана ледяной воды или больше
Сок ½ лимона
⅓ стакана рубленой свежей зелени, например укропа, кинзы, петрушки и/или мяты
½ ч. л. соли
¼ ч. л. свежемолотого черного перца

- 1 Приготовьте фрикадельки.** Поместите бараний фарш, мяту, петрушку, чеснок, яйца, соль, кумин и перец в большую миску. Аккуратно перемешайте руками до однородности массы, не переусердствуйте — не передавите мясо при смешивании.
- 2 Сформируйте фрикадельки** размером со столовую ложку — руками или с помощью лопатки для печенья. Аккуратно скатайте и положите на большую тарелку.
- 3 Разогрейте растительное масло** в большом сотейнике на среднем огне. Обжаривайте фрикадельки партиями, стараясь добиться румяной корочки со всех сторон.
- 4 Перекладывайте готовые фрикадельки** в миску. Возможно, потребуется добавить еще немного масла между партиями.
- 5 Приготовьте томатный соус с хариссой.** Разогрейте оливковое масло в большой кастрюле на средне-сильном огне. Обжаривайте лук 7–10 минут до полупрозрачности и мягкости. Добавьте чеснок, щепотку семян тмина и томатную пасту и готовьте еще 2 минуты на слабом огне.
- 6 Добавьте рубленые и протертые помидоры, хариссу** или бульон и воду, доведите до кипения и затем, накрыв крышкой, тушите 30–40 минут на слабом огне. Томатный соус готов, когда помидоры разварятся и он немного уменьшится в объеме.
- 7 Приготовьте соус с тахини и зеленью.** Выложите тахини в небольшую миску. Медленно влейте ⅓ стакана ледяной воды или больше, взбивая венчиком, пока консистенция не станет однородной. Не волнуйтесь, если соус сначала выглядит слишком густым — просто продолжайте подливать холодную воду, и он «разгладится».
- 8 Добавьте лимонный сок, травы, соль и перец.** Попробуйте и добавьте приправы по вкусу.

Tenderpan



Североафриканские рыбные котлеты храйме

На 4 порции

В Америке идея рыбного фарша некоторым кажется странной сама по себе. Но что представляет собой знаменитая еврейская фаршированная рыба — гефилте фиш? По сути, это рыбная котлета!

В Израиле рыбные котлеты и фрикадельки очень широко распространены. Одно из самых любимых блюд марокканских евреев — храйме, филе белой рыбы, тушенное в томатном соусе со специями. Но многие представители молодого поколения в Израиле и американцы еврейского происхождения, которых я знаю, переиначили это традиционное блюдо и превратили кусочки рыбы в котлетки. Их чаще всего подают в качестве основного блюда в шабат, но я думаю, что контраст свежей зелени, белой мякоти рыбы и томатного соуса создает невероятно яркое блюдо для любого праздничного стола.

Для рыбных котлет:

450 г мясистой белой рыбы, например трески, палтуса или камбалы
1 луковица, натертая на терке
1 рубленый зубчик чеснока
1 большое яйцо
2 ст. л. рубленой свежей кинзы
½ стакана панировочных сухарей
½ ч. л. мелкой морской соли

Для соуса:

2 ст. л. оливкового масла
1 маленькая белая луковица, нарезанная кубиками
1 перец халапеньо, очищенный от семян и нарезанный кубиками
2 измельченных зубчика чеснока
1 лимон, очищенный от кожуры, семян, нарезанный кубиками
¼ стакана томатной пасты
4 свежих нарезанных кубиками помидора сорта «бычье сердце» или 800 г консервированных рубленых помидоров в собственном соку
½ ч. л. семян тмина
1 ч. л. молотого кумина
1 ч. л. молотой куркумы
1 ч. л. молотого кориандра
½ ч. л. молотого перца алеппо или хлопьев красного перца
½ ч. л. сахара или меда
Свежая кинза для подачи

1 Приготовьте рыбные котлеты. Смешайте очень мелко нарезанную рыбу, тертый лук, чеснок, яйцо, кинзу и панировочные сухари в миске среднего размера. Поставьте в холодильник на 1–2 часа.

2 После того как рыба охладится, наполните небольшую миску прохладной водой. Слепите из рыбы лепешки или шарики размером с грецкий орех. Окунайте руки в воду перед формированием каждой лепешки или шарика. Положите их на тарелку и уберите в холодильник до тех пор, пока не будет готов соус.

3 Приготовьте соус. Разогрейте оливковое масло в сотейнике на среднем огне. Обжарьте в течение 7–10 минут нарезанный кубиками лук, до прозрачности. Добавьте халапеньо и чеснок и готовьте еще 2–3 минуты. Затем положите туда же нарезанный кубиками лимон и томатную пасту и готовьте еще 2–3 минуты.

4 Добавьте свежие или консервированные помидоры, семена тмина, кумин, куркуму, кориандр, перец алеппо и сахар. Готовьте на средне-слабом огне в течение 10–15 минут, пока помидоры не начнут развариваться.

5 Добавьте рыбные котлеты в соус и тушите их около 15 минут.

6 При подаче посыпьте свежей кинзой. Подавайте с рисом или кускусом.

Примечание. В этом рецепте важно нарезать рыбу очень-очень мелко. В противном случае котлеты будут разваливаться.

Для соуса нарежьте целый лимон, без кожицы, и не забудьте удалить все семена.

Тефтели из нута и цветной капусты

На 4–6 порций

Нут играет главную роль во многих блюдах израильской и ближневосточной кухни и является дешевым источником белка для вегетарианцев. Тефтели из нута и цветной капусты — идеальная вегетарианская альтернатива блюдам из мясного фарша. Их можно подавать с любым из соусов, описанных в этом разделе.

2 стакана риса из цветной капусты
(см. примечание к рецепту)
2 стакана консервированного
нута (предварительно нужно
слить жидкость и промыть)
1 натертая на терке средняя луковица
2 больших яйца
1 ½ ст. л. соевого соуса
2 ст. л. оливкового масла
1 стакан панировочных сухарей
или муки из мацы
1 ч. л. луковой соли или мелкой
морской соли
½ ч. л. свежемолотого черного перца
Кулинарный спрей

- 1 Разогрейте духовку до 200 °C. Выстелите противень пергаментом.
- 2 Поместите рис из цветной капусты и нут в кухонный комбайн. Измельчайте в течение 1 минуты или пока смесь не станет однородной. Если вы предпочитаете более тонкую текстуру смеси, дайте комбайну поработать еще.
- 3 Переложите получившуюся смесь в миску. Добавьте лук, яйцо, соевый соус, оливковое масло, панировочные сухари, луковую соль и перец.
- 4 Сделайте из получившейся массы шарики размером с грецкий орех.
- 5 Сбрызните подготовленный противень кулинарным спреем. Поместите фрикадельки на пергамент, а затем сбрызните их спреем сверху.
- 6 Выпекайте в течение 15 минут. Переверните фрикадельки и снова сбрызните их спреем. Выпекайте еще 7–10 минут, до золотистого цвета и хрустящей корочки со всех сторон.
- 7 Достаньте фрикадельки из духовки и дайте остыть. Подавайте с соусом по вашему выбору.

Примечание. Рис из цветной капусты можно найти в супермаркетах и интернет-магазинах. Мне нравится держать пакеты с замороженной цветной капустой в морозилке на случай, когда нужно приготовить обед или ужин на скорую руку. Но если у вас под рукой только кочан свежей цветной капусты, для этого рецепта вы можете просто разобрать ее на соцветия и поместить в кухонный комбайн вместе с нутом.



Telegram-канал - @silyovlogerov_3



Итало-американские фрикадельки моей мамы

На 6–8 порций

Многие еврейские семьи в Америке, Израиле и по всему миру готовят спагетти и фрикадельки в итало-американском стиле. Это любимое всеми блюдо. Но вы вряд ли найдете спагетти, фрикадельки и томатный соус в меню ресторанов в Италии.

Итальянские фрикадельки, известные как польпетте, обычно меньше по размеру и подаются без соуса. Итальянские иммигранты, приехавшие в США в конце XIX и начале XX века (в тот же период, когда и многие иммигранты-евреи из Европы), обнаружили, что мяса за океаном гораздо больше и стоит оно дешевле, чем в Италии. Соединив его с сухими макаронами и консервированными помидорами, превращенными в соус, они получили сытное блюдо, как раз в тот период, когда продукты приходилось экономить. Подобные истории кулинарных преобразований можно найти у многих групп иммигрантов, все они рассказывают о том, как люди адаптируются к новым местам, перенимают новую пищу и создают нечто, что одновременно связывает их с прошлым, но в то же время является чем-то прекрасным и новым.

Я выросла, поджаривая фрикадельки вместе с моей мамой-итальянкой в нашем доме на севере штата Нью-Йорк. Она научила меня прежде, чем жарить всю партию, поджарить небольшой кусочек и убедиться, что приправы подобраны правильно. Ведь всегда можно добавить соли или специй по вкусу, однако, если вы с ними переборщили, убрать их уже не получится.

Моя мама всегда обжаривала фрикадельки, а затем доводила их до готовности в домашнем томатном соусе. Я так и не узнала ее точный рецепт, потому что она умерла от рака, когда я была еще подростком, но вариант, который я привожу в этой книге, максимально к нему близок, и я всегда испытываю чувство гордости, когда мой муж, друзья или дети просят добавки.

продолжение рецепта

Для томатного соуса:

2 ст. л. оливкового масла
1 мелко нарезанная луковица
2 очищенные и мелко нарезанные моркови среднего размера
3 измельченных зубчика чеснока
1600 г консервированных протертых помидоров (пассаты)
½ стакана сухого красного вина
1 ч. л. сахара
2 ст. л. бальзамического уксуса
Горсть свежих листьев базилика
Соль и свежемолотый черный перец

Для фрикаделек:

900 г говяжьего фарша
2 больших яйца
2 ст. л. измельченного свежего чеснока
1 луковица, натертая на терке
½ стакана панировочных сухарей без приправы
½ ч. л. сушеного базилика
¼ ч. л. сушеного орегано
3 ст. л. рубленой свежей петрушки
1 ч. л. мелкой морской соли
¼ ч. л. свежемолотого черного перца

Для жарки:

Растительное масло
Оливковое масло

- 1 Приготовьте соус.** Налейте оливковое масло в большой сотейник и разогрейте на среднем огне. Добавьте лук и морковь и готовьте около 8 минут, пока лук не станет мягким и полупрозрачным. Затем положите чеснок и готовьте еще 2 минуты. Добавьте измельченные помидоры, красное вино, сахар, бальзамический уксус и свежий базилик. Доведите до кипения на среднем огне и держите на нем не менее 30 минут, пока вы готовите фрикадельки.
- 2 Приготовьте фрикадельки.** Поместите мясной фарш, яйца, чеснок и лук в большую миску и аккуратно перемешайте руками. В отдельной миске соедините панировочные сухари, сушеный базилик, орегано, петрушку, соль и перец и тоже перемешайте.
- 3** Добавьте получившуюся смесь в мясную массу и перемешайте до однородности, но не слишком разминая мясо. Поставьте рядом небольшую миску с холодной водой. Из получившейся массы скатывайте ладонями шарики размером с грецкий орех, смачивая руки холодной водой перед формированием каждого шарика.
- 4 Жарка.** Разогрейте пару столовых ложек растительного масла и столько же оливкового в глубокой сковороде на средне-сильном огне. Обжаривайте фрикадельки партиями, переворачивая со всех сторон, до образования красивой золотисто-коричневой корочки. Перекладывайте их из сковороды на тарелку, застеленную бумажным полотенцем. Повторяйте, пока не обжарите все фрикадельки, во время этого процесса вам может потребоваться добавить еще масло. Ничего страшного, если фрикадельки не прожарились до конца на этом этапе; они дойдут до кондиции в соусе.
- 5** Положите все фрикадельки в соус и тушите, накрыв крышкой, на медленном огне 50–60 минут.
- 6** Перед подачей удалите целые листья базилика.
- 7** Подавайте фрикадельки с соусом к пасте на ваш выбор.

Примечания. Если вы не хотите жарить фрикадельки, их можно за 20–25 минут запечь в разогретой до 190 °C духовке. В середине процесса переверните их, чтобы они подрумянились равномерно. Вынув из духовки, фрикадельки нужно отправить в кипящий соус.

Чтобы сделать соус более насыщенным, в него после закипания можно добавить несколько мозговых косточек, кусок тушеной говядины 450–900 г или колбаски по-итальянски.



7

Креплах и компания

Телөграм-канал - @sliv_ot_blogerov_3

Давайте поговорим о креплах

В каждой культуре свои изделия из теста с начинкой: в итальянской — равиоли, у аргентинцев эмпанадас, у русских — пельмени, а в еврейской кухне существует невероятное разнообразие креплах и несладкой выпечки.

Ашкеназские креплах — это, пожалуй, самые популярные у американских евреев «пельмени», но это далеко не единственная разновидность блюда. Персидские евреи любят гонди, нечто среднее между пельменями и фрикадельками, их делают из нутовой муки и куриного фарша и подают в супе. В Ираке готовят кубэ (киббех) из семолины (манной крупы из твердых сортов пшеницы), наполняют мясной начинкой и подают в красном бульоне, приготовленном на свекле, или в зеленом — хамуста, который готовится с зеленью и лимоном.

В то время как креплах, гонди и кубэ подаются сваренными в бульоне, ашкеназские кныши и израильские буреки (бурекас) больше похожи на конвертики, их легко взять в руки, это дешевая и сытная уличная еда, которую можно приготовить бесчисленным количеством способов.

В Израиле буреки можно найти где угодно: в каждом маколете — небольшом магазине — есть несколько вариантов этих пирожков, которые удобно есть на ходу. На улицах Нью-Йорка вместе с хот-догами часто продают и кныши — еще одно бюджетное блюдо для быстрого перекуса. Буреки приобрели популярность в Израиле благодаря евреям из Турции и с Балкан. Наиболее традиционные начинки этих пирожков — сыр, шпинат, картофель и грибы. Эти и множество других на-

чинок используются и для кнышей, которые продаются по всей Северной Америке.

Самбусек — это сирийская выпечка, как правило, с начинкой из сыра, по форме напоминающая эмпанадас, с красивыми гофрированными краями. Но если тесто для аргентинских эмпанадас делают из пшеничной муки, сирийские самбусеки готовят из семолины.

В этом разделе расскажу о нескольких своих любимых блюдах, в которых воплощаются традиции ашкеназской кухни, а также кухонь евреев из Грузии, Сирии и США. Помимо них, разумеется, есть множество других рецептов, с которыми вам однажды будет интересно познакомиться.

Несколько советов по приготовлению креплах и других изделий из теста с начинкой

- Не кладите слишком много начинки, иначе она может вытечь или вывалиться.
- Убедитесь, что консистенция теста правильная. Для разных изделий она разная — внимательно следуйте рецептам.
- Как и в любых рецептах, включающих муку и воду, пропорции и количество этих ингредиентов могут варьироваться в зависимости от вашего места проживания и даже от времени года. Поэтому важно знать и чувствовать, каким должно получиться тесто.
- Вы можете заморозить и креплах, и другие изделия из теста с начинкой, но, в отличие от других блюд, например голубцов, их не нужно размораживать перед приготовлением.

Классические креплах с мясом

На 24 штуки

Я не решалась приготовить креплах самостоятельно, пока моя подруга и автор кулинарной книги Ронни Файн не научила меня этому. В детстве в моей семье не готовили креплах, и поскольку сегодня в Америке большинство поваров-евреев больше не делают тесто для них «с нуля», а используют готовое для вонтонов, домашние пельмени всегда казались мне какой-то неподъемной задачей. Но креплах — блюдо довольно снисходительное к новичкам, квинтэссенция домашней кухни. Оно необязательно должно выглядеть идеально, на самом деле немного грубоватая форма только придаст им очарование.

Тесто для креплах ничем не отличается от традиционного теста для пасты. Я очень рекомендую использовать машинку для изготовления лапши и макарон, если она у вас есть. Это здорово облегчит задачу получения тонкого теста. Если паста-машины нет, можно обойтись старой доброй скалкой и раскатать тесто вручную. В качестве начинки я люблю использовать покупную запеченную говядину, так как она очень вкусная и сочная. Но вы также можете взять говяжий фарш, рубленую говяжью грудку или заменители мяса.

Лучший способ заморозить креплах — это наполнить их начинкой, придать форму, а затем разложить в один слой на противне и прямо на нем поместить в морозилку. Когда креплах полностью заморзнут, их можно переложить в герметичные пластиковые пакеты. Когда вам захочется поесть креплах, извлеките их из пакета, опустите в кипящую воду и варите около 20 минут.

Для теста:

2 стакана небеленой пшеничной муки
плюс немного для посыпки
½ ч. л. мелкой морской соли
3 крупных яйца
2 ст. л. растительного масла

Для начинки:

2 стакана тушеной говядины
(около 340 г, с. 125)
1 большое яйцо
1 ч. л. паприки

- 1 Замесите тесто руками.** Смешайте муку и соль в большой миске. Сделайте углубление в центре и добавляйте яйца и масло. Месите до тех пор, пока тесто не станет гладким.
- 2 Альтернативный вариант: сделайте тесто в кухонном комбайне.** Поместите в комбайн все ингредиенты и смешивайте до тех пор, пока тесто не станет мягким и не начнет отделяться от стенок.
- 3 Заверните тесто в полиэтиленовую пленку и положите в холодильник на 1 час.** Тесто можно замесить за день до приготовления креплах.
- 4 Приготовьте начинку.** Мелко нарежьте мясо и смешайте с яйцом и паприкой в миске среднего размера.
- 5 Разделите тесто на две части, один кусок накройте кухонным полотенцем на время, пока занимаетесь другим.** Используя машинку для изготовления пасты или скалку, раскатайте максимально тонко.
- 6 Разрежьте тесто на квадраты со сторонами примерно по 7 см.** Поместите 1 чайную ложку начинки в центр квадрата. Пальцами слегка намочите края квадрата водой и затем сложите его в треугольник, прижимая края. Повторите с оставшимся тестом и начинкой.
- 7 Положите креплах на слегка посыпанный мукой противень и отставьте в сторону до момента, когда будете их готовить.**
- 8 Доведите до кипения большую кастрюлю подсоленной воды.**
- 9 Положите в кипящую воду креплах и варите 12–15 минут.**



Теллеррам-каһарҗи © 2019 — 3



Превратите тесто для креплах в лапшу

Из теста для креплах можно приготовить яичную лапшу для супа или других блюд.

Следуйте рецепту с предыдущей страницы, чтобы приготовить тесто, и затем дайте ему отдохнуть. Разделите тесто на четыре равные части. Накройте три куска теста чистым кухонным полотенцем, пока будете работать с четвертым.

Придайте куску теста овальную или прямоугольную форму и пропустите через паста-машину два раза, установив максимальную толщину. Повторите, постепенно уменьшая толщину, пока не получите тонкие прямоугольные листы. На этом этапе вы можете свободно сложить каждый тонкий лист теста в гармошку, а затем разрезать на полоски. Либо можно пропустить листы теста через насадку для пасты фетучини.

Слегка посыпьте пасту мукой и выложите на противень до момента, когда будете ее готовить. Варите в подсоленной воде в течение 3–5 минут.



Тушеная говяжья лопатка в красном вине

На 4–6 порций

Американские евреи ашкенази часто используют в кулинарии говяжью грудинку — когда-то в Европе она была не слишком популярным отрубом и потому стоила дешевле. Однако я предпочитаю лопатку, так как считаю ее более ароматной, нежной, и более простой в приготовлении. Ее не нужно нарезать вдоль волокон определенным образом, и ее очень просто приготовить в медленноварке.

В середине процесса приготовления в кастрюлю или медленноварку можно добавить около 900 г красного мини-картофеля. Тогда картофель и мясо будут готовы одновременно.

Чтобы приготовить блюдо в медленноварке, выполните шаги 1–5 этого рецепта. Затем поместите все ингредиенты в медленноварку и тушите в течение 8 часов на низкотемпературном режиме (low) либо 4 часа на высокотемпературном (high).

1400–1800 г говяжьей лопатки
Соль и свежемолотый черный перец
2–3 ст. л. растительного масла без запаха
3 крупно нарезанные моркови
3 грубо нарезанных стебля сельдерея
2 зубчика чеснока
2 ст. л. томатной пасты
2 ч. л. луковой соли или другой приправы
½ ч. л. свежемолотого черного перца
4 стакана воды или куриного бульона
(с. 14) или сочетание того и другого
375 г красного вина (половина
стандартной бутылки)

- 1 Промокните мясо со всех сторон бумажным полотенцем. Посолите и поперчите.
- 2 Разогрейте масло в большой кастрюле с толстыми стенками на средне-сильном огне.
- 3 Обжарьте кусок мяса со всех сторон до образования золотисто-коричневой корочки — по 4–5 минут с каждой стороны. Переложите на тарелку и убавьте огонь на плите до среднего.
- 4 Слейте жир в жаропрочную миску, оставив в кастрюле около 2 столовых ложек. Когда он остынет, его можно будет выбросить.
- 5 Засыпьте лук, морковь и сельдерей в жир, оставшийся в кастрюле. Готовьте на среднем огне до размягчения, примерно 6–7 минут. Добавьте чеснок и томатную пасту и готовьте еще 2 минуты.
- 6 Залейте в кастрюлю воду или бульон, красное вино, всыпьте луковую соль или другие приправы, а также перец. Доведите до слабого кипения, затем верните в кастрюлю кусок мяса и слейте туда же весь вытекший из него сок.
- 7 Уменьшите огонь до слабого и накройте кастрюлю крышкой. Томите 3–4 часа, пока мясо не станет совсем нежным. Периодически проверяйте, не слишком ли сильный огонь. Мясо готово, когда легко будет распадаться на волокна. Посолите его по вкусу.

Креплах с солониной из говядины и капусты

На 24 штуки

История о том, как капуста с солониной из говядины превратилась в Америке в ирландское блюдо — один из моих любимых рассказов о еврейской кухне. В Нью-Йорке (в Нижнем Ист-Сайде, а также в Бруклине и Бронксе) многочисленные группы иммигрантов — евреев, итальянцев и ирландцев — жили бок о бок и оказывали влияние на многие рецепты блюд и пищевые традиции друг друга.

На рубеже XIX и XX веков именно в еврейских гастрономах-закусочных и на уличных тележках ирландские иммигранты заметили солонину из говядины и сочли, что она и по виду, и по вкусу напоминает ирландский бекон. Бекон и капуста, поданные вместе, были традиционным ирландским блюдом. Но в те времена в США бекон не был столь доступен, как сегодня, поэтому ирландские иммигранты и решили заменить его «еврейской солониной». Готовить солонину вместе с капустой тоже достаточно просто — все это можно сделать в одной кастрюле. Таким образом, солонина из говядины с капустой родилась по необходимости, но превратилась в уникальное еврейско-ирландско-американское блюдо.

Этот рецепт — фантазийная версия креплах с картофельным пюре, говяжьей солониной и капустой. Мне нравится обжаривать креплах после того, как они сварились, но их можно подавать и без обжарки.

Для теста:

- 2 стакана небеленой пшеничной муки
плюс еще немного для посыпки
- ½ ч. л. мелкой морской соли
- 3 крупных яйца
- 2 ст. л. растительного масла

Для начинки:

- 1 клубень картофеля, очищенный
и нарезанный кубиками
- 4–5 ст. л. оливкового масла
- 1 большая луковица, нарезанная кубиками
- 2 стакана мелко порубленной капусты
- 110 г солонины, нарезанной
мелкими кубиками
- 1 большое яйцо
- ¼ ч. л. сухого молотого чеснока
- ½ ч. л. соли
- Острая горчица для подачи (по желанию)

- 1 Приготовьте тесто вручную.** Смешайте муку и мелкую морскую соль в большой миске. Сделайте углубление в центре и добавьте яйца и растительное масло. Месите до тех пор, пока тесто не станет гладким.
- 2 Альтернативный вариант. Замесите тесто в кухонном комбайне:** поместите в него все ингредиенты и смешивайте до тех пор, пока тесто не станет мягким и не начнет отделяться от стенок емкости.
- 3 Заверните тесто в пищевую пленку и уберите в холодильник на 1 час.** Тесто можно замесить за день до приготовления креплах.
- 4 Приготовьте начинку.** Доведите до кипения небольшую кастрюлю подсоленной воды. Положите в нее картофель и варите до готовности 10–12 минут. Картофель готов, когда в него можно легко воткнуть вилку.
- 5 Разогрейте 2–3 ст. л. оливкового масла в большом сотейнике на среднем огне.** Добавьте лук и пассеруйте 5–6 минут, пока он не размякнет и не станет полупрозрачным. Добавьте нашинкованную капусту и продолжайте готовить до полного размягчения и испарения большей части жидкости.
- 6 В большой миске сделайте картофельное пюре.** Добавьте капустную смесь, говяжью солонину, яйцо, молотый чеснок и соль и перемешайте.
- 7 Разделите тесто на две части, один кусок накройте кухонным полотенцем на время, пока занимаетесь другим.** Используя машинку для изготовления пасты или скалку, раскатайте максимально тонкий пласт теста.



- 8 Разрежьте тесто на квадраты со сторонами примерно по 7 см. Поместите 1 чайную ложку начинки в центр квадрата. Пальцами слегка смочите края заготовки водой и затем сложите в треугольник, прижимая края. Повторите с оставшимся тестом и начинкой.
- 9 Выкладывайте кrepлах на слегка посыпанный мукой противень, а затем отставьте в сторону до момента их приготовления.
- 10 Доведите до кипения большую кастрюлю подсоленной воды. Опустите в нее кrepлах и варите 12–15 минут.
- 11 Когда кrepлах сварится, налейте оставшиеся 2 ст. л. оливкового масла в большой сотейник. Обжарьте кrepлах до золотистого цвета с каждой стороны.
- 12 Подавайте с острой горчицей, по желанию.

Креплах с индейкой на День благодарения

На 24 штуки

Креплах — одно из многих еврейских блюд, которые были созданы для того, чтобы небольшой кусочек мяса превратить в сытное полноценное блюдо. Я заметила, что после Дня благодарения всегда остается немного индейки. Использовать ее в качестве начинки для креплах — отличный способ найти применение лишнему мясу и превратить его в нечто более интересное, чем просто остатки еды. Если у вас есть еще и картофельное пюре, вы можете добавить его в начинку.

Для теста креплах:

2 стакана небеленой пшеничной муки
плюс еще немного для посыпки
½ ч. л. мелкой морской соли
3 крупных яйца
2 ст. л. растительного масла

Для начинки:

2 стакана оставшейся индейки
(смесь белого и темного мяса)
1 большое яйцо
1 ч. л. свежих листьев тимьяна
Соль и свежемолотый черный перец

- 1 **Замесите тесто вручную.** Смешайте муку и мелкую морскую соль в большой миске. Сделайте углубление в центре и добавьте яйца и масло. Вымешивайте, пока тесто не станет гладким.
- 2 **Альтернативный вариант. Замесите тесто в кухонном комбайне:** засыпьте в него все ингредиенты и смешивайте до тех пор, пока тесто не станет мягким и не начнет отделяться от стенок емкости.
- 3 Заверните тесто в пленку и положите в холодильник на 1 час. Тесто можно замесить за день до приготовления креплах.
- 4 **Приготовьте начинку.** Мелко нарежьте мясо индейки. Поместите его в миску среднего размера и смешайте с яйцом, тимьяном, солью и перцем по вкусу. Отставьте в сторону.
- 5 Разделите тесто на две части, один кусок накройте кухонным полотенцем на время, пока занимаетесь другим. Используя машинку для изготовления пасты или скалку, раскатайте максимально тонкий пласт теста.
- 6 Разрежьте тесто на квадраты со сторонами примерно по 7 см. Поместите 1 чайную ложку начинки в центр квадрата. Пальцами слегка смочите его края водой и затем сложите в треугольник, прижимая края. Повторите с оставшимся тестом и начинкой.
- 7 Положите креплах на слегка посыпанный мукой противень и отставьте его в сторону до момента их приготовления.
- 8 Доведите до кипения большую кастрюлю подсоленной воды. Положите в нее креплах и варите 12–15 минут.
- 9 Подавайте с бульоном из индейки (рецепт приведен ниже) или другим домашним супом.



С ЧЕМ ПОДАВАТЬ

Бульон из индейки

На 6–8 порций

Думаю, большинство американцев согласятся с тем, что одно из главных достоинств Дня благодарения — много несъеденной вкуснятины, которая остается «на завтра». Мой отец всегда на следующий день варил суп с лапшой и остатками индейки. Спустя много лет я делаю то же самое. Вы можете просто приготовить насыщенный бульон и дополнить его яичной лапшой или клецками из мацы. Но можно поступить и по-другому — подать креплах с индейкой в бульоне из индейки, следуя разумной еврейской традиции — использовать по максимуму все, что под рукой.

Кости индейки, оставшиеся от одной или двух тушек

1 большая луковица

4 большие моркови, очищенные и порезанные на кусочки

4 порезанных на кусочки стебля сельдерея

2 очищенных и порезанных на кусочки пастернака

1 пучок петрушки

Несколько веточек тимьяна

1 лавровый лист

1 ст. л. целых горошин перца

Соль и свежемолотый черный перец

- 1 Поместите все ингредиенты, кроме соли и перца, в большую кастрюлю и залейте холодной водой. Доведите до кипения, а затем убавьте огонь до среднего.
- 2 Варите в течение 2 часов, снимая с бульона пену и жир, которые поднимаются на поверхность.
- 3 Достаньте из бульона индюшачьи косточки и овощи. Первые вам уже не понадобятся, а овощи оставьте. Продолжайте варить бульон на средне-слабом огне еще 30–45 минут, пока его объем не уменьшится, а вкус не станет более насыщенным.
- 4 Посолите и поперчите по вкусу.
- 5 Подавайте с овощами, остатками мяса индейки, нарезанными кубиками, готовыми креплах, яичной лапшой или клецками из мацы, по желанию.



Трам-кашант - © 2019 - 3

Сладкие творожные креплах

На 24 штуки

Эти сладкие творожные креплах по вкусу очень похожи на блинчики, их очень любит моя средняя дочь. Я подаю их так же, как блинчики, — с сахарной пудрой и небольшим количеством варенья. Они идеально подходят для еврейского праздника Шавуот — Дня дарования Торы, когда принято наслаждаться молочными продуктами, а также для позднего завтрака в любое время.

Для теста:

2 стакана небеленой пшеничной муки
плюс немного для посыпки
½ ч. л. мелкой морской соли
3 крупных яйца
2 ст. л. растительного масла

Для начинки:

210 г мягкого творога
110 г жирного сливочного сыра
или свежего козьего сыра
¼ стакана сахарного песка
½ ч. л. ванильного экстракта
1–2 ч. л. апельсиновой цедры

Для жарки:

1 ст. л. оливкового масла
1 ст. л. сливочного масла

Для подачи:

Сахарная пудра
Джем или варенье

Примечание. В этом рецепте предлагается использовать 210 г мягкого творога. Его можно заменить рикоттой.

- 1 Замесите тесто вручную.** Смешайте муку и соль в большой миске. Сделайте углубление в центре и добавьте яйца и масло. Месите до тех пор, пока тесто не станет гладким.
- 2 Альтернативный вариант. Замесите тесто в кухонном комбайне:** поместите в него все ингредиенты и смешивайте до тех пор, пока тесто не станет гладким и не начнет отделяться от стенок емкости.
- 3 Заверните тесто в пленку и положите в холодильник на 1 час.** Тесто можно замесить за день до приготовления креплах.
- 4 Приготовьте начинку.** Смешайте творог, сливочный сыр, сахарный песок, ваниль и апельсиновую цедру в миске среднего размера. Отставьте в сторону.
- 5 Разделите тесто на две части, один кусок накройте кухонным полотенцем на время, пока занимаетесь другим.** Используя машинку для изготовления пасты или скалку, раскатайте максимально тонкий пласт теста.
- 6 Разрежьте тесто на квадраты со сторонами примерно по 7 см.** Поместите 1 чайную ложку начинки в центр квадрата. Пальцами слегка смочите его края водой и затем сложите в треугольник, прижимая края пальцами или вилкой. Повторите с оставшимся тестом и начинкой.
- 7 Положите креплах на слегка посыпанный мукой противень и отставьте его в сторону до момента их приготовления.**
- 8 Доведите до кипения большую кастрюлю подсоленной воды.** Положите в кипящую воду креплах и варите 12–15 минут.
- 9 Когда креплах сварятся, разогрейте оливковое и сливочное масло в большом сотейнике.** Обжарьте креплах до золотистого цвета с каждой стороны.
- 10 Подавайте с сахарной пудрой и джемом.**

Грузинские хинкали

На 20 штук

Если бы у восточноевропейских креплах и шанхайского сяо лонг бао мог родиться ребенок, то это были бы хинкали. Хинкали — грузинское блюдо, возникшее, как говорят, где-то в горах под Тбилиси. Однако мы знаем, что грузинская кухня благодаря географическому положению страны испытывала сильное влияние кулинарных традиций России, Ирана, Турции и Китая, которые, несомненно, послужили источником вдохновения для этого восхитительного блюда.

Форма хинкали, с их фирменными складками сверху, больше похожа на китайский аналог, чем на восточноевропейские креплах, а начинка напоминает суп с небольшим количеством бульона, наслаждение которым — важная часть удовольствия от вкушения этого блюда. В отличие от сяо лонг бао у хинкали есть фирменный «хвостик», за который можно взяться, чтобы есть блюдо руками.

Традиционно хинкали начиняют смесью говядины и свинины, но они также могут быть наполнены картофелем, сыром или грибами. Они немного острые и от них абсолютно невозможно оторваться благодаря вкуснейшему бульонно-мясному содержанию, которое заполняет рот с каждым укусом. По традиции «хвостик» не едят, а оставляют на тарелке, чтобы потом сосчитать, сколько хинкали вы съели. Обычно «хвостик» довольно жесткий, в нем нет мяса, поэтому в поедании его нет особого смысла.

Для приготовления хинкали требуется немного практики, особенно в создании складок, поэтому не отчаивайтесь, если они не получатся идеальными с первого раза. Посмотрите несколько видео на YouTube. Получайте удовольствие от процесса. Как бы ни выглядели ваши хинкали, обещаю — получится очень вкусно. Если у вас останется лишняя начинка, слепите из нее фрикадельки и запеките или поджарьте их для перекуса.

Для теста:

2 ½ стакана небеленой пшеничной муки
½ ч. л. соли
1 стакан теплой воды
Кулинарный спрей или растительное масло для смазывания миски

Для начинки:

230 г говяжьего фарша
230 г говяжьего фарша
½ большой луковицы, натертой на терке или очень мелко нарезанной кубиками
2 ст. л. измельченной свежей петрушки
2 ст. л. измельченной свежей кинзы
1 ч. л. мелкой морской соли
½ ч. л. копченой паприки
¼ — ½ ч. л. хлопьев красного перца
½ стакана прохладной воды

- 1 Приготовьте тесто.** Смешайте муку, соль и теплую воду в миксере с насадкой-крюком. Положите тесто в миску, сбрызнутую кулинарным спреем, накройте чистым влажным кухонным полотенцем или пищевой пленкой и дайте отдохнуть в течение 30 минут.
- 2 Приготовьте начинку.** Смешайте говядину и говядину, лук, петрушку, кинзу, соль, паприку и хлопья красного перца в миске среднего размера. Медленно влейте холодную воду. Масса должна быть слегка влажной. Поместите в холодильник на время, пока будете заниматься тестом.
- 3** После того как тесто отдохнет в течение 30 минут, достаньте его из миски и вымешивайте еще 5 минут, чтобы оно стало еще более эластичным и гладким. Разделите тесто пополам, накройте половину, чтобы оно не заветрилось.
- 4** Раскатайте тесто в длинную, похожую на змею колбаску. Отщипывая от нее кусочки размером с грецкий орех, с помощью скалки раскатывайте каждый в лепешку диаметром около 15 см.
- 5** Положите лепешку из теста на маленькую десертную тарелку с небольшим бортиком.
- 6** На середину лепешки выложите ¼ стакана начинки.

продолжение рецепта



ам-канал
_3



Для подачи:

Свежемолотый черный перец
Нарезанный свежий укроп

- 7 Поднимите край теста и на весу, держа его над начинкой с помощью среднего и большого пальца, сформируйте несколько складок. Затем немного поверните тарелку и сделайте еще несколько складок. Продолжайте, пока складки не закроют начинку целиком. Закрутите верхнюю часть, а затем острым ножом обрежьте излишки теста, чтобы подравнять образовавшийся сверху хвостик
- 8 Повторите те же действия, чтобы слепить остальные хинкали, отложите их на тарелку до момента приготовления.
- 9 Доведите до кипения большую кастрюлю подсоленной воды. Добавьте в нее 1 столовую ложку оливкового масла (это должно предотвратить слипание хинкали во время варки).
- 10 Варите в течение 15 минут.
- 11 Достаньте хинкали из кастрюли с помощью шумовки или ложки для снятия пены. Щедро посыпьте свежемолотым черным перцем и свежим укропом.

Сирийские самбусеки с сыром

На 48 штук

Трудно найти сирийский дом, где на столе время от времени не появлялись бы самбусеки. Это традиционные сырные пирожки с тонким хрустящим тестом, которые едят как в будни, так и в праздники. Считайте их ближневосточной версией мини-кальцоне или эмпанад; они похожи на израильские буреки, но тесто для них другое (и на самом деле сделать его гораздо легче).

Меня научила готовить самбусеки моя близкая подруга Мириам Голан, которая лепит их большими партиями и замораживает. Потом она дает их на обед детям в школу, берет с собой целую партию каждый раз, когда они отправляются в путешествие, и всегда выставляет на стол на такие праздники, как Шавуот, когда принято употреблять молочные продукты.

Что мне всегда казалось интересным в американской версии сирийских самбусеков в Америке, так это то, что чаще всего их готовят с местным сыром мюнстер (Muenster), немецким по происхождению*. Это отличный пример эволюции еврейской кухни в Америке: классическая ближневосточная выпечка, рецепт которой был изменен в Соединенных Штатах и дополнен доступным и кошерным сыром. Многие сирийские семьи также используют пресс для тортильи, чтобы делать идеально ровные круги теста для начинки, — и это еще один блестящий пример того, как кухня и культура меняются, когда народы или их представители перемещаются из одной страны в другую.

Независимо от того, как проходила эволюция этих восхитительных пирожков, они такие сочные и вкусные, что разлетятся в два счета на любом празднике. Они также хорошо замораживаются, и их очень удобно есть. Вы можете деликатно сдавить края, как у эмпанады, или, пробудив свою внутреннюю сирийскую бабушку, закрутить их изящными завитками вручную.

И последний аргумент, почему этот рецепт такой замечательный, — тесто не требуется охлаждать заранее, поэтому нет необходимости в долгой подготовке. Этот рецепт позволит вам сделать большую партию — 50–60 пирожков.

Если вы хотите заморозить самбусеки, слепите их, а затем заморозьте в сыром виде, разложив в один слой на противне. Затем сложите в пластиковый пакет. А когда соберетесь выпекать, смажьте сверху яичной смесью, посыпьте кунжутом и поставьте в духовку на 25–30 минут.

продолжение рецепта

* Американский мюнстер отличается от французского и вкусом, и технологией приготовления. Оранжевый цвет корочки сыра из США получается благодаря натуральному красителю, а не за счет присутствия бактерий. Букет мягкий, не слишком насыщенный. — *Прим. ред.*



Для теста:

2 стакана небеленой пшеничной муки
1 стакан семолины
16 ст. л. (225 г) сливочного масла
комнатной температуры
½ стакана теплой воды
¼ ч. л. кошерной соли

Для начинки:

450 г измельченного американского
сыра мюнстер (Muenster; можно
заменить гаудой, эдамом, чеддером)
1 большое взбитое яйцо

- 1 Разогрейте духовку до 175 °С.
- 2 **Приготовьте тесто.** Смешайте муку, масло и соль в кухонном комбайне с насадкой-ножом. После нескольких циклов перемешивания начните медленно добавлять теплую воду, пока тесто не соберется в шар.
- 3 Заверните тесто в пленку и отложите в сторону до тех пор, пока не будет готова начинка. Убирать тесто в холодильник не нужно.
- 4 **Приготовьте начинку.** Аккуратно соедините измельченный сыр со взбитым яйцом в миске среднего размера.
- 5 **Лепка самбусеков.** Скатайте из теста шарики размером с грецкий орех. Сделайте из шариков тонкие плоские лепешки, используя пресс для тортильи, большую кастрюлю и кусок пергамента или с помощью скалки.



Для топинга:

1 большое взбитое яйцо

Семена кунжута

Семена черного кунжута или
нигеллы (по желанию)

6 Положите 1 чайную ложку сырной начинки на лепешку из теста и сложите ее пополам. Плотно склейте края, нажимая на них вилкой, либо зажимая край теста между большим и указательным пальцами и закручивая его внутрь. Повторяйте, пока не слепите все пирожки.

7 Смажьте самбусеки взбитым яйцом и посыпьте сверху семенами кунжута, а также семенами черного кунжута или нигеллы (если они у вас есть).

8 Выпекайте 20–25 минут до золотисто-коричневого цвета.



Сирийские пирожки с сыром и оливками

На 48 штук

Эти пирожки с оливками и сыром на самом деле вариация на тему самбусеков (с. 135). Фактически это то же самое тесто, но слепленное по-другому. Так что, если вы приготовите тесто для самбусеков, можете сделать половину в форме полумесяцев — с начинкой из сыра, а вторую — круглыми, с оливками. Это блюдо так же великолепно подходит для праздничных фуршетов.

Для теста:

1 стакан небеленой пшеничной муки
½ стакана семолины
8 ст. л. (110 г) сливочного масла
комнатной температуры
⅛ ч. л. кошерной соли
1 стакан измельченного американского
сыра мюнстер (Muenster; можно
заменить гаудой, эдамом, чеддером)
¼ стакана теплой воды

Для топинга:

Семена кунжута
Зеленые оливки с начинкой из перчиков

1 Разогрейте духовку до 175 °C.

2 **Приготовьте тесто.** Смешайте муку, масло и соль в кухонном комбайне с насадкой-ножом. После нескольких циклов перемешивания начните медленно добавлять теплую воду, пока тесто не соберется в шар.

3 Скатайте шарики размером со столовую ложку в ладонях. Обмакните каждый шарик в кунжут и положите на противень с пергаментом.

4 Выложите оливку на середину каждого шарика и слегка вдавите.

5 Выпекайте 20–25 минут, до слегка золотистого цвета.

Классические картофельные кныши

На 24 штуки

Картофельные кныши повсеместно распространены в Нижнем Ист-Сайде Нью-Йорка, где они приобрели популярность еще на рубеже XX века благодаря украинским и польским еврейским иммигрантам. Эти пирожки были недорогими, сытными и вкусными, их было удобно есть на ходу и брать с собой. В 1910 году открылась первая пекарня, специализирующаяся на кнышах, за ней последовали и другие. Позже в XX веке в свое меню кныши стали включать еврейские гастрономы-закусочные и рестораны. Сегодня кныши можно купить практически на каждом углу и почти в любом винном магазинчике. Как правило, кныши квадратные, жареные, с пикантной картофельной начинкой.

Первоначально привезенные еврейскими иммигрантами кныши были круглыми, с начинкой из картофеля или популярной в Восточной Европе гречки. Кныши с картофелем, кашей и шпинатом до сих пор можно найти в еврейских гастрономах по всей стране, как и варианты со всевозможными другими начинками: от сосисок и пастромы до сыра и халапеньо.

Мне нравится печь маленькие кныши, они отлично подходят в качестве закуски для вечеринки или обеда, который удобно взять с собой.

Для теста:

- 2 ½ стакана небеленой пшеничной муки и еще немного для посыпки
- ½ стакана холодной воды
- ¼ стакана растительного масла
- 1 большое яйцо
- ½ ч. л. мелкой морской соли

Для начинки:

- 1 клубень картофеля, очищенный и мелко нарезанный
- 2 ст. л. оливкового масла или шмальца (гусиного или куриного жира)
- 1 большая нарезанная кубиками луковича
- Соль и свежемолотый черный перец

- 1 Приготовьте тесто.** Поместите все ингредиенты в кухонный комбайн и перемешивайте, пока тесто не станет однородным. Перенесите его на слегка посыпанную мукой поверхность и вымешивайте руками около 3 минут, пока оно не станет гладким и эластичным.
- 2 Заверните тесто в пленку и оставьте в холодильнике на 1 час.**
- 3 Приготовьте начинку.** Доведите до кипения кастрюлю подсоленной воды и варите картофель 7–10 минут, до готовности, — пока он не будет легко прокалываться вилкой. Слейте воду и дайте немного остыть.
- 4** Когда картофель немного остынет, разомните его в пюре.
- 5 Разогрейте 1 ст. л. оливкового масла в сковороде.** Обжарьте лук до полупрозрачности, в течение 5–8 минут. Добавьте по щепотке соли и перца. Смешайте лук с картофельным пюре и с оставшейся столовой ложкой оливкового масла. При желании добавьте еще щепотку соли (помните — картофелю нужно много приправ).
- 6 Разогрейте духовку до 190 °C.**
- 7** После того как тесто отдохнет, разделите его на две равные части и раскатайте каждую в прямоугольник размером 40 × 20 см, при этом толщина теста должна быть около 0,5 см. Тесто получится достаточно упругим и будет сжиматься — это нормально, просто продолжайте его раскатывать.



Для топинга:

1 большое взбитое яйцо

Крупная морская соль (по желанию)

8 Выложите начинку сплошной полосой вдоль длинной стороны раскатанного теста. Закройте краем теста и продолжайте сворачивать, пока не получится «бревнышко».

9 Разрежьте каждое «бревнышко» примерно на восемь частей и поместите на противень, застеленный пергаментом. Смажьте каждый кныш взбитым яйцом и посыпьте крупной морской солью (при желании).

10 Выпекайте 20–25 минут до золотистого цвета.



Теллерман-Бабант - @skvot_babgerov_3

Кныши с бататом и шалфеем

На 24 штуки

Кныши — идеальное блюдо для вечеринок и фуршетов. А этот рецепт, для которого я предлагаю взять батат и шалфей, — дань моей любви осенним ароматам. Если вы хотите сделать этот рецепт безмолочным, замените сливочное масло оливковым.

Для теста:

- 2 ½ стакана небеленой пшеничной муки
плюс еще немного для посыпки
- ½ стакана холодной воды
- ¼ стакана растительного масла
- 1 большое яйцо
- ½ ч. л. мелкой морской соли

Для начинки:

- 1 средний клубень батата, очищенный
и нарезанный кубиками
- ½ среднего клубня крахмалистого
картофеля, очищенного
и нарезанного кубиками
- 4 ст. л. (55 г) сливочного масла
- Свежие листья шалфея
- Соль и свежемолотый черный перец

Для топинга:

- 1 большое взбитое яйцо
- Крупная морская соль (по желанию)

- 1 Приготовьте тесто.** Поместите все ингредиенты для теста в кухонный комбайн и перемешивайте, пока оно не станет однородным. Переложите тесто на слегка посыпанную мукой поверхность и месите руками еще около 3 минут до гладкости и эластичности.
- 2** Заверните в пленку и оставьте в холодильнике на 1 час.
- 3 Приготовьте начинку.** Доведите до кипения кастрюлю с подсоленной водой и варите батат и картофель 7–10 минут, до готовности, — пока он не будет легко прокалываться вилкой. Слейте воду и дайте немного остыть.
- 4** Когда корнеплоды немного остынут, разомните их в пюре в миске.
- 5** Растопите сливочное масло в небольшой кастрюле на среднем или слабом огне. Добавьте листья шалфея в масло и дайте слегка покипеть в течение 1–2 минут. Не допускайте, чтобы масло пригорело.
- 6** Удалите и выбросьте листья шалфея. Добавьте растопленное масло с шалфеем в пюре из батата и картофеля. Посолите и поперчите по вкусу.
- 7** Разогрейте духовку до 190 °C.
- 8** После того как тесто отдохнет, разделите его на две равные части и раскатайте каждую в прямоугольник размером 40 × 20 см, при этом толщина теста должна быть около 0,5 см. Тесто получится достаточно упругим и будет сжиматься — это нормально, просто продолжайте его раскатывать.
- 9** Выложите начинку сплошной полосой вдоль длинной стороны раскатанного теста. Закройте начинку краем теста и продолжайте сворачивать, пока не получится «бревнышко».
- 10** Разрежьте каждое «бревнышко» примерно на восемь частей. Выложите кныши на противень, застеленный пергаментом, смажьте взбитым яйцом и посыпьте крупной морской солью (по желанию).
- 11** Выпекайте 20–25 минут до золотистого цвета.

Кныши с посыпкой для бейглов

На 24 штуки

Эти пикантные кныши имеют приятный сливочный вкус благодаря входящему в их состав сыру и аппетитно похрустывают благодаря посыпке для бейглов и бубликов. Их можно подавать в качестве закуски во время вечеринки или на поздний завтрак.

Для теста:

- 2 ½ стакана небеленой пшеничной муки
плюс еще немного для посыпки
- ½ стакана холодной воды
- ¼ стакана растительного масла
- 1 большое яйцо
- ½ ч. л. мелкой морской соли

Для начинки:

- 1 клубень картофеля, очищенный
и мелко нарезанный
- 1 большая луковица, нарезанная кубиками
- 60 г сливочного или козьего сыра
- 2 ст. л. посыпки для бейглов (с. 145)
- 2–3 ст. л. оливкового масла или шмальца
- Соль и свежемолотый черный перец

Для топинга:

- 1 большое взбитое яйцо
- Посыпка для бейглов

- 1 Приготовьте тесто.** Поместите все ингредиенты для теста в кухонный комбайн и перемешивайте, пока оно не станет однородным. Переложите тесто на слегка посыпанную мукой поверхность и месите руками еще около 3 минут, пока оно не станет гладким и эластичным.
- 2** Заверните тесто в пленку и оставьте в холодильнике на 1 час.
- 3 Приготовьте начинку.** Доведите до кипения кастрюлю подсоленной воды и варите картофель 7–10 минут, до готовности, — пока он не будет легко прокалываться вилкой. Слейте воду и дайте немного остыть.
- 4** Когда картофель немного остынет, сделайте из него пюре.
- 5** Разогрейте 1–2 ст. л. оливкового масла в сковороде на среднем огне. Обжаривайте лук до полупрозрачности в течение 5–8 минут. Добавьте по щепотке соли и перца.
- 6** Смешайте лук, картофельное пюре, оставшуюся 1 ст. л. оливкового масла и сливочный сыр и 2 ст. л. посыпки для бейглов.
- 7** Разогрейте духовку до 190 °C.
- 8** После того как тесто отдохнет, разделите его на две равные части и раскатайте каждую в прямоугольник размером 40 × 20 см, при этом толщина теста должна быть около 0,5 см. Тесто получится достаточно упругим и будет сжиматься — это нормально, просто продолжайте его раскатывать.
- 9** Выложите начинку сплошной полосой вдоль длинной стороны раскатанного теста. Закройте начинку краем теста и продолжайте сворачивать, пока не получится «бревнышко».
- 10** Разрежьте каждое «бревнышко» примерно на восемь частей. Положите кныши на противень, застеленный пергаментом. Смажьте каждый кныш взбитым яйцом и посыпьте посыпкой для бейглов и бубликов.
- 11** Выпекайте 20–25 минут до золотистого цвета.



Как сделать посыпку для бейглов

Посыпка для бейглов (Everything Bagel Spice) продается почти в каждом крупном супермаркете в Америке, но ее легко можно сделать самостоятельно. Смешайте 2 ст. л. кунжута, 2 ст. л. семян мака, 2 ст. л. сушеного измельченного чеснока и 2 ст. л. сушеного измельченного лука. Вы можете добавить 1 ½ ч. л. хлопьев красного перца, если любите острое.

Латкес

Давайте поговорим о латкес

Латкес — одно из самых узнаваемых и любимых блюд у восточноевропейских евреев. Традиционно латкес подают на Хануку, и дело здесь не в их составе, а в том, что их обжаривают в масле, напоминая о чуде, когда вопреки ожиданиям небольшое количество масла позволило евреям поддерживать огонь свечей храма в течение 8 ночей. В каждом региональном варианте еврейской кухни есть свое уникальное блюдо, которое подается на Хануку, от марокканских пончиков сфендж и персидской зульбии до сладких итальянских оладий.

Латкес, как и другие оладьи и драники, — относительно простое в приготовлении блюдо. Кроме того, оно имеет множество разновидностей, подстраивается под разные вкусы, диеты и под ассортимент ингредиентов, которые вам доступны. Я готовила латкес из плантанов (овощных бананов), стеблей брокколи, батата и многих других овощей. Используйте мои рецепты как отправную точку и экспериментируйте.

Несколько советов по приготовлению латкес

- Когда вы готовите латкес из картофеля, не выливайте всю жидкость, которая выделяется из картофельной смеси. Отжав картофель над миской, обратите внимание на крахмал, который оседает на дне.

Добавьте его обратно в картофель — он сделает латкес более хрустящими и свяжет все компоненты.

- Сначала поджарьте пробный латкес, чтобы проверить, достаточно ли приправ. Если вкус кажется правильным, продолжайте. Если нет, исправьте ситуацию.
- Когда вы снимете латкес со сковороды, сразу же посыпьте их солью, она прилипнет к горячему маслу и усилит вкус.
- Не кладите только что поджаренные латкес на бумажные полотенца. Лучше дайте им остыть на решетке — тогда они не размокнут снизу.
- По мере того как жарятся латкес, добавляйте масло на сковородку, если его стало слишком мало. Также старайтесь убирать кусочки подгоревшего картофеля или овощей, которые плавают в масле. Если масло потемнело, слейте его и используйте свежее.
- Чтобы разогреть латкес, положите их на решетки (не прямо на противень) предварительно разогретой до 150 °C духовки и подержите там несколько минут.
- Картофельные и другие латкес из корнеплодов хорошо замораживаются, их легко разогреть. После того как вы пожарили латкес, дайте им полностью остыть, а затем заморозьте между листами пергаментной бумаги. Сложите в пластиковый пакет и храните в морозилке.

Классические картофельные латкес

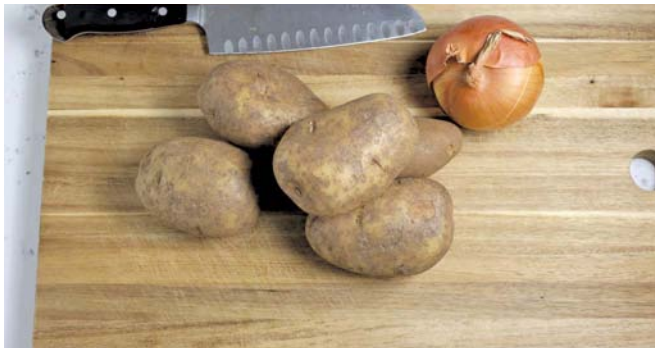
На 16–24 штуки

Мне нравится готовить разные виды этого блюда, но нет ничего прекраснее идеальных свежеподжаренных картофельных латкес с яблочным соусом и сметаной. Я также люблю подавать их с французским крем-фреш, копченым лососем или, чтобы придать блюду изысканность и утонченность, — с икрой.

4 клубня крахмалистого картофеля,
очищенных от кожуры
1 большая луковица
2 больших яйца
¼ стакана небеленой пшеничной
муки или муки из мацы
2 ч. л. мелкой морской соли плюс
еще немного для посыпки
½ ч. л. свежемолотого черного перца
Растительное масло для жарки

- 1 Используя кухонный комбайн или терку, измельчите картофель и лук.
- 2 Смешайте картофель, лук, яйца, муку, соль и перец в большой миске и оставьте на 5 минут.
- 3 После того как картофельная смесь постоит 5 минут, в миске начнет собираться жидкость. Вам нужно слить большую ее часть, но сохранить крахмал, который оседает на дне. Смешайте оставшийся крахмал с картофельной смесью еще раз — это поможет латкес лучше схватиться, сделает их более хрустящими снаружи и нежными внутри.
- 4 Разогрейте масло в большой сковороде на средне-сильном огне.
- 5 Обжаривайте латкес партиями по три-четыре штуки до золотистого цвета и хрустящей корочки с каждой стороны. Готовые выкладывайте на решетку, поставленную на пергамент для выпекания, чтобы остыли.
- 6 Посыпьте латкес солью сразу же после жарки.
- 7 Подавайте с яблочным пюре, сметаной или другими интересными топингами.

продолжение рецепта





С ЧЕМ ПОДАВАТЬ**Тушеная говяжья грудинка****На 6–8 порций**

Хотя говяжья грудинка не является традиционным блюдом на Хануку, многие американские еврейские семьи готовят ее именно на этот праздник. На самом деле это просто хороший повод, чтобы выставить на стол любимые блюда, такие как грудинка и кугель. Вместо того чтобы подавать с латкес крупно нарезанную грудинку, я предпочитаю украшать эти хрустящие картофельные «оладушки» грудинкой тушеной. Контрастные текстуры и вкусы прекрасно сочетаются друг с другом, и ваши гости будут в восторге от такой комбинации.

Грудинка весом от 1400 до 1800 г

Соль и свежемолотый черный перец

2 ст. л. оливкового масла

2 нарезанные кубиками луковицы

4 или 5 очищенных и нарезанных кубиками моркови

2 измельченных зубчика чеснока

2 ч. л. луковой соли или другой приправы по вашему вкусу

¼ стакана кетчупа

2 стакана сладкого красного вина, например кошерного Manischewitz, либо колы или темного пива

1 стакан куриного, овощного или говяжьего бульона или воды

1 ст. л. бальзамического уксуса

- 1 Промокните грудинку бумажным полотенцем, чтобы удалить лишнюю влагу. Посолите и поперчите.
- 2 Разогрейте 1–2 ст. л. оливкового масла в большой кастрюле с толстыми стенками на средне-сильном огне.
- 3 Обжарьте грудинку с обеих сторон до образования красивой корочки. Достаньте из кастрюли и отложите на тарелку.
- 4 Уменьшите огонь до среднего. Положите в кастрюлю лук и морковь и жарьте в течение 10–12 минут, соскребая со дна все прилипающие кусочки. Добавьте чеснок и готовьте еще 2–3 минуты.

5 Добавьте луковую соль, кетчуп, красное вино и бульон или воду. Положите грудинку обратно в кастрюлю.

6 Уменьшите огонь до слабого и тушите 3–4 часа, время от времени заглядывая в кастрюлю для проверки уровня жидкости. Если он сильно снизился, добавьте еще бульона и/или вина. Посолите и поперчите по вкусу.

7 В последние 20 минут готовки добавьте бальзамический уксус.

8 Достаньте грудинку из соуса и дайте остыть. Когда грудинка остынет настолько, что ее можно будет взять в руки (а еще лучше, чтобы она полежала в холодильнике), разделите ее на волокна с помощью двух вилок.

9 **Необязательный шаг.** Пока грудинка остывает, используйте кухонный комбайн или ручной погружной блендер, чтобы взбить соус до однородности. Морковь придаст соусу сливочный и слегка сладковатый вкус. Добавьте соус к грудинке.

С ЧЕМ ПОДАВАТЬ**Самое простое яблочное пюре****На 3 стакана**

4 яблока

¾ стакана воды

- 1 Очистите яблоки от кожуры, сердцевин и нарежьте кубиками. Поместите в кастрюлю среднего размера и добавьте воду. Доведите до кипения, затем убавьте огонь до среднего или слабого. Варите, пока яблоки не станут мягкими.
- 2 Переложите в кухонный комбайн и измельчите до устраивающей вас консистенции.

Латкес из свеклы и моркови

На 16–24 штуки

Если классические картофельные латкес — мой фаворит, то яркие свекольно-морковные уверенно занимают второе место. У них удивительный кисло-сладкий вкус, и я люблю готовить их, чтобы подавать вместе с классическим картофельным вариантом.

2 очищенные средние свеклы
1 очищенная большая морковь
1 очищенный от кожуры средний клубень картофеля
2 больших яйца
3 ст. л. пшеничной муки
1 ч. л. свежего тимьяна плюс немного для гарнира
1–2 ч. л. мелкой морской соли плюс больше для посыпки
Растительное масло для жарки

- 1 Разрежьте свеклу и морковь пополам и измельчите в кухонном комбайне с насадкой-теркой. Либо вручную натрите на крупной терке.
- 2 Поместите тертые овощи в большую миску. Добавьте яйца, муку, тимьян и соль.
- 3 Нагрейте около $\frac{1}{4}$ стакана растительного масла в большом сотейнике на средне-сильном огне. Сформируйте из овощной смеси маленькие «оладушки», размером на пару укусов, стараясь не выжимать из них слишком много жидкости. Обжарьте до румяной хрустящей корочки с каждой стороны, затем переложите на решетку, покрытую пергаментом для выпекания, чтобы остыли. Сразу же посыпьте щепоткой соли.
- 4 Подавайте теплыми с яблочным соусом, сметаной и небольшим количеством свежего тимьяна.



Телерграм-кана - @sliv_ot_bloggerov_3



Теләграм-канал - @sliv_or_blinov_6

Латкес из цукини и картофеля с травами

На 16–24 латкес

В персидских, сирийских и других еврейских общинах Ближнего Востока свежие травы щедро используются в качестве приправы для риса, омлетов и рагу. В этот рецепт в латкес из цукини и картофеля я добавила букет из петрушки, укропа и кинзы, но вы можете попробовать составить другую комбинацию свежей зелени, взяв, например, мяту или шнитт-лук. Для большей яркости попробуйте добавить немного выжатого лимонного сока.

2 средних очищенных от кожуры цукини
1 средний клубень картофеля
1 небольшая луковица
2 больших яйца
2–3 ст. л. пшеничной муки
1 ст. л. измельченной свежей петрушки
1 ст. л. измельченного свежего укропа
1 ст. л. измельченной свежей кинзы
1 ч. л. соли и еще немного для посыпки
¼ ч. л. свежемолотого черного перца
Дольки лимона (по желанию)
Растительное масло для жарки

- 1 Разрежьте цукини, картофель и лук пополам. Один за другим пропустите овощи через кухонный комбайн с насадкой-теркой, либо натрите на ручной терке.
- 2 Переложите измельченные овощи в большую миску. Добавьте яйца, муку, петрушку, укроп, кинзу, соль и перец.
- 3 Нагрейте около ¼ стакана растительного масла в большом сотейнике на средне-сильном огне. Сформируйте из овощной смеси латкес размером на пару укусов, стараясь не выжимать из них слишком много жидкости. Обжарьте до золотисто-коричневого цвета с каждой стороны, затем переложите на решетку, покрытую пергаментом для выпекания, чтобы остыли. Сразу же посыпьте щепоткой соли.
- 4 Подавайте латкес теплыми со сметаной или крем-фреш, сбрызните лимонным соком, по желанию.

Гравлакс со свеклой

4–6 порций

Один из моих любимых вариантов подачи картофельных латкес — с гравлаксом, лососем домашнего посола. На Хануку и Песах я всегда стараюсь приготовить нечто особенное и поэтому делаю гравлакс сама. Мне кажется, что картофельные латкес вместе с ним составляют одну из самых идеальных вкусовых пар. Соленый хрустящий картофель контрастирует с прохладной и нежной соленой рыбой, и это сочетание — просто райское!

Приготовление собственного гравлакса может показаться чем-то экзотичным и сложным, но на самом деле все просто. В рецепте, который я вам предлагаю, тертая сырая свекла придает красивый оттенок лососю, но ее можно не добавлять, если этот овощ вам не очень нравится.

1 стакан сахара
½ стакана кошерной соли
Свежемолотый черный перец
2 небольшие свеклы, очищенные
и натертые на терке
1 большой пучок укропа
Цедра 1 лимона
450 г свежего филе лосося

- 1 Соедините сахар, соль, перец, свеклу, укроп и лимонную цедру в миске.
- 2 Положите кусок пищевой пленки на противень или на блюдо. Выложите на пленку слой подготовленной смеси, чуть больше, чем кусок лосося.
- 3 Положите рыбу на смесь кожей вниз. Распределите оставшуюся смесь поверх лосося.
- 4 Плотно заверните лосося в пленку и уберите в холодильник на 3–5 дней.
- 5 Когда лосось просолится, достаньте его из холодильника и слейте жидкость. Удалите и выбросьте свекольную смесь и промойте рыбу в холодной воде. Обсушите бумажным полотенцем.
- 6 Нарезьте лосося тонкими ломтиками, не снимая кожи, и подавайте к столу.





Сырные латкес

На 4–6 порций

Картофельные латкес сегодня пользуются в Соединенных Штатах наибольшей популярностью. Однако они довольно сильно отличаются от оригинала — своего предка. На протяжении столетий латкес готовили не из картофеля, который появился в Европе только после XVI века, а из мягкого сыра. По мере того как картофель становился дешевле и доступнее для евреев Восточной Европы, сырные латкес постепенно выходили из моды.

Мои дети очень любят латкес из сыра. По вкусу они напоминают блинчики, а кто же не любит блинчики? Сырные латкес мы едим с джемом и иногда с кленовым сиропом. Я знаю, что многие семьи любят готовить их на Пасху — для этого просто достаточно вместо обычной муки использовать муку из мацы.

1 стакан творога
1 стакан сливочного сыра
1 стакан молока
2 больших яйца
1 ч. л. ванильного экстракта
или лимонной цедры
2 ст. л. сахара
1 стакан пшеничной муки
или муки из мацы
¼ ч. л. соли
1 ч. л. разрыхлителя
Растительное масло для жарки
1 ч. л. сливочного масла для жарки

- 1 Смешайте творог, сливочный сыр, молоко, яйца, ваниль или лимонную цедру в миске среднего размера.
- 2 В отдельной емкости смешайте муку, сахар, соль и разрыхлитель.
- 3 Добавьте мучную смесь в сырную смесь.
- 4 Разогрейте несколько столовых ложек растительного и сливочного масла в большом сотейнике на среднем огне.
- 5 Выкладывайте тесто объемом примерно в ¼ стакана на сковороду, чтобы сформировать латкес. Обжарьте до золотистого цвета с каждой стороны, 2–3 минуты. Латкес получатся довольно тонкими; ничего страшного! Повторите с оставшимся тестом.
- 6 Подавайте с сахарной пудрой, сахаром с корицей, сметаной или джемом.

Латкес с копченым лососем и яйцом пашот

На 4 порции

Это блюдо я люблю подавать, когда собираю небольшую компанию на поздний завтрак. Оно также идеально подходит на Песах. Для него вы можете специально сделать домашний гравлакс (с. 156), но и вариант с копченым лососем из магазина получится очень вкусным.

Если копченая рыба вам не по вкусу, вы можете заменить ее обжаренным шпинатом, беконом из индейки, козьим сыром и толстым ломтиком помидора.

Этот рецепт рассчитан примерно на четверых взрослых, но в зависимости от числа людей, которых вы собираетесь накормить, вы можете увеличить количество ингредиентов.

2 ст. л. столового уксуса
Соль
8 крупных яиц
Копченый лосось хорошего
качества или гравлакс
8 классических картофельных
латкес (с. 148), подогретых
Свежий укроп (по желанию)

- 1 Приготовьте яйца пашот.** Наполните среднюю кастрюлю водой на три четверти. Доведите до кипения. Добавьте уксус и щепотку соли.
- 2** С помощью ложки закрутите воду воронкой. Аккуратно разбейте яйцо в небольшую миску или чашку и затем медленно влейте в середину воронки, стараясь не повредить желток. Установите таймер на 3 минуты. Через 3 минуты достаньте яйцо шумовкой и выложите на бумажное полотенце или чистое кухонное полотенце. Повторите это со всеми оставшимися яйцами.
- 3** Положите ломтики копченого лосося на подогретые латкес. А сверху — яйцо пашот и веточку укропа, если любите.
- 4** Подавайте теплыми.



Теллерграм-качан - @slivko_blogerov_3

Летние латкес с кукурузой и цукини

На 10–12 штук

Эти латкес из кукурузы и цукини идеально подходят для веселого летнего ужина в будний вечер, но, разумеется, вы можете готовить их круглый год, даже если под рукой только замороженная кукуруза. Я люблю подавать их с огуречно-йогуртовым соусом цацки или с греческим йогуртом.

1 средний цукини, обрезать концы
½ ч. л. соли плюс немного для посыпки
1 крупный клубень картофеля
Зерна 2 початков свежей кукурузы
2 больших яйца
3–4 ст. л. цельнозерновой муки, небеленой
пшеничной муки либо муки из мацы
¼ ч. л. свежемолотого черного перца
Растительное масло для жарки

- 1 Натрите цукини на крупной терке и положите в миску среднего размера, добавив ¼ ч. л. соли. Оставьте на 20 минут. Через 20 минут положите измельченный цукини в чистое кухонное полотенце и отожмите сок.
- 2 Измельчите сырой картофель в кухонном комбайне или с помощью терки.
- 3 Поместите измельченный картофель, цукини, зерна кукурузы, яйца, муку, перец и оставшуюся ¼ ч. л. соли в большую миску. Все хорошенько перемешайте.
- 4 Разогрейте 2–3 ст. л. растительного масла в большом сотейнике на средне-сильном огне.
- 5 Сделайте из смеси лепешки, объемом примерно ⅓ стакана на одну.
- 6 Поджарьте до золотистого цвета и хрустящей корочки с одной стороны; это займет 3–4 минуты. Переверните и поджаривайте еще 2–3 минуты с другой стороны.
- 7 Переложите на решетку и сразу же присыпьте солью.

Сефардские оладьи с луком-пореем

На 4–6 порций

Лук-порей занимает важное место в сефардской кухне (сефарды — евреи, проживавшие на Пиренейском полуострове) и даже имеет символическое значение для еврейского Нового года. Оладушки или котлетки из лука-порея могут быть приготовлены множеством способов, ингредиенты и их пропорции варьируются в зависимости от традиции и от семьи к семье.

Я научилась готовить их у моей подруги и коллеги Сильвии Фаллас. Вместо того чтобы разминать картофель в пюре, как это делаю я, она натирает его на терке. Вы можете попробовать оба способа и выбрать, какой вам больше нравится. Вы также можете добавить мелко нарезанную свежую зелень или даже фету. Как учила меня Сильвия, оладьи с луком-пореем, или эдже в сирийской традиции, можно готовить абсолютно по-разному.

4 больших стебля лука-порея (около 900 г)
450 г картофеля, очищенного
и нарезанного ломтиками
4 больших яйца
½ стакана панировочных сухарей
или муки из мацы
1 ч. л. мелкой морской соли плюс
немного для посыпки
Растительное масло для жарки
Дольки лимона и свежая зелень
для подачи (по желанию)

- 1 Обрежьте корень и темно-зеленые части лука-порея. Надрежьте стебель по всей длине и промойте под холодной водой. Нарезьте кольцами толщиной около 1 см и замочите в большой миске с холодной водой на 5 минут.
- 2 Не сливайте воду, а достаньте из нее лук-порей руками или шумовкой и переложите на чистые кухонные полотенца. Промокните, чтобы удалить излишки воды.
- 3 Тем временем доведите до кипения небольшую кастрюлю подсоленной воды. Варите картофель в течение 7–10 минут, до готовности, — когда его можно будет легко проколоть вилкой. Слейте воду и дайте немного остыть.
- 4 Переложите картофель в большую миску и сделайте пюре. Добавьте яйца, панировочные сухари, соль и лук-порей и перемешайте.
- 5 Нагрейте около ¼ стакана растительного масла в большом сотейнике на средне-сильном огне. С помощью столовой ложки формируйте каждый оладушек и аккуратно кладите его в масло. Приплюсните лопаткой. Поджаривайте от 3 до 4 минут с каждой стороны до золотисто-коричневого цвета.
- 6 Переложите готовые оладьи на решетку, установленную поверх противня, чтобы остыли. Сразу же посыпьте щепоткой соли. Подавайте с дольками лимона и свежей зеленью, по желанию.

9

Сладости

Телёграм-канал - @sliv_ot_blogerov_3

Давайте поговорим о сладостях

Эта книга целиком посвящена еде, дарящей спокойствие, радость и теплые воспоминания. Я сладкоежка, и поэтому не могу представить себе душевное домашнее застолье, праздник или послеобеденный кофе без сладостей. В еврейской кухне, с присущим ей разнообразием традиций, существует множество фантастически вкусных печений, тортиков и конфет. Но есть три вида кондитерских изделий, которые повлияли на подборку рецептов этого раздела. Каждый из них связан для меня с ностальгическими воспоминаниями: черно-белое печенье возвращает меня в пекарню в Йонкерсе, куда я, держась за руку бабушки, входила в предвкушении любимого лакомства; радужные печенки служили украшением праздников и вечеринок, их покупала мама, а мы с братом ждали с нетерпением и старались поскорее схватить со стола; и наконец, ругелах с липкой начинкой, которую я, обвешанная множеством пакетов с подарками и угощениями, слизывала с пальцев во время походов на шук (рынок Махане Иегуда) в Иерусалиме.

Приготовление многих угощений из этого раздела в домашних условиях может по-

казаться вам сложным, но именно это и делает задачу особенной — самостоятельно справиться с рецептом всем известного черно-белого или радужного печенья. Его легко купить во многих нью-йоркских пекарнях, однако версия домашнего приготовления еще вкуснее!

Другие традиционные лакомства, такие как макарены или мандельброт, в домашнем исполнении обретают новую жизнь — неожиданные вкусы и начинки. Некоторыми десертами, такими как шоколадное печенье с фундуком, можно наслаждаться хоть каждый день, другие предназначены только для особых торжеств и праздников.

Сладости и воспоминания идут рука об руку, и у каждого человека свои истории и ассоциации. В этой книге представлена подборка рецептов печенья и десертов, которые для меня имеют особую сентиментальную ценность. Уверена, они принесут радость и в ваши будни и станут украшением праздников. Я также надеюсь, что мои рецепты дадут вам возможность добавить новые вкусы и придумать собственные интерпретации и самое важное — создать свои сладкие воспоминания.



Израильские рулеты с шоколадом и фундуком

На 24 штуки

Эти рулетики могут показаться очень похожими на ругеллах, классическое восточноевропейское печенье, тоже имеющее форму скрученного теста с начинкой. Однако и тесто, и происхождение этих сладостей — разные. Рулеты с шоколадом и фундуком — типичное печенье израильских кафе, а еще домашнее лакомство, которое многие пекут еженедельно.

Рулетики — отличное дополнение к послеобеденной чашечке чая или кофе. Это также идеальное угощение, которое можно приготовить для гостей в последнюю минуту, потому что тесто нужно отправить в холодильник всего на 20 минут, а рецепт прост, как приготовление выпечки из коробки с готовой смесью.

3 стакана небеленой пшеничной муки
2 ½ ч. л. разрыхлителя
¼ ч. л. соли
14 ст. л. сливочного масла
комнатной температуры
¼ стакана сахара
1 стакан нежирной сметаны
1 стакан шоколадно-ореховой
пасты типа «Нутеллы»
Сахарная пудра для посыпки

- 1 Смешайте муку, разрыхлитель и соль в миске среднего размера.
- 2 В отдельной емкости с помощью миксера (ручного или стационарного) взбейте сливочное масло и сахар, затем добавьте сметану и продолжайте смешивать до получения однородной массы.
- 3 Объедините мучную смесь и смесь со сметаной, замесите тесто.
- 4 Заверните тесто в пищевую пленку и положите в холодильник на 20 минут.
- 5 Разогрейте духовку до 190 °C. Разверните тесто и разделите на две равные части. (Если у вас есть весы, можете использовать их для точности.)
- 6 Раскатайте каждый кусок теста в прямоугольник размером 20 × 35 см. Равномерно распределите шоколадно-ореховую пасту по одному из прямоугольников.
- 7 Плотно сверните тесто по длинной стороне (не свободно, как для булочек с корицей или шоколадной бабки). По мере того как сворачиваете, старайтесь придавать ему форму бруска, а не ровного круглого полена. Повторите с другим куском теста.
- 8 Переложите каждый рулет на противень, застеленный пергаментом.
- 9 Острым ножом сделайте в верхней части рулетов надрезы на расстоянии 2 см друг от друга (не прорезайте насквозь). Этот шаг облегчит разрезание готовых рулетов.
- 10 Выпекайте 26–28 минут, до золотистой корочки. Для более равномерного пропекания рулеты можно переворачивать.
- 11 Достаньте из духовки и дайте немного остыть. Посыпьте со всех сторон сахарной пудрой. Используя прорези, разрежьте на порционные рулетики.

Израильские рулеты с финиками и грецким орехом

На 24 штуки

Некоторые говорят, что это печенье с начинкой из фиников и грецких орехов — ближайший родственник традиционного ближневосточного печенья маамуль, которое делают из манной крупы и украшают узорами. Купив банку готовой финиковой пасты, вы можете легко испечь это печенье. В магазинах здорового питания и на кошерных рынках есть готовая финиковая паста нескольких брендов.

Если вкус фиников вам не очень нравится, можно использовать густой инжирный джем.

3 стакана небеленой пшеничной муки
2 ½ ч. л. разрыхлителя
¼ ч. л. соли
14 ст. л. сливочного масла
комнатной температуры
¼ стакана сахара
1 стакан нежирной сметаны
1 стакан финиковой пасты
¾ стакана измельченных грецких орехов
Сахарная пудра для посыпки

- 1 Смешайте муку, разрыхлитель и соль в миске среднего размера.
- 2 В отдельной емкости с помощью миксера (ручного или стационарного) взбейте сливочное масло и сахар, затем добавьте сметану и взбивайте до получения однородной массы.
- 3 Объедините мучную смесь и массу со сметаной, замесите тесто.
- 4 Заверните тесто в пищевую пленку и положите в холодильник на 20 минут.
- 5 Разогрейте духовку до 190 °С. Застелите бумагой для выпечки два противня.
- 6 Разверните тесто и разделите на две равные части. (Если у вас есть весы, можете использовать их для точности.)
- 7 Раскатайте каждый кусок теста в прямоугольник размером 20 × 35 см.
- 8 Равномерно распределите финиковую пасту и орехи по одному из прямоугольников.
- 9 Плотно сверните тесто по длинной стороне (не свободно, как для булочек с корицей или шоколадной бабки). По мере того как сворачиваете, старайтесь придавать ему форму бруска, а не ровного круглого полена. Повторите с другим куском теста.
- 10 Переложите каждый рулет на подготовленный противень.
- 11 Острым ножом сделайте в верхней части длинных рулетов надрезы на расстоянии 2 см друг от друга (только сверху, не прорезайте насквозь). Этот шаг облегчит разрезание готовых рулетов.
- 12 Выпекайте 26–28 минут, до золотистой корочки. Для более равномерного пропекания рулеты можно переворачивать.
- 13 Достаньте из духовки и дайте немного остыть. Посыпьте со всех сторон сахарной пудрой. Затем прорежьте надрезы до конца, чтобы разделить большие рулеты на порционные.





Telegram-канал - @slonimskiy_3

Черно-белое печенье

На 12–18 штук

Если вы росли в Нью-Йорке и его окрестностях, то знаете — черно-белое печенье можно найти повсюду: в супермаркетах, магазинчиках, где торгуют бейглами, и в пекарнях. Существуют две конкурирующие теории его происхождения. Одни говорят, что черно-белое печенье было изобретено в пекарне Glaser's Bakery в Верхнем Ист-Сайде на Манхэттене. Другие убеждены, что «полумесяцы» родом из города Ютика в штате Нью-Йорк. Как бы то ни было, считается, что это печенье немецкого либо голландского происхождения, и оно стало синонимом Нью-Йорка.

По этому рецепту можно сделать очень крупные печенье, но в этом случае их получится меньше. Я предпочитаю делать печенье меньшего размера, используя ложечку для печенья диаметром 5 см, — чем больше печенье, тем веселее!

Если вы научитесь делать печенье сами, вы вряд ли захотите покупать его в магазине.

Для печенья:

1 ¼ стакана небеленой пшеничной муки
½ ч. л. пищевой соды
⅓ ч. л. разрыхлителя
½ ч. л. соли
⅓ стакана пахты или ⅓ стакана цельного молока + 1 ч. л. свежего лимонного сока (дать постоять 5 минут)
½ ч. л. ванильного экстракта
Цедра 1 лимона (около 2 ч. л.)
5 ст. л. сливочного масла комнатной температуры
½ стакана сахарного песка
1 большое яйцо

Для глазури:

1 ст. л. кукурузного сиропа (или сиропа глюкозы)
1 ч. л. ванильного экстракта
¼ стакана + 2 ч. л. цельного молока
2 стакана (260 г) просеянной сахарной пудры
3 ст. л. алкализованного какао-порошка

- 1 Приготовьте печенье.** Разогрейте духовку до 175 °С. Положите на два противня пергамент для выпечки или силиконовые коврики.
- 2** Смешайте муку, пищевую соду, разрыхлитель и соль в средней миске.
- 3** Перемешайте пахту, ваниль и лимонную цедру в мерном стакане или небольшой миске.
- 4** В отдельной емкости с помощью ручного либо стационарного миксера с насадкой-венчиком взбивайте вместе сливочное масло и сахарный песок около 3 минут, пока смесь не посветлеет и не станет пышной. Добавьте яйцо и снова перемешайте.
- 5** Попеременно добавляйте мучную смесь и пахту в масляную смесь, перемешивая на низкой скорости, пока тесто не станет однородным и гладким.
- 6** Используя ложечку для печенья диаметром 5 см или округлую столовую ложку, выложите горки из теста на противень на расстоянии около 5 см друг от друга. Окуная указательный палец в воду, разгладьте каждое печенье, придавая ему круглую форму.
- 7** Выпекайте 10–12 минут, пока печенье немного не поднимется и не подрумянится (проверьте нижнюю сторону одного печенья — не подгорает ли — примерно через 8 минут).
- 8** Снимите печенье с противня и выложите на решетку, дайте остыть в течение примерно 1 часа, прежде чем украшать глазурью.

продолжение рецепта

Примечание. Альтернативный вариант: после приготовления белой глазури покройте ею верх печенья целиком. Пока глазурь на печенье будет застывать, добавьте в оставшуюся глазурь 2 ч. л. молока и какао-порошок. У вас получится глазурь шоколадного цвета. Нанесите ее на половинку каждого печенья, чтобы сверху получились два полукруга контрастного цвета.

- 9 Приготовьте айсинг — глазурь для печенья.** Перемешайте кукурузный сироп, ваниль и $\frac{1}{4}$ стакана молока в небольшой миске до однородности. Добавьте просеянную сахарную пудру и перемешайте венчиком до гладкости. Переложите половину глазури в другую миску и смешайте ее с какао-порошком и оставшимися 2 ч. л. молока (консистенция и той и другой глазури должна быть примерно одинаковой, добавляйте молоко по мере необходимости). Другой способ — см. в примечании.
- 10 Чтобы покрыть печенье глазурью,** переверните его нижней стороной вверх. Всегда начинайте с белой глазури. С помощью ложки или ножа намажьте глазурью половинку каждого печенья. Дайте ей застыть, а затем повторите, добавляя шоколадную глазурь рядом с белой так, чтобы у вас получилось два контрастных полукруга. Чтобы нанести глазурь поровнее, прикрывайте половину печенья скребком для теста или пергаментом и намазывайте белую глазурь на незакрытую часть, используя маленькую кулинарную лопатку. Оставьте на 15 минут. Когда глазурь застынет, покройте вторую половину печенья шоколадной глазурью. Оставьте еще на 10–15 минут до подачи.
- 11** Храните в герметичном контейнере в течение 2–3 дней.



Кокосовые макаруны

На 12 штук

Макаруны приобрели довольно плохую репутацию. Невозможно найти кошерный отдел супермаркета без этих банок с сухими, похожими на опилки печеньями. А между тем кокосовые макаруны печь очень просто и быстро, и получается действительно вкусная сладость на Песах и для любого другого праздника.

Для печенья:

- 2 белка крупных яиц
- 2 стакана подслащенной кокосовой стружки
- ½ стакана измельченного миндаля
- ⅓ стакана сахара
- 1 ч. л. ванильного экстракта
- ¼ ч. л. соли

- 1 Приготовьте печенье.** Разогрейте духовку до 175 °C. Застелите противень пергаментом.
- 2** Смешайте яичные белки, кокосовую стружку и миндаль в большой миске. Добавьте сахар, ваниль и соль и перемешайте. Используя ложечку для печенья, выложите горочки подготовленной смеси на противень на расстоянии около 5 см друг от друга.
- 3** Выпекайте примерно 15 минут, до образования хрустящей корочки.
- 4** Достаньте из духовки и дайте полностью остыть.



Instagram-канал - @sliv_ot_bloggerov

Макаруны с шоколадными «каплями»

На 12 штук

Простое добавление шоколадных «капель» выведет ваши кокосовые макаруны на новый уровень. Обмакните их в шоколад или полейте им их, чтобы сделать печенье еще интереснее. Это совсем не те макаруны, которые продаются в супермаркете!

Для печенья:

- 2 белка крупных яиц
- 2 стакана подслащенной кокосовой стружки
- ½ стакана измельченного миндаля
- 3 ст. л. мелких шоколадных «капель»
- ⅓ стакана сахара
- 1 ч. л. ванильного экстракта
- ¼ ч. л. соли

Для шоколадной глазури:

- ½ стакана «капель» темного шоколада
- ½ ч. л. растительного или кокосового масла

- 1 Приготовьте печенье.** Разогрейте духовку до 175 °C. Застелите противень пергаментом.
- 2** Смешайте белки, кокосовую стружку и миндаль в большой миске. Добавьте сахар, ваниль, соль и перемешайте. Используя ложку для печенья, выложите горочки подготовленной смеси на противень на расстоянии около 5 см друг от друга
- 3** Выпекайте примерно 15 минут, до образования хрустящей корочки.
- 4** Достаньте из духовки и дайте полностью остыть.
- 5 Приготовьте глазурь.** В миске для микроволновой печи соедините шоколадные «капли» и масло. Поставьте миску в микроволновку на 30 секунд, затем достаньте и аккуратно перемешайте содержимое. Повторяйте, пока шоколад полностью не растопится.
- 6** Полейте печенье растопленным шоколадом или окуните нижнюю часть в растопленный шоколад. Выложите на пергамент, чтобы шоколад полностью застыл перед подачей.

Кокосовые макаруны с радужной посыпкой

На 12 штук

Яркие макаруны с радужной посыпкой точно вызовут у вас улыбку.

Существуют определенные марки кошерных посыпок на Песах, в том числе Lieber's и Oh! Nuts, которые можно заказать через Интернет.

Для печенья:

- 2 белка
- 2 стакана подслащенной кокосовой стружки
- ½ стакана измельченного миндаля
- ⅓ стакана сахара
- 1 ч. л. ванильного экстракта
- ¼ ч. л. соли
- 3 ст. л. разноцветной посыпки для основы печенья и еще немного для украшения (по желанию)

Для шоколадной глазури:

- ½ стакана «капель» белого шоколада или плитка, нарезанная кусочками
- ½ ч. л. растительного или кокосового масла

- 1 Приготовьте печенье.** Разогрейте духовку до 175 °С. Застелите противень пергаментом.
- 2** Смешайте белки, кокосовую стружку и миндаль в большой миске. Добавьте сахар, ваниль, соль и разноцветную посыпку и перемешайте. Используя ложечку для печенья, выложите горочки подготовленной смеси на противень на расстоянии около 5 см друг от друга.
- 3** Выпекайте около 15 минут до образования хрустящей корочки.
- 4** Достаньте из духовки и дайте полностью остыть.
- 5 Приготовьте глазурь.** В миске для микроволновой печи соедините шоколадные «капли» и масло. Поставьте миску в микроволновку на 30 секунд, затем достаньте и аккуратно перемешайте содержимое. Повторяйте, пока шоколад полностью не растопится.
- 6** Полейте печенье растопленным белым шоколадом и украсьте еще посыпкой, если хотите. Выложите на пергамент, чтобы шоколад полностью застыл перед подачей.



Терентьев-качанг - https://t.me/terentev_blogerov

Кокосовые макаруны с арахисовой пастой и шоколадом

На 24 штуки

Если скрестить шоколадный батончик с кокосовым макаруном, то получится именно это лакомство. Вы можете заменить арахисовую пасту любой ореховой. А если хотите, чтобы получилось не очень сладко, возьмите вместо подслащенной кокосовой стружки несладкую. Для большой компании удвойте количество ингредиентов.

Для печенья:

2 $\frac{3}{4}$ стакана подслащенной кокосовой стружки
 $\frac{1}{4}$ стакана кокосовой или миндальной муки
 $\frac{1}{4}$ ч. л. мелкой морской соли
 200 г сгущенного молока
 1 большое яйцо
 1 ч. л. ванильного экстракта
 $\frac{3}{4}$ стакана арахисовой пасты
 Кулинарный спрей

Для топинга:

$\frac{1}{2}$ стакана «капель» темного шоколада
 $\frac{1}{2}$ ч. л. растительного или кокосового масла
 Рубленый соленый арахис (по желанию)
 Крупная морская соль (по желанию)

- 1 Приготовьте печенье.** Разогрейте духовку до 175 °C. Застелите противень пергаментом или используйте силиконовый коврик для выпечки.
- 2** Перемешайте кокосовую стружку, муку и мелкую морскую соль в большой миске. В другой миске смешайте сгущенное молоко, яйцо, ваниль и арахисовое масло.
- 3** Объедините обе смеси и хорошенько перемешайте.
- 4** Сбрызните кулинарным спреем внутреннюю часть ложечки для печенья диаметром около 5 см. Зачерпните тесто и выложите горочки на расстоянии около 2,5 см друг от друга на противень с пергаментом.
- 5** Выпекайте печенье 12–14 минут, пока корочка не подрумянится.
- 6** Достаньте из духовки и дайте полностью остыть.
- 7 Приготовьте топинг.** В миске для микроволновой печи соедините шоколад и масло. Поставьте миску в микроволновку на 30 секунд, затем достаньте и аккуратно перемешайте содержимое. Повторяйте, пока шоколад полностью не растопится.
- 8** Полейте печенье растопленным шоколадом и посыпьте измельченным арахисом или крупной морской солью, по желанию. Дайте шоколаду застыть перед подачей.

Ругелах по-израильски, на дрожжах (два варианта)

На 24–30 штук

Ругелах — еврейская сладость, которая за время путешествия из Европы в Америку, а потом в Израиль видоизменялась. В американской версии стали использовать сливочный сыр, и получилось быстрое и простое печенье. В израильской версии сохранилось дрожжевое тесто, но при этом само кондитерское изделие получилось вполне в европейском стиле.

Рецепт потребует внимания к тонкостям, но результат получится превосходным — нежным, сладким, немного тягучим.

Вы можете выбрать начинку по своему вкусу: шоколадную или с корицей.

Для теста:

3 ч. л. активных сухих дрожжей
1 стакан молока комнатной температуры
1 большое яйцо
¼ стакана сахарного песка
5 ст. л. растопленного сливочного масла
4 стакана небеленой пшеничной муки
¼ ч. л. соли
Кулинарный спрей или растительное масло для смазывания миски

Для шоколадной начинки:

12 ст. л. (170 г) сливочного масла комнатной температуры
½ стакана несладкого какао-порошка
½ стакана сахарной пудры
½ ч. л. молотой корицы
¼ ч. л. мелкой морской соли

Для начинки с корицей:

12 ст. л. (170 г) сливочного масла комнатной температуры
1 ½ стакана сахарного песка
2 ст. л. пшеничной муки
2 ст. л. молотой корицы
¼ ч. л. соли

Для сиропа:

½ стакана сахарного песка
½ стакана воды
1 ч. л. ванильного экстракта (по желанию)

- 1 Застелите противень пергаментом или силиконовым ковриком для выпечки. Отставьте в сторону.
- 2 **Приготовьте тесто.** Смешайте дрожжи, молоко, яйцо, сахарный песок, растопленное масло, муку и соль в миксере с насадкой-крюком. Вымешивайте на средней и высокой скорости в течение 3–5 минут, пока тесто не станет гладким и не будет легко отставать от стенок миски.
- 3 Переложите тесто в миску, смазанную кулинарным спреем или маслом, и накройте пищевой пленкой. Оставьте подниматься в теплом месте на 1 час.
- 4 **Приготовьте начинку по своему вкусу.** Смешайте все ингредиенты в миске среднего размера.
- 5 **Сделайте ругелах.** Разделите тесто на две равные части. (Если вам трудно прикинуть на глаз, как и мне, используйте кухонные весы.)
- 6 Раскатайте каждый кусок в прямоугольник размером примерно 30 × 40 см.
- 7 Равномерно распределите начинку по всему прямоугольнику. Сложите пополам.
- 8 Разрежьте получившуюся полосу на треугольники с основанием 5–6 см и вершиной на противоположной стороне теста так, чтобы получилось чередование треугольников, «смотрящих» вверх и вниз.
- 9 Возьмитесь за основание треугольника и начинайте его сворачивать. Положите острым уголком вниз, на подготовленный противень. Таким образом приготовьте печенье из всего теста.
- 10 Оставьте ругелах подниматься еще на 45–60 минут.
- 11 **Приготовьте сироп.** Смешайте сахар с водой в небольшой кастрюле и доведите до кипения. Уменьшите огонь до среднего и варите, пока сахар не растворится. Снимите с огня и отставьте в сторону.
- 12 Разогрейте духовку до 175 °C.



Примечание. Каждой начинки хватит на целую партию ругелак. Вы можете уменьшить количество ингредиентов начинок вдвое, чтобы приготовить оба варианта – половину с корицей и половину с шоколадом.

- 13** Выпекайте ругелах 20–25 минут до золотисто-коричневого цвета сверху.
- 14** Как только достанете печенье из духовки, смажьте его сахарным сиропом с помощью кисточки. Не бойтесь переборщить – все впитается.

продолжение рецепта



Мандельброт с ирисками и шоколадом

На 24 штуки

Если вы сладкоежка, вам понравится этот хрустящий мандельброт — «миндальный хлеб» — с кусочками ирисок и шоколада. Вместо ирисок можно крошить в тесто леденцы.

3 стакана небеленой пшеничной муки
2 ч. л. разрыхлителя
½ ч. л. мелкой морской соли
¾ стакана сахарного песка
¼ стакана светло-коричневого сахара
16 ст. л. (225 г) растопленного сливочного масла или 1 стакан растительного
3 больших яйца
1 ч. л. ванильного экстракта
½ ч. л. миндального экстракта (по желанию)
1 стакан кусочков ирисок
1 стакан «капель» или кусочков темного шоколада

- 1 Смешайте в миске муку, разрыхлитель и соль.
- 2 В миксере с насадкой-лопаткой взбейте растопленное масло и сахар до получения кремообразной гладкой массы. Добавьте яйца, ваниль и миндальный экстракт (если используете). Порциями всыпьте мучную смесь, перемешивая до однородности.
- 3 Добавьте в тесто шоколад и ириски. Сформируйте из теста лепешку и заверните ее в пищевую пленку. Уберите в холодильник минимум на 1–2 часа, чтобы оно охладилось и стало плотнее.
- 4 Когда тесто будет готово к выпеканию, разогрейте духовку до 175 °С. Застелите два противня пергаментом или положите на них силиконовые коврики для выпечки.
- 5 Разделите тесто на две равные части, сформируйте из каждой брусок шириной около 5 см, длиной 33 см и высотой 2,5 см и выложите на подготовленные противни.
- 6 Выпекайте 25 минут или до золотистого цвета. Достаньте из духовки и дайте остыть на противнях.
- 7 Уменьшите температуру духовки до 120 °С.
- 8 Когда брусочки остынут, острым ножом-пилкой разрежьте их по диагонали на ломтики толщиной около 2 см.
- 9 Выложите ломтики обратно на противни. Поставьте в духовку и выпекайте, пока на них не образуется хрустящая корочка, от 35 до 40 минут.
- 10 Достаньте печенье из духовки и дайте остыть перед подачей.



Терепав-кешант - @slix_ot_bloggerov_3

Мандельброт с шоколадом и орехами

На 24 штуки

В чем разница между мандельбротом и бискотти? Марси Голдман в своей классической книге «Сокровищница еврейской праздничной выпечки» (A Treasury of Jewish Holiday Baking) пишет, что только в том, кто их подает – Нонна или Баббе. Итальянская кухня во многом повлияла на еврейскую, и то же самое касается влияния еврейских блюд на кухню итальянцев, поэтому неудивительно, что эти лакомства настолько похожи. Бискотти чаще пекут со сливочным, а не растительным маслом, в то время как мандельброт обычно готовят без молочных продуктов, чтобы его можно было есть после мяса тем, кто соблюдает кашрут.

Для этого рецепта можно использовать сливочное либо растительное масло или немолочный маргарин.

Мне нравится добавлять в мандельброт шоколадные мини-«капли» или мелко порубленный шоколад, но вы можете взять любой шоколад на свое усмотрение.

3 стакана небеленой пшеничной муки
2 ч. л. разрыхлителя
½ ч. л. мелкой морской соли
¾ стакана сахарного песка
¼ стакана светло-коричневого сахара
16 ст. л. (225 г) растопленного сливочного
или растительного масла
3 больших яйца
1 ч. л. ванильного экстракта
½ ч. л. миндального экстракта (по желанию)
1 стакан измельченного молочного
или темного шоколада
1 стакан измельченных грецких
орехов или миндаля

- 1 Смешайте муку, разрыхлитель и соль в большой миске.
- 2 В миксере с насадкой-лопаткой взбейте растопленное масло и сахар до получения кремообразной гладкой массы. Добавьте яйца, ваниль и миндальный экстракт (если используете). Порциями всыпьте мучную смесь в масляную, перемешивая до однородности.
- 3 Добавьте в тесто шоколад и орехи. Сформируйте из теста лепешку и заверните в пленку. Поместите в холодильник минимум на 1–2 часа, чтобы оно охладилось и стало плотнее.
- 4 Когда тесто будет готово к выпеканию, разогрейте духовку до 175 °C. Застелите два противня пергаментом или положите на них силиконовые коврики для выпечки.
- 5 Разделите тесто на две равные части, сформируйте из каждой из них брусок шириной около 5 см, длиной 33 см и высотой 2,5 см и выложите на подготовленные противни.
- 6 Выпекайте 25 минут или до золотистого цвета. Достаньте из духовки и дайте остыть на противнях.
- 7 Уменьшите температуру в духовке до 120 °C.
- 8 Когда брусочки теста остынут, острым ножом с зубчиками разрежьте их по диагонали на ломтики толщиной около 2 см.
- 9 Поместите ломтики обратно на листы для выпекания. Поставьте в духовку и выпекайте до тех пор, пока на них не образуется хрустящая корочка, от 35 до 40 минут.
- 10 Достаньте печенье из духовки и дайте остыть перед подачей на стол.



Мандельброт с радужной посыпкой

На 24 штуки

Кому-то мандельброт кажется немного старомодным, скучным и даже суховатым. Но такие красочные сладкие мандельбротики далеки от этого стереотипа. Их можно полить белым шоколадом и украсить разноцветной посыпкой — для яркой и веселой подачи на стол.

Для теста:

3 стакана небеленой пшеничной муки
2 ч. л. разрыхлителя
½ ч. л. мелкой морской соли
¾ стакана сахарного песка
¼ стакана светло-коричневого сахара
16 ст. л. (225 г) растопленного сливочного
или растительного масла
3 больших яйца
1 ч. л. ванильного экстракта
½ ч. л. миндального экстракта (по желанию)
1 стакан радужной посыпки плюс
немного для топинга (по желанию)
½ стакана «капель» белого шоколада
½ стакана разноцветных
драже для печенья

Для белой шоколадной глазури:

1 стакан «капель» или кусочков
белого шоколада
1 ст. л. растительного или кокосового масла

- 1 Приготовьте тесто.** Смешайте муку, разрыхлитель и соль в большой миске.
- 2** В миксере с насадкой-лопаткой взбейте растопленное масло и сахар до получения кремообразной гладкой массы. Добавьте яйца, ваниль и миндальный экстракт (если используете). Порциями всыпьте мучную смесь в масляную, перемешивая до однородности.
- 3** Добавьте в тесто шоколад, посыпку и драже. Сформируйте из теста лепешку и заверните в пленку. Поместите в холодильник минимум на 1–2 часа, чтобы оно охладилось и стало плотнее.
- 4** Когда тесто будет готово к выпеканию, разогрейте духовку до 175 °С. Застелите два противня пергаментом или положите на них силиконовые коврики для выпекания.
- 5** Разделите тесто на две равные части, сформируйте из каждой брусок шириной около 5 см, длиной 33 см и высотой 2,5 см и выложите на подготовленные противни.
- 6** Выпекайте 25 минут или до золотистого цвета. Достаньте из духовки и дайте остыть на противнях.
- 7** Уменьшите температуру духовки до 120 °С.
- 8** Когда брусочки теста остынут, острым ножом с зубчиками разрежьте их по диагонали на ломтики толщиной около 2 см.
- 9** Поместите ломтики обратно на листы для выпекания. Поставьте в духовку и выпекайте до тех пор, пока на них не образуется хрустящая корочка, от 35 до 40 минут.
- 10** Достаньте печенье из духовки и дайте остыть перед подачей на стол.
- 11 Приготовьте глазурь.** Поместите белый шоколад и масло в небольшую миску, которую можно использовать в микроволновой печи. Поставьте миску в микроволновку на 30 секунд, затем достаньте и аккуратно перемешайте содержимое. Повторяйте, пока шоколад полностью не растопится.
- 12** Полейте печенье белым шоколадом и, если хотите, украсьте разноцветной посыпкой.

Маца с карамелью

На 10–12 порций

Для многих американских еврейских семей Песах — не Песах без мацы с карамелью. Почти каждая семья, которую я знаю, ее готовит. Отчасти потому, что это очень вкусно, а отчасти потому, что это довольно простой рецепт десерта. Я, разумеется, тоже люблю экспериментировать с ним, добавляя посыпки, сухофрукты, орехи и даже кокосовую стружку для создания интересных вариаций.

4 листа мацы
16 ст. л. (225 г) сливочного
масла или маргарина
1 стакан темно-коричневого сахара
1 ¼ стакана «капель» темного шоколада
¼ ч. л. мелкой морской соли
½ стакана «капель» белого
шоколада (по желанию)
1 ½ ч. л. растительного или кокосового
масла (по желанию)

Идеи топингов для мацы с карамелью

- Разноцветная посыпка
- Измельченные фисташки
и сушеная клюква
- Измельченные орехи макадамия
и сушеный ананас или хлопья кокоса
- Морская соль хлопьями
(например, молдонская)
- Рубленые орехи pekan

- 1 Разогрейте духовку до 190 °C. Застелите противень пергаментом.
- 2 Разложите мацу в один слой на пергаменте. Разломайте ее на мелкие кусочки и распределите, чтобы полностью заполнить противень. Отодвиньте в сторону.
- 3 Растопите, постоянно помешивая, сливочное масло и коричневый сахар в небольшой кастрюле на среднем огне. Как только смесь закипит, варите еще несколько минут, пока масса не загустеет и не начнет отделяться от стенок. Снимите с огня.
- 4 Вылейте получившуюся смесь на мацу, аккуратно распределяя ее лопаточкой, чтобы покрыть все равномерным слоем.
- 5 Поставьте противень с мацой в духовку и убавьте нагрев до 175 °C. Выпекайте 15 минут, время от времени проверяя, чтобы убедиться, что маца не подгорает.
- 6 Минут через 15 на покрывающем мацу сладком слое начнут появляться пузырьки и он приобретет золотисто-коричневый цвет. Достаньте из духовки. Посыпьте мацу шоколадными каплями. Верните в духовку на 3 минуты или пока шоколад слегка не растает. Распределите его лопаточкой.
- 7 Пока шоколад не застыл, самое время добавить любые ингредиенты для топинга (см. идеи слева).
- 8 **Необязательный шаг.** Поместите белый шоколад и масло в небольшую миску, которую можно использовать в микроволновой печи. Поставьте миску в микроволновку на 30 секунд, затем достаньте и аккуратно перемешайте содержимое. Повторяйте, пока шоколад полностью не растопится. С помощью вилки нанесите белый шоколад на мацу. Затем добавьте любые варианты топинга.





Яблочный крамбл с тахини

На 6–8 порций

Когда наступает еврейский Новый год, на многих ашкеназских столах можно увидеть яблочный или медовый торт, поскольку мед и яблоки — обычные ингредиенты для блюд на Рош ха-Шана. Но ни один из этих десертов не вызывает у меня особого восторга. А вот крамблы с фруктами — мой «дежурный» десерт в течение всего года: готовятся они легко и быстро, и почти всегда у меня в холодильнике или в морозильной камере лежат фрукты, которые идеально подойдут для этого уютного десерта.

Яблоки — традиционный ингредиент, с которым восточноевропейские евреи встречают Новый год. Но так как еврейский Новый год часто приходится на конец лета, то для этого блюда можно использовать также персики, сливы, ягоды или любые другие фрукты, которые вы любите. Кунжутная паста тахини и йеменская смесь специй для кофе добавит немного экзотики, если вы любите необычные вкусы. Но можете придумать что-то свое!

Кулинарный спрей или растительное масло для смазывания формы для выпечки

Для фруктового слоя:

7 или 8 средних яблок, очищенных от кожуры, сердцевин и нарезанных кусочками примерно по 2 см (примерно 6 стаканов нарезанных яблок)

½ стакана сахарного песка

1 ст. л. кукурузного крахмала

1 ч. л. молотой корицы, пряностей для тыквенного пирога или йеменской смеси специй для кофе (рецепт см. ниже)

Сок ½ лимона

Для крамбла:

1 ¼ стакана небеленой пшеничной муки

½ стакана светло-коричневого сахара

¼ стакана сахарного песка

¼ ч. л. соли

½ ч. л. молотой корицы

½ стакана овсяных хлопьев (обычных, не быстрого приготовления)

6 ст. л. растопленного сливочного масла

¼ стакана тахини

Для подачи (по желанию):

Ванильное мороженое или свежие взбитые сливки

Рассыпчатая халва

1 Разогрейте духовку до 175 °C. Сбрызните форму для выпечки размером 23 × 27 см кулинарным спреем или смажьте маслом.

2 Приготовьте фруктовый слой. Смешайте яблоки, сахарный песок, кукурузный крахмал, корицу и лимонный сок в большой миске.

3 Приготовьте крамбл. Смешайте все ингредиенты в отдельной миске с помощью деревянной ложки: компоненты должны распределиться равномерно, но в тесте могут оставаться комочки.

4 Выложите яблочную смесь ровным слоем в подготовленную форму для выпечки.

5 Равномерно насыпьте крамбл, чтобы все фрукты были прикрыты тестом.

6 Выпекайте, не накрывая крышкой, в течение 45–60 минут, пока яблочная смесь не начнет закипать, а крошки сверху не станут золотисто-коричневыми. Если кажется, что крамбл слишком быстро темнеет, накройте форму фольгой.

7 Подавайте крамбл теплым или комнатной температуры с ванильным мороженым или свежими взбитыми сливками, по желанию, посыпав халвой.

продолжение рецепта

Йеменская смесь специй (хаваедж) для кофе

На $\frac{1}{4}$ стакана

Хаваедж для кофе — это йеменская приправа, которая стала популярной во всем Израиле. На самом деле существует два варианта хаваеджа: один для супа, более пикантный (с. 22), а другой — для кофе. Он также отлично подходит для выпечки. Попробуйте добавить его в печенье, мандельброт, кофейный кекс, шоколадную бабку или яблочный крамбл (с. 191).

- 1 ч. л. молотой корицы
- 1 ч. л. молотого кардамона
- 1 ч. л. молотого имбиря
- 1 ч. л. свеженатертого мускатного ореха
- 1 ч. л. молотой гвоздики

- 1 Смешайте ингредиенты в небольшой миске.
- 2 Храните в герметичном контейнере.

Фруктовый кранбл на Песах

На 6–8 порций

Это однозначно десерт, но мне доводилось готовить это блюдо и подавать его с греческим йогуртом и на завтрак. Если вы хотите исключить глютен, можете взять миндальную или другую безглютеновую муку.

Кулинарный спрей или растительное масло для смазывания формы для выпечки

Для фруктового слоя:

6–8 стаканов свежих или замороженных фруктов (персики, яблоки, ягоды или их смесь)
 ½ стакана сахарного песка
 1 ст. л. кукурузного или картофельного крахмала (по желанию)
 1 ч. л. молотой корицы
 Сок ½ лимона

Для кранбла:

½ стакана миндальной муки
 ½ стакана муки из мацы
 ¼ ч. л. морской соли
 ⅔ стакана светло-коричневого сахара
 1 стакан измельченных орехов: миндаля, грецких орехов или их смесь
 4 ст. л. (½ стакана) растопленного сливочного масла или маргарина
 Ванильное мороженое для подачи (по желанию)

- 1 Разогрейте духовку до 175 °C. Сбрызните форму для выпечки размером 23 × 27 см кулинарным спреем или смажьте маслом.
- 2 **Приготовьте фруктовый слой.** Смешайте фрукты, сахарный песок, кукурузный крахмал (если используете), корицу и лимонный сок в большой миске.
- 3 **Приготовьте кранбл.** Смешайте все ингредиенты в отдельной миске с помощью деревянной ложки: компоненты должны распределиться равномерно, но в тесте могут оставаться комочки.
- 4 Выложите фруктовую смесь ровным слоем в подготовленную форму для выпечки.
- 5 Равномерно насыпьте кранбл поверх фруктов, чтобы все они были прикрыты тестом.
- 6 Выпекайте, не накрывая крышкой, 45–60 минут, пока фруктовая смесь не начнет закипать, а крошки сверху не станут золотисто-коричневыми. Если кажется, что кранбл слишком быстро темнеет, накройте форму фольгой.
- 7 Подавайте кранбл теплым или комнатной температуры с ванильным мороженым (по желанию).



Радужные пирожные

На 8–10 порций

Трехслойные и трехцветные пирожные на самом деле по происхождению не еврейские, а итальянские, красный, белый и зеленый — отсылка к цветам итальянского флага. Но трудно найти кошерную пекарню или представить еврейский кидуш* без них. С этой нежной миндальной выпечкой еврейских иммигрантов в Нью-Йорке познакомили их итальянские соседи. Если все сделано правильно, это просто совершенство — одно из самых ностальгических блюд для моей семьи.

Кулинарный спрей или растительное масло
для смазывания форм для выпечки

Пшеничная мука для посыпки

Для коржей:

4 больших яйца

1 стакан сахара

115 г марципана, раскрошенного на
кусочки или измельченного в кухонном
комбайне в течение 30 секунд

16 ст. л. (225 г) растопленного
сливочного масла

1 стакан небеленой пшеничной муки

½ ч. л. соли

½ ч. л. ванильного экстракта

Красный и зеленый пищевые красители
(около 8 капель каждого)

Для шоколадной глазури:

1 стакан «капель» темного шоколада

1 ст. л. шортенинга или
растительного масла

Щепотка соли

Для начинки:

Малиновый или абрикосовый джем

Специальное оборудование:

Три квадратные формы для
выпекания 20 × 20 см

Кухонные весы

Кулинарная лопатка

Острый нож

* Кидуш (евр. קידוש) — еврейский обряд освящения, производимый над бокалом вина. Совершается перед вечерними и утренними трапезами шабата и праздников. — Прим. перев.

1 Разогрейте духовку до 175 °С. Сбрызните три квадратные формы для выпекания кулинарным спреем или смажьте маслом. Застелите каждую пергаментом, снова смажьте маслом и слегка присыпьте мукой. Постучите по каждой форме, чтобы удалить излишки муки.

2 **Приготовьте коржи.** С помощью ручного или стационарного миксера с насадкой-венчиком смешайте яйца и сахар до получения густой желтой массы. Добавьте раскрошенный марципан и перемешайте.

3 Добавьте растопленное масло, муку, соль и ваниль.

4 Взвесьте тесто и разделите его на три равные части. В одну порцию теста добавьте зеленый пищевой краситель, во вторую — красный, а третью оставьте белой.

5 Вылейте одну порцию теста в подготовленную форму. Повторите то же самое с двумя другими партиями и подготовленными формами. Выпекайте 8–9 минут, пока тесто не подрумянится и не перестанет быть влажным в середине.

6 Достаньте коржи из духовки и дайте им полностью остыть на решетке.

7 **Приготовьте глазурь.** В миске для микроволновой печи соедините шоколад, шортенинг и соль. Поставьте миску в микроволновку на 30 секунд, затем достаньте и энергично перемешайте содержимое, чтобы не было комков.

8 Положите лист пергамента на блюдо или противень. Выложите красный корж на пергамент. Намажьте тонким слоем малинового джема. Сверху положите белый корж. Добавьте еще тонкий слой малинового джема. Сверху положите зеленый корж.

9 Аккуратно нанесите половину шоколадной глазури. Уберите заготовку в холодильник на 15–20 минут, пока глазурь не застынет полностью.

10 Переверните заготовку и нанесите оставшуюся шоколадную глазурь на другую сторону. Снова поставьте в холодильник на 30 минут или на ночь.

11 С помощью острого ножа разрежьте заготовку на прямоугольные пирожные.

Радужные пирожные на Песах

На 8–10 порций

Эти радужные пирожные настолько вкусные, что никто и не догадается, что они чем-то отличаются от тех, которые печете в течение всего года. Их можно приготовить заранее и хранить несколько дней в герметичном контейнере.

Кулинарный спрей или растительное масло
для смазывания форм для выпекания
Пшеничная мука для посыпки форм

Для коржей:

4 больших яйца
1 стакан сахара
115 г марципана, раскрошенного
или измельченного в кухонном
комбайне в течение 30 секунд
16 ст. л. (225 г) растопленного
сливочного масла
½ стакана миндальной муки
½ стакана муки из мацы
½ ч. л. соли
½ ч. л. ванильного экстракта
Красный и зеленый пищевые красители
(около 8 капель каждого)

Для шоколадной глазури:

1 стакан «капель» темного шоколада
1 ст. л. шортенинга или
растительного масла
Щепотка соли

Для начинки:

Малиновый или абрикосовый джем

Специальное оборудование:

Три квадратные формы для
выпечки 20 × 20 см
Кухонные весы
Кулинарная лопаточка
Острый нож

- 1 Разогрейте духовку до 175 °C. Сбрызните три формы для выпечки кулинарным спреем или смажьте маслом. Выстелите дно каждой формы пергаментом, снова смажьте маслом и слегка присыпьте мукой. Постучите по каждой форме, чтобы удалить излишки муки.
- 2 **Приготовьте коржи.** С помощью ручного или стационарного миксера с насадкой-венчиком смешайте яйца и сахар до получения густой желтой массы. Добавьте раскрошенный марципан и перемешайте.
- 3 Добавьте растопленное масло, муку, соль и ваниль.
- 4 Взвесьте тесто и разделите его на три равные части. В одну порцию теста добавьте зеленый пищевой краситель, во вторую — красный, а третью оставьте белой.
- 5 Вылейте одну порцию теста в подготовленную форму. Повторите то же самое с двумя другими порциями теста и подготовленными формами. Выпекайте 8–9 минут, пока тесто не подрумянится и не перестанет быть влажным в середине.
- 6 Достаньте коржи из духовки и дайте им полностью остыть на решетке.
- 7 **Приготовьте глазурь.** В миске для микроволновой печи соедините шоколад, шортенинг и соль. Поставьте миску в микроволновку на 30 секунд, затем достаньте и энергично перемешайте, чтобы не было комков.
- 8 Положите лист пергаментной бумаги на блюдо или противень. Выложите красный корж на пергамент. Намажьте тонким слоем джема. Сверху положите белый корж. Добавьте еще один тонкий слой джема. Сверху положите зеленый корж.
- 9 Аккуратно нанесите половину шоколадной глазури. Поместите в холодильник на 15–20 минут, до полного застывания.
- 10 Переверните всю заготовку и нанесите оставшуюся шоколадную глазурь на другую сторону. Снова поставьте в холодильник на 30 минут или на ночь.
- 11 С помощью острого ножа разрежьте заготовку на прямоугольные пирожные.

Чизкейк Нью-Йорк (базовый рецепт)

На 6–8 порций

Это рецепт простого и удивительно вкусного сливочного чизкейка. Подавайте его со свежими ягодами и взбитыми сливками и наслаждайтесь!

Кулинарный спрей или растительное масло
для смазывания формы для выпекания

Для основы чизкейка:

1 ½ стакана раскрошенного печенья
6 ст. л. растопленного сливочного масла
¼ ч. л. соли
1 ст. л. сахара

Для начинки:

680 г жирного сливочного
сыра типа «Филадельфии»,
комнатной температуры
1 стакан сахара
2 ч. л. ванильного экстракта
1 стакан жирной сметаны
4 больших яйца

Специальное оборудование:

Разъемная форма диаметром 20–23 см

- 1 Разогрейте духовку до 190 °С. Сбрызните форму кулинарным спреем или смажьте растительным маслом. Застелите ее пергаментом.
- 2 **Приготовьте основу чизкейка.** Смешайте крошки печенья, растопленное масло, соль и сахар в миске.
- 3 Выложите половину теста из печенья на дно формы и утрамбуйте ровным слоем. Другую часть распределите вдоль съёмного кольца, постепенно прижимая к нему и формируя бортик. Чтобы равномерно распределить и утрамбовать основу, удобно использовать мерный стаканчик.
- 4 Выпекайте основу чизкейка в течение 10 минут. Достаньте из духовки и дайте ей остыть.
- 5 Уменьшите температуру духовки до 160 °С.
- 6 **Приготовьте начинку.** С помощью миксера с насадкой-лопаткой взбейте сливочный сыр с сахаром до однородности (2–3 минуты). Добавьте ванильный экстракт и сметану и взбивайте еще 1 минуту.
- 7 Добавьте в смесь яйца по одному, каждый раз перемешивая до получения однородной массы. Вылейте готовую смесь в основу из печенья.
- 8 Герметично оберните форму фольгой. Вскипятите воду в чайнике или кастрюле.
- 9 Сделайте водяную баню: поставьте форму с чизкейком в большую форму для запекания. Затем налейте в большую форму столько кипятка, чтобы уровень воды доходил до середины стенок формы с чизкейком.
- 10 Выпекайте 1 час.
- 11 По прошествии этого времени выключите духовку и откройте дверцу (можно заклинить ее деревянной ложкой в приоткрытом состоянии). Еще через 1 час переставьте разъемную форму с чизкейком в холодильник на 6–8 часов или на ночь.



Чизкейк с пастой спекулос

На 6–8 порций

Если вы еще не знакомы с пастой спекулос, будьте готовы влюбиться. Ее делают из пряного печенья, и вкус у нее насыщенно-сливочный. Кошерная версия продается в специализированных магазинах. В крупных супермаркетах ищите такую пасту рядом с арахисовой пастой и джемами.

Кулинарный спрей или растительное масло
для смазывания формы для выпекания

Для основы чизкейка:

1 ½ стакана раскрошенного печенья
6 ст. л. растопленного сливочного масла
¼ ч. л. соли
1 ст. л. сахара

Для начинки:

680 г жирного сливочного
сыра типа «Филадельфии»,
комнатной температуры
1 стакан сахара
2 ч. л. ванильного экстракта
1 стакан жирной сметаны
4 больших яйца
½ стакана пасты спекулос

Специальное оборудование:

Разъемная форма диаметром 20–23 см

- 1 Разогрейте духовку до 190 °С. Сбрызните форму кулинарным спреем или смажьте растительным маслом. Застелите пергаментом
- 2 **Приготовьте основу чизкейка.** Соедините крошки печенья, растопленное масло, соль и сахар в миске.
- 3 Выложите половину теста из печенья на дно формы и утрамбуйте ровным слоем. Другую часть распределите вдоль съёмного кольца, постепенно прижимая к нему и формируя бортик. Чтобы равномерно распределить и утрамбовать основу, удобно использовать мерный стаканчик.
- 4 Выпекайте основу чизкейка 10 минут. Достаньте из духовки и дайте ей остыть.
- 5 Уменьшите температуру духовки до 160 °С.
- 6 **Приготовьте начинку.** С помощью миксера с насадкой-лопаткой взбейте сливочный сыр с сахаром до однородности (2–3 минуты). Добавьте ванильный экстракт и сметану и взбивайте еще 1 минуту.
- 7 Добавьте в смесь яйца по одному, каждый раз перемешивая до получения однородной массы. Половину получившейся смеси переложите в отдельную миску и смешайте с пастой спекулос.
- 8 Вылейте первую (светлую) часть готовой смеси в основу из печенья. Вторую (более темную, с пастой спекулос) вылейте сверху, а затем слегка смешайте слои, создавая мраморные разводы.
- 9 Герметично оберните форму фольгой. Вскипятите воду в чайнике или кастрюле.
- 10 Сделайте водяную баню: поставьте форму с чизкейком в большую форму для запекания. Затем налейте в большую форму столько кипятка, чтобы уровень воды доходил до середины стенок формы с чизкейком.
- 11 Выпекайте 1 час.
- 12 По прошествии этого времени выключите духовку и откройте дверцу (можно заклинить ее деревянной ложкой в приоткрытом состоянии). Еще через 1 час переставьте разъемную форму с чизкейком в холодильник на 6–8 часов или на ночь.

Чизкейк

Чизкейк может казаться таким же типично американским блюдом, как, скажем, яблочный крамбл. Однако с ним, как и со многими другими кулинарными символами Нью-Йорка, американцы познакомились благодаря евреям, иммигрировавшим из Восточной Европы. Это традиционное блюдо, которым угощаются на Шавуот, праздник, когда по традиции едят много молочных продуктов. Но для меня чизкейк — это сладость, которой можно наслаждаться круглый год по торжественным случаям. А еще это отличный десерт на Песах.

Сразу оговорюсь: при приготовлении чизкейка упростить рецепт не получится. Да, существуют рецепты без выпекания, и они бывают замечательными. Но если вы собираетесь испечь классический вариант, нужно строго следовать перечисленным ниже правилам, и тогда чизкейк будет легким, нежным и не растрескавшимся.

- 1 Используйте молочные продукты высокой жирности. Точка. Оставьте обезжиренный йогурт на завтрак или для смузи.
- 2 Выпекать чизкейк нужно на водяной бане. Это обеспечит равномерное, медленное приготовление.
- 3 Чизкейк выпекается при низкой температуре, а затем надо дать ему медленно остыть, приоткрыв духовку.
- 4 Обязательно дайте чизкейку охладиться перед подачей. Это означает, что вам нужно все распланировать заранее.



Тенерпав каһар

@sliv ot

ooer



Тертерпам-кахант - @sliv_ot_bloggerova_13

Безглютеновый чизкейк с манго и кокосово-миндальной основой

На 6–8 порций

Чизкейк — отличный десерт для безглютеновой диеты, а также на Песах. Разумеется, его можно приготовить вообще без основы, но мне больше нравится контраст между сливочной нежной серединкой и немного сладковатой, хрустящей основой с ореховыми нотками.

Кулинарный спрей или растительное масло для смазывания формы для выпечки

Для основы чизкейка:

- 1 стакан подслащенной кокосовой стружки
- 1 ¼ стакана миндальных лепестков
- 6 ст. л. растопленного сливочного масла
- ¼ ч. л. соли
- 2 ст. л. кокосовой муки, миндальной муки или муки из мацы

Для начинки:

- 680 г жирного сливочного сыра типа «Филадельфии», комнатной температуры
- 1 стакан сахара
- 2 ч. л. ванильного экстракта
- 1 стакан жирной сметаны
- 4 больших яйца
- ¾ стакана свежего или замороженного пюре из манго

Специальное оборудование

Разъемная форма диаметром 20–23 см

- 1 Разогрейте духовку до 190 °С. Сбрызните форму для торта кулинарным спреем или смажьте растительным маслом. Застелите пергаментом.
- 2 **Приготовьте основу чизкейка.** Смешайте кокосовую стружку, миндальные лепестки, масло, муку и соль в миске.
- 3 Выложите массу на дно формы и утрамбуйте ровным слоем. Чтобы равномерно распределить и утрамбовать основу, удобно использовать мерный стаканчик.
- 4 Выпекайте основу чизкейка 10 минут. Достаньте ее из духовки и дайте ей остыть. Понижьте температуру в духовке до 160 °С.
- 5 **Приготовьте начинку.** С помощью миксера с насадкой-лопаткой взбейте сливочный сыр с сахаром до однородности (2–3 минуты). Добавьте ванильный экстракт и сметану и взбивайте еще 1 минуту.
- 6 Добавьте в смесь яйца по одному, каждый раз перемешивая до получения однородной массы. 1 стакан получившейся смеси переложите в отдельную миску и смешайте с пюре из манго.
- 7 Вылейте первую часть готовой смеси на основу чизкейка. Вторую (с манго) вылейте сверху и слегка смешайте слои, чтобы получились мраморные разводы.
- 8 Герметично оберните форму для торта фольгой. Вскипятите воду в чайнике или кастрюле.
- 9 Сделайте водяную баню: поставьте форму с чизкейком в большую форму для запекания. Затем налейте в большую форму столько кипятка, чтобы уровень воды доходил до середины стенок формы с чизкейком.
- 10 Выпекайте 1 час. По прошествии этого времени выключите духовку и откройте дверцу (можно заклинить ее деревянной ложкой в приоткрытом состоянии). Еще через 1 час переставьте разъемную форму с чизкейком в холодильник на 6–8 часов или на ночь.



Теллерпам-кан

ot bl
ge

Благодарности

Спасибо моему замечательному агенту Джуди Линден за то, что помогла этому проекту наконец-то состояться. Огромная благодарность Энн Трейтман из издательства Countryman Press за то, что во всем поддерживала меня, молодую работающую маму. Огромное спасибо арт-директору Эллисон Чи за терпение и большую работу.

Моя бесконечная любовь и благодарность Джонатану, моему мужу и партнеру во всех делах за поддержку, креативность, энергию «хорошего упитанного мальчика», готовность все пробовать и всегда давать честный отзыв. И особое спасибо тебе за то, что помогаешь мне растить детей.

Я хочу поблагодарить всех моих коллег в 70 Faces Media, особенно Дебору Колбен, Молли Тольски, Лизу Киз, Шеви Баскин, Бекки Филлипс и Рейчел Майерсон, за то, что все эти годы были рядом, учили меня, смеялись вместе со мной и вообще терпели меня изо дня в день.

Спасибо моей подруге Даниэль Файнберг за то, что была моим искренним помощником в разработке концепции этой книги, в тестировании рецептов, за то, что сводила меня с ума своей точностью пропорций для глазури, и за то, что поддерживала меня во всем, как это делает настоящий друг.

Особая благодарность Мириам Голан и Сильвии Фаллас за готовность ответить на все мои вопросы и поделиться своим потрясающим сирийским теплом, щедростью и экспертными знаниями о еде.

Спасибо моим коллегам и друзьям Сьюзан Барокас и Лии Кениг, за то, что поделились со мной своим временем и опытом.

Спасибо Саре и Ювалю Брокманам за их любимые семейные рецепты для этого проекта и за то, что всегда были готовы приготовить еще один кувель.

Спасибо Джине Виник за прекрасный день, который мы провели вместе, и за то, что ты научила меня готовить кувель по рецепту твоей мамы. Теперь у него будет долгая жизнь. Спасибо Мерисе за то, что познакомила нас.

Спасибо Бекки, которая для меня больше чем член семьи, больше чем друг и коллега, за то, что

помогла моей первой книге увидеть свет, и не перестает вдохновлять меня стремиться к большему.

Шери Сильвер и Даг Шнайдер — у меня не хватит ни благодарностей, ни слов, чтобы выразить отношение к нашей дружбе и партнерству на протяжении всех этих лет. Знать вас, работать вместе и создавать восхитительные вещи — настоящее счастье.

Спасибо моему дорогому другу и коллеге на протяжении многих лет Соне Сэнфорд, за то, что она была для меня вдохновителем и партнером и бросила все дела, чтобы сделать несколько фотографий.

Поппи, Жожо, бабушке, Роро, дяде Бабе, тете Кэппи, дяде Джону, дяде Дэнни и дяде Нинану — спасибо вам за вашу любовь и поддержку. Мне повезло, что у меня такая замечательная семья, которая ест мою еду, подбадривает и любит меня.

Всем моим «иллюминатам» — ваше остроумие, юмор и идеи дают мне энергию жить, думать и стремиться к большему. Спасибо вам за поддержку и дружбу.

Спасибо отряду добровольных тестирующих рецептов: Джессике Фокс, Яну Кадден, Кимберли Тауэр, Элиссе и Дэниелу Кестин, Лизе Бубер и Дженнифер Стемפל. Благодаря времени, которое вы щедро подарили этой книге, эти рецепты действительно работают!

Огромная признательность моим друзьям и коллегам — Жаклин Хенсель, Даниэль Сарна Прапорт и Рейчел Ринглер — за бесконечную поддержку и любовь.

Особая благодарность моему любимому мяснику и настоящему мужчине Гарольду Рою, который заботится о том, чтобы у меня всегда было мясо высочайшего качества.

Огромное спасибо Ализе Плоткин и всей группе «Современный еврейский пекарь» за то, что принесли в мою жизнь позитив и поддержку и вселили в меня уверенность в том, что я могу снова взяться за безумное дело написания книги. Спасибо моим подписчикам за то, что разделили со мной это путешествие и поддерживали меня. Социальные сети для меня — намного большее, чем маркетинг, я нашла здесь свое сообщество и друзей.

Мои дети, вы для меня всё.

Указатель рецептов

А

Ананасовый кугель-перевертыш 57

Б

Бататовый кугель-пирог от Джоджо 66

Безглютеновый чизкейк с манго

и кокосово-миндальной основой 203

Бульон из индейки 129

В

Веганская шакшука «с дымком»

и хрустящим нутом 78

Вегетарианская фаршированная капуста 38

Вегетарианский бульон 21

Вегетарианский фаршированный

перец по-израильски 47

Венгерский кугель из лапши от Джины 53

Восточноевропейская фаршированная

капуста (голубцы) 35

Г

Гравлакс со свеклой 156

Греческий суп с орзо и лимоном

(авголемоно) 24

Грузинские хинкали 132

З

Зеленая шакшука 82

И

Иерусалимский кугель 58

Израильские рулеты с финиками

и грецким орехом 168

Израильские рулеты с шоколадом

и фундуком 167

Израильский кускус с цуккини 110

Итало-американские фрикадельки

моей мамы 117

Итальянский суп с чечевицей и пастой 27

Й

Йеменская смесь специй

(хаваедж) для кофе 192

Йеменский куриный суп 22

К

Картофельный кугель 62

Классические картофельные кныши 140

Классические картофельные латкес 148

Классические креплах с мясом 122

Классический еврейский куриный суп 17

Классический куриный шницель 91

Клецки из мацы с укропом 18

Кныши с бататом и шалфеем 143

Кныши с посыпкой для бейглов 144

Кокосовые макаруны 174

Кокосовые макаруны с арахисовой

пастой и шоколадом 179

Кокосовые макаруны с радужной

посыпкой 177

Кошерный суп в стиле рамена 28

Креплах с индейкой на День

благодарения 128

Креплах с солониной из говядины

и капустой 126

Кугель из лапши с солью и перцем 50

Кугель с макаронами и сыром 61

Кукурузный шницель 99

Куриные фрикадельки с лимонно-

чесночным соусом 109

Куриный бульон 14

Л

Латкес из свеклы и моркови 152

Латкес из цуккини и картофеля с травами 155

Латкес с копченым лососем

и яйцом пашот 160

Летние латкес с кукурузой и цуккини 162

Летняя шакшука с помидорами 85

М

- Макаруны с шоколадными «каплями» 176
- Мандельброт с ирисками и шоколадом 183
- Мандельброт с радужной посыпкой 187
- Мандельброт с шоколадом и орехами 185
- Маца с карамелью 188
- Медово-горчичный соус 93

П

- Перец «с дымком» 74
- Пицца-шакшука 81
- Простая шакшука
 - с помидорами и перцем 72
- Простой и быстрый хумус 87
- Простые еврейско-американские
 - кисло-сладкие фрикадельки 106

Р

- Радужные пирожные 195
- Радужные пирожные на Песах 196
- Ребрышки фланкен в азиатском стиле 30
- Ругелах по-израильски,
 - на дрожжах (два варианта) 180

С

- Салат из курицы с горчицей и укропом 25
- Самое простое яблочное пюре 151
- Североафриканские рыбные
 - котлеты храйме 113
- Сефардские оладьи с луком-пореем 163
- Сирийские пирожки
 - с сыром и оливками 139
- Сирийские самбусеки с сыром 135
- Сладкие творожные креплах 131
- Сладкий молочный кугель из лапши 54
- Сладко-острый майонез шприча 94
- Соус тартар 103
- Сырные латкес 159
- Сэндвич с рыбным шницелем 103

Т

- Тефтели из нута и цветной капусты 114
- Тройной вегетарианский кугель 65
- Тушеная говяжья грудинка 151
- Тушеная говяжья лопатка
 - в красном вине 125

Ф

- Фаршированные баклажаны 39
- Фаршированный лук по-сирийски,
 - с гранатовым соусом 43
- Фаршированный перец с мясом
 - по-израильски 45
- Фаршированный цукини по-сирийски,
 - с тамагиндом и курагой 40
- Фрикадельки в кисло-сладком
 - томатном соусе 108
- Фрикадельки из баранины
 - с двумя соусами 111
- Фруктовый крамбл на Песах 193

Ч

- Черно-белое печенье 171
- Чизкейк Нью-Йорк (базовый рецепт) 197
- Чизкейк с пастой спекулос 199

Ш

- Шакшука в мексиканском стиле 79
- Шницель в кукурузных хлопьях 97
- Шницель из цукини 100
- Шницель на Песах 96
- Шницель с хрустящим кокосом 94

Я

- Яблочный крамбл с тахини 191



Об авторе

Шеннон Сарна — редактор и основатель The Noshер, крупнейшего портала, посвященного еврейской кухне (входит в состав американской некоммерческой медиакомпании 70 Faces Media group). Шеннон выросла в штате Нью-Йорк в актерской и музыкальной среде и с детства впитывала разные кулинарные традиции: ее мать, американка родом с Сицилии, обожала печь, отец, еврей ашкенази, любил экспериментировать, а дед был пищевым химиком, запатентовавшим целый ряд продуктов, в том числе порошковый напиток Tang. Ее эссе и рецепты публиковались в таких журналах, как Bake from Scratch, Taste of Home, Food52, The Kitchn, Tablet, JTA News, New Jersey Monthly Magazine, Vinepair, Modern Loss. Окончила колледж Смит в Нортгемптоне, штат Массачусетс, получив диплом в области сравнительной политологии, испанской филологии и литературоведения, и живет в городе Саут-Ориндж в штате Нью-Джерси с мужем, тремя детьми, двумя приютскими собаками и кроликом по кличке Смор. Первая ее книга, «Современный еврейский пекарь: хала, бабка, бейгл и не только» (Modern Jewish Baker: Challah, Babka, Bagels & More), была опубликована издательством Countryman Press в сентябре 2017 года.

Terre

