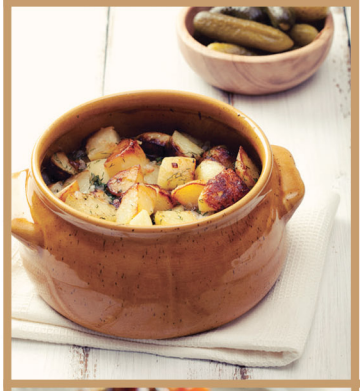


















В. В. ПОХЛЕБКИН

БОЛЬШАЯ КУЛИНАРНАЯ КНИГА







ВИЛЬЯМ ВАСИЛЬЕВИЧ ПОХЛЕБКИН

ИСТОРИК, ИССЛЕДОВАТЕЛЬ, МАСТЕР РУССКОЙ КУХНИ









СОБРАНИЕ ИЗБРАННЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ

ТАЙНЫ ХОРОШЕЙ КУХНИ (1979, 1987)

*

МОЯ КУХНЯ (1999)

*

ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ
КУЛИНАРИЯ (1983, 1997)

*

ВТОРОЙ ХЛЕБ РАЗНЫХ
НАЦИЙ (1976, 1990)

*

ВСЕ О ПРЯНОСТЯХ (1974, 1997)

*

ЧАЙ (1968, 1995)

*

МОЕ МЕНЮ (1999)

*

НАЦИОНАЛЬНЫЕ КУХНИ
НАШИХ НАРОДОВ (1978, 1990)

*

КУЛИНАРНЫЙ СЛОВАРЬ
(1978-1986, 1988, 1996)

*

ПРИПРАВЫ (1991, 1997)

*

СПЕЦИИ (1997)



В. В. ПОХЛЕБКИН

БОЛЬШАЯ КУЛИНАРНАЯ КНИГА



Москва 2022

УДК 641.55
ББК 36.997
П64

В оформлении авантитула использованы фото *В. Кравчука, В. Ахломова* и фото из семейного архива *В. В. Похлебкина*.

Дизайн переплета *Р. Головко*

Художники: *К. Аккизов, Г. Перцев*

Похлебкин, Вильям Васильевич.

П64 Большая кулинарная книга / В.В. Похлебкин. – Москва : Эксмо, 2022. – 992 с. – (Кулинария. Похлебкин).

ISBN 978-5-699-50155-7

В. В. Похлебкин – уникальный писатель, энциклопедист, мастер любого дела, которое он исследовал с любовью, на протяжении всей жизни, с вдохновением, не оставив ни одного неизведанного уголка. Оказалось, что собрать воедино важные его кулинарные произведения – трудно, но возможно. Результат у вас в руках. Здесь все – от «Занимательной кулинарии» до «Кулинарного словаря». Теория кулинарии, практика, рецепты, кухни всех бывших советских республик, главы о чае и рецепты блюд с пряностями – настоящая энциклопедия кулинарного становления, роста и даже профессии для любого желающего. Для удобства пользования создан уникальный поисковик по книге. Но настоящий помощник-рассказчик здесь автор, который своим литературным талантом увлекает за собой и вдохновляет на совершенно другую ,не каторжную жизнь у плиты и за прекрасным собственным хлебосольным столом.

УДК 641.55
ББК 36.997

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

Похлебкин Вильям Васильевич

БОЛЬШАЯ КУЛИНАРНАЯ КНИГА

Ответственный редактор *Н. Петухова*
Редактор *И. Федотова*
Арт-директор *Р. Головко*
Художественный редактор *П. Петров*
Цветокоррекция фото и рисунков *Н. Дородницына*
Компьютерная верстка *А. Савин*
Корректоры *С. Игнатова, Л. Перовская, Е. Сырцова, И. Топоровская*

Страна происхождения: Российская Федерация
Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru
Өндіруші: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru.
Тауар белгісі: «Эксмо»
Интернет-магазин : www.book24.ru
Интернет-магазин : www.book24.kz
Интернет-дукен : www.book24.kz
Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».
Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию,
в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»
Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды
қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС,
Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.
Сертификация туралы ақпарат сайтта: www.eksmo.ru/certification

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»
www.eksmo.ru/certification
Өндірген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Дата изготовления/Подписано в печать 10.02.2022. Формат 84x108 1/16.
Печать офсетная. Усл. печ. л. 104,16. Доп. тираж 5000 экз. Заказ

16+

ISBN 978-5-699-50155-7

ISBN 978-5-699-50155-7

book 24.ru Официальный интернет-магазин издательской группы "ЭКСМО-АСТ"

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2022



ТАЙНЫ ХОРОШЕЙ КУХНИ

О ЧЕМ ЭТА КНИГА И ЗАЧЕМ ОНА?

– ЧТО ТАКОЕ ЕДА?
– СТРАННЫЙ ВОПРОС! ЭТО ЖЕ ВСЕМ ИЗВЕСТНО!
– А ВСЕ-ТАКИ?
– НУ ТО, ЧТО МЫ ЕДИМ. ПИЩА, СЛОВОМ.
– А ЕСЛИ ПОШИРЕ? ХОТЯ БЫ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ЕЕ МЕСТА В НАШЕЙ ИЛИ ОБЩЕЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ЖИЗНИ?
–???
– ВОТ ВИДИТЕ. ЭТО СЛОЖНЫЙ ВОПРОС. ВО ВСЯКОМ СЛУЧАЕ, НЕ ТАКОЙ УЖ ПРОСТОЙ. И ИМ, ПРАВО, НЕ СТОИТ ПРЕНЕБРЕГАТЬ, НЕ СТОИТ ОТМАХИВАТЬСЯ ОТ НЕГО.

ЕДА. Это короткое слово мы произносим сравнительно редко. И еще реже пишем его или видим написанным. Уж больно оно приземленное. А кое-кому кажется даже грубоватым. Но думаем мы о еде все же часто, точнее, всю жизнь, хотя и не каждую минуту, а лишь тогда, когда проголодаемся. Однако свойство человеческой натуры таково, что мы больше подчиняемся своему мозгу, чем желудку. Умеем даже не слушаться его приказаний. Вот почему мы порой стесняемся говорить о еде и думать о ней больше, чем она того заслуживает. «Не делайте из еды культа!» – этот лозунг, иронически звучавший в устах Остапа Бендера, большинством людей воспринимается вполне серьезно.

Долгое время у нас существовало довольно распространенное убеждение, что говорить (писать, думать, вспоминать) о еде – чистое мещанство. При этом забывалось, что мещанство заключается в том, как, по какому поводу и что говорить, а не в самом понятии «еда». Ведь нельзя забывать, что есть – значит жить, значит работать, значит строить, творить, мыслить.

Еда, если смотреть на нее серьезно, исторически, – одно из главнейших условий существования человека, может быть, самое главное. Еда входит в число условий материальной жизни общества вместе с жильем, одеждой, географической средой. Важно и то, что еда – результат значительной части труда, которую затрачивает общество.

И поэтому обществу должно быть вовсе не безразлично, каков будет результат, каково его качество, куда, иными словами, пойдет труд общества. Тем более что еда – это такой вид труда, который непосредственно идет на воспроизведение нового труда.

Если труд, скажем, вложенный в производство мебели, так и остается в этой мебели, то труд, вложенный в производство продуктов и в приготовление из этих продуктов еды, немедленно возрождается, воспроизводится в новом, подчас еще более мощном, лучшем труде работника.

Так что еда не только наше узколичное дело, но и общественное. Именно исходя из этого положения, в обществе такое большое внимание уделяется здоровому и рациональному питанию. Но с другой стороны, именно поэтому и каждый сознательный член общества должен разбираться в вопросах, связанных с едой.

Конечно, нельзя и переоценивать значение еды, как это делали некоторые мыслители, даже философы-материалисты, боровшиеся с реакционной идеалистической философией. Голландский философ Молешотт, например, считал, что «человек есть то, что он ест». Это, конечно, крайность, преувеличение. Но в извест-

ной степени это положение справедливо, надо только верно его понимать и истолковывать: в том смысле, что питаться следует разумно, правильно, а не в том, что тот, кто питается скудно, глуп, а кто питается роскошно, умен. А ведь именно так неверно вульгаризировали, искажали взгляды Молешотта его противники-идеалисты, хотя практика и опровергала их толкование.

«Животное насыщается, человек ест, умный человек умеет питаться», – говорил другой известный ученый-физиолог Брилья-Саварен. И это верно. «Уметь есть», «уметь питаться», как ни странно, умеют немногие. А между тем это необходимо каждому. «Уметь есть» вовсе не значит владеть столовыми приборами или не есть руками. «Уметь есть» – это значит питаться правильно, необязательно изысканно и обильно (это тоже неправильно), но умеренно, сытно и в определенное время.

Раз еда – это, образно говоря, топливо, на котором работает наш организм, то разбираться в этом «топливе», знать о нем не обывательски, а грамотно, современно, научно важно для каждого из нас, а особенно для молодого человека.

Но почему же именно для молодого?

Да просто потому, что к концу жизни будет поздно об этом заботиться. Хотя обычно чаще всего так и получается: когда человеку уже нельзя есть и то, и другое, и третье, когда выясняется, что чуть ли не половина пищевых продуктов ему вредна, он вдруг начинает усиленно интересоваться вопросами питания. Но это уже имеет тогда для него чисто академический, а отнюдь не практический интерес. Ему приходится больше рассуждать о еде, чем ею пользоваться.

Рассуждать – это одно. Понимать в еде по-настоящему – это другое. Уметь же приготовить ее, да еще по всем правилам, – это третье. Обычно это «третье» так и оказывается, к сожалению, «тайной за семью печатями» для многих, кто не прочь был бы отведать вкусных блюд. Более того, неумение готовить, или превращать сырые продукты во вкусную и полезную пищу, создает массу разных бытовых, житейских проблем, которые именно потому, что они на первых порах кажутся нам мелкими, незначительными, не стоящими внимания, постепенно или иногда внезапно превращаются в крупные, подчас неразрешимые проблемы, ломающие наш быт, «взрывающие» семейные отношения, мешающие нормальной работе, отдыху, учебе. Более половины разводов приходится на семьи, где жена не могла наладить домашнее приготовление пищи. Почти 65 процентов опрошенных молодых мужей, перечисляя достоинства идеальной жены, назвали в числе первых умение хорошо готовить пищу. Эти факты говорят сами за себя.

Но нужно ли готовить каждому, когда есть общественное питание?

Нужно. Да еще как!

Конечно, сеть общепита у нас до 1985 года росла с каждым днем, и хотя в 1980 году в стране было создано около 20 миллионов посадочных мест в ресторанах, кафе, столовых, чайных, буфетах, все же вне дома в течение суток могли отобедать лишь 120 миллионов человек, но остальные 140–150 миллионов еще питались дома.

Несмотря на то что после 1991 года ситуация в стране коренным образом изменилась – и в социальном, и в демографическом отношении (население России сократилось до 145 миллионов), но в смысле положения на «пищевом фронте» она не только не улучшилась, но стала еще более напряженной, ибо качество еды в общепите ухудшилось и резко подорожало, а к тому же прежняя система столовых практически рухнула. Правда, в крупных городах – Москве, Петербурге – возникли многочисленные точки «быстрой еды» стандартного западного типа, но они совершенно не могут обеспечить постоянного нормального питания. Это типично временные, рассчитанные на эпизодическое утоление голода заведения. Питаться там постоянно – и дорого, и вредно, и противно. Однообразная пища не дает удовольствия, приедается.

Так что ломать наш домашний очаг просто незачем, нерационально, бессмысленно, да и преждевременно. Он нам еще послужит. Кроме того, всегда в жизни есть и будет еще много таких ситуаций, в которых никакой общепит не выручит и когда умение быстро, правильно и вкусно приготовить себе и своим близким еду окажется благом, ценным приобретением, «кладом» на жизненном пути.

«В здоровом теле – здоровый дух!» – говорили еще древние греки и римляне. Это значит в переводе на современный язык, что наше настроение, наша производительность труда находятся в прямой зависимости от правильного питания и отдыха. Речь идет не о количестве пищи, а об умении ее правильно использовать. Слишком рано потучневший молодой человек или не в меру раздобревшая девушка не только кандидаты

на раннюю нетрудоспособность, но и обуза самим себе. А это результат чаще всего неправильного с самого детства питания. Поэтому домашнее питание не только важное, но и не такое уж простое занятие. Оно неизбежно требует определенных знаний, навыков, значительной культуры, чтобы находиться на высоте тех требований, которые выдвигает современная жизнь.

Но для того чтобы эти задачи решались на должном высоком уровне, необходимы знания, научно обоснованные, проверенные историческим опытом, рациональные и точные. Иначе создается не столь уж редкое парадоксальное положение, что молодой специалист, вооруженный современными техническими знаниями, разбирающийся в самых сложных вопросах своей узкой профессии, оказывается в быту закоснелым невеждой, прислушивающимся ко всякому вздору, изрекаемому старушками или знакомыми по вопросам питания и воспитания. И, что еще хуже, порой слепо следует разным новомодным слухам и советам о сухоедении, вегетарианстве, сыроедении и т. д. Не имея твердых знаний в этой области и не умея критически разобраться, такой молодой человек следует любой новой «теории» и меняет их по моде, как одежду. Результаты часто бывают плачевны, но обнаруживаются не сразу, а по прошествии многих лет, когда что-либо исправить в испорченном здоровье бывает уже поздно.

Вот почему задача данной книги – дать основы знаний о питании и приготовлении пищи на современном уровне, а главное – привить вкус к таким знаниям, увидеть в них важное, новое, заставить смотреть на кухню, а также на профессию повара или кондитера иными глазами.

В этой книге почти нет рецептов – это ни в коей мере не поваренная книга, не учебник по кулинарии. Ее цель – научить готовить, не зазубривая рецепты, а исходя из конкретных возможностей в каждый момент. И еще одна цель – научить творить у плиты, находить в этом радость, удовольствие. Каждый, внимательно и серьезно прочитав эту книгу, сможет научиться квалифицированно, по-настоящему приготовить себе, своей семье, своим друзьям вкусную еду при любых условиях, в любой обстановке, при любом составе продуктов.

Цель этой книги – прежде всего научить понимать, как готовить, как делать еду, научить не теряться перед любым пищевым сырьем, перед любым кухонным очагом и инструментом, перед любыми условиями приготовления на огне и без него, с водой и без воды, с маслом и без масла, с посудой и совсем без какой бы то ни было посуды…

Таким образом, это вовсе не учебник кулинарии, рассчитанный на стандартные условия. Это и не поваренная книга, ибо здесь не будет строго определенных рецептов, своими граммами ограничивающих возможности и инициативу. Это скорее путеводитель по основным технологическим приемам и секретам кухни, добрый советчик, помогающий понять смысл основных методов приготовления.

Эта книга как бы ключ к кулинарному «волхвованию», ключ, открывающий лишь первую, но зато самую главную, центральную, самую заветную «дверь» в кулинарное искусство. Правда, ключ этот поддается не всякому, и, для того чтобы повернуть его, надо сделать известные усилия…

Но об этом – в следующей главе.

{ ГЛАВА 1 }

СЕРЬЕЗНАЯ, ОБЪЯСНЯЮЩАЯ: КОМУ ОТКРЫТА ДВЕРЬ К ПОВАРСКОМУ РЕМЕСЛУ И ПОЧЕМУ ЭТО РЕМЕСЛО – СЛОЖНОЕ, ТРУДНОЕ ИСКУССТВО

ПОЧЕМУ ЖЕ так много молодых людей не испытывают ни малейшего желания готовить пищу: ни на работе (быть поваром), ни дома, для себя? Причины выдвигаются разные, но все они, по существу, сводятся к одному – к нежеланию заниматься тем, о чем, собственно, не имеешь никакого представления. Для одного кухня очень уж непрестижное занятие, для другого – слишком прозаическое, для третьего – нудное и тяжелое, для четвертого – бесполезная трата времени, для пятого – пустяковое, которому и учиться нечего. Но никто из этих пяти не знает толком, в чем же состоит искусство и таинство приготовления пищи, какие законы управляют кулинарией и каким должен быть настоящий повар.

При наборе в географическую экспедицию молодым людям задавали вопрос: умеете ли вы самостоятельно готовить? Многие отвечали утвердительно. А когда их попросили уточнить, что же они умеют, то оказалось: вскипятить воду, отварить вермишель, пожарить сосиски, разогреть консервы, сварить суп из концентратов. И самое поразительное – никто из них не шутил. Они искренне полагали, что в этом и состоит умение готовить. В подтверждение они ссылались на то, что и дома, в обычных, не походных условиях они готовят исключительно из… готовых полуфабрикатов. А из чего же еще? Для этого, конечно, не нужно никаких знаний, а тем более талантов. Но и результаты такого приготовления бесталанны и безвкусны.

Между тем для занятия подлинно высокой кулинарией, как и для всякого настоящего дела, а тем более для настоящего искусства, нужны призвание, талант и как минимум одаренность.

Правда, наш повседневный опыт как будто разубеждает нас в этом. Кое-кто даже усмехнется, прочтя, что для повара надо быть непременно талантливым. Сплошь и рядом мы видим, как повара обычных столовых, кафе довольно ловко «лепят» те или иные дежурные блюда, вовсе не испытывая никаких «мук творчества». Дело в том, что профессия повара ныне стала настолько массовой, что в эту сферу идут порой не задумываясь. А что там уметь? Засыпал крупу, налил воды – и вари кашу, следи только, чтобы не подгорала. Вот и все. А суп еще легче: там только засыпь все, что указано в раскладке, и даже следить не надо – не подгорит. При таком подходе и получаются в столовых те невкусные, дежурные блюда, имеющие один и тот же запах всюду – от Бреста до Владивостока.

Разумеется, кулинарно одаренных людей на все столовые просто не хватает, точно так же, как не может быть сотен тысяч художников и музыкантов. Талант все же редкость. Но есть и другая причина, по которой кулинарных талантов оказывается даже значительно меньше, чем музыкальных. Обычно музыкальная одаренность проявляется очень рано и, главное, сразу же становится заметной для окружающих. И поэтому она почти никогда не может остаться незамеченной. Только сугубо неблагоприятные условия способны привести к тому, что музыкально одаренный человек не пойдет по любимому пути. Уж сам-то он, во всяком случае, будет чувствовать, что музыка – его призвание.

Иное дело кулинарная одаренность. Ей, как правило, трудно выявиться, особенно у мужчины. А у женщины она еще чаще проходит не замеченной окружающими, ибо расценивается как нечто само собой

разумеющееся. Многие потенциально талантливые кулинары, как правило, служат кем угодно: продавцами, инженерами, кассирами, бухгалтерами, актерами, фотографами, учеными, а кулинарией занимаются в свободное от работы время, не подозревая, что это не случайная склонность, а серьезное призвание, и иногда намеренно скрывая эту тайную страсть из чувства ложной скромности или ложного стыда.

Вполне понятно, что о таких потенциальных кулинарных талантах еще меньше знают окружающие, а если и узнают, то спустя несколько десятилетий, когда поздно такому человеку учиться на повара, ибо к этому времени он уже стал либо агрономом, либо машинистом, либо писателем и его талант воспринимается в лучшем случае как причуда, а порой и как неуместное чудачество.

Отчего так происходит? Одна из главных причин – непрестижность профессии повара в течение последних, скажем, 80–100 лет. Если в XVII – XVIII веках – начале XIX века эта профессия в большинстве европейских стран была связана с высоким общественным положением, если в то время имена лучших поваров знала вся страна и они заносились, например во Франции, в анналы истории, то за последнее столетие она стала массовой, рядовой. Вот почему яркие таланты в этой области не стремятся проявить себя, а окружающие нередко даже сознательно подавляют такое стремление.

Другая причина – отсутствие раннего обучения кулинарной специальности – также мешает молодому таланту понять, к чему его тянет.

Приведу такой реальный, невыдуманный пример. Один мальчик с очень раннего возраста, примерно с четырех-пяти лет, часто вместо игры со сверстниками на улице с большим удовольствием оставался дома на кухне. Здесь тоже была своего рода игра: подать маме ложку, половник, принести соль, собрать шелуху от лука – все эти маленькие поручения были настоящими и в то же время похожими на игру. Когда ребенок торчал слишком долго на кухне, на него кричали, что он путается под ногами, и тогда он просто садился на стул в уголок и оттуда терпеливо наблюдал за взрослыми. Это тоже было интересно. Действия все время менялись: то шла чистка картофеля, то нарезка петрушки, то промывание риса, разделка мяса или рыбы. Все было разное по цвету, форме, по обработке и гораздо более занимательное, чем однообразное катание колеса или одни и те же игры в лапту да в прятки. Но интереснее всего было, как из этих сырых продуктов получался вкусный обед.

Однажды мальчик поехал с папой в дом отдыха и там случайно попал на большую кухню, где огромные плиты, масса блестящих кастрюль и сотейников разных размеров, гигантские котлы производили впечатление фабрики. Это впечатление усиливалось от присутствия нескольких поваров в белой форме и высоченных поварских колпаках. Они орудовали у гор картофеля, моркови, лука, у целых туш мяса, взбивали целые ведра яиц и приготавливали десятки сотен котлет, бочки киселя, горы крема. Но удивительнее всего было присутствие здесь детей, одетых, как и повара, во все белое, имевших свои колпаки. Они проворно сновали от настенных шкафов с посудой и кухонным инвентарем к плитам, где трудились повара, отдавая поварятам различные приказания. Этим детям, оказывается, было позволено участвовать в игре взрослых, и эта игра называлась работой.

Когда мальчик стал ходить в школу, у него уже не было времени сидеть на кухне. Появились с годами и другие интересы: школьные кружки, музеи, театры, а главное, книги, чтение которых поглощало львиную долю времени и открывало глаза на большой мир, на дальние страны, народы, на прошедшие времена.

Интерес к кухне пропал, а точнее, казалось, просто улетучился вместе с другими интересами раннего детства: игрушками, фантиками, катанием на санках. Он просто забылся за массой других, более важных занятий.

Правда, уже будучи подростком, когда выдавалась свободная минута, мальчик шел на кухню, чтобы невзначай взглянуть, скоро ли будет обед, и порой по старой привычке задерживался посмотреть уже более осмысленным взглядом, что и как готовится. Но такие посещения, если они начинали повторяться слишком часто, вызывали у взрослых недоумение, раздражение и даже осуждение. При появлении юноши на кухне, случайном или по делу (зашел за солью, ложкой и т. д.), немедленно раздавались насмешки: «Ну ты, кухонный комиссар, марш отсюда!» Оставалась улица, двор, где сверстники-подростки уже начинали тайком курить. Это было «мужское занятие».

Но курить с ребятами мальчику не хотелось, он и позднее так и не научился курить. Кстати, настоящий гастроном, кулинар, кондитер, для которого готовить пищу – действительно призвание, никогда не будет курить. Это исключено. Нельзя разбираться в тонкостях вкуса и запаха продуктов, изделий и блюд, не имея



отличного обоняния и развитого, утонченного вкуса. Курение напрочь отбивает и то и другое. Поэтому курящий повар – это либо недоразумение, либо насмешка над здравым смыслом. А у нас не столь уж редко, принимая человека на работу в общественное питание, интересуются чем угодно, только не тем, курит ли он, пьет ли он, и не отказывают ему от места на том основании, что он курильщик или пьяница. Хотя это был бы самый справедливый отказ. Повар или кондитер должен обладать чутким вкусом и ни временно, ни тем более хронически не иметь бридости. Что означает этот интернациональный кулинарный термин? Бридость, или асперация, происходит от старославянского слова «бридъкъ» – грубый, сырой, неотесанный или латинского «asper» – шероховатый, грубоватый, колкий. Слово это древнее и существовало в течение тысячи лет – с IX до начала XX века. Теперь оно совершенно исчезло не только из бытового языка, но даже и из словарей. Его, например, нет в современном нормативном орфографическом словаре русского языка, но зато оно широко использовалось в XI – XVII веках, когда значило горечь, порчу, отсутствие всякого вкуса пищи, а также использовалось и в переносном смысле в ситуациях, не связанных с пищей или поварским делом. Так, в старину говорили о «бридости души», т. е. о черствости, бездушии и даже лютости человека.

В настоящее время, как узкопрофессиональное слово поварского языка, термин «бридость» имеет два значения:

1. Полное отсутствие у того или иного лица кулинарного вкуса, равнозначно отсутствию слуха у музыканта. Такие лица не должны допускаться к работе кулинарами.

Чтобы избежать проникновения в среду поваров и кондитеров лиц, имеющих бридость и фактически не способных к данной профессии, хотя бы они и имели личное желание ею заниматься, прежде кандидаты в поварские ученики перед обучением всегда проходили особую проверку на бридость, и только после этого решался вопрос о допуске их к остальным экзаменам по профессии.

2. Временная потеря или искажение вкуса у повара или кондитера, аналогичная временной потере голоса у певца. Это так называемая функциональная бридость.

Такая бридость бывает в результате переутомления, возбуждения, заболевания органов внутренней секреции или ожога полости рта после пробования слишком горячей пищи или напитков.

К сожалению, бридость, которая всегда считалась одним из тяжелейших профессиональных заболеваний кулинаров, в наши дни зачастую остается вне пределов внимания не только администраторов, врачей, но иногда и самих поваров.

Чтобы предотвратить бридость и сохранить свежесть вкусового ощущения в течение всего поварского рабочего дня, издавна принимались различные меры. Во-первых, была разработана система опробования блюд в определенной последовательности. Во-вторых, повар в течение рабочего дня непрерывно время от времени должен был ополаскивать полость рта различными освежающими (в основном фруктовыми или овощными) составами или ключевой водой. В-третьих, уже в XVIII веке был установлен порядок, при котором повар имел право поесть только после того, как приготовлены и завтрак и обед, то есть непосредственно перед отпуском обеда к столу, не ранее 12 часов дня. Напоминанием об этом порядке до сих пор осталось время открытия ресторанов, приуроченное к 11–12 часам.

В силу всех этих причин поварская профессия считалась тяжелой, трудной, изнурительной, что резко расходится с нашим теперешним представлением, рисующим работу повара как некое катание сыра в масле.

В кондитерском деле функциональная бридость возникает довольно часто, но длится обычно недолго – два-три часа. Это результат высокой температуры в кондитерских цехах (особенно там, где изготовляется печенье) и насыщенности воздуха одуряющим сладким запахом. Кондитерская бридость обычно проходит, если пить крепкий горячий несладкий чай или глотать взбитые сырые яичные белки со льдом.

Теперь мы знаем, что такое бридость, и можем продолжать наш рассказ о мальчике. Он стал уже юношей и был призван в армию. Здесь он в первый же день познакомился с солдатской едой. Он оценил ее, съев порцию без остатка. Пища показалась ему простой, но аппетитной. Она отличалась от домашней еды, но в то же время не была похожа на столовскую. Она не была разнообразной. Но не приедалась. Только спустя много лет, даже десятилетий, он узнал, что его оценка оказалась верной. Солдатская кухня имеет свои правила и традиции, резко отличающие ее от гражданского столовского питания и сближающие с домашней кухней как отбором меню, так и технологией. При этом некоторые блюда солдатской кухни получают тот классический вкус, который не всегда и не всем удается по-

лучить дома. Таковы, например, каши. В армии их варит особый повар – кашевар, набивший, что называется, на этом руку. Кроме того, каши там варятся в толстенных чугунных котлах, вмазанных в печи, и поэтому выходят отличными, если за ними смотрит опытный глаз.

В первый же наряд на кухню в этом удалось убедиться. Правда, труд на армейской кухне и в ту военную пору был лишен всякого романтизма. Ночью, когда все спали, наряд выполнял тяжелую, изнурительную, непривлекательную работу: большинство вручную чистило нескончаемые груды картофеля – сотни килограммов, тонны. Другие мыли и скребли котлы: смена накануне недоследила за варкой каши. Образовался закал: полупригорелый, полукляклый нарост на стенках котла, который надо было счищать бесследно. Но скрести нельзя: царапины на стенках котла, нарушение полуды привели бы к тому, что каша подгорела бы снова, причем независимо от того, следили бы за ней на этот раз или нет. Вот почему повар отобрал на чистку котла самых смышленых и самых добросовестных ребят, прибавив для верности, что за каждую царапину на котле они получат два наряда вне очереди.

Котел отдраили как новенький. Каша вышла замечательная, хотя все страшно устали. Ведь котел вмещал в себя двух человек, которые залезали в него и, согнувшись в три погибели, чистили сантиметр за сантиметром, как реставраторы картину.

Необычной оказалась и варка супа. Здесь была одна интересная деталь. На каждого бойца полагалось по одному лавровому листику, а на батальон выходило два ведра сухих листьев. Если их загрузить даже в большой котел, то они окажутся помехой: ведь лист не уваривается, а становится чуть больше в противоположность другим продуктам. Два ведра жестких листьев или вылезли бы «шапкой» над поверхностью супа, или заставили бы не долить в котел воды, не доложить моркови и картофеля. Поэтому обычно повара нарушали в этом пункте раскладку. Они либо клали в суп всего пакетик лаврового листа, то есть в 15–20 раз меньше нормы, либо не клали вовсе, считая, что недодача лаврушки – дело пустяковое, либо, наконец, брали лаврушку со склада, но расходовали ее на другие надобности.

Здесь же повар оказался человеком иного характера. Когда до готовности супа оставалось всего 10 минут и суп достаточно уварился, он засыпал лавровый лист в свободный двухведерный котлик с кипятком и через 5–7 минут, сцедив оттуда образовавшийся ароматный отвар, налил его в суп. Но больше всего повар удивил новичков тем, что, когда обед поспел, он не стал сразу есть, а только, попробовав по ложке-другой каждого блюда, убедился, что все приготовлено вкусно. Себе же отварил немного сухофруктов без сахара и выпил этот отвар вместе с чаем. Только после того, как весь батальон пообедал, повар съел полный обед.

Лишь много лет спустя в одной из классических французских книг по кулинарии удалось прочитать, что таким должно быть поведение профессионального кулинара хорошей школы.

Видимо, батальонный повар принадлежал к поварам именно такой категории. Об этом говорит и то, что он готовил разнообразные блюда, а в соседней части постоянно фигурировали два-три дежурных блюда. Раскладка же, вид продуктов и их количество, нормы были в обеих частях одинаковы и поступали с одного и того же склада.

Значит, разнообразие готовых блюд, различие в меню зависят не столько от продуктов, сколько от фантазии повара, а вернее, от его знаний, умения, творческой жилки и кулинарной эрудиции.

Например, обе части получали одни и те же овощи: картофель, морковь, капусту, немного сушеной петрушки и лук, не говоря уже о пряностях: перце, лаврушке. Но повар из соседней части «гнал» из них только два блюда: сегодня, сконцентрировав капусту за два-три дня, он делал щи, а завтра, наоборот, выбрав со склада недополученную за прошлые дни картошку, приготавливал суп картофельный с морковью. Наш же повар из тех же продуктов делал различные супы, а порой и вторые блюда, которые называл «овощной разброд» – это название он, видимо, сам придумал, ибо нигде в поваренных книгах оно не значилось. Зимой такое овощное тушеное второе блюдо было особенно желательным и желанным. Летом, когда часть была в степи, он посылал наряд собирать черемшу и полбу; в лесу – ягоды, грибы, корни сараны, орехи; вблизи населенных пунктов – крапиву и лебеду. Сколько бы ни собрали этих случайных добавок к обеду, любую малость он клал в общий котел. И знакомое блюдо приобретало новый аромат и запах, воспринималось как совершенно незнакомое и елось с большим аппетитом и потому с большей пользой.

Первый в жизни суп из лебеды нашему солдату-кулинару привелось есть именно в армии, и это было поистине прекрасное, надолго запомнившееся блюдо. Оно сильно поколебало у многих созданное литерату-

рой представление о лебеде как о классической пище голодных и обездоленных.

Были и другие примеры творческого подхода скромного батальонного повара к обычному солдатскому обеду. Однажды, уже на исходе войны весной 1944 года, поступила маисовая (кукурузная) мука, которую прислали союзники. Никто не знал, что с ней делать. Кое-где стали добавлять ее к пшеничной муке при выпечке хлеба, отчего он становился хрупким, быстро черствел и вызывал нарекания солдат. Но иным путем использовать этот, в сущности, весьма ценный пищевой продукт не умели. Солдаты ворчали на поваров, повара ругали интендантов, те, в свою очередь, кляли союзников, сплавивших нам маис, с которым сам черт не разберется. Только наш повар не тужил. Он взял сразу полумесячную норму вместо ежедневных граммовых добавок, выслал усиленный наряд в степь, попросив собирать почти все подряд – лебеду, люцерну, пастушью сумку, щавель, черемшу, и приготовил восхитительные по вкусу и красивейшие по виду кукурузные пирожки-лепешки с зеленью, яркие, желтенькие снаружи и жгуче-зеленые внутри. Они были мягки, ароматны, свежи, как сама весна, и лучше всяких других средств напомнили солдатам о доме, о скором окончании войны, о мирной жизни.

А еще через две недели повар сделал мамалыгу, почти весь батальон познакомился с этим национальным молдавским блюдом впервые. Солдаты жалели, что маиса прислали слишком мало, и были бы не прочь обменять на него пшеничную муку.

Даже простой желудевый кофе наш повар старался делать вкуснее привычного, находя способы заваривать его круче и ароматнее.

Конечно, эти эпизоды проходили как бы незамеченными среди грозных событий войны, но все-таки остались в памяти и особенно четко всплыли впоследствии, когда оказалось возможным сравнить армейский стол с послевоенным общепитовским и домашним, когда прошло много лет и стало ясно, что боевое настроение солдат не в последнюю очередь создавалось поваром, его умением, его талантом и что пища не только в прямом смысле, как физиологическое топливо, но и в чисто эмоциональном плане влияла на подъем духа, помогала ковать победу, вносила весомый вклад в боевую подготовку воинов.

Эмоциональное воздействие еды особенно хорошо известно морякам, в экипаже которых оказывается хороший кок. Отличная кухня скрашивает многие теневые стороны тяжелой и бесприютной морской жизни. К сожалению, это таинство воздействия ароматически-вкусовых компонентов пищи (а не только и не столько пищи самой по себе) на эмоциональную сферу нашей психики пока еще мало исследовано учеными.

Между тем это отнюдь не мираж, а реальность. Вкусная еда оставляет положительные воспоминания, добрые эмоции. Невкусная еда, даже если ее избыток, либо не оставляет ничего в памяти о себе, либо содействует аккумуляции отрицательных ассоциаций. Отсюда видно, что и ароматически-вкусовое качество пищи, а не только санитарно-пищевое, которое обычно учитывается, имеет исключительно важное значение в жизни человека. И это как раз то, ради чего стоит стать поваром, ради чего стоит преодолеть все сложности и неприятные моменты в обучении поварскому делу, но для чего, несомненно, нужен талант.

Если спросить теперь того мальчика, ставшего уже давным-давно взрослым и выбравшего себе специальность, далекую от кулинарии, кем бы он хотел быть и думал ли вообще стать поваром, то, по всей вероятности, он не смог бы определенно ответить на этот вопрос. Ведь все дело в том, что и настоящий сильный интерес, и мимолетное внешнее увлечение проявляются в самом раннем детстве одинаково искренне, одинаково инстинктивно, неосознанно и безотчетно. Отличить в этот момент глубокое проявление таланта от быстропроходящего любопытства и дать в соответствии с этим нужный толчок в нужном направлении могут лишь взрослые, опытные люди, в то время как сам ребенок вряд ли может сознавать свои желания, свои стремления как какие-то особые, лишь ему одному присущие. Нашему мальчику казалось, что «играть в кухню» и наблюдать за тем, как готовят взрослые, должно быть интересно всем.

Но взрослые вместо проявления элементарной чуткости и внимания, уважения к незаурядному интересу ребенка сделали все, чтобы ликвидировать этот интерес. Они, во-первых, указывали ребенку на то, что его интерес «девчачий», они выгоняли его с кухни, делали все возможное, чтобы положить конец этой (по их мнению!) ненужной склонности.

Что чувствовал ребенок в то время, как он все это переживал, мы можем лишь догадываться. Но, видимо, очень тяжело, если талант действительно был. Может быть, если бы взрослые поддержали его стремление, оно получило бы блестящее развитие.

Известно, что человеческая судьба решается именно в ранние годы. Не следует забывать, что первые пять лет жизни наиболее ответственный этап в формировании личности. Именно в это время во многом закладываются и определяются индивидуальные черты, особенности характера и морально-волевые установки человека. Подчеркивая эту мысль, известный русский поэт Валерий Брюсов, который сам с трех лет писал пьесы, говорил, быть может, несколько гротескно, гиперболично: «Кто в пять лет книжек не читал, того потом уже ничему не выучишь». А Лев Николаевич Толстой вполне серьезно писал: «От пятилетнего ребенка до меня – один шаг. А от новорожденного до пятилетнего – страшное расстояние». Так что помните об этом, молодые папы и мамы.

Но и для взрослого, хотя и не для всякого, понять ребенка не всегда бывает легко. То, что для ребенка привлекательно и кажется забавной игрой, для взрослого часто представляется нудной рутиной, серой обыденщиной. Это подчас относится ко всему тому, что связано с кулинарной практикой.

Приготовление пищи, как и сама еда, для большинства из нас просто элемент жизни, который должен действовать, так сказать, автоматически, не влияя на все остальные занятия: пришло время еды, сходил в столовую, поел и опять за работу. Не в столовую, так дома – поел и работаешь или отдыхаешь. Элемент, нужный для жизни, но о нем не задумываешься, как и о солнце, дожде или ином явлении природы.

И в этой связи возникает не только недооценка самого по себе занятия кулинарией, не только пренебрежение «кухарней-поварней», но вместе с тем утрачивается и требовательность к поваренному мастерству других. И это понятно. Не зная возможностей и технических условий другого ремесла, другой специальности, легко встать на более снисходительную позицию.

Конечно, когда ешь, то при этом нельзя не обратить внимания на вид и качество еды. Но когда сам еду не готовишь, сам не заботишься о приобретении продуктов, а получаешь все готовым: в столовой, кафе, буфете, то требования как бы сами собой снижаются. Стоит ли придираться к качеству, если и так получаешь все сделанным чужими руками?! А потом, не каждый догадывается, что это качество может быть иным – неспециалист доверяет специалистам.

И еще одна немаловажная деталь. Наука о питании делала немало сложных зигзагов. Рекомендации по мере развития науки изменялись. Так, некоторые специалисты, рассматривая продукты как нечто неизменное в сыром, чистом виде, прежде всего оценивали их потенциальную силу в калориях, считая, что еда – топливо для организма, не более, а потому и должна исчисляться в единицах тепла.

Отсюда получилось, что самой хорошей, самой полезной, самой калорийной едой одно время стали признавать жиры: они дают больше всего калорий. Наоборот, овощи, а тем более травы были признаны плохой едой, ибо они крайне некалорийны.

Другим критерием в оценке продуктов и пищи, еще более уточняющим их значение, был химический состав продуктов, то есть процентное соотношение в них воды, минеральных солей, углеводов, белков, жиров, эфирных масел и т. д.

Согласно этой оценке вода была наиболее малоценным продуктом, в первую очередь ценились жиры, отчасти белки. Поэтому такие, например, продукты, как арбуз, состоящий на 95–97 процентов из воды, считался сущей ерундой, а колбаса или сосиски привлекательным и ценным пищевым материалом. Такие взгляды привели к тому, что какое-то время многие недооценивали овощи и фрукты, смотрели на них как на пищу третьего сорта, с которой, дескать, и ног не будешь таскать, и стали отдавать предпочтение мясным и вообще «твердым», а не водянистым продуктам.

Результатом было значительное развитие гастритов и авитаминозов, что побудило врачей в 30-х годах обратить внимание на огромное значение витаминов. На долгое время витамины сделались тем заветным понятием, которое сплошь и рядом стали произносить с еще большим благоговением, чем прежде слово «жиры», и думать, что применение витаминов – это панацея от всех бед. На практике это выразилось в увлечении некоторыми видами фруктов, вроде черной смородины, апельсинов, лимонов, с которыми у многих связаны представления об их повышенном витаминном содержании. Люди, не имевшие понятия о подлинном действии витаминов, не знавшие о том, какие они бывают, бросались на тот или иной продукт, закупая его десятками килограммов, если слыхали краем уха, что там есть витамины. В просторечье «витаминами» стали называть в основном витамин С, и потому приписывание любому виду фруктов витаминности осталось как памятник невежества до сего времени. Тем не менее многие фрукты, например черешни, сливы, груши,



почти совсем лишены витаминов, и наоборот, во многих крупах, простом хлебе, молоке и прочих продуктах ежедневного потребления содержатся разнообразные витамины, которые нередко полностью исчезают в процессе неправильного кулинарного приготовления, о чем большинство хозяек даже не догадывается.

Вера в то, что витамины помогут, постепенно, с ростом благосостояния, привела к тому, что люди продолжали потреблять много мяса, жиров в виде готовых «твердых» гастрономических продуктов – сливочного масла, колбас, сосисок, копченостей – и одновременно есть много фруктов, ягод, «полезных» молочных продуктов (лозунг о том, что молоко – наилучшая пища, дарованная самой природой, можно было увидеть в каждом магазине), полагая, что таким путем они «компенсируют» или «сбалансируют» «полезное» и «вредное», но всегда получат «здоровую» и «приятную» пищу.

Эти примитивные механистические представления оказались настолько распространенными, что в последние годы врачи все чаще стали сталкиваться с проблемой ожирения, тучности своих пациентов и как со следствием этого – увеличением числа сердечно-сосудистых заболеваний. Тогда опять забили тревогу и вновь, в который раз стали искать ту панацею в продуктовом арсенале, которую бы можно было рекомендовать.

Новым заветным словом стали с середины 70-х годов протеины. Все продукты было рекомендовано оценивать по их протеиносодержанию, то есть по количеству входящих в них белков. Исходя при этом из того факта, доказанного наукой, что белки есть начало жизни, что жизнь без белка не может ни зародиться, ни существовать, что белки – основной строительный материал нашей ткани, что они не вызывают ожирения и т. д. и т. п. Каждая из этих истин, взятая отдельно, верна сама по себе, в общей форме. Но механически применять белки и тем более ждать положительного результата только от применения белков столь же наивно, как видеть спасение в витаминах.

Прежде всего белки многообразны. Во-вторых, их действие избирательно: для одних они спасение, других могут столь же легко погубить. В-третьих – и это, пожалуй, самое главное, – их надо уметь правильно ввести в организм, чтобы они дали эффект. Кулинарная обработка белков – труднейшее дело. Простейший пример, показывающий, в чем эта сложность, – обыкновенное яйцо. Его белок можно выпить жидким. Он сравнительно легко усвоится. Но в сыром жидком виде он безвкусен, с точки зрения некоторых людей, даже противен. Если яйцо сварить, белок будет вкуснее, но усвоение его станет более затруднительным, да и то если мы подловим такой момент, когда яйцо сварится едва-едва, мягче, чем всмятку. Если же сделать яичницу, она будет вкусной, но белок свернется. Наконец, сваренный вкрутую или переваренный яичный белок будет крайне тяжело и медленно усваиваться организмом, потребует усилий желудка, может вызвать отрыжку, а его пищевая ценность для нас окажется после всех этих усилий ничтожной. Итак, сам по себе белок вроде бы неплох, а вот когда из него делают блюдо, когда он попадает в руки кулинара, то от всех достоинств его порой остается пшик. Отсюда видно, что кулинарная обработка должна быть такой, чтобы продукт действительно принес пользу организму.

Другой пример не столь известен и понятен, но не менее разителен. Все наслышаны об огромной питательности сои. Она имеет такой состав белков, который является естественным соединением животных и растительных белков, что чрезвычайно важно для человека. При этом белки сои усваиваются в несколько раз быстрее и лучше, чем все другие белки в мире. Это ли не чудо? Более того, подсчитано, что горсть-две соевых бобов могут дать количество протеина, которое заменит человеку «топливо» из других продуктов, достаточное на половину рабочего дня. Это ли не мечта? Это ли не приближение к тому утопическому идеалу, когда вовсе не надо обременять свой желудок, свой организм обычной едой, но быть сытым, здоровым, работоспособным и… вечно моложавым, крепким, подтянутым. А раз так, то панацея все-таки есть: ешь соевые бобы, и многие проблемы питания и здоровья будут решены. Но легко сказать – ешь. Сырыми их есть нельзя: они горьки, тверды, неприятны на вкус. Их надо сварить. Казалось бы, чего проще. Ан нет! Пробовали варить – они превращаются в камень. А вот у ряда народов Дальнего Востока, родины сои, эти же бобы на вкус и по консистенции нежнее сливочного масла.

В чем же здесь дело? А в том, что им известен секрет кулинарной обработки сои, который создавался в течение сотен лет. Обработка эта сложна, длительна и требует только ручного труда, постоянного бдительного наблюдения за процессом варки. Более того, варке

должна предшествовать предварительная обработка продукта. Но и это еще не все – есть масса больших и малых секретов: что, как, когда, в какое время и каким образом добавлять в период варки и после нее в эту сою. Сама по себе варка требует непрерывных 30–70 часов в зависимости от количества сои, а последующие процессы заквашивания должны порой длиться несколько месяцев и даже лет. Зато технологический процесс так тонко отработан, что весь белок без остатка остается неизменным и не просто легко усваивается, но и может приобретать приятный вкус, напоминающий дичь, творог, сыр, колбасу, рыбу. Выходит, овчинка стоит выделки! Но труд надо затратить немалый, да и время огромное. Поставить такое дело на широкую ногу можно только при наличии большого числа подготовленных, квалифицированных и самоотверженных кулинаров.

А их не так-то легко «сделать».

Вот и остается пока соя «вещью в себе», а не «вещью для нас». Ее растят, жмут из нее масло, то есть жиры. Технически это легко: сразу берут от нее без особых трудов 16–18 процентов ее веса, а остальное – жом, так сказать, «золотую шелуху», содержащую свыше 80 процентов высокосортных протеинов, о которых можно только мечтать, отдают на корм скоту. Через два-три года эти протеины «возвращаются» в виде мяса. Такой процесс минует сложную кулинарную обработку и несет немалые экономические потери, но зато не требует возни с приготовлением блюд из сои.

Итак, кулинарная обработка – дело не простое, а сложное, капризное, требующее в ряде случаев огромной квалификации, имеющее свои законы. И цель ее не только в том, чтобы положить в блюдо побольше «полезного», будь то калории жиров, витаминов или протеинов, а и в том, чтобы блюдо, обед и весь суточный рацион состояли из разнообразных пищевых продуктов, чтобы месячное и годовое меню не приедалось, чтобы пища была всегда вкусной и вызывала аппетит сама по себе независимо от состава. Отсюда понятно, что кулинар – центральная фигура в приготовлении пищи, в ее значении для нас. Врач может предписать все как будто правильно в сыром виде; но кулинар может приготовить так, что пища не возымеет нужного действия. И наоборот, повар может и из обычных продуктов сделать еду, вызывающую аппетит и приносящую пользу. Вот почему древняя пословица гласит: нет плохих продуктов – есть плохие повара.

Кулинар в отличие от врача, биохимика, интересующихся составом веществ, смотрит на пищевой продукт с двух иных точек зрения: с точки зрения того, как и во что этот продукт может превратиться в процессе кулинарной обработки, и с точки зрения того, какой вкус и аромат получит готовое блюдо. Для многих эти понятия порой расходятся: полезное может быть невкусным, а вредное ароматным и заманчивым. Для хорошего повара – никогда, у него эти критерии всегда совпадают: блюдо всегда одновременно и закономерно является и полезным и вкусным. Но чтобы этого добиться, надо знать очень много и одновременно владеть искусством приготовления. Это значит, что настоящий кулинар (а не просто повар!) должен быть человеком, образованным в области биологии, химии, биохимии, ботаники, истории, этнографии, товароведения, материаловедения, анатомии и физиологии, и одновременно обладать талантом повара-виртуоза, быть гроссмейстером кухонного дела, или, как говорили прежде, кухмистером.

Ныне люди такой квалификации у нас практически отсутствуют. Повар обычно обладает в лучшем случае полным средним образованием, а повара старшего поколения нередко и неполным средним или даже начальным. Такой повар, разумеется, не может давать советы врачам или поправлять их в вопросах питания, не может ни определять характера меню, ни вносить вклад в разработку теории питания. Но пока повар остается простым исполнителем котлет или пирожков, кулинарное мастерство не может развиваться как самостоятельная отрасль знаний, мастерства и искусства, не может подняться на уровень гармоничной системы, призванной давать полезную, вкусную пищу, цель которой сохранять здоровье, силы, духовные способности человека, дарить людям радость.

Могут спросить: как же так, ведь в старые времена и неграмотные старухи готовили хорошо, а уж они-то наверняка никакой химии и биохимии не знали, ничему не обучались?

Прежде чем ответить на этот вопрос, следует уточнить, о каком времени и о каком социальном слое, классе идет речь. И о каком проценте «хороших хозяек, прекрасных поварих» без образования можно говорить серьезно.

Известно, что у правящих классов повара с глубокой древности и до новейшего времени подбирались очень тщательно и, как правило, были выдающимися,

талантливыми людьми в своей области. В этой социальной среде искусству повара во все времена и во всех странах придавали решающее значение.

Что же касается простого народа, преимущественно крестьянства, скажем, 100–150 лет тому назад, то питался он плохо, однообразно, скудно, несмотря на то что располагал натуральными пищевыми продуктами. Именно эта близость к природе, использование первичного сельскохозяйственного сырья отчасти и «вывозили» крестьянскую кухню. Кроме того, весьма важным фактором были древние народные очаги: тандыр на Востоке и русская печь в России. Эти типы печей делали основную работу. Вкусно «готовили», собственно говоря, они, а люди лишь загружали ту или иную пищу. Но изобретение этих очагов, их зависимость от национального набора продуктов и национальных кулинарных традиций создавались веками, постепенно и в основном в период домонополистического капитала, даже в докапиталистический период, и были всегда связаны с формированием, образованием той или иной нации. Именно национальные кухни обобщали наиболее мудрый, наиболее положительный кулинарный опыт многих веков.

В той мере, в какой этот опыт, эти традиции национальной кухни переходили к следующему поколению, и сохранялось в народе или у отдельных лиц умение владеть хорошей кухней. В таких случаях и неграмотные старухи, если они следовали национальным кулинарным традициям, становились «хорошими поварихами», а коли не знали их, не получали этих знаний непосредственно от своих дедов и прадедов, становились беспомощными, плохими кухарками. Именно таких людей называли «стряпухами», а их продукцию – «стряпней», а не едой, кушаньем, яствами. Обилие оттенков, дающих оценку качеству еды, чрезвычайно богато в некоторых языках, в том числе и в русском, где традиционно сформировалась богатая кулинарная терминология.

Так, за аристократическим столом подавались яства, за дворянским – кушанья, за столом горожанина среднего достатка была простая еда, у пролетарских слоев – харч, харчи, делившиеся, в свою очередь, у разных категорий на приварок и совсем скудную сухомятку. Последней довольствовался тот, кто не имел своего угла.

Таким образом, даже в терминологии пищи, как в зеркале, отражались социальное расслоение общества, его различные материальные и кулинарные возможности. Поэтому говорить о том, что прежде «и безграмотные старухи хорошо готовили», – значит не знать сути дела, сваливать в одну кучу разные понятия, не представлять себе, что тот, кто не обладает талантом или знаниями (приобретенными обучением или доставшимися в силу национальной исторической традиции), будет столь же беспомощен и невежествен в области кулинарии, как и человек, впервые в жизни взявший в руки косу или ставший за заводской станок без всяких навыков.

Поскольку кулинарное дело является специфической формой производства, то и внимание ему необходимо уделять такое же серьезное, как и другим сферам производства, но только более высокое, более разумное, более пристальное и более индивидуальное, ибо эта сфера связана непосредственно со здоровьем человека.

Отсюда понятно, что особенно в наши дни необходим новый, научный подход к проблемам приготовления пищи. Вот почему кулинарные знания должны быть столь же распространены среди молодого поколения, как и обычная грамотность. Вот почему это должны быть знания основательные, фундаментальные, построенные не на привычках и бабушкиных россказнях, а на научной основе и на использовании, изучении лучших кулинарных традиций прошлого. Еще 100 лет тому назад великий русский повар-ученый И. Радецкий писал: «Гастрономом (кулинаром) должен быть каждый образованный человек, потому что было бы странно не знать, что составляет главное условие нашей жизни, и слепо доверять каждому приготовление пищи, не знающему искусства приготовления, иногда грубому и неопытному человеку».

Пусть те, кто чувствует в сердце призвание, посвятят себя этому важному делу, пусть новая когорта талантливых и образованных кулинаров принесет подлинный расцвет отечественной кулинарии.

Но с чего начать, как стать мастером? Как усовершенствовать себя, когда не знаешь и элементов?

Для этого есть один путь – начать с азов, с азбуки кулинарии. Дать эти азы, заложить этот кулинарный фундамент – главная цель нашей книги.

{ ГЛАВА 2 }

АЗЫ, НО ДАЛЕКО ЕЩЕ НЕ АЗУ

азы, то есть азбука, – это основа основ, самое первое и простое. Что же проще всего в области кулинарии? С чего начать?

Определить это крайне важно. И вот почему. Для всякого обучения, а для кулинарии в особенности, важна строгая последовательность в преподнесении знаний, важно постепенно идти со ступеньки на ступеньку.

В обучении, например, грамоте началом служит изучение букв алфавита, из которых затем можно будет складывать слоги и слова. Здесь все очевидно. И не только для учителя, но и для ученика. Каждый понимает, что, не узнав букв, не зазубрив их все, он не научится читать. Всем совершенно ясно, что перепрыгивать через ступеньку, а тем более опускать самое начало невозможно, что такая попытка «ускорить» обучение только задержит его.

В кулинарии подобной ясности и очевидности нет. Кажется, не все ли равно, с чего начать: жарить картошку, варить суп или делать компот? И именно это отсутствие ясности, как правило, приводит к тому, что буквально на любой кухне учат по-своему. Ведь все обладают какими-то своими, пусть самыми простенькими, кулинарными понятиями. Но у каждого они разные, получали их из разных источников. И у большинства эти знания лишены систематичности. Причем чаще всего отсутствует начало, азбука.

Но что такое кулинарная азбука, в чем состоит обучение ей?

В былые времена вопрос этот решался просто и чисто практически, как и обучение любому ремеслу путем ученичества.

На кухню в богатом доме повар брал несколько поварят. Именно несколько, а не одного, чтобы им было интереснее, веселее, чтобы они могли, работая, как бы «играть в кухню». Как правило, это были дети в возрасте от 6–7 до 10 лет. Начинать обучение поваренком старше этого возраста считалось, по крайней мере во Франции, стране классической кухни, нецелесообразным. Задача поварят была в общем-то несложной. Они должны были внимательно следить за всем происходящим на кухне и исполнять мгновенно те или иные приказания повара – принести ложку, половник, вилку, лучину, подать салфетку, ситечко, соусник, кастрюлю, сполоснуть чашки, нагреть тарелки, протереть еще и еще раз вымытые взрослыми приборы и т. д. и т. п. При этом дети постепенно, исподволь усваивали терминологию, учились чувствовать себя свободно на кухне.

Поварятам постарше, после 10 лет, прослужившим уже два-три года, давались более сложные поручения: ощипать птицу, просеять муку, перебрать крупу, рассортировать фрукты, грибы, вымыть овощи-корнеплоды, то есть доверялось работать уже с пищевым сырьем, а не с бездушными железками и черепками. При этом сохранялись игровые элементы, столь важные при любом обучении ребенка. Ученик знал, что с каждым годом ему будут доверять все более сложные операции. Он чувствовал, что учиться надо долго, упорно, настойчиво. И он знал, что эта долгая учеба, этот искус будет вознагражден. Ибо каждый поваренок видел, как высоко ценится искусство повара-мастера, каким уважением пользуется он в обществе.

Конечно, такое медленное, длительное обучение имело массу минусов: оно годами могло сдерживать инициативу более одаренных, оно было связано с известными унижениями (одни подзатыльники, которыми награждали поварят, чего стоили), оно не давало возможности подготовить значительные контингенты поваров, оставляло тайны профессии в руках единиц, но оно имело одно важное преимущество: последовательность в приобретении кулинарных знаний и как результат – прочное, высококвалифицированное, а подчас и виртуозное владение этими знаниями. Умение не растеряться в любой кулинарной ситуации, приготовить отличное, вкусное блюдо из любых продуктов.

Современное обучение ряду кулинарных профессий страдает прежде всего некоторым отсутствием



естественной последовательности, вытекающей исключительно из особенностей поварского или кондитерского ремесла.

Хорошо известно, что на одну и ту же вещь, на одно и то же явление можно иметь различные взгляды. Насколько сильно эти взгляды могут отличаться, показывает хотя бы старая шуточная, но довольно наглядная притча.

У англичанина, скандинава, француза и немца както спросили: «Из чего состоит человек?»

Каждый ответил по-своему. Англичанин, как трезвый реалист, понимающий вопрос так, как он поставлен, сказал, что человек состоит из головы, туловища и четырех конечностей – рук и ног.

Скандинав рассудил иначе, сказав, что человек состоит из мяса, костей, кожи и волос.

Француз, который полагал подобные ответы примитивными и грубыми, считал более правильным определение, что человек состоит из разума и эмоций.

А немец считал, что они все не правы, ибо если уж человек из чего-то состоит, так это из 60 процентов воды, 20 процентов белков, 14 процентов жиров, 5 процентов минеральных солей и 1 процента углеводов.

Нечто подобное происходит и со взглядом на кулинарное обучение, причем ныне доминирует, так сказать, «немецкое» понимание этого вопроса. Обучение хотят как будто бы сделать как можно более научным, но при этом порой утрачивают простой, естественный, кулинарный подход, кулинарную логику, и в результате исчезает человек, состоящий из головы, рук, ног, и остаются одни сухие и голые проценты; исчезает вкусная еда, и остаются «правильные» калории и граммы.

Это затянувшееся вступление, это «нападение» на традиционное кулинарное обучение понадобились нам для того, чтобы, во-первых, ясно показать, в чем суть вопроса; а во-вторых, предлагая свою кулинарную азбуку, ясно и четко подчеркнуть, что она не похожа на то, к чему, быть может, привык читатель, и что она исходит из кулинарной логики и диалектики. И пусть, лишь испробовав ее на деле, читатель берется сделать вывод о ее пригодности.

Итак, что самое простое в кулинарии?

Что легче всего или, вернее, проще всего приготовить?

Свыше 90 процентов людей считает, что самое простое – сварить яйцо. Римляне говорили «ab ovo» («начать с яйца»), что означает – начнем с самого начала, от истоков вопроса. Поговорка эта возникла потому, что трапеза римлян всегда начиналась с яиц, которые они, кстати сказать, вовсе не варили, а выпивали сырыми. Это была как бы затравка, закуска, за которой следовала настоящая еда.

Есть и другая трактовка поговорки: яйца – символ начала жизни, начала вещей. Поэтому «начать с яйца» – это как бы начать рассказ или решение проблемы от самых истоков. Наконец, некоторые считают, что выражение «начать с яйца» происходит от мифа о Леде, к которой Зевс, плененный ее красотой, явился в виде лебедя, когда она купалась в источнике. От этого союза Леда снесла два яйца. Этот миф породил выражение «с яиц Леды», которым пользовались большей частью поэты, чтобы иносказательно выразить понятие очень древнего события.

Так, А. Пушкин писал: «Постараюсь загладить вину мою длинным письмом и подробными рассказами. Начинаю с яиц Леды».

Конечно, это опоэтизированное выражение более позднее, чем кулинарное «ab ovo», но тем не менее кулинарная азбука начинается вовсе не с яйца, а с… хлеба.

Да, сделать хлеб – самое простое, самое первое по кулинарной логике действие. А с учебной, педагогической точки зрения тем более первейшее. Ибо ни одно другое кулинарное достижение не убеждает так человека в его способностях и умении готовить, не придает ему такую кулинарную уверенность и сноровку, как умение собственными руками испечь хлеб. Так было испокон веков. Но в еще большей степени это оказывается верным сегодня.

Ибо мы привыкли ныне считать хлеб чем-то таким, что уже неподвластно домашней кухне, что требует какого-то сложного, заводского оборудования и опыта, что мы получаем готовым, подобно обуви или одежде, консервам или минеральным напиткам.

А между тем хлеб – это основа жизни и стола. Без хлеба нельзя прожить, без него любой обед не обед, любому блюду чего-то недостает. Но самому выпечь хлеб кажется делом трудным. Это представление сложилось у нас из той литературы XIX века, где описывалось, как ранним-ранним утром, почти ночью, в 3–4 часа, пока вытопленная с вечера печь еще не успевала остыть, хозяйка вставала, начинала месить тесто и сажать в печь хлебы. Процесс этот был неудобен

по времени, трудоемок, но и в ту пору достаточно скор: уже в 5–6 часов утра, то есть через полтора-два часа, поспевал свежий, пышущий жаром и хлебным духом каравай.

А ведь в справной, работящей семье хлеб пекли чуть ли не каждый день – два-три раза в неделю, чтобы всегда иметь его свежим. Ныне же, при современной домашней технике – газовой плите – выпечка хлеба занимает не более 15–30 минут.

Конечно, речь идет не о буханках на килограмм и более веса или о батонах. Чтобы быстро, за 8–10 минут испечь хлебное тесто, надо придать ему форму лепешки величиной самое большее с ладонь и толщиной не более 1 см, причем в середине этой лепешки надо сделать вмятину, чтобы тесто не вздувалось и не подгорало бы. Вкус хлеба от этого не изменится, пропеченность улучшится, а время выпечки сократится до минимума.

Что же надо сделать? Что надо иметь?

1. Возьмите: 35–50 граммов дрожжей (от трети до половины пачки), 0,5 стакана воды, 1–2 столовые ложки муки. Перемешайте все вместе в чашке, отставьте.

2. Нарежьте мелко-мелко или пропустите через мясорубку луковицу.

3. Зажгите печь в кухне (духовку).

4. Перелейте дрожжевую смесь в большую миску, добавьте к ней полстакана воды или молока (что есть под рукой) и примерно треть стакана подсолнечного масла. Все быстро, но старательно перемешайте, всыпьте нарезанный измельченный лук, посолите (щепотка-две), затем постепенно подсыпайте муку и все время размешивайте до образования теста, не пристающего к рукам.

Момент этот важно не пропустить. Главное – чтобы тесто не получилось слишком крутое; значит, муку надо всыпать постепенно, до тех пор, пока тесто, продолжая оставаться еще очень мягким и нежным, в то же время совершенно отставало бы от рук. Хорошо промесив такое тесто, наделайте из него колобков величиной примерно с яблоко или чуть меньше и сплюсните каждый из этих шаров в лепешку толщиной примерно в один-полтора сантиметра. Выложите эти лепешки на противень или лучше на лист и на расстоянии примерно полутора-двух сантиметров друг от друга прочертите по этим лепешкам глубокие линии ножом, сделав их как бы полосатыми.

Дайте хлебу постоять перед посадкой в печь 2–3 минуты или сразу сажайте в печь, ибо в кухне к этому времени уже будет жарко. Огонь печи (духовки) должен быть умеренным, и лист с лепешками должен быть поставлен на верхнюю полку духовки. Заметьте время. Минут через 10 посмотрите, проткните заостренной спичкой. Если лепешки зарумянились, а на спичке все же остаются следы теста, дайте постоять в духовке еще минуты 2–3. Но не больше. Вынимайте, разложите на деревянной доске (фанере), прикройте полотенцем, куском полотна. Ваш хлеб готов. На все ушло вместе с разделкой не более 20 минут. Затяжка во времени может быть лишь оттого, что духовка печет слабо или не была предварительно хорошо прогрета.

Попробуйте приготовленный хлеб минут через 25, не раньше: лишь тогда он приобретет свой настоящий вкус. Ну как? Вкусно! Да еще как! И совсем нетрудно. Прямо-таки ерундовски просто.

А почему?

Давайте разберемся.

Во-первых, в данном случае мы приготовили изделие по точно указанному рецепту и, более того, по точно указанной технологии. Все операции, их последовательность были предварительно продуманы и опробованы, чего часто не бывает в поваренных книгах, где рецепт содержит лишь указание на то, что взять, какое количество и какие продукты, сколько чего сварить, изжарить.

Но как сделать, в какой последовательности, в каком порядке совершить каждую операцию и, главное, чего избежать, об этом поваренная книга не говорит. Вот почему не всем и не всегда удается готовить по поваренной книге. Ее может правильно прочесть человек подготовленный и умеющий определить, что там опущено и как дополнить эти пробелы при изготовлении блюда.

Отсюда видно, что технология приготовления не менее важна, чем рецепт блюда. В данном случае у вас было то и другое, и если вы делали все точно, то и результат получился хороший.

Но не менее важно для вашего успеха было и другое обстоятельство: вы имели дело при приготовлении блюда (изделия) исключительно с готовыми продуктами, с фабрикатами. А что это значит?

Это значит, что все использованные вами для приготовления нового изделия компоненты (мука, масло, дрожжи, молоко) были совершенно готовыми, сделан-

ными фабрично-заводским (промышленным) способом и имели уже определенный стандарт, качество, как правило, высокого уровня.

Вам оставалось только соединить и перемешать эти компоненты. Пропорции и вес (объем) смеси также были даны, поэтому ошибки быть не могло. Да и выпечка не требует особого искусства. Время ее было приблизительно обозначено. В остальном работала печь, а не вы. Поэтому при приготовлении домашнего хлеба в данном случае часть успеха приходится на долю промышленности, подготовившей компоненты, а часть на долю плиты (духовки).

Теперь, раз уж мы заговорили о плите, самое время определить разницу между листом и противнем.

Оба эти предмета кухонного или, вернее, печного оборудования вошли в быт нашей страны сравнительно недавно (не более 200 лет назад) с появлением европейской плиты, имеющей духовой шкаф.

Ни в одной из систем печей, которыми пользовались у нас – русская печь, украинская груба, кавказский и среднеазиатский тонир, или тандыр, – таких приспособлений не требовалось. Хлеб, лепешки, пироги, пряники – все это либо помещалось непосредственно на кирпичный *под*[1] печи, либо прикреплялось к ее глиняным стенкам (у тандыра). Иногда лишь черный хлеб в русской печи клали на капустный лист, да и то для вкуса, а не для успеха выпечки.

И лист и противень заимствованы из французской кухни через немецкую.

Лист, то есть прямоугольная металлическая пластина, без всяких рантов и загнутых краев, появился первым. Это было во второй половине XVIII века. Назывался он по-немецки «блех», и на русский язык это слово вначале не переводилось, а называли его «бляха», «бляшка», «жестяная бляха», ибо когда иностранные повара, не знавшие русского языка, говорили «блех», то их русские крепостные ученики повторяли «бляха». Впоследствии, уже в начале XIX века, появилось слово «лист», сокращенно обозначавшее жестяной лист, или лист жести.

В это же время стали различать лист простой (железный, жестяной) для выпечки булочек, небольших сдоб, ватрушек, пирожков – всех изделий из **ДРОЖЖЕВОГО** и **СЛОЕНОГО** теста – и лист пирожный, или кондитерский (медный, луженый), для выпечки печенья – песочного, сахарного, масляного и для других мелких кондитерских изделий.

Разница в материале (металле) листа, а также в его толщине имела значение, так как разный металл обладает разной теплопроводностью, разной степенью нагрева. Лист выбирался в зависимости от используемого продукта.

Это, разумеется, нелишне учитывать и сейчас.

Противень пришел в нашу кухню почти одновременно с листом, в период устного обучения поварскому ремеслу. По-немецки эта прямоугольная сковорода из железа называлась «браттпанне», то есть сковорода для жаренья, для запекания. Она имела довольно высокие борта: от одного дюйма (2,5 см) до полутора, а иногда и до двух. Эти борта могли быть либо перпендикулярными к плоскости сковороды, либо наклонными, образуя с ней тупой угол.

Первоначально «браттпанне», как трудное для произношения слово, трансформировалось в устном языке в «бротпань», а потом приобрело совсем русскую окраску, превратившись в «противень».

В русской кухне противень широко используется при запекании в духовке больших кусков мяса, целой тушки домашней птицы, при изготовлении запеканок из лапши и каши и, наконец, при печении пирогов, особенно сладких, для которых лист неудобен, так как на нем пирог выходит суше, жестче, из него порой вытекает варенье, сахар, а пироги из слоеного теста, как правило, опадают после выемки из печи, теряют свою пышность. Для всех этих сложных по составу (с начинкой) и крупных по размеру изделий, выпечка которых продолжается по 20–30 минут, а то и около часа, противень незаменим. Но он противопоказан мелким кондитерским изделиям, сухому сладкому печенью, которое должно быть хрустящим, сыпучим, ломким и «сидеть» в печи не более 5 минут, чтобы не подгореть.

Итак, мы знаем, хлеб лучше печь на листе, а небольшие лепешки, о которых мы ведем речь, можно вообще печь даже на картоне, фольге или просто на обычной бумаге для пишущих машинок, положенной на решетку. Хорошие у вас получились лепешки? Конечно хорошие! Но не спешите задирать нос. Вам еще предстоит многому учиться. Приготовление хлеба – это азы,

[1] П о д – древнее слово, известное с 1050 г., т. е. дно, низ – кирпичное или каменное основание (выстилка) под сводом русской печи, на которое непосредственно, без всякой подкладки кладут пироги для выпечки.

первая, начальная стадия, вроде детской игры в куличики или в кубики. Принцип здесь тот же: вы складываете из готового готовую вещь, «строите сами», но все же пока только из готового. Пока еще вы не предпринимаете ни одного самостоятельного действия над продуктами, которое бы резко улучшило их, а может быть, и ухудшило. С точки зрения кулинарного обучения приготовить жареную картошку или яичницу все же сложнее, чем хлеб. Ибо в обоих этих случаях вы должны сами подготовить продукт и сами решить, как, каким образом зажарить. И именно здесь нужны знания, а без них вас подстерегают ошибки. Но обо всем, как мы договорились, по порядку.

Вернемся еще раз к нашему хлебу и повторим все сначала, но уже не конкретный рецепт, а общие принципы приготовления всех изделий такого рода, чтобы уметь их готовить независимо от того, помним мы данный рецепт или нет, есть ли у нас указанные продукты или нет.

ПЯТЬ ПРАВИЛ, ПЯТЬ СЕКРЕТОВ ХЛЕБОПЕЧЕНИЯ

ДРОЖЖИ

Дрожжи должны быть всегда свежими. Если они несвежи, их можно попытаться обновить: растереть в ложке теплой воды и добавить чайную ложечку сахара. Если через 10 минут они начнут пузыриться, значит, ожили. Темные, неожившие кусочки отобрать и выбросить. Но лучше для всех хлебных изделий использовать свежие дрожжи. Возобновленных дрожжей надо брать почти вдвое больше, чем свежих. На один килограмм веса муки и других компонентов теста нужно брать не менее 35 и не более 50 граммов дрожжей, то есть треть или половину пачки, смотря по их качеству. Дрожжи можно заменять пивом (полстакана) или сметаной (стакан). Однако заменители не вносятся в тесто непосредственно, как дрожжи. Вместо этого из них предварительно приготавливается опара-закваска: пиво или сметану надо смешать с небольшим количеством муки в пастообразное состояние, добавить чайную ложечку сахарного песка, накрыть и оставить в теплом месте, чтобы смесь забродила. Если же брожения и сопутствующего ему вспучивания не произойдет (что может объясняться гибелью или отсутствием живых грибков в пиве), то такая «закваска» не сможет заменить дрожжи.

ЖИДКОСТЬ

Жидкость для замеса любого теста должна обязательно состоять как минимум из полстакана воды – для разведения дрожжей. Остальная жидкость может состоять из воды, молока, сметаны, сыворотки, пахты, кефира, смешанных в любых пропорциях между собой и взятых в любых количествах.

ЖИРЫ

В хлебном изделии могут быть использованы абсолютно любые жиры животного и растительного происхождения. Лучше всего подсолнечное масло, а также сливочное, бараний жир, свиное и говяжье топленое сало. Если жиры твердые, то их перед введением в тесто надо растопить, превратить в жидкость. Жиры, как и жидкости, можно смешивать между собой в любых пропорциях и использовать эти сочетания в хлебном изделии. Есть у вас ложка подсолнечного масла, небольшой кусочек, граммов в 20, масла сливочного и немножко куриного жира, выстилающего брюшную полость, – все это можно смешать, все это годится, чтобы выпечь килограмм хлеба. Надо только все растопить и перемешать вместе, прежде чем вводить в тесто.

Эту способность хлебных изделий помогать утилизировать все остатки не только жиров, но и других близких им продуктов (в тесто можно вводить также небольшие добавки сыра, творога, предварительно превращенные в порошок, тертые) народ отразил в известной пословице: в хлеб да в пирог все завернешь.

Первая операция. Вначале всегда создается смесь из дрожжей, жидкостей и всех добавочных компонентов (все компоненты разведены, в том числе жиры и яйца, если последние предусмотрены каким-то рецептом).

В эту жидкую смесь могут быть введены, после того как она создана, и некоторые небольшие добавки растворимых или нерастворимых сухих компонентов, например соль, пряности (перец, лук, тмин, кориандр, анис). Необходимо только следить, чтобы они равномерно распределялись в тесте.



Вторая и решающая операция: приготовление теста.

К соединенной жидкой смеси подсыпается мука – столько, сколько потребуется для теста, которое бы не липло к рукам. Поэтому мука подсыпается постепенно, и все время тесто вымешивается. Лучше всего, если это делается непрерывно: одной рукой подсеиваете муку, другой (ложкой) вымешиваете тесто круговыми движениями по часовой стрелке. Чтобы это было легче делать, тесто надо всегда замешивать в глубокой устойчивой посуде. Вот почему прежде для этой цели использовалась квашня – цилиндрическое, слегка расширяющееся книзу деревянное тяжелое ведро. Теперь наиболее удобной посудой может быть глубокая цилиндрическая эмалированная миска (но не кастрюля).

Количество муки никогда не определяется заранее при приготовлении мучных (хлебных) изделий, ибо все зависит от того, какое получилось количество жидкой смеси; каков ее конкретный состав и сколько муки сможет эта смесь вобрать в себя. Если же заранее определить количество муки, то точно подогнать под него жидкость практически никогда не удается, ибо эта величина переменная, подверженная колебаниям. Здесь влияют и различные жирность, плотность молока, жесткость воды, величина яиц, консистенция масла и жира, а также свежесть дрожжей и их воздействие на жидкую часть. Поэтому не питайте особого доверия к тому рецепту, где для хлебного теста «точно» определяется количество муки. Он, как правило, не дает возможности получить качественное изделие, несмотря на все наши усилия.

Важно выполнять другое – строго соблюдать пропорции, не выходить за рамки определенных соотношений:

1) Все сухие добавки, нерастворимые: лук, сыр, творог, пряности, вместе не должны превышать по объему полстакана на каждые два стакана жидкости в составе теста. Иначе тесту трудно будет хорошо подняться.

2) Жиры, масла не должны превышать полстакана на каждый стакан жидкости (воды, молока), иначе тесто будет сухим, истонченным.

3) Яйца в хлебное тесто не следует добавлять вообще, ибо они придают тесту хрупкость, жесткость. Поэтому яйца – принадлежность в основном кондитерского теста, имеющего иные законы.

4) Молоко делает тесто пышнее, мягче, придает ему эластичность, упругость. Но им не следует злоупотреблять, его всегда должно быть меньше, чем воды, или пополам с водой, иначе тесто трудно будет пропекаться. Молочный хлеб надо всегда делать небольших размеров: чем меньше молочная булочка, тем легче ее пропечь.

5) Хлебное изделие отличается от кондитерского не тем, что одно сладкое, а другое нет. Такое определение потребительское. Кулинарное определение исходит из того, какую роль играет в данном изделии мука. Если мука – главный компонент, если ее больше (по весу, объему), чем всех иных компонентов, то изделие хлебное. Если мука составляет менее половины всех других компонентов (масла, яиц, сахара, разных добавок), то изделие кондитерское.

Теперь, когда вам стал ясен смысл и основные правила приготовления хлебных изделий, попробуйте сами, без всякого рецепта, на глазок выпечь хлеб. Только после того, как эта проба удастся, переходите к следующей главе.

Примечание. ***Единственное затруднение, которое может у вас возникнуть, – это отсутствие дрожжей и неэффективность их заменителей. Но существуют два выхода. Во-первых, образовать тесто из сочетания блинной муки с обыкновенным кефиром. К этой смеси ни в коем случае нельзя добавлять воду, но масло (жиры) и луковую заправку можно и даже желательно. Такое тесто надо очень быстро разделывать на небольшие плоские лепешки руками, но не мять его сильно и не сдавливать, а тотчас же сажать в печь, чтобы его подъемная сила не успела испариться.***

Второй выход еще проще: изготовить хлеб вообще без всяких разрыхлителей и подъемных средств, и даже без использования духовки, просто на сковороде. Такой «хлеб», разумеется, будет сильно отличаться от обычного, но тем не менее вполне может служить хлебом, то есть выполнять свою основную функцию. Более того, его вкусовые свойства превосходны, и он практически не может получиться непропеченным.

Что для этого нужно иметь?

Муку, воду, подсолнечное или любое иное растительное масло, соль.

Что надо сделать?

В глубокую миску насыпьте два-три стакана муки и медленно добавляйте к ней теплую воду не ниже

36–38 градусов, непрерывно и быстро размешивая эту смесь вилкой, ложкой, а лучше всего деревянной палочкой, держа последнюю вертикально в центре миски и вращая по часовой стрелке. Получившееся вязкое тесто должно как бы навертываться на палочку. При этом очень важно не мять тесто, не прижимать его к стенкам или дну посуды, а оставлять все время свободно «прилепленным» к палочке или вилке.

Как только тесто достигнет консистенции, близкой густоватому, но рыхлому дрожжевому, осторожно, то есть не мять, освободить его от палки и закрыть плотным, вдвое сложенным полотенцем, оставив в теплом месте минут на 20. Тем временем нагреть широкую, из толстого металла сковороду и насыпать на разделочную доску слой муки. Выложив на доску тесто после расслойки, раскатать его в блин размером 50×25 сантиметров, обильно смазать подсолнечным маслом, посыпать солью и скатать в трубку.

Трубку разрезать поперек на две равные части и каждую из них скрутить винтообразно в жгут, подобно тому, как отжимают воду из белья. Жгуты положить на доску, примять и осторожно, без сильного нажима раскатать до толщины не менее одного сантиметра. После этого выложить жгуты на горячую, смазанную маслом сковороду, усилить огонь, прикрыть крышкой и печь по три минуты на каждой стороне.

Общее время приготовления этого «хлеба» займет, таким образом, всего около часа. Его надо есть только горячим, свежим, сразу после приготовления.

{ ГЛАВА 3 }

ТЕСТО И ЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В РАЗНЫХ БЛЮДАХ

КОЛЬ СКОРО мы узнали, как испечь хлеб своими руками, а тем самым и как замесить тесто, то логично в качестве следующего шага кулинарной азбуки ознакомиться с приготовлением всех блюд из теста или, иными словами, с применением теста как исходного материала для разнообразных по названиям, но, в сущности, одинаковых по материалу, методу изготовления и по значению в нашем питании блюд, которые традиционно носят название мучных.

Это название не совсем точно, и вот почему.

С мукой как исходным материалом имеют дело пищевики, ряд профессий которых ныне считаются не только разными, но даже и весьма далекими, отличающимися друг от друга.

Во-первых, это хлебопеки, которые, собственно, и занимаются изготовлением или выпечкой хлеба и которые вовсе не причисляют себя к «поварам», «кулинарам» и, по правде говоря, считают свою профессию далекой от кулинарии. Иной современный хлебопек, работник хлебозавода, не сможет в домашних условиях приготовить лепешку, пельмени, блины или какое-либо иное мучное блюдо, ибо его этому «не учили», «мы это не проходили». Да, заводское современное производство хлеба – это такой технологический процесс, при котором человек видит только машины, а муки и тем более теста, процесса его комбинирования, замеса видеть просто не может, так как все это происходит в герметично закрытых аппаратах. Поэтому ныне хлебопек ощущает себя скорее просто промышленным рабочим, техником, инженером, чем пекарем, булочником в прежнем смысле этого слова.

Аналогично и положение работников макаронной промышленности, изготовляющих также в закрытых аппаратах и машинах макароны, вермишель, лапшу, рожки и другие фабрикаты для целого ряда блюд. Собственно кулинарное применение этих фабрикатов отделено от их изготовления. Две стадии единого процесса разорваны и изолированы друг от друга. Синтез их, их единство восстанавливается только при домашнем приготовлении: замесил лапшу и тут же отварил ее или использовал каким-нибудь другим способом. И уж совсем далеко от «мучных изделий» чувствуют себя работники кондитерской промышленности, где мука – так, сбоку припека, а подлинный «фундамент» производства – сахар, яйца и масло.

Стало быть, все они, как промышленные работники, вовсе не считают себя сродни поварам-кулинарам, условия работы которых хотя и приближаются на крупных предприятиях к фабричным по уровню своей механизации, но в то же время непременно и неизбежно сохраняют черты индивидуального производства и, главное, не отделяют повара от материала, над которым он работает, не нарушают его, так сказать, «рукомесла», «рукотворчества» в их исконном значении созидания изделия (блюда) от начала и до конца.

Вот этим-то характером своего труда профессия повара, кулинара отличается и, надо полагать, в будущем будет отличаться от всех других профессий, используемых ныне в условиях фабричного или заводского производства.

И здесь, конечно, нет ничего плохого. Скорее наоборот. Профессия повара даже при наивысшем техническом оснащении не перестанет быть и ремеслом, и творчеством, и искусством и будет привлекательна для нас как раз этими своими «человеческими» чертами. Вот почему домашние занятия поваренным делом, даже когда в них отпадет настоятельная необходимость, будут время от времени тянуть к себе человека, как теперь тянут к себе, например, шитье, вязание, вышивание, столярные работы, хотя в них и не бывает чисто материальной или иной потребительской надобности и заинтересованности.

Так что, учась домашнему «рукомеслу», мы отнюдь не рискуем заняться ненужным делом. Если уж оно

окажется ненужным для нашего желудка, то останется всегда нужным для души.

Итак, повар работает не столько над тем, чтобы создать из муки тесто, сколько над тем, чтобы из теста создать разные блюда. У хлебопека после изготовления теста работа кончается, а у повара только начинается. Вот почему для повара блюда эти не мучные (это название не кулинарное, а потребительское, по сырью), а тестяные. Ибо повар работает над тестом, его он доводит до вкуса.

Изделий из теста в рационе человека довольно много, особенно в русской кухне. Здесь и лапша, и пельмени, и вареники, и блины, оладьи, пышки, пироги, ватрушки, не говоря уже о тестяных блюдах других народов нашей страны: галушках, галках, колдунах, лагманах, монпарах, шиме, дюшбара, хинкалах, бораках, скриляй и множестве других традиционных кушаний, которые всегда были, есть и, надо полагать, никогда не исчезнут с нашего стола.

Перечисленные блюда, конечно, далеко не однородны, а в глазах рядового поварского работника даже разные. Но если рассматривать их по существу, исходя из особенностей производства, то для подлинного кулинара все они технологически одинаковы, разница лишь в названиях, в составе и во вкусе. Особенно это относится к блюдам, в которые входит пресное тесто. Оно может быть одно, само по себе, и тогда это будет лапша, хинкал, галушки; оно может служить оболочкой для начинки и тогда будет называться пельменями, варениками, дюшбара, бораки, колдунами, в зависимости от того, какой народ его делает и какую начинку кладет; и, наконец, оно может быть сочетанием кусочков теста с кусочками мяса или овощей и в таком случае называться лагман, монпар, шиме, скриляй или лапша с мясом. Но так или иначе, чтобы сделать любое из этих блюд, вам все равно придется начать с приготовления их тестяной основы – пресного теста.

Что такое пресное тесто? В самом наипростейшем виде это мука и вода или мука и любая иная пищевая жидкость: молоко, сыворотка, сметана, подсолнечное масло, пахта, яйцо или же любые сочетания этих жидкостей с мукой.

Выходит, что пресное тесто проще дрожжевого: в нем нет дрожжей, ему не надо подходить. Да, проще. Но почему же мы начали не с него, а перешли к нему как ко второму шагу в кулинарной азбуке? Да потому, что мы договорились подходить к блюдам не с точки зрения тех продуктов, из которых они состоят, а исключительно из сложности чисто кулинарных операций, необходимых для приготовления блюда. В случае с хлебом нам надо было лишь соединить ряд готовых продуктов. Их число (два или десять) при этом не имело никакого значения, ибо дальше мы должны были просто посадить в печь нашу смесь.

При изготовлении же блюд из пресного теста кулинарных операций больше, и они уже носят не просто механический характер, а требуют известного творческого подхода. Вот почему изделия из пресного теста столь отличаются по вкусу у разных хозяек. «Из той же мучки, да не те ручки» – как говорит пословица.

В состав пресного теста очень часто входят яйца.

Иногда они почти полностью заменяют жидкость. Их роль – сделать тесто плотным, крепким, непроницаемым. Это необходимо, чтобы тесто не разваливалось в воде, если оно варится одно, держало бы начинку, если оно используется в качестве оболочки. Но помимо повышенной плотности пресное тесто отличается от дрожжевого тем, что замешивается как можно круче. Помните, подготавливая тесто для хлеба, мы заботились о том, чтобы оно было рыхлым, нежным, мягким, опасались подсыпать слишком много муки. Имея дело с пресным тестом, мы должны опасаться сделать его слишком водянистым, и потому здесь порой используется минимальное количество воды.

Это полное изменение основной задачи диктует и иные правила приготовления.

Возьмите примерно стакан пшеничной муки или чуть меньше, высыпьте ее на деревянную разделочную доску горкой, сделайте в этой горке углубление, то есть превратите ее в подобие кратера (во французской кулинарной терминологии этот прием так и обозначается: сделать кратер), и внутрь этого кратера вбейте яйцо. Затем добавьте одну, максимум две столовые ложки холодной воды, быстро обеими руками замешивайте тесто так, чтобы жидкость не выливалась из кратера. Для этого муку надо равномерно собирать с подножия горки и насыпать ее в кратер, следя одновременно, чтобы не разломать горку в одном каком-нибудь месте. Причем муку надо не просто сыпать, а прижимать ее с силой к жидкости так, чтобы она впитывалась и образовывалось тесто. На первых порах этот простой маневр не удастся – горка сломается, яйцо начнет «бегать», растекаясь по доске. Попытка остановить «беглеца» рукой приведет к тому, что все

руки у вас окажутся вымазанными жидковатым липким тестом, а большая часть муки останется «лишней», на нее «не хватит» жидкости.

Вот здесь, бывает, и опытная хозяйка не сдержится да и плеснет водички. Но этого как раз не следует делать. Максимум воды, который вы имеете право добавить к взятой вами муке, это еще пара столовых ложек. Не давайте себя обескуражить первой неудачей. Как можно быстрее и решительнее смешивайте муку с «крохотным» количеством жидкости – ее вместе с яйцом вполне достаточно, чтобы вобрать в себя стакан муки, чтобы вышло действительно крутое тесто. Если же оно окажется суховатым, то заверните полученный круглый колобок во влажное полотенце и оставьте на 10–15 минут. Но до этого надо постараться хорошенько промять колобок. Тут вы и почувствуете, что это действительно вторая буква кулинарной азбуки.

Если колобок получился нормальным, то все равно его необходимо завернуть в полотенце и оставить в таком виде на 10–15 минут. Зачем? Это называется «расстойка теста». В это время происходит его созревание или, точнее говоря, диффузия составляющих его частей – муки и жидкости. Чем полнее, равномернее пройдет эта диффузия, тем легче вам будет работать с тестом при его раскатывании, ибо тем эластичнее оно будет. Но добиваться его мягкости, прибавляя жидкость, нельзя. Пресное тесто должно быть плотным. Это крайне важно для последующих операций.

Но вот колобок отлежался, расстоялся. Теперь его предстоит раскатать в тонкий лист. Для этого нужны доска и скалка.

Доска, важный «инструмент» домашнего кухонного хозяйства, используется для раскатки теста, нарезки лапши, разделки лепешек и для самой разнообразной обработки всех иных тестяных или овощных изделий (для разделки мяса и рыбы целесообразно иметь отдельные доски). Доска недаром называется доской: она должна быть деревянной. Большинство тестяных поварских и кондитерских изделий разделывается только на деревянной доске. Правда, часть вязких и масляных сладостей требует мраморной доски, а кое-какие виды вытяжного теста приготавливаются (растягиваются) на полотняной, льняной скатерти, но эти изделия редко приходится делать в домашней кухне, да еще новичкам, так что деревянная доска, можно сказать, незаменима во всех случаях.

Лучшее дерево для такой доски – липа, осина, береза, бук. Лучшие размеры – 50×75 сантиметров. Можно использовать старую чертежную доску. Дерево не очень гигиеничный материал, но попытки заменить его пластмассой не удались. Дерево мягко, упруго, податливо. Оно помогает раскатке. Тем более что доска лишь составная и пассивная часть «инструмента», она «работает» вместе с деревянной же скалкой.

Скалки бывают разные. Монолитные – с одной или двумя ручками, или так называемые русские скалки, сработанные из одного куска дерева, из одной «палки», и скалки западноевропейские, вращающиеся вокруг стержня. Такие скалки требуют меньше физической энергии, ими легче работать, зато русские скалки надежнее и ими можно вести практически любой вид раскатки, в то время как вращающиеся скалки больше подходят для дрожжевого, пышного теста, для мягкого – песочного и меньше для крутого – пресного.

Лучше всего, конечно, иметь оба вида скалок в хозяйстве и лично попробовать, какая удобнее.

Кроме этих двух основных видов скалок имеются еще несколько специальных. Например, длинная тонкая скалка для раскатки теста, содержащего масла и жиры. На такую скалку тестяной лист (сочень) постепенно навертывается и сам принимает участие в раскатывании остального теста, вернее, «себя самого». Для того, кто умеет работать такой восточной скалкой-палочкой, само раскатывание превращается в легкую и красивую игру. Но кому не удается приобрести сноровку, подобная скалка – мучение. Тесто на ней путается, сбивается в складки, режется и давится, так что раскатывание приходится повторять вновь и вновь.

Другая специальная скалка – крохотная, с ладонь величиной и толщиной с палец – это джува для раскатки маленьких кусочков теста, в основном для пельменей и для среднеазиатских пирожков – самсы. Работать с ней легко. Ее можно рекомендовать новичкам, у которых с непривычки устают руки.

Наконец, есть еще фигурные, или вырезные, скалки для кондитерских изделий, но в домашней кухне без них можно обойтись.

Деревянные инструменты надо держать в порядке: ошпаривать кипятком до и после работы, счищать острым ножом не только прилипшее, но и впитавшееся в дерево тесто, а также какую-то часть деревянного поверхностного слоя скалки и доски.

Но вернемся к нашему колобку. Раскатать его тоже искусство. Вначале дело пойдет туго, в середине, когда колобок удастся распластать, станет легче, а в самом конце опять встретятся трудности.

Прежде всего тесто начнет липнуть к доске или скалке.

Чтобы это предотвратить, подсыпайте на доску тонкий слой муки, точнее, чуть-чуть, легонько припорошите доску. А сверху на тесто старайтесь не сыпать муку, лучше перевертывайте тестяной лист. Вообще с мукой надо быть осторожным. Слишком много ее затруднит раскатывание, сделает тесто сухим, ломким. А это уже порок, это тоже повлияет на вкус. Ведь лимит муки вы (помните?) уже использовали при самой первоначальной лепке колобка. Его и надо в основном придерживаться.

А до каких пор следует раскатывать?

Этот вопрос всегда беспокоит новичков.

Раскатав тесто до трех миллиметров и уже намучившись с ним, они обычно считают, что сделали все возможное. Но оказывается, что надо раскатывать дальше. До одного миллиметра. До толщины бумаги. Без навыка это кажется почти немыслимым. А после небольшой практики выясняется, что можно раскатывать и тоньше – пока тесто не начнет просвечивать и при этом отнюдь не будет рваться.

Чем тоньше раскатано тесто, тем вкуснее изделие из него. Надо также иметь в виду, что при отваривании тесто сильно разбухает, и двухмиллиметровый лист, кажущийся достаточно тонким в сухом виде, в отваренном превращается почти в четырехмиллиметровый, плохо проваренный, кляклый тестяной лоскут. Да и отваривать придется дольше, а это грозит перевариванием теста и его прободением, что особенно опасно, если вы делаете пельмени или вареники. Нежелание приложить побольше усилий при раскатке может впоследствии свести всю вашу работу на нет.

Наконец вам удалось раскатать тестяной блин до идеальной тонкости. Ну и вырос же он – даже на доске не умещается!

Если вы заметили раньше, что тестяной сочень великоват и вам от этого неудобно его раскатывать тоньше, то разделите с самого начала колобок или сочень на две половины и раскатывайте каждую в отдельности. Опытные повара, однако, не всегда прибегают к этому приему: ведь тогда приходится повторять раскатку дважды, и при этом не только теряется время, но и сохнет, затвердевает, теряет эластичность другая половина теста, ожидающая своей очереди. Вот почему следует обернуть ее во влажную салфетку и положить в кастрюлю, накрыв последнюю крышкой!

В восточной кухне, в Татарии, Башкирии, на Урале и в Сибири, не говоря уже о Средней Азии, часто используют еще один прием. Отрезают от колобка небольшие кусочки теста величиной с орех и раскатывают их каждый в отдельности маленькими скалочками. Так поступают, когда делают пельмени. При известной сноровке такая раскатка идет очень споро, быстро.

Итак, мы раскатали наш большой и тонкий-претонкий тестяной лист. Если он не умещается на доске целиком, а свисает по ее краям, то придется все же разделить его пополам.

Теперь этот лист-«блин» – основа для многих тестяных блюд. От нас зависит, что из него сделать, в какое конкретное кушанье его превратить.

Если мы нарежем его полосами шириной в 2–3 сантиметра, а потом разделим их на куски длиной 6–7 сантиметров, то в отваренном виде такая широкая лапша будет называться хинкалом. Для русской лапши надо тонкий тестяной блин свернуть аккуратно в трубку, а чтобы тесто при этом не слиплось, дать листу после раскатки полежать на доске в развернутом виде минуты три, затем присыпать его слегка мукой и после этого безбоязненно свертывать: даже при очень тонкой раскатке слипания не произойдет, если мы раскатывали блин из действительно крутого теста. Если же тесто содержит больше воды, чем нужно, то раскатывать его будет, конечно, намного легче, но при свертывании в трубку оно склеится, и вся наша работа пойдет насмарку.

Осторожно сплющив эту трубку, острым ножом нарезайте поперек и чуть наискось тонкие, толщиной всего в 2–3 миллиметра, полосочки или колечки. Окончив нарезку, расстелите на свободном столе чистую скатерть или бязь и разверните каждое из этих колечек, стараясь не порвать тонкую, длинную нить лапши. Разбросайте эти «спагетти», «ниточки», «веревочки» по скатерти в любом беспорядке, но по возможности просторно (они не перепутаются) и дайте им подсохнуть.

После этого можно либо немедленно готовить из них блюда: лапшу, лагман, либо засыпать их в суп, либо оставить на день-два, чтобы использовать тогда, когда возникнет необходимость.

Если же вы намерены сделать из раскатанного вами тестяного листа не лапшу, а вареники или пельмени, то стоит лишь нарезать его крупными квадратами 5×5 или 6×6 сантиметров или же тонким опрокинутым стаканом вырезать круги. Обе эти формы используются с одинаковым успехом, но последнее время отдают предпочтение квадратной форме. Хотя изделия получаются внешне менее красивыми, но зато не бывает отходов – обрезков, которые придется вторично раскатывать. Так что окончательный выбор формы изделия из теста зависит исключительно от вас, от вашего времени, желания. На вкус форма не окажет никакого влияния.

Может, однако, возникнуть вопрос: а стоит ли вообще готовить домашние тестяные блюда, требующие и времени, и труда, и искусства, когда ныне легко можно воспользоваться готовыми лапшой, вермишелью, спагетти разного качества, различными макаронами, ушками, рожками и иными мучными изделиями?

Давайте разберемся. А затем делайте вывод сами.

Что представляют собой готовые макаронные изделия? И в чем их отличие от домашних?

Все промышленные изделия макаронно-вермишелевого типа делаются из муки так называемых твердых пшениц. В своей кулинарной практике, в нашем домашнем хозяйстве, мы имеем дело исключительно с мукой из мягких пшениц. Таким образом, разница между домашними и фабрично-заводскими изделиями состоит прежде всего в исходном сырье.

Существенна ли эта разница? Что такое твердые пшеницы? Это наиболее ценные в пищевом отношении пшеницы, обладающие 20 и более процентами белка (до 26), в то время как в мягких содержится в среднем вполовину меньше (по международному стандарту – 12,5 процента, а в ряде отечественных сортов доходит до 14–15 процентов).

С точки зрения белкового содержания твердые пшеницы, разумеется, ценнее. Но главное их достоинство для пищевого производства – это высокие хлебопекарные качества, то, что они «хорошо держат форму» изделия и тем самым позволяют сохранять стандарт в весе, объеме, внешнем виде, цвете, а следовательно, и устанавливать стандарт в цене. Это обстоятельство крайне важно при массовом производстве, когда выпускаются сотни миллионов и миллиарды буханок, батонов и когда макароны, вермишель фасуются в пачки не столько по весу, сколько по объему, причем этот равный объем дает и равный вес.

Старшее поколение жителей нашей страны помнит то время, когда хлеб продавали в магазинах на вес и за ним волей- неволей в крупных населенных пунктах ранним утром образовывались очереди: один брал 600 граммов, другой – 400, 300, 800, причем белого – столько, а черного – столько. Теперь же, когда принято в любые промышленные хлебные изделия добавлять известный процент муки твердых пшениц или целиком выпускать их из такой муки, например вермишель, макароны, отпала необходимость взвешивать хлеб: разница в батонах и буханках хотя и имеется, но крайне несущественная.

Твердые пшеницы, особенно в промышленных изделиях, не только имеют стандартный вес и «держат форму», но, употребляемые строго по ГОСТу, дают и совершенно одинаковый вкус из года в год. И хотя вкус продуктов очень хорош, но в силу своей одинаковости он имеет свойство приедаться. Вот почему люди, часто пользующиеся стандартными, промышленными мучными изделиями, испытывают инстинктивное желание хотя бы временно сделать перерыв в их употреблении и поесть чего-то домашнего. Здесь сказывается одно из таинственных свойств вкуса – его способность вызывать у нас особые эмоции, влиять на нашу психику помимо самого пищевого продукта.

Вкус всегда должен меняться, разнообразиться. Инстинктивно чувствуя необходимость смены вкуса, человек обычно перестает есть одно пищевое изделие и переходит на другое. Именно так обстоит дело, когда мы просим заменить нам гарнир из макарон жареным картофелем.

Мы просто меняем продукт, чтобы изменить вкус, ибо связываем вкус с определенным видом продукта.

Однако в кулинарном отношении это неправильно, примитивно. Продукт может оставаться одним и тем же, но вкус его меняться. Все зависит от кулинарной обработки, а не от исходного сырья. Хорошо известен следующий исторический рецепт.

Наполеон I терпеть не мог куриного мяса. Причина этого нерасположения сложилась постепенно. На Корсике, где родился Наполеон в бедной семье, самым дешевым и доступным блюдом была курица. Остров буквально кишел ими. Приготавливали же курицу обычно: отваривали, получая одновременно суп и мясо.

Когда Наполеон стал капралом, а потом офицером, то на любом биваке, в любой деревне, где располага-

лись солдаты, чаще всего на обед была курица. В течение трех десятилетий употребляя ее почти ежедневно, Наполеон в конце концов приобрел к ней стойкое отвращение. И когда он стал первым консулом, а затем и императором, то приказал своим поварам, чтобы они никогда и ни под каким видом не смели ему приготавливать курицу. Ослушнику грозила гильотина. Немудрено, что повара свято исполняли требование Наполеона. До тех пор, пока его поваром не стал Лягюпьер. Это был артист, виртуоз кулинарного искусства, и он не привык, чтобы ему мешали в его кулинарных замыслах и придумках. Он молча выслушал распоряжение императора и на следующий же день подал ему на обед… курицу, причем никак внешне не замаскированную. Наполеон был вне себя от бешенства. Вызванный для объяснения Лягюпьер хладнокровно заявил Наполеону, что последний волен его, конечно, казнить, но пусть вначале попробует хотя бы кусочек блюда. Если оно не понравится, то Лягюпьер готов расстаться со своей головой.

Удивленный Наполеон более из любопытства, чем от желания есть, попробовал блюдо кулинара и был поражен, что оно не имеет специфического запаха и вкуса куриного мяса, столь раздражавшего его.

С тех пор Лягюпьер получил разрешение включать куриное мясо в императорское меню и каждый раз готовил Наполеону курицу так, что вкус блюда был иным[1].

С мучными (или тестяными) изделиями происходит примерно то же: стоит их приготавливать каждый раз с иным вкусом, как они сразу же перестают приедаться.

При этом важно подчеркнуть, что при домашнем изготовлении добиться изменения вкуса тестяных изделий намного легче, чем любого другого блюда.

Почему?

Да потому, во-первых, что выдерживать всякий стандарт при домашнем приготовлении очень трудно, а в мучных изделиях почти невозможно, ибо каждый раз мука может иметь разный помол, разную влажность, а яйца разную величину, молоко разную жирность и вкус.

Но помимо этих, чисто случайных отклонений, вкус тестяных изделий легко варьировать вполне сознательно.

Для этого имеется масса приемов.

Первое. Делать к основной используемой муке (например, к пшеничной) различные добавки другой муки – от десятой части до трети или даже до половины. Так, можно к стакану пшеничной муки добавить две-три столовые ложки ржаной, или рисовой, или гречневой, или картофельной. В каждом случае получится тесто с иным вкусом.

Второе. Менять жидкую часть или добавлять к основной жидкости незначительные добавки то сметаны, то сыворотки, то подсолнечного масла, то лукового сока, то морковного сока и т. д. и т. п.

Ни одна из этих вариаций не изменит той схемы приготовления, которой вы научились, но зато значительно обновит вкус изделия. А можно ли так готовить? Ведь введение какого-нибудь нового компонента обычно означает чуть ли не изобретение нового блюда! То есть это будет какая-то другая лапша, раз у нее появится новый вкус?!

Рассуждать так – значит проявлять формализм и педантизм в такой сфере, которой более пристало творчество. Дело не в названии блюда, изделия, а в том, чтобы владеть его изготовлением. Да, к сожалению, четко установленные ГОСТы и ТУ (технические условия), просто необходимые в общественном питании, поскольку оно связано с определенными фондами и определенной финансовой дисциплиной, иногда возводят в ранг непререкаемого постулата и распространяют его и на домашнее питание. А оно, это домашнее питание, тем и отличается от общественного, что дает возможность каждому из нас придать своему столу те черты индивидуального, личного вкуса, которые было бы попросту смешно унифицировать. Вот уж где поговорка «о вкусах не спорят», безусловно, к месту.

А впрочем, решайте сами. Хотите вы творить на кухне, подходит это к вашему характеру, запросам, желаниям или не очень. Только прежде чем решить, вспомните, что даже Наполеон снизошел до того, чтобы вначале попробовать, а уж потом делать вывод!

[1] Для этого, впрочем, не требовалось особенного труда – необходимо было только менять пряности. Попробуйте сами тушить курицу («ножки Буша») с кардамоном, и вы добьетесь результатов Лягюпьера. Наполеон взял Лягюпьера с собой во время похода в Россию в 1812 г. Но при бегстве из России во время переправы через Березину в общей панике Лягюпьер со своим кухонным обозом отстал, и Наполеон бежал в Париж без повара. При переправе через Неман в декабре 1812 г. Лягюпьер погиб.

Итак, мы изготовили пресное тесто, раскатали его не без труда, нарезали из него лапшу или разделили его на квадратики для пельменей или вареников, но все это еще далеко не блюдо. Мы остановились чуть дальше чем на полпути к нему.

Каков же следующий шаг молодого кулинара?

Вот здесь пути блюд впервые расходятся, здесь в этот момент определяется их индивидуальность. Если это лапша, то достаточно отварить ее, бросив в кипящую, слегка подсоленную воду. Если это вареники или пельмени, то необходимо начинить их. Но о том, как делать любимые начинки все равно для каких изделий – пельменей, пирогов, пирожков, вареников или жареного поросенка, – мы будем говорить в другом месте. Сейчас нас интересует только то, что относится к тесту. Допустим, мы положили ту или иную начинку, которой достаточно всего чайной ложечки на вареник или пельмень, ибо важно, чтобы он не был слишком полон. Каков должен быть следующий шаг, следующая кулинарная операция?

Имя ей – защипывание. Это тоже искусство. И притом важное для успеха всего блюда. Допустим, вы защипали как будто бы неплохо, но лишь положили пельмени или вареники в кипящую воду, как они, едва достигнув дна, стали распадаться. Или начали лопаться по швам как раз в тот момент, когда вы полагали, что через пару минут блюдо будет готово и вы сможете наконец испробовать результаты ваших мучений.

В чем же дело? Поставить правильный диагноз в подобном случае крайне важно. Ведь если вы не обнаружите причины дефекта, то ошибка грозит повториться не раз и не два. Более того, если вы привыкнете делать одинаково плохо, вам будет все труднее переучиваться.

Итак, каковы могут быть причины?

Наиболее частая, особенно у новичков, – обсыхание, обветривание краев теста у будущего пельменя. Пока вы раскатываете тесто, пока его нарезаете на правильные квадраты, пока возитесь с раскладыванием начинки, время идет, и тесто неумолимо сохнет. Оно теряет упругость, эластичность и вместе с тем клеящие способности. Наскоро сдавив края пельменя, вы вроде бы и достигаете их соединения. Но только временно. Тесто не сливается в нерасторжимую единую массу. Что делать в таком случае?

Первое. Приготавливать тесто не на кухне, а если и на кухне, то не у горячей плиты, а подальше от нее, например на окне. Это умерит подсыхание теста.

Второе. Перед защипкой пельменей или вареников провести по всем краям квадратов влажным пальцем.

Использовать для замеса теста по возможности ледяную воду, специально охлажденную в холодильнике.

Третье, и главное. Применять определенные виды защипки, а не кое-как, с разной силой, с разной аккуратностью сдавливать края пельменя или вареника. Видов защипки несколько:

I. Пироги защипывают четырьмя способами:

1. Гребешком.
2. Боковушкой.
3. Кармашком.
4. Каймой.

II. Пельмени обычно защипывают по-домашнему только ушками-треуголями, а в промышленности их изготавливают машинкой, которую в миниатюрном виде иногда выпускают и для домашнего обихода. Но машинная защипка обычно непрочная, так как не оставляет ранта у теста, а потому машинные пельмени всегда приходится немного недоваривать, чтобы они не развалились.

III. Вареники защипывают двумя способами: плоско (то есть без шва), простым сжиманием краев и со швом (украинские), по типу боковушки.

IV. Ватрушки и сладкие пироги (круглые, с вареньем) защипываются разными затейливыми способами:

1. Загогулиной.
2. Шнурковым швом.
3. Узким рантом.
4. Обкладным или накладным рантом.

К мелким изделиям с начинкой: пирожкам, плюшкам, мантам, крупным вареникам, чебурекам – применяют и другие виды защипки:

1. Лапчатую.
2. Разрезную зубчатую.
3. Катаную зубчатую.
4. Кисетную (сборчатую).
5. Щипаную.

Основные условия прочной защипки теста заключаются не только в использовании правильных видов защипки для разных тестяных изделий, но и в выполнении, соблюдении основных условий, при которых должна происходить защипка:

1. Тесто должно быть холодным, влажным, а не заветренным.

2. Края теста должны быть смоченными.

3. В местах защипывания тесто должно быть точно наложенным и сильно сжатым.

4. Использование правильных приемов при защипывании особых видов теста. Например, масляное тесто следует защипывать только шнурковым швом или сочетанием разрезного с накладным рантом.

Лишь правильно защипав, убедившись в прочности шва, можно с легким сердцем опускать (бросать, как выражаются кулинары) вареники или пельмени в кипящую воду. Но и здесь есть свои маленькие секреты.

СЕКРЕТЫ (ПРАВИЛА)

Кастрюля должна быть невысокой, широкой, так чтобы пельменям в ней не было тесно. Вода должна заполнять ее на три четверти или две трети, а не до краев. Воду надо подсаливать сразу после закипания, но до того, как бросать в нее пельмени. Вместе с солью надо положить мелко нарезанный лук, лавровый лист, укроп, петрушку, если отвариваются мясные или рыбные пельмени и вареники.

Варка идет от 8 до 12 минут в зависимости от размеров вареников (пельменей). После того как они всплывут, огонь надо слегка сократить, чтобы бурление не было слишком заметным, ибо это тоже одна из причин позднего распада вареников.

Но всплытие еще не сигнал готовности изделия, как многие считают. Изделие должно свариться по крайней мере треть того времени, какое необходимо для полной его готовности: обычно от 3 до 5 минут.

Наконец наши вареники сварились! Готово ли блюдо?

Не совсем. Надо осторожно выловить их большой ложкой или шумовкой (ложка с дырочками или сеткой) из кастрюли с водой, сложить в кастрюльку или сотейник, дать сойти с них лишней воде, слить ее и только затем распределять по тарелкам (порциям) и сдабривать маслом, сметаной или медом, сиропом, если вареники сладкие. Если не дать отстояться и не сцедить остаточную воду, а поспешить и выложить их сразу из кастрюли в тарелку, то вода выступит через пару минут, и положенные нами в качестве приправы сметана или масло всплывут, соскользнут с вареников, так и не коснувшись их (масло и сметана легче по удельному весу и не растворяются в воде, а плавают на ее поверхности), и не придадут никакого вкуса блюду, а просто-напросто обмажут собой тарелку и пропадут зря. Обычно так в большинстве случаев и бывает.

Хороший же кулинар обязательно убедится, что вареники отбросили воду, сцедит ее. Да еще слегка подсушит вареники, поместив сотейник всего на пару минут на огонь. Пустяк, а имеет огромное значение для улучшения вкуса. К обсохнувшей поверхности теста масло и сметана не только пристанут, но и впитаются в нее. Это сразу намного улучшит вкус и консистенцию теста, а кроме того, сбережет сметану, и она вся попадет по назначению. Только когда все это выполнено, можно считать, что блюдо готово.

Ну а съесть его можно за несколько минут. Часто это обескураживает молодого повара. Работал-работал, старался-старался, времени и сил ухлопал уйму, а все результаты уничтожили за десять-пятнадцать минут.

Обидно! Недаром в ресторанах кое-где стремятся помытарить гостя, растянуть время обеда, находя в этом удовлетворение для своего самолюбия и полагая, что и посетитель вроде бы тоже проникается уважением к столь длительной процедуре. Но в действительности это не так.

Цель кулинарного производства или творчества в том и состоит, чтобы принести максимальное удовлетворение человеку. И чем меньше он при этом будет испытывать неудобств и помех, тем это удовлетворение будет полноценнее. А оценка качества пищи и уважение к повару, ее сделавшему, будут подсказаны вкусом этой пищи, а не тем временем, за которое ее сделали. Вот почему независимо от того, готовим ли мы для себя или для других, мы никогда не должны жалеть потраченного на это времени. Был бы результат хорошим! А остальное не так уж важно. Такова особенность кулинарного производства.

Даже шедевры кулинарии не могут быть сохранены ни в каких музеях. Они съедаются тем быстрее, чем они прекраснее.

Начиная рассказ о тестяных блюдах, мы сказали, что умение приготовить тесто даст возможность сразу овладеть несколькими блюдами, не зазубривая рецепт каждого из них.

Комбинации различных видов муки, изменения «жидкостей» делают, как мы знаем, само тесто для лапши, пельменей, хинкала, вареников весьма различным по вкусу. Различный вкус придают и начинки. Но, помимо этого, каждое блюдо с иным названием требует и небольших дополнительных операций, чтобы его

тестовая основа отличалась и своей консистенцией. Так, галушки могут быть сделаны из более мягкого, менее крутого теста, раскатанного не блином, а жгутиком толщиной с карандаш и нарезанного кусочками по одному-полтора сантиметра. Эти кусочки должны полежать примерно полчаса-час, чтобы основательно «завянуть», и только потом их можно отваривать.

Бораки, армянские пельмени, отличаются тем, что остаются открытыми с одного конца (сверху) и имеют форму стаканчиков. Их ставят вертикально, плотно прижатыми друг к другу, в кастрюлю, куда наливают немного воды (кипятка), смешанного с небольшим количеством масла, чтобы бораки не слиплись при отваривании. Прогреваясь под крышкой на умеренном огне, бораки поспевают не столь быстро, как другие тестяные блюда. Иногда после варки их еще слегка обжаривают.

Хинкал отваривают не в воде, а в мясном бульоне.

Лапшу можно, отварив наполовину в воде, доваривать в молоке, а затем добавлять не только масло, сметану, но и тертый сыр. Получается чрезвычайно вкусное блюдо.

Дюшбара, колдуны – мелкие пельмени требуют крайне тонко раскатанного теста, почти прозрачного. Кроме того, они отличаются и начинкой и отвариваются в бульоне с добавлением сливочного масла.

Литовскую лапшу, скриляй, такую же широкую, как хинкал, отваривают в небольшом количестве воды с кусочками ветчины.

Словом, каждое небольшое изменение, небольшая вариация в процессе выделки или отваривания рассчитана на то, чтобы привести к новому вкусовому эффекту.

{ ГЛАВА 4 }

ШАГ НОМЕР ДВА. ЭТО ПРИМИТИВНОЕ И НЕРАЗГАДАННОЕ ЗАПЕКАНИЕ

ИТАК, мы сделали маленький шажок в большой и многоликий мир поварского и кондитерского мастерства, шажок, который пока может вызвать кое у кого чувство разочарования – ведь вложено уже немало труда, а узнали лишь крохотную частичку кулинарной науки, и оттого предстоящий путь кажется гораздо длиннее, чем прежде, когда мы не открывали книгу… Так, путник, поднявшись на вершину горы, преграждавшей ему дорогу, вдруг ощущает, как много осталось еще пройти, ибо он теперь видит путь, лежащий перед собой, значительно отчетливее и яснее…

Если это ощущение наступило, не смущайтесь. Это хорошо. Оно залог успеха, если вы по природе упорны и настойчивы и если в вас теплится хоть искорка интереса.

Каков же наш следующий шаг? Какова последовательность кулинарной азбуки?

Мы умеем смешивать готовые, обработанные промышленностью пищевые продукты, можем лепить и вырезать из них различные фигуры, полосы, ленты. Мы умеем, наконец, подвергать эти тестяные изделия действию огня и воды – выпекать или отваривать их. Это тоже просто, потому что существенных изменений с тестом при этом не происходит. Оно лишь чуть-чуть увеличивается в объеме – «подходит» в печи или разваривается в воде. И в обоих случаях следить за этим процессом несложно, ибо время выпечки заранее известно из рецепта или может быть точно определено, в зависимости от размера тестяного изделия и температуры печи; готовность же блюда – румяный цвет и хлебный дух – также устанавливается без особого труда глазом и… носом.

Но что произойдет, если в печь или прямо в огонь поместить какой-нибудь иной продукт, а не тесто?

Да, многие сырые продукты можно приготавливать не в посуде, а непосредственно помещая их над огнем, ничем не защищенные, не закрытые; и они при этом не сгорят, не испортятся, если, конечно, мы будем соблюдать определенные правила.

Дело в том, что действует при этом не огонь сам по себе, а исходящее от него тепло. Поэтому важно прежде всего задержать тепло, не дать ему улетучиться, а во-вторых, максимально использовать его силу. Обе эти задачи решаются с помощью плиты или – еще лучше – духового шкафа, который ограничивает, заключает тепло в замкнутое пространство. При этом максимум тепла сосредоточивается на верхней полке или «ступеньке» духовки, подальше от огня.

На открытом воздухе, когда нет замкнутого пространства печи, тепло трудно удержать, и поэтому нет смысла разводить большой огонь, достаточно лишь углей, аккумулирующих жар, но зато в этом случае продукт приходится помещать поближе к источнику тепла. Если же сделать над углями небольшой жестяной навес, то тогда продукты нужно располагать не ближе, не ниже, а дальше и выше от углей, ибо там будет концентрироваться максимум тепла. Таким образом, принцип одинаков для готовки и в духовке, и на углях костра. В обоих случаях он будет проявляться по-разному, но носить одно и то же название: запекание.

Это древнейший способ приготовления пищи на огне, но он с успехом может быть использован и в наши дни. И не только в туристском походе, под открытым небом, но и в условиях городской квартиры как на газовой, так и на электрической плите.

Мы часто говорим, что «шашлык жарится». Это неверно. Шашлык запекается или, еще точнее – обжигается (отсюда французский кулинарный термин «гриллировать» – обжигать, название современной портативной электрической шашлычницы – «гриль»). Точно

так же запекается, а не жарится и любой другой пищевой продукт на открытом огне или в духовом шкафу.

В чем же разница? Только ли в словах? Или в существе процесса? И насколько важна эта разница для приготовления пищи: для ее вкуса, времени готовности, расходов и не в последнюю очередь для физиологической и диетологической полезности приготовленных блюд?

Прежде всего жарение – процесс сложный, трудный. Его освоение не под силу не только новичкам в кулинарии. Порой на жарении спотыкаются и бывалые кулинары. Словом, жарение где-то в конце нашей кулинарной азбуки.

Запекание же попроще, даже лучше сказать – просто, с точки зрения приложения кулинарных знаний. Здесь можно довериться огню, предоставить ему выполнять роль повара при том единственном условии, что вы сами хорошо выполните роль помощника повара. Что это значит? Это значит, что при запекании главное – подготовить пищевой продукт, сделать предварительно, до помещения в жар, все необходимое.

Запекание потому отошло на задний план в нашей кулинарной практике, что забылась его специфика: главное – в предварительной подготовке продукта. Если же запекать без подготовки, если не знать правил запекания, то продукт можно испортить.

Для начала запомним, что каждая группа продуктов – овощи, фрукты, рыба, мясо, дичь (птица) – имеет свои особые, только ей присущие способы подготовки.

Самое легкое – фрукты. Для запекания можно использовать плотные, семечковые фрукты, а именно: яблоки, айву, груши. Они запекаются без всякой подготовки, если не считать необходимости вымыть их и, сделав в середине выемку с одного конца, начинить сахаром или вареньем. Но запекать их следует всегда на листе и предпочтительнее в духовке, повыше. Время запекания в пределах 10 минут, до растрескивания кожицы.

С овощами приходится чуть-чуть больше повозиться. Для запекания годны прежде всего все корнеплоды: картофель, морковь, свекла, брюква, репа, редька; из некорнеплодов – кольраби, цветная капуста, помидоры, баклажаны, сладкие перцы, репчатый лук.

С корнеплодами обращение одинаковое: тщательно отмыть от земли и проверить, нет ли явных и скрытых (внутренних) повреждений. Отобрать только чистые, неповрежденные, высококачественные овощи. Запекать недоброкачественные или подозрительные, даже с небольшими дефектами, нецелесообразно, так как при чистке они могут оказаться полностью испорченными, но изменить что-либо будет поздно. Дефектные же овощи могут пойти для других целей, например для супа, для жарения, когда овощи чистят, режут, измельчают и таким образом легко могут обнаружить и выбросить любую недоброкачественную часть.

Кожу с запекаемых овощей не срезают. Их лишь тщательно моют, а затем обязательно вытирают и кладут в духовку сухими. Запекать лучше всего на решетке, но можно и на листе, и на противне.

Сложнее обстоит дело с некорнеплодами. Там нет единого для всех правила. Так, например, кольраби запекают как корнеплоды, ибо по своей структуре она похожа на них. Помидоры, перцы – как фрукты. Лук – в очищенном от верхней коричневой кожуры виде, иногда даже нарезанным на широкие кольца-кружочки или на дольки, и обязательно на решетке. Иногда лук запекают, вынув из него середину и нафаршировав его. Баклажаны – нарезав на кружочки или разрезав (чаще надрезав) вдоль и предварительно посолив; через 10–15 минут, отжав рукой от соли и жидкости, ставят в духовку. Цветную капусту – освободив от листьев, помыв и обсушив.

Все некорнеплоды, однако, как «нежные существа», надо запекать не на верхней, горячей, полочке духовки, а чуть пониже, на средней или ближе к середине.

Словом, овощи требуют минимальной обработки, образно говоря, лишь «омовения», но зато индивидуального обхождения, которое надо запомнить. Время готовности у них всех также индивидуальное: от 5 до 20–25 минут (крупный картофель).

Запеченные корнеплоды надо обязательно очистить от запекшейся кожицы и затем употреблять в блюда или подавать к столу, а некорнеплодные овощи готовы для еды сразу же после запекания.

Вкус всех запеченных овощей значительно отличается от отварных. Они суше, душистее, с привкусом запеченного в них овощного сока. Их используют обычно в салатах, в винегретах, где они улучшают закуски в целом, придавая им самостоятельный, ярко выраженный вкус. Но для гарниров к рыбе, мясу лучше брать отварные овощи, ибо там они играют вспомогательную роль и их нейтральный, слабо выраженный вкус лучше гармонирует с самостоятельным вкусом главного продукта.

Перейдем теперь к запеканию рыбы. Для этого годна практически любая рыба, но предпочтительнее все же плоская, а не веретенообразная. Речная или морская – существенной роли не играет. Основное требование, чтобы она была абсолютно свежей, неиспорченной, и в этом случае может быть как живой, уснувшей (снулой), охлажденной, так и замороженной, причем запекание мороженой рыбы вовсе не требует ее размораживания.

Второе условие наряду со свежестью – это целостность. Запекать можно лишь рыбу, совершенно целую, имеющую голову, хвост, плавники и не нарушенную никаким разрезом или проколом. Если это рыба речная, то у нее должна быть полностью сохранена чешуя, ее панцирь, ее покров.

Почему это условие не только крайне важно, но и абсолютно непременно? Да потому, что запекаемая рыба должна быть закрыта герметично, а ее естественная оболочка и является таким покровом, лучшим, чем любой искусственный. Уж так хорошо постаралась природа. Надо обязательно проверить, не нарушилась ли эта герметизация. Когда мы удостоверились, что рыба цела, надо обмыть ее от внешней слизи и загрязнений, проверить, не захватила ли ее ржавчина (для этого понюхать обмытую рыбу), и, если все в порядке, начать подготовку к запеканию.

Вся эта подготовка состоит в одной-единственной операции: рыбу надо хорошо обсыпать (или даже обмазать, поскольку она влажная) слоем простой поваренной соли, лучше не мелкого, а среднего или крупного помола и по возможности не йодированной, а выварочной.

Еще раз обращаю внимание: рыбу не надо ни чистить от чешуи, ни вспарывать и вычищать от внутренностей. Запекание может происходить только при условии полной герметичности. Лишь в этом случае рыба, как продукт, насыщенный жидкостью, но не водой, а рыбьим соком, содержащим массу белков и других полезных веществ, сохранится полностью и по массе, весу, и по составу входящих в нее веществ, и по вкусу. Достаточно единственного пореза, единственного прокола в этой герметической обшивке, чтобы часть или весь ценнейший рыбий сок ушел и тем самым не только обесценил продукт, но совершенно испортил блюдо.

И вот, предусмотрев все, мы густо обсыпали рыбу солью, положили ее на лист в духовку повыше, и она пробыла там 10–20, а может быть, и 30 минут в зависимости от величины. Если рыба толстая и крупная, надо, чтобы она, запекшись на одном боку (минут 20), была бы своевременно перевернута на другой. Плоская рыба обычно запекается без перевертывания максимум за 25 минут. В течение всего этого времени нет надобности смотреть и следить за запеканием. Надо лишь точно заметить время, когда рыба положена на лист, а затем посмотреть на ее состояние минут через 15. Впоследствии опыт подскажет, сколько времени уйдет на запекание рыбы любой величины. Порода не имеет никакого значения. Все зависит от размеров.

Главным показателем готовности служит затвердение корки на рыбе, что проверяется постукиванием по ней любым предметом: вилкой, ножом, палочкой. Другой показатель зрительный: иссыхание соли, некоторое пожелтение ее по краям и в местах истончения соляного слоя, даже иногда коричневение.

Вынув запеченную рыбу из духовки, не спешите вскрывать ее. Положите на блюдо, а еще лучше на доску, дайте ей остыть минут 10–15. Затем отломите голову и осторожно снимайте поверхностную корку, образовавшуюся из сплава соли, чешуи и кожи. Перед вами окажется чистая, сверкающая белизной поверхность рыбы, как бы отваренная по виду, но иная по вкусу.

Сняв корку с одного бока, не спешите переворачивать рыбу. Осторожно освободите ее сначала от внутренностей. Поскольку они выложены специальной пленкой, изолирующей их от мяса, то при осторожном обращении можно так легко и чисто вынуть спекшиеся рыбьи внутренности, что на мясо ничего не попадет и оно не будет горчить. Только после того как внутренности вынуты, можно переворачивать рыбу на другой бок, но уже класть не на доску, а на блюдо очищенной стороной и снимать оставшуюся корку. Рыба будет целой, но чистой, оголенной, готовой и для еды, и для употребления в другие составные блюда – салаты, вторые, закуску.

Как видим, запекание полностью освобождает хозяйку от ряда неприятных операций по чистке рыбы, иногда даже опасных для неопытных людей. Именно при чистке наиболее часты не только порезы из-за соскальзывания ножа с рыбьей чешуи и кожи, но и проколы рук острыми плавниками и костями. Возможна также порча рыбьего мяса при разделке из-за затекания

на него рыбьей желчи, печеночного сока и содержимого желудка. Все эти «подводные камни» и помогает обходить запекание.

Следующий этап, несомненно, более высокая ступень запекания – это запекание птицы и мяса. И читатель, по-видимому, уже догадывается, почему это так.

Ведь при запекании крайне важна герметичность. От нее зависит более чем половина успеха, если не весь успех. Но когда мы имеем дело с мясом, то о герметичности, о ее сохранении трудно говорить. В этом случае речь могла бы идти о целом животном. Целая птица (домашняя курица, утка, индейка, гусь) вполне возможный вариант, но и тут чаще мы имеем дело с уже разделанной препарированной тушкой. А в отношении мяса ни о какой герметичности говорить не приходится – мы всегда в кулинарии встречаемся лишь с той или иной частью животного, которая со всех сторон открыта.

В этой связи интересно отметить, что у скотоводческих народов на протяжении их истории сложились приемы разделки мяса только на так называемые «жилики» – на части, которые соединялись друг с другом лишь жилами, сосудами, суставами, но сами по себе образовывали изолированный, герметизированный мир, обтянутый своей полостью и пленкой. Именно такими «жиликами» запекалось первоначально мясо в национальных кухнях казахов, калмыков, хакасов, монголов, белуджей и других скотоводческих народов. Они, конечно, не знали принципа герметизации, но вековой опыт подсказывал им, что лишь такой путь возможен при запекании.

Впоследствии, однако, были выработаны приемы, позволяющие вести запекание и разгерметизированных частей. Именно этими приемами можем воспользоваться и мы в современной кухне.

Их несколько. Каждый возник не сразу (один через века после другого) и у разных народов. Мы рассмотрим их, так сказать, в хронологическом порядке, от наиболее древнего, самого простого, до наиболее современного.

Еще в глубокой древности горные и пастушеские народы Азии заметили, что наилучший способ приготовления мяса – запечь целую тушу животного, не снимая с него даже шкуры. В этом случае как бы воспроизводился тот же эффект, что и при запекании целой рыбы, – сохранялась полная герметичность, и мясо поэтому было как бы сваренным в собственном соку, в то время как обгорали лишь шерсть и шкура животного.

При разделке мяса на «жилики» защитный покров становился тоньше и сам сгорал или превращался в корку вместе с небольшим тонким слоем подпленочного мяса, но основная часть его оставалась сочной (в результате запекания она не напоминала вареное мясо, а была близка по вкусу к жареному).

Когда же попытались приготавливать на открытом огне куски не защищенного пленкой мяса, то увидели, что довольно толстый слой его поверхности либо обгорал, либо даже обугливался, либо, наконец, при осторожном запекании сильно затвердевал, так что пригодной для еды оставалась, по существу, лишь середина, ядро каждого куска или кусочка. Если же куски были невелики, то они затвердевали целиком, и мясо становилось непригодным для еды или невкусным. При этом было замечено, что основная причина затвердения мяса заключается в потере им сока. И сок этот теряется тем больше, чем меньше по размеру кусок и чем длительнее идет запекание.

Отсюда был сделан вывод: надо сократить время запекания и брать куски побольше. Однако эти задачи противоречили друг другу: чем больше был размер куска, тем больше требовалось времени на запекание. Тогда пришли к другому решению: надо сократить время за счет выбора небольших кусков мяса, но они должны быть такими, чтобы количество сока в них было как можно больше. Лишь в этом случае сок не успеет вытечь полностью за короткое время и мясо будет сочным, несмотря на то что оно разгерметизировано.

Лучше всего запекать либо мясо молодого животного, менее плотное, менее сухое, насыщенное влажными субстратами, либо очень жирное мясо. Поскольку в процессе запекания жир под действием температуры растапливается (плавится) быстрее, чем мясо, то он превращается в жидкость, которая насыщает мясо, заменяя сок, и тем самым не дает мясу иссыхать раньше, чем оно будет готово для еды.

Проверка этих идей на опыте привела к созданию шашлыка, блюда, которое известно буквально всем народам мира, прошедшим стадию пастушества. Тот факт, что это блюдо сохранилось до наших дней у народов гор, степей, где пастбищное скотоводство продолжает оставаться основной отраслью хозяйства, порождает у людей, незнакомых с историей, представ-

ление, будто шашлык – какое-то особое блюдо народов Кавказа, свойственное только им. Это совершенно неверно. Точно такой же шашлык можно встретить в немецких кантонах Швейцарских Альп, у итальянских тирольцев Альто-Адидже, у индейцев перуанских Андов, у жителей горного Борнео, у шерпов Гималайского хребта, равно как и в африканской саванне, в степях Патагонии, в пустынях Монголии, кстати, само слово «шашлык» вовсе не кавказского происхождения и в русском языке оказалось случайно. Азербайджанцы называют его кебаб, как и все остальные тюркские и арабские народы, грузины – мцвади, армяне – хоровц.

Слово «шашлык» придумано украинцами-запорожцами и привезено в Россию русскими солдатами в середине XVIII века после Крымских походов Миниха. Оно является искажением крымско-татарского слова «шиш» – «вертел», «шишлык» – «что-то на вертеле». Шашлык был известен в России и до XVII века, но назывался «верченое» – мясо, переворачиваемое на вертеле.

Для запекания мяса в виде шашлыка надо брать либо молодое мясо, либо кусочки с приросшим к ним жиром. Но поскольку такие кусочки не всегда бывают в естественном состоянии, то стали присоединять к обезжиренным кускам мяса кусочки жира, взятые из другой части, но сколотые вместе.

Конечно, такая замена неполноценна, ибо как-никак, а соединяются разнородные части. Но еще хуже, когда это соединение делается без всякого понимания. Многие думают, что это надо для красоты, и поэтому располагают на вертеле или шпажке кусочки мяса и сала один за другим, иногда на некотором расстоянии. Сало, жир надо располагать только над запекаемым мясом, чтобы жир, плавясь, пропитывал его. Только тогда такое искусственное соединение имеет смысл.

На этом же принципе построено и запекание шпигованного мяса. Крупные куски мяса, не имеющие природного жира, шпигуют, то есть протыкают на всю глубину или до середины ножом или специальной шпиговальной иглой (трехгранной), и в образовавшееся отверстие вводят длинные тонкие ломтики сала, чаще всего свиного, не принадлежащего даже данному мясу и животному. Затем шпигованный кусок помещают на противень и поливают через каждые 10 минут (или с иным интервалом, в зависимости от величины куска) стекающим в результате плавления жиром. Маленькие куски мяса шашлычного типа можно обмакивать перед запеканием в подсолнечное или иное растительное масло, а жирные куски просто в холодную воду.

Наконец, самой поздней придумкой было замачивание мяса в маринаде.

Все это способы одного порядка: насытить мясо дополнительным соком. Разумеется, жир, сало, растительное масло, маринад и вода – жидкости разного качества, и потому вкус разных шашлыков из разных национальных кухонь различен. Но общее у них то, что мясо не сгорает благодаря предварительной его обработке жидкостью.

И все-таки было очевидно, что любой искусственный, дополнительно введенный извне жидкостный субстрат все же хуже, чем естественный сок данного мяса. Поэтому опытные кулинары стали искать другие пути восстановления герметичности мяса в отдельных кусках. Решить эту проблему окончательно стало возможно лишь в наши дни, когда появились материалы, гарантирующие герметичность, не портящие мяса и не сгорающие сами в огне.

Но еще задолго до появления таких материалов принципиальное решение проблемы было найдено и блестяще осуществлялось многими поколениями кулинаров в целом ряде стран. Россия была в этом отношении одной из первых.

Здесь, как и во Франции и Германии, нашли, что наилучшим защитным материалом, прикрывающим мясо от огня, может служить тесто. В России было избрано для этого ржаное тесто, во Франции – тесто из пшеничных отрубей, в Германии – пресное крутое тесто с прибавлением яиц. Все эти три способа сохранились в международном поварском арсенале и поныне и могут успешно использоваться в домашней кухне.

Смысл их состоит в том, что мясо или кусок птицы залепляется, обволакивается со всех сторон слоем теста и в таком виде запекается. Причем мясо необходимо предварительно посолить, чего нельзя делать, когда запекают мясо без искусственной «рубашки», ибо тогда соль будет способствовать еще более быстрому истечению сока. Это, кстати, одна из наиболее частых ошибок кулинаров-самоучек. Мясо во всех видах надо солить лишь в самом конце приготовления. Исключение составляет мясо, запекаемое в тесте.

Таким способом приготавливаются либо крупные куски: окорока, ветчина, либо, наоборот, молотое, из-

мельченное, фаршеобразное мясо. И это понятно. И то и другое особо нуждаются в защите, в герметизации. Первое потому, что из-за больших размеров должно долго находиться в жару и может его не выдержать, а второе потому, что, будучи измельченным, может сгореть и истечь буквально за считаные секунды, может обуглиться без защитного панциря раньше, чем будет готово для еды.

Поскольку запекание в тестяной «рубашке» все-таки усложняет приготовление, растягивая его по времени (ведь надо замесить тесто), то такой способ стал постепенно применяться все реже и реже в непрофессиональной кухне. Только изобретение пищевых изоляционных материалов – например, алюминиевой фольги – дает возможность сделать запекание легким и популярным видом приготовления пищи. В фольге можно запекать все виды продуктов – овощи, фрукты, рыбу, мясо. При этом общим правилом должна быть полная предварительная разделка продукта – очистка от естественной изоляции, нарезка на части, мытье.

Там, где это удобно, где это ускоряет или облегчает запекание, можно воспользоваться фольгой. В других же случаях, например с чешуйчатой речной рыбой, проще обходиться без фольги, а запекать, так сказать, «дедовским способом».

Фольга – прекрасное изобретение нашего времени. Тонкая, металлоподобная бумага, защищающая пищевое сырье, как посуда, но не имеющая ни одной из отрицательных сторон посуды: фольга неокисляема, ее не надо мыть, она легка, компактна. Ее просто выбрасывают после использования. Фольга имеет такие качества, каких подчас нет у посуды: в ней можно запекать, то есть имитировать технологию русской печи, и костра, и золы, и углей, и все это не выходя из благоустроенной городской квартиры, в чистоте, при минимальных затратах сил, времени и даже кулинарного умения. Фольга обеспечивает и консистенцию, и аромат приготавливаемых в ней продуктов без всякого дополнительного вмешательства человека в процесс приготовления.

Но, как и всяким материалом, а тем более новым, фольгой надо уметь пользоваться.

Расскажем обо всем по порядку.

В фольге можно запекать: мясо, птицу (но не дичь!), рассольные сыры и брынзу, рыбу, овощи (картофель, морковь, свеклу, редьку, репу – целиком, капусту – крупными кусками: четверть или полкочана). Кроме того, можно приготавливать фаршеобразные изделия из мяса, рыбы, комбинированные с уже предварительно отваренными крупами или с сырыми овощами.

В фольге нельзя приготавливать: крупы и крупяные изделия, грибы, мягкие, надземные, зеленые овощи. Не рекомендуется запекать и фрукты: яблоки, груши, айву, ибо их вкус не улучшается, а витамин С при этом полностью утрачивается.

В фольге можно допекать или согревать все готовые блюда, но в течение крайне небольшого времени – не более 5–7 минут.

В фольге мясо и мясные изделия приобретают вкус, близкий к тушеным, птица – к жареным блюдам, но без жира и без запаха тушеных и жареных блюд. Рыба приобретает вкус вареной, но ближе к запеченной. Овощи (корнеплоды) получают вкус печенных в золе. Консистенция всех пищевых продуктов, приготовленных в фольге, неизмеримо лучше (мягче, нежнее), чем консистенция тех же продуктов, но вареных и жареных.

Поскольку все блюда, запекаемые в фольге, не требуют участия жира (масла) и приобретают консистенцию ближе к вареным, но более мягким, то все, что приготавливается в фольге, может быть вполне рекомендовано для диетического питания, в том числе детям.

Время приготовления в фольге не подчиняется обычным правилам. Во-первых, оно зависит от жара каждой конкретной духовки. Если духовка способна давать температуру 380–400 градусов Цельсия (при хорошей изоляции жарокамеры), то приготовление в фольге идет довольно быстро: в пределах 15 минут – получаса. Если духовка не достигает подобного уровня температуры, то время приготовления килограмма мяса (одним куском) составляет 1 час или 1 час 15 минут (жесткое старое мясо), килограмма рыбы – 25–30 минут, крупной картофелины – 20 минут, брынзы – 7 минут, птицы-цыпленка – 25 минут, курицы – 40 минут, утки – 45 минут – 1 час.

Это время обычно стабильно и может колебаться лишь в пределах 5 минут. Такая точность позволяет хозяйке свободно заниматься другими делами, заметив лишь время, когда продукт в фольге поставлен в печь, и следить за ним лишь в течение последних пяти минут приготовления.

Готовность проверяется по запаху или по появлению почернения, закопчения уголков на сгибах фольги,

где сгорает часть мясного или рыбного сока, когда достигнута полная готовность. Готовность картофеля можно проверить обычным способом: проколом острым ножом через фольгу (если картофель еще сырой, то в дальнейшем прокол не повлияет на готовность изделия).

Одним из первых сигналов готовности у мясных изделий, рыбы, брынзы, птицы может служить так называемое «вздымание фольги» (это явление, однако, происходит только при условии правильного завертывания).

Как же надо заворачивать в фольгу пищевые продукты?

Прежде всего все крупные куски (от полкилограмма и больше) независимо от того, мясо это или рыба, должны закрываться только герметически, иначе они будут испорчены: сок из них вытечет, вкус они потеряют, консистенция их ухудшится, они станут жесткими или же подгорят.

Птица, особенно жирная (утка) и нежная, молодая (цыплята), может быть лишь окаймлена фольгой с трех сторон и открыта сверху. Точно так же могут заворачиваться и корнеплоды. Полное же завертывание в фольгу, но без сохранения герметичности, недопустимо. Это неизбежно приводит к истечению сока из продукта, к его подсушиванию и порче. Герметичное завертывание производят следующим образом. Для крупных кусков мяса и целой птицы обязательна двойная фольга (если она тонкого типа), из которой складывается один лист. Пищевой продукт кладется на одну из половин этого листа и свободно, без натяжки, покрывается другой половиной, так что остается свободный край, который нужно несколько раз сложить, чтобы образовался герметический шов. Затем такие же швы делаются по двум другим сторонам. Первой закрывается самая длинная сторона, затем – обе короткие. Таким образом получается пакет. Этот пакет осторожно обжимается вокруг помещенного в нем продукта.

При нагревании и начале готовности пакет расправляется и фольга надувается (вздымается), но герметичность пакета при этом не нарушается и его правильная геометрическая форма (квадрат или прямоугольник) сохраняется. При полной готовности углы этого прямоугольника, а иногда и все сгибы чернеют. Но ни одна капля сока или жира при этом из пакета не вытекает.

Но было бы наивно думать, что фольга все делает сама. Придать блюду вкус, аромат, характерные для него по рецепту, по национальным традициям, должен сам повар. Вот почему огромное значение имеет правильная подготовка продукта, перед тем как поместить его в фольгу.

В этой подготовке есть несколько особых черт. Опыт «посудной кухни» здесь оказывается неприменимым.

Главная особенность в том, что для каждого продукта существуют свои правила подготовки. В фольге по-разному ведут себя мясо и птица, рыба и овощи.

Мясо. Мясо куском освобождают от всего несъедобного и от всяких повреждений, загрязнений, но не моют (счищают, срезают загрязнения). Даже если мясо пришлось обмыть, то перед помещением в фольгу его следует обязательно обсушить полотенцем или обтереть (обвалять) мукой погрубее (лучше всего отрубями, если они есть). Кроме того, из мяса надо вырезать кость или кости, если они выпирают из мяса, не скрыты им или не лежат с ним в одной плоскости. Это исключительная особенность приготовления в фольге. Дело в том, что при запекании кость останется неизменной, а мясо вначале несколько увеличится в объеме, а затем уменьшится, опадет. Изменение объема мяса неизбежно вызовет движение не только мягкого мяса, но и кости, на которой оно укреплено. И если у кости имеется хоть малейший острый выступ, он прорвет фольгу даже при смешении куска на 1 миллиметр. Ничтожная, незаметная на первых порах дырочка быстро прорвется под напором паров изнутри, а это приведет к нарушению герметичности и к порче всего блюда.

Птица. Именно исходя из этого, птицу перед помещением в фольгу прочно увязывают, сшивают, чтобы сделать ее неподвижной.

А отдельные куски птицы, половинки и т. д. отбивают деревянным молотком по костям, суставам, чтобы сбить их острые выступы и нарушить прочную связь с мясом или ослабить эту связь.

Рыба. Освобождают только от плавников, хвоста, всех выступов из тушки и всего, что может раньше сгореть, чем испечется сама тушка.

Овощи. Тщательно моют и чистят от всяких включений и повреждений. Могут запекаться целиком, сохраняя естественную форму, и в этом случае получаются печеными. Но могут быть также нарезаны тонкими кусочками, дольками, брусками, как для приготов-

ления в посуде, и помещены (а не завернуты) в заранее приготовленный пакет из фольги. В этом случае овощи получаются готовыми быстрее, но превращаются не в запеченные, а в вареные.

Поскольку запеченное в фольге кушанье должно быть полностью готовым к подаче на стол, то оно должно получить перед помещением в фольгу все необходимые по рецепту приправы: пряности, соль и т. д. Но и здесь есть кое-что необычное.

а) Мясо не солят, если оно печется куском. Мясные изделия типа фарша солят, сдабривают всем необходимым по рецепту (лук, чеснок) и обязательно обваливают в муке, которая и поглощает часть соли.

б) Птицу сдабривают сухими пряностями, но не сырыми, растительными, которые могут в фольге ухудшить ее вкус. Она не солится или солится крайне умеренно, незаметно, если молодая.

в) Рыбу солят в несколько раз больше, чем обычно, преимущественно крупной солью (пригоршня, столовая ложка – полторы на килограмм рыбы). Одновременно с рыбой в фольгу закладывают повышенную дозу лаврового листа, лука. Упаковка при этом делается не из двойной фольги, а одинарная, но двукратная – перекрывающая швы предыдущей оболочки, чтобы гарантировать, что жидкость, образующаяся при запекании рыбы, не истечет.

г) Овощи не солят и не сдабривают ничем. Но после приготовления они нуждаются в приправе солью, маслом, пряностями или сметаной, горчицей, кетчупом – в зависимости от характера блюда.

Пользование фольгой с учетом этих правил сделает приготовление намного более приятным и легким занятием, чем оно было для вас и ваших родных прежде, в дофольговые времена.

Как видим, запекание, этот древнейший способ приготовления пищи, очень прост и удобен. А используемая при этом герметизация позволяет сохранить все лучшее, что есть в запекаемом продукте.

{ ГЛАВА 5 }

ВАРКА И ВАРЕВО

ВАРКА – один из главных кулинарных процессов, одна из девяти основ, столпов, колонн, на которых зиждется все здание кулинарии.

ВАРЕВО – это в широком смысле слова результат варки, а в более узком лишь часть блюд, которые в какой-то степени сохраняют в своем составе жидкость. Те же блюда, которые после варки остаются однородно жидкими, без ясно различимой твердой части (кисели, соусы, кремы), или только твердыми, без всякой жидкости (отварные мясо, рыба, картофель, грибы и т. д.), к вареву не относятся. В варево входят, следовательно, супы, кашицы, каши, компоты и промежуточные блюда: кулеши (полукаша-полусуп), узвары (полукомпот – полуфруктовая каша), фруктовые гущи (полукомпот-полукисель).

Уже из этого далеко не полного перечня типов блюд видно, что варка не только один из основных кулинарных процессов, но и самый обширный, разветвленный и, так сказать, всепроникающий способ приготовления пищи. Короче говоря, при помощи варки можно приготовить блюда почти всех категорий, в том числе и часть кондитерских.

Варкой называют всякое приготовление сырых продуктов, как простых (фруктов, ягод, овощей, трав, грибов, ракообразных, моллюсков, рыб, яиц, птицы, дичи, мяса), так и сложных (теста, солений и квашений, копченостей, вяленых и сушеных изделий, кисломолочных продуктов), в любой кипящей жидкости, кроме масел и сахаров, а также в парах или при посредстве паров этих жидкостей.

Таким образом, варке могут подвергаться все первичные сырые пищевые продукты и большинство сложных, уже прошедших одну из стадий кулинарной обработки или же представляющих собой комбинацию простых продуктов, как, например, тесто. Иными словами, вся известная человечеству пища может быть представлена в отварном виде. Отсюда ясно, что отварных блюд не только больше всего, но и что они безраздельно доминируют в любой национальной кухне.

Способов варки несколько, и они создают различный вкус и консистенцию одного и того же продукта. Варка осуществляется в различных жидкостях – в воде, в молоке, в растительных соках, в вязких крахмалонасыщенных средах или в средах желирующих, вроде пектина, агар-агара, рыбьего клея, желатина, либо в токе пара, над паром или рядом с паром. Совершенно ясно, что, используя только варку, можно получать самые разнообразные вкусовые нюансы одного и того же продукта.

К сожалению, на практике незнание различных способов варки приводит к обеднению стола и меню, к однообразию во вкусе, форме и аромате наших повседневных блюд. Ибо под варкой обычно понимают лишь ее самый обычный и простейший вариант – отваривание в воде.

Но даже и этот вариант используется далеко не полностью, а лишь в самом узком и самом, кстати сказать, нерациональном виде: отваривают в большой воде. Это значит, что в кастрюлю с водой, которой по массе значительно больше, чем отвариваемого продукта, просто закладывают или погружают мясо, рыбу, овощи, грибы и т. д. и начинают нагревать воду на плите, ожидая, когда она закипит, а затем сварит еду своим теплом. При этом на варку тратится больше времени, и в результате утрачивается больше полезных питательных веществ, в частности, исчезают почти все витамины, а отваренный продукт становится безвкусным.

Более рациональна варка, при которой продукт сразу закладывают в кипящую воду, а еще лучше – припускание, когда варка идет в малом количестве равномерно кипящей воды, под крышкой.

Если же важно получить отваренный продукт, а жидкость, в которой происходит варка, в расчет не принимается, то припускание ведут паром. Для этого наливают очень мало воды в кастрюлю, на дно ее кладут либо плоские камешки, либо крест-накрест расположенные палочки, либо ставят опрокинутое блюдце, мисочку, или же применяют специальное

сетчатое перфорированное второе дно, а уже на эти предметы помещают рыбу, овощи или тестяные изделия (пельмени, вареники) так, чтобы уровень воды был ниже продуктов или они касались бы ее лишь слегка. Воду кипятят при закрытой крышке, отчего кастрюля наполняется паром, в котором и варятся продукты. В этом случае вымывание полезных веществ из пищи происходит в еще меньшей степени, чем при припускании.

Есть и другой способ варки паром, который называется «на пару», в этом случае в большую кастрюлю наливают до половины или двух третей кипящей воды, обвязывают кастрюлю сверху льняной салфеткой так, чтобы она слегка провисала в середине, в салфетку, как в гамак, кладут пищевые продукты (обычно крупы, чаще всего так отваривают рис) и ставят кастрюлю на огонь, а продукты в салфетке закрывают опрокинутой тарелкой. Такая варка на пару идет очень быстро, и рис или другая крупа получаются рассыпчатыми, не насыщенными излишней водой. Этот способ варки очень удобен не только в домашних условиях, но и в походе, когда нет достаточного количества чистой посуды, воды, условий для промывки отваренного риса, а требуется получить как можно быстрее готовое для еды блюдо. Вполне понятно, что раз продукт в салфетке не касается воды и сосуда, где она кипит, то это может быть и обычное ведро, и нелуженая посуда, и не совсем пригодная для питья и для непосредственного отваривания в ней речная или колодезная вода.

Все рассмотренные нами способы относятся к так называемым контактным, когда вода (жидкость) или пар непосредственно контактируют с продуктом, а сосуд, в котором происходит варка, – непосредственно с огнем.

Способы варки отличаются и разной интенсивностью подогрева. Иногда продукты варят на слабом огне, и жидкость все время не доводится до кипения, а лишь подогревается. К этому методу прибегают, когда надо варить не твердые продукты, а молоко, сливки, овощные и фруктовые соки (они расслаиваются при кипении на прозрачную жидкость и мякоть), кисели, компоты и даже некоторые супы, прежде всего овощные протертые, супы-пюре. Перекипание их ведет к изменению структуры, состава и вкуса. Поэтому все они варятся или приготавливаются только на слабом огне путем подогрева. Это гарантирует сохранение их вкуса и питательности. Нежные овощи, такие как цветная капуста, перцы, помидоры, кабачки, не выносят бурного кипения, а «привыкли» к слабому, тихому, едва заметному, но все же кипению. Только мясо, рыба, грибы и корнеплоды могут вариться вначале при интенсивном кипении.

Особое место занимает варка круп для каш. Почти каждая из них имеет свой норов. Поэтому о кашеварении, а также о варке бобовых – фасоли, бобов, гороха, чечевицы – мы будем специально и подробно говорить ниже.

Сейчас же продолжим наше перечисление всех имеющихся способов варки в воде.

Вторая группа методов – это так называемая бесконтактная варка пищи. О ней говорят крайне редко, а применяют в домашней кухне еще реже. Между тем бесконтактные способы придают пище совершенно новый, всегда более приятный вкус, разнообразят наше питание и, в сущности, не требуют никаких особых усилий. В бесконтактных способах варки не происходит непосредственного соприкосновения среды, в которой варится пища, или даже самой посуды, где находится пища, с огнем.

Это достигается тем, что сосуд (кастрюля, горшок, чугунок), в котором находятся продукты, ставят не на огонь, а в другой, больший по размерам, сосуд, куда наливают воду, и этот большой сосуд помещают на огонь. Таким образом, тепло, чтобы нагреть пищу, должно быть многократно передано: большому сосуду, воде в большом сосуде, второму, меньшему, сосуду и, наконец, пище в этом меньшем сосуде.

Бесконтактная варка требует гораздо большего расхода тепла и времени для приготовления пищи, но зато вкус, консистенция, аромат обычных рыбы, мяса, овощей становятся необычными.

Сделайте такой опыт. Возьмите большую фаянсовую или фарфоровую чашку (в крайнем случае – эмалированную) полусферической формы, а еще лучше, если есть, пиалу. В глубокую тарелку влейте свежее яйцо. Взбейте его вилкой, ножом, ложкой или специальным металлическим венчиком, долейте затем полстакана молока, еще раз взбейте, всыпьте измельченную небольшую луковицу (можно пропустить ее через мясорубку), посолите, поперчите красным перцем, добавьте мелконарезанную дольку (зубчик) чеснока, еще раз хорошенько перемешайте, перелейте смесь в пиалу (ее можно предварительно слегка обмазать сливочным маслом изнутри) и поставьте ее в предва-

рительно подготовленную низкую широкую кастрюлю с кипящей водой. Вода должна быть налита так, чтобы сантиметра на два она не доходила до краев пиалы. Кастрюлю поставьте на сильный огонь и следите за тем, как ведет себя ваша яичная смесь. Когда она станет застывать у краев, осторожно отодвигайте свернувшиеся, загустевшие куски и давайте доступ к горячим краям чашки жидким фракциям яичной смеси. Минут через 7–10 смесь загустеет почти во всей чашке. Осторожно перемешайте ее, дайте прогреться для равномерного загустения (это можно будет определить по цвету), затем выньте пиалу из кастрюли, посыпьте ваше блюдо укропом, если это лето, или смажьте томатной пастой, если это осень, и горчицей, если это зима, и попробуйте.

Получился омлет, но не плоский, а толстый, высокий, и не жареный, а словно бы вареный, воздушный, но в то же время не водянистый, а плотноватый, с приятной бархатной консистенцией и с совершенно своеобразным вкусом, не напоминающим ни жареное, ни вареное яйцо. Такой омлет с удовольствием и с пользой едят маленькие дети. Его лучше усваивают и переваривают больные люди, он оказывается приятной вкусовой неожиданностью для здоровых людей, которым порядком приелись обычные яичницы и крутые яйца.

Такая варка называется водяной баней, ибо вода окружает пиалу с яичной смесью, словно человека в ванне.

Есть другой вариант водяной бани, когда в большой котел, наполненный кипящей водой, ставится небольшая кастрюля, до краев набитая кусочками мяса, картофеля, овощей, заложенных рядами так, что мясо и крепкие, плотные овощи располагаются ближе ко дну кастрюли, а нежные овощи – ближе к ее крышке. Если крышка закрыта плотно, герметично, то тогда это будет водяная баня. Но если крышку у кастрюли снять, а котел с водой, где она стоит, плотно закрыть крышкой и продолжать кипятить в нем воду, то такая варка будет называться уже паровой баней, ибо пища будет вариться не водой, а паром, исходящим из котла. Вкус пищи при этих разных способах варки различен.

К обоим способам приходится прибегать в походных условиях, когда есть грубая посуда, которую не жалко коптить на огне костра, и хорошая, чистая небольшая посуда, которая может испортиться, если в ней варить пищу непосредственно, например, если она эмалированная. В этих условиях водяная или паровая баня не только дает возможность получить вкусное блюдо, но и служит хорошим выходом из трудного «посудного» положения.

В домашних условиях можно использовать еще один вариант паровой бани, дающий превосходный вкусовой эффект.

Возьмите достаточно большую глубокую эмалированную кастрюлю. Налейте в нее на одну треть или четверть воды (кипятка). Внутрь поставьте фарфоровую или фаянсовую мисочку, чашку или большую пиалу (касу) так, чтобы налитая в кастрюлю вода не доходила до ее краев не менее чем на треть высоты ее стенок и чтобы пиала стояла устойчиво.

В пиалу положите мелко нарезанный лук, ломтики картофеля, моркови, кусочки мороженой рыбы (желательно филе без костей), посолите достаточно, поперчите, сдобрите лавровым листом и закройте кастрюлю (но не пиалу с рыбой и овощами!) плотной крышкой, а поверх нее накиньте влажную салфетку. Все это «сооружение» водрузите на горелку газовой плиты, дайте воде закипеть (что можно услышать по звуку и что должно произойти через 3–4 минуты, если в кастрюлю влит кипяток и сразу же разведен большой огонь), а затем убавьте огонь, сделайте его минимальным, так чтобы он едва-едва горел. После этого вы можете спокойно оставить ваше блюдо без надзора на два-три часа и проведать его лишь затем, чтобы убедиться, не выкипела ли вода (в этом случае надо осторожно подлить кипяток). Но лучше всего взять кастрюлю побольше, налить достаточно воды и уверенно оставить блюдо томиться на четыре-пять часов, чтобы заняться другими делами и, главное, не приоткрывать за это время кастрюлю и не выпускать из нее драгоценный пар.

Когда намеченное время пройдет и вы откроете кастрюлю, то вас ждет сюрприз. В пиале, куда вы положили только сухие твердые продукты, окажется душистый, прозрачнейший и ароматнейший суп, какой вы вряд ли когда-либо пробовали. А рыба и овощи будут столь нежны и столь неожиданны, необычны по вкусу, что вы непременно захотите попробовать это блюдо еще и еще раз, а главное – угостить этой изысканной пищей ваших близких и знакомых. Медленность приготовления полностью искупается не только качеством, но и тем, что это блюдо не заставит вас беспокоиться, а будет вариться само собой.

Таковы сюрпризы забытой бесконтактной варки, которой наслаждались люди прошлых эпох. Но можно быть уверенным, что она найдет своих горячих приверженцев и ныне. Стоит только попробовать один раз!

До сих пор мы рассматривали виды варки в зависимости от контакта огня (источника тепла) с пищей и посудой. Но виды варки меняются и от состава продуктов. Выше мы уже частично познакомились с этим явлением, но далеко не полностью.

Так, чтобы получить рассыпчатый, вкусный, не склеенный между собой рис, надо варить его на пару. Чтобы рыба не была выварена, чтобы овощи были вкусными, надо варить их не в большой воде, а припускать.

Чтобы мясо было сочным, а не жестким и безвкусным, надо закладывать его в крутой кипяток. Только тогда образующаяся белковая пленка предохранит мясо от вываривания, создаст известную герметичность и сохранит его сочность.

Наоборот, если из мяса намерены получить в первую очередь хороший навар, крепкий бульон, то его надо закладывать в холодную воду и вываривать на умеренном огне, при спокойном кипении.

Таким образом, изменяя полностью или видоизменяя частично вид варки, можно достигать различных результатов. Здесь, в области варки, уже кончается собственно азбука и начинается подлинная кулинарная серьезная наука.

Порой и сам продукт диктует повару, какой вид варки к нему следует применить. Иначе блюдо будет испорчено.

К таким продуктам-диктаторам, крайне капризным к методу варки и любящим только свой, особый, им присущий метод, относятся все бобовые: соя, фасоль, горох, бобы, чечевица, маш.

В вводной главе мы уже говорили о том, что соя – самый чувствительный белковый продукт – требует особенно нежного обращения при нагревании и дает эффект лишь при условии крайне медленного нарастания температуры. Для этого недостаточно ограничиться малым огнем и растянуть время нагревания. Важно еще, чтобы оно распространялось в массе соевых бобов равномерно, почти незаметно и не действовало бы ни на одну из частей подогреваемой массы больше, чем на другую. Запомните следующие приемы. Во-первых, сильно увеличивают массу подогреваемого сырья, чтобы тем самым резко уменьшить долю тепла, поступающего на каждую единицу веса бобов. Во-вторых, все время перемешивают, чтобы предотвратить нагревание в одном направлении, и, кроме того, меняют положение котла (посуды), где идет варка, чтобы ни одна из частей его стенок не нагревалась больше, чем соседняя.

Чтобы ослабить контакт соевого сырья с теплом, бобы предварительно замачивают в холодной, обязательно кипяченой воде на сутки. Это дает разбухание боба, увеличение его водянистости, охлаждение и увеличение промежутков воздуха между отдельными бобами, поскольку они становятся крупнее и не столь плотно прилегают друг к другу в котле, как сухие.

Все указанные приемы используются также при варке других бобовых. При этом, конечно, учитываются размеры бобовых зерен. Так, фасоль, особенно крупную, надо варить с большей осторожностью, чем маш и чечевицу.

Как и сою, бобовые целесообразно перед варкой замачивать. Фасоль на 10–12 часов, горох-нут (или бараний горох) на 6 часов, горох обыкновенный (русский или желтый) на 6–8 часов, горох серый (или прибалтийский) на 4–5 часов, бобы черные (русские или кубинские) на 4 часа, маш на 2 часа, чечевицу на полчаса-час.

После замачивания бобовые заливают холодной сырой водой так, чтобы она покрывала их на 1 сантиметр. Но если бобовые не замочены предварительно, то надо налить холодной воды на 3–5 сантиметров выше их поверхности, а иногда и больше. При этом допустим крайне слабый, медленный огонь. Только тогда бобовые будут мягкими, хорошо сварятся.

Вкус замоченных и незамоченных бобовых после варки будет различен. Бульон из замоченных бобовых будет лишен специфического «горохового» привкуса, а сами бобовые, особенно горох, приобретут вкус и запах, очень близкий или напоминающий орехи.

Сухие бобовые, сваренные без предварительного замачивания, будут сохранять знакомый большинству «обычный» специфический гороховый запах. Эта разница во вкусе произойдет оттого, что в процессе замачивания с бобовых всегда сходит верхняя пленка, незаметная, присохшая к каждой горошинке.

Эта пленка и есть источник «горохового» запаха, в то время как сами ядра, зерна бобовых, его не имеют.

С некоторых бобовых, как, например, с гороха-нута (нохута), снятие внешней пленки обязательно. Поэтому его всегда предварительно замачивают.

Варка бобовых имеет и еще одну особенность – ее надо вести до полного выкипания воды. Если бобы сварились, а вода пока выкипела не вся, нельзя увеличивать огонь. Иначе можно испортить за несколько секунд все блюдо. Бобы (горох, фасоль) моментально затвердеют, ибо белок в них сразу же свернется, как в крутом яйце.

Вот почему, если фасоль или горох сварены, а вода осталась, ее надо просто слить, а лучше дать выкипеть самой, открыв крышку кастрюли, но ни в коем случае не увеличивая огня.

Солить все бобовые можно лишь в самом конце варки, после того, как пробой установлено, что они мягкие. Тогда либо сыплют соль в остаточную воду (которую через несколько минут сливают или выпаривают), либо солят их сухими, когда вода уже выкипела или слита. Конечно, при этом соразмеряют количество соли: в воду с фасолью – больше, в фасоль без воды – меньше.

КАШЕВАРЕНИЕ

Всем известно слово «кашевар». Но не все представляют, чем отличается эта кулинарная профессия от поварской. Повар, конечно, шире. Повар должен уметь сварить и суп, и кашу. А кашевар, если он только кашевар, уже не сможет сварить хорошего супа, зато кашу сделает неизмеримо лучше, чем разносторонний повар-кулинар.

В чем же здесь дело?

Повар, который пользуется в основном варкой, жарением и тушением, даже при всех своих практических знаниях, опыте не может уделять постоянное внимание только одному виду блюд – каше. Он сварит ее в кулинарном отношении грамотно. Но и только. Шедевра из каши он не создаст. Его каша будет обычной и не вызовет ни восхищения, ни упреков.

Совсем иное дело – кашевар-специалист. У него нет эрудиции, нет знаний и принципов, но у него есть опыт. Он «сидит» только на кашах. И если он любит свое дело, если он наблюдателен, то в совершенстве изучил норов каш. В них для него нет секретов, сюрпризов. Он знаком со всеми неожиданностями, которые могут преподнести каши. Ведь зерно бывает каждый раз другого качества; то зрелее, спелее, то зеленее, то суше, то с большим запасом белков, то крахмалистее, то слизистее – и это у одного и того же сорта крупы, которая нам, профанам, кажется совершенно одинаковой и сегодня, и завтра, и год-два спустя. А ведь один и тот же вид зерна может иметь несколько разновидностей, несколько сортов, отличающихся объемом, формой, размером, длиной. Возьмем тот же рис, ту же гречневую или перловую крупу. Для хорошего кашевара все это имеет значение, все это он учитывает, приступая к варке.

Но большее значение, чем крупяное сырье, имеет правильный расчет воды или другой жидкости (молока).

Конечно, существуют примерные коэффициенты, но именно примерные, приблизительные. Вода тоже может быть очень разной: мягкой, жесткой, средней, насыщенной минеральными солями, сильно хлорированной и т. д. При варке каши все эти качества значительно важнее, чем при варке супа, а тем более при отваривании мяса, рыбы, овощей и бобовых.

Почему?

А потому, что при отваривании, скажем, пельменей, лапши, картофеля мы вообще сливаем воду, в которой варились эти продукты. Она нужна нам лишь как среда. Иногда так поступают и при отваривании морской рыбы, мяса. Если мы будем есть суп или отвар из жесткой воды, то сразу почувствуем, что он чуть-чуть невкуснее, чем из мягкой воды. Но такая вода не повлияет на бобовые, они почти до конца варки будут надежно защищены от ее проникновения своей плотной второй оболочкой, так же как и на кусок мяса или рыбы в супе, ибо эти продукты в процессе варки выделяют защитную белковую оболочку.

Совсем иное дело каши.

Во время варки зерна, особенно дробленого, почти вся вода или большая ее часть идет на разваривание, на разбухание этого зерна, на превращение его в кашу. Она, следовательно, никуда не улетучивается, а впитывается в зерно, остается в каше, составляет ее нерасторжимую часть.

Поэтому качество воды для каши важнее, чем для варки других видов пищи. Более того, при варке супа жесткая вода лишь ослабит ароматичность и приятную бархатистость бульона, а при варке каши минеральные соли жесткой воды обязательно осядут, задержатся в зерне. Вот почему каша как бы «вдруг» может стать невкусной, хотя для нее взято хорошее зерно, она варилась положенное время, не подгорела и т. д. Но для хорошего кашевара такое «вдруг» не должно происходить. Он, зная коварство каш, или, вернее, коварство

воды при варке каш, предусмотрит любую неожиданность.

Самое простое – заменить воду, опробовав ее заранее. Для этого надо вскипятить немного воды и заварить ею ложечку, пол-ложечки черного чая в чашке, а затем попробовать. Насыщенная минеральными солями, жесткая вода даст неприятный металлический привкус, чай будет резко горьким. Опытные кашевары не нуждаются в таком определении. Они устанавливают жесткость воды просто в холодном виде. На то и опыт.

Но как быть, если воду нельзя заменить?

Оказывается, и здесь есть выход: нужно вскипятить эту воду, а затем варить кашу уже на кипяченой воде. Вкус от этого значительно улучшается. Есть и еще один прием, который обычно используют народы Юга и Востока: отварить в воде зерно наполовину, не дав ему вобрать в себя воду, не дав свариться, а затем слить воду и, добавив в полусваренную кашу немного молока, продолжать держать ее на огне до полного вваривания молока в кашу. Если же молока мало, то можно с самого начала варить кашу на водно-молочной смеси, добавив любое имеющееся количество молока к воде и произведя общий расчет жидкости, необходимой для того, чтобы сварить кашу данного вида.

К этому же последнему приему относится и внесение в самом начале приготовления в воду, на которой варится каша, жира, масла. Цель та же: смягчить жесткость воды и усилить способность каждого зернышка отталкивать воду так, чтобы она шла не на его разваривание изнутри, а на варку извне и последующее вываривание. Этот прием применяется, например, при варке узбекского плова.

Чтобы практически закрепить хотя бы часть этих сведений, попробуем сварить разные виды каш, руководствуясь изложенными положениями.

ГРЕЧНЕВАЯ КАША

Наиболее проста в смысле варки гречневая каша, имеющая хорошее естественное защитное покрытие каждой зернинки и не выделяющая при варке слизь (крахмал). Испортить гречневую кашу трудно, и тем не менее ее сплошь и рядом готовят неумело, невкусно.

Почему?

Да потому, что кажущаяся простота ее приготовления заставляет действовать на авось, а не по правилам. Между тем как ни покажется странным, а кашеварные правила похожи на математические – они точны, ясны, кратки и нетрудны для запоминания.

Для гречневой крупы на каждую единицу объема крупы должно браться вдвое больше по объему воды (1:2). И это соотношение должно соблюдаться не на глазок, а абсолютно точно, до грамма!

Кроме того, есть и определенные правила выдержки температуры, силы огня (его интенсивности) и давления.

Именно о них часто забывают, исполнив точно то, что касается соотношения крупы и воды. И поэтому каши превращаются в самые невкусные блюда. А ведь когда-то они были самыми лакомыми. Они были сами по себе вкусными, оттого что в них сохранялись витамины и особые ароматические вещества, оттого что структура зерна не нарушалась из-за неверного режима давления.

Все это мы можем понять и объяснить теперь, в конце XX века, на основе современных знаний о веществе и материалах вообще. Но люди, жившие 100–200 лет назад и более, готовили правильно чисто эмпирически, на основе повседневного опыта, наблюдая, что и при каких условиях удается, а что нет.

Так, для гречневой каши требуются плотная крышка, сильный огонь в течение первых 3–5 минут до закипания воды, а затем спокойное, умеренное кипение, в самом конце – слабое, до полного выкипания воды не только с поверхности, но и со дна кастрюли или котелка. Кроме того, необходима металлическая (не эмалированная) кастрюля или казанок, лучше всего с утолщенным, выпуклым, а не горизонтальным, плоским дном. Именно эта конструкция облегчает выкипание жидкости со дна и создает равномерное прогревание и разбухание всей каши.

И еще одно важное правило для гречневой и для большинства каш: засыпав крупу и залив ее водой, не трогать, не мешать, не вторгаться в процесс, не подымать и не приоткрывать крышку. Каша варится не столько водой, сколько паром, и поэтому выпускать его – значит недодать каше положенного тепла. Иначе каша либо подгорает, сохнет, либо, если мы пытаемся «помочь» ей, хотим устранить свою ошибку и подливаем воду, превращается в размазню, портится.

Отсюда вывод: исправить ошибку в середине приготовления каш практически нельзя. Лучше все делать по правилам с самого начала и ни в коем случае не вмешиваться в процесс приготовления.

В результате все приготовление, скажем, одного, полутора, двух стаканов гречневой крупы и соответствующего им количества воды (двух, трех, четырех стаканов) заканчивается в пределах 15–16 минут, если нагрев ведется на газовой плите. Держать гречневую кашу на огне дольше этого времени нецелесообразно – ее вкус будет ухудшаться, особый гречневый аромат – выветриваться, слабеть, а зерно – терять форму, трескаться и становиться кляклым. Именно это происходит с гречневой кашей при приготовлении ее в общепите, и потому она не пахнет настоящей гречкой. Почему так нелепо происходит? А потому, что в кулинарии, особенно в народной, большинство сведений передается традиционно и устно. А по старой традиции гречневую кашу готовили от двух до четырех часов. Только в таких случаях приготовление шло не на непосредственном огне, а в русской печи, на так называемом «вольном духу», то есть при падающей температуре, когда печь остывала после окончания выпечки в ней хлебов. И шло такое медленное приготовление не в металлической кастрюльке, а в глиняной корчаге или в толстостенном чугунке.

Кое-кто «слышал звон», что гречневую кашу готовили долго, и бездумно, механически стал переносить это правило и для наплитного приготовления, считая, что подержать подольше гречку на огне – это как раз то, что надо. А поскольку за последние три-четыре десятилетия гречневая крупа из самой массовой превратилась в редкую в домашнем быту, то «умение» готовить ее мы как бы передоверили общепитовским работникам, которые, к сожалению, действуют по принципу «испорченного телефона».

Вот и приходится теперь писать о таких, казалось бы, элементарных вещах!

Но процесс приготовления каши как блюда не заканчивается на том, что она сварилась, хотя этот момент означает, что главное сделано. Остается еще важная и ответственная деталь – заправка каши, определение ее вкусового акцента. Для каждого сорта каш этот акцент строго индивидуален, о чем в нашем общепите постоянно забывают, сдабривая все каши одной и той же одинаковой подливкой. Именно это и наносит непоправимый вред каше, портит ценный продукт, превращает ее в невкусный балласт, дискредитирует каши как вид особого блюда, низводит их до уровня малоприятного гарнира. Вообще надо решительно покончить с тем, чтобы каши подавали как гарнир к мясным или рыбным блюдам. Гарниры могут быть только овощными. Каши же – особый, совершенно самостоятельный вид блюд. И именно поэтому столь важна их правильная заправка.

Для гречневой каши заправка должна состоять из сливочного масла, лука, сушеных белых грибов и крутых рубленых яиц. Это классическая, неотъемлемая заправка гречневой каши! Всякая иная для нее – неприемлема, неуместна!

Лук можно (и даже нужно) не пережаривать, а вносить мелконарезанным в середине кипения в кашу, просто засыпав сверху, не трогая каши, не перемешивая ее. Точно так же засыпают вместе с закладкой крупы в кипяток и сухие белые грибы в виде порошка (достаточно одного гриба на каждые два стакана крупы, чтобы создать заметный, приятный акцент). Масло и рубленые крутые яйца вносят только после полной готовности каши (после полного выкипания из нее воды). Лучше всего, если каша, снятая с огня, постоит под крышкой после готовности еще пять минут для так называемого «упревания», то есть полного развития ее вкуса. Только после этого ее можно перемешивать с маслом и яйцами и уже после – солить и тотчас же, горячей, подавать на стол. Холодная, остывшая каша – это насмешка над здравым смыслом, неуважение к кулинарному искусству и профанация этого благородного национального блюда.

Все сказанное относится к гречневой ядрице; из продельной гречневой крупы настоящую кашу делать нельзя. Продел может использоваться на другие кулинарные цели – в овощно-крупяные супы, как добавка к начинке зраз, для украинских гречаников, но только не для приготовления русской гречневой каши.

РИСОВАЯ КАША

Еще более капризна в приготовлении рисовая каша, или отварной рис. Известно, что в странах традиционного рисосеяния: Японии, Вьетнаме, Корее, Индии и других – рисом питаются ежедневно и он обладает таким вкусом, который не получается при европейских способах варки. Даже в самых лучших ресторанах Европы не могут сварить его так вкусно, как в самой захудалой восточной харчевне.

Отчего?

Оттого, что варят у нас рис в большой воде, сливают слизь, промывают затем кипятком, а иногда перед вар-

кой крупу подсушивают, обжаривают – словом, делают массу операций, работают вовсю, чтобы получить такой же рассыпчатый рис с несклеенными рисинками, как на Востоке. И получают, но… какой ценой! Полным разрушением оболочки и вымыванием крахмалистых и белковых веществ риса. Получают, в сущности, красивую зернинку, чисто декоративный продукт. Надо ли удивляться, что он невкусен! Это вполне естественно. Скорее удивительно, что его все-таки можно есть!

Уже способ варки риса на пару, о котором мы говорили в начале главы, дает возможность, не делая массы ненужной работы, сохранить большую часть питательных и вкусовых веществ риса. Большую, но не все! Ибо даже на пару рис в подвешенном состоянии отдает в кипящую под ним воду некоторую часть своего состава. Но он будет значительно вкуснее риса, сваренного, или, вернее, вываренного целиком в воде. А можно сварить рис в воде и не вываривать его? Можно.

Как? Как варят на Востоке.

Точное соотношение объема в куб. см: 200 (риса): 300 (воды).

Вода – кипяток, сразу же, чтобы не шло лишнее, трудно рассчитываемое в каждом отдельном случае время на доведение воды до кипения.

Плотная, наиплотнейшая крышка, не оставляющая никакого зазора между собой и кастрюлей, а для того чтобы не растерять точно отмеренный пар, – груз, тяжелый гнет на крышку, который не давал бы подняться ей даже в наивысший момент кипения.

Раз все точно рассчитано, то и время варки должно быть абсолютно точно: 12 минут (не 10, не 15, а точно 12).

Огонь: три минуты сильный, семь минут умеренный, остальные – слабый.

Каша готова. Но не спешите открывать крышку. Здесь-то и подстерегает вас еще один секрет. Оставьте крышку закрытой и не трогайте кашу ровно столько времени, сколько она варилась. Пусть она постоит на плите ровно двенадцать минут. Затем откройте. Перед вами – рассыпчатая каша, чуть плотноватая.

Положите поверх нее кусочек сливочного масла граммов 25–50, чуть-чуть посолите, если любите солоно. И размешайте ложкой как можно равномернее, но не разминая «куски», не растирая кашу.

Вот теперь можно попробовать! Ну как?!

Посмотрите на себя в… зеркало! Ручаюсь на сто процентов, что на вашем лице написано нечто смахивающее на смесь недоумения и удивления. Как будто вам подсунули то, что вы меньше всего ожидали увидеть.

Так оно и есть! Вы ждали, что рис будет иметь обычный, знакомый вам как свои пять пальцев вкус рисовой каши.

Оказывается, ею… и не пахнет!

Только когда вы съедите весь рис, на вашем лице определенно появится удовлетворение и даже удовольствие. Теперь вы можете наконец сказать, что знаете настоящий вкус риса.

Не забудьте только заглянуть в зеркало!

Рис имеет сотни сортов, что, разумеется, отражается на его использовании и на вкусе приготовленных из него блюд. Однако, несмотря на это, главная кулинарная особенность риса состоит в том, что хотя он и обладает собственным вкусом, но вкус этот – нейтрален, то есть не накладывается на вкус всех других соединяемых с рисом пищевых продуктов.

Это свойство чрезвычайно важно. Оно дает возможность сдабривать рис практически любым видом приправ, придавать блюдам из риса любую гамму ароматов, любые вкусовые оттенки – сладкие и кислые, острые и нежные, пикантные и жирные.

Вот почему рис столь любим и распространен на всех континентах, в самых различных странах и особенно среди народов Азии, где его подают с томатным и соевым соусом, с красным перцем, луком, чесноком, с урюком и изюмом, с черносливом и инжиром, с бараниной и курятиной, с моллюсками и вареньем и т. д. и т. п.

Оттого-то правильно сваренный и умело, разнообразно приправленный рис веками не приедается и является хлебом для трех миллиардов населения нашей планеты.

А что применяем мы в нашей бытовой повседневной практике из всего этого кулинарного многообразия?

Весьма и весьма немногое. И притом не в силу недостатка продуктов, а в силу нашей кулинарной косности, равнодушия и – честно скажем – из-за нашей кулинарной неграмотности.

А ведь Россия входит в ряды видных рисосеющих держав мира. И поэтому надо серьезно думать, как по-умному, с большей пользой распорядиться в дальнейшем этим нашим продовольственным богатством, как повысить не количество, не вал, а культуру нашего потребления!

ПШЕННАЯ КАША

Пшено, перебрав, вымойте раз шесть-семь, под конец в горячей воде, прежде чем начать готовить из него что-либо. А почему это нужно? Да потому, что пшено бывает чрезвычайно загрязнено.

Промывать его надо до тех пор, пока вода не станет прозрачной. Покрытие (шелуха) у каждого зернышка крепкое, лакированное, ему ничего не будет от лишней промывки. А когда вымоется, то надо его чуток и отпарить: вот почему нужно в последний раз промывать пшено горячей водой.

Варят пшено всегда в большой воде, в любом количестве, до полуготовности, не ожидая, чтобы зерно разварилось и открыло свои недра. Эту воду все равно сливают. А затем доливают молока и варят до его выпаривания и полной готовности пшенной каши.

Хотя пшено считается малоценной кашей, попробуйте его сваренным по всем правилам. Думаю, понравится, особенно если молока взять побольше и разварить сильнее, а затем через час долить в еще теплую кашу простокваши и либо есть сразу, либо дать постоять ночь. Такая подкисленная пшенная каша чрезвычайно вкусна и тоже не имеет навязчивого вкуса обычной пшенной каши, приевшейся всем. «Любит» пшенная каша также заправку салом пополам со сливочным маслом и луком.

ОВСЯНАЯ КАША

Все знают о том, что овсяная каша полезна и детям и взрослым. Но те и другие частенько не любят ее. Одна из причин в том, что овсяная каша для взрослых должна готовиться совершенно не так, как для детей. Более того, есть овсяная каша только для взрослых, и есть овсяная каша только для детей. Они отличаются приготовлением и самой крупой.

Однако часто бывает, что детям готовят как раз кашу для взрослых, а взрослым предлагают детскую. Никто не подозревает, что произошла ужасная путаница, и обе стороны бывают недовольны такой пищей или даже отказываются от нее.

Но стоит лишь привести все в соответствие, как овсяная каша станет действительно любимой едой и взрослых и детей.

Как же это сделать? И что надо сделать?

Прежде всего, взрослой овсяной кашей считается каша из целого, недробленого и немятого овсяного зерна. Обращаться с этим зерном надо так же, как с рисом. Более того, его можно смешивать с рисом и варить вместе. Пропорции смесей произвольные, но вкуснее бывает, когда риса чуть больше. Такую овсяную или овсяно-рисовую кашу, как и всякую крутую, рассыпчатую, можно заправлять маслом или (и) жареным луком.

Детской овсяной кашей считается любая каша из дробленого, нецельного (давленого) или молотого овсяного зерна (толокна).

Почему?

Потому что дети с их нежными слизистыми полостями рта плохо воспринимают жесткую, крутую, рассыпчатую овсяную кашу с ее плотноватой оболочкой, которую именно за ее крутость и плотность (есть что жевать!) ценят взрослые, особенно мужчины.

Дробленое зерно, а тем более молотое (толокно) совсем лишено оболочки, варится быстро и дает одну клейко-слизистую массу, по консистенции приятную для ребенка. Но масса эта невкусная. Поэтому ее принято сластить, скрашивать сахаром. И ребенок ест, с грехом пополам, с уговорами, присказками, привыкая есть подслащенную кашу в любое время дня.

Но это как раз и портит вкус ребенка. Не вкус данного блюда. Не вкус на несколько часов или на один день. А тот Вкус с большой буквы, который должен быть для человека путеводной нитью в его кулинарных скитаниях в течение всей жизни и который он обязан не только сохранять в чистоте, но и передавать потомкам.

Здесь, отвлекаясь от конкретной каши, хочется со всей серьезностью подчеркнуть, что вкус надо воспитывать с детства, потеря его – столь же ненормальное явление, как слепота, глухота, хотя и не столь заметное.

Вкус – это один из видов ощущений человека, один из видов познания окружающей нас материальной среды. Наряду с обонянием, зрением и осязанием, которые дают нам представление о запахе, цвете, форме и консистенции пищевых продуктов, вкус составляет классический квартет ощущений, при помощи которого человек знакомится с продуктами питания, с пищей. Вкус – первая скрипка в этом квартете. Оценку пище мы во многом даем по вкусу. Вкусно – хорошо. Очень вкусно – отлично. Невкусно – плохо. Но что значит вкусно или невкусно?

В кулинарной науке и практике существует традиционная договоренность о том, что такое хорошо и что такое плохо во вкусовом отношении.

Все градации вкуса сведены, подобно румбам морского компаса, к строгим категориям, тоже четырем: горько, сладко, кисло, солоно. Первые две – это юг и север кулинарного вкуса, вторая пара более похожа на восток и запад. Между ними промежуточные румбы: кисло-сладкое, кисло-соленое, горько-соленое, кисло-горькое. Для определения нюансов вкуса, его оттенков, в органолептической терминологии существуют понятия: горьковатое, кисловатое, солоноватое, сладковатое. Имеются еще понятия пресного и пряного, чтобы выразить те вкусовые ощущения, которые не укладываются в обычные «румбы». Таким образом, для профессионалов вкуса, для гроссмейстеров органолептики наука о вкусе столь же точна, как и математика. Вкус у такого человека должен быть не субъективным, а приближаться к объективным, установленным показателям. Такими мастерами вкуса являются дегустаторы и титестеры.

Но раз вкус можно определять, устанавливать его качество, давать ему более или менее точную оценку, то выходит, что этот показатель не такой уж субъективный, что он даже главный показатель качества пищевого продукта или блюда. Так оно и есть. Любые скрытые дефекты пищи обнаруживаются без всяких приборов, посредством проверки ее вкуса. В этом состоит одна из особенностей кулинарной науки.

Есть у вкуса и вторая важная особенность. Даже самая важная. Вкусное блюдо, вкусный пищевой продукт – приятнее. А это значит, что он лучше усваивается организмом. Следовательно, вкус не только невидимая абстракция, но и вполне «весомая» категория, ибо вкусная пища всегда сытнее. И это не только так кажется, но и оказывает реальное воздействие на наше самочувствие, настроение, психику и в конечном счете на наше поведение и работоспособность.

Третья особенность вкуса, важный аспект его воздействия на человека состоит в том, что пища должна быть разнообразной по вкусу, вкусовые соотношения должны быть подвижными, а не статичными, раз и навсегда заданными. И обо всем этом не надо забывать, когда мы готовим ребенку обычную овсяную кашу.

Что же надо сделать? И как?

Первое: разварить геркулес или толокно в воде (желательно в мягкой).

Второе: пропустить кашу через дуршлаг или частое металлическое сито, чтобы задержать не поддающиеся развариванию части – овсяную ость, остаточную шелуху и т. п. Эти твердые части больно ранят, царапают слизистую рта ребенка, отчего он выплевывает всю кашу, будучи сам не в состоянии отделить мелкие жесткие частички от всей массы в ложке.

Родители обычно кричат при этом на ребенка, заставляют его вновь съесть кашу. Ребенок, естественно, раздражается, плачет не только из-за неприятного ощущения, но и из-за чувства обиды, из-за той несправедливости, с которой с ним обходятся. В результате завтрак испорчен, ребенок расстроен. Мама кипит оттого, что недавно выстиранная рубашка или костюм непоправимо заляпаны выплюнутой кашей и испачканы шоколадкой, которая не в состоянии была примирить ребенка с болью и обидой.

А всего этого легко избежать, выполнив второе правило.

Третье: долить молока, варить, чтобы получилась не клейкая слизистая масса, а жиденькая, почти текучая кашица, которую можно даже пить и совсем легко проглатывать.

Четвертое: теперь надо довести кашицу до вкуса. Очень осторожно подсластить, но так, чтобы сахар не чувствовался, а лишь отбивал сыроватый привкус разваренного зерна. Затем слегка ароматизировать анисом или бадьяном, корицей, а если их нет, то высушенной лимонной или апельсиновой цедрой, растертой в порошок. Если и ее нет, то взять свежую цедру лимона, апельсина, отварить ее в четверти стакана воды и влить ложку-две этого густого ароматного навара в кашицу, хорошо размешав ее. Теперь приятная консистенция, мягкость каши придут в соответствие с приятным вкусом.

Для улучшения вкуса годится всякий другой фруктово-ягодный ароматизатор, мармелад (разваренный) или же сливки и масло (их вводят в готовую кашу некипяченными, ибо сливки не выносят кипения – теряют свой сливочный вкус).

Такая овсяная каша без сомнения будет воспринята ребенком с радостью, а возможность менять ее ароматизаторы поможет тому, чтобы она не приедалась.

ПЕРЛОВАЯ КАША

Перловка принадлежит к тому виду каш, который единодушно не любят все. «Мужицкий рис», как ее презрительно величают. В основном мы встречаемся с ней в супах, где она одиноко плавает, затерявшись среди картошки, морковки, лука и других овощей.

И кто поверит сейчас, что это любимая каша Петра I?

Но это действительно так. Только многие разучились варить перловку, как рожь, пшеницу и полбу, джугару и многие другие злаки. Вот и лежит она в магазине, ждет своего звездного часа, пока какая-нибудь расторопная старушка не купит целый мешок этой крупы… для своих кур. Так ценный «человечий» продукт идет на корм скоту лишь оттого, что мы, люди, утратили навык его приготовления. Страдает при этом не только государство, но и мы сами.

Перловка – кладовая белка и белковосодержащей клейковины. С ней следует обращаться столь же деликатно, как с бобовыми. Надо постараться разварить ее, не давая завариться каждому зерну в несъедобную твердую «пулю». И тогда перловка покажет себя. Отблагодарит вкусом.

Но как по-настоящему разварить перловку? Что для этого надо сделать? Почему, сколько бы мы ни варили перловку, она продолжает нам казаться невкусной?

Прежде всего, мы совершенно забыли и потому преспокойно пропускаем один очень и очень важный момент в приготовлении перловой крупы, о котором еще в XII – XVII веках знали карелы, коми, пермяки и который не был свойствен русской кухне, а потому стал постепенно исчезать из практики уже в XVIII веке, вместе со старой новгородской культурой, вобравшей в себя отчасти бытовые навыки финно-угорских народов.

Прием этот должен применяться еще до варки перловой крупы, и состоит он в вымачивании ее в холодной воде в течение 10–12 часов.

Иными словами, перед тем как готовить перловую кашу, следует заранее залить холодной водой, замочить предназначенную для варки крупу. При этом замачивать надо не на глазок, а один стакан (200 мл) перловой крупы залить ровно одним литром воды и оставить, повторяю, не менее чем на 10–12 часов. Пусть стоит в кухне с вечера всю ночь!

Утром воду надо будет слить, а вымоченную крупу засыпать в подогретое до 40 градусов молоко (в два литра молока, в нашем конкретном случае).

Таким образом, пропорции для правильной варки перловки точные и ясные, и их нетрудно запомнить:

1 стакан крупы,

1 литр воды для замачивания,

2 литра молока для варки.

Как затем варить?

Пока молоко не закипит и не прокипит после этого 5 минут, варят непосредственно на наплитном огне, в кастрюле без крышки. А затем закрывают кастрюлю крышкой, снимают с огня и переставляют в большую кастрюлю с кипящей водой, то есть в так называемую водяную баню. Это делается для того, чтобы каша, варящаяся в молоке, не подгорала, не садилась бы на дно, а молоко бы не убегало и чтобы за такой кашей не надо было непрестанно следить, не считая того, что время от времени подливать выкипающий кипяток в большую кастрюлю с водой.

Варка перловой каши в водяной бане должна продолжаться 6 часов. Предвижу крики: «Невероятно!», «Ужасно долго!», «Кто же это будет делать?» – и тому подобные. Не надо паниковать: весь реальный расход времени на варку перловой каши практически сводится к какому-нибудь десятку минут: залить водой (две секунды), слить воду (одна секунда), всыпать в молоко и вскипятить (шесть-семь минут), переставить в водяную баню (пять секунд), ну и, конечно, перед едой размешать придется (две минуты хватит?).

Все остальное время перловая каша «делается сама»: вымачивается и варится без присмотра. Конечно, дома должен все время кто-то быть: все-таки огонь горит. Но этот кто-то (бабушка, отец-пенсионер, школьник, идущий во вторую смену, студент в период экзаменационной сессии, женщина в декретном отпуске и т. д.) может спокойно заниматься другими своими хозяйственными, учебными или служебными делами, зная лишь время, когда ему нужно уделить одну-две минуты перловой каше.

Если же речь идет об общепите (а мы должны добиться, чтобы общепит, наконец, готовил по всем правилам), то там ни о каком расходе времени и говорить нечего: день, когда повара будут готовить перловку, можно будет засчитывать им как выходной!

А теперь несколько слов о заправке. Для перловки, как для всякой уважающей себя каши, заправка, разумеется, своя, индивидуальная. Когда каша готова (а готовность устанавливается как по времени, так и по появлению у каши красивого, благородного бежевого цвета с палевым оттенком), ее снимают с огня, дают постоять под крышкой минут десять, перекладывают из кастрюли (эмалированной) в фаянсовую или фарфоровую посуду, подливают немного сливок, кладут

сливочное (и только сливочное) масло и старательно размешивают до равномерной консистенции и цвета.

А потом – едят! Едят как совершенно самостоятельное блюдо, едят не просто, а с наслаждением, переживая (да, именно переживая, а не пережевывая) каждый маленький, необычайно нежный, приятный глоток. Пережевывать – нечего, в идеале вся каша должна превратиться в нежную, тончайшую пасту, которая сама собой растворяется во рту.

Еда настоящей перловой каши – это своего рода кулинарное переживание, открытие нового кулинарного мира для тех людей, кто в спешке привык глотать невкусную еду и не только позабыл, но и утратил радости ощущения вкуса, аромата, нежности обычной пищи, связывая эти понятия исключительно с какими-нибудь редкими и недоступными продуктами.

Я хочу, чтобы каждый, кто прочтет эти строки, непременно приготовил бы самостоятельно, хотя бы один раз, перловую кашу по вышеуказанному и единственно для нее правильному способу. Только один раз! Второй раз убеждать и упрашивать уже не придется.

И чем больше будет людей, лично убедившихся в том, что каша – это не навязчивая «нагрузка» к блюду, а само по себе незаурядное блюдо, ценное своим растительным происхождением и протеиновым содержанием, которые способны адекватно отражаться в превосходном вкусе, тем более высокие требования мы сможем справедливо предъявлять окружающему нас общепиту и быть непримиримее к тому браку, к той порче продуктов, которая нередко допускается в силу не только небрежности и недобросовестности, но и в силу просто-напросто неумения, незнания, кулинарной некультурности и неквалифицированности.

Я уверен, что это блюдо высоко оценят прежде всего шахтеры, металлурги, механизаторы, строители – все, кому приходится работать в условиях повышенных или сильно пониженных температур, испытывать большие физические нагрузки и затем отмываться от производственной грязи, масел, пыли и копоти – в бане или под душем.

Перловая каша после парилки – лучшая, испытанная пища и во вкусовом и в физиологическом отношении: она начисто снимает усталость, напряжение, дает огромный протеиновый заряд, нормализует кровообращение, заставляет смотреть на жизнь веселее.

Если вы, попробовав настоящей перловой каши, будете теперь читать в исторических романах, что перловка была любимой кашей Петра I, то вам станет понятно, что это не домысел какого-нибудь досужего романиста, ибо отныне вы будете точно знать, о какой перловке идет речь. А вот сам романист, повторяя с чужих слов эту историческую истину, подобной каши никогда не едал!

МАННАЯ КАША

Манной каше особенно не повезло с приготовлением. И вот почему.

Что такое манная крупа?

Это пшеничная мука твердых пшениц крупного помола. На два класса выше крупчатки. Такая мука всегда считалась дорогой, редкой в старой России. Только при советской власти манная крупа стала широкодоступным, дешевым продуктом. Поэтому навыков ее варки традиционно не сложилось. Поскольку это не крупа, а мука, то есть молотое зерно, то варить его легко. Оболочки нет, она не мешает, варка идет быстро, за несколько минут, и поэтому кажется, никаких проблем и никакой «науки» для варки манной каши не требуется. Взял горсть-две, всыпал в кипяток как бог на душу положил и сварил.

Жидкая получилась – ничего. Еще с десяток минут покипит – загустеет. Густая вышла, тоже исправимо, плеснул кипятка или молочка – вот и развел до нужной консистенции. К тому же дело вкуса: один любит чуть пожиже, другой – погуще.

Какие уж тут правила? Каждый варит как ему хочется. Этим каша и хороша. Неприхотливая, «демократичная». Потому и полюбили ее не только домашние хозяйки, но и кухарки в столовых, больницах, домах отдыха, санаториях, особенно утром, когда времени мало, а людей завтраком накормить надо.

Но зато недолюбливают манную кашу детишки, хоть ее и «сдабривают» и сахарком, и вареньем, и медком, и шоколадкой. И она принимает все эти «дары», довольно хорошо гармонируя с ними.

Зная манную кашу с детства, мы в то же время не всегда знаем ее истинный вкус, так как не знаем точного правила ее приготовления, пользуемся, так сказать, примитивно-любительским способом ее варки, случайно получившим всеобщее распространение.

А правило это простое: варить в молоке, соблюдая пропорции: пол-литра (500 мл) молока на 100–120–150 мл (0,75 стакана) манной крупы (или

литр молока на 300 мл крупы). Молоко довести до кипения и в этот момент всыпать ситом манную крупу (не горстью, а ситом, чтобы рассеять ее) и продолжать варить только одну-две минуты, все время интенсивно помешивая, а затем закрыть плотной крышкой кастрюлю, где варилась каша, и дать постоять 10–15 минут до ее полного разбухания. После этого можно сдабривать ее маслом и чем угодно, делать как подслащенный, так и «луковый» вариант.

Но главное формирование вкуса произойдет именно тогда, когда каша будет не кипеть, не «преть» под крышкой, утрачивая белки, витамины, вкус, а когда она будет настаиваться уже снятой с огня.

Вкус такой правильной манной каши резко отличается от варенной обычным способом. Это действительно каша, в которой можно различить хотя и маленькие, но отдельно существующие крупинки. Такая каша и лучше маслится, и не имеет неприятной поверхностной пленки, которая образуется у манной каши только потому, что выделенные белки и клейковина, как более легкая фракция, всплывают на поверхность и здесь подвергаются усиленному испарению и распаду, интенсивно портятся с точки зрения и физиологической, и вкусовой, и, конечно, биохимической.

Манная каша, сваренная по всем правилам, лишена этих отрицательных черт. Она сильнее разваривается, чем при кипении, ибо температура пара молока выше, чем температура самого молока, варимого при открытой крышке.

Есть и еще один прием приготовления манной каши, сходный с описанным. Для этого манную крупу надо разогреть на сковородке вместе со сливочным маслом до легкого пожелтения, но не дать ей подгореть. Затем залить молоком или смесью воды с молоком, где воды было бы чуть больше половины. Заливать надо прямо на сковородке, и поэтому лучше брать глубокую эмалированную. После заливки быстро размешать и дать прокипеть две-три минуты, а затем плотно закрыть крышкой и так же выдержать до полного разбухания. Такая каша еще вкуснее. Попробуйте и возьмите на вооружение оба эти способа, из которых первый более подходит для детского питания, а второй – для взрослого.

Как видите, варка каш заключается не только и не столько в механических приемах и не в запоминании правильных количественных показателей, как это было при работе с тестом, а в гораздо большем числе таких мелочей, деталей, подробностей, которые даже не всегда можно точно описать словами и которые составляют чисто кулинарные особенности, суть кулинарного дела, ремесла, искусства. Вот почему варка вообще и варка каш в частности – следующий, более высокий этап кулинарного мастерства.

СУПЫ

Но почему изложение приемов варки мы все же начали с каш, а не, скажем, с супа? Ведь как будто бы варить его менее сложно, кроме того, суп – первое, а каша – второе блюдо. Не логичнее ли было начинать рассказ с супа? Не сложнее ли приготовление каши?

Нет. Не сложнее. В кулинарном отношении намного проще. И мы совсем не случайно начали рассказывать о кашах как о первой ступеньке варки.

Просто варка сама по себе – сложный и многообразный процесс. Вот почему количество кулинарной специфики здесь сразу возрастает. Но каши просты по сравнению с супами. Ведь при приготовлении каш мы все свое внимание должны сосредоточивать на одном: получении разваренного зерна в хорошем состоянии.

О воде или о молоке, в которых варится это зерно, эта каша, мы не думаем. Они в данном случае лишь вспомогательное средство, среда, которая помогает приготовлению, но к концу его вовсе исчезает. Поэтому в процессе варки о вкусе этого компонента, о вкусе жидкости мы не должны заботиться.

С супом дело обстоит как раз по-иному: там речь идет и о вкусном приготовлении среды, жидкости, и о сохранении вкуса твердой части супа – мяса, рыбы, лапши, овощей, грибов, зерна и других компонентов, которые отличны друг от друга, а подчас противоположны по своим физическим и биохимическим данным, требуют разного отношения и многостороннего внимания. Уже одно это ставит изготовление супов на более высокую ступень.

Всем известна чаще наблюдаемая у детей, но также встречающаяся и у взрослых нелюбовь к суповой гуще – ко всей целиком или к каким-либо ее отдельным компонентам: луку, моркови, петрушке и реже к свекле и капусте. А есть люди, которые едят гущу, но оставляют суповую жидкость, хотя такие встречаются гораздо реже.

В чем тут дело?

Выше мы уже упомянули, что при закладке продуктов (при варке) в холодную воду происходит частичное, а иногда и полное вываривание всех питательных веществ из продуктов в раствор, в жидкую часть супа. Поэтому даже при неправильной варке эта часть делается вкуснее, насыщеннее, чем совершенно измочаленные, вываренные, лишенные питательных веществ мясо, рыба, овощи, зерно.

В связи с тем, что разные продукты имеют разную структуру и потому их температура кипения, плавления и готовности различна, получается, что в общей гуще супа одни продукты (как, например, лук) успевают полностью испортиться, а другие еще сохраняют часть прежних качеств и вкуса. В то же время вкус всей жидкой части становится все лучше.

Оттого-то дети, а то и взрослые отказываются от лука или моркови в супе, но едят жижу, мясо или рыбу.

Ну что же, не будем слишком к ним придираться, а постараемся извлечь из их реакции полезное указание для самих себя. Будем готовить супы и внимательнее, и правильнее, и, значит, лучше.

Что значит правильно приготовить суп?

Чтобы ответить на этот вопрос, придется рассказать о супах поподробнее. Начнем с того, что супы возникли относительно поздно. Несколько миллионов лет назад человек не знал, что такое суп. Он питался в то время в основном фруктами, ягодами, овощами, орехами. Позднее в жизнь вторглись мясо и рыба, появился огонь. Несколько тысячелетий прошли без супа, но с запеченной твердой пищей в дополнение к сырой растительной. И в конце концов человек не выдержал, стал искать возможности варить. Изобретение гончарной посуды означало столь же великий переворот в кулинарии, как и открытие огня.

Там, где гончарной посуды не было, человек создавал каменную. Эта древнейшая посуда и по сей день считается лучшей для приготовления супов и вряд ли сможет быть превзойдена. Но она была известна малому числу народов и сравнительно короткое время.

Настоящий расцвет супов начался лишь за 100 лет до нашей эры на Востоке, в Китае и смежных с ним странах Азии, а в Европе и того позднее: в Южной Европе с XV–XVI века, после изобретения фаянса и знакомства с китайским и японским фарфором и после создания обливной, эмалированной посуды. Но и эта датировка дает лишь приблизительное представление о том, когда появились настоящие супы. Их же более широкое распространение в народе относится к еще более позднему времени – к XVII–XVIII векам.

Конечно, и в глубокой древности, до изобретения гончарной посуды, человек умел варить и кипятить воду и вместе с ней другие пищевые продукты в полых деревянных, бамбуковых и других сосудах, опуская туда раскаленные на костре камни. Но что это был за суп? Даже древний, первобытный человек не ел его, а вылавливал и съедал ценную вареную гущу – мясо, рыбу, целые овощи. Настоящий же суп мог возникнуть только после того, как появилась неокисляемая, крепкая и химически чистая посуда, а человек научился разделывать пищевые продукты, выбирать из них наиболее пригодные части, нарезать, постигать природу разделки и ее влияния на вкус. К этому подошли лишь 400–500 лет тому назад. Значит, суп как блюдо молод.

Кроме того, суп – блюдо оседлого человека. И он остается таким до наших дней. Только в прочной, постоянной семье едят суп регулярно. Отсутствие супа в доме – один из первых показателей и признаков семейного неблагополучия.

Вот почему сделать суп дано не каждому. Его может сделать человек, не только знающий, точнее, многознающий, но и спокойный, уравновешенный, уверенный, стабильный по своему нраву, по своей психике и в то же время не лишенный творческой жилки, кулинарной и общей одаренности. Вот, оказывается, сколько качеств надо иметь, каким комплексом их надо обладать, чтобы приготовить «простой суп». «Не много ли чести?» – спросит иной читатель.

Нет. Не много. «Простой суп» вовсе не простое дело. Вернее, если суп получается простой, то это не суп, его лучше не делать.

Суп надо готовить так, чтобы это блюдо каждый раз, каждый день несло здоровье и праздник, чтобы оно было желанным, чтобы его с нетерпением ждали, чтобы его подавали не кое-как, а, как и подобает важному блюду, торжественно.

Не случайно для подачи супа на Востоке была изобретена фарфоровая чаша – самовар «хо-го», а в Европе супница – большая овальная фарфоровая кастрюля с крышкой, которую мы теперь можем увидеть лишь в сервизах. Именно в этой посуде подавался горячий суп прямо на стол, чтобы в присутствии всех членов семьи хозяин или хозяйка торжественно разлили его по тарелкам – дымящийся и дразнящий своим арома-

том. В этой традиции было заложено не только уважение к семье, но и уважение к нелегкому труду хозяйки, к ее главному кулинарному произведению дня – к супу, без которого, как это понимал каждый, не будет ни работы, ни радости.

Вот почему и в столовых и в ресторанах суп должен готовить повар более высокого класса, чем кашевар.

Кашевара можно сравнить с фельдшером, костоправом, имеющим иногда больший жизненный опыт, чем врач, и знающим до тонкостей какую-нибудь одну операцию, которую и врач не всегда выполнит столь же быстро и безболезненно, ибо не тренирован на ней ежедневно многие годы. Но фельдшер не видит сути болезни, не умеет поставить диагноз, не может безошибочно определить, что важно в жалобах больного. Для этого нужны высшие знания, для этого мало одного лишь опыта, а нужно понимание принципов медицины.

Так и с супом. Чтобы сварить его (не один вид, а любой из супов), нужно быть поваром – иметь высшее кулинарное образование, быть своего рода «доктором» в области кулинарии.

Выходит, как бы мы ни подходили к этому вопросу, супы – более высокий этап по сравнению с варкой каш, и поэтому мы переходим к ним после длительной психологической подготовки, которая, хотя и не полностью, все же заменяет опыт.

ВАРКА СУПОВ

Конечно, речь идет о настоящих, вкусных, добротных супах, а не о том, что в народе принято называть баландой. Супы весьма легко низводятся до уровня примитивных и невкусных блюд, если их готовят без достаточной квалификации и, главное, без понимания их специфических свойств. Замечено, что вкусные супы удаются далеко не всем поварам и что многим их приготовить гораздо труднее, чем какое-либо сложное второе блюдо.

Поэтому в большинстве случаев супы готовят спустя рукава – зачем возиться, когда хорошего результата все равно нелегко добиться: сплошь и рядом в столовой и дома супы становятся самыми невкусными, неаппетитными блюдами. Их едят потому, что «без супа нельзя», «надо что-нибудь горячее», «с супом обед сытнее», «зимой обязательно нужен суп», и по другим подобным соображениям, весьма далеким от вкусовой оценки. И так мы к этому привыкли, что на наших банкетах, вечерах, званых обедах, именинах, днях рождения и в других торжественных случаях супов обычно не бывает. Их не подают, как блюда «слишком простые», а предлагают либо одни закуски, либо закуски и горячие, так называемые вторые блюда. Между тем приготовленный по всем правилам и с высокой степенью умения суп – это украшение стола, действительно первое по своим вкусовым качествам блюдо.

Но приготовить хороший суп – великое искусство, которое требует особого внимания и времени. Главное то, что в супах высокое качество дается труднее, чем во всех других блюдах, из-за целого ряда обстоятельств.

Коротко об обстоятельствах.

Первое. Супы удаются тем лучше, чем в меньшем объеме они варятся. Лучше всего готовить суп не более чем на 6–10 порций одновременно, то есть в кастрюле (или в котле) максимум на 10 литров. Значит, домашний суп, сваренный на 3–5 человек, предпочтительнее всякого иного.

Второе. Посуда для супов должна быть обязательно глиняной (фаянсовой, фарфоровой), каменной или эмалированной, но ни в коем случае не металлической без всякого покрытия. Особенно вкусными получаются супы в каменной посуде, используемой и по сей день кое-где на Кавказе. Таким образом, имеет значение не только материал и покрытие, защищенность внутренней поверхности посуды, но и ее толщина, а отсюда и ее теплоемкость и теплопроводность. Чем медленнее и спокойнее кипит суп, тем он вкуснее. Еще лучше, когда он не кипит, а томится.

Третье. Соотношение воды и остальных продуктов в супах должно быть точно сбалансированным. К концу варки количество жидкости на порцию не должно превышать 350–400 кубических сантиметров или миллилитров. Минимум же жидкости – 200–250 миллилитров на порцию. При этом во время варки нельзя ни отливать, ни добавлять жидкость – и то и другое значительно ухудшает вкус. Но именно это условие почти никогда не соблюдается ни в общественном питании, ни в домашнем хозяйстве. Правильно соразмерять количество воды и других продуктов в супе необходимо до начала варки с учетом того, сколько воды выкипит в процессе приготовления.

Как можно заметить, три главных предварительных условия не касаются собственно поварского искусства,

а связаны, так сказать, с техническими условиями варки: временем, посудой, огнем, водой и объемом. В быту ими сплошь и рядом пренебрегают, тем более что в поваренных книгах о них не упоминают вообще или говорят такой скороговоркой, что они остаются незамеченными.

Кроме того, имеется еще несколько чисто кулинарных правил, которые также необходимо учитывать.

Вот шесть этих правил, шесть заповедей по порядку.

Первое. Для супов необходима высокая свежесть всех продуктов и тщательная их обработка, удаление всех дефектов путем чистки, обрезки, скобления. Продукты для супа следует отмывать не только от внешней грязи, но и от постороннего запаха, что далеко не все умеют и желают делать. Разделку надо вести настолько тщательно, что каждый из кусочков мяса, рыбы, овощей, положенных для супа, должен быть предварительно полностью вычищен, промыт и обсушен, только затем все компоненты заливают водой.

Второе. При разделке продуктов должна строго соблюдаться форма нарезки, характерная для данного супа, ибо она влияет на его вкус. Это значит, что в один вид супа надо класть, скажем, луковицу целиком, а в другой измельчать ее; в один суп морковь надо класть целой, в другой – кубиками, в третий – соломкой и т. д. и т. п. Это не внешние украшательские, декоративные отличия, а требования, диктуемые вкусом и назначением блюда (супа).

Третье. Закладка продуктов в суп должна вестись в определенном порядке, так, чтобы ни один из компонентов не переваривался и чтобы весь суп не кипел слишком долго, а поспевал бы как раз тогда, когда сварились все его компоненты. Для этого повар должен хорошо знать и помнить время варки каждого продукта, каждого компонента.

Четвертое. Солить суп надо всегда в конце приготовления, но не слишком поздно, в тот момент, когда основные продукты в нем только что сварились, но еще не переварились, не перепрели, а способны впитать соль равномерно. Если суп бывает посолен слишком рано, когда продукты еще твердые, то он дольше варится и бывает пересолен, так как соль в основном остается в жидкости, а если суп посолен слишком поздно, то делается одновременно и солоноватым (жидкость) и безвкусным (гуща).

Пятое. При варке супа необходимо непрестанно наблюдать за ним, не давать ему перекипать, часто пробовать, вовремя исправляя допущенные ошибки, следя за изменением вкуса отвара, за консистенцией мяса, рыбы, овощей. Именно поэтому суп считается неудобным блюдом у поваров, ибо он не отпускает от себя ни на минуту. В домашней, да и в ресторанной практике нередко этим пренебрегают, бросая суп на произвол судьбы. Хороший же повар не считается со временем, готовя суп, зная, что эти «потери» окупятся с лихвой отличным качеством.

Шестое. Самый ответственный момент наступает после того, как суп в основном сварен, посолен и остается буквально несколько минут – от 3 до 7 – до его полной готовности. За это время надо, как говорят повара-практики, «довести суп до вкуса» – придать ему аромат, запах, пикантность в зависимости от его типа и требований рецепта, а также от индивидуального мастерства повара, от его личного вкуса и желания. Обычно именно эта заключительная операция удается немногим, и как раз на этом этапе суп можно основательно испортить. Между тем повар с тонким вкусом именно в этот завершающий момент, внося разнообразные приправы, пряности, способен превратить, казалось бы, заурядное суповое блюдо в шедевр.

Наконец суп готов, снят с плиты, но и после этого настоящий повар не спешит подавать его на стол. Он обязательно перельет его побыстрее в супницу (или «переложит» твердую часть отдельно, а жидкостью зальет), даст ему постоять под крышкой от 7 до 20 минут, чтобы суп настоялся, чтобы пряности и соль равномерно проникли в мясо или другие компоненты, чтобы жидкая часть супа была не водянистой, а приобрела бы приятную густоватую бархатистую консистенцию (именно при переливании супа в супницу происходит загущение жидкости, ее перемешивание).

Такой суп обладает выраженным ароматом, нежностью, мягкостью, правильной температурой и потому хорошо воспринимается органами осязания, обоняния и пищеварения. Многие супы продолжают «созревать» и будучи разлитыми в тарелки (делать это надо ни в коем случае не металлическими, а эмалированными, фарфоровыми или деревянными половниками). Теперь осталось только положить в них зелень укропа, сельдерея, петрушки, сметану, лимон, раствор фруктовых левишников, а иногда и гренков, хлопьев, пошированных яиц – и суп приобрел наконец вкусовую законченность и цельность.

И еще одно свойство, одну особенность имеют супы. Особенность, которая превращает их в привилегированные блюда. Супы не рекомендуется разогревать. Лучше всего их есть сразу после приготовления. Даже очень хорошо приготовленные супы ухудшают вкус после разогревания.

Только один вид супа – суточные щи (постные, на грибном отваре с кислой капустой) – улучшает свои вкусовые качества через сутки (не более!), разумеется, при правильном хранении: в стеклянной, эмалированной или глиняной, то есть неокисляемой, посуде. Отсюда понятно, почему супы не любят готовить к банкетам: их нельзя, как закуски, приготовить заранее за сутки и поставить в холодильник.

Уже из этого весьма беглого перечисления основных правил приготовления супов и их свойств видно, насколько сложное, а главное, трудоемкое и капризное блюдо суп и сколь многое мы обычно упускаем, готовя его кое-как, наскоро, не по правилам.

Конечно, у каждого конкретного супа имеется еще много маленьких секретов приготовления, которые легко даются человеку внимательному, наблюдательному и освоившему приведенные выше основные правила.

В мировой кулинарной практике известно полторы сотни типов супов, которые подразделяются более чем на 1000 видов, причем каждый вид имеет еще и несколько подвидов или вариантов. Так, например, щей имеется 24 варианта, ухи – 18, борщей – 22. Но резко отличаются друг от друга, разумеется, лишь типы супов. Из 150 мировых типов только у народов России и ближнего зарубежья насчитывается примерно 90. Видов и вариантов супов несколько сотен. Их частенько ошибочно считают разными супами. Например, суп с картофелем, суп с клецками или суп с вермишелью. На самом же деле это вовсе не разные супы, а совершенно одинаковые или один вид. И готовятся они по одному и тому же технологическому правилу и имеют одинаковый набор компонентов по их кулинарной сути. Из всего многообразия, из подлинного калейдоскопа супов мы и в общепите, и дома пользуемся от силы двумя-тремя типами, а то и одним, употребляя лишь его разные варианты. Это, конечно, нерационально. Вот почему освоение новых видов и типов супов и их широкое внедрение как в общественное, так и в домашнее питание – наша общая, всех затрагивающая задача.

А теперь несколько сугубо практических советов.

Когда лучше всего есть суп?

Конечно, днем, идеально в 13 часов дня. Рано утром суп есть нерационально. Он перегружает желудок отдохнувшего от сна человека и снижает работоспособность в самые лучшие, самые «светлые» производительные часы суток. Вечером, в ужин, суп также не следует есть – он утяжеляет желудок, вызывает быстрый сон, но одновременно ускоряет процесс пищеварения во сне, что иногда ведет к нарушению сна, просыпанию среди ночи или очень рано утром. Тарелка супа в обед (полная, добрая, «с горкой») – вполне достаточная норма в сутки. Супы лучше всего делать густыми, чтобы это была гуща (овощная) с небольшим количеством наваристой жидкости, а не жидкость сама по себе типа бульона.

Как рассчитать количество жидкости в супе? Есть простой, даже примитивный, но зато абсолютно верный способ: влить в кастрюлю столько тарелок (полных!) воды, сколько намечено получить порций. Лишняя вода выкипит во время варки, а оставшаяся вместе с гущей составит как раз полную тарелку!

Как подготавливать, нарезать овощи для супа?

В хороших поваренных книгах всегда указывается форма нарезки овощей для супа, ибо от формы зависит вкус. Чтобы самому выбрать форму нарезки, надо вначале посмотреть, каков общий состав супа, а именно внимательно прочитать рецепт.

Чем больше компонентов в супе, тем он должен быть насыщеннее и вкуснее. Отсюда при большом количестве компонентов нарезка должна быть крупнее, при малом – мельче. Это общее правило. Если суп овощной, овощи режут как можно мельче. Если же суп крупяной, пельменный, клецечный и т. д., то овощи всегда кладут целиком: целая морковь, луковица, репа, картофелина и т. д.

Почему?

Да потому, что вкус пельменного супа должен создаваться пельменями, крупяного – крупой, мясного – мясом, а не овощами, роль которых в этом случае состоит в том, чтобы скромно дополнять, аккомпанировать во вкусовом отношении, а не выделяться.

Порядок закладки в суп компонентов обычно указан в поваренных книгах, надо только им не пренебрегать. Если же в рецепте их нет, то надо исходить из времени варки имеющихся компонентов и закладывать их так, чтобы они поспели в одно время.



Таблица времени варки каждого продукта обычно имеется в поваренных книгах. Но этими таблицами, к сожалению, почти не пользуются. Поэтому приведем типовой порядок варки супов с мясом, с рыбой и чисто овощного.

МЯСНОЙ

1. Налить воды (или кипятку), положить мясо, довести до кипения.

2. Добавить целую луковицу или мелко нарезанный лук и одновременно морковь (целую или соломкой), петрушку, редьку, репу, свеклу. В это же время или раньше в супы закладывают такие овощи, как бобовые, и кислую капусту. Но чаще их готовят отдельно, параллельно с основным супом в другой посуде и смешивают вместе к концу приготовления.

3. Через 30 минут можно закладывать картофель, крупы – пшеницу, рис, гречку.

4. Через 35–40 минут после начала варки можно вносить свежую капусту разных видов, кабачки и т. п.

5. Через 45 минут – 1 час – помидоры, соленые огурцы, яблоки (кислые).

6. Через 1 час 20 минут – пряности (вторая закладка лука или лук зеленый, чеснок, укроп, соль и др.). В это же время или чуть раньше из супа вынимают луковицу, положенную целиком, чтобы она не распалась и ее вываренные с неприятным вкусом листья не портили бы суп. Про такой суп у нерадивой хозяйки русская пословица говорит: «Больше расплюешь, чем съешь».

РЫБНЫЙ

1. Налить немного воды, посолить круто, дать закипеть, положить мелко нарезанный лук, картофель дольками, брусками или кубиками, морковь соломкой.

2. Через 15 минут после закипания положить рыбу, нарезанную одинаковыми кусками (не более 10×4 см), проварить 10–12 минут, добавить в процессе варки лавровый лист, перец, петрушку, эстрагон, укроп.

3. В зависимости от желания добавить один из следующих компонентов:

а) соленые огурцы, огуречный рассол или лимон и проварить 1–3 минуты;

б) томатный сок 0,5 стакана или пасту 2–3 ложки и на медленном огне согреть, но не доводить до кипения.

ОВОЩНОЙ

От двух до семи овощных компонентов закладывают так, чтобы они были сходны по времени их варки: например, все корнеплоды закладывают одновременно и раньше, чем капуста и другие нежные овощи. Лук закладывают первым и мелко нарезанным. Варят овощи на медленном огне до мягкости, затем солят их, добавляют сметану, пряности. Овощные супы самые быстроварные.

Приведенный типовой порядок варки супов дает возможность каждому человеку приготовить по крайней мере два десятка самых различных супов разного состава, консистенции и вкуса.

При всей сложности создания хорошего вкуса у супов, при всей их капризности к условиям (свежесть продуктов, правильная посуда, достаточное время) супы обладают одним крайне удобным свойством – они очень гибки и подвижны в своих комбинациях, и поэтому, чтобы приготовить вкусный суп, нет необходимости зазубривать его точный рецепт. Надо только усвоить вышеприведенные правила, понимать их значение и помнить порядок закладки продуктов в супы основных типов. Остальное – результат вашего свободного творчества.

Но поскольку у начинающих кулинаров весьма сильно развито преклонение перед определенным рецептом, укажу на те способы улучшения и варьирования вкуса супов, на методы изменения их композиции, которые обычно не входят ни в какие рецепты поваренных книг и которые в то же время дают каждому новичку прекрасную возможность стать «оригинальным» создателем супа и тем самым быстрее привыкнуть к самостоятельной и более разнообразной готовке, быстрее отрешиться от того, чтобы педантично держаться за рецепт, как слепой за стену.

Главная возможность вариации супов и улучшения их вкуса заключается не в изменении и пополнении их твердой части, а в изменении привычного состава жидкой части.

Этот секрет уже не из области азбуки. Прийти к мысли о самой возможности видоизменения жидкой части трудно, ибо эта часть по традиции самая стабильная. Есть народы, делающие супы только на воде, например, такова русская национальная кухня. Есть народы, делающие супы преимущественно на молоке, как это принято в эстонской национальной кухне и от-

части в финской. А есть и такие национальные кухни, которые допускают приготовление супов и на квасе, и на пиве, и на овощных или фруктовых соках, или же вовсе не употребляющие воды в супы, а заливающие отдельно приготовленную твердую часть, иногда даже не отваренную, а либо сырую, либо поджаренную, кислыми молочными продуктами: айраном, катыком, сметаной. Таковы среднеазиатские национальные кухни, где сырые измельченные молодые овощи, залитые катыком, дают летний холодный суп чалоп, а поджаренные кусочки мяса, сваренные в кипятке с жиром и овощами, образуют шурпу.

Есть, наконец, ряд древних национальных кухонь, которые разработали исключительно виртуозную и сложную структуру суповой жидкости, предусматривающую тончайшие растворы из смеси воды, яичного желтка, различных кислот, типа лимонной, молочной, а также введение кисломолочных продуктов, которые не свертываются даже при температуре кипения! Но этому предшествуют тонкие кулинарные «фокусы» с использованием крахмалистых слизей, отваров, яиц и с применением иных приемов (например, введение в суп мелких камешков, тонких осиновых палочек, серебряных предметов), которые задерживают тот или иной процесс или, наоборот, ускоряют его.

Таким образом, кулинарное творчество ряда народов доказывает, что вкус супа можно полностью изменить, используя различные жидкости (или добавки к ним), не касаясь при этом состава твердых продуктов. Вариации с жидкостной частью меняют вкус супа в целом, и это дает возможность совершить буквально переворот в приготовлении супов, позволяет новичку стать сразу гроссмейстером, минуя стадию и разрядника и мастера.

Итак, внимание! Вот несколько конкретных рецептов быстрой трансформации обычных, приевшихся супов в абсолютно новые по вкусу.

ВВЕДЕНИЕ МОЛОКА И КИСЛОМОЛОЧНЫХ ПРОДУКТОВ

Ели ли вы рыбный суп с молоком? Или молочный суп с рыбой? Нет? Кажется невозможным? Невкусно?

А вот попробуйте. Вы сварили обычный рыбный суп, то есть отварили рыбу с овощами или крупой (лук, морковь, картофель, рис) в течение 10–12 минут. Слейте жидкость супа или лучше выньте из него рыбу, ибо овощи не помешают. Рыбу отложите в отдельную тарелку или миску. Теперь возьмите четверть или пол-стакана холодной кипяченой (обязательно!) воды и тщательно разведите в ней столовую ложку муки (пшеничной, рисовой, ржаной – все равно). Взболтайте, чтобы мука разошлась равномерно. А теперь влейте эту жидкость в кипящий на тихом огне суп без рыбы и размешайте. Проварив две-три минуты при помешивании, влейте в тот же суп пол-литра молока и доведите смесь до кипения, продолжая ее помешивать.

Как только спустя пять-шесть минут появятся первые признаки кипения, ложкой попробуйте суповую жидкость (она должна быть чуть остывшей, а не яро горячей). Если во время пробы вы не почувствуете ни вкуса молока, ни вкуса рыбного супа, а увидите, что создался какой-то неизвестный вам, но явно приятный симбиоз, появилась некая нерасторжимость новой суповой жидкости, значит, все в порядке и можно опускать в суп рыбу. Суп, теперь уже с рыбой, надо прогреть одну-две минуты, и он готов. Дайте ему постоять, как и всем супам, минут 10, а потом ешьте на здоровье. Ручаюсь, что это доставит вам новое кулинарное удовольствие.

Казалось бы, маленький прием, почти незаметный, вынуть рыбу (раз!), ввести ложку муки (два!) – мелочь, но зато полная гарантия, что молоко не свернется, и, кроме того, вкус абсолютно новый.

В противном случае даже очень свежее молоко в 50 случаях из 100 свернется при слишком резком контакте с рыбным бульоном, не говоря уже о том, что вкуса, который получился у нас, и бархатистости, которая принесет вам удивление и удовольствие, конечно, при быстром, поспешном соединении молока с бульоном не получится.

По этой же схеме можно вводить молоко и в овощные супы из корнеплодов, но без кислых овощей.

Другой кулинарный фокус с супом можно проделать уже не со сладким, а с кислым молоком или с каким-нибудь кисломолочным продуктом – катыком, сметаной, сузьмой.

Здесь еще проще. Но вкус отменный. Возьмите такой набор продуктов: картофель, морковь, лук, помидоры. Всего буквально по штучке-две. Этот суп удобен, когда мало овощей, а накормить надо несколько человек. И добавьте к этому набору один-полтора стакана риса. Овощи нарежьте как можно мельче, только не спешите с помидорами, их надо закладывать в самом конце.

Налейте много воды, засыпьте в кипящую воду рис, сварите его до полуготовности, затем добавьте овощи (по уже знакомым нам правилам) и варите на большом огне при открытой крышке, чтобы вода выкипела почти вся. Как только это произойдет, влейте в получившуюся жидкую кашу пол-литра сметаны или пол-литра – литр катыка или простокваши. Ваш суп готов. Его жидкая часть почти без воды, кисломолочная. И вкус весьма необычен и дразняще аппетитен. Попробуйте. Не забудьте только посолить в конце варки.

По простоте приготовления этот суп народов Памира как раз для новичков в кулинарии. Здесь не придется доводить до вкуса суповую жидкость. Это сделает за вас сметана или простокваша. Можно добавить чеснок, петрушку, укроп в горячую кашу до заливки сметаной, и вкус еще более улучшится: станет «густым», «сильным», «ярким».

ВВЕДЕНИЕ ЯИЦ И ЯИЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ

Обогащать вкус суповой жидкости яйцом издавна стремились кулинары и Востока, и Западной Европы. И хотя шли они при этом разными путями, но пришли к одному решению, к одному принципиальному выводу: создать яичную эмульсию, которая сможет растворяться, но не свертываться в горячей воде, возможно лишь с помощью растительных масел, кислот и небольшой дозы (иногда капли) алкоголя.

Открытие это было сделано в разных концах света и в разное время. В Азии, в Армении и Грузии – во времена аргонавтов, за несколько веков до нашей эры; в древних Мидии и Ассирии, может быть, и еще раньше. Но здесь оно мирно дремало в течение почти двух с половиной тысячелетий, обогатив лишь местное меню народов Ирана, Закавказья и Турции несколькими видами супов, в жидкость которых вводили либо один желток, либо желток с небольшой частью белка, либо все яйцо целиком или же только белок.

В Европе, в Испании (на Балеарских островах), в XVII веке спустя две тысячи лет повторили то же кулинарное открытие. Однако здесь оно послужило основой для создания всем знакомого ныне майонеза и приобрело тем самым широкую и прочную мировую известность. Но до создания яично-эмульсионных супов в Европе дело не дошло. Развести яйцо в воде до коллоидального состояния так, чтобы оно не могло свертываться даже в горячей воде, европейские кулинары не считали возможным. Остановились… на майонезе. В супы же они сочли возможным вводить лишь целое, не растворенное, а так называемое пошированное яйцо, то есть такое, которое плавало бы в супе, не свертываясь.

Для этого часть суповой жидкости уже совершенно готового супа отливают из кастрюли в широкую фарфоровую или фаянсовую чашку, добавляют туда немного винного уксуса или лимонного сока (полстакана на пол-литра – литр супа), взбитого предварительно с ложечкой подсолнечного или оливкового масла, и, размешав все это, спускают туда свежее яйцо. В этом и состоит один из секретов: не вбивают туда яйцо, а спускают.

Это значит, что яйцо вначале аккуратно разбивают и так же аккуратно переливают в блюдце или отдельную чистую тарелку, с тем чтобы желток не разбился, а плавал бы на белке. Затем, когда в другой миске будет подготовлена смесь супа с винным уксусом, туда с блюдца осторожно переливается или, как говорят повара, спускается яйцо.

Это и есть поширование.

Какой же смысл в этой тонкости?

Если яйцо сразу вбить в готовый кипящий или горячий суп, оно моментально свернется, и, кроме того, свернется крайне некрасиво: какими-то сероватыми нитями, жгутиками, узелками, не говоря уже о том, что оно будет невкусным, а для самого супа от него не будет никакого толка. Это просто будет инородная и не подходящая по вкусу добавка.

Если же мы выливаем яйцо в смесь супа (воды) и кислоты, да еще взбитой с маслом, да со слегка ослабленной температурой по сравнению с горячим супом, то яйцо не только не свернется, но от кислоты приобретет эластичность и усилит свой яркий, блестящий цвет. Кроме того, оно сварится как раз так, что будет и не жидким, и не твердым, а медузообразным. А потому и в супе оно будет плавать не на поверхности, а в середине жидкости, как подводная лодка. Такой суп очень эффектен.

То, что кислота создает условие для пошированния, – это ясно. Но зачем переливать яйцо из особой тарелки в чашку, а не сразу вбивать его в нее? Уж этот-то прием на первый взгляд кажется абсолютно лишним. Однако в кулинарии не бывает ненужных мелочей. Именно в них подчас заключается ключ к важному результату.

Если попытаться сразу вбить яйцо в чашку со смесью супа и кислоты, то оно, во-первых, может растечься, а если это произойдет в отдельной тарелке, то яйцо можно заменить другим. Следовательно, одна из причин этой манипуляции – предосторожность, всегда нелишняя в кулинарном деле, где испортить легко, а исправить трудно либо невозможно.

Но это не все и не главное.

Главное в том, что, как бы осторожно мы ни старались вбить яйцо в чашку, мы не можем изменить законов физики. Яйцо может не растечься, а у умелого кулинара никогда не растечется, но оно неизбежно будет падать по вертикали с ускорением силы тяжести согласно известному закону Ньютона! А это значит, что яйцо неизбежно пробьет тонкий слой уксусно-масляной легкой пленки, которая будет плавать на поверхности супа и попадет непосредственно в суп, в воду. Таким образом, все наши предосторожности окажутся лишними. С таким же успехом можно было бы просто вбивать яйцо в суповую кастрюлю. Следовательно, мы точно так же испортим яйцо в супе.

Древнейшие цивилизации Азии создали еще более сложную и вместе с тем еще более простую комбинацию для введения яйца в супы. Яйцо вначале взбивают, причем желток и белок раздельно, а затем соединяют. Так получается немного дольше, но зато намного лучше, качественнее и вернее. Затем во взбитое яйцо добавляют лимонной, гранатовой или винной кислоты (гранатовый сок, винный уксус, кислое сухое вино) и вновь взбивают в однородную массу – жидкость. Это первый шаг, первый этап.

Второй шаг – сделать саму жидкость супа, бульон (воду), более плотной перед тем, как вводить туда яйцо. Этот прием нам уже знаком – он заключается во введении в суп (воду) мучной подболтки. Но нельзя распускать муку в горячей воде – из этого ничего не выйдет, ибо мука заварится в сгусток или катышки. Надо развести муку в холодной кипяченой воде, а затем эту смесь влить в горячий суп и размешать. Муки должно быть больше, чем для рыбного супа с молоком, – две – две с половиной ложки на литр.

После этого наступает третий этап, третий шаг.

Вводить взбитое яйцо, даже с кислотой и даже в уплотненный суп, все же опасно: яйцо свернется – уж очень оно нежное, а суп (вода) слишком горяч. Что делать?

Выход был найден. Он оказался, как всегда бывает в таких случаях, очень простым. Вся тонкость состоит в том, что надо отлить из основной массы часть супа в чашку и смешать ее со взбитым яйцом. Супа должно быть чуть больше половины по сравнению с яйцом, причем чуть больше не по весу, а по объему. А раз яйцо во взбитом состоянии с кислотой резко увеличило свой объем, то супа надо взять примерно 65–70 процентов, но не больше. Только в этом случае яйцо не свертывается, а… прекрасно соединяется с водой в коллоидальный раствор. Надо лишь тщательно его взбить. А затем уже эту яично-суповую смесь влить в остальной суп. Таким путем растворенное яйцо прочно теряет способность свертываться, попадая даже в горячий готовый суп, снятый с плиты. Так возникли многие армянские, грузинские, турецкие, персидские и молдавские супы.

Что касается супов курдов, арабов, айсоров и сирийцев, то в них чаще всего вводят только один желток. Это намного легче. Кроме того, введение целого яйца дает несколько худший вкус, требует больше соли и кислоты.

Необходимо помнить, что, вылив яично-кислотно-суповую смесь из чашки непосредственно в горячий суп, необходимо непрерывно энергично размешивать его деревянной ложкой не менее 7 минут. Только после этого можно быть спокойным, что яйцо не свернется. Зато суп приобретает удивительно упругую и плотную, абсолютно эластичную консистенцию, не говоря уже о совершенно необычном вкусе.

Надо иметь в виду также и то, что супы с растворенным яйцом требуют, чтобы их бульон приготавливался с повышенным количеством лука (три-пять луковиц на 1 литр воды). Таково одно из оригинальнейших достижений кулинарного изобретательства прошлого – яичный суп.

Впоследствии в Европе это достижение кулинаров Древнего Востока было развито и дополнено новыми элементами – взбитое по-восточному яйцо стали соединять и с кислым молоком, и с пивом и вводить в этом составе в супы, особенно хлебные. Это тоже дало интересные вкусовые эффекты, пополнило репертуар супов.

Остается сказать пару слов об упомянутых нами хлебных супах.

Они просты по композиции и технологии. Но здесь важна предварительная подготовка материала.

Для хлебных супов нужен не всякий хлеб, а тщательно просушенные сухари из хорошо пропеченного

ржаного хлеба. Такие сухари надо сушить самим и специально. Пользоваться черствым хлебом для хлебных супов нельзя. Будет невкусно, даже противно. Зато правильно сделанный хлебный суп – объедение.

Прежде всего позаботимся о сухарях. Буханку свежего черного хлеба надо нарезать на тонкие узкие ломтики и высушить на слабом, щадящем огне в духовке, не дав хлебу подгореть.

Эти душистые рассыпчатые сухарики залейте крутым кипятком и оставьте на два часа. Можно, чтобы ускорить выстойку, размолоть их в кофемолке или в кухонном комбайне и залить кипятком. Тогда масса приготовится быстрее. Но надо не просто размочить сухари. Необходимо, чтобы они созрели в студенистую массу, которая приобретает особый вкус. А созревание это требует времени, минимум час для размолотых сухарей.

Затем надо поставить эту студенистую хлебную массу на слабый огонь, причем все приготовление обязательно идет в эмалированной посуде. Здесь надо быть особенно внимательным.

Хлебная масса должна разогреваться, но ни в коем случае не закипать. Поэтому-то ее и заливают если не кипятком, то обязательно кипяченой водой.

Хлеб – уже готовый, испеченный (то есть своего рода прокипяченный!) продукт. Еще раз его вскипятить – значит испортить, разложить на составные части. Таким образом, кипение в хлебных супах исключается. Иногда их готовят и на водяной бане.

Как только хлебная масса прогреется, в нее добавляют немного сахара, еще лучше меда или того и другого. Затем вводят сухофрукты, чаще всего изюм, груши, чернослив, фрукты, не имеющие кислоты, или же свежие яблоки сладких столовых сортов, вроде коричного, также лишенные кислинки. Можно вводить и сливу, и любое некислое варенье – айвовое, клубничное, вишневое, грушевое, из желтых слив и т. п. В процессе медленного прогревания хлебная масса должна органически соединяться со сладкой фруктово-медовой частью.

Только когда произойдет полная диффузия, хлебный суп приобретет свой настоящий вкус и превратится в лакомство.

Весьма часто этого момента (а он определяется только пробой и навыком) так и не дожидаются и едят суп, сваренный фактически наполовину, полуфабрикат, считая, что и так вроде бы получилось неплохо. Но этот момент настанет лишь тогда, когда вы, помимо указанных компонентов, добавите к хлебному супу еще пряности – корицу, бадьян, гвоздику – каждой на кончике ножа, а сверху положите хорошо взбитые крепкие сливки (одну-две большие ложки).

Тот, кто ни разу в жизни не попробовал настоящего хлебного супа («супа» лишь по названию, а по существу – лакомства), тот допустил, несомненно, пробел в своем кулинарном и вкусовом образовании.

Мы подробно остановились на варке разных продуктов и особенно на приготовлении супов, исходя из значения их в кулинарном искусстве.

Теперь, когда мы тем самым прошли как бы экватор в нашем кулинарном курсе, мы смело можем переходить к более сложным кулинарным приемам – к жарению и тушению.

{ ГЛАВА 6 }

ЖАРЕНОЕ И ТУШЕНОЕ: КОГДА, КАК И ПОЧЕМУ?

ЖАРЕНИЕ

ЖАРЕНИЕМ называют все процессы, все превращения с продуктами, которые происходят в раскаленном масле.

Другими словами, любая варка в масле, на масле и даже в парах масла (но без участия воды или иной жидкости) называется жарением.

Таким образом, к жарению не относится всякое выдерживание или поджаривание продуктов на огне, как считают обычно люди, не знакомые с кулинарным искусством. Жарить без масла нельзя. Без масла и без жидкости можно печь, запекать, грилировать (обжигать), но только не жарить. Второй важный признак жарения – наличие посуды и огня, нагревающего эту посуду. Отсюда посуда – важный элемент процесса жарения. Поскольку масло может лучше всего кипеть в металлической посуде, то жарят, как правило, именно в ней – чугунной, медной, луженой, баббитовой, алюминиевой и реже в чугунной эмалированной. В керамической и каменной посуде жарить неудобно, да и нельзя.

Посуда различается не только по материалу, но и по форме, что связано с разными видами жарения: в большом, в среднем или в малом количестве масла. Посуда как бы приспосабливается к разному его количеству. Поэтому она разделяется на плоскую – сковороды и глубокую – котлы (казаны), кастрюли, сотейники, фритюрницы, которые отличаются друг от друга высотой, объемом, а также толщиной и формой дна. Последнее отличие наиболее важное для процесса жарения.

Как видим, по сравнению с варкой жарение более однообразный кулинарный процесс. Но от этого он не становится менее сложным. В кулинарном отношении это чрезвычайно ответственный, даже в известной мере коварный процесс, где в большей степени, чем во всех других, от повара требуется внимательность, сосредоточенность, где ни на минуту нельзя отвлечься от плиты, нельзя позволить себе быть рассеянным. Чуть зазеваешься, и блюдо подгорит или даже вовсе сгорит, хотя буквально минуту тому назад оно не было еще готово.

Зато при жарении нет необходимости в особом полете мысли, как при варке супов или тушении. Здесь знай крепко три-четыре правила, держись твердо отработанной технологии, проявляй внимательность, быстроту реакции, владей хорошо техникой – и успех будет обеспечен.

Поэтому жарение хорошо удается натурам реалистичным, физически крепким и спокойным – сангвиникам.

Жарение с точки зрения кулинарного искусства разделяется на шесть категорий: обжаривание, поджаривание, пассерование, пряжение, жарение во фритюре и жарение в парах масла.

Границей между ними служит соотношение масла и жареного продукта. Если масса продукта доминирует, а масса масла ничтожна, то происходит обжаривание и поджаривание; если масло и поджариваемый продукт незначительно отличаются друг от друга по массе, то мы имеем дело с пассерованием, а если масло значительно преобладает над массой каждого обжариваемого кусочка, то это уже пряжение или жарение во фритюре.

Во всех видах жарения, однако, крайне важно соблюдать одно условие. Это перекаливание масла (или жира), на котором вы хотите что-либо изжарить. Прежде чем начать жарить, надо перекалить масло, жир. И только когда они будут подготовлены, класть на сковородку или в казан картофель, мясо, рыбу, тесто – словом, все, что вы намерены приготовить.

Что же такое перекаливание и почему оно необходимо?

Начнем с конца. Всем известно, что ничто так быстро не чадит и так часто не подгорает, как масло, жир

и жаренные на них блюда. Все так называемые запахи кухни на 90 процентов состоят из чада, запахов пригорелых или подгоревших блюд, из духа жареного масла, разносящегося быстрее и сильнее, чем пары вареных блюд.

Однако так бывает не на всякой кухне. У хорошего повара ничто не пригорает и масло ведет себя дисциплинированно, ибо этот повар знаком со всеми приемами, с техникой жарения. Он не просто бросает на масляную сковородку кусок рыбы или картофель, а жарит по всем правилам.

И прежде всего перекаливает масло. Только перекаленное масло не горит, не дымит, не чадит и остается прозрачным, чистым от начала до конца приготовления. Вот почему две-три, максимум четыре-пять минут, потраченных на перекаливание масла или жира, с лихвой окупаются тем, что блюдо не только поспевает быстрее, но и не подгорает, не портится, и за ним бывает легче следить. Не говоря уже о том, что все жаренное на перекаленном масле или жире не имеет неприятного привкуса и запаха и не отражается отрицательно на пищеварении.

Налейте подсолнечного масла на сковороду слоем в полсантиметра толщиной и сделайте средний огонь, чтобы масло нагревалось, накаливалось, но не кипело. Внешне оно останется неподвижным, но через две-три минуты посветлеет, а еще через пару минут над ним покажется белый, едва заметный, но едкий дымок. Бросьте в масло щепотку крупной соли. Она с треском отскочит от поверхности масла, а если и упадет в него, то издаст характерный стреляющий звук.

Это означает, что масло перекалилось. Из него выжарились, выпарились излишняя вода, газы, случайно попавшие взвешенные частицы и всякие иные примеси. Оно стало чище, плотнее и однороднее. Теперь оно уже не будет изменяться в процессе дальнейшего нагревания и на нем легче будет жарить.

Другой способ улучшения масла состоит в использовании не одного вида масла или жира, а смеси разных жиров или масел.

Обычно это парные смеси – подсолнечное масло и бараний жир, подсолнечное масло и свиное сало, оливковое масло и куриный жир, говяжий жир и горчичное масло и т. д. и т. п. Такие смеси не столь горят, а после перекаливания приятны по своему запаху.

Третий способ улучшать масло – это добавлять к нему в момент перекаливания в небольших количествах пряности (лук, чеснок, анис, фенхель, семена укропа), которые надо вынуть через три-четыре минуты, так как они сгорают, обугливаются. Эти пряности придадут маслу аромат, сделают его чище, а также отобьют специфические запахи у подсолнечного масла, свиного сала, бараньего жира, хлопкового масла.

Только после подготовки масла можно приступать к жарению, пассерованию, пряжению.

Конечно, существуют некоторые виды жарения, например жарение блинов, когда масло вроде бы не нуждается в особой подготовке. Но это только так кажется. Масло при жарении блинов наносится на сковороду с помощью срезанной наполовину луковицы, как щеточкой, таким тонким слоем, что оно успевает перекалиться, пока мы зачерпываем и наливаем на сковороду тесто. Кроме того, прижимая луковицей масло к сковороде, усиленно размазывая его, мы одновременно прижариваем и лук, вводя тем самым в этот тончайший слой масла пряности.

Таким образом, все приемы классического жарения сохраняются, но они проходят так быстро и замаскированно, что человек незнающий просто не замечает их, а выполняет механически.

При жарении никогда не спешите класть продукт в холодное, не согревшееся на сковороде масло. Не подливайте масло в процессе жарения, а рассчитайте заранее, сколько вам его понадобится. Если жарить придется много, то сразу же подготовьте побольше перекаленного масла (налейте его толстым слоем) и продолжайте готовить на нем все ваши продукты в несколько партий, «смен», не подливая нового, холодного масла и не смешивая его с остатками перекаленного на сковороде. Именно в этом случае возникнет чад.

Надо учесть, что перекаливание лучше, чище происходит не на сковороде, а в казанке, сотейнике, кастрюльке. Поэтому можно заранее перекалить там масло и пользоваться им при жарении на сковороде или же все обжаривание вести только в казанке.

Вид, форма посуды всегда тесно связаны с видом жарения. Так, все более или менее быстрые процессы жарения ведутся на сковородах. Медленные, более затяжные процессы жарения требуют уже казанка, котла, сотейника, то есть более глубокой посуды и более толстого слоя масла. А сверхбыстрое приготовление (за 1 минуту) путем жарения возможно лишь при сверхглубокой посуде (фритюрнице) со сверхглубоким

слоем кипящего масла! Что же касается общей подготовки посуды для разного жарения, то она одинакова для всех видов жарения – во-первых, посуда должна иметь по возможности толстое дно или утолщенное по сравнению с остальными ее частями. В тонкостенной посуде не жарят.

Во-вторых, она должна быть безупречно чистой: тщательно отдраенной, до блеска (внутри!), а также не иметь зазубрин, выбоин, царапин на дне. Именно царапины на металле – один из главных источников пригорания пищи ко дну посуды.

Кроме того, посуда для жарения должна быть обязательно очищена от образующейся тончайшей коричневой пленки. Металл должен быть ничем не покрыт. Обычно же хозяйки чистят посуду снаружи до блеска, но не обращают внимания на то, что внутри она хотя и чиста, но имеет разные полосы, пятна темно-желтоватого цвета, оставшиеся от масла. Такие пятна несмываемы. Их можно очистить лишь абразивным способом: не вымыть, а счистить, стереть, соскрести. Это нелегко, поэтому лучше не допускать их возникновения.

Для этого надо жарить только на перекаленном масле. Протирать посуду сразу после жарения. Не чистить ее ножом, не царапать. Не мыть горячей водой, когда она жирна, а снимать масляный слой бумагой, ветошью, тряпочкой. Вообще стараться как можно меньше мочить металлическую посуду, держать ее сухой и чистить сразу же после того, как кончилось приготовление, не оставляя на несколько часов, а тем более на сутки нечищеной.

Когда посуда и масло (жир) подготовлены, можно приступать к выбору самой технологии жарения. Здесь все зависит от того, что мы хотим готовить и для чего нам это нужно.

Например, мы намерены пожарить картофель.

Но для чего? Чтобы сразу поесть жареной картошки или чтобы затем потушить ее? Нужна ли нам картошка как гарнир к мясу, рыбе или как самостоятельное кушанье?

Все это отразится на выборе способа жарения. Надо будет либо поджаривать, либо обжаривать, либо жарить во фритюре. То же самое происходит и при приготовлении мяса.

Для чего нам надо его жарить?

Если для дальнейшего тушения, то мы должны быстро, но сильно обжарить его со всех сторон на сильном огне. Если для того, чтобы съесть как жареное мясо, то жарить или на сковороде, или в парах масла в духовке (если это к тому же крупный кусок целиком). Если это овощи, то выбор метода зависит не столько от наших желаний, сколько и в основном от дальнейшего использования этих овощей.

Для супа – пассерование.

Для еды непосредственно – поджаривание.

Для гарнира – пряжение или фритюр.

Для последующего тушения – обжаривание.

В чем же состоят особенности каждого из видов жарения?

ОБЖАРИВАНИЕ

Ведется, как правило, на сковороде, реже в казанке, на сильном огне в небольшом количестве масла с основной целью создать корку, защитное покрытие, герметическую оболочку на продукте, но не допустить прожаривания внутри и выжаривания, истекания сока из мяса, овощей, рыбы.

Поэтому обжаривание длится не более 2–3 минут, и при этом продукт все время переворачивают так, чтобы ни одна его сторона, ни одна поверхность не осталась необжаренной. Лучше всего отработать этот процесс на ровном кубике или прямоугольнике, вырезанном из картошки.

Показатель обжаривания – зарумянивание, коричневато-блестящая корочка с краснинкой (у мяса) и золотистостью (у картофеля). Обжаривание совершают для последующего тушения, а иногда и перед варкой.

Картофель обжаривают крупными ломтями, брусками до образования плотной корочки. Мясо – крупными и средними кусками. Обжаренное мясо должно набухнуть, увеличиться в объеме.

ЖАРЕНИЕ, ПОДЖАРИВАНИЕ

ПОДЖАРИВАНИЕ обычно бывает продолжением обжаривания и применяется чаще для овощей, рыбы, тестяных изделий, реже для мяса, которое легко переходит границу между обжариванием оболочки и выжариванием сока. Поэтому поджаривания мяса куском лучше избегать, не имея большой практики. Чаще всего поджаривают фаршеобразные изделия из мяса, рыбы, творога, овощей. Это котлеты, биточки, сырни-

ки, имеющие ту или иную защитную оболочку: из муки, панировочных сухарей, яйца, кляра, которую вначале укрепляют путем быстрого обжаривания, а затем продолжают жарить на более умеренном огне и под крышкой, с гораздо большим количеством масла, чем при одном обжаривании. Поэтому обжаривание и поджаривание в таких случаях в домашней кухне сливаются в один процесс, начало которого идет на сильном огне и без крышки, а основная часть на умеренном огне и отчасти под крышкой. В ресторанной кухне обжаривание всегда отделяют от поджаривания. Их ведут в разной посуде, и обжаренное изделие перекладывают в другую посуду, где продолжают уже жарить. Это исключает подгорание, делает жареный продукт ровным по цвету, по консистенции.

При поджаривании надо обязательно постоянно следить за продуктами и время от времени их перевертывать. Отходить от плиты нельзя.

Поджаривание занимает всегда не более 7–10 минут, максимум 12–15. Этого времени в большинстве случаев достаточно для готовности. Мясо же при поджаривании всегда остается внутри сырым. Вот почему те, кто не любит такого мяса, не должны даже пытаться приготовить его путем жарения.

ПАССЕРОВАНИЕ

Этот вид жарения тоже вспомогательный, как и обжаривание, но противоположен ему. Цель пассерования – мягко, нежно сварить продукт в масле. Для этого надо, чтобы масло не жгло, не обугливало поверхность продукта, следовательно, его берут больше, чем для поджаривания, а температуру, огонь делают как можно меньше. В то же время и продукт стараются измельчить, чтобы маленькие кусочки лучше обжарились на нежарком масле. Наконец, чтобы еще более смягчить процесс, пассерование ведут обычно не на сковородках, а в сотейниках, кастрюльках. Пассеруют чаще всего открытые фарши или овощи, а из овощей обычно лук или морковь для супа, гарниров, для начинок в пироги.

Пассеровка дает золотистую окраску, нежную консистенцию и не приводит к образованию корочки, столь характерной для всех жареных продуктов. Пассеруют без крышки, изредка помешивая, причем продукты должны быть как бы полупогружены в масло (обычный слой масла для пассеровки – от 0,5 до 0,8 сантиметра, чаще около 1 сантиметра, не выше!).

ПРЯЖЕНИЕ

ПРЯЖЕНИЕ – наиболее древний вид жарения в русской кухне. Он возник в конце XV – начале XVI века, в то время как жарение в его современном виде стало применяться на столетие позже. Самого слова «жарить» не существовало в русском языке до XVI века, а говорили – «пряжить» и жареное называли «пряжмо». Но теперь этот способ либо забывается, либо применяется без прежнего названия.

Пряжение происходит сразу же в толстом слое перекаленного масла – не менее одного сантиметра толщиной, а то и полутора-двух сантиметров.

Решающее условие пряжения то, что пищевой продукт опирается на дно посуды, лежит на нем, жарится, хотя и окружен со всех сторон маслом. При этом и обжаривание, и само жарение совершенно не разделяются, а составляют один процесс – пряжение и происходят в одной и той же посуде, в одной и той же среде (масле), при одной и той же температуре – на среднем, достаточно интенсивном огне.

При пряжении подгорание практически исключено.

Опущенный в большое количество масла свежий кусок рыбы, мяса, картофеля равномерно и быстро покрывается со всех сторон плотной, крепкой, но не твердой и не зажаренной коркой, а затем продолжает полуподжариваться, полупассероваться, так что масло постепенно проникает в толщу продукта.

Пряжение – самый удобный и самый универсальный вид жарения. Пряжить можно картофель и другие овощи, мясо, рыбу, тесто, изделия с начинками (пирожки, пельмени), фаршеобразные изделия (котлеты, битки, сырники), изделия из пюре (например, картофельное пюре сформовать в шарики и спряжить). Иными словами, пряжить можно все, кроме блинов и оладий, то есть плоских тестяных изделий, нуждающихся в особо тонком слое масла, чтобы тесто могло свободно растечься по сковороде.

Почему же в таком случае пряжение не сохранилось, уступило постепенно место другим видам жарения? Во-первых, относительно больший расход масла при пряжении, чем при поджаривании. С этого и началось. Жадность у одних, бедность у других заставили предпочесть худшие, но дешевые способы жарения более выгодному, удобному, но и более дорогому – пряжению.

Во-вторых, необходимость особой посуды – казанков и кастрюлек с выпуклым, полукруглым (полусферическим) дном, с толстыми стенками, особенно утолщенными в донной части. Когда из экономии масла пряжить стали меньше, то и выпуск посуды для пряжения уменьшили, а затем и вовсе прекратили.

В-третьих, необходимость пользоваться при пряжении только перекаленным маслом. Чем реже пряжили, тем больше забывали, как надо перекаливать масло, пока наконец новые поколения совершенно не перестали применять и перекаливание, и пряжение как способ приготовления жареной пищи.

ЖАРЕНИЕ ВО ФРИТЮРЕ

ЖАРЕНИЕ ВО ФРИТЮРЕ по смыслу то же пряжение. Но только при полнейшем преобладании масла (среды) над продуктом. Во фритюре пищевое изделие или продукт должен плавать, должен быть целиком погружен в масло, но не достигать дна посуды, не опираться на дно. Этот способ пришел в русскую ресторанную кухню уже в XIX веке из французской кухни, когда у нас о русском пряжении почти забыли.

Фритюр – это обычный свиной почечный, нутряной жир, растопленный, процеженный и раскаленный в объеме не менее одного литра (1 кг), помещенный не в круглую кастрюлю, а в особую овальную фритюрницу.

Обжаривание во фритюре идет сверхбыстро: от нескольких секунд до минуты, максимум двух. Продукты просто погружаются в раскаленный жир и мгновенно свариваются в нем, покрываясь нежной, красивой и ровной золотистой корочкой.

Так жарят в основном тестяные изделия – слоеные пирожки с начинкой, пончики, хворост, ресторанный картофель к гарнирам, некоторые овощи, чтобы они хрустели, рыбу в кляре и в тесте, фрукты в тесте (яблоки).

Вынимать и опускать продукты во фритюр лучше не ложкой и даже не шумовкой, а специальной сеткой. На сетке же и обсушивают от излишнего масла все, что жарится во фритюре, прежде чем подать блюдо на стол.

Жарение во фритюре удобно и быстро при большом поточном производстве. В домашнем хозяйстве им можно воспользоваться, лишь когда много гостей, по большим праздникам. Зато в этом случае оно незаменимо: жарение идет быстро, продукты получают красивый вид, стандартность их точно выдерживается. Фритюр, само сало, можно использовать многократно, сохранять в холодильнике в застывшем состоянии неделю-две, а по надобности вновь разогревать бесчисленное количество раз, иногда лишь процеживая после интенсивного жарения.

ЖАРЕНИЕ НА ПАРАХ МАСЛА В ДУХОВКЕ

Это самый редкий ныне вид жарения. Он требует, во-первых, особой посуды – латки (овального чугунного блюда) или очень глубокой тяжелой большой сковороды, в крайнем случае противня.

К жарению на парах масла прибегают тогда, когда надо зажарить домашнюю птицу целиком или «жилик», изолированную анатомическую часть мяса животного (ногу, лопаточную часть, бедро и т. д.), то есть большие куски, не менее одного килограмма, а лучше двух и более.

В этом случае латку ставят на среднюю ступеньку духовки, на нее кладут птицу или мясо, которые обливают регулярно через 5–10 минут маслом, салом, стекающим в латку. В результате нагревания жира в латке и жира, стекающего с мяса сверху, в духовке создается в условиях раскаленного до 280–300 °С воздуха своего рода масляное парообразное «облако» вокруг мяса или птицы, и они жарятся очень своеобразно, приобретая особый, приятный вкус.

Все такие блюда (независимо от того, из птицы они или из мяса) носят название жаркого, то есть жаренного в пару жира или в масляном пару.

Несколько слов о времени жарения и о способах определения готовности блюда.

Выше уже было сказано, что скорость жарения зависит в значительной степени от способа жарения и вида посуды. Это касается в основном тестяных изделий, картофеля и других овощей, рыбы, фаршеобразных изделий и в меньшей степени мяса. Главное – создать корочку, обжарить. Это одна-две-три минуты. Затем у овощей, например, основное жарение под крышкой отнимет 7–10 минут (в зависимости от величины куска), которые будут затрачены на размягчение массы продукта под корочкой. Чем лучше и аккуратнее, полнее произведено обжаривание, чем плотнее сделана корочка, тем быстрее произойдет и само жарение,

готовность блюда. Поэтому начальная стадия хотя и короткая, но очень важная. Вот отчего при пряжении ошибок бывает меньше – там обжаривание получается полнее и аккуратнее.

Рыба обжаривается и жарится точно по тем же правилам. Но здесь надо обращать особое внимание на ее панировку, на то, чтобы оболочка из муки или сухарей не треснула, не прорвалась во время жарения. Иначе сок вытечет и жарение затянется, а само блюдо станет менее вкусным.

Мясо же, которое «панирует» само себя, так как, выделяя сок, образует корочку из сока и масла, прижаренных огнем, требует большего внимания и большего времени жарения. Если пропущен момент его наибольшей мягкости, когда сок не начал еще выходить за оболочку, то мясо становится жестким, и его надо жарить дольше. Поэтому жарение мяса требует немалой поварской сноровки, опыта и квалификации. Проверка готовности жареного мяса производится толстой иглой. Если выступает не кровь, а сгусток сероватого сока, и игла свободно, без усилий входит в кусок, то мясо готово.

Но чаще мясо не жарят, а тушат.

Это занимает больше времени, иногда втрое-вчетверо, но зато дает гарантированный эффект. Тушить можно также овощи, но рыбу не тушат, она успевает быть готовой за 5–10–15 минут и при простом поджаривании.

ТУШЕНИЕ

ТУШЕНИЕ – это приготовление блюда с помощью масла, воды и кислот, соединенных вместе. Оно невозможно без жарения и может быть иногда продолжением варки. Это процесс вспомогательный, а не самостоятельный и во всех случаях завершающий: соединение жарения и варки или дополнение к жарению и варке.

Тушат в основном мясо, птицу, твердые овощи, требующие лучшей разварки.

Цель тушения сделать продукт мягче, вкуснее, замаскировать консистенцией и вкусом невысокое исходное качество продукта. Поэтому если повар видит, что мясо старое, неупитанное или мороженое, а не парное, то он сразу должен принять решение: либо превратить его в фарш и затем жарить, либо сразу же готовить тушеное блюдо. Дефекты сырья вовсе не освобождают настоящего повара от ответственности за качество блюда, а, наоборот, побуждают его лишь еще внимательнее отнестись к правильной обработке. Чем хуже сырье, тем мельче должно оно нарезаться, тем интенсивнее обжариваться и тем дольше тушиться. Только применение всех этих методов в комплексе позволит приготовить блюдо хорошего качества.

ОСНОВНЫЕ УСЛОВИЯ ТУШЕНИЯ

1. Предварительное обжаривание любого продукта или отваривание его, а затем обжаривание.

2. Соединение в одной посуде основного подготовленного (обжаренного) продукта, остатков масла и сока от его обжаривания, небольшого количества вновь добавленного перекаленного масла, а также небольшого количества воды. Общий максимум соединенной жидкой части (вода+масло) должен быть равен не более чем половине объема твердой части или же чаще всего одной трети, одной четверти.

3. Плотно закрывающаяся посуда, лучше всего толстостенная. Во время тушения по возможности избегать поднимать крышку, смотреть, остужать блюдо.

4. Длительность приготовления – 45 минут или час и более при приготовлении на плите и до одного-полутора часов при приготовлении в духовке.

5. Прибавление в конце тушения при испарении воды более плотных или кислых жидкостей – сливок, сметаны, фруктового и овощного сока, уксуса, виноградного вина в небольших количествах как для предотвращения подгорания блюда, так и для улучшения его вкуса и консистенции.

6. Все компоненты тушатся в одной посуде. Чем их больше по числу и чем они разнообразнее, тем лучше для вкуса и консистенции блюда.

7. Тушение в духовом шкафу в очень толстой и герметически закрывающейся посуде можно проводить и без предварительного обжаривания мяса, хотя лучше все же это сделать. В этом случае мясо, овощи, иногда крупы закладывают слоями и одновременно кладут жиры (сало) и наливают кипящую (горячую) воду. Если при этом используется сливочное масло, его кладут не куском, как животное сало, а обмазывают им стенки котла (кастрюли) и особенно дно, а поверх плотно закладывают продуктами.

8. Воду ко всем тушеным блюдам прибавляют не холодную, а только в виде крутого кипятка.

9. В конце приготовления к тушеным блюдам можно вместе с добавочной жидкостью (соком) ввести разведенную в холодной кипяченой воде (ложка-две), молоке или сметане муку для загущения подливки.

10. Тушеные блюда непременно требуют также в самом конце добавки соли, приправ (горчицы, томатной пасты, кетчупа, кислой капусты, соленых огурцов) и пряностей (чеснока, укропа, лука, петрушки, сельдерея, красного и черного перца, лаврового листа и др.).

Это объясняется тем, что в процессе длительного приготовления тушеные блюда более всех других вываривaются, теряют первоначальный натуральный вкус и нуждаются в его искусственном восстановлении и дополнении. Одновременно перечисленными добавками улучшается и витаминный состав этих блюд, ибо их собственные витамины почти полностью исчезают из-за длительной варки при плотно закрытой крышке, как и вообще во всякой посуде типа скороварок.

{ ГЛАВА 7 }

КОМБИНИРОВАНИЕ ОСНОВНЫХ КУЛИНАРНЫХ ПРОЦЕССОВ И КОМБИНИРОВАННЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ПРИЕМЫ

ТЕПЕРЬ, когда нам известны пять основных принципов превращения сырых пищевых продуктов в готовые блюда: выпечка, запекание, варка, жарение и тушение, – можно считать, что мы обладаем фундаментом кулинарных знаний и должны уметь приготовить практически любое блюдо – первое, второе, третье (суп, жареные или тушеные мясо, рыбу, овощи и десерт) да еще к ним хлеб, то есть полный обед собственными руками из сырых продуктов.

Наша азбука уже дает нам возможность из букв свободно составлять любые слова, любые комбинации слов. Это умение свободно компоновать крайне важно для кулинара. Ведь в большинстве готовых блюд так и происходит – их формируют, используя не один кулинарный процесс, а два, три или несколько, переходя от одного к другому часто вовсе не по порядку. Возьмем, например, такое простое, казалось бы, блюдо, как сырники. Оно состоит из несложного пищевого сырья – творога и муки. Мы не описывали его рецепта, так можно ли его сделать вкусным, пользуясь знаниями, полученными в этой книге?

Безусловно, можно. Но как?

Один вариант – посмотреть рецепт в какой-либо поваренной книге (в любой), узнать состав и характер кулинарного действия (сырники жарят) и, пользуясь сведениями о жарении в нашей книге, приготовить это блюдо.

А можно обойтись и без готового чужого рецепта, а рассуждать так: сырье известно – творог и мука. Но раз это блюдо называется сырники (творожники), то, следовательно, творога в них больше, чем муки. Поэтому возьмем творога, массу А, и прибавим к ней осторожно и постепенно муки, массу В, где В всегда во много раз меньше А, поскольку В идет лишь для скрепления, склейки массы. Тогда формула сырников окажется А+В (при В < А), и при этом величина В будет идеальной, когда А+В образуют хорошо склеенную, эластичную, единую, нерасторжимую массу, более эластичную, чем если бы мы составляли А+В не постепенным пробным подсыпанием муки, а сразу по рецепту, где А и В имели бы каждая свой точно обозначенный вес. Но А+В еще не совершенная масса для сырников во вкусовом отношении, поэтому к ней следует добавить немного соли. Кроме того, она слишком плотная, сырая и, по-видимому, не будет быстро пропекаться. Это можно исправить, причем двумя способами. Во-первых, чисто механически – делать, формовать сырнички поменьше диаметром и потоньше, а во-вторых, добавить к ним любой разрыхлитель, как ко всякому тесту. В данном случае добавить можно только соду (или аммоний, пекарский порошок), но не дрожжи, ибо дрожжи «взорвут» любую кислую среду, а творог – итог скисания молока! Естественно, что добавки искусственных разрыхлителей должны быть минимальными.

Таким образом, формула сырникового теста у нас будет в окончательном виде такова:

$$A + B + NaCl + NaHCO_3$$

творог, мука, соль, сода

Раз мы имеем дело с тестом, то и поступать должны как с любым тестом – раскатать в пласт, скажем, тол-

щиной в 0,5 сантиметра и из этого пласта выдавить (нарезать) рюмкой или небольшим стаканом кружочки – сырники. Словом, так, как если бы мы делали вареники или пельмени.

Вот вам применение приема из третьей («тестяной») главы. А теперь жарить. Это значит, что вначале надо подготовить перекаленное подсолнечное масло, затем жарить на нем сырники до образования румяной корочки с обеих сторон, причем избрать лучше всего самый удобный метод жарения – пряжение. Следовательно, нет необходимости запоминать рецепт, надо лишь применять в логической последовательности основные кулинарные процессы. Здесь, в случае с сырниками, нам пришлось прибегнуть к двум процессам: созданию теста и жарению и к одному особому приему – перекаливанию масла.

Такие особые кулинарные приемы, как и процессы, надо, конечно, запоминать и отрабатывать отдельно, чтобы набить руку. Но их не так уж и много, в сотни, в тысячи раз меньше, чем рецептов отдельных блюд. Часть из них мы осветили (параллельно с описанием кулинарных процессов). Это приемы защипки тестяных изделий, добавления молока при варке каш или супов, прием обращения с яично-кислотными смесями, прием варки хлебных супов и другие. Но многих приемов мы не коснулись. Вот почему есть смысл остановиться на них подробнее, перечислить основной набор этих приемов.

I. ПРИЕМЫ РАЗМЯГЧЕНИЯ МЯСА

1. МЕХАНИЧЕСКИЕ:

а) отбивание деревянным молотком в куске,

б) измельчение скоблением и сечением,

в) провертывание в мясорубке (молотое мясо).

2. БИОХИМИЧЕСКИЕ:

а) добавление в тушеное мясо пряностей и приправ, растительных кислот,

б) добавление в мясной фарш соды или поташа с выстаиванием на холоде от нескольких часов до суток,

в) вымачивание мяса (особенно дичи, птицы) в молоке или в маринаде с уксусом,

г) добавление к мясному фаршу-суфле алкоголя (1 чайная ложка на 0,5 килограмма).

3. КУЛИНАРНЫЕ:

а) обволакивание мяса тестяной оболочкой, или кляром (минеральная вода+яйцо+мука = жидкое тесто), для жарения,

б) завертывание мяса в фольгу для запекания,

в) смешивание перед жарением мясного фарша из жесткого мяса с мукой, моченным в молоке хлебом, тертым картофелем или с яйцом,

г) панировка (обваливание) мяса в муке или сухарях перед жарением,

д) жарение мяса в оболочке из взбитого яйца.

II. ПРИЕМЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ РЫБЫ И ОТБИВАНИЯ РЫБНОГО ПРИВКУСА

1. Все механические и кулинарные приемы, используемые для мяса.

2. Из биохимических – пряности.

3. Из особых «рыбных» приемов – обильная засыпка смесью лука и укропа (один стакан измельченных растений на 0,5–1 килограмм рыбы) и жарение в духовке на сковороде с маслом под плотной крышкой в течение 30–40 минут.

III. ПРИЕМЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НАЧИНОК И ФАРШЕЙ ДЛЯ ТЕСТЯНЫХ БЛЮД: ПИРОГОВ, ПЕЛЬМЕНЕЙ, ВАРЕНИКОВ, ПИРОЖКОВ

Все начинки делятся на сырые и вареные или жареные (готовые).

1. Сырые начинки – это, как правило, однородные по пищевому составу фарши с небольшими добавками соли и пряностей, в основном перца и лука.

Так, мясная и рыбная сырые начинки состоят каждая из соответственно мясного или рыбного фарша с луком, перцем, солью, а иногда и с добавлением яиц, хлебного мякиша и зелени.

Такие сырые фарши и начинки используются либо совершенно самостоятельно для котлет, биточков, крокетов, либо для пельменей. Первые три обжаривают. Последние отваривают.

Все эти названия (котлеты, биточки, крокеты) связаны исключительно с формой изделия, а вовсе не с особенностями приготовления или вкуса. Но они – названия – часто гипнотизируют неискушенного

потребителя, которому кажется, что в них-то и заключается весь кулинарный смысл. Это не так. Все дело в тщательном приготовлении сырого фарша. Выберите из мяса жилки и фасции, хорошо, тщательно дважды проверните его, перемешайте. Добавьте лук, перец, яйцо, хлеб, вновь промните да еще дайте выстоять час на холоде (но не на морозе) – и фарш будет нежен, как бархат. Тогда можете либо панировать его, либо завертывать в тестяную мантию.

Панировать – значит обвалять в муке или в сухарях, в желтке или во взбитом белке яйца, а затем опять в сухарях. Можно как угодно. Но чем больше, чем многократнее, тем лучше.

Запанируйте плоские, овальные или продолговатые куски фарша разной величины – выйдут котлеты.

Сделайте круглые плоские кружочки равной толщины и диаметра – будут битки, биточки.

Превратите фарш смоченными в холодной воде руками в длинненькие колбаски – назовут их люля-кебабом, а сформуете шарики величиной от яблока до грецкого ореха, получатся крокеты.

Все эти формы можно делать не только из мяса и рыбы, но и из круп, из картофеля и других овощей – моркови, брюквы, репы, редьки, гороха. Но только крупы должны быть уже вареными, стать кашами, а картофель и другие овощи превратиться в пюре, то есть быть сваренными, а затем растертыми, истолченными и сдобренными молоком, маслом, яйцами. С кашами и пюре можно смешивать мясные и рыбные сырые фарши, и эти комбинированные фарши панировать и обжаривать, как и сырые.

Все сырые, полусырые и полувареные фарши нуждаются в последующем отваривании или обжаривании, но уже в составе готовых изделий: пельменей, котлет, биточков, крокетов. Комбинирование продуктов возможно не только в составе одного какого-либо фарша – рыбного, мясного, грибного или овощного, вполне допустима и комбинация двух или более видов фаршей. При этом, однако, прибегают не к обычному перемешиванию всех компонентов в общий конгломерат, а к наслаиванию или переслаиванию одного вида фарша другим. Этот прием чаще всего используют и в общественной, и в домашней кухне для приготовления запеканок.

Их готовят в глубоком противне, который смазывают маслом или салом, а затем наполняют разными начинками – овощными, мясными, рыбными, грибными. Нижний и верхний слои запеканок всегда картофельные, или из лапши, или из иного крахмалистого «материала», в середине также овощной, но не крахмалистый – луковый, капустный, между ними – рыбный, грибной или мясной.

Сверху запеканки всегда смазывают яйцом, чтобы герметизировать все блюдо и тем самым ускорить его готовность в пределах 10–15 минут при условии, что все фарши или пюре, использованные в данной запеканке, уже предварительно сварены.

Принцип создания запеканок применяется и для приготовления многих блюд, внешне как будто далеких от них: зраз – котлет, состоящих из фарша-ядра, в котором могут быть рубленые яйца, лук, мясо, рыба, капуста, и фарша-оболочки (мясного, рыбного, картофельного), «картофельных поросят» (кусочков мяса, обернутых картофельным пюре), кюфты (фрикаделек, состоящих из овощей или фруктового ядра, например, сливы, обернутой смешанным фаршем из риса и мяса).

Непременным условием создания всех этих сложных, многослойных маленьких «сооружений» является применение того пищевого «цемента», без которого они не могли бы просто держаться, а именно – яйца с его клеящими свойствами.

Приведем конкретный пример такого «незримого» присутствия яйца в одном из блюд «запеканочного» типа.

Небольшой кусочек свинины (100–200 граммов) нарежьте кубиками в 2×2×1 см, поместите их на решетку духовки в открытый огонь на 10–15 минут или поджарьте на сковороде на растительном масле. Подготовленные кусочки сложите в сотейник и дайте им слегка потушиться. Тем временем отварите картофель, около 0,5–1 кг, сделайте из него пюре: промните толкушкой, добавьте, не давая остывать, кипящее молоко, измельченный лук или луковый сок, любые пахучие растительные приправы (чеснок, укроп и т. д.) и добейтесь (добавив ложку сметаны и пшеничной или ржаной муки), чтобы пюре у вас было плотным, но эластичным, чтобы его можно было лепить. Затем положите столовую ложку пюре на ладонь правой руки, разровняйте его слоем в 1–1,5 см по всей ладони и левой рукой положите на середину картофельного слоя подготовленный кусочек мяса. Вам теперь достаточно только сжать ладонь, чтобы мясо оказалось окруженным со всех сторон картофельной оболочкой. Подготовьте таким образом все остальные кусочки. Полученные

колобки обваляйте во взбитом белке (достаточен белок одного яйца), а затем сразу же запанируйте мукой или манной крупой, то есть обваляйте в муке или крупе. Панировку белком надо делать на плоском блюде, а мукой – на доске. Запанированные колобки разложите на смазанный салом лист и поместите в жарко натопленную духовку на 5–7 минут до зарумянивания. При подаче на стол колобки можно полить сметаной, томатным соком, любой мясной подливкой, грибным соусом – чем удобнее в данный момент.

Не буду говорить о вкусе этой «запеканки». Полагаю, что каждый ее испробует и оценит. Скажу лишь о том чисто кулинарно-практическом смысле, ради которого стоит делать подобное блюдо. Хорошо известно, что картофель и все блюда из него портятся буквально через 5–10 минут после их приготовления, поскольку они остывают и твердеют. О том, чтобы съесть пышное, тающее во рту картофельное пюре на другой день после его приготовления, невозможно и мечтать. Но предложенная здесь «запеканка», или «картофельные поросята», как называется это блюдо, дает такую возможность.

Каким образом, почему?

Да потому, что панировка тончайшим слоем взбитого белка, если она сделана аккуратно, тщательно, надежно герметизирует пюре, и блюдо даже через час (!) все еще остается свежим, почти горячим и не теряет своих высоких качеств даже через сутки. Достаточно лишь на 10 минут вновь поместить «картофельных поросят» в духовку.

2. Варено-жареные фарши или начинки всегда сложнее, чем сырые. Сложны они и по составу, и по затрачиваемой работе.

Состав их либо мясной – крупяной – яичный,

либо рыбный – крупяной – яичный,

либо грибной – овощной,

либо овощной – крупяной – яичный,

либо фруктовый (варенье, мармелад).

Таким образом, в них входят всегда три компонента, не считая пряностей, масла, соли. Но главное, каждый из этих компонентов надо:

а) отварить целиком,

б) измельчить,

в) смешать, соединить в определенной пропорции, дающей хороший вкус,

г) обжарить на масле по всем правилам, применяя прием пассерования,

д) довести окончательно до вкуса, посолив и сдобрив пряностями.

Нетрудно заметить, что начинки или варено-жареные фарши требуют почти такой же многостепенности приготовления, как и супы, но только еще более сложны по количеству процессов и приемов: варка + измельчение + смешивание + обжаривание (пассерование) + доведение до вкуса.

Но это не все. При использовании начинок необходимо помнить еще два важных правила:

1. Их надо после обжаривания освобождать от излишнего масла, выкладывая либо на сетку (сито, решето), либо на бумагу (чтобы она впитала лишнее масло).

2. Их можно закладывать в пироги, пирожки, вареники только охлажденными.

При нарушении этих правил тестяные изделия портятся: получают либо прободение и пригорают (если начинка излишне масляна), либо закал (не пропекаются, появляется кляклость теста и утолщение и намокание дна пирога), если начинка закладывается горячей или даже теплой. Поэтому комбинация мясного или рыбного фарша с кашами и вызвана не только вкусовыми, но и техническими кулинарными требованиями: каша, пюре впитывают излишнее масло начинки.

Итак, приготовление любых по составу начинок не должно представлять трудностей, если нам известны основные кулинарные процессы и дополнительные приемы, а также их порядок.

IV. ПРИЕМЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КИСЕЛЕЙ, КИСЕЛЕОБРАЗНЫХ ФРУКТОВЫХ ГУЩ И КИСЕЛЬНЫХ КОМПОТОВ (ПРИЕМЫ КРАХМАЛИЗАЦИИ)

КИСЕЛИ, как известно, варятся. И в этом отношении они несложны. Но варка их требует знания одного маленького специального приема, без которого ничего не получится. Этот «секрет» (а иногда и два) – суть киселя. Кисели состоят из четырех компонентов – воды, ягод (или ягодно-фруктового сока), сахара и крахмала. Все они варятся вместе. Но как? В каком порядке? В какой последовательности?

Если соединить все компоненты сразу и попытаться вскипятить, то никакого киселя не выйдет, получится нечто совершенно безвкусное.



Почему?

А потому, что не возникнет киселеобразная студенистая масса и крахмал не растворится равномерно, а заварится в комок и даст всему вареву неприятный вкус и запах сырого картофеля.

Но стоит лишь расположить эти же компоненты в определенной последовательности, как возникнет кисель, да к тому же вкусный. Что надо сделать?

1. Сварить сироп: сахар развести в холодной воде и проварить, снять пену, уварить слегка, чтобы сироп был плотноватым, чувствовался бы.

2. Приготовить сок. Либо взять готовый (консервированный), либо отжать из свежих фруктов, ягод. Либо отварить его, но это хуже, лучше свежий. Подготовленный сок поставить вблизи от плиты наготове.

3. Приготовить крахмальное молочко.

Это и есть прием. Крахмал из расчета от 1 чайной ложки до 1 столовой ложки развести в стакане холодной кипяченой воды (в отдельной посуде) и размешать до состояния молока. Это даст вариации густоты киселя от совсем жиденького до густого, который можно резать, как мармелад или желе.

1 стакан крахмального молока любой густоты рассчитан на 1 литр всей остальной жидкости киселя (сиропа+сока).

4. Влить крахмальное молочко в сироп, создать киселеобразную массу.

Это тоже прием. Вливать надо в тот момент, когда сироп кипит бурно, вовсю, и тут же быстро размешать, не более 15–25 секунд, а затем погасить огонь, прекратить кипение и интенсивно продолжать мешать жидкость, вызывая ее специфическое загустение.

5. Как только загустение возникло, влить в киселеобразную массу ягодно-фруктовый сок и вновь интенсивно размешать, втереть его в студенистую массу. Это тоже прием, третий.

Такой кисель будет, во-первых, иметь хороший вкус абсолютно свежего, а не переваренного фруктового сока или обладать запахом ягод, как будто сорванных только что, а во-вторых, не будет иметь кисельной пленки, которая образуется при одновременной варке сиропа и ягодного сока.

Умея создавать киселеобразные массы по правилам, мы легко можем изменять густоту киселя (увеличивая количество крахмала) и вкус его (увеличивая количество и концентрацию сока).

Более того, раз вкусовая часть вливается последней, то принципиально безразлично, какая это будет часть:

а) ягодно-фруктовая (к которой мы привыкли),

б) молочно-сливочная (кисель возможен не только из молока, но и из сливок, если их влить в последний момент),

в) кофейная, какао-шоколадная (если влить кофе, какао, раствор шоколада),

г) овощная (возможны и несладкие овощные кисели, на томатном соке и др.),

д) чайная (чайный кисель, если влить крепкий чай),

е) яичная (яичный кисель, если добавить гоголь-моголь, взбитое с сахаром и лимонным соком яйцо),

ж) или даже мясная (мясной бульон киселеобразной консистенции) или крупяная (например, жидкая манная каша, внесенная в крахмально-кисельную среду).

Отсюда особенно наглядно видно, что знание принципа, основного правила, кулинарного приема и свободное владение ими открывает возможность создания большого числа разнообразных блюд, обогащает меню и в то же время не требует зазубривания рецептов.

Такие приемы, распространенные, например, на компоты, комбинированные с этим видом варки, дают возможность создания особо вкусных загущенных компотов. Жидкая часть их превращается в киселеобразную, а сухофруктовая – в ее компонент. Достаточно только заварить жидкость готового компота, подобно соку фруктов, в кисель, а затем вновь внести в эту массу отброшенные на время фрукты, и новое блюдо готово.

V. ПРИЕМЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПОДЛИВОК, СОУСОВ, ЗАВАРНЫХ КРЕМОВ (ПРИЕМЫ СОЗДАНИЯ ВЯЗКОЭЛАСТИЧНЫХ СРЕД)

Весьма близки к варке киселей и приемы изготовления загущенных горячих подливок, соусов, заварных кремов. Здесь в качестве крахмальной массы выступает пшеничная мука, и это уже дает иную, не кисельную, а соусно-кремовую консистенцию. Но главное все же не в этом, а в изменении порядка и технологии заваривания.

Для приготовления любого соуса и крема нужны три основных компонента: масло, мука, вода (или любая иная жидкость – молоко, сметана, сливки, бульон, сок, чай, какао, кофе и т. д.); в добавление к этой жид-

кости могут быть использованы и любые ароматические и пряные приправы. Но они лишь окраска, дополнение, важный, но все же не основной вкусовой элемент. Порядок заваривания здесь иной, чем в киселях. Там варка начинается с воды, с самой общей (жидкой) части, а в соусах и кремах водой кончается. Начинается она так:

1) масло сливочное смешать с мукой и затем, переложив эту смесь в сотейник, нагревать ее и плавить, заваривать, все время размешивая;

2) как только через две-три минуты возникнет резиноподобная тягучая и упругая масса, быстро подливать к ней, не допуская свертывания (!), небольшими порциями горячую кипящую воду или иную жидкость (бульон и т. д.) и размешивать как можно быстрее. Как только вновь возникает загустение, опять подливать жидкость и опять размешивать, так до тех пор, пока все намеченное количество жидкости не будет преобразовано в крем или горячий соус;

3) если к этому фундаменту добавить любой иной компонент, но уже не в горячем, а в холодном состоянии и просто механически перемешать его с основой, то можно получить разные соусы и кремы.

Так, если добавки будут сладкими (сахар, сливки, яичный желток, мед, шоколад и т. п.), то получатся кремы. В этом случае в фундамент надо заложить с самого начала побольше масла и поменьше муки, а густоты достигать яйцом и сахаром.

Если же к основе, в которой преобладает мука, добавлять кислые среды – сметану, огуречный рассол, лимонный сок или же мясной сок, рыбный густой бульон, томатный сок, – то получатся различные подливки и соусы ко вторым блюдам. Для усиления их эластичности также можно добавить яйцо: как желток (чаще), так и яйцо целиком во взбитом состоянии. Кроме того, и в кремы и в соусы необходимо вводить пряности, ароматизаторы. Стоит любой соус развести бульоном или сметаной до более жидкой консистенции, как получается подливка.

Следовательно, целых три вида изделий – подливка, соус, крем – изготовляются с помощью одного и того же кулинарного приема, лишь с незначительными вариациями.

Комбинируя указанные пять видов кулинарных приемов с пятью кулинарными процессами, можно приготавливать почти все виды известных блюд, в том числе и десертные.

Таким образом, мы коротко остановились на основных правилах и приемах поварского мастерства, что принято называть секретами кулинарии и без чего нельзя овладеть хорошей кухней. Мы продвинулись, следовательно, довольно далеко в нашем кулинарном образовании.

Умея варить, жарить, тушить, запекать и выпекать, зная все приемы изготовления фаршей, начинок, вязкоэластичных сред и крахмализации, понимая, как комбинировать все эти процессы и приемы, мы можем совершить любое превращение с любым сырым продуктом и, следовательно, найти выход из любой сложной кулинарной ситуации.

А это немаловажно.

Есть такой старый-престарый поварской анекдот, в основе которого лежит быль.

Поздним вечером в одном южном портовом городке группа моряков зашла в захудалую грязную харчевню и потребовала еды, да как можно быстрее.

Хозяин не хотел впускать запоздалых гостей, он собирался закрывать свое заведение на ночь, да и нечем было кормить такую ораву, почти все было съедено, а свежие продукты завозили лишь с утра. Но гости проголодались не на шутку и грозили разнести харчевню, если им не дадут поесть. Делать нечего, хозяин мобилизовал все, что осталось, и приготовил ужин. Гости поели, повеселели, расплатились и ушли. Следующие два дня моряки осматривали город, отдыхали, обедали в хороших ресторанах и в конце концов пришли к выводу, что более вкусного блюда, чем в ночной харчевне, они нигде не ели, поэтому решили во что бы то ни стало разыскать харчевню и допытаться у хозяина, что такое он им подавал.

Когда хозяин увидел их, то спрятался. Но его вытащили из-за стойки и потребовали, чтобы он назвал блюдо, которым их кормили три дня назад.

На все требования перепуганный хозяин отвечал, что он не знает, не помнит и не может приготовить такое же блюдо.

Только когда он наконец понял, что его вовсе не собираются бить, а обещают даже хорошо заплатить, он сознался, что быстро сымпровизировал блюдо из остатков всех кушаний, подававшихся в харчевне в течение дня. Пропорции и приправы, которые он положил по наитию, хозяин вовсе позабыл.

С тех пор эта харчевня превратилась в дорогой ресторан и стала называться «Остатки».



Уметь сымпровизировать любое блюдо без рецепта, но вкусно – это и значит хорошо готовить.

Правда, вам, дорогой читатель, для этого придется еще немало потренироваться. И крайне необходимо прочитать эту книгу рядом с продуктами и плитой, готовя и экспериментируя. Поваренное ремесло все же ремесло. И как всякое ремесло, оно требует длительной и постоянной, непрерывной тренировки, практики. Но практика без знаний, без понимания существа процесса сера и скучна. Только со знанием секретов мастерства и с их виртуозным, творческим владением поваренное ремесло превращается в искусство.

Конечно, мы еще не знаем многих областей кулинарии, например, не умеем солить, квасить, мариновать, вялить, коптить, презервировать и консервировать. Но это, строго говоря, не относится к поваренному делу. Повар обычно получает такие полуфабрикаты и изделия готовыми для дальнейшего применения в блюдах. Вот почему мы не коснулись приготовления салатов и закусок, то есть блюд так называемого холодного стола.

Что такое холодный стол?

Это блюда, которые мы едим холодными.

Колбаса, сыр, копченая рыба, сельдь, консервы, творог, сливочное масло – все это можно подавать с хлебом или в комбинации с отварными овощами, салатами, винегретами. Чтобы получить сыр и колбасу, творог и сельдь, надо также делать с ними различные превращения – коптить, засаливать, выдерживать и т. д. и т. п. Но это уже лежит за пределами собственно поварских занятий. Приготовлением таких продуктов занимается пищевая промышленность, потому что они часто требуют особого оборудования (например, колбасное и коптильное производство).

Задача повара холодного стола (а такая специальность есть) сводится, следовательно, лишь к тому, чтобы нарезать, выложить, украсить, красиво подать или смешать, скомбинировать механически два-три или несколько таких «холодных продуктов». Можно добавить к ним отварных овощей, измельченных и смешанных с соусом. А это легко сделать, зная варку и приемы по созданию вязкоэластичных сред. Следовательно, особо заниматься техникой салатов или винегретов нет смысла. В ней нет ничего такого, чего не смог бы сделать повар, владеющий кулинарными приемами.

Однако есть еще одна область пищевого дела, которая хотя и не относится к поварской, но без которой в домашней кухне, в семье трудно обойтись, особенно когда речь идет о праздничном столе. А ведь современная семья собирается вся вместе, в полном составе за единым столом главным образом по праздникам. В этом случае без кондитерских изделий не обойтись. Они-то и создают в основном атмосферу праздничного стола.

{ ГЛАВА 8 }

ЧУТЬ-ЧУТЬ О СЛАДОСТЯХ И КОНДИТЕРСКОМ ИСКУССТВЕ

мы привыкли покупать многие кондитерские изделия в магазине. Часто это оказывается удобнее, чем делать их самим. Но, как правило, ассортимент промышленных кондитерских изделий стабилен. Это прежде всего конфеты – шоколадные, карамельные и мармеладные, затем сухое печенье, вафли, пряники и бисквитные изделия – пирожные, бисквиты, торты. Местные пищевые комбинаты (а не кондитерские фабрики!) выпускают обычно разные (по названию и форме) изделия из одного и того же – песочного, слоеного или прянично-сахарного теста (от коржиков до тортов), реже распространены печенье из масляного теста и кексы из куличного, а также собственно восточные сладости, различная халва, рахат-лукум, ореховые изделия (нуга, козинаки, чурчхела, орехи в сахаре), обычно выпускаемые лишь местными пищекомбинатами стран Закавказья и Средней Азии.

Постоянство такого набора объясняется как особенностями крупного кондитерского производства, ориентированного на изготовление определенного вида продуктов, так и условиями массового сбыта. Промышленность выпускает лишь такие кондитерские изделия, которые могут выдержать транспортировку и длительное хранение на складе и, кроме того, приспособлены для машинно-фабричного производства, для выпуска большими стандартными тиражами. Но таких изделий не так уж много. Большая часть произведений кондитерского искусства рассчитана на то, чтобы их подавали к столу чуть ли не прямо из печки, во всяком случае, съедали бы в тот же день или в течение двух суток.

Таковы, например, кондитерские изделия из творога, творожные торты и пирожные, венские сдобы со взбитыми сливками, пироги из венского воздушного теста с маком и вареньем, сливочные тянучки, разнообразные помадки, яблочные и айвовые пироги-пай, фруктово-яичные торты, французский и испанский «ветер» и т. д. и т. п.

Кроме того, целый ряд кондитерских изделий невозможно приспособить к механизированному выпуску, и их до сих пор приходится изготовлять вручную, а это ведет к тому, что тираж их незначителен и они быстро раскупаются. Таковы, например, ликерные конфеты. Вот почему домашнее приготовление кондитерских изделий, если оно не дублирует промышленное, вполне оправданно и целесообразно.

Однако в связи с тем, что традиции домашнего кондитерского производства были прерваны во время войны и в первые послевоенные годы, молодое поколение даже не знает о существовании многих простых, легких по исполнению и доступных по пищевому сырью и цене домашних кондитерских изделий, а тем более о том, как их сделать.

В этой главе мы остановимся на изготовлении лишь нескольких подобных кондитерских изделий, ибо рассказ о всех или о большинстве потребовал бы отдельной книги, так как это особая наука, со своими, отличающимися от поварских законами, методами и приемами.

Поэтому испокон веков кондитер и повар были разными профессиями, которые требовали подчас разных качеств и талантов. Так, например, в Италии и во Франции в кондитеры принимали людей, умеющих хорошо рисовать, и читали им в процессе обучения курс истории архитектуры и истории искусств, преподавали рисунок, орнаментику, черчение, лепку – предметы, как будто далекие от кухонного ремесла. В то время как повара изучали зоологию, ботанику, анатомию животных и стояли, таким образом, ближе к студентам естественно-биологических факультетов.

Чтобы наш рассказ о кондитерском деле не свелся к перечислению рецептов, требующих абсолютно точного исполнения, мы предпошлем им общий, очень краткий обзор кондитерского дела. Только тогда читатель сможет ясно себе представить, чем должен быть

занят кондитер, что он должен уметь делать, каковы его обязанности и какую долю его мастерства мы сможем показать в этой небольшой главе.

Все кондитерское дело основано на трех основных процессах:

1. Варка сахара и сахароподобных сред – патоки и меда.

2. Выпечка кондитерских изделий, содержащих и не содержащих муку.

3. Приготовление и литье различных начинок и смесей шоколадного, пралинового и марципанового типа, а также изготовление кремов сливочно-яичного типа.

Все остальные процессы либо носят подсобный механический характер, либо являются комбинациями и сочетаниями перечисленных выше.

В соответствии с этими основными процессами и само кондитерское производство подразделяется на карамельно-мармеладное, шоколадное и пирожное (включая печенье), и обычно каждым из них занимается отдельная фабрика. В домашнем хозяйстве такого строгого деления провести нельзя. Хозяйке приходится быть мастером на все руки, и поэтому домашний кондитер волей-неволей должен разбираться во всех процессах, во всяком случае, понимать их суть.

Варка сахара, патоки, меда и всего, что можно варить в них, с ними и на них, составляет самую характерную особенность кондитерского дела.

Слово «кондитер» произошло от итальянского глагола «кандиере», что означает «варить в сахаре». Только случайным совпадением с этим глаголом латинского слова «кондитор» – мастер, приготавливающий пищу, умеющий придавать ей вкус, – как называли римляне поваров, объясняется то, что в Европе XVIII века ошибочно стали называть изготовителей сладостей не кандирами, а кондиторами, или кондитерами, ибо к этому времени каждый народ уже давно называл поваров не заимствованным иностранным, а своим собственным национальным названием: русские – повар (человек, который варит, поварит), немцы – кох (тот, у которого все варится, кипит), французы – кулинар, или шеф де кузин (глава кухни, мастер кухни), итальянцы – куокко (кипятить, жарить что-либо на огне).

Само кондитерское искусство возникло и получило наибольшее развитие в Италии, в Венеции, лишь с появлением сахара в конце XV – начале XVI века. До тех пор сладости в Европе покупали у арабов, самых древних кондитеров в мире, которым сахар был известен с 850 года. Не случайно на Востоке, в арабских странах и в Иране, до сих пор создаются самые разнообразные в мире сладости. В то время как в Европе кондитерское дело развивалось в направлении пирожных и печений, арабы первые обратили внимание на то, что варка (или плавка) сахара – кандирование – открывает широкие возможности для приготовления разнообразных сладких, десертных, кондитерских изделий и блюд.

Первыми продуктами, которые стали варить в сахаре, были соки ягод и фруктов и сами ягоды и фрукты. У некоторых народов размолотые, превращенные в пюре, у других лишь измельченные, у третьих целиком. Так появились сиропы, мармелады, повидло, смоква, джемы, конфитюры, русские варенья, украинские сухие варенья и закавказские цукаты.

Варка сахара самого по себе, в чистом виде, или с незначительными добавками красителей, пряностей, орехов, мака, масла, молока и сливок или виноградного вина, доведенного до разной степени густоты, также дала (особенно на Востоке) целый ряд кондитерских изделий: леденцы, новот, постный сахар, помадки, тянучки, ирис, грильяж, карамель, ногул и др.

Стоило ввести в тот же варящийся сахар новый пищевой продукт – крахмал, муку или драганты (клейковитые, клееподобные естественные растительные среды – гуммиарабик, мыльный корень, янтак и др.), как возникло новое семейство кондитерских изделий – халва, нуга, альвица, рахат-лукум и т. д. и т. п.

Даже обжаривание в расплавленном сахаре или в меду тестяных изделий давало своеобразные сладкие кондитерские произведения – чак-чак, пумперникели, пиперкоки, медовые заварные пряники, тейглахи, багарджи, пахлаву и др.

Словом, сахар и его спутники, патока и мед, явились тем фундаментом, на котором и с помощью которого стало развиваться кондитерское мастерство.

Причем было замечено, что сахар имеет свои законы кипения, плавления, тягучести, хрупкости и т. д. и что его поведение в расплавленном горячем виде может быть еще более коварным, чем поведение масла. Поэтому для овладения кондитерским делом прежде всего следует изучить приемы варки сахара и его разные состояния во время варки, иначе невозможно грамотное приготовление ни одного кондитерского изделия.

Существует сахарная шкала и специальный сахарный термометр, с помощью которого можно точно определить степень плотности сахара в любую минуту и в зависимости от этого останавливать или продолжать варку сиропа, варенья, карамели, помадки и т. п.

Но в домашнем хозяйстве готовность сахарного сиропа определяют по характерным внешним признакам, которые кондитеры называют «пробами». Всего «проб» двенадцать. Каждая из них имеет не только номер, но и собственное название, имя, которое обычно без всяких объяснений приводится в кулинарных и кондитерских книгах.

Вот что означают эти пробы:

1. **ЖИДКИЙ СИРОП** (15 градусов по сахарному термометру). Этот сироп не имеет липкости, его густота, насыщенность сахаром почти незаметна. Он употребляется для заливки зимних компотов и для компотов из сухофруктов, иногда для легких шербетов (смесь горячего сиропа с фруктовым соком).

2. **ТОНКАЯ НИТКА** (33 градуса по сахарному термометру). Липкий сироп, дающий при сжимании и разжимании пальцами одной капли тонкую, быстро рвущуюся, непрочную ниточку. Употребляется для варенья из плотных, твердых плодов – груш, айвы, плотных яблок, моркови, а иногда для заливки зимних компотов из мягких ягод (клубники, малины), для приготовления желе.

3. **СРЕДНЯЯ НИТКА** (примерно 40 градусов по сахарному термометру). Нитка тонкая, но держится немного покрепче. Сироп этой крепости используется для варенья.

4. **ТОЛСТАЯ НИТКА**. Густой сироп, при котором пальцы разъединяются с усилием, образуя прочную и довольно толстую нитку, способную застыть. Употребляется для всех варений из нежных ягод и при консервировании большинства ягод и фруктов.

5. **СЛАБАЯ ПОМАДКА**. Если опустить небольшое количество такого расплавленного сахара в стакан с холодной водой, образуется рыхлая масса, напоминающая по консистенции густую сметану. Эта проба – знак, что надо быть готовым к загустению сахара до следующей пробы. Самостоятельного значения не имеет.

6. **ПОМАДКА**. Если капнуть таким расплавленным сахаром в стакан с холодной водой, то «капля» застывает в кусочек, похожий по консистенции на плотное масло. Эта проба очень неустойчивая, может быстро перейти в следующую, поэтому, если требуется по рецепту именно она, то надо немедленно остановить кипение сахара. Употребляется для приготовления помадки и конфетных начинок.

7. **СЛАБЫЙ ШАРИК** (полутвердый шарик). Сахар в холодной воде застывает до консистенции хлебного мякиша. Из него можно лепить мягкий, податливый шарик. Употребляется для помадок, тянучек, конфетных начинок, цукатных варений, смокв, а иногда для пряников (при смешивании вместе с медом и мукой).

8. **ТВЕРДЫЙ ШАРИК** (или крепкий шарик). Кипящий сахар в стакане холодной воды застывает в плотный твердый шарик, через некоторое время теряющий способность мяться. Эта проба употребляется исключительно для конфет, ириса, тянучек.

9. **ТРЕСК**. Проверка пробы делается так: кипящий сахар берут на вилку и дуют на него изо всей силы. Если сахар моментально превращается в пленку или в пузырь и слетает с вилки целиком, значит, проба «треск» готова.

Употребляется для печенья безе, тортов, украшений и конфет.

10. **КАРАМЕЛЬ**. Кипящий сахар, влитый в холодную воду, должен образовать кусочек, сосульку, которая не пристает к зубам и рассыпается на кристаллики подобно стеклу от надавливания или удара. Сахар такой пробы употребляется для карамелей – конфет, леденцов, монпансье.

11. **ПЕРЕПУСК**. Хрупкость сахара такая же, как и при пробе № 10, но цвет сахара уже желтовато-коричневый. Очень часто именно эту пробу – перепуск принимают за карамель, так как во многих кондитерских книгах и руководствах употребляется термин «сахар карамелизуется», что означает пожелтение и даже легкое пригорание сахара, его коричневение и появление характерного «карамелизованного» запаха в результате пропуска (перепуска) собственно карамельной пробы. Перепуск употребляется для некоторых леденцов, конфет-карамелей и особенно для грильяжа, а также для подкрашивания многих кондитерских изделий, напитков (в том числе и пива) и кремов или придания им особого, «карамелизованного» аромата (например, пуншу, жженке).

12. **ГОРЕНИИЕ. ЖЖЕНКА**. Сахар коричневеет, и появляется едкий дымок, запах жженого. Такой сахар разводится кипятком до образования липкого сиропа и употребляется для подкраски конфет, конфетных

начинок, пряников, глазури, квасов, мороженого крем-брюле, пирожных, тортов, разных напитков и даже некоторых супов – пивных, хлебных, яичных, ягодных или сладких молочных. Чтобы пройти все эти стадии и посмотреть, как ведет себя сахар на практике, целесообразно взять 400–450 граммов сахара и, разведя его в полулитре воды (500 миллилитров), поставить на сильный огонь. Как только сироп закипит и с него будет снята пена, получится проба № 1. Дальнейшее выпаривание воды даст возможность наглядно увидеть переход остальных проб из одной в другую. При пробах № 5 и 6 количество воды сократится наполовину – до 240–250 миллилитров на 400 граммов сахара. Варка сахара имеет и другие правила.

Во-первых, сахар всегда надо очистить от пены до того, как в него будут опущены другие продукты.

Чтобы облегчить съем пены (кондитеры называют ее «шум», искаженное от немецкого слова «шаум» – пена), в кондитерском деле принято всегда готовить не на сахарном песке, а на рафинаде или колотом сахаре.

Во-вторых, когда сахар положен в воду, его надо все время помешивать, чтобы он не приставал ко дну и не давал бы желтую окраску всему сиропу. Но как только сахар распустится в воде, сироп уже нельзя трогать, нельзя мешать его, нельзя опускать никакой предмет, ибо это вызовет кристаллизацию сиропа, его помутнение или даже образование в нем комочков.

В-третьих, как только пена снята, необходимо специальной тряпочкой, смоченной в ледяной воде, обмыть края посуды так, чтобы на них не осталось ни одной крупинки сахара. Этот прием – главный секрет в обращении с кипящим сахаром. Если операция проведена аккуратно, то изделие удастся намного лучше. Иначе сахар начнет нарастать на краях, кипеть, гореть или превращаться в ком внутри таза, не дойдя еще до 6-й или 7-й пробы.

В-четвертых, варить сахарные сиропы всегда надо на сильном ровном огне, не допуская его колебаний.

В-пятых, варить сахар и изделия из него надо либо в металлической толстостенной посуде с выпуклым дном (казанке полусферическом), либо в специальных латунных или медных тазах, где и форма и материал наиболее приспособлены для сахароварения.

В-шестых, в сухие кондитерские смеси, в тесто, в напитки и в пирожные правильнее всего употреблять тертый в пудру, колотый сахар или же специальную кондитерскую (так называемую «тамбурную») сахарную пудру. Сахарный песок в кондитерском деле не употребляют, как продукт, содержащий примеси и дающий сироп слабой концентрации.

Правильное обращение с сахаром – залог успеха в изготовлении в домашних условиях не только варенья, но и несложных молочно-сливочных кондитерских изделий: сливочной помадки, тянучки, грильяжа.

ПОМАДКА

РЕЦЕПТ 1

На один литр **молока** – 0,5 килограмма **сахара**,
25 граммов **сливочного масла**,
150 граммов **патоки (белой),**
25 граммов **порошка какао**,
10 граммов **шоколада**,
0,5 пакетика **ванилина**.

РЕЦЕПТ 2

Пакет **сливок** (250 миллилитров),
300 граммов **сахара**,
0,25 пакета **ванилина**,
шоколад,
какао,
жженка или **перепуск** для подкраски.

МОЛОЧНАЯ ПОМАДКА

Сахар распустить в молоке, вскипятить, при пробах № 3–4 добавить масло, патоку, варить до пробы № 7, снять с огня, добавить ванилин, а также подкрасить и ароматизировать часть шоколадом, часть жженым сахаром (перепуск).

СЛИВОЧНАЯ ПОМАДКА

Сварить все компоненты (при пробе № 1 перелить в чистую посуду) и продолжать варить до пробы № 6. Затем подкрасить, ароматизировать по частям.

Дальнейшее приготовление – общее для обоих видов помадки.

Помадку-полуфабрикат выложить на мраморную доску, предварительно обрызганную ледяной водой или смазанную сливочным маслом, вымесить, пока теплая, охладить, а затем всби-

вать лопаткой в более плотную массу, которую потом растирать или раскатывать скалкой, стараясь сделать ее эластичной и гладкой, как тесто. После этого, раскатав из массы узенькие «колбаски», нарезают их кусочками в 1–1,5 сантиметра, слегка сплющивают, карбуют (то есть наносят ножом рисунок – полосы на их поверхности) и укладывают в фольгу или бумагу полуоткрытыми. Через два-три часа помадка окончательно подсыхает, «укрепляется» и может подаваться к столу.

ТЯНУЧКИ

РЕЦЕПТ:

0,5 литра **сливок** (2 пакета),
400 граммов **сахара**,
50 граммов **сливочного масла**,
один порошок **ванилина** (или **ваниль**),
одна столовая ложка **белой патоки** (при ее отсутствии в массу при пробе № 6 или на разделочной доске всыпают одну чайную ложку **картофельной муки** или же обходятся в крайнем случае без нее).

Исполнение такое же, как и помадки сливочной, только варить надо до пробы № 7. Все время, с начала и до конца приготовления, непрерывно вымешивать деревянной лопаточкой, оттирая массу от дна, краев кастрюли и стараясь, чтобы она не пригорела. Огонь же уменьшать нельзя. После проверки пробы вылить на деревянные планки, смазанные сливочным маслом, из которых надо составить подобие пенала (только сложить, но не скреплять!). Выскабливать тянучку-массу из кастрюли-казанка тоже нельзя – надо только лить, иначе она вся превратится в карамель и станет ломкой.

Когда тянучка остынет, можно снять или отбросить планки и затем уже нарезать длинные полосы тянучки на конфеты по 3–4 сантиметра длиной. Резать надо непрерывно (как бы «пилить» ножом), иначе при первой же остановке нож прилипнет и его придется отдирать с силой, что не удастся сразу, и в результате вся тянучка вытянется в длинную «веревку», испортится.

О ВАРЕНЬЯХ

Варка сахара и знание ее законов, приемов и проб имеет колоссальное значение при изготовлении различных фруктово-ягодных варений. А они по-прежнему занимают в нашей стране немалое место в домашнем быту.

К сожалению, довольно часто варенья либо делают слишком жидкими, экономя сахар, так что они портятся, прокисая и плесневея, и «экономия» себя не оправдывает, либо варят с нарушениями правил, так что варенья сахарятся, теряют цвет, вкус, аромат.

Основное при варке варений – сделать правильный сироп (до 2-й – 3-й проб для твердых фруктов и до 4-й пробы для ягод и мягких водянистых фруктов), снять всю пену, образующуюся при варке, и не переварить варенья.

Что это значит – не переварить?

Во-первых, постараться, чтобы варенье не потеряло своего яркого естественного цвета. Потемнение цвета уже означает начало переваривания. Исчезновение естественного цвета (скажем, красного, вишневого, малинового) и приобретение коричневатого, желтоватого – верный признак того, что варенье переварено.

Во-вторых, варенье должно сохранять и даже усиливать после варки природный аромат ягод и фруктов. Если этого нет, если осталась лишь сладость и варенье пахнет только вареным сахаром, значит, оно испорчено, переварено.

В-третьих, ягоды, целые или нарезанные дольками фрукты должны стать прозрачными в результате варки. Это показатель хорошо сваренного варенья. При появлении прозрачности фруктов варку надо прекращать, даже если все еще появляется небольшое количество пены. Сваренные без ошибок ягоды и фрукты будут равномерно распределяться в толще варенья, если ягоды падают на дно после варки и над ними скапливается сироп, значит, варенье сварено плохо, недоварено, сироп может вскоре скиснуть, он жидок.

Если же ягоды все всплывают на поверхность, это значит, что, несмотря на правильно сделанный сироп, сами ягоды не сварились, они могут либо заплесневеть при хранении, либо содействовать брожению всего варенья.

При варке варенья необходимо использовать прерывистую, или раздельную, варку. Покипит, скажем,

варенье 15–20 минут – снять его с огня, оставить на два-три часа остывать, дать впитаться сиропу в ягоды, а затем опять варить еще 10–15 минут. При этом легче избежать переваривания.

Другой прием – не варка, а заливка ягод и фруктов расплавленным густым сиропом до пробы № 5. Залить, выдержать от 2 до 6 часов, вылить сок-сироп, вновь его вскипятить и вновь залить им фрукты, и так проделать три-четыре-пять раз. А уже потом прокипятить один раз все варенье вместе с фруктами минут 5–10, не более. Долго, но зато здорово.

Такой прием бесконтактной варки дает возможность полностью сохранить естественный цвет, аромат, вкус ягод, фруктов, превращает варенье в маленькую кладовую витаминов, делает его особенно приятным и желанным зимой.

Какие еще кондитерские изделия целесообразно делать в домашнем исполнении?

Прежде всего творожные, быстропортящиеся. К ним принадлежат пасты (пасхи) и творожные торты.

Пасты делают без участия огня, простым смешиванием творога, сливочного масла, яиц, сливок, сахара и ароматических или сладких наполнителей: орехов, варенья, цукатов, изюма.

Но бывает так, что, соединив все эти вкусные, ценные и хорошие продукты, получают довольно обычное по вкусу изделие, иногда даже не особенно вкусное. Отчего так происходит? Разве сумма хороших и вкусных вещей не должна дать еще более вкусную еду? В математике и физике на такой вопрос можно ответить только утвердительно. Сумма положительных предметов положительна, сумма отрицательных качеств усиливает отрицательные качества. Однако для кулинарии этот закон не подходит. Дело тут не в составе изделия, а в приемах, какими достигается этот состав. Если в математике от перемены мест слагаемых сумма не меняется, то в кондитерском деле перемена мест может решающим и даже драматическим образом изменить результат – вкус, консистенцию, общую готовность изделия.

Кроме того, огромное значение имеет не только порядок, но и прием внесения пищевого «слагаемого» в общую комбинацию, в смесь, в «сумму», а также направление, по которому идет втирание одного продукта в другой (масла в муку или яйца в сахар и т. д.). Не зная этих «тонкостей», можно соединить пять-шесть вкусных продуктов и получить один посредственный или даже невкусный.

Попробуем сделать творожную пасту по всем правилам. К ним относятся, конечно, и правильные пропорции, точность их не имеет значения, важно сохранить общее соотношение частей и, главное, соединить их по всем правилам, не нарушая, а используя кондитерские приемы.

1. Творог – основа пасты. Его лучше всего не покупать, а сделать дома, превратив в простоквашу, скажем, 3–5 литров молока (о том, как это сделать, смотри в «Фокусах с молоком»). Творог надо только хорошенько отжать под прессом.

2. Сахар превратить в пудру и стереть его с яйцом, или с желтком яйца, или же, еще лучше, с крутыми яичными желтками. Чем меньше жидкости в творожной пасте, тем лучше. Иначе творог «поплывет», когда к нему будут добавлены другие компоненты. Поэтому, скажем, яичные белки или сливки можно втирать лишь тогда, когда они взбиты, превращены фактически в «твердую» массу.

3. К сахарно-яичной массе можно добавить сливочное масло и стереть, вымешать их вместе. Но еще лучше для вкуса использовать другой прием: часть творога, вдвое большая по объему, чем кусок масла, стирается с маслом. А уже потом этот полуфабрикат втирается в остальной творог.

4. Сам творог, как бы он ни был хорош, надо предварительно растереть, затем добавить к нему масляно-творожный полуфабрикат (см. № 3) и, еще раз втирая, превратить все в однородную гладкую массу.

5. Затем к этой массе добавить заранее подготовленную сахарно-яичную смесь.

6. Теперь, когда основная база пасты уже полностью готова, пришло время придать ей какую-нибудь особую вкусовую индивидуальность:

а) сделать ее нежнее и для этого втереть чуть-чуть взбитых сливок;

б) ароматизировать и для этого внести пряности: ванилин, лимонную цедру (корочку, предварительно истолченную в порошок), корицу, бадьян и т. п. по вкусу, согласно своим личным, индивидуальным желаниям и склонностям;

в) придать вкусовой акцент и для этого добавить один из следующих продуктов: изюм, курагу, урюк, орехи, цукаты, варенье. Каждый из этих компонентов необходимо обрабатывать по-своему и вводить их

в пасту, равномерно перемешивая изюм, курагу, урюк промыть в холодной воде, лучше кипяченой. Когда грязь сойдет, ошпарить кипятком, нарезать на узенькие полоски или маленькие кусочки и обсеять ими творожную пасту не сразу, а по частям, перемешивая каждую порцию отдельно. Цукаты измельчают, а варенье втирают в два приема: вначале его сироп, затем ягоды, фрукты. Их можно также измельчить.

Орехи всех видов ошпариваются кипятком, с них снимают пленку, мягкую оболочку; затем их рубят, секут или растирают в крошку, и эту сечку или крошку подмешивают к пасте.

Когда все компоненты внесены, не спешите есть пасту. Продукты еще «дикие», каждый сам по себе, они пока не «притерлись», а потому и у пасты нет единства вкуса, все в ней разнородно. Ей надо еще созреть, постоять несколько часов в холодильнике или в прохладном помещении.

Только после этого паста приобретет свой особый вкус. Вкус отдельных составных частей, отдельных продуктов перестанет при этом быть различимым. Создастся новый общий вкус всего изделия. Это и будет означать его готовность.

При соединении разных продуктов, как и при стирании любого кондитерского теста или любой кондитерской массы, надо не забывать один из основных кондитерских законов: втирать, тереть, растирать, смешивать, размешивать надо в одном и том же направлении. В каком – это ваше дело. Удобно слева направо – трите так. Удобнее справа налево – тоже можно. Но главное, не менять направления, смешивая одно и то же блюдо, одну и ту же смесь. Это существенно важно для создания эластичности, а следовательно, и консистенции, плотности и вкуса всего изделия. Иногда (например, в творожных пастах, куличах, кексах, бисквитах) это превращается в решающее условие успеха.

О КОНДИТЕРСКОМ ТЕСТЕ

КОНДИТЕРСКОЕ ТЕСТО гораздо важнее превратить в однородную массу, чем обычное булочное тесто.

Почему?

Да потому, что булочное тесто с самого начала довольно однородная масса. Ведь оно состоит на 95–98 процентов из муки и воды. А остальные продукты – масло, молоко, яйца, соль, сахар, дрожжи, если они и кладутся, то вместе составляют от 2 до 5 процентов и поэтому как бы тонут в тесте, не в силах нарушить однородность состава.

С кондитерским тестом дело обстоит совсем по-другому. Вода в нем вовсе не присутствует, она почти незнакома кондитерам. Мука также занимает подчиненное положение в большинстве печений, тортов, пирожных, кроме лишь пряников и куличного плотного кекса, где без большого количества муки не обойтись. И все же не мука, а остальные продукты, вместе взятые, составляют главную массу во всех видах кондитерского теста. А иногда кондитер вовсе обходится без муки или берет ее столь крохотные количества, что они составляют одну десятую часть веса всего изделия, а то и еще меньше.

Так бывает с творожным, вафельным и бисквитным тестом, с ореховыми печеньями и некоторыми другими выпечками.

ТВОРОЖНЫЙ ТОРТ

Возьмем, например, ту творожную пасту, которую мы только что приготовили в сыром виде. Из нее можно сделать прекрасный торт, способный сохраняться намного дольше, чем неиспеченная паста, и, кроме того, имеющий приятный, своеобразный вкус.

Для превращения пасты в торт, в кондитерскую печеную пасту достаточно добавить к ней несколько ложек (две-три) муки и промять из нее тесто, то есть такую массу, которая независимо от своего состава не распадалась бы, а обладала известной вязкостью.

Но к выпечке тестяная масса лишь тогда пригодна, когда она способна подниматься, расти, увеличиваться в процессе нагревания. Если попытаться поместить в жар печи сделанное нами творожное тесто без того, чтобы придать ему способность подниматься, оно просто сгорит или превратится в твердый невкусный «блин», из которого вытопятся все те ценные продукты, и в первую очередь масло, сливки, сметана и другие жиры, которые мы положили.

Вот почему избегают делать торт непосредственно из творожного теста, а делают творожную начинку для обычного теста. Это тесто-носитель и выполняет роль «подъемного крана». Так получаются либо слойки с творогом (когда творог закрыт тестом со всех сторон), либо ватрушки, когда творог открыт лишь сверху. Но тогда тесто и творог остаются разнородными эле-

ментами и после выпечки. Вот почему и пирожки-слойки с творогом, и ватрушки принадлежат не к кондитерским, а скорее к булочным изделиям.

У нас же весь торт, вся масса превращена в одно творожное тесто, так как мука вмешана в саму творожную пасту.

Как в этом случае заставить тесто подняться? Дрожжи в творог вносить нельзя – они разложат, разрушат изделие. Оно сразу же скиснет, забродит в печи и превратится в пену. Остается лишь одно средство: разрыхлить творожное тесто слабым разрыхлителем вроде соды или пекарского порошка (сода+винно-каменная соль+лимонная кислота+аммоний). Для этого на один килограмм теста достаточно внести половину или треть чайной ложечки соды.

Но прежде чем выпекать, надо поместить это тесто в форму. Форма для выпечки – это вторая важная особенность приготовления кондитерских изделий.

Кондитерское безмучное тесто, состоящее из яиц, масла, сметаны, сахара, творога, легко разрушается, «плывет» при помещении его в печь, особенно в первый момент, когда жар не успел еще сковать его корочкой.

Поэтому почти все виды кондитерского теста требуют укрепления – перед выпечкой их надо минут на 15–25 поставить в холод и выкладывать в специальные металлические формы.

Эти формы обычно обмазывают изнутри маслом или же обсыпают панировочными сухарями (можно использовать промасленную бумагу), чтобы тесто не припекалось к их стенкам. Чтобы изделие после выпечки легче выходило из формы, в ней делается выставное дно. Такие формы, и притом разных размеров, можно сделать самостоятельно из консервных банок разной величины. Для каждой формы потребуются две одинаковые банки (например, из-под сельди).

Делаются они следующим образом: в днище одной из банок вырезается середина так, что остается лишь кольцо вместо целого дна. Из другой банки вырезается все дно целиком, а бока, пустой цилиндр, выбрасываются.

Торт или творожный пирог формируется в виде низкого цилиндра диаметром с днище и выкладывается на него. Верх и бока творожного цилиндра заглаживаются взбитыми белками или целым взбитым яйцом, и поверх этой глазури располагаются различные рисунки из крема, а также украшения из ягод от варенья, цукатов, орехов. Иногда эти украшения наносят на торт после его выпечки, но яичную глазурь делают только до постановки в печь. Подготовленный торт на металлическом днище опускают в цилиндр с частично вырезанным (кольцевым) дном и ставят в печь (в духовку) на 20–25 минут или более (до 30–45 минут в зависимости от величины торта).

Вот рецепт подобного творожного торта.

РУССКИЙ (ГАТЧИНСКИЙ)

800 г **творога**
6 **яичных желтков**
1–1,5 стакана **сметаны** (в зависимости от густоты)
1 стакан **сахара**
0,5 стакана **муки**
2 чайные ложки **корицы**
4 чайные ложки **цедры лимонной** или 1 стакан **изюма**
0,5 чайной ложки **соды**

Выпекать 25–30 минут.

А теперь несколько рецептов домашних кондитерских изделий, которые можно быстро приготовить из разных типов кондитерского теста и из довольно простого набора продуктов.

ПЕЧЕНЬЕ ЧАЙНОЕ ДОМАШНЕЕ (БЕЗ ДРОЖЖЕЙ И БЕЗ СОДЫ)

250 г **сливочного масла**
250 г **сахара**
250 г **муки**
100 г любых **орехов** (очищенных)
2 **яйца**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Масло растереть с сахаром, постепенно добавить взбитые яйца, растирая всю смесь.
2. Орехи подготовить (очистить, ошпарить, подсушить, размолоть в порошок), перемешать с мукой.
3. Соединить п. 1 и п. 2 и полученную смесь поставить на 10–15 минут в холодильник или сразу же брать двумя ложечками и класть полужидкие, кашеобразные комочки на смазанный

маслом лист или на не смазанную ничем расстеленную на листе фольгу.
Печенье печется не более 5–6 минут до светло-желтого цвета.

ХЛЕБЦЫ КОНДИТЕРСКИЕ (БЕЗ ЯИЦ)

375 г **муки**
250 г **масла**
100 г **сахара**

Для посыпки сверху: немного крупномолотых **орехов, сахар, яйцо** для смазки.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Муку смешивают с маслом, а затем добавляют сахар (пудрой!).
2. Тесто скатывают в длинные жгуты-палочки и нарезают чуть наискосок кусочками по 3 сантиметра.
3. Их смазывают взбитым яйцом и посыпают сахарным песком или крупномолотым сахаром, смешанным с рублеными орехами. Разложить на листе и выпекать на умеренном огне до легкого зарумянивания.

ВЕНСКИЙ СДОБНЫЙ ПИРОГ (БЕЗ НАЧИНКИ, С ДРОЖЖАМИ)

500 г **муки пшеничной** высшего сорта
300 г **масла** или **маргарина**
250 г (мл) **молока**
60 г **сахара** (не больше!)
65 г **дрожжей** (не меньше, и только свежие!)
1 **яйцо**
варенье, изюм или **мак** – что есть и сколько есть.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Смешать все сухие компоненты (муку+сахар-пудру).
2. Дрожжи развести в холодном молоке.
3. Яйца хорошо взбить.
4. Все (1+2+3) соединить, смешать (кроме масла!).
5. Тесто тотчас же раскатать в четырехугольник толщиной в 1 сантиметр и намазать две трети этого тестяного листа маслом, распределив его равномерно по всей плоскости.
6. Затем сложить весь лист так, чтобы намазанная маслом часть перекрывалась ненамазанной (одна треть).
7. После этого крайне осторожно вновь раскатать, сложить и так проделать трижды с небольшими, в 3–4 минуты, перерывами между раскатыванием.
8. После третьего раскатывания (самого осторожного) смазать вареньем, посыпать изюмом или лучше всего обмазать полуоткрытую часть сочня-рулета маково-сахарной смесью (мак промыть в кипятке, обсушить, ошпарить, еще раз обсушить, растереть, добавить чуть сахара для связки, клейкости, и этим растерто-распаренным маком покрыть тесто тонким слоем).
9. Свернутое рулетом тесто, не давая ему подойти, поместить сразу же в сильно натопленную духовку, разделив на два куска и защипав края, чтобы не вытекало масло. Но лучше целиком. Перед посадкой в печь верх пирога-теста смазать взбитым яйцом. Выпекать 15–30 минут в зависимости от величины. После изготовления нарезать на толстые ломти, как хлеб, и каждый такой ломоть покрыть взбитыми сливками. Но и без этого такое кондитерское тесто чрезвычайно вкусно и приятно.

ПЕЧЕНЮШКИ КАРДАМОННЫЕ (С СОДОЙ ИЛИ ПЕКАРСКИМ ПОРОШКОМ)

250 г **муки**
140 г **сахара-пудры**
140 г **масла** или **маргарина**
1 **яйцо**
около 50 г **изюма**
3 чайные ложки **пекарского порошка** (или 1,5–2 чайные ложки **соды** +1,5–2 чайные ложки **лимонной кислоты**)
3 чайные ложки **тертого кардамона** (порошком), в случае отсутствия кардамона заменить его ложечкой **молотого кофе** или **какао**.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Масло растереть с мукой.



2. Добавить к ним сахар-пудру, смешанную с пекарским порошком или его заменителем (содой, лимонной кислотой).

3. Яйцо взбить, смешать с кардамоном (или кофе, какао, лимонной, апельсиновой цедрой – словом, с любым иным имеющимся под рукой сильным, пахучим, ароматическим компонентом) и с мелко нарезанным, ошпаренным кипятком изюмом.

4. Соединить все вместе в тесто.

5. Поместить на смазанный маслом лист чайной ложечкой, не формуя, просто бесформенными кусочками и выпекать на умеренном, спокойном огне около 20 минут.

ПРИМЕЧАНИЕ.

Не смущаться, если тесто при соединении всех частей «не получается», то есть если оно не скрепляется, как будто ему не хватает влаги. Ничего не добавлять! Продолжать смешивать, тереть тщательно. Всего должно хватить точно, если компоненты взяты не на глазок, а правильно взвешены.

Помните кондитерское правило: все должно быть точно и тщательно сделано, в этом залог удачи и быстроты. Помните, делать быстро – это делать медленно, но непрерывно!

О приготовлении бисквитного и песочного теста, самых распространенных у нас видах, мы не пишем. Рецепты их есть в любой поваренной книге. Кроме того, бисквиты продаются в кондитерских и булочных как полуфабрикаты. Их можно купить и переделать в пирожные. Для этого с бисквита надо снять корочку (коричневую), нарезать на правильные прямоугольники толщиной 2–3 сантиметра, намазать их кремом или мармеладом и сложить по два-три таких прямоугольника.

Для кондитерского крема нужны масло, яйца, сахар и какой-нибудь сироп или ароматизатор. Об изготовлении кремов смотри выше. Сверху бисквитные пирожные или торты могут быть покрыты шоколадной глазурью, кремом, вареньем, мармеладом, словом, чем угодно сладким. Само печеное бисквитное тесто пропитывается обычно каким-либо сиропом, ромом, коньяком или десертным вином.

Кроме того, для промазки пирожных, тортов, для начинки и смазки печений можно использовать также самодельную ганажевую массу, которую обычно употребляют для приготовления начинок шоколадных конфет. Рецепт ее прост: на один килограмм шоколада 100 граммов молока, 10–15 граммов водки или крепкого вина (десертного, портвейна) и щепотка ванилина.

Шоколад растапливают, вливают в него молоко, варят до однородной массы, слегка ее охлаждают, но не до застывания, добавляют ром или водку, вино и вымешивают, а затем дают застыть. Эта масса хорошо мажется. Молока можно добавлять и более, если берется готовый шоколад.

Ганажевую массу используют в домашних условиях в малых количествах. Но это тонкая, приятная ароматическая добавка.

В заключение приведем пример кондитерского изделия, приготовленного не только с минимальным количеством муки, но и из совершенно некондитерского, казалось бы, сырья. Зато в нем сохранены классические принципы создания кондитерского изделия: плавление сахара, полное отсутствие воды, минимум муки. Этот пример, где в основу взят кондитерский принцип, а не кондитерское сырье, прекрасно показывает, что соблюдение принципа важнее. Итак, сырье: морковь.

МОРКОВНОЕ ПЕЧЕНЬЕ И КАРТОФЕЛЬНЫЙ БИСКВИТ

Возьмите обычную морковь, тщательно ее очистите: обмойте, но не скоблите, а аккуратно обрежьте кожуру, вычистив все поврежденные места, и делайте все это только сухими руками, не забывая их вытереть полотенцем после мытья моркови. Да и саму морковь оботрите и обрезайте сухой, а не влажной.

Натрите морковь на чистой мелкой терке в глубокую чашку, измерьте полученный объем и засыпьте тертую морковную массу точно таким же объемом сахарного песка или лучше сахарной пудры. Дайте постоять 4–5 часов, пока все не превратится само собой в однородную массу. Затем добавьте туда один-два-три взбитых яичных желтка, размешайте, подсыпьте немного муки, скажем, пять-шесть столовых ложек или полстакана (если моркови около полукилограмма) так, чтобы получилось некрутое тесто. В самый последний момент к муке, к ее послед-

ней порции добавьте ложечку соды, пекарского порошка или аммония (одно из трех) и какой-нибудь ароматизатор для запаха (ванилин, кардамон, цедру, мед, анис, розовое масло, корицу). Из теста сформуйте небольшие, величиной с десертную ложку, шарики и поместите их на смазанный маслом лист. После этого выпекайте на среднем огне в духовке примерно минут десять. Получится кондитерское изделие, оригинальное по вкусу, приятное по консистенции и аромату и исключительно красивое без всяких украшений по цвету. Именно его приготовление должно показать вам, как важно соблюдать и знать основные принципы и сколь мало значат сырье и количественные показатели, если сделано главное. Этот пример должен помочь вам также чувствовать себя на кухне при выделке кондитерских изделий более раскованно и свободно.

Другой пример кондитерского изделия из некондитерского сырья – это КАРТОФЕЛЬНЫЙ БИСКВИТ.

10 крупных **картофелин**,
250 г **сливочного масла**,
8–9 **яиц**,
3–4 столовые ложки **сахарного песка**,
1/2 чайной ложки **соды** или лучше **пекарского порошка**.

Картофель испечь (!), а не отварить. Растереть тщательно в пюре с горячим растопленным маслом как можно быстрее, чтобы масса не остыла. В это время другой человек должен добавлять в пюре один за другим, но отдельно, с небольшими интервалами 4 взбитых яйца. В течение этого процесса ни на мгновение нельзя прерывать растирание пюре. Подготовить и добавить затем четыре желтка, стертых с сахаром и отдельно, после всего взбитые белки (до состояния твердой пены).
Вся масса, которая к этому времени все еще должна остаться горячей, несмотря на многочисленные добавки холодных яиц, взбивается как можно пышнее и помещается в духовку – открытая, но выложенная в огнеупорное блюдо или в сделанную из фольги или жести форму.

Из такого бисквита можно делать пирожные как и из обычного бисквита. Кроме того, по такому же типу можно приготавливать бисквит из печеных яблок, увеличив лишь число яиц до 10 и добавив к яблочному пюре 1 столовую ложку крахмала (крахмальной муки). В обоих этих случаях главное не в материале, не в сырье – оно достаточно различно, а в порядке и времени создания кондитерского изделия.
Точная последовательность закладки продуктов в «массу-тесто», непрерывность и быстрота при их смешивании – вот что является решающим условием, вот что обеспечивает успех.
Из простого, элементарного сделать необычное, вкусное, искать возможности из повседневного, заурядного сделать неузнаваемо новое и праздничное – в этом суть всякого творчества.

МАСЕДУАН

Кондитерские и десертные изделия вовсе не обязательно требуют присутствия муки. Выше мы уже видели, что они могут приготавливаться на основе молока, сливок, масла, сваренных вместе с сахаром, могут содержать и растительные соки или пюре.

Одним из забытых, но очень вкусных десертных изделий, построенных исключительно на фруктовой или фруктово-ягодной основе, является маседуан. Он соединяет в себе свойства компота и желе, с той лишь разницей, что намного вкуснее и питательнее их обоих. Маседуан приготавливается из сухих и свежих фруктов и ягод, а в качестве загустителя в нем используется желатин. Приготовление его несложно, но требует нескольких часов – фактически около суток, что необходимо иметь в виду, если рассчитывают получить это блюдо к определенному сроку. В маседуане могут использоваться любые фрукты и ягоды, в любых сочетаниях и пропорциях, так что вкус, аромат и цвет могут бесконечно варьироваться. Однако схема приготовления строго постоянна и должна всегда выдерживаться, если мы заинтересованы в высоком вкусовом качестве этого изделия.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Сухие фрукты (груши, чернослив, изюм) промывать в холодной и теплой воде, пока вода не станет прозрачной. Их количество в общей сложности – три стакана на два литра воды.

2. Полтора литра воды вскипятить в эмалированной кастрюле и всыпать в кипяток сухофруктовую смесь. Проварить 20 минут. Затем добавить 400 г сахара, свежие ягоды или фрукты и варить 10 минут, после чего снять с огня, закрыть крышкой и дать остыть. В качестве свежих фруктов могут быть использованы апельсины, лимоны в сочетании с любыми другими.
3. Тем временем всыпать в глубокую миску 50 г желатина, залить его стаканом сырой холодной воды и по мере его разбухания подливать еще один стакан воды постепенно, обычно в течение двух-трех часов.
4. Когда сваренные фрукты остынут, а желатин окончательно разбухнет, то соединить их, размешать и, продолжая помешивать, довести до кипения, но не кипятить.
5. Дать смеси остыть и поставить на 5–6 часов в холодильник.

{ ГЛАВА 9 }

ФОКУСЫ С МОЛОКОМ (НЕКОТОРЫЕ ПОЛЕЗНЫЕ СВЕДЕНИЯ О ПРИГОТОВЛЕНИИ РЕДКИХ КИСЛОМОЛОЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ)

НАША промышленность выпускает самые разнообразные молочные (молоко жирностью в 2,5, 3, 3,5, 5–6 процентов) и кисломолочные продукты (простоквашу, ряженку, кефир, ацидофилин, сметану, катык, кумыс, творог), так что обычно нет необходимости приготавливать молочные продукты дома. Быстрее и проще купить все это в магазине.

И все же если в семье есть ребенок, а тем более несколько детей разного возраста, то умение приготовить сладкомолочные и кисломолочные продукты домашним способом никогда не окажется лишним. Тем более что можно таким образом расширить и пополнить обычный промышленный ассортимент.

СЛАДКОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

ГУСТОЕ МОЛОКО

Молоко налить в тонкую алюминиевую кастрюлю, низкую и широкую. В такой и только в одной и той же надо готовить все молочное и кипятить молоко, не употребляя ее ни на что другое. Сделать слабенький, еле заметный огонь и оставить на нем на длительное время, на три-четыре часа, без крышки (!) это молоко, ожидая тот момент, когда оно убавится примерно на треть. После этого молоко приобретает иной, еще более приятный вкус.

ТОПЛЕНОЕ МОЛОКО

Молоко налить в глиняную кринку, горшок, прикрыть крышкой и поставить в духовку на слабый огонь, следя за тем, чтобы не убежало и не подгорело. Молоко приобретет особый, «топленый» вкус, сделается по цвету темно-кремовым с чуть красноватым отливом. Оно тоже убавится в объеме, но меньше, чем густое молоко.

СЛИВКИ

СЛИВКИ продают в любом молочном магазине в пакетах по 250–500 миллилитров. В домашних условиях их ныне не делают, тем более что без машинки (сепаратора) это довольно длительная процедура. Кроме того, для сливок необходимо молоко, не прошедшее обработку. Поэтому сливки используют только покупные, а не самодельные. И лучше, и выгоднее.

Но сливки, производимые промышленностью (10-процентные и 20-процентные), предназначены исключительно для употребления их как готового продукта непосредственно для питья, в качестве добавки к кофе, чаю, какао, манной каше и т. д. и т. п. Для этих так называемых столовых целей и 10- и 20-процентные сливки более чем достаточны, а порой даже избыточны по своей жирности, ибо слишком жирные сливки плохо усваиваются.



Но для изготовления кондитерских кремов, разных сливочных блюд требуются не столовые, питьевые, а пищевые, или кондитерские, сливки, жирность которых должна быть 26–42 процента. Только такие сливки способны взбиваться и давать плотный, пышный, с виду твердый ком, красиво ложащийся на хлебные супы, в сдобные булочки в виде крема, поверх черного кофе по-венски и в другие сладкие блюда. Эти сливки во взбитом состоянии можно намазывать, резать, формовать.

Но таких сливок обычно нет в продаже, они поступают лишь в столовые и рестораны, на кондитерские фабрики.

Нередко хозяйки, прочтя в кулинарной книге или в журнале о каком-нибудь блюде со взбитыми сливками, пытаются изготовить его из столовых сливок, купленных в молочном магазине, и, конечно, жалуются, что «сливки не взбиваются», «сливки плохие», «миксер плохо работает» и т. д. и т. п., не зная, что столовые сливки для таких целей вообще не подходят и не следует с ними напрасно мучиться.

Как же поступать в таких случаях?

Выход есть. Надо подогревать столовые сливки точно так же, как делают густое молоко. Но нагрев вести не непосредственно на огне, а в водяной бане, так как сливки могут расслоиться, откинуть сыворотку даже на небольшом огне. Выпаривать надо четверть или треть объема. Это и будут сливки в 35–45 процентов жирности. Взбивать сливки надо в прохладном помещении, на льду, в чистой посуде. Начинать взбивать тихонько и затем постепенно убыстрять темп. Иначе можно сливки не взбить, а засечь, то есть превратить их не в пену, а в масло.

ВАРЕНЕЦ

Если горячее топленое молоко заправить густыми свежими сливками из расчета 0,5–1 стакан сливок на каждый литр молока, то получится сладкомолочный напиток своеобразного вкуса под названием «сибирский варенец».

Варенец употребляют как прибавку к чаю, кофе, вкус которых он делает богаче, своеобразнее.

КАЙМАК

КАЙМАК – это жирные толстые топленые пенки, которые снимаются с поверхности молока или чаще сливок, как блины, и складываются одна на другую в отдельную фарфоровую или фаянсовую посуду. Их можно сохранять несколько суток, и тогда они превращаются в каймачную сметану особой консистенции и вкуса, которую употребляют как лакомство, иногда добавив к ней чуть-чуть меда.

Но в поварском и кондитерском деле каймак часто бывает необходим как составная часть, важный вкусовой компонент некоторых блюд национальных кухонь.

В русской кухне таким блюдом, например, является гурьевская каша, где каймаком и вареньем переслаивается манная каша. Без каймака, следовательно, гурьевской каши уже не будет, а будет просто манная с молоком.

Как же получить каймак? Лучше и быстрее всего – подогревая сливки на медленном огне. При этом сливки в посуду надо наливать слоем не толще пяти, а то и трех сантиметров, чтобы пенки образовывались непрерывно.

КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

ПРОСТОКВАША

Самый простой кисломолочный продукт – **ПРОСТОКВАША**.

Она образуется сама, без всякой искусственной помощи простым скисанием сырого молока в теплой комнате. Поэтому в народе ее и называют не только простокваша, но еще и сырокваша и самокваша. Однако самокваша требует двух суток для своего полного формирования, иначе она жидковата. Поэтому молоку иногда помогают превратиться в простоквашу – размешивают в нем ложечку сметаны и ставят в жарко натопленное помещение (кухню). Как ни проста простокваша, а она основа большинства кисломолочных продуктов.

С ее верха, «вершков», снимают сметану, а ее основная масса идет на приготовление творога.

ТВОРОГ

В простокваше, даже двухсуточной, всегда много сыворотки. Поэтому первая операция – отлить, отделить сыворотку от сгустка. Для этого часть сыворотки просто сливают из банки с простоквашей, а затем остав-

шийся сгусток переливают в специальный полотняный мешочек, имеющий форму конуса.

Такой мешочек надо сшить и пользоваться им постоянно. Это удобнее, чем каждый раз искать подходящую случайную тряпочку (марлю, бязь, полотно) для приготовления творога. Целесообразнее всего делать мешочек объемом на 3–5 литров молока, но не меньше.

Слив сгусток простокваши в мешок, надо подвесить его над какой-либо посудой и оставить минимум на 5–6 часов, в течение которых сыворотка постепенно выйдет из простокваши, и образуется творог. Только после этого можно попытаться искусственно отжать скрытую сыворотку, положив мешочек с творогом под пресс весом 3–5 килограммов (между двух досок, фанерок).

Таким путем через 5–8 часов получится нежный домашний сырой пластовой творог. Он не будет крошиться, а станет отламываться крупными толстыми красивыми пластами.

Но если захотеть сделать творог посуше, то следует простоквашу еще в посуде, до отжима сыворотки, поставить на водяную баню и подогреть. Тогда сыворотка сама отскочит от сгустка.

В этом случае надо проявлять осторожность и не перегревать простоквашу, иначе творог станет жестким, мелкозернистым, неприятным на вкус, ибо кислое молоко заварится, коагулируется.

Если же прогреть простоквашу легонько, умеренно, то при отжиме сыворотки получится прекрасный сухой плотный клинковый творог, который будет похож внешне на брусок.

ОСОБЫЕ ВИДЫ ТВОРОГОВ: СКИР, ИРИМШИК, ЕЖЕГЕЙ

Обычно мы пользуемся творогом только из простокваши, то есть из сыросквашенного молока.

Между тем в домашнем приготовлении целесообразно использовать и другие виды творогов, созданные мировой кулинарной практикой в прошлом и забытые ныне.

Все они легковыполнимы, а главное, дают готовый, годный к употреблению продукт в 20–40 раз быстрее, чем обычный русский творог, и к тому же не требуют никакой возни со сцеживанием, отжимом, мытьем посуды и клинкового мешочка.

Уверен, что они быстро завоюют широкую популярность не только у взрослых, которым придется их делать, но и у детей, которые будут их есть.

СКИР

У вас с вечера поставлена литровая или трехлитровая банка с молоком: к утру образовалась простокваша, не совсем еще крепкая для творога и в то же время достаточно кислая. Съесть такое количество простокваши вы сейчас не можете, да и не хотите, а позавтракать чем-то плотным надо. Что делать?

Возьмите литр-два свежего молока, быстро вскипятите в большой глубокой кастрюле и в тот самый момент, когда пенная шапка кипящего молока станет подыматься к краям кастрюли, готовясь убежать, влейте одним махом ровно столько же простокваши, сколько кипящего молока. Огонь можно на 1–2 минуты увеличить, а можно оставить таким же. Затем продолжайте кипячение смеси не более 2 минут или меньше, смотря по количеству жидкости.

Как только сыворотка станет зеленовато-желтой, прекратите кипение и слейте ее, стараясь объединять с крупным молочным сгустком все другие крупинки свернувшегося молока. Полученный сгусток выложите в глубокую тарелку и легонько промните ложкой со всех сторон так, чтобы отделилась вся сыворотка зеленовато-желтого цвета, но не беловатая жидкость. Как только начнет отделяться белая, похожая на молоко жидкость, надавливание на сгусток прекратите.

Получился скир – творог из половины кислого и половины сладкого молока, не кислый, приятный, с особо упругой консистенцией, с едва заметным сливочным, а не привычным творожным запахом. Он готов к немедленному употреблению.

ИРИМШИК И ЕЖЕГЕЙ

Если же изменить соотношение простокваши и свежего молока и вместо пропорции 1:1 взять два литра свежего молока и один литр простокваши, то получится творог с иным вкусом и консистенцией, называемый иримшик.

Его можно проваривать до отделения сыворотки максимум 5 минут.

Если же пропорцию изменить в обратную сторону и взять вдвое больше простокваши, чем свежего моло-



ка, то есть два литра простокваши и один литр молока, получится творог ежегей, который нельзя кипятить более одной минуты – фактически в тот же момент, когда простокваша будет вылита в горячее молоко, сыворотка отскочит.

К обоим этим видам творога необходимо добавлять половину чайной ложки или одну чайную ложку соли и 25–50 граммов сливочного масла, перемешивая их с творогом, пока он еще теплый.

Иримшик и ежегей удаются лучше, если для них используется не обычная русская простокваша, а катык, о котором мы скажем ниже.

Помимо комбинации простокваши и свежего молока, для составления целого ряда кисломолочных продуктов используется сметана как закваска для того или иного вида молока.

ГУСЛЯНКА

Если в один литр густого молока или просто в кипяченое, но охлажденное затем до 30–40 °С влить разведенную в полстакане этого же молока столовую ложку сметаны (на один литр молока) и поставить в теплое место, плотно закрыв, то полученная простокваша будет носить название «густянка», или «гуслянка», и отличаться по вкусу и густоте от обычной сырокваши (простокваши).

Ее можно в дальнейшем использовать для создания разных творогов, видоизменяя тем самым и их вкус.

РЯЖЕНКА ИЛИ УКРАИНСКИЙ ВАРЕНЕЦ

Если в топленое молоко влить один стакан сметаны на один литр молока, то получится после заквашивания в течение 3–4 часов ряженка, или украинский варенец.

КАТЫК И СУЗЬМА

Если густое молоко, охлажденное не ниже 3 °С и не выше 35 °С, заквасить 100–150 граммами сметаны на один литр молока и при этом тщательно закутать посуду с молоком в ватное одеяло, ватин или стеганку, оставив на 8–10 часов в тепле и оберегая от встряхивания и передвигания, то получится катык (или йогурт, или болгарское кислое молоко).

Правда, катык возникнет не сразу, не на другой день, а лишь после того, как еще два-три раза будет произведена подобная закваска густого молока, но уже не сметаной, а 100–150 граммами этого же катыка, и создастся культура болгарской палочки, которую в дальнейшем надо поддерживать непрерывно и каждый день заквашивать новый катык старым катыком. Лишь тогда спустя месяц-два создастся настоящий вкус катыка (йогурта) и сформируются его особые свойства.

От всех других видов простокваши катык отличается не только вкусом, но и тем, что у него крайне мало сыворотки. Ее практически не видно, и она обнаруживается только при сцеживании катыка в клинковом мешочке. После сцеживания катыка получается не творог, как у обычной простокваши, а сузьма – продукт, занимающий среднее положение между творогом, сметаной и сливочным маслом. Сузьма обладает всеми хорошими качествами этих трех продуктов и не имеет ни одного их отрицательного качества.

Главное ее достоинство и чудо – обратимость как «назад» – к досузьмовому состоянию, так и «вперед» – по пути превращения в продукты более высокого порядка, с большей концентрацией жировых и белковых фракций. Сузьму можно через два-три дня и даже через неделю развести и превратить в подобие сметаны, молока, катыка или же, наоборот, обратить в сливочное масло, начав взбивать, или сделать из нее творог, подогрев ее на огне в водяной бане. Но и сама по себе сузьма без дополнительного разведения или нагревания способна одновременно выполнять роль и сметаны, и творога, и масла.

Ее можно класть в борщи и щи, намазывать на хлеб и использовать в ватрушки, сырники, творожные пасты.

АЙРАН И ЙОГУРТ

Летом 100–200 граммов сузьмы, разведенной в литре – пол-литре холодной кипяченой или минеральной воды, дает прекрасный жаждоутоляющий и бодрящий напиток – айран.

Таким образом, сузьма – прекрасное, полезное, вкусное кисломолочное изделие с многообразным, широким профилем употребления. Вот почему ее можно настоятельно рекомендовать для домашнего питания и как удобный компонент во многие блюда домашней кухни.

В некоторых книгах, да и в торговой практике большинства европейских стран встречается название

«йогурт» для обозначения болгарского кислого молока, или катыка. Строго говоря, йогурт (егурт) – это тот же катык, но названный на другом тюркском диалекте; некоторые народы нашей страны называют его еще чекизе, тарак. Однако постепенно в европейских странах под названием «йогурт» стали понимать лишь такой катык, который приготавливается с растительными (ягодно-фруктовыми) добавками.

У нас в Татарии очень часто в катык во время заквашивания кладут небольшой кусочек свеклы, чтобы подкрасить его, придать ему слегка розоватый оттенок, сделать его красивым. Так поступают и многие другие народы, в чью национальную кухню входит катык.

Иногда для подкраски используют вишню, чернику, смородину и иные ягоды с интенсивным, сильно красящим соком.

Этот прием, используемый в народной кухне лишь для красоты, дал идею пищевой промышленности ряда европейских стран – ГДР, ФРГ, Дании, Швеции, Румынии, Финляндии и др. – выпускать катык с различными добавками ягодно-фруктовых соков и пюре уже не для красоты, а для изменения и дополнения его вкуса, для создания разнообразных, обогащенных витаминами изделий. Вот этот катык с добавками ягод и фруктов и получил ныне термин «йогурт».

Йогурт легко приготовить в домашних условиях.

Просто во время закваски катыка вместе с закваской (100–150 граммов старого катыка) надо развести 50 граммов любого фруктового или ягодного пюре или положить 4–5 ягод на литр заквашиваемого йогурта так, чтобы на каждый стакан приходилось примерно по одной ягоде или по одной чайной ложке пюре. Можно использовать пюре яблок, смородины, клубники, сливы, вишни, томатную пасту, сок малины и ежевики.



МОЯ КУХНЯ

{ ГЛАВА 1 }

СУПЫ

ОДНИМ ИЗ НАИБОЛЕЕ ПОСТОЯННЫХ, НЕПРЕМЕННЫХ ЭЛЕМЕНТОВ МОЕЙ КУХНИ, КАК УЖЕ ГОВОРИЛОСЬ ВЫШЕ, ЯВЛЯЮТСЯ СУПЫ, ТО ЕСТЬ ВСЕ ВИДЫ ПЕРВЫХ ГОРЯЧИХ ЖИДКИХ БЛЮД: ЩИ, БОРЩИ, РАЗНООБРАЗНЫЕ ВИДЫ РЫБНЫХ СУПОВ (УХА, КАЛЬЯ, СОЛЯНКИ, РЫБНО-МОЛОЧНЫЕ, РЫБНО-ОВОЩНЫЕ И РЫБНО-КРУПЯНЫЕ СУПЫ), МЯСНЫЕ, ОВОЩНЫЕ И СЛАДКИЕ СУПЫ.

Я считаю суп основным блюдом, крайне необходимым физиологически всем людям, а особенно детям, старикам, женщинам в определенные фазы их жизни, а также людям, выполняющим тяжелую физическую работу или имеющим слишком сильную эмоциональную и интеллектуальную нагрузку.

Экстремальных ситуаций в нашей сегодняшней жизни вполне достаточно, а между тем вторая половина XX века проходит под знаком нарастающего сокращения супов в рационе людей, в особенности в США и в Западной Европе. Стандартное питание, создаваемое сетью западноевропейского и американского общепита, фактически полностью исключает супы из рациона студентов, бизнесменов, спортсменов, охранников, работников торговли и обслуживания, а также промышленных рабочих.

Мода на бутербродный, так называемый «шведский стол», на потребление «еды на скорую руку» – «фастфуд» – захватывает в последнее десятилетие и Россию. В качестве же жидкостей, сопровождающих поглощение такой пищи, выступают все более органически не связанные с ней напитки – от минеральной воды и синтетических «водичек» до алкогольных слабых и крепких напитков, причем доля алкогольных все время резко возрастает, что вполне физиологически объяснимо, – пиво, водка и виски более активно содействуют переработке «твердой пищи», создают меньше неудобств потребителю современной еды, так как больше подходят с кулинарной точки зрения к колбасе, сосискам, ветчине, бекону, чем горячий кофе или чай, не говоря уже о чисто «технических» удобствах употребления алкоголя и о затрате минимального времени. (Стопка водки «отнимает» секунду времени на ее поглощение, а на стакан чаю, даже приготовленного коекак, не по всем правилам, если он все-таки горячий, уходит до 15–20 минут.)

Однако никто не задумывается над этим и не учитывает отрицательных последствий для здоровья, которые наступают через 15–20 лет после систематического потребления сухой пищи и алкогольных напитков. Между тем рост сердечно-сосудистых, желудочных и нервных заболеваний, не говоря уже о почках, печени, напрямую связан с отказом подавляющего большинства людей от употребления супов, одна из функций которых – систематическое промывание организма. Поедание «зелени», «фруктов», «витаминов» и тому подобного не способно создать адекватную физиологическую замену супам и, конечно, не изменит складывающееся положение с ухудшением здоровья людей.

Супы все еще остаются главными и уважаемыми блюдами лишь в некоторых национальных экзотических кухнях, например в узбекской, армянской, китайской, где они составляют важнейший элемент еды. И этот факт во многом объясняет нынешнюю популярность именно китайской кухни в Западной Европе и США.

Для России, которая вплоть до Второй мировой войны занимала первое место в мире по количеству

типов супов (русская кулинария) и тем более по количеству типов супов, употребляемых в целом по стране (СССР), поскольку, кроме русской кухни, свои оригинальные супы имели народы Молдавии, Кавказа, Средней Азии и Прибалтики, отход от суповой кухни в конце XX века представляет собой драматическое явление по двум причинам.

Во-первых, на наших глазах создается совершенно новое поколение, которое не знает о существовании многих супов, не понимает их вкуса и потому не употребляет супы[1], которые служат основным условием предупреждения гастроэнтерических заболеваний в детстве и юности, заболеваний (раз уж они возникли), имеющих тенденцию превращаться в неизлечимо хронические в зрелом и пожилом возрасте.

Во-вторых, ликвидируется национальный способ питания, более адекватный условиям нашей страны, теряется этническая, национальная идентичность населения. А это самым непредсказуемым образом может уже в ближайшие два-три десятилетия сказаться на изменении физического и психического склада населения.

К чему это приведет – одному богу известно.

Поскольку процесс утраты супами кулинарных позиций имеет интернациональный характер, то в последние два-три года ряд видных европейских кулинаров призвал к возвращению супам их прежнего высокого статуса, характерного для начала XX века, в период до Первой мировой войны.

С одной стороны, крупнейшие французские профессионалы шеф-повара готовят супы в самых дорогих, элитарных ресторанах, предназначенных для избранных. Появляются или продолжают существовать традиционные маленькие ресторанчики на пять-шесть столиков, где подают всего одно-два блюда, причем именно супы, очень высокого качества и за очень высокую цену. Иными словами – супы хотят сохранить путем превращения их в кулинарную элиту, внесения их как исчезающей редкости в своеобразную кулинарную Красную книгу. Это – один путь: супы станет употреблять очень уж избранная публика, но не массы.

Другой путь, по которому идут скандинавские (особенно шведские и финские) кулинары из организации контроля за качеством пищевых продуктов в стране, – это распространение рецептов старинных национальных супов XIX века и призывы к населению не пользоваться концентратами для изготовления бульонов и супов, а готовить эти блюда из сырых продуктов лично.

Надо сказать, что Швеция, как и Франция в XVIII веке, считалась страной, где были лучшие мастера по приготовлению настоящих супов. Правда, кухарку, умевшую приготовлять до дюжины разных супов, послы царицы Елизаветы Петровны искали несколько лет и сумели законтрактовать мастерицу из Гетеборга лишь на пять лет, после чего с сожалением с ней пришлось расстаться и проблема приготовления вкусных супов для царицы возникла вновь.

Последнее издание главного французского кулинарного справочника «Ля русс де ля кюзин» и шведская популярная «Новая поваренная книга Бонньеров» решительно и настойчиво рекомендуют приготавливать домашние супы, дают авторитетные рецепты, помещают красочные эффектные фотографии супов, хотя прежде большинство иллюстраций в кулинарных книгах отводилось более красивым и фотогеничным кондитерским изделиям или закускам.

Усилия, совершаемые в конце XX века наиболее просвещенными кулинарами и кулинарными обществами для того, чтобы спасти супы, удержать и восстановить их место и значение в меню крупных ресторанов и особенно в домашнем обиходе населения, объясняются тем, что именно профессионалы пришли к невеселому выводу об утрате квалифицированных кадров по приготовлению супов, даже в первоклассных заведениях. Оказывается, супы готовить сложнее, чем блюда из мяса и рыбы, и надо иметь для этого определенный талант.

А восстанавливать кадры тем более трудно, что учителей, стариков, осталось раз-два и обчелся. Исчезновение супов и суповых специалистов просто проспали, а теперь спохватились, но… поздновато.

Так обстоят дела в Европе. В Америке же полное отсутствие супов в рационе большинства населения ни общественность, ни профессионалов не беспокоит. Там супы уже давно умерли.

[1] В специальном обзоре, посвященном анализу беспризорничества в России в 90-е годы, сообщалось, что даже 10–12-летние дети-бомжи, помещенные в детдома, не знали, что такое суп, не ели его никогда в жизни и *боялись* есть, будучи в детдоме. Все эти дети страдали тяжелейшими, хроническими, неизлечимыми болезнями.

В англосаксонском мире супы сохраняются только в Шотландии. В Англии кулинарные гигиенисты призывают употреблять каши во имя оздоровления стола. К кашам призывают и в Скандинавии, особенно в Дании и Норвегии, где видят в этом пищевом изделии чуть ли не панацею против появления желудочно-кишечных заболеваний у молодежи.

Каши, конечно, легче приготавливать с кулинарной точки зрения, к тому же они тоже вроде «твердая пища». С супами же сложнее.

Но каши имеют немалый недостаток в том, что приедаются быстрее и сами по себе не столько вкусны, сколько полезны. А этот аргумент меньше действует на эмоции потенциального едока, чем вкус.

Вот почему супы все же имеют шанс на восстановление своего положения, при условии, если урбанизация общества и все время ускоряющиеся темпы жизни не закроют окончательно возможность для новых поколений заняться лично приготовлением супов и таким образом достойно оценить их.

Важно переломить ***складывающуюся психологию пользоваться всем готовым и уповать на таблетки, кубики, концентраты и тому подобную искусственную пищу. Проблема эта стоит во весь рост и в нашей стране, тем более что у нас нет организаций и энтузиастов, которые бы пропагандировали восстановление статуса супов в семье и в общепите, как национально проверенного историей и медицински необходимого вида питания, причем приятного, вкусного.***

Между тем уровень приготовления супов даже в лучших российских ресторанах в настоящее время настолько низок, что они не пользуются спросом посетителей и потому исключаются вовсе из меню. Одна из причин этого заключается в том, что в 90-е годы большая часть поваров в лучших московских и петербургских ресторанах – иностранцы, причем преимущественно немцы, итальянцы, национальные кухни которых почти не знают супов, тем более хороших.

Что же касается русской кухни, то в ее современном исполнении слишком много искусственного, надуманного, к ней не принадлежащего, и потому основное национальное блюдо – супы, образующие целую обойму блюд десяти видов, молодым российским кулинарам вовсе не известны, причем не только в профессионально-технологическом плане, но и даже по названию!

Так, например, простой просмотр меню *пяти-шести десятков* московских ресторанов показал, что даже в таких основных видах русских супов, как щи и уха, наши рестораны безбожно путаются.

Невероятно, но ныне в ресторанах не умеют отличать, например, уху от рыбного супа, не понимают разницы между ними. Точно так же сама технология приготовления супов настолько застойна, что они продолжают исполняться по упрощенным канонам советского общепита, без всякого учета их исторической рецептуры и технологии.

Я очень люблю супы. И есть, и готовить. Ниже приведены некоторые из тех видов супов, которые я готовлю для себя и зафиксировал их рецептуру. Читатель найдет здесь чисто овощные супы, которые у нас особенно не в почете и которые сделать вкусными особенно трудно. Затем приведены несколько вариантов рыбных супов, которые отличаются резко от канонической русской ухи (рецепты ухи приведены подробно в моей книге «Национальные кухни наших народов» и потому здесь, конечно, не повторяются). Наконец, есть пример и «нового» супа, а точнее – борща, использующего мясной компонент, но не дающего того вредного «мясного навара», который страшит людей, опасающихся склероза.

ОБ ОСОБЕННОСТЯХ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СУПОВ

Прежде чем перейти непосредственно к рецептам, несколько слов об особенностях общей технологии приготовления супов, которые я считаю крайне важными и которые обычно ни профессионалами в столовских кухнях, ни домашними поварами-любителями и домохозяйками никогда не исполняются, а, наоборот, систематически нарушаются.

КРЫШКА ОТ КАСТРЮЛИ

В принципе супы надо *варить без крышки,* особенно *овощные, рыбные и фруктовые*. ***Рыбные никак нельзя накрывать крышкой, даже временно. Что касается мясных супов, то их мясную часть можно варить под крышкой, иначе она не станет мягкой, но после закладки овощной части крышку можно убрать или по крайней мере заключительную стадию варки провести без крышки.***



КАСТРЮЛЯ, ЕЕ МАТЕРИАЛ

В какой посуде лучше варить супы с точки зрения обеспечения их качества?

Лучше всего – в керамической, стеклянной, огнеупорной посуде. Вообще же супы для сохранения их чистого вкуса, кроме огнеупорной, можно и нужно варить в эмалированной посуде. Даже прекрасная современная посуда из нержавеющей стали пригодна скорее для тушения и жарения вторых мясных и овощных блюд, а не для приготовления супов, особенно если это рыбные супы или даже чисто овощные. Вкус в процессе варки сохраняется лучше в эмалированной посуде. Даже мясные супы, менее чувствительные к нюансам запаха, лучше приготавливать в эмалированной посуде, которую можно считать основной для супов.

ФОРМА ПОСУДЫ

Имеет значение наряду с материалом посуды и ее форма. *Мясные супы* готовят в *глубоких кастрюлях*, что связано с сырьем: мясом, костями, занимающими немалое место в общем объеме супа и нуждающимися в полном покрытии их суповой жидкостью.

Наоборот, *рыбные супы*, а тем более тестяные, в которых отвариваются пельмени, лапша, вермишель, макароны или крупы – рис, гречневая крупа, приготавливаются в широких, *низких кастрюлях*.

Эти продукты требуют много свободного места, плохо переносят тесноту, а тем более многоэтажное наслоение, которое характерно для пищевого сырья в глубоких кастрюлях.

ПЕНА

Во время варки *за супом надо следить*, по крайней мере в начальной стадии, *обязательно снимая пену* после каждой новой закладки продуктов. Например, заложил мясо, и через 5–7 минут надо снять появившуюся пену-накипь. Затем всыпал в кипящий бульон рис или картофель – вновь снимай крахмальную белую пену, пока она не исчезнет. То же самое надо делать после закладки овощных компонентов: они тоже выделяют в пену все побочные ингредиенты.

Чтобы пена снималась легче, надо, чтобы она располагалась выше поверхности жировой пленки в супе, а для этого необходимо в начале варки любого супа положить в него небольшой кусочек сливочного масла: в процессе снятия пены и варки он исчезнет и никак не отразится на вкусе блюда, зато суп будет чистым, с хорошим, свежим ароматом.

Снятие пены не только очищает суп от случайно попавших в него с разными продуктами посторонних примесей, но и способствует правильному кипению, предотвращает всплытие жидкости, мешающее, а иногда и совсем прерывающее приготовление (когда суповая жидкость, убегая через край, гасит огонь газовой горелки или попадает на электродиск, что вынуждает приостанавливать приготовление).

СОЛЬ

Следует также строго придерживаться правил солки в супах: рыбные супы и супы из морепродуктов солят вначале, так, чтобы рыбу отваривать в уже подсоленном кипятке, а мясные, овощные (особенно включающие бобовые растения) солят только после полной готовности или в самом конце приготовления, когда овощи стали полностью мягкими.

КОНСИСТЕНЦИЯ СУПОВ

Поскольку большинство из наших людей за последние 30–40 лет знакомились с супами в основном в общественном питании: в столовых, в армии, в тюрьмах, в детдомах, в общежитиях, то у многих сложилось стойкое представление о супе как о какой-то водянистой баланде, в которой одиноко плавают две-три субстанции. Именно поэтому многие заявляют, что они не любят суп, хотя ни разу в жизни настоящего супа не ели. Русский национальный суп любого вида должен быть густым – так, чтобы ложка стояла. Или чтобы в середине тарелки возвышалась горка. Жидкая часть супа должна быть концентрированной, вкусной и составлять лишь 30–35% его объема.

КОРРЕКТИРОВКА ВКУСА

Во время приготовления супа его надо несколько раз попробовать, все время оперативно корректируя его вкус при помощи как положенного по рецепту пищевого сырья (увеличивая или уменьшая его количество), так и разных дополнительных поварских средств, не входящих в данный рецепт, если это необходимо.

Так, например, можно, и даже нужно, для создания приятного вкуса добавлять в любые мясные, куриные, овощные супы кусочек корня имбиря (величиной около 1 $см^3$) или сельдерея и класть лука по крайней мере в полтора раза больше, чем указано по рецепту.

Точно так же следует быть очень осторожным в употреблении в супах моркови и класть ее меньше, чем указано в рецепте, ибо морковь «сластит» суп, или «упрощает», примитивизирует вкус супа при любой передозировке.

В ЧЕМ СЛОЖНОСТЬ ВАРКИ СУПОВ?

Короче говоря, за супом надо все время следить, его нельзя бросать на произвол судьбы, оставляя без внимания, то есть к супу повару приходится быть привязанным все время. В этом и состоит одна из технически неудобных сторон приготовления супов, от которой пытаются отделаться. Однако это невозможно, ибо при приготовлении в закрытых, автоматически контролируемых аппаратах суп получается невкусным, «мертвым», «плоским». Механизации супы практически не поддаются, ибо это всегда приводит к ухудшению их качества и к упрощению, стандартизации их пищевого и вкусового состава.

Причина того, что нельзя вывести прямолинейную формулу любого супа, состоит в том, что суп – многокомпонентное блюдо, включающее от 5 до 25 различных продуктов, и каждый компонент обладает своими свойствами и ведет себя по-разному в кипящей воде.

Найти для всех них «единую оптимальную среднюю линию», то есть не переварить одно и одновременно избежать недоваривания другого, и составляет искусство повара-потажера, или «суповых дел мастера».

Здесь многое (если не все) зависит от интуиции, чувства вкуса, меры и такта. Кроме того, использование специальных приемов, рожденных в мировой кулинарной практике, также крайне важно при создании супа.

КИТАЙСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

Так, заметив, что многокомпонентный суп представляет наибольшую вероятность порчи, часто из-за непредусмотренного взаимовлияния компонентов, китайские кулинары совершенно отказались от одновременной варки в супах разных компонентов. Они свели суповое приготовление к трем простым бульонам: мясному, рыбному и овощному, в которые каждый едок уже на столе, во время еды, может закладывать также раздельно приготовленные разнообразные отварные или сырые компоненты и составлять любой оригинальный сложный суп из уже готовых элементов, без их одновременного и совместного нагревания.

При приготовлении самих бульонов китайские кулинары используют повышенные дозы таких продуктов, как лук, сельдерей и имбирь, чтобы сильнее маркировать вкусовой акцент. Поэтому остальные компоненты на столе закладываются в нейтральном вкусовом виде, отварными, а приправы, пряности, ароматические добавки также вносятся самим едоком в процессе еды.

Такая система, обеспечивая высокий уровень кулинарного исполнения супов, требует, однако, высокой личной кулинарной культуры и знаний от каждого участника трапезы.

СУП И ПСИХОЛОГИЯ РУССКОГО ЧЕЛОВЕКА

У нас, в российских условиях, достичь кулинарной образованности не так-то легко, и поэтому русская система супов никогда не шла по линии раздельного приготовления разных суповых компонентов. Думать во время обеда самостоятельно над созданием наиболее вкусной композиции супа русский человек, конечно, никогда бы не смог – это было бы несвойственно его психологии: раз сел или посадили за стол – бери ложку в руки и ешь скорей, не раздумывая. Вот почему русская кухня исходит из того, что тебе все приготовит специальный человек: повар, стряпуха, кухарь, кашевар – не важно кто. Но пусть думает над приготовлением он, а не ты, который пришел лишь для того, чтобы просто съесть обед, не вдаваясь в то, как его создали, а лишь либо уплатив, либо поблагодарив за еду, но не забивая себе голову проблемами создания данного обеда.

Как только специалистов по супам стало меньше, русский человек согласился (или примирился) с исчезновением супа из классического набора русской еды. Это чрезвычайно тревожный факт с точки зрения положения всей нации, всего населения России.

СОЦИАЛЬНОЕ ЗНАЧЕНИЕ СУПОВ

Дело в том, что суп принадлежит к социально привилегированному виду питания. Чтобы приготовить суп, необходимы по крайней мере такие непременные

условия, как наличие собственного жилья (очага) и собственной посуды. Оба эти условия в наше рыночное время прежде всего экономически далеко не для всех достижимы. Только одна посуда стоит баснословно дорого, причем самая примитивная – кастрюли, тарелки, столовый прибор. Сотни тысяч бомжей, бродяг, беженцев, иммигрантов, перемещенных лиц, сирот, погорельцев и людей, оставшихся без крова в результате военных действий и стихийных бедствий, *уже годами не знают, что такое суп*, привыкли к сухой, холодной пище и к холодным напиткам, даже зимой и осенью, когда горячие безалкогольные напитки (чай, кофе, сбитень) просто необходимы.

Мы уже не говорим об общем составе и об общем уровне такого питания. Это – другой вопрос.

Между тем, будучи социально высоким по статусу видом питания, супы по своему сырью, по составу и массе продуктов принадлежат к самым дешевым и доступным видам питания. Но надо лишь иметь возможность их делать, и не менее важно – уметь их правильно делать.

АККУРАТНОСТЬ ИСПОЛНЕНИЯ И СВЕЖЕСТЬ СЫРЬЯ

Ниже я привожу разные рецепты супов – как крайне дешевых, так и относительно дорогих, которые приходилось выдумывать и делать в разные периоды жизни в связи с меняющимися обстоятельствами.

Общее у всех этих супов то, что они высококачественны в пищевом отношении и вкусны, даже самые дешевые и примитивные.

Это достигается *тщательностью обработки и свежестью исходного пищевого сырья*. Это – главные условия приготовления вкусной еды, наряду, конечно, с профессиональными знаниями и опытом.

Итак, прежде всего – *овощные супы*.

ЛУКОВЫЙ СУП

Луковый суп – один из известнейших в мировой кулинарии вариантов супов, предназначенный для восстановления сил, особенно при ночной работе, неумеренных развлечениях, для ослабленных больных и для лиц, лишенных аппетита, с пониженным тонусом и угнетенной нервной системой.

Луковый суп в разных вариациях имеют многие народы Европы и Азии. Наиболее известен французский луковый суп, применявшийся при дворах монархов, когда развлечения затягивались за полночь. Имеется и узбекский луковый суп – ёрма, также весьма питательный (с курдючным жиром, очень калорийный) и вкусный, употребляемый лицами тяжелого физического труда.

Предлагаемый вариант лукового супа сочетает европейский и азиатский подходы. Содержит расчеты продуктов на четырех человек, на две персоны и на одного едока.

	На четверых	На двоих	На одного
Лук репчатый, острый	10 луковиц	5 луковиц	3 луковицы
Сливочное масло	100 г	50 г	25 г
Молоко	1 л	500 мл	250 мл
Плавленый сыр «Виола»	140 г (8 треугольничков)	70 г (4 треугольничка)	35 г (2 треугольничка)

ОСТАЛЬНЫЕ КОМПОНЕНТЫ, ВХОДЯЩИЕ В СОСТАВ СУПА:

вода – половину объема молока или чуть-чуть больше с расчетом ее выкипания

соль – 1–2 ч. л. (по вкусу)

черный перец – 8–10 горошин, предварительно раздавленных.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Лук нарезать мелко-намелко и осторожно спассеровать в масле на умеренном огне в металлической кастрюльке (нерж.), не допуская обжаривания лука до коричневого цвета.

2. Влить осторожно воду и затем молоко, следя за тем, чтобы оно не убежало, и, все время помешивая, продолжать прогревать на умеренном огне.

3. Когда лук полностью распустится в виде жиденького пюре, посолить, поперчить и затем добавить плавленый сыр.

ПРИМЕЧАНИЕ № 1

Метод введения сыра в суп

1. Чтобы сыр не свернулся в горячем молоке, поступают следующим образом: в пиалу или

глубокую чашку кладут сыр (по 1 треугольничку) и добавляют к нему постепенно, ложечками, горячую жидкость (в зависимости от того, сколько будет употреблено сыра, непрерывно растирая этот сыр до полного растворения в эмульсию).

2. Влить сырно-суповую смесь в остальной (основной) суп, быстро размешивая, чтобы не допустить свертывания сыра. Суп тоже не должен быть *слишком горячим*, а для этого его заранее надо перелить из металлической посуды (кастрюли) в фаянсовую супницу или большую глубокую тарелку.

ПРИМЕЧАНИЕ № 2

Можно делать луковый суп и исключительно на воде без молока; остальные компоненты и технология те же.

«СУП БЕДНОГО БЕДНЯКА», ИЛИ «ВСЕГО ПО ОДНОМУ» (1992 г.)

Это пример того, что суп можно «сформировать» из продуктов совершенно случайных, в пищевом отношении ничем не замечательных, скудных и ограниченных по массе, но в кулинарном отношении правильно, грамотно обработанных. Такой суп будет всегда лучше, чем любой суп из концентратов. Но чем хуже и скуднее продукты, тем большими будут затраты труда. Создание вкуса – это прежде всего труд. И конечно, свежесть, хорошее качество сырья. Но его можно добиться и трудом, предварительно тщательно обрабатывая среднее по качеству сырье.

1 **сушеный белый гриб**
1 ст. л. (с верхом) **квашеной капусты**
1 горсть **овсяной крупы**
1 **большая луковица**
1 **яйцо**
1 ст. л. **воды**
1 ч. л. **уксуса**
1 ст. л. с верхом любой **муки** или соединения разных видов муки (пшеничной, ржаной, гороховой, рисовой, овсяной, гречневой)
1 **лавровый лист**
1 ст. л. **соли** (без верха)
1 ст. л. **сметаны**

ПОДГОТОВКА ПРОДУКТОВ:

1. Капусту – не промывать. Если она не своя, а куплена в магазине или на рынке и выглядит не совсем кондиционной, ее надо перебрать, удалить все, что имеет несвойственный ей цвет, то есть слишком серые, черные, желтые, зеленые листья, освободить от частей кочерыжек, но ни в коем случае не промывать чистой водой.

2. Овсяную крупу тщательно перебрать и несколько раз промыть в холодной воде.

3. Луковицу порезать как можно мельче.

4. Гриб раздавить в порошок скалкой или бутылкой.

5. Яйцо взбить с уксусом и ложкой воды и, соединив с мукой, замесить кусочек теста. Раскатать этот шарик теста как можно тоньше и нарезать его широкой (по 1,5–2 см) лапшой или квадратиками.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В 1 л *кипятка* засыпать лук, капусту, овес и сварить до полуготовности, то есть проварить минут 10, после чего засыпать сухой грибной порошок, а еще через 5 минут – соль, лавровый лист и лапшу. Варить до готовности (не менее 15–20 минут).

2. Сдобрить сметаной на столе.

СЫРБУШКА ПО-ГОРОДСКОМУ (1991 г.)

1 л **сыворотки от кефира,** оставшейся от приготовления *творога*
2–3 шт. **сладких перцев**
3 ст. л. любого **растительного масла** (подсолнечного, кукурузного, оливкового, но только не горчичного и не льняного! Можно вместо растительного использовать 50 г сливочного)
2 средних **луковицы**
1 **головка чеснока**
0,5 стакана **кукурузной** *муки* (не путать с крупой-сечкой, которую нельзя применять)
1 **корешок и листья петрушки**
1 небольшая **морковка**
5 горошин **черного перца**
1 **лавровый лист, соль**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Сыворотку вскипятить и заправить мелко нарезанными овощами: перцами, морковью,



петрушкой, луком. Проварить 5–7 минут.

2. В кипящий овощной бульон всыпать струйкой кукурузную муку, непрерывно ее размешивая 2–3 минуты. Затем проварить еще 5 минут.

3. Внести масло и варить еще 5 минут.

4. Снять с огня, выдержать под крышкой 3 минуты.

5. Заправить мелко-намелко измельченным чесноком, выдержать еще 1 минуту.

6. Подавать с мягким свежим черным хлебом или с бубликами и *домашними лепешками* (см. с. 151–154, 858).

ОСВЕЖАЮЩИЙ БОРЩОК (ЛЕТНИЙ) (1965 г.)

5–6 шт. **сухих грибов**
1 **луковица**
2 **свеклы**
1 **морковь**
1 **картофелина**
1 ст. л. **сушеной петрушки**
5–6 зерен **черного перца**
3–4 **зубчика чеснока**
1–2 ст. л. **сметаны**
1–2 ч. л. свежего или сухого **укропа**
2–3 шт. **лаврового листа**
1 ч. л. **крупной соли** (с верхом)
1/2 **лимона**
1/2 ч. л. **лимонной цедры**
1 **яблоко** (антоновка)
1/2 небольшого **кочана капусты**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Налить 3–4 глубокие тарелки воды в эмалированную посуду, положить грибы и поставить на большой огонь, чтобы закипела.

2. Когда закипит, положить мелко нарезанный лук, свеклу соломкой и морковь соломкой (морковь спустя 10 минут после свеклы).

3. Грибы вынуть, мелко нарезать, положить в борщок.

4. После этого посолить, положить картофелину (разрезанную на четыре части), рубленную мелко капусту и поварить минут 10.

5. Затем положить петрушку, перец, лавровый лист, яблоки (нарезанные мелкими кубиками) и поварить еще 3–5 минут, выключить огонь, положить мелко нарезанный чеснок, выжать лимон, положить цедру, подождать 3 минуты и разлить по тарелкам.

6. В каждую тарелку положить по 1 ст. л. сметаны. Есть с черным хлебом.

СУП НЕЖНЫЙ ОВОЩНОЙ – «АВГУСТОВСКИЙ» (1996 г.)

5 молодых **морковок** (пучок)
2 **луковицы**
1 небольшой **молодой кабачок**
2 **помидора**
1 **головка чеснока**
1 **пучок укропа**
3–4 **веточки базилика**
100 г **сметаны**
соль, черный перец (горошком) по вкусу
от 0,75 до 1 л **воды**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Нарезка овощей:
кабачки – кубиками
морковь – соломкой
лук – мелко-намелко
помидоры – дольками
укроп, базилик – меленько

1. Закладка овощей в кипящую воду в порядке перечисления их в рецепте – одно за другим.

2. Варка 20–25 минут на очень слабом огне (припускать!).

3. После готовности вносится чеснок, растертый в ступке, с половиной ложки соли (или меньше-больше, по вкусу).

4. Сметана добавляется в суп уже на столе.

СЕЗОННОСТЬ СУПОВ

Супы отличаются еще и тем, что они более других блюд могут и, главное, обязательно должны приноравливаться к сезону. В этом их особенная физиологическая ценность, причем ничем иным не заменимая. Вот почему важно не просто есть любой суп регулярно, а выбирать для еды супы, ориентированные на сезон – лето, осень, зиму и весну.

Весенние супы хорошо известны – это супы *из первой молодой зелени:* сныти, крапивы, щавеля – словом, *зеленые супы, или зеленые щи.* Что же касается осенних, летних

и зимних, то эти понятия для большинства людей определяются не столь четко, как весенние.

Ниже даются некоторые из летних, осенних и зимних супов.

Основное отличие осенних и зимних супов в том, что *они гуще, плотнее, сытнее* и готовятся не на чистой воде, а *на рыбных или мясных бульонах*.

Что же касается *летних супов*, то они, помимо своей легкости, должны обладать особенной приятностью. Во-первых, в жару хорошо есть все *холодные супы* – окрошки, холодники, свекольники, фруктовые супы, а во-вторых, и летом можно есть с удовольствием *горячие супы*, но такие, которые бы *по своему составу вызывали повышенный аппетит*.

Вот, например, такой.



- ОКРОШКА -

В жару хорошо есть холодные супы.

ЩИ РЫБНЫЕ ЛЕТНИЕ – «ГОСТЕВЫЕ» (1995 г.) (НА ДВЕ ПЕРСОНЫ)

100–200 г **осетрины** свежей или мороженой
1 **луковица**
1 **стебель-перо зеленого лука**
1/2 небольшого **кочана капусты**
20–25 молодых листиков **крапивы двудомной**
4–5 **молодых прикорневых листков чертополоха** (до цветения)
1 **помидор** средний или крупный
2 **молодые маленькие картофелины**
1 ст. л. **риса**
1 ст. л. **гречневой крупы-ядрицы**
2 **зубчика чеснока**
1 десертная ложка **3%-ного яблочного уксуса**
2–4 шт. **маслин**
1 **пучок укропа**
2 шт. **лаврового листа**
4–5 горошин **черного перца** (раздавленные)
соль – в общей сложности не более 1 ст. л. без верха (солить осторожно, постепенно, предварительно кипяток подсаливается 1 ч. л. соли)
2 ст. л. **сметаны**
воды – 1,2–1,3 л

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Подготовленные (перебранные, очищенные, промытые) продукты закладываются в подсоленный кипяток (1 ч. л. соли) в следующем порядке: рыба, крупы, корнеплоды (картофелины режутся пополам), надземные овощи, зелень.

2. Маслины, лавровый лист, половина укропа и черный перец, уксус вносятся через 15 минут после начала приготовления. Корректируется соленость – подсаливание.

3. После окончания готовности вносится остальной укроп, чеснок и производится коррекция подсаливания.

4. Общее время варки не более 30–35 минут. Варка ведется на умеренном огне, при открытой крышке, за исключением

первых 5–6 минут, когда варится одна осетрина (без других компонентов). После удаления пены (накипи) от варки осетрины крышка снимается до конца приготовления.

ЩИ ГРИБНЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЛАПШОЙ (ОСЕННИЕ) (1997 г.)

1/4 среднего или небольшого **кочана капусты**
2–3 **недозрелых бурых помидора**
1 **луковица**
6–8 **горошин белого или черного перца** (раздавленных)
2 **сухих белых гриба**
1/2–1 **стакан домашней лапши** (с 1 яйцом) или
1 **клубок феттучини** (итальянской лапши)
сельдерей – кусочек корня 1 см^3 (не резать, целиком!)
зелень сельдерея, петрушки, чеснок
1–1/2 **небольшой морковки** (пополам вдоль)
соль – ок. 1 ст. л. без верха
1,25 л **воды**

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ:

В кастрюлю залить 1 л кипятка, отметить уровень. Затем долить 200–250 мл (тонкий стакан) воды. Следовательно, если при приготовлении будет происходить выкипание жидкости, то оно не должно быть большим, чем на 200–250 г. Если же выкипит больше необходимого, то надо долить за 10–15 минут до конца приготовления кипяток (только кипяток, а не сырую воду) до установленного заранее и отмеченного вами уровня.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Опустить в кипяток грибы, белый перец, соль, кусочек корня сельдерея. Продолжать кипятить на небольшом огне не менее 15 минут.

2. Тем временем нарезать овощи. Закладывать их по мере нарезания в следующем порядке: лук, помидоры, капуста.

3. Перед закладыванием капусты вынуть грибы (не ранее чем через 10–12 минут), нарезать их тонко и вновь положить вариться, после чего закладывать капусту.

Варить около 20–25 минут на среднем огне до мягкости капусты.

4. Усилить огонь, заложить лапшу. Через 5 минут убавить огонь и продолжать варить около 10 минут на умеренном огне, до готовности лапши.

5. Засыпать мелко нарезанную зелень и чеснок (по вкусу, но не менее двух долек) и тотчас же выключить огонь. Выдержать 3–5 минут. Сервировать. При сервировке можно уже на столе добавить ложку сметаны. Но это эгализирует, упрощает вкус, хотя и делает щи нежнее, мягче, бархатистее.

ЗЕЛЕНАЯ КАЛЬЯ ИЗ СВЕЖЕЙ ГОРБУШИ (1997 г.)

Осенью на рынках появляется свежая или свежемороженая горбуша. Прекрасный случай сделать хорошее сезонное блюдо.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ:

Вы покупаете, конечно, целую, непоротую рыбину. Не важно какого веса – в зависимости от ваших возможностей. Придя домой, тотчас же вспарываете ее. Если находите икру – засаливаете. Затем отрезаете все, так сказать, лишнее: голову, хвост (до подхвостового плавника) и тешу.

Именно эти части идут на калью. Остальную аккуратную тушку (балык) засаливаете впрок. Такое использование горбуши (кеты, чавычи) очень рационально и выгодно.

голова, хвост, теша одной горбуши
2 **луковицы**
2–3 **зеленых или бурых помидора**
4 **стручка болгарских перцев**
1 **стакан мелко нарезанной зелени укропа и петрушки** (пополам)
1 кусочек **хрена** (1–2 см^3)
10 **горошин черного перца** (раздавленных)
1–2 ст. л. **растительного масла**
1,25 л **воды, соль,** одна-две дольки (или «колесика») **лимона**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Все компоненты закладываются в кастрюлю или термостойкую посуду одновременно, но так, что на дно кладутся куски рыбы, которые засы-

паются пряностями (перец, хрен, укроп, петрушка), а поверх слой нарезанных на тонкие одинаковые ломтики болгарских (сладких) перцев и помидор.

2. Все это заливается литром кипятка, с ложкой-двумя растительного масла, осторожно, чтобы не сдвинуть слои закладки, и ставится на небольшой огонь плиты или лучше – в духовку (при наличии термостойкой посуды).

3. Готовность наступает примерно через 25–30 минут. После готовности посолить, добавить лимон, снять с огня и осторожно перемешать верхний слой, не задевая рыбу. Через 3–4 минуты выстойки – сервировать. Едят с черным хлебом с маслом.

КАРП С ГРИБАМИ – ОСЕННИЙ СУП ПРОТИВ ГОЛОВНОЙ БОЛИ И ПАСМУРНОГО НАСТРОЕНИЯ

1 **карп**, примерно около 1 кг (больше-меньше)
2–3 **белых гриба** (свежих или сухих)
1–2 **картофелины**
1 **небольшая морковь**
1 **репа**
2 **луковицы**
2 **помидора**
1 **петрушка** (корень и листва)
20 (двадцать!) **горошин белого перца**
сельдерей, укроп, лавровый лист, соль – по вкусу

ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ ЗАМЕЧАНИЕ:

Еще до разделки рыбы вскипятить 1,5 л воды и положить туда 20 горошин белого перца, пусть варятся на умеренном огне, пока вы разделываете рыбу, овощи. Подсолите этот кипяток одной чайной ложечкой соли (без верха). Вода с белым перцем должна вариться 20 минут до того, как вы начнете закладывать в кипяток продукты. Это гарантирует исчезновение даже сильнейшей головной боли на 100%.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Рыбу очистить, хорошо выполоскать несколько раз в холодной, проточной воде (под краном). Разрезать на четыре куска: голова, хвост и два крупных куска из тушки. Положить в холодную, чуть-чуть подкисленную лимоном воду. Отставить.

2. Затем ввести в кипяток, где варится белый перец, грибы, либо мелко нарезанные (свежие), либо раздавленные в порошок (сухие). Ни в коем случае *не заменять белые грибы* (!) шампиньонами, так как это исказит вкус блюда, оно не приобретет того типично «русского» характера, который должен быть ему свойственен. Кроме того, не пройдет головная боль.

3. Ввести все овощи, указанные в рецепте: картофель, морковь, репу, лук, помидоры – в кипящую воду, нарезав их предварительно.

4. Через 10 минут после начала варки овощей опустить в суп куски рыбы и затем ввести пряности: зелень сельдерея, укропа, петрушки и лавровый лист.

5. Через 15 минут после этого выключить огонь, закрыть крышкой и дать постоять 2–3 минуты, после чего – сервировать.

СУП ИЗ ГОЛОВИЗНЫ С КЛЕЦКАМИ (ЗИМНИЙ)

В торговле осенью часто встречается головизна, то есть специально отделенные от туш головы дорогой соленой или копченой рыбы – осетрины, белуги или лососей, кеты, семги. Цена головизны – низкая, и это заставляет смотреть на такой продукт как на своего рода недостойную «пищу нищих». Между тем и в дорогих ресторанах, где блюдо стоит по 50–80 долларов, в рыбные супы, в солянки употребляют исключительно головизну. И ее оценка (кулинарная) не может отличаться от оценки целой рыбины. Главное, чтобы головизна была *свежей. Не прогорклой.* И тогда это весьма хорошее и относительно дешевое сырье для весьма престижных блюд.

Кроме того, головизна и супы из нее всегда были крайне характерны для русской зимней кухни. Ведь в это время головизна не портится (мороженая), а это – самое важное обстоятельство, позволяющее ее успешно использовать в меню. Суп из головизны не надо солить: обычно вполне достаточно содержащейся в ней солености. А чтобы гарантировать супы из головизны от невольного пересола, ее либо предварительно вымачивают (это плохая кухня домашних, непрофессиональных стряпух), либо понижают соленость супа чисто кулинарными средствами, вводя в него

поглощающие соль крупяные или картофельно-мучные компоненты. Так естественно рождается своеобразие русских рыбных супов с головизной, неизвестных другим национальным кухням.

Для супа:
1–2 головы **кеты, семги** (или осетрины)
2 средних **картофелины**
1 небольшая **морковь**
2 **луковицы**
2–3 шт. **лаврового листа**
5–8 горошин **черного перца**

Для клецок:
1 ст. л. **манной крупы**
1 ст. л. **картофельного сухого порошка**
1 ч. л. **молотого кориандра**
1 ч. л. **сухого молока**
по щепотке **черного (или белого) перца**
3–4 ч. л. **воды**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Сварить головизну (в холодной воде), снять пену, очистить бульон, выбросить лишние кости (20 минут).

2. Пока головизна варится, приготовить клецки: все компоненты перемешать (сухие) и осторожно, чайными ложечками, добавлять к ним холодную воду, добиваясь однородной, эластичной и не слишком плотной консистенции клецочной массы. Дать ей выстояться 10–12 минут, добавить, если нужно, еще воды, если масса слишком густая, а затем брать по пол чайной ложки и опускать в кипящий суп.

3. Добавить овощи, перец, лавровый лист и продолжать варить на умеренном огне.

4. Через 5–6 минут *после всплытия* клецек подавать к столу.

БОРЩ НА ИНДЮШАЧЬИХ НОЖКАХ (ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ) (1997 г.)

1–2 **голени индейки** (полуфабрикат) (мясо в основном снять, использовать для второго блюда, кости с оставшимся наполовину мясом употребить в борщ)
1–2 **свеклы**
1 небольшая **морковь**
2 **клубка феттучини**
2 **луковицы**
2 **помидора**
1/2 небольшого **кочана капусты**
1 **картофелина**
1/2 небольшого **корешка петрушки**
1/2 пучка **листьев петрушки**
1 см^3 **сухого корня имбиря**
1 см^3 **сырого корня сельдерея**
1–2 ч. л. **яблочного уксуса**, 6%-ного
6 горошин **черного перца**
2–3 **лавровых листа**
1/2 **головки чеснока**
1/2 **пучка укропа**
красный перец – на кончике ножа

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ:

В этом блюде используются два импортных полуфабриката, относительно которых необходимо дать некоторые пояснения.

1. *Голени индейки* (мороженые). Снятую с них кожу и коленный сустав, жилы и жир (в области колена) надо выбросить и в пищу не употреблять. Мясо снять с костей таким образом, чтобы на костях осталась та часть мяса, которая плохо снимается.

Кости разрубить пополам (поперек) и в таком виде закладывать в кипяток.

2. *Феттучини.* Так называются ленты итальянской лапши длиной до метра, завернутые при изготовлении специальной машиной в компактный клубок. Таких клубков в коробках бывает по 8, 12 или 16 – в зависимости от размеров фасовки. К сожалению, ни экспортеры (итальянская фирма «Федеричи»), ни импортеры – ЗАО «Америя-Русс» (Москва) не указывают названия этого изделия по-русски, обозначая их вместо собственного имени обобщенно, как «макаронные изделия», как будто этого и так не видно. Их собственное название – *феттучини* – необходимо иметь в виду, так как оно четко отличает этот вид продуктов от известных нам – вермишели, макарон, лапши и т. п.

Заменять феттучини в данном рецепте не следует, это меняет вкус и характер блюда.

Феттучини бывают двух видов – обычные и зеленые, замешанные на шпинатном соке.

Оба вида хорошо подходят к «Борщу на индюшачьих ножках», причем особенно хорошо сочетать зеленые и белые феттучини.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В глубокую кастрюлю с 1,5 л кипятка положить кости от двух голеней и после 5 минут кипения под крышкой и снятия пены добавить имбирь, петрушку и сельдерей (корни). Корень имбиря тщательно очистить от поверхностной кожицы, так, чтобы он был совершенно белым. До закладки овощей можно вести варку костей под крышкой, затем ее снять.

2. Подготовить (нарезать) овощные компоненты и закладывать их в суп в следующем порядке: свекла, капуста, картофель, лук, помидоры (по мере разделки каждого овоща) и варить без крышки на умеренном огне.

3. После очередного съема пены добавить лавровый лист, перец – черный и красный.

И если овощи сварились, откорректировать соленость и добавить уксус, особенно если произошла утрата ярко-красного цвета борща. (Практически если варка велась правильно, без крышки, то изменения цвета не должно произойти, и вливание уксуса следует перенести на конец варки.)

4. Усилить огонь и при сильном кипении заложить феттучини, а через 3–5 минут кипения вновь сократить огонь до умеренного.

5. Проверив через 10 минут готовность феттучини, влить уксус, заправить борщ зеленью (измельченными петрушкой, укропом, чесноком).

Снять с огня и дать настояться под крышкой 3–4 минуты, после чего – сразу же – сервировать. Этот борщ очень вкусен, если он сделан тщательно.

СУП ПЕРЕСТРОЕЧНЫЙ ОСЕННИЙ «ИЗЫСКАННАЯ БЕДНОСТЬ» (ОСЕНЬ 1990 г.)

4–5 **горстей фасоли** (сколько зажмется в кулак)
2 **луковицы**
1–2 горсти **риса** или **пшеницы** (недробленой), можно также полбы
2 **помидора**
0,5 стакана **зелени сельдерея**
1 **соленый огурец**
5–6 горошин **черного перца** (раздробленных)
1–2 **лавровых листика**
1/2 **головки чеснока**
1–2 **яблока**
1 ст. л. **подсолнечного масла**
1–1/2 л **воды**
ок. 1 ч. л. **соли**
50–100 г **мяса, колбасы, корейки** и т. п.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Фасоль хорошо промыть, отмыть от грязи с добавлением соды, затем прополоскать холодной водой несколько раз, чтобы удалить следы соды.

Подготовленную фасоль залить водой, поставить на медленный огонь, *закрыть плотно крышкой* и не трогать полтора часа, а тем временем готовить другие компоненты, постепенно добавляя их.

3. Мясо превратить в фарш или нарезать мелко, обжарить 1–2 минуты на подсолнечном масле и соединить с фасолью.

4. Затем положить мелко нарезанные луковицы, промытый рис, сельдерей, перец, лавровый лист.

5. Когда фасоль сварится до мягкости, крышку снять, аккуратно удалить всю пену и мелко нарезать соленый огурец и яблоки, очистив их от кожуры и всех пораженных мест, мелко нарезать чеснок и доварить до мягкости этих компонентов.

6. Спустя 5–7 минут после закладки яблок и огурца резко убавить огонь до слабейшего, дать попреть 2–3 минуты и после пробы супа скорректировать соленость. В принципе достаточна соленость одного огурца, но если надо, то можно слегка досолить.

{ ГЛАВА 2 }

КАШИ ПО-НОВОМУ

НАРЯДУ С СУПОМ ХАРАКТЕРНЫМ БЛЮДОМ, ПРИСУЩИМ РУССКОЙ КУХНЕ, ЯВЛЯЕТСЯ КАША. В XX ВЕКЕ ОТНОШЕНИЕ К КАШАМ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ, С ОДНОЙ СТОРОНЫ, И УЧЕНЫХ-МЕДИКОВ – С ДРУГОЙ, РЕЗКО МЕНЯЛОСЬ.

На Западе от каш начисто отказались уже после Первой мировой войны. На востоке Европы и особенно в СССР, где основное население состояло из крестьян и рабочих, а интеллигенция (хлипкая!) представляла собой ничтожную прослойку, каши употреблялись до конца 60-х – начала 70-х годов, хотя уже все более переходили из ранга особых блюд в более низкую категорию гарнира, то есть готовились упрощенно, а потому теряли свое своеобразие и вкус.

С середины 70-х годов в СССР медики, интеллигенция, обеспеченные слои городского населения стали смотреть на каши как на плохое и недостойное их блюдо, что постепенно, с исчезновением представителей старшего поколения, привело к утрате всех навыков в приготовлении каш, которыми славилась русская кухня в прошлом.

Главными блюдами населения, потерявшего умение готовить, стали консервы, яйца, колбаса, макароны и т. п., то есть то, что не нуждалось в создании композиции, вкуса, особой технологии, а приготавливалось простым отвариванием.

Между тем крах перестройки, первые годы ужасной инфляции, обнищание населения и наличие в продаже только круп вынудило часть населения вновь вернуться к приготовлению каш как к вынужденной мере, ибо эта часть рациона продолжала считаться грубой, тяжелой и излишней. Советские горе-медики все уши прожужжали в 70–80-е годы, что каши якобы ведут к полноте, делают человека тяжелым на подъем и тому подобное.

Каков же был конфуз этих «ученых», когда в 90-х годах, получив возможность выезжать за границу, российская интеллигенция узнала, что ныне на Западе идет интенсивная пропаганда введения каш в рацион в обязательном порядке, как… оздоровляющего средства.

Мигом наша «независимая» и «прогрессивная» медицина сменила свою старую пластинку, перекантовавшись ровно на 180°.

На кашу возникла даже мода, и люди с большим достатком или очень прозападные стали в обязательном порядке есть на завтрак противные, невкусные жиденькие овсяные и манные кашки, ибо они слыхали, что так делают президенты, премьеры, Рокфеллеры, Ротшильды и другие Гейтсы западного мира.

Словом, «слышали звон»… Да что богачи банкиры! Самому нашему президенту дочки или жена готовят в обязательном порядке жиденькую манную или рисовую кашку, и тот безропотно ее съедает, хотя всякий уважающий себя мужчина послал бы «эту гадость» к черту.

Дело в том, что, как и во всякой моде, дело ограничивается рабским, бездумным подражанием, обезьянничаньем, без малейшей попытки понять суть дела. Важно, что Клинтон ест кашу, значит, и я буду ее есть, ибо чем я хуже. Но какая это каша, какова она должна быть и как ее правильно готовить, чтобы она была вкусной, – об этом даже не задумываются. Если Клинтон или Коль завтра откажутся от каши, то точно так же поступят и российские лидеры. Их взгляд на кашу – вовсе не кулинарный, а престижный, они через силу глотают противную, склизкую, безвкусную массу, ибо, по их мнению, это престижно и никто не видит, как им это противно.

Однако каши – эти древнейшие виды блюд, известные всему человечеству, – вовсе не могут рассматри-

ваться лишь как формальный объект, имеющий знаковое значение. Это – существенный компонент питания человека, и особенно в нашей стране, имеющей многовековую культуру кашеварения. И на них надо смотреть только с одной точки зрения – с кулинарной. Ибо только такой взгляд будет объективным и правильным. Все остальное – просто шарлатанство.

Как и всякое блюдо, каши будут приемлемы, если они будут вкусными. Я всю жизнь питался кашами и готовил каши регулярно, но лишь тогда, когда мне хотелось их есть, когда я чувствовал в этом внутреннюю потребность. При этом я старался есть только настоящие классические русские каши, питание которыми необходимо потому, что они обусловлены нашим климатом, нашими жизненными условиями и составляют неотъемлемую часть русской кухни. Без каши – обед не обед, – говорит русская старинная пословица. И простой народ, который ее выдумал, в тысячу раз умнее и разумнее всех дипломированных современных медиков. Помимо того что каши создаются из зерна, где в концентрированном виде присутствуют все жизненные элементы, все жизненные соки, они еще способны равномерно, нежно и одновременно плотно, без пропусков, заполнять стенки желудка и кишечника, тем самым предохраняя пищеварительные органы от всякого опасного воздействия на них: механического, химического, биохимического.

Простой пример. Когда мне было 7 лет, я случайно проглотил дюймовый гвоздь (делал скворечник, один гвоздь забивал, другой держал во рту). Районный врач нашел один выход – немедленно оперировать. Однако я попал к самому Бурденко, который принял другое решение: кормить меня каждые полчаса плотной кашей из смеси овса и риса. Каша не давала гвоздю подойти к голой стенке желудка, и прободение было исключено. Через сутки гвоздь вышел вместе с тем, что осталось от каши. Другой пример: при химическом отравлении лучше не просто промывать желудок, а ввести антидот вместе с густой манной кашей, сваренной на молоке. Она впитает в себя всю отраву, нейтрализует ее, не даст всосаться яду в стенки кишечника и через сутки точно так же будет выведена естественным путем.

Но конечно, не надо думать, что только этим и ограничивается значение каш. Я привел лишь исключительные случаи, которые хорошо иллюстрируют тот факт, что каши способны выполнять защитную роль даже в тяжелых, экстремальных ситуациях. При обычном же регулярном употреблении они выполняют ту же роль как бы автоматически и профилактически. И в этом их пищеварительное значение. Кроме того, будучи единственным блюдом, которое плотно клеится к стенкам кишечника, они не дают кишечнику расслабляться, все время требуя, чтобы мышцы кишок занимались своей прямой обязанностью – проталкиванием пищи. Если же мы будем есть только мясо или рыбу, хлеб или фрукты, пить только разные жидкости, то стенки кишечника будут часто совершенно «безработными» и станут вялыми, их мышцы отвыкнут от своей постоянной автоматической работы, ибо жидкости будут легко протекать, а сухая пища кусочками нестись вдоль этого потока, лишь кое-где задевая (и царапая) стенки кишечника, но не заполняя его плотно, равномерно, как фарш заполняет сосиски.

Таково вкратце чисто физиологическое и потому крайне необходимое действие и роль каш в нашем питании. Однако всякая ли каша достаточна для этих целей?

Нет! Хороши прежде всего настоящие каши, то есть, во-первых, цельные, крутые, а не жиденькая дребедень, которая не отличается от водички, а во-вторых, эти крутые каши должны быть вкусными, чтобы вызывать обильное отделение желудочного сока, мягко щекотать тем самым стенки кишечника и доставлять нам и кулинарное и физиологическое наслаждение.

Каша, ***не сдобренная, как положено, маслом, салом или другими улучшающими вкус добавками, не заправленная луком, чесноком, укропом или тмином, вызывающими сокоотделение в кишечнике, не вкусна и бесполезна, а то может быть и вредна.***

В конце 1942 года к нам в полк пришло первое молодое пополнение. Шел уже второй год войны, и ребята-новобранцы в тылу отощали. Один из них в день после присяги пробрался на кухню и наскреб со стенок всех котлов остатки засохшей каши-размазни – объемом примерно около трех литров. Ни масла, ни луку он, конечно, в эту «кашу» не мог добавить и, забравшись в землянке на нары, по-тихому стал ее жадно и быстро глотать, боясь, что его заметят. К утру он в страшных мучениях умер: заворот кишок. Ведь он просто залепил свой желудок и кишечник плотной клейкой массой, которая не вызывала физиологической реакции из-за своего безвкусия, а просто механически (а потому без всякого движения) заполняла его пищеварительный тракт, как сплошная пробка. Так что вкус каш, так же

как и их консистенция, имеют огромное значение и должны выдерживаться и создаваться профессионально.

Кашеваром тоже надо уметь быть, хоть это и не очень высокая кулинарная квалификация. Большинство же людей почему-то смотрят на приготовление каш как на дело, которое не требует особого умения, и зачастую берутся это делать, не имея никаких знаний, никакого опыта, что особенно наглядно заметно на примере наших женщин-домохозяек. Они видят в каше лишь соединение зерна (крупы) с водой, прокипяченное определенное время. Для нашей страны, где в отличие от Западной и даже Южной и Восточной Европы всегда умели в прошлом готовить каши мастерски, – это шаг назад в кулинарной культуре и развитии.

Но на Востоке, в Азии, каши до сих пор принадлежат к самым распространенным и массовым, повседневным блюдам. Только готовят их там по национальным способам, обильно сдабривая жирами, пряностями, овощами, фруктами. Отсюда взгляд на каши разных людей различен, в зависимости от того, каков их опыт, какова их практика в этом отношении, что они понимают под кашами и какие каши они вообще ели в жизни.

В этом отношении характерны, например, две арабские пословицы: «Каша – пища бедняков». Она распространена в городах. «Каша – пища богатых и умных людей». Эта пословица бытует в сельской местности. На Западе в ряде стран, например в Англии и Шотландии, всегда был культ каши, поскольку климатические условия на Британских островах просто требовали такой пищи. То же самое относится к Швеции, Норвегии и Финляндии. Здесь каша – непременная пища детей, причем готовят детские каши очень тщательно, с молоком, сливочным маслом в достаточном количестве. Поэтому у детей англосаксонских и скандинавских стран отношение к каше вовсе не такое, как у наших детсадовских детей, которые получают под именем каши обычно безвкусную болтушку.

Не случайно видный немецкий психолог Х. Д. Реннер отмечал, что когда взрослый человек в северо-западной части Европы ест кашу, то у него возникают приятные ностальгические воспоминания о своем счастливом детстве. И эти воспоминания бывают весьма стойкими.

Вывод один: в нашей стране потребление подавляющей частью населения детсадовской невкусной каши в детстве вызывает и у взрослых людей отрицательное отношение к каше, тем более что не только в детстве, но и когда они стали взрослыми, каши продолжают готовить столь же плохо и неправильно, как и 20–30–40 лет назад.

В моей книге «Национальные кухни наших народов» приведены все виды русских и других национальных каш (молдавской, грузинской, армянской, узбекской), и я не намерен повторять их здесь.

Но наряду с классическими национальными типами каш, рецептура которых уже оформилась, сложилась и не нуждается в изменении, возможно приготовление разных вариантов каш в современном, новом исполнении.

Ниже приводится рецептура некоторых из таких современных каш, скомпонованных мной в 90-х годах. Для начала возьмем самый простой по композиции вариант.

ГРЕЧНЕВО-ГОРОХОВАЯ КАША

Эта каша является простой механической смесью горохового пюре с настоящей русской крутой гречневой кашей из ядрицы. Обе составные части приготавливаются отдельно и смешиваются уже в совершенно готовом виде, на столе, непосредственно перед подачей в пропорции 2/3 каши и 1/3 горохового пюре (по объемам). Улучшает вкус добавление к этому составу пюре одной (не более) отварной рассыпчатой горячей картошки. Но такую кашу надо съедать немедленно, так как картошка портит блюдо, когда остывает.

Что же касается гречнево-гороховой смеси, то она не портится в течение 3–5 часов и может быть разогрета или употребляться на другой день, что создает возможность приготавливать ее заблаговременно.

Особенностью этой каши является то, что она требует очень много сливочного (или растительного) масла, а также лука. На 1 стакан гречневой крупы берут 3 небольшие луковицы и на 0,5 стакана сухого гороха еще 2 луковицы. Таким образом, на получаемый из этих исходных сухих продуктов объем общей каши идет 5 луковиц. Маслится каждая часть отдельно. Гороховое

пюре маслится перекаленным растительным маслом, на котором жарится лук, а гречневая часть – сливочным маслом.

Только после того как обе части автономно приготовлены, они соединяются и равномерно, осторожно, без нажима перемешиваются, чтобы структура гречневой крутой каши не нарушалась. Вкус этой каши, приготовленной по всем правилам, очень приятен и своеобразен: он вызывает дополнительный аппетит. И, поев раз эту кашу, к ней всегда хочется вернуться вновь.

Попробуйте обязательно это замечательное и истинно русское по составу и композиции блюдо. Простое, но необычное!

ОВОЩЕ-ЗЕРНОВАЯ КАША. ОСЕНЬ 1991 г. «КАНУН РАЗВАЛА», ИЛИ «СЛУЧАЙНЫЙ СБОР»

ок. 0,5 стакана **овсянки-зерна**
горсть риса или четверть стакана **манной крупы**
мясо (любое) – 75–100 г (могут быть обрезки, пашина, рулька)
чечевица – горсть
луковиц – 1–2 шт.
перец сладкий – 1–2 шт.
картофель – 1–2 шт.
вода – 0,5–1 стакан
кисломолочные жидкости (кефир, кислое молоко, перекисшая сметана, сыворотка) (в общей сложности – 1,5 стакана, причем сыворотки может быть не более 0,5 стакана)
масло растительное – 2 ст. л., можно в сочетании со сливочным – 1 ст. л.
перец черный – 8 горошин (раздавленных)
петрушка, сельдерей, зелень, корень – в общей сложности не менее 1–1,5 ст. л.

ПОДГОТОВКА:

1. Мясо, какое бы оно ни было, тщательно освободить от соединительной ткани, и оставшиеся чистые мясные обрезки равномерно искрошить (через мясорубку не пропускать!) в мелкий фарш.
2. Крупы, сухой горох (и т. п.) тщательно перебрать, промыть несколько раз.
3. Масло перекалить. Овощи измельчить одинаково – соломкой.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В раскаленное в кастрюле масло засыпать мясо, а через 2–3 минуты – все овощи (лук, перцы, картофель), довести до кипения и варить 10 минут на среднем огне.

2. После закипания добавить чечевицу. Спустя 10 минут варки засыпать все крупы (овес, рис, манку), продолжать варить еще 5–7 минут или до выкипания жидкости. Затем слегка убавить огонь, уплотнить ложкой кашеобразную массу и аккуратно, не размешивая, залить сверху слоем воды.

3. Варить до полного выкипания воды и превращения в крутую кашу на умеренном и слабом огне, следя, чтобы не подгорело. Варка в этот период идет под крышкой. После окончания варки через 2 минуты залить кисломолочной жидкостью.

ОВСЯНАЯ КАША-ЗАСПИЦА (ИЗ ЦЕЛОГО ЗЕРНА) (ДЕКАБРЬ 1990 г.)

(Для приготовления в тиховарке)
1–1,25 стакана **овсяной крупы** (зерна)
1 ст. л. с верхом мелко **посеченной квашеной капусты**
1 ст. л. с верхом **пшеничной муки**
0,5 ст. л. **сухого молока**
1 ст. л. без верха **сахарного песка**
0,5 ст. л. **соли**
100–150 г **свинины,** нарезанной мелкими кубиками
50–75 г **свиного топленого жира**
0,75–1 л **воды-кипятка**
6–7 зерен **черного перца** (раздавленных)

ПОДГОТОВКА:

1. Зерно тщательно перебрать и промыть до 10 раз в холодной воде.

2. Свиной жир, если нет готового, предварительно перетопить из сала и употреблять сразу, только свежим. (О правилах перетопки жира см. книгу «Поваренное искусство и поварские приклады», выпущенную издательством «Центрполиграф», с. 202 «Очистка жиров».)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Залить в ситаловую емкость тиховарки кипяток и заложить все остальные продукты, начиная

с зерна. Затем включить тиховарку сразу на вторую мощность и держать так 3–4 часа до появления приятного запаха и сильного кипения. Выключив тиховарку, дать постоять под крышкой 10 минут.

2. В случае отсутствия тиховарки и замены наплитным приготовлением использовать очень слабый огонь и следить, чтобы не подгорело.

РИСОВАЯ КОМБИНАЦИЯ: БЛЮДО, ГАРНИР, НАЧИНКА

Используется как самостоятельное блюдо, или гарнир к отварной рыбе, или же как начинка в пироги и кулебяки.

2/3 стакана **риса** (ханского, длинного)

0,5–0,6 л **молока** 25–50 г **сливочного масла** 2–3 ст. л. **растительного масла**	*одно из трех, в зависимости от наличия и желания (вкуса), а также в зависимости от дальнейшего использования*

1 стакан **спорыша** (листья, без стеблей) – свежий или сухой (измельченный)

1–2 **луковицы** или **перо от 2–3 луковиц** (измельченное)

1 звено (долька в 3 см) от любой **рыбы холодного копчения:** скумбрии, сельди или леща

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ:

Мякоть рыбы превратить в пюре, протерев через ситечко.

1–2 **крутых яйца**

1 ч. л. (с верхом) **заправки «Вегедор»** или 1 ч. л. **слабожгучего карри**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Рис отварить по раздельному методу: не более 3–5 минут в сильно кипящей воде, куда засыпать в момент кипения. Затем воду слить, добавить молоко и варить почти до готовности.

2. За 1–2 минуты до полной готовности риса всыпать спорыш, лук, масло (сало), довести до мягкости риса и всего блюда, посолить, ввести рыбное пюре, перемешать в однородную массу.

3. В совершенно готовое блюдо ввести рубленые крутые яйца и карри.

УПОТРЕБЛЕНИЕ:

Эту «кашу», или, точнее, кашеподобную массу, можно использовать для самых различных пищевых целей: как самостоятельное блюдо, особенно на завтрак, то есть как вкусную кашу, а также в меньшем количестве ее можно использовать как гарнир к овощным или отварным рыбным блюдам: например, к тельному, к рыбным кнелям и клецкам. Наконец, это очень неплохая начинка для пирогов. В этом случае в нее надо класть меньше жиров, но солить и перчить покрепче.

КАША ПЕРЛОВАЯ «БОГАТАЯ» «НАЧАЛО ЭРЫ КАПИТАЛИЗМА» (МАРТ 1993 г.)

1–1,5 стакана **перловой крупы,** чистой, цельной, хорошего качества

дополнительные овощные компоненты:

1 крупная **картофелина**

1 средняя **морковь**

1 крупная **луковица**

пряности:

черный перец – 6–8 зерен

укроп

лавровый лист

специи:

сахар – 1 ч. л. или 1 кусочек рафинада

соль – по вкусу, вносить в конце приготовления

жиры:

2–3 ст. л. **растительного масла** (подсолнечного, кукурузного, оливкового)

75–100 г **свиной копчено-вареной грудинки**

ПОДГОТОВКА:

1. Каша приготавливается по основному методу для перловки.

Замочить крупу с вечера (за 10–12 часов) в холодной кипяченой воде. Утром промыть, вскипятить *на очень медленном* огне. Не солить! Варить до полнейшего выкипания воды, досуха. Горячую кашу в кастрюле, сняв с огня, тотчас же завернуть в «ватник» и дать остывать не менее 2–4 часов.

По остывании взять половину полученного количества для приготовления «богатой каши». Остальное можно использовать для самых разных целей, например для приготовления перловых лепешек.

2. Все овощные дополнительные компоненты, а также грудинку измельчить ножом (мелконамелко).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Обжарить овощные компоненты на перекаленном масле в металлической кастрюле. Осторожно спассеровать 5–7 минут. Не допускать подгорания.

2. Добавить кашу-полуфабрикат, тщательно, равномерно перемешать.

3. Внести пряности и специи, дать потомиться на небольшом огне от 15 до 25 минут в зависимости от готовности сырья и каши-полуфабриката.

4. Подсолить, скорректировать вкус.

5. Подавать как совершенно самостоятельное блюдо, а не какой-нибудь гарнир или добавку ко второму.

ЗАБЫТАЯ «ЗЕЛЕНАЯ КАША» «ПРИВЕТ ИЗ ФЕОДАЛИЗМА»

Русская «зеленая каша» – одно из основных коренных и старинных русских национальных блюд, совершенно исчезнувшее из нашего обихода практически после 20-х годов.

Ее готовили из цельного ржаного зерна в стадии его восковой спелости.

Это было одно из традиционных национальных сезонных летних блюд, становившихся уже в начале XX века доступным лишь зажиточным людям.

Дело в том, что для «зеленой каши» считалось «неприличным» брать недозревшее ржаное зерно с поля. Для этих целей и помещики и деревенские кулаки держали небольшую делянку ржи близ приусадебного участка. Бедняк не мог себе позволить подобной роскоши за неимением лишней земли.

В советское же время, когда личные приусадебные участки стали в основном отводиться под огород, а с 30-х годов все более под ягодные и плодовые кусты и деревья, о «зеленой каше» вообще стали забывать, тем более что и посевы ржи были сокращены и стали систематически уступать место пшенице.

Конечно, «зеленая каша» получается особо вкусной из ржи. Но в принципе вполне возможно приготовление аналогичного блюда из пшеничного и овсяного зерна в молочно-восковой спелости. Физические, да и во многом вкусовые свойства такой «зеленой каши» будут почти аналогичны ржаной «зеленой каше». Однако такому изменению состава каши мешала традиция. Поскольку «зеленой каши» из других зерновых культур в России никогда не готовили, с исчезновением ржи умерла и сама «зеленая каша» как национальное блюдо.

Ныне имеются все основания – и национальные, и исторические, и медико-диетологические – восстановить, возродить приготовление «зеленой каши», причем не только из ржи, но и из других зерновых, взятых в период их молочно-восковой спелости.

«ЗЕЛЕНАЯ КАША»

зерно в молочно-восковой спелости – 400 г
вода холодная (3 стакана) – 600 мл
масло сливочное – 50–75 г
соль – по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Вскипятить воду, всыпать туда зерно, проварить минут 10–15, до выкипания почти всей воды.

2. Ввести в сваренную кашу масло, тщательно равномерно размешать, посолить, плотно закрыть крышкой и поставить на 3 часа в протопленную русскую печь для упревания.

Имитировать эти температурные условия можно, поместив сосуд с кашей в духовку (предварительно нагретую), но с крайне невысокой возрастающей температурой (самый слабый огонь, у новых печей соответствует № 1, 2 на циферблате), на 30–40 минут, выключая ее через 15–20 минут на 1–2 минуты.

КАПУСТНО-РИСОВЫЙ РАЗБРОД

1/2–1/4 **кочана** (в зависимости от величины). Брать небольшой, средний кочан
0,5–1 стакан **риса**
1 средняя **морковь**
2–3 **луковицы**
2–3 ст. л. **сухого молока** (в зависимости от наличия и вкуса)



1 горсть **изюма** (не менее 1/4 стакана)
3–4 ст. л. **подсолнечного масла**
1 головка **чеснока**
6 зерен **черного перца**
1 ч. л. **молотого имбиря**
1 ч. л. **тмина**
1 ч. л. **сахара**

ПОДГОТОВКА:

1. Рис отварить отдельно, остудить.

2. Капусту нарезать мелкими квадратиками (не шинковать!).

Морковь – тонкой соломкой (как для плова). Лук – измельчить.

3. Изюм промыть очень тщательно, в холодной и горячей воде, несколько раз, предварительно перебрав и выбросив поврежденные, гнилые ягоды. От плохой обработки изюма часто портятся даже хорошие блюда в ресторанах, так как там на эту операцию не обращают должного внимания.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Перекалив масло в металлической кастрюле, всыпать туда сразу всю подготовленную капусту, перемешивая и стараясь обжарить всю массу равномерно. Следить за ходом упревания примерно минут 10–12.

2. Затем добавить измельченные овощи: лук, морковь, перемешать, прикрыть крышкой, уменьшить огонь, дать упреть минут 5–7, все время следя, чтобы не было пригорания, и с этой целью все время перемешивая овощную массу. Влить молоко в тот момент, когда капуста выделит наибольшее количество влаги.

3. После появления характерного вкусного аромата тушеной капусты и мягкости овощей внести рис с изюмом, перемешать и тотчас же посыпать оставшимся сухим молоком и внести все пряности. Молоко вносить постепенно, сразу же перемешивая, чтобы не было склеивания.

4. Довести кашу до готовности, то есть одинаковой мягкости и общего вкуса всех ее частей, чтобы не были заметны по вкусу ее составные части, а появился бы общий вкус блюда.

5. Дать чуть выстояться под крышкой 3–4 минуты и подавать как самостоятельное блюдо или как гарнир к блюдам из жареного мяса и птицы (курам, индейке).

ГОРОХОВАЯ КАША (С ЗЕРНОВЫМИ И ОВОЩНЫМИ ДОБАВКАМИ) (МАРТ 1994 г.)

горох – 1 стакан
рис – 2 ст. л. с верхом (0,25 стакана)
гречневая крупа – 2 ст. л.
картофель – 2 шт. (средних)
лук – 1 крупная луковица или пара средних
морковь – 1 средняя
масло растительное (подсолнечное, кукурузное, соевое, оливковое, но не горчичное) – 2 ст. л.
2–3 кружочка (ломтика) **колбасы салями** или такое же количество **бекона, грудинки** или **корейки варено-копченых**
1 ч. л. **6%-ного яблочного** или **винного уксуса**, разведенного в 0,5 **стакана воды**
пряности: **черный перец, лавровый лист, чеснок** – по вкусу
специи: **сахар, соль** (в пределах 1 ч. л.)
сливочное масло – 50 г

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Рис, гречневая крупа – отвариваются каждое отдельно.

2. Картофель и морковь отвариваются вместе с лавровым листом, затем из них делается единое пюре (раздавливается толкушкой).

3. Горох отваривается до мягкости, превращается в пюре, сдабривается пряностями, сахаром, растительным маслом, заправляется мелко сеченным сырым луком.

4. Гороховая и овощная части пюре соединяются, тщательно перемешиваются и заливаются уксусным раствором, а затем прогреваются в низкой кастрюле на слабом огне, при постоянном помешивании. В конце прогревания можно добавить половину (25 г) сливочного масла.

5. В горячую горохово-овощную смесь вводятся отваренные рис и гречневая каша, заправляются сливочным маслом и тщательно перемешиваются, продолжая прогреваться на слабом огне.

6. Перед подачей, сняв с огня, 2–4 минуты выдержать под крышкой.

ОВОЩНАЯ КАША – КРАПИВНО-КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (МАЙ 1993 г.)

6 **картофелин** средней величины
1 л (объем) **промытой, нарезанной крапивы** (листьев, верхушек)
1–2 ст. л. **сухого молока** (можно с верхом)
2–3 ст. л. любого **растительного масла** (за исключением горчичного, льняного, хлопкового, рапсового)
2 ст. л. **манной крупы**
пряности:
лавровый лист (для отваривания картофеля)
красный перец (щепотка-две)
укроп – 1/2 пучка
петрушка – 1 пучок или 1/2 пучка
чеснок – 1 головка
соль – по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Отварить картофель.

2. Крапиву бланшировать два-три раза, нарезать намелко острым ножом.

3. В размятый в пюре горячий картофель влить подсолнечное масло, всыпать сухое молоко, пряности, добавить бланшированную крапиву, хорошо перемешать, затем всыпать манную крупу и подогреть на слабом огне около 10 минут, все время помешивая. Если будет слишком сухо, добавить 1–2 ст. л. натурального молока, если будет слишком жидко – внести дополнительно сухого молока.

4. Горячую кашу-пюре закрыть крышкой, укутать и оставить на 15 минут разопревать. Затем подавать к столу. Можно сдобрить еще 25–50 г сливочного масла.

УПОТРЕБЛЕНИЕ:

Употребляется как совершенно самостоятельное блюдо, каша на завтрак (особенно если дополнительно сдобрено сливочным маслом), или же как гарнир (часть гарнира) к отварной и жареной рыбе, мясным котлетам или к жареным грибам, а также как горячее сопровождение к холодной мясной и рыбной закуске – заливному языку, отварному мясу холодному, холодной телятине, птице (к окорочкам).

КАРТОФЕЛЬНАЯ КАША

5–6 **картофелин**
0,5–0,75 стакана **тертой брынзы** (200 г)
1 **луковица**
1–2 ч. л. **аджики** (по вкусу)
2 ломтя **черного хлеба**
1 **зубчик чеснока**
1–2 ст. л. **подсолнечного масла**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Картофель отварить с мелко перетертым луком, превратить в пюре брынзу (натереть на мелкой терке), смешать с горячим картофельным пюре, посолить, добавить аджики.

* * *

Итак, вы познакомились с рядом рецептов овощезерновых каш, которые отличаются от обычных лишь тем, что содержат не какое-нибудь зерно одного вида, а либо включают наряду с основным зерном и некоторые другие виды круп, либо имеют наряду с зерновой частью также и часть овощную или иную растительную, а также обладают каким-нибудь небольшим вкусовым акцентом за счет включения в них крайне небольших количеств мяса, сала, ветчины, копченой рыбы, брынзы или просто пряностей – карри, лука, чеснока, сельдерея и др.

Надеюсь, что несложность и быстрота приготовления этих блюд (по сравнению с рыбными и мясными, требующими гораздо большего времени) побудит многих из вас приготовить их себе лично и тем самым практически ознакомиться с относительной легкостью приготовления каш и кашеподобных пюре, а также понять, что варьирование подобных композиций бесконечно.

Конечно, необходимо уметь соблюдать определенные пропорции при комбинации разных компонентов, чтобы получить приятную вкусовую гамму, но в целом кашеподобные пюре – это блюда такого рода, в которых пропорции легко подвижны и допускают сдвиги, и поэтому даже у начинающего любителя-кулинара не может произойти значительных ошибок, если он скольнибудь аккуратен и внимателен, а также, разумеется, наделен чувством меры и вкуса.

В результате каждый может довольно легко видоизменять сам себе состав и характер каш, в зависимости от наличия в его распоряжении тех или иных продуктов. Это не только научит готовить и более сложные



Я ПРЕДЛАГАЮ ВО ВСЕХ ВЫШЕПРИВЕДЕННЫХ РЕЦЕПТАХ:
многокомпонентность каш, кашеобразных пюре, включение туда и зерна, и масла (жиров), и мяса или рыбы (белков), и растительных добавок (овощей, трав), и пряностей, и, разумеется, жидкостей (воды, молока, растительных масел и др.).

блюда, но и создаст возможность всегда, в любой обстановке, при наличии самых скудных пищевых средств, сделать себе вкусную и полезную еду, не прибегая ни к чьей помощи. А главное, научит самостоятельно кулинарно мыслить и творить у плиты.

Насколько это важно с психологической точки зрения, как это развивает самостоятельное мышление вообще и насколько открывает путь к ощущению своей внутренней независимости, можно отчасти понять из того анекдота, а вернее, из притчи, срисованной с реальной действительности, которая описывает, как заказывает себе завтрак такой всемирно известный состоятельный человек, как мультимиллиардер Онассис.

Соль этой притчи состоит в том, что человек, даже располагающий безграничными возможностями как в смысле денег, средств на приобретение пищи, так и в смысле обеспечения самого исчерпывающего ассортимента продуктов (с неба звездочку достанут, а со дна морского – жемчужину!), тем не менее в силу своей кулинарной неосведомленности, зависимости от обслуги и не в последнюю очередь в силу недоверия к окружающим оказывается вынужденным и прямо-таки обреченным на то, чтобы довольствоваться самым примитивным и обыденным, тем, что он наверняка знает и в чем он не боится ошибиться и попасть впросак!

Прямо скажем – незавидная судьба.

Итак, середина 60-х годов, вилла миллиардера Онассиса, утро перед завтраком, входит слуга-метрдотель:

«– Что желаете, сэр, – кукурузные хлопья, воздушный рис, распаренную толчено-давленую полбу, кашу или кашицу?

– Кашу, пожалуйста.

– Овсяную, рисовую, гречневую, мамалыгу или манную, сэр?

– Овсяную!

– С молоком, сливками или с фруктовым соком, сэр?

– С молоком!

– Цельным, обезжиренным или жирным, парным, сэр?

– Цельным.

– От какой породы коров вы желали бы молоко, сэр? От швицкой, джерси, симментальской, остфризской, шортгорн или херефорд?»

Комментарии, что называется, излишни. Возможности безграничны, но их реализация идет не по линии углубления вкуса одного определенного

блюда, то есть не по линии обогащения, насыщения одного блюда разными компонентами, а по линии расширения богатого ассортимента совершенно адекватных продуктов. Внешне, по видимости, их много, они демонстрируют широкие возможности разнообразия. Но, в сущности, композиция блюда, которое может выбрать Онассис, заранее определена, узко ограничена лишь двумя компонентами – зерно и жидкость. И какое бы зерно из предложенных ни выбрал миллиардер, какую бы жидкость он ни предпочел, все равно окончательный его выбор сведется только к двум элементам – либо овес с молоком, либо гречка со сливками. В общем, как ни выбирай, результат будет один – банальнейший вариант: зерно и жидкость. Вырваться из упрощения невозможно. Это – как бы прямая противоположность тому, что предлагаю я во всех вышеприведенных рецептах: многокомпонентность каш, кашеобразных пюре, включение туда и зерна, и масла (жиров), и мяса или рыбы (белков), и растительных добавок (овощей, трав), и пряностей, и, разумеется, жидкостей (воды, молока, растительных масел и др.).

Именно этот иной подход, иной взгляд на кашу по сравнению с общепринятым, традиционным коренным образом меняет вкус, роль, значение и место такого рода блюд в нашем питании.

Казалось бы, все это естественно и должно было давно быть понятно, однако на практике люди всегда чаще всего попадают в положение Онассиса.

Или другой пример, когда при всех возможностях богатого выбора человек все равно не способен избежать банального стандарта только из-за отсутствия кулинарных знаний. Такое положение складывается, например, тогда, когда богатый, но неискушенный в кулинарии человек приходит в ресторан и, не умея разобраться в блюдах, снабженных нарочито пышными или иностранными названиями, попадает, как правило, пальцем в небо, выбирая заурядное блюдо со стандартными компонентами и примитивным вкусом.

Отсюда должно быть ясно, почему в XVIII – XIX веках как раз состоятельные люди считали для себя очень важным обучаться кулинарии, практически разбираться в приготовлении блюд. Это, как объяснял герцог Лейхтенбергский, просто необходимо для того, чтобы не позволять слугам водить себя за нос и оставаться хозяином своего собственного меню, осознавать, что ты хочешь есть и в каком виде ты должен получить требуемую пищу.

Этому правилу следовали в то время все государственные деятели. Кулинарная культура, элементы кулинарного образования и просвещения считались непременным составным элементом в системе общих знаний подлинно культурного, независимого и сведущего в жизни человека.

К этому эталону, от которого ныне столь далеко отошли российские государственные деятели, в основном пришедшие во власть из глухой провинции, из деревенской социальной среды, необходимо вернуться в следующем веке, если только новая элита решит укрепить свое положение путем создания «династий», путем создания «фамильного древа».

Иначе бескультурье, некомпетентность, поверхностность будут обнаруживаться представителями этой элиты уже на самом заметном, самом чувствительном бытовом уровне, что особенно ярко проявляется при их контактах с зарубежными коллегами. Конечно, нынешнему, первому поколению «ушедших во власть» эту задачу решить уже не под силу, но их непосредственные потомки, судя по всему, имеют в виду пополнение своих знаний в этой области. Недаром они обучаются в Западной Европе и США, приобщаются к западноевропейской бытовой культуре, подолгу живут за границей.

Но останутся ли они при этом сведущими в отечественной кулинарии, будут ли разбираться в своих родных – русских, украинских, белорусских, татарских, казахских или армянских – блюдах, покажет только время.

Простые же люди, жизнь которых по большей части пройдет в «родных пенатах», в российских – московских, тверских или сибирских – городах и селах, должны знать, изучать и любить свою отечественную кухню как важнейший элемент национальной культуры, как жизненную, практическую связь со своим народом, с его историей и его будущим.

{ ГЛАВА 3 }

ВТОРЫЕ БЛЮДА

О ТЕРМИНЕ «ВТОРОЙ»: ВТОРОСТЕПЕННЫЙ ИЛИ ОСНОВНОЙ?

Термин «вторые блюда» существует только в России и только на русском языке, причем преимущественно в бытовом, разговорном употреблении или в меню простых столовых.

В ресторанах, если это, конечно, не какие-нибудь вокзальные, а более или менее приличные заведения, вторые блюда обычно называются «горячими блюдами» и подразделяются затем по виду используемого сырья на «мясные горячие», «рыбные горячие», блюда из дичи и птицы, овощные, яичные и т. д.

По такому же, чисто сырьевому, принципу делятся кулинарные изделия и в поваренных книгах. Но это деление в общем-то не поварское, оно приспособлено к потребностям самых примитивных домашних кухарок и очень выгодно для составителей так называемых «роскошных поваренных книг» типа «Блюда из мяса», «Блюда из рыбы», «Блюда из овощей», в которых можно преспокойно повторять в рецептах одну и ту же технологию приготовления по нескольку раз, не утруждая себя выдумыванием текста, а лишь меняя слова «мясо», «рыба», «овощи», «грибы» в рецептах и снабжая эти книги разными по составу картинками! Это верный, испытанный способ заставить читателя приобретать массу дорогих и ненужных ему, в сущности, книг вместо одной, основательной и дельной.

Эта тенденция идет с последней трети XX века, когда, собственно, и стали издаваться в большинстве стран, в том числе и в России, массовыми тиражами поваренные книги. Особенно же популярными такого рода книги и такого рода подход к делению готовых блюд на разные виды стали в наше время, в 90-е годы, когда разные издательства, конкурируя между собой в выпуске кулинарной литературы, стремятся выпускать, по существу, одинаковые книги в разной по названиям форме.

Термин же «вторые блюда» возник как раз тогда, когда поваренных книг почти совсем не выпускалось, в конце 20-х – начале 30-х годов, в советское время, и появился он в связи с развитием общественного питания, когда именно посетители столовых и заводских фабрик-кухонь стали употреблять слово «второе» как существительное. Вначале говорили – «подайте мне на второе» то-то и то-то, затем – еще упрощеннее – «подайте второе» или «принесите второе», «одно второе», «три вторых».

Таким образом, «второе», означавшее в русском языке XIX века лишь порядок следования блюда, ибо второй, как объясняет Даль, – это «следующий за первым», превратилось в понятие, которое подразумевало содержание блюда: «горячее блюдо из твердой пищи».

Дело в том, что для русского человека подсознательно первым блюдом всегда был и оставался суп – жидкое горячее блюдо. Все, что следовало за ним, отождествлялось уже не с жидкой, а с твердой пищей.

Однако поскольку во всех языках, у всех народов слово «второй» имеет смысл не только «следующий за первым», но и означает также «вторичный», «второстепенный», «менее значительный», то есть более худший, чем первый, то в международной, и прежде всего в европейской, кулинарии никогда не употребляли термин «второе блюдо», хотя и в Западной Европе, даже в тех странах, где не применялись супы, горячая твердая пища следовала по порядку подачи – второй, вслед за аперитивом или скромной холодной закуской.

Однако там она явно выглядела главной, основной пищей, и потому в профессиональном языке западноевропейских поваров наши «вторые» блюда называются официально *основными блюдами* и подразделяются по сырьевому принципу.

У нас же, в русской среде, термин *основное блюдо* никогда даже не всплывал – ни в языке поваров-профессионалов, ни у обычных людей-едоков, ибо прежде на протяжении ряда веков, вплоть до 80–90-х годов нынешнего столетия, считалось, что основным блюдом

для русского человека является первое, суповое блюдо, и прежде всего – щи. Все же, что следует за щами – будь то каша у бедняков и мясо у богатых людей, – будет всего лишь «вторым» блюдом, как по порядку подачи, так и по традиционно-национальному значению на столе. «Щи – батюшка, а каша – матушка» – вот как определяла эти блюда народная поговорка. И дело было не только в сытности и сравнительной основательности этих блюд, а в их вековом укоренении в бытовой национальной традиции. Так пища определяла русскую национальную психологию, а национальная психология, сложившись, в дальнейшем определяла, в свою очередь, терминологию пищи. Все было веками крепко, основательно, неразрывно связано друг с другом: быт – с психологией, психология – с бытом.

К концу XX века все перепуталось: и идеи, и политика, и жизнь, а тем самым и то, что составляет основу жизни – питание.

В нашу нынешнюю жизнь, в наш быт, а постепенно и в наше сознание вошло понятие «фастфуд» – «еда на скорую руку», под которой подразумевается все то, что можно поесть быстро, даже на ходу, стоя, на улице, у ларька или окошка киоска, не входя куда-то в «едальню» и не раздеваясь: «быстрая еда» – от бутерброда или сосиски с хлебом до «почти горячего блюда» на картонной тарелке – «пиццы».

Естественно, что и обеды большинства людей, которые они стали получать в более комфортабельных условиях – за столом, будь то дома или в столовых и кафе, – также все более стали ограничиваться лишь одним вторым блюдом – горячим мясным или рыбным, которое теперь, уже не только в профессиональном поварском сознании, но и в обычном, бытовом, обывательском, становится все более *основным*, а порой и *единственным* блюдом, хотя оно и продолжает сопровождаться у кого-то легкой закуской, салатиком, а у других – облегченным «десертом» в виде яблока, груши или банана, а чаще всего – банки пива, кока-колы, чашки кофе или чая.

Но все эти «сопроводители» крайне непостоянны, изменчивы и всегда зависят от состояния кошелька, а не кулинарных склонностей или желаний, в то время как основательное горячее, мясное или рыбное внушительное блюдо, обязательно с каким-нибудь гарниром (овощным, зерновым или макаронным), составляет наш современный «целый обед», особенно если оно к тому же запивается пивом (или водкой?).

Это все более укореняющаяся у современных россиян привычка ограничивать «целый обед» «одним вторым» – привычка, вовсе не свойственная нам, русским, исторически и достаточно вредная с природно-географической точки зрения, вызванная новыми общественными обстоятельствами, в которые попала страна, – приходит в то же время в некое противоречие с тем укладом жизни, который также складывается под влиянием новых, несколько иных факторов, хотя и не для всех поголовно.

Для тех горожан, жителей огромных и суетливых мегаполисов, кто основную трапезу суток привык уже съедать за пределами родного дома и на своей кухне ограничиваться быстрым поеданием изделий «холодного стола», готовых колбасно-беконных «блюд» или консервированно-баночных «изделий» да поглощением горячительных напитков, а в лучшем случае – баловаться чайком или кофе с тортом, – для них никаких «проблем» и «противоречий» в повседневном питании и его организации не существует. С ними все ясно: их «кулинарная песенка» спета!

Но для тех провинциальных россиян, которые все еще составляют статистические 70–80 миллионов человек, занятых в хозяйстве страны, и которые также «включены в бег времени», но по соображениям семейных обстоятельств, экономии и в силу личных пищевых склонностей все еще не желают расстаться с домашней, спокойной и относительно вкусной едой, современная вынужденная привычка сводить главную трапезу дня к поглощению одного второго блюда создает неожиданную кулинарную проблему: а как готовить такое блюдо дома, самому, не прибегая к помощи традиционных прежних полностью освобожденных помощников, исчезнувших вместе со старым временем, – домработницы, бабушки-пенсионерки или целиком занятой только домашними делами матери семейства? Ведь основательное горячее блюдо требует и немалого времени, и определенных навыков для своего приготовления!

Дело в том, что при доминировании в прошлом супового режима питания, когда густые домашние щи с добрым куском мяса, варившимся в них, составляли, в сущности, основное блюдо (по своей массе, сытности и концентрации кулинарных усилий на его приготовление), проблема самой домашней поварской работы решалась довольно просто: загрузка продуктов (квашеной капусты и мяса) в глубокую кастрюлю с водой (у кого-то в кипяток, а у большинства – просто

в холодную), затем варка (порой без особого наблюдения за этим процессом) в течение полутора-двух, двух с половиной часов – кулинарного искусства тут не требовалось, если, конечно, к вкусовым тонкостям не предъявлялось никаких претензий, лишь бы блюдо было горячим, сытным и поспело бы вовремя.

При наличии такого основного горячего, мясного, сытного первого вторые блюда сводились действительно к второстепенным по своим кулинарным действиям объектам: яичницам, сырникам, сосискам с капустой, блинчикам с творогом, отварным макаронам с томатной пастой и тому подобным быстро приготавливаемым, примитивным по характеру тепловой обработки блюдам.

ПОЧЕМУ ЖАРИТЬ И КАК ЖАРИТЬ?

Когда же вопрос встает о приготовлении *второго блюда как основного* (а может быть, и единственного), которому отводится роль составить «весь обед», то становится ясным, что это блюдо, независимо от того, из каких продуктов оно будет составлено – мяса, рыбы или птицы, – должно быть обязательно жареным или тушеным, чтобы выглядеть и ощущаться солидным, то есть сытным, вкусным, питательным, а для некоторых – и эстетически красивым, привлекательным.

Но именно жарение, а также тушение – суть те процессы, которые не принадлежат к сильным сторонам домашнего приготовления у наших доморощенных семейных поваров.

Почему?

С одной стороны, по чисто историческим и даже чуть ли не генетическим причинам, поскольку в русской кухне испокон веков были приняты лишь два основных метода тепловой обработки блюд – варка и томление. Последнее вообще было невозможно без русской печи и исчезло из жизни, из русского быта вместе с нею.

Что же касается жарения и связанного с ним тушения, то русская кухня вплоть до XVI века практически такого способа приготовления не только не знала, но и знать не желала, а потому и не применяла. Позднее, в XVI – XVII веках, исключительно в боярской, господской кухне для приготовления жареных блюд приглашались, как правило, «иностранцы» – татары. В XVIII – XIX веках использовались для тех же целей иностранцы из Европы – в основном французы.

Разумеется, и у тех и у других появлялись со временем русские ученики, становящиеся также профессионалами. Но в обычную домашнюю кухню купечества, духовенства и крестьянства жарение как прием не проникало чуть ли до начала XX века.

Существовало и применялось всюду, где была русская печь, запекание, хотя и намного реже, чем варка и томление, но жарение практически совершенно не вторгалось в русский кухонный быт.

Исключение составлял лишь очень специфический прием – жарение блинов, но к нему прибегали весьма редко – на поминках и в период масленицы.

Основной причиной того, что жарение не употреблялось в русской кухне, следует считать отсутствие в русском обиходе приемлемых и необходимых для жарения жиров – растительных масел.

Применение в кулинарном процессе, особенно для жарения, растительных жиров было в России редким явлением вплоть до середины XIX века, а вернее, до 60-х годов. Все рафинированные растительные масла были исключительно иностранного происхождения, завозились из Франции, а следовательно, были по карману лишь весьма состоятельным людям. Что же касается сливочного масла, которое, кроме России да еще Тибета, нигде в мире для жарения никогда не употреблялось, то с ним высшее русское общество, да к тому же петербургское, познакомилось лишь в екатерининское время, да и то – через посредничество Финляндии, откуда оно под названием «чухонского» стало ввозиться исключительно в Петербург. В России сливочное масло собственного производства в XIX веке стали называть «коровьим».

Правда, в России было известно и так называемое *русское масло*, то есть перетопленное сливочное, сохранять которое в свежести не умели и которое производили лишь в богатых хозяйствах, крайне кустарно, в маленьких ручных бочонках-маслобойках. Практически же в народе такой продукт не производился и до конца XIX века не был известен, а тем более не употреблялся. Жарить же на свином сале тоже не умели, ибо не знали, как его очищать. В кухнях аристократических домов для жарения использовали топленый говяжий жир. Он давал наименьшую копоть, чад и пригораемость, а потому оказался наиболее приемлемым жиром в России. Но он никогда не производился в сколь-нибудь значительных масштабах. Поэтому все жарение сосредоточивалось и ограничи-

валось лишь господской кухней. Но даже и там существовало прочное предубеждение против использования растительных жиров, которые, по существу, пробили себе дорогу в русскую кулинарию лишь в наше время, примерно с 70-х годов нынешнего века, или, иными словами, всего-навсего четверть века тому назад.

Нераспространенность жарения, позднее использование растительных жиров как среды для тепловой обработки в России было, конечно, кулинарным недостатком, но этот исторический факт в то же время имел и положительные стороны. Он, между прочим, хорошо объясняет то, что такие явления, как ожирение и распространение сердечно-сосудистых заболеваний, не были известны в русском обществе вплоть до 50-х годов XX века. Лишь после Второй мировой войны эти недуги стали «вдруг» массовым явлением. Но не только сам факт проникновения жиров как «технологической среды» в русскую кухню содействовал росту указанных заболеваний. Гораздо большее значение имел факт смены самого характера жиров, бытовавших в XIX веке, на новые жиры XX века.

До XX века это были «конопляное молоко», как называли тогда масло конопляных семян, «русское» топленое масло, а также говяжий топленый жир и растительное прованское масло, как в то время именовали французское и греческое оливковое масло.

В XX веке на смену этим натуральным жирам пришли маргарин, маргогуселин, комбижир, свиной фритюрный жир, лярд, нерафинированное подсолнечное масло, рапсовое масло, хлопковое масло, горчичное и кукурузное масло.

Но главной причиной «отрицательного действия жиров» были все-таки не сами по себе эти продукты, а то, с каким кулинарным невежеством они применялись в русской кухне, для которой жарение так и осталось «чужим», «иностранным» приемом приготовления, в суть которого простые люди, домашние стряпухи и повара-любители так никогда и не входили, а отечественные профессиональные повара столовых и ресторанов также не изучали, а порой и не подозревали о существовании особых приемов, а если и слышали о них, то выполняли их формально, спустя рукава, как нечто излишнее и непонятно зачем навязанное.

Таким образом, не столько *количество* употребляемых жиров должно было бы стать предметом критики и особого контроля со стороны медиков, опекающих пищеблоки, сколько *качество* кулинарной обработки жиров, их правильное, грамотное, профессиональное применение в процессе приготовления пищи. Но именно на это, на самую суть, медики, считающиеся якобы образованными людьми в России, как раз и не обращали никакого внимания. Слона они и не заметили! И именно этот их просчет, это непонимание того, что главное в кулинарии, а что имеет лишь второстепенное, видимое, «косметическое» значение, вел и продолжает вести к тому, что жиры числятся ныне (по убеждению медиков и всех облапошенных ими профанов) в числе главных виновников ожирения и сердечно-сосудистых заболеваний, считаются причиной преждевременного старения и потери трудоспособности населением, причиной появления массы хронических больных среди людей, перешагнувших 55–60-летний рубеж. На самом же деле главный виновник всего этого элементарная кулинарная безграмотность.

Иными словами, вовсе не сами по себе жиры, а то, как мы их обрабатываем, что мы с ними делаем, каким превращениям их подвергаем, является подлинной причиной подрыва нашего здоровья.

Короче говоря: жарить в России никогда не умели и до сих пор в большинстве случаев не умеют!

А какое же основное «второе» блюдо, если оно не жареное?

Выход из этого противоречия, предлагаемый медиками, хорошо известен: не ешьте жареного! Но это – не выход. Вернее, административно-полицейский выход, в основе которого лежит слово «нельзя»!

Кулинарный и одновременно культурный выход состоит в том, чтобы научиться правильно жарить. И тогда снимаются все противоречия между превращением «второго» блюда в главное, доминирующее в нашем рационе, и тем кулинарным фактом, что оно требует жарения, а последнее – нежелательно, ибо трудно осуществимо и даже якобы «вредно».

Все это далеко не так или даже вовсе не так, как только вы осваиваете процесс жарения.

Прежде всего следует ясно представить себе, чем пугает домашних хозяек этот процесс и что в нем кажется наиболее неприемлемым, сложным и необычным.

Вспомним чисто внешние признаки, сопровождающие жарение на любой домашней кухне.

Во-первых, слух поражает неприятное, непрерыв-

ное шипение, когда вы еще только приближаетесь к кухне.

Во-вторых, обоняние не менее возмущает характерный противный «запах жареного», когда вы входите на кухню.

В-третьих, наше зрение становится свидетелем брызг, разлетающихся со сковородки во все стороны, клубов пара и чада, вырывающихся из-под крышки, которой хозяйка прикрыла сковородку, чтобы избежать… брызг!

Все это считается у домохозяек как бы неизбежными приметами жарения, отчего они не любят и сам процесс и стараются как можно реже прибегать к нему.

Между тем все это лишь результат неумелого, непрофессионального, некультурного жарения. И все это абсолютно легко устраняется при выполнении следующих правил:

1. Идеально чистой посуды (изнутри!), в которой идет жарение.

2. Абсолютно сухой посуды (изнутри!), тщательно протертой полотенцем и бумажной салфеткой после чистки и мытья, чтобы не было ни одной капли воды, ни одного влажного пятнышка.

3. При непременном перекаливании масла (жиров) до начала жарения.

4. При сухой поверхности любого пищевого сырья, которое предполагается жарить. (Мясо, рыба, овощи обсушиваются полотенцем и панируются.)

5. При жарении только без крышки.

Кроме того, дополнительными требованиями являются (хотя это уж для шибко кулинарно грамотных!) следующие:

А. Правильный выбор материала и формы посуды в зависимости от объекта жарения. Например, рыбу, котлеты и грибы жарят вовсе не в одинаковой по форме посуде.



- СОТЕЙНИК -



- ВОК -



- СКОВОРОДА -

Б. Выбор вида жира также в соответствии с используемым для жарения сырьем, применительно к сырью, а не любого масла, имеющегося в данный момент под рукой.

Выполнение этих тонкостей дает резкое улучшение вкуса пищи, да и сам процесс жарения сокращается во времени и делается легким по минимальной затрате усилий и полной предсказуемости результата (всегда отличного!).

Но что конкретно значит выбор посуды и выбор жиров?

Здесь все зависит от личных навыков, опыта, интуиции, и словами объяснить это не всегда возможно. Вернее, объяснить на словах все можно, но не каждый, прочитавший их, правильно усвоит эти указания, ибо, не владея кулинарной практикой, просто их не поймет.

Поэтому приведу совершенно конкретные примеры того, как поступаю я в таких случаях, какие приемы практически применяю при жарении, в смысле выбора посуды и жиров.

1. О ПОСУДЕ

Обычно жарят на сковородках. Какую кто купил. О ее материале, весе, толщине стенок не думают. Все они «железные». Обращают внимание на размер (величину диаметра) да еще на то, с ручкой или без ручки сковорода. Между тем такие факторы, как толщина (или тонкость) дна и стенок, а также глубина сковородки (высота ее бортов), имеют решающее значение для того, что вы намереваетесь жарить. И сколько.

И где, на каком огне – на плите или в духовке. Словом, все это – настоящая наука. Я, например, все изделия из молотого сырья (мяса, рыбы), которое запанировано мукой или облечено в кляр, а потому может быть изжарено очень быстро, в несколько минут (3–5–7), жарю обычно не на сковородке, а в металлической низкой кастрюле (сотейнике). Это убыстряет само приготовление и гарантирует почти 100%-ную неподгораемость блюда. Точно так же жарится и немолотое, плотно запанированное рыбное филе.

А вот мясо на сковородках или в кастрюлях не следует жарить. Если изделий много и они стандартны по размеру (куски одинаковой величины), то их лучше всего жарить в духовке на низком, тонкостенном противне.

Любые небольшие кусочки мяса (величиной не более чем в пол-ладони), если они к тому же отбиты предварительно, прекрасно зажариваются за 20 минут в духовке в сделанных наскоро, вручную, «сковородочках» из фольги.

Неплохо жарятся (всего за 10 минут) небольшие кусочки мяса в китайской сковороде – *вок,* если только она сделана из углеродистой стали, а не из алюминия. Алюминиевые сковородки подходят только для простейших примитивных изделий: омлет, яичница, пассерованный лук и тому подобное.

Наоборот, толстенные, с тяжелым дном чугунные сковородки, да еще эмалированные – универсальны. В них можно жарить и рыбу, и котлеты, и грибы (особенно хорошо!), и даже блины, хотя обычно блины можно и нужно жарить только в небольших чугунных «черных» сковородках без ручек, где они получаются настоящими: легкими, пышными, ноздреватыми, пропеченными и, разумеется, очень вкусными.

2. О ЖИРАХ, МАСЛЕ

Любой, даже ***самый очищенный, высококачественный жир или масло, перед тем как на нем жарить, обязательно перекаливается. Я очень часто и очень настойчиво повторяю это в разных своих книгах именно потому, что это главнейшее и непременнейшее правило жарения просто игнорируется или забывается. А без него любая работа будет впустую на 50%.***

Если же это правило скрупулезно выполнять, то растительные жиры – подсолнечное или оливковое масло – могут считаться универсальными для жарения любых блюд из любого сырья.

Полууниверсальным, для быстрого обжаривания легко и скороваримых продуктов – тестяных изделий, овощей – может служить фритюр из свиного жира.

Топленое масло – удобнее для тех, кто не умеет готовить и к тому же жарит очень простые изделия в небольших количествах: омлеты, яичницы, сосиски, макароны, картофель, рыбные котлеты и т. п.

Для людей, владеющих кухонным мастерством, практически применим любой жир, любое растительное масло. Поскольку они знают, как его обработать. Но лучше, конечно, пользоваться только натуральными жирами, а не искусственными, вроде комбижиров и маргарина, ибо их вкусовые недостатки не устранит даже самый искусный повар.

Как видим, при жарении огромное значение имеет сухость продукта, подвергаемого жарению. Но именно об этом меньше всего заботится наш обыкновенный русский кулинар – будь то домашний любитель или повар заурядной столовки. Для них влажная поверхность любого пищевого сырья – куска мяса, чищеной тушки рыбы, куриного окорочка или расхожих овощей – картошки, морковки, кабачков – просто естественное, «нормальное» состояние пищевых ингредиентов на разделочной доске. А с нее прямой дорогой эти «штучки» отправляются в кастрюлю, на сковородку, на решетку или вертел – под действие более или менее сильного огня. А как же иначе?

То, что для жарения надо делать особое исключение, – в отличие от тех кусков пищевого сырья, которые идут на варку, запекание, гриллирование, – просто не приходит ни в одну «нормальную» голову.

О*бсушивание*, ликвидация любых проявлений мокроты, влажности сырой пищи, прежде чем она очутится на сковородке, – чуть ли не главное условие жарения, наряду, конечно, с перекаливанием масла.

А как «сушить» продукты?

Прежде всего использовать чистое полотенце – тканевое, льняное или бумажное. Это дает очень хорошие результаты. Быстро и дешево. Второй распространенный способ: панировка, то есть обвалка в муке, поглощающей, впитывающей всю влагу.

Не впитает за один раз, промокнет – надо повторить еще и еще, пока не станет сухим.

Но и тут есть своя тонкость. Не надо спешить, а дать время полежать и окончательно выяснить, когда, при скольких обвалках в муке мясо или рыба не промокают. А потом, когда все впитывание влаги завершится, сдуть, смахнуть всю излишнюю, так и не приставшую к поверхности мяса, рыбы или овощей, муку. И тогда блюдо выйдет красивым и не подгорит, а сковородка будет чистой, неиспорченной пригаром.

От такого жарения вы получите и кулинарное, и эстетическое удовольствие и, кроме того, удовлетворение от сознания своего мастерства в легком, элегантном, красивом приготовлении пищи.

Наконец, последнее замечание, предназначенное для подлинных энтузиастов и ценителей кухни, – о материале для панирования.

О способах, видах и составных частях различных пищевых покрытий – панировках, клярах, пелюрах и т. д. – у меня подробно говорится в «Занимательной кулинарии», так что здесь я не буду повторять известное. Там, кстати, упомянуто и то, что для панировки можно употреблять разные виды муки: пшеничную, ржаную, картофельную (крахмал), рисовую и т. д., причем подчеркивается, что разная плотность этих видов муки, их разная влажность, консистенция, размер «мучинок-песчинок» – все это отражается на внешнем виде и сроках готовности жареных продуктов.

Чего там не сказано, что не договорено как самый большой поварской секрет, так это о влиянии разных видов панировки, разной муки на вкус получаемого изделия.

Дело в том, что на это не обращают внимания подчас и очень профессиональные мастера. Муки так мало, а притом она еще на 50% и вовсе сгорает или осыпается с изделия в процессе приготовления, что невозможно учитывать ее прямое влияние на вкус блюда. Считается, что если вкус при панировках улучшается, то это исключительно за счет герметичности покрытия, за счет физических, а не вкусовых свойств участвующих в приготовлении компонентов.

Однако опыт, причем длительный, придирчивый и перепроверенный в сравнимых условиях не один раз, неопровержимо говорит о том, что особый вкус той или иной муки, используемой для панировки жареных блюд, создает новые вкусовые нюансы, иногда весьма сильные и неожиданно приятные. Так, например, использование для жарения нейтрального рыбного филе двух разных панировок – одной из рисовой муки, а другой – из нутовой (в смеси с пшеничной!) способно создать иллюзию, что приготовлен не один и тот же, а два разных вида рыбы! Настолько разительно будут отличаться их вкус, консистенция и аромат.

Таким образом, на кухнях хороших ресторанов должно быть по крайней мере восемь разных видов муки (пшеничная, овсяная, ржаная, ячменная, рисовая, нутовая, кукурузная, картофельная), это должно стать нормой для любого заведения общепита, претендующего на высокий класс.

И в завершение всего несколько напоминаний для хозяек, приступающих к приготовлению жареных блюд.

1. Что бы вы ни жарили – мясо, рыбу, овощи, грибы, – надо вначале умеренно посолить перекаленное масло (а не пищевое сырье!) и только в самом конце приготовления производить полное досаливание, корректировать соленость блюда в целом, путем его опробования.

В течение же основного времени приготовления кушанье солить не следует, и прежде всего не следует никогда сыпать соль на сам объект жарения – будь то картошка, или мясо, или что-то иное.

2. Что бы вы ни жарили (кроме фруктов), всегда, непременно, независимо от рецепта следует жарить одновременно с основным пищевым материалом в той же посуде и лук. Если лук жарится быстрее, чем основное блюдо, нельзя допускать его пережаривания, надо вынимать коричневеющие, подгорающие части и добавлять свежий лук, и тогда в процессе жарения все блюдо будет пропитываться вкусом и запахом лука.

Ну а теперь перейдем конкретно к тем блюдам, которые я готовлю для себя, применяя выше охарактеризованную и описанную технологию.

Конечно, не все вторые блюда обязательно бывают жареными. Могут быть приготовлены на второе и паровые, и тушеные, и томленые блюда, а также запеченные и гриллированные. Но все они все-таки менее сложны с точки зрения следования обязательным правилам, чем жареные. И поэтому в них хотя и используется масло, оно составляет просто один из компонентов, а не *среду*, в которой

и ведется процесс приготовления, как это имеет место при жарении. Вот на это обстоятельство не обращают внимания дилетанты и даже некоторые профессиональные повара невысокой квалификации с образованием не выше кулинарного техникума.

А оно, это обстоятельство, имеет решающее значение для всего – и для уровня чисто профессиональной квалификации, и для вкуса блюда.

Итак, начнем с самого простого второго горячего блюда: с парового омлета, который приготавливают методом нежной варки, в паровой бане.

ПАРОВОЙ ОМЛЕТ

1 **яйцо**
2 **луковицы**
2 ч. л. **зеленого сыра** или **другого острого тертого сыра**
3 ч. л. **сухого молока,**
2,5 ст. л. **воды** или
3–4 ст. л. **молока**
1–2 ч. л. **муки**
1 ст. л. **сметаны**
1 ст. л. **отварного риса**
20–50 г **рыбы отварной** (филе)
1–2 **зубчика чеснока**
0,25 ч. л. **аджики**
0,5 ст. л. **укропа** – 1 ч. л. сухого укропа
1 ч. л. **томатного соуса** или сока
соль по вкусу, в конце варки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В фарфоровую чашку или в пиалу всыпать все сухие компоненты – сыр, муку, сухое молоко, перемешать, добавить все жидкие компоненты – воду, взбитое яйцо, еще раз перемешать и ввести мелко нарезанный лук и остальные пряности, вновь перемешать, положить наполнители – рис и рыбу – и поставить в паровую баню – в большую низкую кастрюлю с кипящей водой, закрыв пиалу крышкой.

2. Через 5–6 минут надо собрать ложкой с краев чашки загустевшую массу и перемешать ее, сдвинув в середину чашки.

3. Делать так до полного или частичного загустения всего омлета.

ВЫВОДЫ:

Участие «повара» в приготовлении данного блюда – минимальное: правильно загрузить все компоненты и немного последить за их варкой, «помочь» им быстрее загустеть.

Важно учесть, что компоненты можно как угодно варьировать. Важно то, чтобы они все были заранее подготовлены, сварены (вроде риса и рыбы), а остальные должны быть скороварками, как яйцо.

ТЕЛЬНОЕ ЖАРЕНОЕ

0,5 кг **рыбы** или **рыбного филе**
1–2 **яйца**
10–12 **зерен черного перца**
1–2 ч. л. **сухого укропа**
1 ч. л. **сухой петрушки**
1–2 ст. л. **рисовой муки**
1–2 **луковицы**
4–5 **картофелин**
3–4 ст. л. **подсолнечного масла**
соль
хрен

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Филе рыбы очистить от костей и кожи, нарезать узкими, тонкими дольками («лапшой»); мелко нарезать лук, смешать с рыбной «лапшой», добавить перец (молотый), укроп, петрушку, вбить яйца и тщательно перемешать в единую массу, размяв руками, как тесто.

2. Из этой массы отделять чайной или десертной ложкой шарики диаметром 2,5–3 см и обваливать их в пшеничной или рисовой муке, пока они не перестанут намокать. Обваленные в рисовой муке шарики обжарить в подсолнечном масле в течение 3–4 минут, но не на сковородке, а в кастрюльке. Картофель поджарить отдельно или приготовить пюре и подать к тельному вместе с соусом и хреном.

МЯСНЫЕ ТЕФТЕЛЬКИ С МЯТОЙ В ЧЕСНОЧНОМ СОУСЕ

0,5 кг **фарша мясного**
1 **яйцо**
100–150 г **белого хлеба**

1/4 **стакана молока**
2 ч. л. **мяты-порошка**
10–15 зерен **черного перца**
1–2 **луковицы**
1/2 ч. л. **майорана**
1/2 **головки чеснока**
2–3 ст. л. **рисовой муки**
3–4 ст. л. **подсолнечного масла**
3–4 ст. л. **сметаны**
1/2 ч. л. **красного перца** или
1 ч. л. **аджики**
соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Мякиш белого хлеба заварить горячим молоком (чуть-чуть!), дать ему хорошо размякнуть и перемешать с мясным фаршем, добавив предварительно в фарш мелко нарезанный лук, чеснок, перец, мяту, майоран, и все тщательно перемешать, посолить.

2. Вбить яйцо, еще раз перемешать.

3. Обвалять в рисовой муке маленькие (чуть крупнее большой вишни, но мельче сливы) шарики мясного фарша, как тельное.

4. Обжаривать так же, как и тельное, в кастрюльке. Соус сделать из сметаны с чесноком и красным перцем (или аджикой).

5. Подавать в глубокой тарелке или касе обильно залитые соусом. На порцию должно приходиться минимум 12 и максимум 20 тефтелек-шариков.

ВЫВОДЫ:

Итак, жарение мясных или рыбных по составу блюд не отличается ни своей технологией (приемами, методами), ни временем, если эти блюда (изделия) состоят из молотых продуктов (т. е. из фарша), к тому же запанированных для герметичности и сохранения сока.

Вся горячая обработка занимает лишь 5–6 минут, и основное время приготовления идет на предварительную подготовку фарша, панирование, выбор пряностей.

Следовательно, технологических различий в приготовлении разных по исходному сырью блюд не существует, если эти сырьевые материалы даны в равномерно измельченном, компактном и гранулированном виде.

СВИНИНА В САХАРЕ – ПО-КИТАЙСКИ

1–0,5 кг **свинины** (корейка)
50 г **горчицы готовой**
2–3 ст. л. **муки пшеничной**
1–2 ст. л. **сахара-песка**
корица – 1 ч. л.
бадьян – 1 звездочка
красный перец – 1 перчик свежий
чеснок – 1 головка
соль чуть-чуть, можно обойтись и без нее

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Свинину распластовать ломтями толщиной 1–1,5 см, величиной с ладонь, как для отбивных котлет (с косточкой или без нее), и отбить металлической тяпкой или массивной ложкой с обеих сторон – без прорывов, не особенно сильно, но равномерно.

Причем жир на краях также отбить, даже несколько сильнее.

2. Отбитые куски обмазать горчицей, затем густо посыпать сахарным песком, вжав его рукой крепко в мясо. Гуще «сахарить» жир, а постную часть меньше, затем сдобрить молотой корицей, бадьяном, чесноком, перцем.

3. Запанировать в муке каждую сторону отдельно, после ее подготовки.

4. Изготовить из фольги «коробочку» величиной примерно в ладонь.

Поместить туда отбитую свинину и затем полить подсолнечным маслом. Поверх заложить кружочками лука и прикрыть листком белой писчей бумаги.

5. Поместить «коробочку» на картонной подстилке, на решетку в духовку, на самую верхнюю полку, сделать самый большой огонь и обжаривать 15–20 минут, до тех пор пока прикрывающая свинину бумага не покоричневеет.

6. Через 20 минут «коробочку» вынуть из духовки, снять сгоревшую бумагу, освободить свинину от приставшей фольги, оставив в ней все вытопленные из свинины и несъедобные шкварки,

а также излишки масла, и гарнировать картофельно-морковным пюре и жареными яблоками.

3. О ПРИГОТОВЛЕНИИ МЯСА И РЫБЫ

Рыбу готовить всегда быстрее, чем мясо. В принципе.

Объясняется это строением и консистенцией рыбной ткани по сравнению с мышечной тканью мяса. У рыбы ткань разреженнее, нежнее, быстро сваривается, у мяса наоборот. Если готовить мясо обычным образом, то есть просто отваривать или тушить, то на это потребуется от полутора до двух – двух с половиной часов, чтобы мясо стало полностью мягким, нежным.

Для рыбы же, в общем, вполне достаточно для полного приготовления 20-минутного, максимум получасового нагрева, а в большинстве случаев тепловая обработка рыбы ведется не более 12–15 минут, а иногда и меньше.

Таким образом, можно говорить о том, что для тепловой обработки рыбы требуется, в общем, в 6–8 раз меньше времени, чем для приготовления мяса, или что тепловую обработку рыбы можно вести в 6–8 раз быстрее, чем мяса. А это значительная, существенная разница во времени. Уже одно это может явиться подчас решающим условием для выбора того, что приготовить в любом конкретном случае – рыбное или мясное блюдо. Однако это, так сказать, общие положения. В конкретных случаях следует, кроме того, учитывать и дополнительные обстоятельства. А они заключаются в следующем.

Во-первых, холодная обработка неразделанной рыбы требует большего времени, чем холодная обработка мяса. И не только времени, но и навыков. Так что новичок может провозиться долго и с приготовлением рыбы.

Во-вторых, при наличии филированного рыбного сырья, то есть полуфабриката, холодная обработка рыбы вообще не занимает практически никакого времени, и, следовательно, приготовление рыбных блюд при этом условии еще более убыстряется, возможно, в 10 раз по сравнению с мясом.

Наконец, в-третьих, надо иметь в виду, что время приготовления и мяса и рыбы сильно зависит еще и от вида и сорта этих продуктов и от метода и способа кулинарной обработки, какой их хотят подвергнуть, чтобы получить готовое блюдо.

В руках опытного повара приготовление мясного и рыбного блюда может занять одинаковое, причем крайне небольшое время – порядка не более 20–30 минут, если он выберет для их приготовления соответственный метод и тепловой режим и, кроме того, определенное сырье – то есть «удобный» для быстрого приготовления вид и сорт мяса.

Молодое, упитанное мясо приготавливается намного быстрее старого и тощего – это тоже общее правило. Разница во времени готовности может быть значительной – вдвое быстрее.

Что же касается мяса, то самое быстроваркое – это свинина. На втором месте – баранина. На третьем – крольчатина. На последнем – говядина. Ей под стать мясо лесной красной дичи – оленина, лосятина, медвежатина.

Мясо птицы – домашней, лесной, полевой – по своей быстроваркости соответствует свинине.

Однако свинину, в которой чаще всего присутствуют эхинококки и глисты, требуется подвергать тепловой обработке гораздо более тщательно и дольше, чем это достаточно для готовности этого мяса. Так сказать – для перестраховки. И поэтому преимуществами быстроваркости свинины не каждый и не всегда может воспользоваться.

На время тепловой обработки мяса сильно влияет его консистенция. Специальная предварительная обработка, заключающаяся в освобождении мяса от жил и фасций, в отбивании и карбовании, в вымачивании в различных средах (воде, маслах, молоке, маринадах), сокращает время готовности мясного блюда и улучшает одновременно его консистенцию и вкус.

Наконец, выбор типа горячей обработки (виды нагрева) в комбинации с видом предварительной обработки также влияет на время готовности мяса, но в основном на создание его хорошей, приятной консистенции.

Самый быстрый метод приготовления мяса – это гриллирование, на открытом огне. Бифштекс – 10–12 минут, шашлык – 12–15 минут.

Приготовление отбитого свиного мяса или мякоти индейки в фольге на открытом огне – 20 минут. Однако на предварительную подготовку этих быстрых мясных блюд требуется также затратить от 5 до 10 минут, так что общее время приготовления этих мясных блюд займет не менее получаса, что

все же вчетверо быстрее, чем традиционное приготовление мяса (отваривание и наплитное тушение). Тушение же мяса в духовке требует не менее 1–1,5 часа при условии, что посуда с мясом плотно закрыта фольгой.

Что же касается рыбы, то, как уже указывалось выше, главный фактор, замедляющий приготовление, – это холодная предварительная обработка неразделанной рыбы. Нередко она занимает столько же времени, как и горячая обработка, то есть в общей сложности растягивает готовность рыбного блюда до 30–35 минут, то есть по времени приготовления уравнивает сложные рыбные блюда с самыми быстрыми мясными. При условии же использования готового рыбного филе (полуфабрикатов) приготовление рыбных блюд сводится при приготовлении ухи к 15 минутам, молочно-рыбных супов к 20 минутам, жареной рыбы в кляре к 15–20 минутам.

Если же вести речь не о времени приготовления, а о гарантии наилучшего вкуса блюд, то следует подчеркнуть, что блюда из целой неразделанной рыбы обладают все же лучшим вкусом, чем блюда из филе-полуфабрикатов, хотя и те можно приготовить исключительно вкусно. И все же разница в оттенках вкуса будет ощущаться. Вот почему иногда добровольно соглашаешься повозиться с разделкой сырой непотрошеной рыбы, вместо того чтобы воспользоваться готовым филе.

Ниже приводятся рецепты рыбных блюд из натуральной камбалы (жарение) и карпа (тушение) и из рыбного филе (жаренное в кляре).

КАМБАЛА, ЖАРЕННАЯ С ТИМЬЯНОМ

Для жарения рационально выбирать некрупную камбалу, величиной около двух ладоней, и обязательно не погнутых, плоских, хорошо замороженных, с неповрежденной кожей. Разделывать их надо сразу же, не оттаявшими, очень острым ножом, следующим образом: повернув вверх белой стороной, срезать прежде всего голову и живот с внутренностями. Затем по хорошо различимым линиям отрезать боковые плавниковые части и хвост. С оставшейся тушки снять вначале кожу с темной стороны, а затем со светлой. Если рыба заморожена, то кожа сходит легко, как перчатка, одним плавным, но сильным движением.

Очищенная тушка может обжариваться целиком (при наличии крупной сковородки) или разделанная на порции. При магазинной разделке обычно отрезают кусок, то есть самую вкусную и сочную, хотя и небольшую часть рыбы, но в то же время оставляют неотделенными плавниковые части, так что не избавляют все равно от дополнительной разделки камбалы. Поэтому покупать неразделанную камбалу – выгоднее и… вкуснее, ибо она всегда свежее.

Очищенную камбалу надо запанировать в муке. Лучше всего в рисовой, а при ее отсутствии в любой другой – крахмале (картофельной), пшеничной или нутовой. Можно сделать и двойную панировку во взбитом белке и муке, хотя как раз для камбалы это вовсе не обязательно, поскольку указанный прием более необходим для мягких, непрочных филейных частей, а камбала и без того хорошо фиксируется своей хребтовой костью.

Обжаривание ведется обязательно в хорошо перекаленном масле (любом!) и происходит довольно быстро – по 5 минут с каждой стороны. Как только рыба покроется золотистой корочкой (интенсивно желтой, но не коричневой), ее следует переворачивать на другую сторону.

Для того чтобы камбала была вкусной, необходимо жарить ее вместе с крупно нарезанным луком, который высыпается на сковороду через 2–3 минуты после начала жарения рыбы. Кроме того, как только одна сторона будет готова, следует посыпать ее густо сухим чабрецом или тимьяном и, перевернув, посыпать затем и другую, поджаренную сторону.

При отсутствии тимьяна можно, конечно, использовать укроп и петрушку, но это не создаст все же того специфического, приятного, особого вкуса, который приобретает камбала в сочетании с тимьяном.

Гарниром к камбале с тимьяном может быть жареный картофель, а также картофельное или картофельно-морковное пюре, жареный лук и свежие помидоры. Блюдо это приятное, легкое, сытное и, кроме того, красивое.

Оно может быть и повседневным, и в то же время им не стыдно украсить любой праздничный стол.

РЫБА (МОРСКАЯ), ЖАРЕННАЯ «ПАЛОЧКАМИ» В РИСОВОЙ МУКЕ

400 г **рыбы – филе** (палтус, хек, морской окунь, щука, треска)
2–3 ст. л. **рисовой муки**
2–5 ст. л. **растительного масла**
2 ч. л. **сухого укропа**
1,5 ч. л. **цедры лимона**
2 **луковицы**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Рыбу нарезать «палочками» толщиной 1,5–2 см и длиной 4–5 см, которые запанировать плотно рисовой мукой. После панировки посолить и дать полежать 5–10 минут. Тем временем перекалить в кастрюле масло, посолить его слегка и затем обжарить в нем рыбные палочки до образования золотистой корочки. Готовые палочки вынимать из масла и складывать в один ряд на широкую сковородку. Когда сковородка будет заполнена, залить рыбу оставшимся в кастрюле растительным маслом (сцеживая лишь его чистые фракции), засыпать рыбу мелко-намелко нашинкованным луком и пряностями, прикрыть крышкой и поставить на маленький огонь потомиться минут 10–12. После этого осторожно перемешать лук и рыбу, чтобы лук оказался внизу, вновь прикрыть и дать остынуть. Через 10 минут выжать на рыбу сок лимона, дать впитаться 1–2 минуты и есть с хреном и отварным картофелем. Это кушанье еще лучше, когда оно станет совсем холодным – через 1–2 часа.

КАРП, ФАРШИРОВАННЫЙ ГРУШАМИ (СЕЗОННОЕ БЛЮДО КОНЦА ЛЕТА – НАЧАЛА ОСЕНИ, «БАБЬЕГО ЛЕТА». АВГУСТ – СЕНТЯБРЬ (ДО ДОЖДЕЙ) 1996–1997 ГГ.

1 **карп** (1–1,5 кг)
2–3 **груши** (дюшес или другие сочные)
2–3 **помидора**
1 **лук-порей с пером** (крупный)
2 **луковицы репчатого лука острых сортов**
10 горошин **белого перца**
3–4 ст. л. **подсолнечного (растительного) масла**
1–2 ч. л. **яблочного 6%-ного уксуса**
100 г **воды** (0,5 стакана)
2 ст. л. **муки пшеничной** (или лучше – нутовой) для панировки
1 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **петрушки**
2 шт. **лаврового листа**
1 щепотка **лимонной кислоты** (на кончике ножа)
1 **белок яйца**
соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Карпа очистить от чешуи, выпотрошить, промыть несколько раз в холодной воде, отрезать голову и хвост (использовать для ухи, рыбного бульона).
Положить тушку в холодную воду, подкислить лимонной кислотой.
2. Груши очистить от кожуры и семенной части, нарезать дольками, запанировать в муке, отставить.
3. Лук, помидоры нарезать одинаковыми кусочками, отставить.
4. Тушку карпа нарезать на два-три куска, запанировать в муке, затем во взбитом до пены белке, быстро обжарить (1–2 минуты) с обеих сторон на перекаленном масле, нафаршировать луком и грушами, обсыпать белым перцем (давленым), уложить на дно посуды (кастрюли), обложить оставшимися луком и грушами, помидорами, засыпать укропом, петрушкой, лавровым листом, залить остатками перекаленного растительного масла, посолить, залить разведенным в 100 г воды уксусом и поставить на сильный огонь на 3–4 минуты.
5. Огонь убавить до малого или умеренного среднего и проварить 8 минут под крышкой и еще 8 минут без крышки, следя, чтобы произошло полное выкипание воды (заметно по появлению масла) и чтобы блюдо не подгорело.
6. Дать полностью остыть в течение не менее часа. Подавать холодным, с хреном и лимонной водкой.

ЦЫПЛЕНОК ЖАРЕНЫЙ С БАКЛАЖАНАМИ И КАРТОФЕЛЕМ В НУТОВОЙ ПАНИРОВКЕ

2 **окорочка цыпленка** (курицы) общим весом 350–360 г
1–2 **баклажана**
3–4 **картофелины**
2 **помидора**
2 **луковицы**
1 **морковь**
1 ст. л. **петрушки**
1/2 ст. л. **тмина** (или 1 ч. л. **зиры**)
1 ч. л. **красного перца**
1–1,5 ст. л. с верхом **нутовой (или пшеничной) муки**
1–2 **лавровых листика**
3–4 ст. л. **подсолнечного масла** для обжаривания
соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Подготовить баклажаны: промыть, очистить, нарезать вдоль узкими дольками, сложить в глубокую посуду, густо посолить (1 ст. л. соли!) и через 10–15 минут отжать сильно рукой, чтобы вытекла вся жидкость. Отжатые баклажаны промыть водой и обжарить на листе в духовке 3–4 минуты. Отставить.

2. Корнеплоды (морковь, картофель) нарезать крупными брусками, запанировать в рисовой или в нутовой муке. Обжарить 1–2 минуты в растительном масле. Добавить к ним баклажаны, держать на очень слабом огне.

3. С цыпленка снять кожу (выбросить!), нарезать каждый окорочок на два крупных куска, запанировать в муке, обжарить 10 минут с обеих сторон, переложить к овощам, добавить 50 мл кипятка, четверть стакана молока и 1 ч. л. масла и продолжать тушить до готовности, засыпав пряностями до выкипания жидкости и появления на поверхности мяса масляного блеска.

РЫБНОЕ ФИЛЕ В НУТОВО-ПШЕНИЧНОЙ И ЯИЧНОЙ ПАНИРОВКЕ (КЛЯРЕ) (1995 г.)

400–500 г **филе окуня, хека** и т. п. (мороженого)
1 **яйцо**
1 ст. л. **нутовой муки**
1,5 ст. л. **пшеничной муки**
100–150 г **воды**
3–4 ст. л. **растительного масла**
укроп, петрушка, лавровый лист, кардамон

Для гарнира:
3–4 **луковицы**
4–6 **картофелин**
0,5 небольшого **кабачка** или **цукини**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В глубокой чашке сделать кляр: яйцо взбить, развести в воде, смешать с мукой, выбить в гладкий, ровный кляр.

2. Филе нарезать кусками 2–3 см, опускать ложкой в кляр (можно все вместе) и брать оттуда ложкой или шумовкой, обжаривая в кастрюльке или в глубокой сковородке (лучше в кастрюле!).

3. Обжаренные куски вынимать, складывать в отдельную посуду.

4. По окончании обжаривания всей рыбы очистить масло, где велось обжаривание, сложить туда обратно всю рыбу, засыпать нарезанным луком, пряностями и тушить несколько минут до мягкости лука.

5. Гарнировать жареным картофелем и цукини.

БАРАНЬЯ ОТБИВНАЯ НА ГРАТАРЕ

баранина (поясничная часть)
мука
пряности (чеснок, лук, перец, корица)
соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Баранину средней жирности нарезать пластинками с косточкой в 0,5–1 см толщиной, слегка накарбовать с обеих частей острым ножом, затем отбить металлической тяжелой (стальной) столовой ложкой – вначале ребром слегка, затем плашмя, не прорывая мяса.

2. Опустить на 3–5 минут в чашку с растительным маслом, дать ему впитаться в мясо.

3. Поперчить, посыпать чесноком и луком, густо обвалять несколько раз в муке, особенно если мясо жирное, положить в сложенную

из фольги коробочку и поместить на верхнюю полку решетки в духовке, долив предварительно в коробочку масло. Выдержать 15–20 минут на сильном огне до появления характерного аромата.

ЗАВИВАНЕЦ С ХРЕНОМ

1 **антрекот** (кусок мяса (говядина или лучше – телятина) величиной с ладонь и толщиной 1–1,5 см)
2 ст. л. **хрена** (свеженатертого, со сметаной)
1 **яйцо**
0,5 **головки чеснока**
1 **луковица**
0,5 ч. л. **черного перца**
0,5–1 ст. л. **петрушки** или **укропа**
2 ст. л. **подсолнечного масла**
1–2 ст. л. **сметаны**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Антрекот (мясо) отбить с обеих сторон деревянной тяпкой до толщины 0,3–0,25 см без прорывов, поперчить, посыпать измельченным луком, покрыть хреном, чесноком, посыпать пряной зеленью. Затем смазать взбитым белком и осторожно свернуть в рулет, запанировав.

2. Перекалить масло на сковородке.

3. Положить завиванец на доску *швом вверх*, промазать изнутри шов желтком, чтобы склеить завиванец, затем покрыть шов желтком сверху, после чего заклеить желтком узкие концы завиванца, замазать их взбитым белком и покрыть белком верх завиванца, еще раз обваляв его в муке.

4. Положить завиванец на разогретую сковороду *швом вниз*, дать яичной обмазке запечься, затем покрыть взбитым яйцом противоположную сторону и бока завиванца. Яйцо наносить перышком или кисточкой.

5. Плотно запанированный завиванец продолжать обжаривать в масле на небольшом огне, переворачивая в течение 10–15 минут, подлив немного бульона или 1–2 ложки сметаны.

6. Гарнировать отварными овощами: свеклой, морковью, капустой, картофелем, политыми сметаной и лимонным соком.

{ ГЛАВА 4 }

СЛАДКИЕ БЛЮДА

СЛАДКИЕ БЛЮДА в русской национальной кухне никогда не принадлежали собственно к столу, к обеду.

Все, что могло считаться завершающим обед, обозначалось понятием «заедка» – ягоды, фрукты, мед, орехи, пряники или сладкое питье: морсы, водички, вина, а также варенье – и относилось к послестолию, или *постольнику,* и употреблялось вне обеденного стола, чуть после него, а с конца XVII века было уже определенно связано с чаепитием. Но поскольку это первоначально было принято только в царской, боярской, а потом в господской среде вообще, то в народное питание так называемые сладкие блюда практически не входили.

Само понятие «десерт» и само слово появляются в речи господствующего класса и в книжном языке с середины XVII века, а в практическом приложении к кухонному делу лишь в конце XVIII века, то есть спустя почти 150 лет после появления самого слова «десерт» в книгах!

Тогда же возникает и понятие «третье» – поскольку сладкое явилось *третьей переменой стола,* после супов и жарких блюд. Но по-настоящему понятие «третье» распространилось в России только в начале XX века и особенно после революции, когда обед окончательно определился как порядок еды, состоящий из трех блюд. Еще в конце XIX века десерт, сладкое, мог подаваться как шестое, пятое и самое редкое – как четвертое блюдо на обед, вследствие чего называть его «третьим» блюдом было просто невозможно.

Так как десерт с XVIII века и до начала XX века, по существу, принадлежал только к столу господствующих классов, то и состав блюд этой части обеда был вплоть до революции 1917 года почти исключительно иностранным – в число «третьего» входили ягодные кисели, компоты, мороженое, бланманже, муссы, самбуки, желе – сплошь неизвестные русской кухне блюда. Поэтому сладкий стол не принадлежал к сильным сторонам русской кухни, и когда в XIX веке стали выдумывать «свои» блюда, то они стали ограничиваться либо оладьями с вареньем, либо варениками с вишнями, то есть тестяной основой, подслащенной либо вареньем, либо медом, либо кисло-сладким ягодным сиропом.

Русские сладкие блюда были всегда тяжелыми и сладкими по вкусу, но не легкими, десертными.

Позднее появление сахара в России, его дороговизна и недоступность народу фактически вплоть до 70-х годов XIX века, а также возникшая с конца XVII века традиция запивать все сладкое чаем привели к тому, что собственно сладких, «третьих» блюд в русской кухне так и не возникло, и все сладкое, что было в русской жизни и что было выдумано русскими кулинарами самостоятельно – например куличи, – стало принадлежностью не обеденного, а чайного стола. Обеденный же десерт так и остался иностранным, то есть даже в советское время продолжал включать в себя практически иностранные по происхождению и названию блюда – желе, компоты, буберты, кисели, муссы, самбуки, бланманже, мороженое и гораздо реже – просто сырые фрукты. Даже клубника с молоком пришла к нам из Франции и Германии.

В то же время русские национальные сладости существовали чуть ли не с древних времен. Это были топленое молоко, варенец, мед, пастила, которую делали на меду, до появления сахара, используя как основу яблоки, рябину, лесные ягоды, а также орехи и пряники, где вновь использовался мед и позднее – варенье.

Но все эти сладости особенно хорошо подходили к чаю, к чайному столу, и как только чай появился в России, он не случайно получил всенародное распространение – ибо он хорошо «лег» на русские сладости, которые до тех пор не получали правильного кулинарного вкусового соответствия и оформления.

Собственно же русские «третьи блюда» не прижились как десерт, ибо все были тяжелыми, с тестяной основой. Даже выдуманная в середине XIX века так называемая гурьевская каша, несколько десятилетий до революции 1917 года игравшая роль главного и популярного русского «третьего блюда», также была не столько десертным, сколько просто сладким, но тяжелым блюдом. Ибо она состояла на 80–85% просто-напросто из манной каши, по-разному подслащенной, начиненной орехами.

И если в XIX веке это блюдо производило еще впечатление, то в XX веке его просто забыли, ибо оно

стало казаться примитивным и не отвечающим своему назначению десертного, то есть завершающего, освежающего, легкого кушанья.

Ниже я обращаю внимание наших кулинаров на русские национальные по составу сладкие блюда, которые можно готовить, применяя современную технологию, легкими, вкусными, оригинальными, вводя в их состав какие-нибудь дополнительные вкусовые начала – пряности, растительные добавки, но строя их на основе русских пищевых продуктов – меде, молоке, антоновских яблоках.

ДВЕ РУССКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ДОМАШНИЕ СЛАДОСТИ

Пастила коломенская

Антоновские яблоки испечь до отделения кожуры от мякоти и превращения мякоти в пюре. Протереть, удалить кожуру, семечки и т. п. На каждый стакан пюре положить минимум одну столовую ложку меда, перемешать, подавать горячим на десерт. Можно также слегка запечь в духовке (3–5 минут).

Пастила белевская

Пюре из печеных антоновских яблок смешивается со взбитыми белками и сахарной пудрой, заливается в бумажно-марлевые формы, сушится в печи и обваливается в сахарной пудре, обсыхая на воздухе (в решете).

МЕДОВОЕ ТЕСТО С ПРЯНОСТЯМИ – МЕДМО

мед (жидкий) – 100 г
молоко сухое (в порошке) – 100 г (вообще в соотношении 1:1 (по весу)
1 ч. л. **цедры** (молотой в порошок) или **аниса, бадьяна, кардамона** (по выбору) или 1/2 ч. л. **мускатного ореха, куркумы, калгана, имбиря**

ПРИМЕЧАНИЕ № 1

Выбирается какая-либо одна из пряностей для ароматизации. Таким образом создается возможность варьировать аромат медмо или же употреблять его в чистом виде, без всяких пряностей, чтобы ощущать явственнее аромат меда.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Мед, сухое молоко и одна из пряностей в порошке смешиваются постепенно в фарфоровой или эмалированной посуде в плотное тесто, затем разравниваются (раскатываются) на доске в лепешку толщиной 1 см и спустя 2–3 часа после уплотнения разрезаются на кусочки, как конфеты.

ПРИМЕЧАНИЕ № 2

Эта сладость особенно хороша для детей, так как содержит одни полезные, усваиваемые продукты и полностью лишена сахара, эссенций и других продуктов, вредных для детей и присутствующих в обычных конфетах. Для детей рекомендуется приготовлять медовое тесто с цедрами (апельсиновой, лимонной), анисом и имбирем (улучшающим аппетит и пищеварение).

МОЛОКО ТОПЛЕНОЕ С БАДЬЯНОМ (АНИСОМ)

1 л **молока**
0,5 стакана **холодной воды**[1]
1/2 ч. л. **молотого бадьяна (аниса)**
3–4 **горошины черного перца**
1 щепотка **мяты**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

В алюминиевой или керамической посуде смешать молоко с водой, засыпать пряности (перец раздавить!) и поставить в духовку на 15–20 минут, не допуская закипания, на среднюю или нижнюю ступеньку. Затем уменьшить огонь и потомить еще минут 5–7.

При наплитном приготовлении вкус будет хуже, и при этом требуется очень слабый огонь и 30–45 минут времени, чтобы молоко приобрело консистенцию и вкус топленого.

ПРИМЕЧАНИЕ

Это молоко приятно пить с сахаром, смешивать с крепким чаем, принимать как лекарство во время заболеваний уха, горла и носа. При отсутствии ба-

[1] Вода добавляется для того, чтобы сдержать молоко от «убегания» во время томления. Как только вода испарится, топленое молоко будет готово

дьяна его можно заменить анисом в той же пропорции или большей. Но вкус при этом будет несколько иной, далеко не столь приятный, как с бадьяном.

ВАРЕНЬЕ ЗИМНЕЕ – «ЯБЛОЧНОЕ АРОМАТНОЕ, СБОРНОЕ»

1 кг **кислых яблок**
0,5 стакана **кураги**
0,5 стакана **изюма**
250–300 г **сахара**
ок. 0,5 л **воды**
1 **лимон**
пряности:
1 **палочка корицы** (2 см длиной)
1 $см^3$ **имбиря** (или 1 ч. л.)
1 десертная ложка **цедры**
2–3 **бутона гвоздики**
1 **зубчик бадьяна**
дополнительно:
1 **айва**

ПРИМЕЧАНИЕ:

В качестве дополнительных вкусовых добавок можно вводить также 2–3 столовых ложки любого варенья, лучше из красных ягод, в самом конце приготовления.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В воде распустить сахар, сварить сироп до тонкой нитки или чуть жиже.

2. В сироп высыпать яблоки, нарезанные дольками, но с очищенными сердцевинами и без кожуры; курагу, нарезанную соломкой; промытый в горячей воде изюм; все пряности.

3. Варить все на большом огне до выпаривания 2/3 воды, затем уменьшить огонь до маленького и варить осторожно до загустения и почти полного выпаривания воды.

4. Переложить в банку охлажденное варенье.

ПРИМЕЧАНИЕ:

Все приготовление происходит крайне быстро – за 10–15 минут, иногда еще меньше.

«РУССКОЕ СЛАДКОЕ»

Создавать новые блюда становится все труднее и труднее, и при «изобретении» ресторанных фирменных, так называемых своих блюд речь идет, как правило, лишь о введении какой-нибудь несущественной детали, о вариации, о дополнении гарнира и тому подобное. Несмотря на это, все еще существует возможность находить новые композиции, не встречавшиеся доныне.

Однако в ресторанной практике «новое» возникает лишь в форме усложнения уже общепринятого, причем усложнения механического, например наращивания новой пищевой оболочки на то или иное привычное пищевое сырье. Возьмем, скажем, почти дежурный компот из персиков, который в обычных ресторанах не варят, а просто используют консервированные персики, доливая в консервированный сироп немного кипятка или яблочного сока. В более дорогих ресторанах к этому могут добавить еще и какой-нибудь иной «фрукт» или компонент: несколько изюмин или дольку яблока, мандарина, лимона и т. д., а иной раз «подкрасить сироп» чайной ложкой какого-нибудь яркого вина, ликера или красного сока, чтобы придать тем самым не только «фирменное» отличие и вкус этому незатейливому блюду, но и увеличить его стоимость. Такие «новации» не требуют ни ума, ни умения, они носят чисто механический, а не кулинарный характер. И вкус таких блюд, несмотря на смену или добавление новых компонентов, в принципе не меняется.

Новое возникает лишь тогда, когда коренным образом не только переделывается состав основных частей блюда, а вся его композиция, и после чего появляется совершенно новый вкус, дотоле не встречавшийся или необычный, неиспробованный. Предлагаемое блюдо на третье, то есть сладкое, которое я делаю для себя обычно осенью, чрезвычайно просто по продуктам, по композиции и по приготовлению. Оно – естественное и, можно сказать, даже примитивное. Но оно – новое, необычное и, главное, вкусное и очень полезное.

3–4 **антоновских яблока**
3 ст. л. **сахарного песка** с верхом
0,5 **стакана топленого (готового) молока** 4%-ного или 6%-ного

Можно добавить еще 4–5 штук чернослива, столовую ложку сухого или полусладкого крас-

ного вина, но это не обязательно и, главное, не принципиально, а просто для еще большего изощрения вкуса. Главное, чтобы яблоки были антоновские, чисто помытые, хорошо очищенные от всего лишнего, нарезанные на дольки и испеченные либо в фольге, либо в жаропрочной посуде в духовке без добавления воды.

Печь их надо вместе с черносливом (очищенным от косточек) и с сахаром – до мягкости, то есть всего несколько минут.

По испечении хорошо перемешать всю смесь ложкой, разложить ее в чашки на двух человек и уже в чашках залить небольшим количеством топленого молока. При этом не надо перемешивать содержимое, а брать ложечкой печеное яблочное пюре в чашке, зачерпывая попутно и молоко. Для этого лучше использовать не чайную, а десертную ложку.

Я назвал это блюдо «Русское сладкое», ибо оно состоит из чисто русских компонентов: антоновских яблок (другие не дают того вкуса, не подходят) и топленого молока, производимого только в России. Можно назвать это блюдо и просто «Печеные яблоки с топленым молоком». Дело не в названии, а в том, что это блюдо действительно новое и действительно очень русское по составу, хотя никогда прежде никем не делалось.

Почему? Потому, что в русской кухне существовал запрет на смешение кислого растительного сырья и сладкого молочного.

Кислое растительное сырье и кислое молочное – таково было классическое русское кулинарное сочетание: примером чего являются щи из кислой капусты со сметаной. Иногда бедняки забеливали щи молоком. Но то было суповое блюдо, и свертывание молока, его закисание считалось нормальным в щах: оба компонента становились (или должны были стать) кислыми.

Для сладких же блюд такие сочетания делать опасались: как это – сладкое и вдруг скиснет, станет кислым. Но никто не только не испробовал это сочетание на практике, но и не подумал как следует, даже теоретически, что же при таком сочетании произойдет.

А ничего ужасного и ничего плохого не случилось. Ведь печеные антоновские яблоки (и только они!) хоть и остаются кислы на вкус, но обладают огромным содержанием пектинов, то есть естественного «клея», который при варке (выпечке) яблок без воды связывает яблочную кислоту, держит ее в состоянии желе. С другой стороны, топленое и к тому же жирное (4%-ное или 6%-ное) молоко также лишено возможности активно взаимодействовать с яблочной кислотой, тем более что та связана, кроме пектинов, еще и добавляемым нами сахаром (его надо класть больше!).

Таким образом, в блюде никакого скисания, створаживания продуктов не произойдет: мы успеем его съесть до этого. Сочетание же кисло-сладкого и молочно-сливочно-пресного вкуса оказывается чрезвычайно тонким, изысканным, редким и приятным. Обязательно попробуйте – получите огромное наслаждение.

ДВА КРАСИВЫХ И ВКУСНЫХ КОМПОТА С ПРИМЕНЕНИЕМ КАРКАДЕ

Однажды летом ко мне случайно пришли гости. Было очень жарко. Никому не хотелось ничего есть. У меня был готовым только компот, приготовленный накануне.

Я предложил гостям отведать компот.

Реакция на это была отрицательная.

– Ну вот, почему сразу компот?

– Да я вообще не люблю компоты, если это не консервированные из персиков, а самоделки.

Большинство от угощения отказались, предпочтя, к моему ужасу, холодную воду из-под крана.

Я холодной воды, да и вообще – воды как таковой, не пью, употребляя чай, квас, морс.

Но двое гостей согласились «попробовать». Из любопытства.

Их реакция была единодушной:

– Но разве это компот?! Это какое-то блюдо!!!

Однако это был именно компот, только настоящий, классический, нормальный, а не тот столовский, к которому они привыкли.

АЛЫЙ ПРАЗДНИЧНЫЙ КОМПОТ (1997 г.)

4–6 маленьких ровных одинаковых **яблок**, плотных, хорошего качества, зимних сортов
0,5–0,75 л **воды**
6 ст. л. **сахарного песка**

1–2 **звездочки бадьяна**
1 см^3 **сухого корня имбиря**
2–3 **капсулы кардамона**
2–4 шт. **гвоздики**
5–6 **зерен черного перца**
1 ст. л. **яблочного уксуса** и
1 ч. л. отдельно для подкисления **холодной воды**
1 ст. л. **лепестков каркаде**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Подготовить яблоки: острым ножом тонко снять кожуру, вырезать плодоножку и завязь и положить временно на 5–6 минут в подкисленную уксусом холодную воду, чтобы они не почернели.
2. В эмалированную кастрюлю налить воды, заложить все пряности (бадьян, имбирь, кардамон, гвоздику, перец), предварительно раздавив их бутылкой, и вскипятить, дав покипеть 5 минут.
3. Опустив в кипяток подготовленные яблоки, всыпать каркаде, сахар и дать повариться на умеренном огне 10–12 минут, в зависимости от сорта яблок, но не более 15, ибо яблоки не должны развариться, а быть крепкими.
4. В конце варки влить 1 ст. л. яблочного уксуса (или лимонного сока) и через 10–20 секунд выключить огонь, закрыть крышкой и дать остыть.
5. Подавать холодное (можно после остывания подержать в холодильнике 10–15 минут) не в чашках, а лучше в пиалах по 1 яблоку на порцию и с десертными, а не чайными ложками. Есть, отламывая ложкой кусочки яблока и запивая компотным сиропом.

ПРИМЕЧАНИЕ:

Если вода не будет покрывать яблоки в посуде после их закладки на 1 см, то долить немного воды, добавить соответственно сахара и лепестков каркаде, чтобы ни степень сладости, ни общий вкус компота от добавления лишней воды не изменились.

ПРЯНЫЙ КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (1972 г.)

20 шт. **кураги**
2 ст. л. с верхом **изюма-бедана (или коринки),** т. е. красного, темного
4–6 **чернослив сушеных** (румынских, югославских, молдавских, но только не украинских (так называемая задымленная слива с плохим, грубым вкусом, способная испортить любое блюдо)
1 **звездочка бадьяна**
1–2 ч. л. **корицы** или лучше – **палочка корицы** 1,5–2 см
2 **капсулы кардамона**
1 ст. л. **каркаде** (или 100 г сухого красного вина – каберне)
5–6 **бутонов гвоздики**
10–12 ст. л. **сахара** (с верхом)
0,5 ч. л. **лимонной кислоты**
1 л **воды** (окончательная масса), вначале 1,25 л (поход на выкипание)

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА:

1. Основной «секрет» достижения хорошего вкуса этого компота состоит в тщательной промывке сухофруктов. Каждый вид сухофруктов надо мыть отдельно, вначале в холодной воде, до тех пор, пока она не станет прозрачной, а затем один раз в горячей. Особенно тщательно надо мыть изюм, способный выделять грязь и песок даже после шестой-седьмой промывки. Вся предварительная подготовка ведется заранее. Закладываются в процессе приготовления уже абсолютно подготовленные продукты.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Налить холодной воды в кастрюлю и заложить туда все сухие пряности, вскипятить и дать прокипеть 10 минут после закипания, снимая, если надо, пену.
2. В подготовленный кипяток опустить сухофрукты и дать им прокипеть не менее 10–12 минут.
3. Всыпать в компот сахар, лимонную кислоту, откорректировать вкус жидкости (добавляя сахар или кислоту по вкусу) и дать прокипеть еще 5–6 минут.
4. Проверить готовность фруктов и в зависимости от этого либо дать покипеть еще 3–4 минуты, либо прекратить нагревание, влить сухое вино, закрыть крышку, дать настояться до полного остывания.
5. Подавать холодным.

{ ГЛАВА 5 }

О ЗАКУСКАХ И ГАСТРОНОМИЧЕСКОМ СОСТАВЕ СОВРЕМЕННОГО ХОЛОДНОГО СТОЛА

ОБЫЧНО ЗАКУСКАМИ ОТКРЫВАЕТСЯ ЛЮБОЕ ЗАСТОЛЬЕ, А В ПОВАРЕННЫХ КНИГАХ ИМЕННО С НИХ НАЧИНАЕТСЯ ИЗЛОЖЕНИЕ. ТАК МЫ ПРИВЫКЛИ. ОДНАКО ТАКОЙ ОБЫЧАЙ СЛОЖИЛСЯ ВСЕГО-НАВСЕГО ЗА ПОСЛЕДНИЕ 70—80 ЛЕТ.

Еще до Первой мировой войны поваренные книги начинались с бульонов и супов, а закуски располагались либо в разных разделах, в зависимости от своего пищевого состава, либо вообще отсутствовали как род приготовления, поскольку их характерной чертой было то, что все они, или по крайней мере большинство из них, состояли из уже готовых продуктов, не нуждавшихся в кулинарной обработке.

Их просто требовалось выставить на стол, причем не на обеденный стол, а на совершенно отдельный – закусочный или фуршетный. Вот почему закуски исключались из руководств по кулинарной обработке пищи.

То, что считалось закуской, не надо было приготавливать. Эти пищевые продукты надо было лишь нарезать и разложить по тарелочкам, а это делалось за пределами кухни – в буфетной. Поэтому закусочный стол был *столом холодным* и именно это наименование, данное ему первоначально немцами, закрепилось за ним как общепризнанное международное. Однако те европейские кухни, которые внесли наибольший вклад в формирование международного *холодного стола*, а именно: французская, русская и шведская – продолжали, во-первых, каждая по-своему использовать закусочные блюда в процессе питания, а во-вторых, по-своему называли холодный стол.

Во Франции, где закуски были выделены в особую категорию блюд впервые в Европе, еще в конце XVI – XVII веке их обозначали термином *Hors d'oeuvre*.

Hors – означает вне, кроме, помимо, сверх, чрезвычайно, исключительно.

Oeuvre – произведение, творение, словом, любой созданный человеком объект.

Таким образом, по французским кулинарным понятиям к закускам относилось все то, что было или могло быть *сверх, помимо, побочно* по отношению к тому необходимому, непременному и положенному, что полагалось для обеда, для еды. Нечто чрезвычайное, дополнительное, совершенно не обязательное, а иногда и просто исключительное по отношению к нормальной еде.

Не удивительно, что «закуски», или «hors d'oeuvr'ы», были выдуманы именно при дворцовой королевской кухне, где повара изощрялись в том, чем бы исключительным и сверхнеобычным дополнить и разнообразить обед короля.

Да и в России закуски, как особая форма подачи и как сумма иных по составу изделий по сравнению с обеденными блюдами, также родились при царском дворе в конце XVII века, опять-таки в дворцовой и аристократической среде.

В XIX веке закуски в России распространились в более низкой социальной среде – в купечестве, а с 70–80-х годов XIX века и в мещанстве, но от этого не изменили в принципе своего состава.

Русские закуски состояли преимущественно из солено-копченых деликатесов рыбного стола: осетровой и лососевой икры, балыка, семги, нельмы, белорыбицы,

кеты и горбуши, в мещанской среде заменяемых селедкой.

Наоборот, *шведский стол*, или сморгосбурдет, носил с самого начала своего появления, то есть с 20–30-х годов XIX века, выраженное мясо-молочное направление. Туда входили ветчины, колбасы, сыры.

Французский же закусочный стол, будучи с самого начала неопределенно разнообразным, принял в конце концов также свое преобладающее кулинарное направление – он стал специализироваться на салатах, на заливных блюдах из дичи и на сырах. Однако французские «закуски» подавались преимущественно не на закуску в начале застолья, а в процессе обеда, в промежутках между основными горячими блюдами – и именно это не только отличало их по месту и времени еды, но и определило иную технологию их приготовления: значительная часть французских закусок готовилась как горячие блюда, но съедалась как холодные!

В течение XIX и особенно в начале XX века началось взаимопроникновение и сближение закусочного стола французского, русского и шведского типа, так что, например, русские закуски, прежде вообще отделенные от обеденного стола, оказались в числе первой подачи на обед при ресторанном, а затем и при столовском питании, что в конце концов повлияло и на появление их за домашним обеденным столом.

Рыбный характер русских закусок также претерпел сильные изменения в XX веке. Он был сильно «разбавлен» колбасными, ветчинными изделиями, холодными крутыми яйцами; на русском закусочном столе появились и стали даже преобладать консервы – вначале рыбные, затем мясные и, наконец, овощные. Также распространились винегреты, квашения, соления и особенно салаты.

Во второй половине XX века закуски стали постепенно преобладать в питании населения, причем именно в домашнем питании. Завтраки, ужины к 80-м годам уже, как правило, стали состоять лишь из блюд холодного стола.

В 90-х годах произошла целая кулинарная революция: холодные закуски стали преобладающим видом питания у большинства городского населения. Правда, сам состав холодного стола сильно изменился. В число «закусок» попали такие виды еды, о которых прежде даже не знали, – вроде овсяных хлопьев с молоком, мюсли с йогуртом или кефиром, в то время как традиционные русские закуски, вроде икры, семги, осетрины и даже студня (холодца) и соленых грибов, в обиходе среднего городского человека практически исчезли.

Экспансия холодного стола нанесла большой удар домашнему приготовлению горячей пищи почти во всех социальных слоях населения. Но больше всего она ударила по малообеспеченным, где наряду с вытеснением горячей пищи сам ассортимент холодного стола был примитивизирован и обеднен как по составу, так и по калорийности.

Засилье блюд холодного стола во всех странах мира к концу XX века привело к неодинаковым результатам в таких разных регионах, как в США, в Скандинавии и в России.

В США, где этот процесс шел и нарастал, начиная с конца 30-х годов, давно уже перешли пик и выработали почти законченную сис-

ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА

Во Франции, где закуски были выделены в особую категорию блюд впервые в Европе, еще в конце XVI–XVII веке их обозначали термином Hors d'oeuvre.

Hors – означает вне, кроме, помимо, сверх, чрезвычайно, исключительно.

Oeuvre – произведение, творение, словом, любой созданный человеком объект.

Таким образом, по французским кулинарным понятиям к закускам относилось все то, что было или могло быть сверх, помимо, побочно по отношению к тому необходимому, непременному и положенному, что полагалось для обеда, для еды. Нечто чрезвычайное, дополнительное, совершенно не обязательное, а иногда и просто исключительное по отношению к нормальной еде.

Неудивительно, что «закуски», или «hors d'oeuvr'ы», были выдуманы именно при дворцовой королевской кухне, где повара изощрялись в том, чем бы исключительным и сверхнеобычным дополнить и разнообразить обед короля.

тему питания, обобщенную опытом «Макдоналдсов», – сочетание холодного стола с «псевдогорячими» блюдами (гамбургер с булочкой и тертым сыром, сосиска в тесте); для этой системы характерно значительное потребление пива, холодных искусственных напитков – кока-колы, пепси-колы, минеральных вод, при постоянном употреблении простейших колбасных изделий и консервов.

В качестве «противовеса» западные диетологи предложили лишь салаты из сырых овощей, фруктовые ассорти и фруктовые соки, а также различные сочетания ореховой и зерновой (опять-таки сухой) еды – орехи кешью, миндаль, мюсли, сухие бананы, воздушная кукуруза и пшеница.

Все эти продукты, рассматриваемые как натуральные, рекомендуются в качестве важного энергетического и витаминного оздоровляющего подспорья на том основании, что орехи и зерна содержат в зародышах важнейшие витамины, железо и другие стимулирующие рост и обновление организма вещества.

Однако бросается в глаза механистичность подобных рекомендаций и ложное игнорирование реального физиологического влияния сухой пищи на человека. Правда, американские диетологи усиленно советуют употреблять орехово-зерновую пищу с жидкостями – молоком, кофе, фруктовыми соками. Но и в этой рекомендации превалирует механистический подход. Ведь ряд жидкостей просто плохо сочетается с сухой орехово-зерновой пищей во вкусовом отношении. И к тому же в тех сухих готовых зерновых полуфабрикатах, которые предлагает пищевая промышленность Запада, непременно присутствует сладкий субстрат. Подслащивание осуществляется не только сахаром, но бывает и медом или ксилитом. Но именно присутствие сладкого компонента ограничивает потребление этих продуктов или делает его вообще неприемлемым в качестве, скажем, завтрака. Так, стандартный набор мюсли, используемый во всей Европе, обязательно включает изюм и сушеные бананы, наряду с овсянкой и пшеничными хлопьями. И это не только стандартизирует, а следовательно, создает приедаемость этого рода «закуски», но и путает, ухудшает общие вкусовые ощущения, которые человек должен получить от утренней пищи.

Если в США, Англии и некоторых других странах Западной Европы – вроде Бельгии, Нидерландов и даже ФРГ – к этим новым американским стандартам население привыкает, а точнее – приспосабливается и усваивает их в силу моды и рекламы, то в Скандинавии, где традиции холодного стола имеют более глубокие национальные корни, чем в Америке, и где сам ассортимент национального холодного стола сформировался задолго до американского, местные обычаи вносят в так называемую новую систему питания свои существенные коррективы.

Так, в Прибалтике, Финляндии и Скандинавии еще в конце XVIII – начале XIX века в бедных крестьянских семьях питались смесью ржаных отрубей, овсяных хлопьев и гороховой или ячменной муки, разведенной в воде или в молоке, простокваше. В Эстонии это называлось «кама», и такая «болтушка», или «заболтка», была обычной «закуской» по утрам или на ужин. И теперь в Финляндии и Скандинавии люди составляют заранее смесь из мелко иссеченных зерновых компонентов различных растений – отрубей ржи и пшеницы, мелких овсяных хлопьев, семян подсолнечника (очищенные семечки), кунжут, мак, ореховую крошку или «муку» лещины, беря каждый из указанных зерново-ореховых ингредиентов в примерно равных долях, и насыпают в большую стеклянную трех-четырехлитровую банку, хорошенько перемешивая все.

Каждое утро все члены семьи, беря из банки по две-три столовых ложки этой смеси, размешивают ее в стакане кефира, простокваши или йогурта и съедают как непременный аперитив ранее всей остальной пищи, предназначенной на завтрак.

Я неоднократно пробовал это «блюдо», эту «закуску» и пришел к выводу, что она прекрасно усваивается, хорошо гармонирует с любым последующим завтраком, оказывается приемлемой и лояльной во вкусовом отношении, особенно если не требует усилий на разжевывание, то есть состоит преимущественно из мелко сеченного или перетертого зерна, а не из крупных хлопьев или цельного «воздушного зерна», из которого обычно состоят готовые мюсли.

Таким образом можно варьировать, подбирать и улучшать состав и вкусовые качества даже таких изделий, которые состоят из готовых, покупных продуктов, придавая им индивидуальный вкус, делая приемлемым для своих личных вкусовых потребностей.

Вообще закусочным столом пренебрегать нельзя; надо лишь использовать его достижения, его исторически сложившийся состав, отбирая из него лучшее, а также надо систематически варьировать и дополнять его ассортимент своими собственными произведениями.



При этом, конечно, нельзя допускать превалирования блюд холодного стола в своем рационе. Холодный стол должен оставаться тем, чем он и должен быть – hors d'oeuvre, – блюдами *помимо* и *сверх обычного нормального горячего домашнего стола*, применяемыми в некоторых особых ситуациях – на завтрак, когда надо хорошо заправиться на предстоящий рабочий день, но приходится спешить и нет времени на приготовление фундаментального горячего блюда.

Я, например, стараюсь систематически использовать из ассортимента русского закусочного стола такие блюда: соленую рыбу холодного или горячего копчения – горбушу, скумбрию, кету. Красную рыбу обычно покупаю свежей и засаливаю сам. Это обходится почти вдвое-втрое дешевле, не говоря уже о том, что и значительно вкуснее, чем стандартный заводской засол.

При солении ***небольших порций красной рыбы (горбуши, семги, кеты) я использую не только крупную соль, но и обязательно сдабриваю рыбу белым перцем (крупно молотым) и укропом. Если же засаливается небольшой кусок – весом до 0,5 кг, то наряду с солью и перцем можно ввести в посольную смесь и немного (до 25%) сахара, что ускорит и улучшит вкус приготавливаемой закуски. Правда, хранится такой «сахарный» засол гораздо хуже.***

Такую же соленую рыбу, как скумбрия, лещ, легче и проще покупать готовой, копченой. Наряду с копченосоленой рыбой я пользуюсь систематически и селедочной закуской, всегда делая ее сам, из покупной соленой сельди, то есть довожу полуфабрикат до полностью готового продукта. Ниже я привожу два таких рецепта маринованной сельди. Покупать готовую сельдь в консервах или в банках – будь то в винном или ином соусе (горчичном, томатном и т. п.) – я не рекомендую. Во-первых, эти изделия иностранного производства слишком дороги, во-вторых, они далеко не всегда свежие, в-третьих, их качество нельзя сравнить с домашне-приготовленными, ибо их вкус слишком стандартен, лишен натуральности.

Кроме того, из рыбы можно приготавливать готовое холодное блюдо без тепловой обработки, выдерживая сырое, измельченное рыбное филе всего 25–30 минут в маринаде из небольшого количества воды, подкисленной лимонной кислотой, или в натуральном лимонном соке.

Из мясных закусок промышленного изготовления наиболее приемлемыми и качественными, на мой взгляд, надо признать варено-копченые корейки и грудинки отечественного производства, а также армянскую бастурму из говяжьей вырезки. Эти изделия более естественны и чисты по вкусу, в противоположность ветчинам, где применяется в больших дозах селитра и другие современные мясные консерванты.

Из овощных закусок промышленного приготовления я употребляю изредка только венгерское лечо, хотя и оно сильно изменилось к худшему по сравнению с тем, что было в 60–70-х годах. Все остальные соленья – огурцы, перцы, помидоры (зеленые, красные) – предпочитаю солить (квасить, а не мариновать) самостоятельно, хотя бы в небольших количествах.

Квашеные овощи – ***превосходный оздоровляющий компонент в повседневном питании. Особенно хороша капуста русской закваски (т. е. с морковью, клюквой и антоновскими яблоками), а также капуста новой закваски, применяемой последние 10–12 лет, то есть кисло-сладкой, с добавлением сахара. Пить рассол такой кисло-сладкой капусты – по полстакана в день – не только чрезвычайно приятно, но и просто полезно для здоровья!***

Из других овощей я особенно люблю квашеные баклажаны, сделанные по молдавскому способу. Всегда стараюсь сделать себе на осень хотя бы две-три баночки, хотя с этим связана не только возня, требующая большего времени, чем засол других овощей, но и, главное, необходимость достать вовремя все нужные компоненты. Чтобы засолить баклажаны, необходимо иметь корневой (так называемый яблочный) сельдерей. В прошлом году[1] я, например, обошел все рынки, но нужного сельдерея не нашел. Его привезли глубокой зимой, когда баклажанов уже не было.

Наконец, некоторые закуски можно весьма просто и быстро готовить себе самому, применяя самые обычные и имеющиеся всегда под рукой компоненты: лук, кефир, яйца, сырую рыбу, сельдь, свеклу, морковь, редьку, цветную капусту, плавленый сыр, брынзу, сдабривая их соответствующими пряностями и приправами, производя с ними несложные кулинарные действия: натирание на терке, разведение кипятком, механическое смешивание, быстрое запекание (гратинирование) в духовке.

Ниже приведены некоторые из перечисленных выше закусок домашнего приготовления.

[1] То есть в 1998 г.

РЫБНЫЕ ЗАКУСКИ

ДВЕ ЗАКУСКИ ИЗ СОЛЕНОЙ СЕЛЬДИ

Из соленой сельди можно приготавливать самые разнообразные по вкусу закусочные комбинации. Главным условием получения вкусного блюда из сельди является ее хорошая кондиция – нормальный посол и свежесть. Если селедка повреждена, имеет слишком хлипкое мясо, а тем более затронута ржавчиной, то есть дегенерацией подкожного жирового слоя, то никакого приемлемого блюда из такого продукта не выйдет, как ни старайся.

Сельдь должна иметь красные глаза, упругую, полную тушку, не тусклый, а блестящий синевато-стальной цвет и обладать характерным сильным запахом соленой сельди, свидетельствующим о чистоте и качественности рассола (тузлука).

Вторым условием приготовления вкусной закуски из сельди является ее правильная предварительная обработка. Она состоит в вымачивании сельди и в очищении ее филе от кожи, костей и внутренностей.

Как, казалось бы, ни просты эти операции, но они всегда нарушаются, в результате чего селедка получается невкусная, с чем, правда, большинство мирится, считая, что так и нужно. Прежде всего нужно снять с селедки тонкую поверхностную кожицу. А для этого необходимо отрезать у селедки голову, хвост, вынуть внутренности и спинной плавник. Затем, ухватив за кусочек кожицы там, где был селедочный затылок, медленно и равномерно снять ее всю, как перчатку, с одной, а затем с другой стороны, в направлении от головы к хвосту. При этом следует не торопиться и не допускать, чтобы вместе с кожей отрывались и кусочки мяса.

Когда обе стороны филе очищены, надо разнять селедку на две половинки со спины, вынув хребтовую кость и очистив филе от ребер и от выстилающей брюшину черной пленки.

Если сельдь очень свежая, жирная и несоленая, что становится особенно заметным при правильной разделке, то можно ее даже не вымачивать и не мариновать, а применить следующий метод приготовления закуски.

СЕЛЬДЬ В САХАРЕ

1. Нарезать очищенное филе сельди дольками по 1,5 см шириной и заполнить ими пол-литровую стеклянную банку, закладывая сельдь рядами вперемежку с колечками репчатого лука и посыпая каждый ряд черным молотым перцем и… сахарным песком.

2. К этому можно также добавлять ряды долек очищенных от кожи свежих яблок, колечки лимона и лавровый лист, а также очень тонко нарезанную соломкой морковь.

3. Заполнив банку, надо залить сельдь и овощи подсолнечным или иным растительным маслом. Пропорции в такой закуске произвольные. Хорошо, если лук будет составлять по объему не меньше, чем сельдь, а весь растительно-сахарный «приклад» количественно превалировать над сельдяной частью.

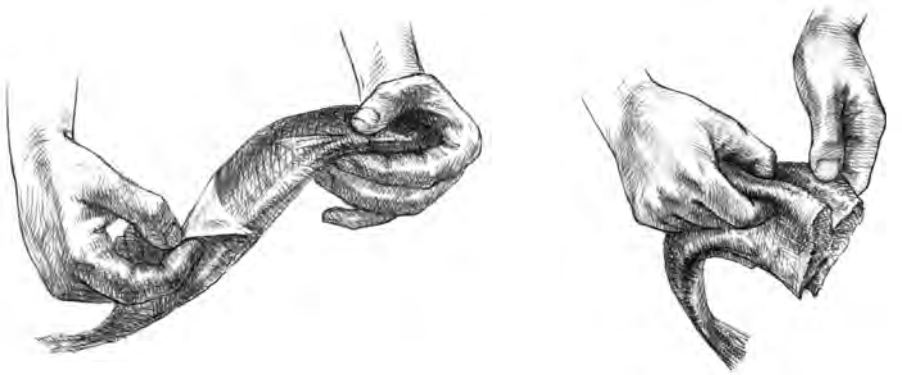
На 2 сельди:
2–3 **луковицы**
0,5 **лимона**
0,25–0,5 стакана **сахарного песка**
1 **морковь**
1–1/4 стакана **растительного масла**
8–10 **горошин черного перца** (раздавленных)

Оставьте вашу заготовку на ночь плотно закрытой при комнатной температуре, и на следующее утро она вполне созреет для употребления. Но уже на вторые сутки эту закуску следует хранить в холодильнике.

Если же селедка соленая, то ее после очистки (абилирования) следует подвергнуть вымачиванию. Вымачивать в воде я не рекомендую. Даже при очень крепком засоле использовать только воду нецелесообразно, так как при этом селедка теряет не только соль, но и жир, и ее мясо сильно грубеет. Вымачивать лучше всего в молоке, кефире, простокваше, сыворотке или в смеси этих молочных продуктов с кипяченой водой, а лучше – спитого чая.

Хорошее, правильное, осторожное молочное вымачивание может сделать хорошую сельдь столь же нежной и вкусной, как лососина. После молочного вымачивания сельдь можно употреблять как угодно – и заливать ее сметаной с луком, по-прибалтийски (так называемая селедка под шубой, по российской современной терминологии), и сдабривать ее сахарным песком, по-китайски (как в приведенном выше рецепте), и мариновать ее для дальнейшего облагоражи-

ПРАВИЛЬНАЯ ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ОБРАБОТКА СЕЛЬДИ



ПРЕЖДЕ ВСЕГО НУЖНО СНЯТЬ С СЕЛЕДКИ ТОНКУЮ ПОВЕРХНОСТНУЮ КОЖИЦУ. А для этого необходимо отрезать у селедки голову, хвост, вынуть внутренности и спинной плавник. Затем, ухватив за кусочек кожицы там, где был селедочный затылок, медленно и равномерно снять ее всю, как перчатку, с одной, а затем с другой стороны, в направлении от головы к хвосту. При этом следует не торопиться и не допускать, чтобы вместе с кожей отрывались и кусочки мяса. Когда обе стороны филе очищены, надо разнять селедку на две половинки со спины, вынув хребтовую кость и очистив филе от ребер и от выстилающей брюшину черной пленки.

вания самыми различными способами.

Два из наиболее «вкусных» способов маринования сельди, которыми я часто пользуюсь, приводятся ниже.

СЕЛЬДЬ, МАРИНОВАННАЯ ПО-НОРВЕЖСКИ

8 штук **жирной сельди**
150 мл **6%-ного яблочного (болгарского) уксуса**
350 мл **кипяченой воды**
200 мл **сахарного песка**
6 **луковиц**
2 ст. л. **черного перца зернами**
6–8 см **корня хрена**
1 **морковь**
10 шт. **лаврового листа**
2 ст. л. **зерен горчицы**
8 кусочков (по 0,5–1 см) **корня имбиря**

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА:

1. Сельдь очистить (как указано выше), вымочить в молоке или в простокваше не менее 12–16 часов и промыть проточной кипяченой водой. Куски сельди нарезать шириной 2–3 см.

2. Луковицы нарезать тонкими кружочками, морковь и хрен – соломкой.

3. Сахар, воду, уксус вскипятить вместе и охладить.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Заложить в стеклянную банку с широким горлом рядами сельдь, овощи (лук, морковь, хрен), пряности (перец, горчицу, имбирь, лавровый лист).

2. Залить все осторожно рассолом (3) так, чтобы не нарушалась закладка рядами.

3. Положить сверху блюдечко и прижать его сверху гнетом, чтобы все заложенные продукты были погружены в рассол и не двигались.

4. Оставить в холодном месте на 5 дней, после чего закуска будет готова к употреблению.

СЕЛЬДЬ, МАРИНОВАННАЯ СПОСОБОМ ПРИНЦА ЕВГЕНИЯ

У шведского короля Оскара II было четыре сына. Первый, Густав V, лишь в 50 лет вступил на престол

в 1907 году и процарствовал до 1950 года, дожив до 92-летнего возраста. Четвертый, самый младший, принц Евгений, герцог Нэркский, родившийся в 1865 году, с детства проявлял склонность к рисованию и в конце концов стал профессиональным художником, да не простым, а одним из самых знаменитых как в Швеции, так и во всей Европе. Стиль его был ни на кого не похож, и ни одна репродукция не способна передать своеобразие колорита его картин, его удивительных пейзажей.

Принц Евгений был неутомимым и бескорыстным мастером. Он расписал фресками фойе Королевской оперы и Драматического театра в Стокгольме, актовые залы и потолки в ряде школ и университетов Швеции, но главными и самыми замечательными его творениями являются произведения станковой живописи, представленные и в Национальном музее Швеции, и во многих иностранных музеях, но в основном хранящиеся в специальной галерее – Собрании картин принца Евгения. Художник умер в почтенном возрасте в 1947 году, но все равно не пережил своего старшего брата – короля Густава V.

Наряду с увлечением живописью, принц Евгений отличался хлебосольством, любил собирать и приглашать к себе художников, музыкантов, артистов и других выдающихся деятелей культуры – и не только шведских и скандинавских, но со всей Европы. В Стокгольме у него бывали и гостили такие знаменитости, как Клод Моне, Огюст Ренуар, Пабло Пикассо, Поль Гоген и другие видные французские художники.

Вполне естественно, что за столом принца Евгения кормили не только вкусно, но и изысканно, необычно. Тем более что сам принц выдумывал порой не только живописные, но и кулинарные композиции. Одной из них была закуска – сельдь, маринованная по способу принца, или как ее называли гости – «селедка принца Эугена».

Этот рецепт мне удалось достать. И я им частенько пользуюсь, особенно когда за окном стучит дождь и небо надолго затянуто серыми тучами. Именно тогда хочется встряхнуться, сделать что-то не совсем обычное и прояснить, взбудоражить настроение.

Селедка принца Евгения очень этому способствует.

Филе двух вымоченных в молоке селедок
2–3 **сочных яблока,** лучше всего **антоновских**
1–2 ст. л. **молотого миндаля**
по 1–2 ст. л. **майонеза, взбитых сливок и кефира** (равные части)
2 ч. л. **кетчупа**

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА:

1. Филе после вымачивания промыть в холодной кипяченой воде и нарезать дольками по 2 см шириной. Выложить ими дно глубокой чашки *в один ряд.*

2. Яблоки очистить от кожуры, протереть и смешать с тертым миндалем.

3. Майонез, кефир, взбитые сливки смешать вместе, добавить кетчуп, перемешать.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Яблочно-миндальным пюре залить селедку.

2. Сверху залить майонезно-кефирной смесью.

3. Дать постоять примерно 10–15 минут и есть.

А вот еще две рыбные закуски не из соленой, а прямо из сырой рыбы.

РЫБА МОРСКАЯ СЫРАЯ (СЫРАЯ ПАЛТУСИНА)

250–300 г **филе палтуса**
1–2 **пучка зеленого лука** (от 1–2 луковиц)
1 **морковь**
1–2 ч. л. **укропа сухого** или 2 ст. л. свежего
1 ст. л. **цедры лимонной** и
1 **лимон, сок**
1 ч. л. **эстрагона**
1 **яйцо крутое**
1/2 ч. л. **белого перца** (черного или красного)
1 щепотка **лаврового порошка**
соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Кусок филе хорошо замороженного палтуса в 400–500 г натереть на крупной терке, добавить в массу мелко нашинкованный зеленый лук, тертую на мелкой терке морковь, молотые пряности и окропить соком лимона, выжав его на рыбно-овощную массу.

2. Затем посолить и осторожно хорошенько перемешать, не давая рыбе размякнуть.

3. Яйцо нарубить и смешать с белым перцем, а при отсутствии его – с черным или красным. Рыбную массу с яичной не смешивать, а есть параллельно, сервировав на двух отдельных тарелочках. Есть тотчас же по изготовлении как холодную закуску.

ПАЛТУСИНА СЫРАЯ С СОУСОМ «КИККОМАН» ИЛИ С ЛЮБЫМ КИТАЙСКИМ ИЛИ ЯПОНСКИМ СОЕВЫМ СОУСОМ

250–300 г **палтусины** – филе
1,5–2 ст. л. **соуса «Киккоман»**
соль, лук по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Крепко замороженное палтусовое филе натирается на крупной терке, как и в предыдущем рецепте, и смешивается с соусом «Киккоман» или с другим острым соевым соусом. Не солится, если соус достаточно соленый. Употреблять тотчас же по приготовлении как в качестве закуски, так и второго блюда с отварным картофелем.

ЗАКУСКИ ИЗ НОВЫХ ПРОДУКТОВ

«УТРЕННЯЯ ЗАПРАВКА»

1 стакан **геркулеса «Экстра»**
1 стакан **кукурузных хлопьев**
0,5 стакана **чищеных семечек**
0,5 стакана **пшеничных хлопьев**
0,5 стакана **ржаных отрубей**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Все компоненты в этой пропорции смешать в одной банке.

Из этой смеси утром брать 3–4 ст. л. и смешивать с 0,5–1 стаканом кефира, или йогурта, или простокваши.

ИКОРНО-ЛУКОВАЯ ЗАКУСКА

Икра минтая
лук зеленый
масло подсолнечное
хлеб черный

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Лук мелко нарезать (1–0,5 стакана), смешать с подсолнечным маслом (2 ст. л.). Намазывать на черный хлеб, затем поверх намазывать икру минтая, начиная с краев ломтя хлеба и завершая серединой.

Хлеб
Хлеб с насыпанным луком
Икра, намазанная вокруг лука
Верхушки «пиков» икры сглаживаются ножом в направлении к центру

КЕФИР ПРЯНЫЙ

1 л **кефира**
1 головка **чеснока**
1–2 ч. л. **красного перца**
1 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **зелени петрушки**
1 **помидор**
1 ч. л. **соли**
1–2 **головки зеленого лука с пером**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Чеснок, лук, помидор, петрушку мелко нарезать, смешать с перцем, укропом и солью, всыпать в кефир и хорошо размешать. Кефир оставить стоять в открытой посуде (обязательно эмалированной, фарфоровой или стеклянной!) на 3–5 часов для созревания.

УПОТРЕБЛЕНИЕ:

Употреблять с хлебом (черным), мелко изрезанным, как тюрю, а также с отварным картофелем, солеными или свежими огурцами; наилучшая пропорция на 0,5 л кефира – 1 огурец и 2 картофелины – так, чтобы блюдо не было слишком густым. Картофель и огурцы должны быть обязательно мелко изрезаны (кусочки не более 1 $см^3$). Красный перец (жгучий) можно заменить 1 ч. л. аджики.

СОУС ХОЛОДНЫЙ КАТЫЧНО-ЛУКОВЫЙ С ХРЕНОМ

1 **стакан катыка** (кефира или несладкого йогурта)
1 стакан **мелко нарезанного зеленого лука**
1 ч. л. **тертого хрена** (с верхом)

0,5–1 ч. л. **пшеничной муки**
0,5 ч. л. **соли**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Муку развести в двух столовых ложках катыка, добавить соль и перемешать с остальным катыком, добавить в смесь хрен и зеленый лук, тщательно перемешать. Дать постоять 5–6 минут, чтобы хрен соединился с катыком.

УПОТРЕБЛЕНИЕ:

Употребляется как заправка в винегрет или к отварным овощам – картофелю, моркови, свекле.

СВЕКЛА ПО-ЗАВОЛЖСКИ (СВЕКЛА ПО-МОНАШЕСКИ)

Это блюдо я сделал для себя впервые еще в 1971 году и поместил его рецепт в первом издании книги «Все о пряностях» как пример того, насколько внесение пряностей способно изменить даже основные свойства некоторых продуктов, например сладковато-приторный вкус отварной свеклы.

Редактор моей книги, редактировавшая также знаменитую «Книгу о вкусной и здоровой пище», не спросив меня, перенесла этот рецепт в 5-е издание (1974 г.) этой книги. Это был пример того, насколько эклектически и бездумно относились к своему «детищу» его составители-академики, даже не проверявшие, что делают их подчиненные.

Ведь мое блюдо резко противоречило всему кулинарному направлению, в котором была выдержана «Книга» с ее боязнью чего-то «резкого», с ее устаревшими, замшелыми, отсталыми технологическими приемами. Даже мой протест не был понят. С 6-го издания (1976 г.) меня просто включили в число авторов «Книги» официально, хотя дело-то было не в этом. Люди просто не понимали, что и кулинария может иметь свои идеи, свое лицо и что путать божий дар с яичницей – нельзя.

1 кг **свеклы**
250 г **моркови**
5–6 шт. **сушеных грибов**
1–2 **луковицы**
1/2 **лимона**
100–150 г **сметаны**
8 **зубчиков чеснока**
8 **зерен черного перца**
3 **листика лаврового листа**
1/2 ч. л. **красного перца**
1/2–1 ч. л. **мяты**
1 ч. л. **соли**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Овощи очистить, промыть и нарезать крупными равными кусками (мелкую свеклу напополам, среднюю на 4 части, крупную на 6–8 частей), затем поместить в металлическую кастрюлю или казанок, залить холодной водой (так, чтобы чуть покрывала овощи), положить сухие грибы и вскипятить. Когда закипит, грибы вынуть, нарезать соломкой и снова бросить в кастрюлю. Сразу же положить соль, мелко нарезанный лук и снизить огонь до чуть заметного, оставив кушанье томиться. Когда вода почти выкипит, всыпать черный перец, мяту, цедру лимона, половину чеснока и лавровый лист и дать потомиться еще 3–4 минуты, затем хорошенько все перемешать и еще погреть несколько минут (не более 5). Тем временем сметану сдобрить чесноком, красным перцем и размешать. Выключив огонь, выдавить на свеклу лимонный сок и дать 1–2 минуты впитаться. После этого можно подавать к столу со сметаной, как соусом, разрезав овощи, по желанию, на более мелкие куски.

УПОТРЕБЛЕНИЕ:

Употребляется как самостоятельная закуска на ужин, в начале обеда и как заедка после вторых мясных блюд.

САЛАТ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

1 **морковь средняя**
1 **редька маргеланская** (зеленая)
5–6 **орехов грецких**
1/4 **лимона** (цедра и сок)
4 **зубчика чеснока**
соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Овощи натираются на мелкой терке, орехи толкутся в ступке, чеснок мельчится мелко-на-



мелко, все смешивается и сбрызгивается лимонным соком; цедра с лимона стирается на терке и вводится в салат.

ПРИМЕНЕНИЕ:

Употребляется на завтрак, так как этот салат весьма сытный.

САЛАТ С ХРЕНОМ

1 **морковь крупная** или
2 **средних**
корень хрена длиной с мизинец и толщиной в большой палец (4–5 см)
2 **яблока (антоновка!)**
1/4 **лимона** (или 1 ч. л. **сухой цедры**)
соль, сахар (сахара 1/2 ч. л. и щепотка соли)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Приготавливается аналогично «Великорусскому» (см. ниже), но яблоки натираются на крупной терке. Цедра смешивается с сахаром (1/2 ч. л.) и лимонным соком, а затем вводится в тертые овощи, которые затем подсаливаются по вкусу.

ПРИМЕНЕНИЕ:

Освежающий эффект этого салата резко усиливается по сравнению с предыдущим. Его можно успешно употреблять при отсутствии аппетита или его временной потере, как бодрящее средство и как средство от головной боли.

САЛАТ ОСВЕЖАЮЩИЙ С РЕДЬКОЙ («ВЕЛИКОРУССКИЙ»)

1 **небольшая редька**
1 **средняя морковь**
1 **яблоко (антоновка)**
3–4 **зубчика чеснока**
1/2 **лимона**
1/2 ч. л. **цедры**
соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Овощи тщательно вымыть (щеткой), очистить от кожуры и натереть на мелкой терке.

2. Все равномерно перемешать. Добавить мелко иссеченного чеснока и цедры (1/2 ч. л. сухой или с 1/3 лимона – свежей). Сок лимона выжать в массу, вновь перемешать, посолить чуть-чуть.

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА ПО-ДАТСКИ

1 **вилок цветной капусты** (молодой, плотной, свежей)
100 г **сметаны** (густой) и
1 ч. л. **фенугрека**[1] (порошка)
1 щепотка **соли**
1/2 ч. л. **зелени петрушки** (порошка)
1 ч. л. **укропа**
25–30 г **сыра «Рокфор»** или **«Дор блю»**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Пряности и соль размешать в сметане, растереть эту массу с сыром в фарфоровой чашке до образования однородной пасты.

2. Капусту промыть холодной водой, отделить каждую «веточку» с ножкой от кочерыжки отдельно (большие, толстые «веточки» разрезать на 2, 3, 4 части вдоль, по оси), снять тонким ножом поврежденные места на цветущей, внешней части капусты. Очищенные таким образом «веточки» хорошо бланшировать (ошпарить кипятком) 3–5 минут. Затем вновь промыть холодной водой.

УПОТРЕБЛЕНИЕ:

1. «Веточки» брать за ножки, макать в сметанно-сырную пасту и есть как салат, сырыми.

2. Наряду с цветной капустой так же можно употреблять нежные сорта голландского редиса, промытого и очищенного от кожуры (но не бланшированного), с аналогичной пастой.

СЫР ПИКАНТНЫЙ РОЗМАРИНОВЫЙ

100 г **сыра твердых сортов – голландского, костромского, пошехонского**
100 г **сыра рассольных сортов – чанах, тушинский, сулугуни, кобийский** и др.
1 ч. л. **розмарина** (или шалфея)
5 **зубчиков чеснока**
5 **зерен белого перца**
2–3 **веточки укропа** (свеж.)

[1] Фенугрек – семена верблюжьей колючки. Их можно заменить семенами кориандра или тмина в порошке, но вкус будет все же не тот.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Сыры натереть на мелкой терке, полученную массу хорошо, равномерно перемешать до однородности. Сухие пряности подготовить в порошке и смешать со свежими (укроп, мелко нарезанный чеснок). При отсутствии укропа его можно заменить базиликом (свежим или в порошке). Равномерно смешать пряности с сырной массой.

УПОТРЕБЛЕНИЕ:

Употреблять в макароны, лапшу, вермишель (отварные), а также насыпать на черный хлеб, подогретый в духовке (или гриле).

БРЫНЗА, ПЕЧЕННАЯ НА ГРАТАРЕ (ГОРЯЧАЯ ЗАКУСКА)

0,5–1 кг **брынзы**
1–2 **стакана муки**
100 г **сливочного масла**
пряная зелень: **укроп, зеленый лук, петрушка, чабер, базилик**
фольга

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Брынзу нарезать ровными пластинами толщиной 1–1,5 см, стараясь, чтобы они не сломались.
2. В духовке на решетке укрепить фольгу, насыпать по ее поверхности толстый слой муки – около 0,5–1 см, положить на него пластины брынзы, одну тесно к другой, и засыпать их слоем муки около 0,5 см. Поверх положить пластинки сливочного масла 0,5–3 см, ближе к середине, подальше от краев. Обсыпать их также слегка мукой.
3. Включить духовку, держать при закрытой дверце 3–5 минут, не более, затем дверцу духовки открыть и, если масло еще не растаяло и не пропитало муку, подержать некоторое время с открытой дверцей, стараясь, чтобы масло не сгорело с мукой, а только расплавилось и впиталось в нее равномерно, и брынза стала бы мягкой.
4. Перенести с листа фольги брынзу и муку в тарелку, нарезать (слегка измельчить) крупные куски, есть с зеленью – укропом, чесноком.

СЫР ПРЯНЫЙ С ЛУКОМ (И ЯЙЦОМ)

2 шт. **плавленого сыра «Волна»**
1/2 ч. л. **красного перца**
4–6 **зубчиков чеснока**
2–3 зерна **черного перца**
от 1 щепотки до 1/2 ч. л. **соли**
2 **луковицы**
1 ст. л. **подсолнечного масла**
1 ч. л. **сухого укропа**
дополнительные компоненты:
1 **крутое яйцо**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Сыр осторожно размешать в фарфоровой или эмалированной посуде, добавляя как растворитель постепенно 2–3 ст. л. мясного или рыбного бульона, а при их отсутствии просто горячую (теплую) воду, прокипяченную с луковой кожурой, так, чтобы сыр приобрел консистенцию очень густой сметаны. Затем добавить в эту массу давленый чеснок и перец, укроп, хорошо размешать. Мелко нарезанный лук слегка обжарить в подсолнечном масле и затем смешать с сырной массой.

УПОТРЕБЛЕНИЕ:

Употреблять как масло на бутерброды (особенно с черным хлебом), как закуску на завтрак, полдник. В более жидком разведении с крутым рубленым яйцом – как подливку к отварной горячей рыбе (особенно к морской – треске, палтусу, макрурусу и др.).

СЫР ГОРЧИЧНЫЙ С ШАЛФЕЕМ

1 шт. **плавленого сыра «Виола»**
1/2–1 ч. л. **горчицы**
1 ч. л. **шалфея** (порошка)
3 ч. л. **сливочного масла**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Сыр размять в чашке, добавить горчицы и хорошо размешать до образования однородной массы. Шалфей смешать с маслом, затем добавить к сырной массе и тщательно размешать до однородности.

Употреблять как масло для намазывания на хлеб (черный и белый).

ЛУК, ПЕЧЕННЫЙ С МЕДОМ

3 **луковицы**
2 ст. л. **меда**

1–2 ст. л. **манной крупы**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Лук нарезать тонкими кружками или лучше полукружьями, ссыпать на эмалированную сковородку, закрыть эмалированной крышкой или фарфоровой тарелкой и дать потомиться на слабом огне 3–5 минут. Затем добавить мед, перемешать, вновь закрыть крышку и продолжать томить на среднем огне 10 минут, после чего засыпать ровно манной крупой (не «комом», а через сито или дуршлаг) и, продолжая нагрев на слабом огне, хорошенько вжимать манную крупу в медово-луковую смесь, затем перемешать все, разровнять ровным слоем на сковородке, закрыть крышку и печь на слабом огне 7–8 минут, после чего перевернуть образовавшуюся лепешку на другую сторону, добавить, если необходимо, меда или крупы (чтобы усилить сцепление компонентов) и продолжать печь еще 5–6 минут. Если лепешка не образуется, то несколько раз перемешать и печь в общей сложности минут 15.

Полученная масса должна быть умеренно сладка, приятна, ароматична, и лук должен остаться слегка сыроватым, а крупа совершенно не ощущаться.

УПОТРЕБЛЕНИЕ:

Это блюдо можно употреблять в разных случаях: либо как третье (первое третье), либо как антреме – промежуточное между вторым и третьим, или как «гарнир» к отварному рису.

Но особенно хорошо употреблять его на ужин. Оно и легкое, и питательное, и действует успокоительно, способствует крепкому, хорошему сну.

РЕЦЕПТУРА МАРИНАДОВ

МАРИНАД ДЛЯ ВЫМАЧИВАНИЯ ДИЧИ

1 **луковица** (мелко нарезанная)
1/2 **головки чеснока**
3–4 ч. л. **мяты**
1 ч. л. **майорана**
10 зерен **черного перца** (раздавленных)
4 **лавровых листа**
10 **«ягод» можжевельника**
1–2 ч. л. **соли**
0,5 стакана **6%-ного яблочного уксуса**
1–1,5 л **воды** – чтобы покрыла дичь

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Можжевельник, перец растолочь, добавить мяту и всыпать все в мешочек из марли, который положить вместе с другими пряностями (кроме чеснока) в эмалированную миску и все это заварить крутым кипятком. После этого нарезать мелко чеснок и опустить в еще не остывшую воду. Закрыть крышкой, чтобы пары пряностей не улетучивались. Когда настой станет чуть теплым, положить дичь и держать от нескольких часов до 2 суток. После вымачивания дичь жарится в подсолнечном масле с добавлением лишь лука и чеснока, но без примеси других пряностей.

МАРИНАД ДЛЯ ФИЛЕ МЯСА И МОРСКОЙ РЫБЫ, С ЦЕЛЬЮ КРАТКОСРОЧНОЙ ВЫДЕРЖКИ ДЛЯ ПРИДАНИЯ НАИЛУЧШЕГО ВКУСА

6–8 зерен **черного перца** (для рыбы – белого перца)
3 **лавровых листа**
1 ч. л. **тимьяна** (молотого, сухого)
1 ч. л. **майорана**
2 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 **моркови**
3 **листка сельдерея**
1 **лук-порей** (небольшой)
1 стакан **белого** или **красного вина**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Все пряности и овощи измельчить и вскипятить в 0,75 стакана воды в сотейнике и проварить не более 1–2 минут после закипания.

Оставить остыть, настояться.

2. После охлаждения этот отвар соединить с 1 стаканом белого (для рыбы) или красного (для мяса) столового вина.

3. Класть в маринад предназначенное для жарения мясное филе за 1–2 часа, а рыбное филе в рыбный маринад – за 25–30 минут до приготовления.

{ ГЛАВА 6 }

ДОМАШНИЙ ХЛЕБ

С целью преодоления стандартизации современного питания, когда большинство «готовых продуктов» – «фабрикатов», а также полуфабрикатов, создаваемых пищевой промышленностью западноевропейских стран, имеет на протяжении ряда лет одинаковый, неизменный, совершенно стандартный вкус (и, конечно, состав), специалисты в области питания, а также диетологи, повара, пищевики-товароведы и все те, кто хорошо разбирается в вопросах питания и прекрасно представляет себе, к каким серьезным отрицательным последствиям ведет однообразие пищевого и вкусового состава еды в соматическом и нервно-психическом состоянии людей, настоятельно советуют применять ряд мер для изменения или прерыва однообразного современного питания с его большим содержанием блюд холодного стола, с его ограниченным суповым составом и с потреблением ряда искусственных напитков.

К этим мерам принадлежит: *соблюдение сезонности питания,* то есть выдерживание сезонных меню, о чем подробнее будет сказано ниже, *регулярное введение в рацион супов и каш,* о чем уже упоминалось выше, *применение* в питании пряностей и *пряных трав, сырых кислых фруктов* и особенно сырого *пророщенного зерна* таких растений, как пшеница, соя, люцерна, а также *использование домашнего хлеба вместо покупного.*

Последняя рекомендация встречает обычно наименьшее понимание на фоне всех остальных, очевидность пользы которых обычно не нуждается в особом разъяснении. Ведь каждому ясно, что сырые фрукты, пророщенное зерно – это дополнительные витамины, а супы и каши способствуют нормальному, мягкому, но активному действию нашей пищеварительной системы. Что же касается замены нормального, привычного промышленно изготовленного хлеба на самодельный домашний, то этот совет, наоборот, кажется совершенно нелогичным, да и неудобным, учитывая дополнительную нагрузку.

Менять пищевое изделие, изготовленное специалистами по всем правилам, на какую-то сомнительную домашнюю самоделку представляется многим совершенно необоснованным. Ведь наши современные газовые и тем более электрические домашние плиты совсем не приспособлены для выпечки хлеба, не говоря уже о том, что и квалификация обычных домохозяек для хлебопечения совершенно недостаточна. Да и как можно соревноваться со специально приспособленными для хлебопечения совершенными в техническом отношении печами хлебозаводов, где все процессы отработаны автоматически?

Однако дело как раз в том, что «автоматический хлеб» конца XX века совершенно отличается от хлеба, существовавшего в нашей стране до 70-х годов, тем, что неизменно, в течение десятилетий, не меняет ни свой пищевой, калорийный состав, ни свой вкус, в то время как хлеб, выпекаемый во всех странах до середины XX века в маленьких пекарнях, ежедневно в чем-то неуловимом варьировал свой вкус. Помимо этого заметного для каждого едока качества, у современного хлеба появилось и еще одно новое, уже чисто физическое, а не органолептическое свойство. Оно не видно, не известно для потребителя, но чувствуется им, так сказать, инстинктивно спустя определенное, длительное время.

Речь идет о том, что современный хлеб во всех странах (и прежде всего в США и Западной Европе уже с середины века, а у нас позднее – с конца 80-х годов) увеличил процент «припека», что стало возможным благодаря чисто техническим усовершенствованиям. Это помогло сделать современный хлеб внешне красивее, эффектнее, но привело к утрате хлебом некоторых своих основных пищевых свойств.

Как верно и тонко подметил еще в XVIII веке французский ученый Антуан Огюст Пармантье, хлеб отличается от всех пищевых изделий в мире тем, что аппетит к нему, *желание его есть пропадает последним* у тяжело больного, умирающего человека и *появляется первым* у человека выздоравливающего. Ничто иное в пищевом мире не может в этом отношении сравниться с хлебом.



Но теперь, в конце XX века, мы должны уже сделать оговорку: *ничто не могло сравниться* с хлебом, когда он создавался не в современных автоматических агрегатах. Нынешний хлеб уже оказывается не столь абсолютно желанным пищевым изделием. Более того, уже не больные, а вполне здоровые люди порой отказываются от непрерывного употребления хлеба или значительно сокращают это потребление. Причина – стандартность вкуса, чрезмерная величина припека, появление специальных химических добавок в современной рецептуре хлеба и выпекание в автоматизированных печах.

В этих условиях и рождается необходимость время от времени прерывать питание покупным хлебом и питаться самодельным домашним хлебом. Конечно, домашний хлеб не совсем похож на то, что мы привыкли называть хлебом. Это вовсе не буханки и батоны, а небольшие лепешки или блинообразные изделия из муки. Но они не только вполне заменяют хлеб, не только вкусны, но и полностью выполняют ту сложную физиологическую функцию, которую выполнял хлеб для человека в течение тысячелетий как ничем не заменимый, главный, притягательный пищевой продукт – непременный компонент человеческого питания.

Вот несколько рецептов сравнительно быстрого – в течение получаса-часа – приготовления домашнего хлеба в условиях обычной городской квартиры.

ПШЕНИЧНЫЕ ИЛИ ПШЕНИЧНО-РЖАНЫЕ ЛЕПЕШКИ-ПЫШКИ

Эти лепешки я делаю обычно всегда по утрам, когда лень бежать в магазин за хлебом, а дома есть готовые прессованные свежие дрожжи и мука. Такие лепешки очень вкусны, особенно если делать их не просто из пшеничной муки, а из смеси пшеничной и ржаной. Последней надо брать примерно треть или чуть-чуть более трети общего объема.

Вначале оба вида муки следует хорошенько перемешать, а уж затем применять эту смесь.

30 г **дрожжей** (при смеси с ржаной мукой – 35–40 г дрожжей)
3–4 ст. л. или 0,5 стакана **подсолнечного масла**
1–2 **средние луковицы**
0,5–0,75 **стакана воды** (можно кипятка или очень теплой)
0,5 ч. л. **соли**
муки – столько, сколько пойдет для создания некрутого теста, но хорошо отстающего от рук, то есть вполне готового для выпечки. (Мажущееся тесто нельзя выпекать, к нему надо добавлять муку до тех пор, пока оно не станет отставать от рук.)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Сделать общую жидкость – в горячую воду влить масло, размешать, дать остыть до 36–37° (палец можно держать свободно – не горячо) и затем развести в этой смеси дрожжи. Или развести дрожжи заранее в столовой ложке холодной воды и влить их в теплую жидкость – смесь.

2. Начать постепенно подсыпать муку в эту жидкость и мешать ее ложкой до образования теста. Затем выложить тесто на густо посыпанную мукой доску и месить его руками, добавляя муку до тех пор, пока оно не станет отставать от рук. Затем выбить тесто, скрученное в жгут, о доску несколько раз (оно при выбивании тестяного жгута не должно рваться).

3. Дать выстояться тесту 10 минут под влажной салфеткой, прикрытой кастрюлей.

4. Тем временем нарезать мелко-намелко лук или пропустить его через мясорубку.

5. Раскатать тесто на доске в «блин» толщиной в 1 см и намазать (или посыпать) его измельченным луком.

6. Свернуть «блин» в трубку, затем вымесить и размять в шар и вновь выбить в виде жгута о доску. Сделать из теста толстую «колбаску» и нарезать из нее кружки толщиной в 1–1,5 см.

7. Каждый кружок сформовать в лепешку, вдавливая середину кружков и оставляя не примятыми края. Уплощенную середину каждой лепешки наколоть спичкой.

8. Заполнить лепешками металлический лист (или просто кусок фольги или плотной бумаги, картона, положенных на решетку) и поместить на верхнюю полку в духовку примерно на 10–15 минут при очень умеренном огне. Выпекать до появления чуть-чуть желтоватого колера и характерного набухания. (Надо следить за выпечкой, в зависимости от силы конкретной духовки – уточнить время.)

9. Вынутые из духовки готовые лепешки смазать сливочным маслом и прикрыть льняным или суровым полотенцем на 5–6 минут.

ПРИМЕЧАНИЕ:

Тесто не нуждается в выстаивании для поднятия, кроме указанных 10 минут.

Все операции совершаются непрерывно.

ЛЕПЕШКИ ПРЕСНЫЕ ПОЛУРЖАНЫЕ

В тех случаях, когда отсутствуют дрожжи, также возможно получить домашний хлеб, причем не только другого, бездрожжевого типа, но и другого состава.

ок. 1 стакана **ржаной муки**
ок. 0,5 стакана **пшеничной муки**
ок. 1/3 стакана **манной крупы** (или мелких хлопьев геркулеса «Экстра»)
от 1/4 до 1/3 стакана **кипятка**
ок. 0,5 стакана **подсолнечного масла**

Точное количество компонентов зависит от влажности и сорта муки. Даны примерные исходные количества, которые можно немного уменьшать или увеличивать в процессе приготовления. Важно, чтобы тесто было плотное, но не вязкое (отставало бы от рук) и не особенно «сухое».

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В миске или низкой кастрюле смешать масло с кипятком.

2. Смешать равномерно все сухие компоненты (две муки, крупу) в другой посуде.

3. Постепенно добавлять в жидкость мучно-крупяную смесь, все время тщательно перемешивая. Если влажность теста в конце концов окажется недостаточной, то воды не добавлять ни в коем случае, а добавлять для усиления влажности только масло (осторожно, постепенно!).

Предел воды – 1/3 стакана, иначе можно испортить тесто!

4. Полученное тесто раскатать в «блин» толщиной не более 3–4 мм, нарезать его на квадраты не более 4–5 см, наколоть их спичкой и печь на эмалированной, предварительно нагретой сковороде, все время плотно прижимая к ней лепешки. Печь с обеих сторон. Время печения на каждой стороне 3–4 минуты.

ПЕРЛОВЫЕ ЛЕПЕШКИ

Бывают ситуации, когда под руками нет даже муки, по крайней мере такого ее количества, которое необходимо для выпечки хлеба или лепешек. Кроме того, почти отсутствует и масло.

Что делать в таких случаях? Оказывается, выход есть, если имеется перловая крупа, дрожжи.

1 стакан **перловой крупы**
25–30 г **дрожжей**
1–1,5 ст. л. **любой муки**
1 **луковица**
1–2 ст. л. **любого масла**
0,5 ч. л. **соли**
1 **щепотка соды** (на кончике ножа)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Замочить перловку с вечера в холодной кипяченой воде.

2. Утром, перед варкой, промыть и залить свежей холодной водой так, чтобы она покрыла поверхность крупы не более 0,5–1 см.

3. Поставить на очень слабый огонь и кипятить под крышкой до полного выкипания воды.

4. Когда каша сварится, переложить ее в горшок или в тонкую алюминиевую кастрюлю и поставить на 15–20 минут на слабый или умеренный огонь в хорошо нагретую духовку – для распаривания.

5. Тем временем сделать опару из дрожжей, 1–1,5 ст. л. муки и 1/4 стакана воды, и дать этой опаре слегка подойти.

6. Измельчить луковицу.

7. Смешать опару и соль с перловкой, добавить измельченный лук, масло, соду, все равномерно, тщательно перемешать, промять в однородное тесто и сделать из этого теста круглые, толщиной до 1,5 см, лепешки величиной с ладонь, промяв их середину.

8. Выпечь лепешки на листе бумаги на решетке в духовке до слабо-желтого колера. Выпекать на небольшом, почти слабом огне 15–20 минут.

КИТАЙСКИЙ ХЛЕБ – ЛАО-БИН

500 г **пшеничной муки**
200 мл **теплой воды** (1 стакан)
200 мл **кунжутной пасты** (или кунжутного масла). При отсутствии его можно применять и любое иное растительное масло, но тогда «китайского вкуса» не получится.
1–2 ч. л. **масла** отдельно
соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В низкую кастрюлю или в глубокую миску насыпать муку и затем начать очень медленно, постепенно подливать туда теплую воду, размешивая ее с мукой деревянной палочкой до консистенции жидкого теста. При этом нельзя давить тесто и не надо пытаться месить его руками. Оно должно быть равномерно смешанным, но очень рыхлым.

2. Оставить тесто плотно закрытым в посуде на 20 минут.

3. Тем временем поставить большую, широкую, плоскую сковородку на слабый огонь.

4. Через 20 минут собрать тесто осторожно в ком и раскатать его скалкой на слегка подпыленной доске в овал 60×25 см, толщиной в 2–3 мм.

5. Полученный блин осторожно посолить, затем ровным слоем нанести кунжутную пасту, а если ее нет, то обмазать обильно маслом.

6. Затем плотно свернуть блин в трубку, разрезать ее на две части и каждую часть свернуть в жгут, как выжимают белье.

7. Образовавшиеся жгуты-спирали смять плашмя не скалкой, а дощечкой, чтобы не сместить закрутку, а просто примять, и только после этого осторожно растончить скалкой, не смещая слоев закрутки раскатыванием. Толщина полученного круга (блина) должна быть около 1 см, но не тоньше!

8. На нагретую к этому времени сковородку капнуть 1 ч. л. масла, растереть ее равномерно луковицей по всей поверхности сковородки тончайшим слоем и выложить на сковороду раскатанные блины, после чего немного усилить огонь и прикрыть блины тарелкой. Выпекать 3 минуты, перевернуть на другую сторону, вновь капнуть чайную ложку масла и снова выпекать 3 минуты.

9. Лао-Бин готов. Едят его только горячим, сразу же после выпечки; к этому «хлебу» хорошо подходит сыр, колбаса, свежий огурец и другие вовсе не китайские продукты. Сделанный на кунжутной пасте Лао-Бин – незабываемо вкусный «заменитель хлеба».

«ХЛЕБ ТРЕХ МУК» (ЛЕПЕШКИ ПЕРВОПРОХОДЦЕВ СИБИРИ, ИЛИ РУССКО-КИТАЙСКИЕ ХЛЕБЦЫ)

Эти лепешки я выдумал сам. А заодно придумал для них и название. Да не одно, а сразу три. Надо же было их как-то назвать. И правильнее всего – давать название, исходя из состава любого пищевого изделия. А совсем без названия – нельзя. Я давно уже заметил, что люди всегда интересуются более названием, а не содержанием и тем более технологией блюд.

Не раз бывало: покормишь человека чем-нибудь вкусненьким, буквально первый раз только приготовленным экспромтом, а он, вместо того чтобы поинтересоваться, как это сделано, обычно спрашивает: а как это называется?

И боже тебя упаси сказать правду – да никак, мол, не называется, сам только что выдумал, и зачем тебе название, ты скажи лучше – вкусно или нет. Обидится человек, отвернется, насупится даже. Надо ему непременно название, да еще чтобы было каким-то не простым, а вычурным да искусственным. Вот тогда покажется ему, что и невкусное – вкуснее. Такова, к сожалению, людская натура.

Мои три названия этого «пищевого изделия» – не украшения к нему, но и не голая, чистая правда. Все названия придуманы мной, а не возникли в народе, но они строго соответствуют исторической и кулинарной правде.

«Лепешки первопроходцев Сибири» – потому, что первопроходцы XVI – XVII веков сплошь были родом из архангельских и вологодских мужиков, для которых ржаная мука была основной при выпечке хлеба. Именно ржаную муку брали они с собой, собираясь в далекий неизведанный путь за Уральский хребет, за так называемый «Каменный пояс», на восток. А когда они доходили до Шилки и Амура и ржаная мука

у них к этому времени почти кончалась, они приобретали соевую муку у китайцев и, смешивая ее с остатками ржаной, выпекали уже другой хлеб – не ржаные дежни, а ржано-соевые, или пшенично-соевые шанежки, а то и ржано-соево-пшеничные, или же хлебцы с добавлением не муки, а заболони.

Заболонь – внутренняя, нежная, живая часть коры деревьев, а также исландский мох или ягель всегда были немаловажными пищевыми добавками при выпечке хлеба в районах Крайнего Севера и Субарктики. Эти «продукты» не только пополняли скудные запасы настоящей зерновой муки, но и играли важную роль как профилактическое средство от цинги. В заболони, в ее паренхимных клетках откладываются многие питательные вещества – здесь и минеральные соли, которые содержатся в древесном соке, здесь и главнейшие витамины группы В – 1, 2, 6, 12, 15, здесь, наконец, и столь дефицитный в условиях Севера витамин С, который, как мы привыкли считать, находится якобы только в южных фруктах.

Когда на Дальнем Востоке и на Крайнем Севере люди «ели кору и мох», то это было связано не с голодом, а с поисками средств для сохранения здоровья. До сих пор в очень благополучной и в очень западной, американизированной Исландии местные жители не отказываются от использования исландского мха при выпечке хлеба, хотя имеют полным-полно привозных грейпфрутов, лимонов, апельсинов и других экзотических заокеанских фруктов. Арктика шутить не любит и ревниво предпочитает все же свое, родное, привычное, а не исключительно южное, экзотическое, привозное.

К сожалению, у нас до сих пор нет налаженного, дешевого и стабильного промышленного производства муки из исландского мха и из заболони хвойных пород деревьев для специальных добавок при выпечке хлеба на Севере. А жаль. Если бы такая мука вырабатывалась, ею могли бы воспользоваться не только северяне, но и все жители России, чтобы хоть изредка, но сделать лично и попробовать хлеб не только «трех мук», но и четырех, пяти, и ощутить, осознать, понять, почувствовать, как и чем питались первопроходцы Сибири 300–400 лет тому назад.

Но чтобы хоть немножко приблизиться к составу их хлеба, попробуйте сделать ту его имитацию, которая реконструирована мной в нижеследующем рецепте.

1 стакан **ржаной муки**
0,5 стакана **соевой муки**
0,5 стакана **пшеничной муки**
50–100 г любого **масла** или **сала** (сливочного, маргарина, лярда, свиного, почечного, говяжьего и т. д.). При замене растительным – 0,5 стакана
35–40 г **дрожжей прессованных** (или пакетик сухих дрожжей, так называемых французских)
1 луковица
0,5–1 стакан **кефира** (или кислого молока, несладкого йогурта и т. п.)
ок. 0,5 стакана **воды** (ориентировочно): больше или меньше, в зависимости от необходимости

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Сделать опару, разведя дрожжи в 0,5 стакана воды и добавив 0,5 стакана ржаной муки.
2. После подъема опары добавить всю остальную ржаную муку и 0,5 стакана кефира или кислого молока, сделав не крутое, но и не очень жидкое тесто, и дать ему подойти.
3. После первого подъема теста добавить *соевой* муки, еще 0,5 стакана кефира и дать подойти во второй раз.
4. После второго подъема теста внести масло, мелко нарезанный лук, *пшеничную* муку и дать тесту подойти в третий раз (чуть-чуть).
5. После третьего подъема теста промесить его на доске, добавляя немного пшеничной муки, чтобы тесто не липло к рукам.
6. Скатать из теста «колбаску» диаметром в 5–6 см и нарезать из нее 10–12 равных «кружков» толщиной в дюйм (2–2,5 см).
7. Сделать из этих «кружков» лепешки, продавливая их в середине и подпыляя немного пшеничной мукой.
8. Выпечь лепешки (шанежки) на умеренном, небольшом огне в духовке в течение 15–20 минут до легкого зарумянивания. После выпечки смазать поверхность лепешек сливочным маслом.

{ ГЛАВА 7 }

О ТЕХНОЛОГИИ И ПИЩЕВЫХ МАТЕРИАЛАХ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В КУЛИНАРНОМ ПРОЦЕССЕ

Говоря о «своей» кухне, то есть об особенностях, приемах и методах своей личной работы за разделочным столом и у плиты, каждый повар должен, конечно, в первую очередь сказать о той технологии, к которой он испытывает наибольшую склонность. Ибо технология в кулинарии лучше и вернее, чем любой ассортимент блюд, свидетельствует о кулинарном почерке повара, о его взглядах на смысл и значение поваренного дела, и даже более того – о его кулинарном мировоззрении.

Тем не менее именно об этом меньше всего говорится в кулинарных книгах – как в популярных, так и в профессиональных.

Причины такого умалчивания разные, но все они по-человечески объяснимы и понятны.

Распространяться в поваренных книгах, предназначенных для профанов и любителей, о специфике различной национальной технологии приготовления авторы таких книг либо не могут, не умеют (если они являются просто составителями-компиляторами, коих большинство), либо не хотят, считают совершенно излишним (если они являются классными профессионалами).

В книгах очень добросовестных профессионалов, где вопросам технологии, естественно, уделяется гораздо больше внимания, подлинных технологических секретов, то есть того нового, что открыл для себя именно автор книги, также обычно не найдешь – речь ограничивается изложением кулинарных методов французской классической кухни, которыми, кстати, в конце XX века никто из профессионалов в полном объеме уже не пользуется, предпочитая свои, добытые личным опытом знания и наработки. А выдавать эти сугубо личные секреты, а тем более свои ноу-хау для активного повара-практика нет, разумеется, никакого смысла, в первую очередь из соображений конкуренции, что также естественно.

Бывают, разумеется, исключения, когда на склоне лет пишет свои мемуары какой-нибудь выдающийся повар, закончивший свою карьеру. Да и он выдает не все, а делится скорее идеями в общей форме.

Такими были, например, в XX веке книги великого французского повара Огюста Эскоффье, датского метрдотеля Эйлера Йоргенсена и недавно вышедшая в Лондоне книга прекрасного английского кулинара, грека по национальности, Нико Ладениса – «Моя гастрономия». Но все это, во-первых, исключения, а во-вторых, подобная литература элитарна, известна и доступна лишь немногим специалистам, да и стоит весьма дорого, порядка 80–90 долларов. Притом это малотиражные, скромные книжки, без всяких «картинок», вовсе не похожие на популярные кулинарные издания – яркие, большие, крупноформатные, но с весьма примитивным кулинарным текстом. Именно в силу всех этих обстоятельств книги мастеров высшего класса, порой выходящие за счет самого автора, не попадают в поле зрения широкой публики, для которой они внешне «непривлекательны».

Вот почему крупные мастера если уж и пишут свои откровенные книги, то предназначают их знатокам, а не обычной публике.

Так, Эйлер Йоргенсен обращался к утонченным знатокам – гурмэ, к квалифицированным ценителям хорошей кухни, а Нико Ладенис прямо пишет, что предназначает свою автобиографическую книгу шеф-поварам, владельцам частных ресторанов и тем, кто интересуется подлинно хорошей кухней. Но все они могут извлечь пользу из его писаний лишь в том случае, если будут читать обе его книги – «Нико» и «Моя гастрономия», ибо они неразрывны, неразделимы, они –

из двух частей состоящее целое, где то, что недосказано в одной, можно найти (если внимательно читать!) в другой.

Даже решив поделиться кое-какими своими секретами, Нико Ладенис все же зашифровал их так, чтобы они стали доступными лишь наиболее достойным, более целеустремленным, более настойчивым, более усидчивым, более любопытным, более дотошным.

Что ж! Этот мастер ценит свое творчество и не хочет, чтобы то, что далось ему самому ценой упорного длительного труда, попало бы в руки какому-нибудь легкомысленному бездельнику! И он нашел для этого удобную, достойную форму.

Дело в том, что современное молодое поколение поваров в большинстве своем не любят, не привыкли черпать знания из книг, то есть работать как исследователи. Как правило, это люди в возрасте 25–29 лет. Они предпочитают экспериментировать у плиты, надеясь на свою молодую, буйную фантазию. И это тоже закономерно и объяснимо, ибо наше время – эпоха не рассуждения, а действия. Но и тут встречаются разные характеры.

В маленькой Исландии, где всего 290 тысяч человек населения и из них в столице сконцентрировано 110 тысяч, естественно, немного ресторанов наивысшего класса. Но именно здесь борьба за немногочисленного богатого клиента ведется наиболее последовательно.

Поэтому не случайно впервые в истории исландской кухни, носившей вплоть до 60–70-х годов исключительно домашний характер, к концу века выросла амбициозная генерация молодых современных поваров международного класса.

Давая современную обработку исландских национальных блюд, эти молодые профессионалы, прошедшие классическую французскую школу, преподносят их в своей интерпретации и своем индивидуальном оформлении. При этом технологически они применяют французские национальные приемы, а в оформлении блюд склонны к яркой декоративности, носящей у каждого индивидуальные черты. Так, опытный 48-летний Бьярни Торн Олафссон пользуется в своей палитре ясными, чистыми, белыми, желтыми, красными и зеленоватыми тонами, давая не замутненные соусами, чистые поверхности рыбы, овощей, морепродуктов, прошедших тепловую обработку, и создавая красочные, светлые композиции, отлично представленные в его книге «Гурмэ Атлантики».

Ульфар Финнбьернссон, молодой 29-летний шеф-повар, признанный «поваром года» в 1994 году, наоборот, используя весь набор национальных продуктов Исландии, в том числе и дичь, уделяет особое внимание созданию декоративных композиций блюд, где специально придумана форма, рисунок раскладки готовой пищи на тарелке, где не столько и не только цвет, гамма блюда, а особое, нарочито выраженное расположение элементов пищи апеллирует к нашему оптическому восприятию еды, стараясь заставить глаз радоваться больше, чем желудок. Это возвращение к одной из традиций французской кулинарной школы молодой повар проделывает, однако, используя национальные средства и современные абстрактные образы изобразительного искусства.

Наконец, есть среди молодых амбициозных поваров и такие, кто работает, используя «книжный материал», черпая свое вдохновение не из фантазии, а из достоверных исторических источников. Так, в небольшом местечке Скальхольт, где нет никакого населения, но имеется ресторан, обслуживающий приезжающих туристов (единственный объект осмотра – небольшая церквушка), местный шеф-повар 40-летний Йоун К. Б. Сигфуссон реконструирует блюда древнеисландской кухни XIII – XIV веков и конца XVII века, с каковой целью исследует в архивах редкие манускрипты, содержащие описания быта тех времен, переписку священников, причем не только в своей стране, но и в Шотландии (Эдинбурге), где также имеются исландские источники. В его блюдах оформление отступает на задний план, главное же – историческая достоверность состава и воспроизведение старой, наивной и неискушенной национальной технологии.

Как видим, современные зарубежные повара идут разными путями, но, главное, каждый из них ищет возможность проявить свою индивидуальность в, казалось бы, обреченном на одинаковость ресторанном творчестве. И то, что происходит, скажем, в такой маленькой стране, как Исландия, является в целом характерным и для других, особенно небольших стран Европы.

Так, в Латвии, где ныне действует много приезжих поваров из Германии, Италии и даже Китая, растут и свои, оригинальные мастера, стремящиеся именно в этом конкурентном многообразии найти, выработать и отстоять свой национальный и индивидуальный кулинарный стиль.

Эта тенденция активности новой генерации кулинаров, сложившейся к концу XX века, уже подмечена французскими поварами, пока все еще занимающими ведущее место в европейской кухне, но уже чувствующими, что им наступают на пятки коллеги из соседних стран, выдвигающие из своей среды талантливых мастеров.

Так, в 1998 году впервые три шеф-повара ресторанов в Дюссельдорфе, Байерс-Бронне и Бергиш-Гладбахе в Германии признаны французским гурманским справочником «Мишлен» трехзвездными. В связи с этим нынешний лучший французский повар 1998 года Ален Дюкас заявил, что в ближайшие десять лет, а то и ранее Германия может нагнать и обогнать Францию по уровню кулинарного искусства.

Таким образом, следующий, XXI век будет веком мощного развития национальных поварских кадров во всей Европе, и нынешний уровень французских кулинаров, сохранявших за собой целый век высшую ступеньку, будет достигнут поварами и кондитерами других стран.

То, что исключительности положения французов нанесен ныне существенный удар, говорит как раз о том, что чисто технологические профессиональные достижения французской кухни стали ныне усредненными для Европы. Вот почему ими пользуются лишь как основой, а надстройку над ними, в том числе и технологические новшества, в каждой стране повара строят уже на чисто национальном и индивидуальном материале и главное – включая практику китайцев и японцев.

Это один из логичных результатов возросшей к концу XX века информированности и международного общения, которые, как и во всех других областях человеческой деятельности, затронули и кухню. Уже в конце 70-х – начале 80-х годов можно было отметить, например, стремительное проникновение восточной кухни в традиционные западные регионы, но в то время считалось, что это явление характерно исключительно для сферы потребления, как своеобразная тяга западноевропейской клиентуры к кулинарной экзотике. Однако этим дело не ограничилось. Сами повара стали заимствовать и применять все смелее приемы тех иностранных кухонь, которые прежде не были приняты в Европе, стали обогащать, разнообразить свою классическую технологию. Этот процесс интернационализации технологии, внедрения методов и приемов азиатской и даже африканской кухни в европейскую шел довольно скрыто в профессиональных кулинарных верхах и почти не был заметен на фоне другого бурно разворачивающегося процесса – космополитизации ассортимента блюд и меню и стандартизации технологии приготовления пищи в силу применения все более одинаковых технических средств во всем мире. Однако космополитизация кухни, начавшаяся в 30-х годах в США и перекинувшаяся в послевоенные годы в Европу, захватила лишь самое низшее (но и самое широкое) кулинарное звено – общепит, особенно в его наиболее урбанистической форме уличного питания. В этой сфере действительно стандартизация не только блюд, но и всего меню, а также общего «космополитического» вкуса, казалось, превратилась в угрозу всему дальнейшему развитию кулинарной культуры. Одна только империя «Макдоналдсов» грозила монополизировать и усреднить все кулинарные представления молодого, активного городского населения крупных мегаполисов и своим космополитическим стандартным меню закрыть путь развитию национальных кухонь у целых народов.

Однако этого не только не произошло, но и обнаружилось, что идущая в компетентной профессиональной поварской среде интернационализация технологии, растущая информированность поваров о ранее неизвестной им технологии «чужих» кухонь служат мощным противовесом упрощению и стандартизации кулинарного ремесла и реально, объективно выступают активным антиподом космополитической кухни.

К концу века и высокая ресторанная кухня получила во всех странах мощное развитие, как передовой отряд сохранения национальных кухонь – как отечественной, так и иностранных. Авторитет именно национальных кухонь – таких, как итальянская, средиземноморская, китайская, японская, – стоит высоко во всех странах, причем им не уступают в пределах своих стран венгерская, чешская, польская, английская, турецкая, среднеазиатская, финская, скандинавская, а также русская, апеллирующие в основном к местным консервативным гурманам.

Таким образом, в целом к концу XX века наряду с массовым развитием и распространением космополитической кухни (ныне рестораны типа «Макдоналдс» имеются уже в 111 странах, их общее число в мире превысило 23 тысячи «точек»!) в каждой стране и Европы, и Америки возникли и расцвели десятки ресторанов популярных иностранных национальных

кухонь и, конечно, своих отечественных. Так, например, в Москве в 1998 году действовали рестораны, представляющие более 20 различных национальных кухонь, хотя в 70–80-х годах было представлено всего 5–6 национальных кухонь, причем все они относились к кухням народов СССР, а зарубежные национальные кухни были представлены лишь так называемой общеевропейской.

Правда, и сейчас на долю европейской кухни, то есть, по существу, также своего рода космополитической, приходится почти треть ресторанов с иностранной кухней в Москве, но зато остальные две трети готовят блюда 21 зарубежной национальной кухни, что представляет собой совершенно новую, характерную именно для последнего десятилетия тенденцию.

Ясно, что сам факт существования такого кулинарного плюрализма представляет достаточно убедительный контраргумент против, казалось бы, неизбежного засилья космополитической кухни. Тенденция отхода от нормативно-нейтральной по вкусу пищи и склонность к выбору более пикантных, артикулированных во вкусовом отношении блюд – налицо, хотя она еще и не стала всеобщей, массовой.

И это понятно. Хороший вкус никогда не был и не будет массовым. Для этого необходим высокий уровень культуры. Социальная возможность практически не играет решающей роли. Особенно когда речь идет о домашнем питании.

Дело в том, что и китайская, и мексиканская, и русская, и любая иная кухня в домашнем исполнении имеют одинаковую стоимость.

Вместе с тем в ресторанном варианте точно так же дорогостоящей оказывается любая кухня, причем в несколько раз. Так, например, суп-пити в ресторанном исполнении стоит, скажем, 100 руб., а в домашнем, лучшем по качеству и вкусу, – всего 10 руб.! Однако поскольку охранителями хорошей кухни вообще и национальных кухонь в частности выступают ныне как раз дорогие рестораны, то иностранные кухни практически доступны ныне лишь довольно обеспеченному слою. Средние, а тем более малоимущие слои могут приобщиться к национальным кухням разных народов лишь при условии их кулинарного освоения и воспроизведения в своем домашнем питании.

Вот почему в этом вопросе все решает уровень культуры. Ведь можно быть культурным и с невысоким достатком, и, наоборот, никакое богатство не способно застраховать и от общей, и от кулинарной некультурности. Но процесс кулинарного просвещения, или самообучения, сложен. Он требует воли, неподдельного интереса, определенных знаний, настойчивости и… хоть небольшой доли кулинарного таланта или хотя бы одаренности, склонности.

Надо сказать, что обучаться самостоятельно домашнему приготовлению лучше всего, осваивая технологию какой-нибудь национальной кухни. Ведь любая национальная кухня – это и есть домашнее приготовление пищи у определенного народа. Вот почему приемы и методы, которыми пользуются в национальных кухнях, легче поддаются усвоению, чем приемы высокой французской кухни, то есть ресторанной, ибо национальная технология всегда проще, логичнее и, главное, состоит из двух-трех основных приемов, так что она естественна, а ресторанная французская технология усложнена, формальна, искусственна. Я, например, стараюсь использовать в своем быту все известные мне приемы и методы приготовления холодной и горячей пищи, существующие *в разных* национальных кухнях народов мира. И получаю не только вкусную еду, но достигаю этого наикратчайшим путем, а главное – наверняка. Ибо чем больше имеешь на вооружении приемов, тем меньше неясностей, тем быстрее совершаешь ту или иную операцию, тем меньше задумываешься, с чего начать, что делать, как поступать в любой конкретной ситуации. Так что чем больше освоишь специальных приемов приготовления, тем легче и свободнее чувствуешь себя у плиты.

О каких же приемах конкретно может идти речь в первую очередь?

Возьмем, например, нашу, так сказать, родную русскую кухню, национальный характер которой все более и более утрачивается, исчезает. Обычно мы понимаем ее как определенный состав продуктов и блюд, в то время как лицо кухни составляет в первую очередь технология. О ней в русской кухне мы забываем. Почему? Да потому, что просто «не замечаем» ее. Ведь в горячей обработке у русской кухни весьма ограниченные технологические приемы: во-первых, отваривание (т. е. кратковременная варка в жидкости (воде), когда вода эта не исчезает, не выпаривается целиком, а остается и либо выливается, либо как-то используется. Так мы приготавливаем лапшу, пельмени, супы. Во-вторых, собственно варка, то есть длительное или ведущееся до полного исчезновения воды или до ее

существенного сокращения нагревание продукта. Так мы варим картошку, овощи, мясо, кашу.

Как ни просты ***эти приемы, но им надо следовать точно, если мы хотим сохранить сам характер национальной кухни. Так, например, по-русски мясо надо непременно варить три часа, так что бульон превращается в гляс – студнеобразную массу, составляющую чуть ли не сотую часть объема первоначально взятой воды. Вот тогда и получается «разварная говядина» как блюдо русской кухни. У нас же ныне обычно мясо отваривают, что неверно и является приемом не русской, а советской и общеевропейской космополитических кухонь. И при этом мясо остается, конечно, жестким, а не «тающим».***

Два других технологических приема русской кухни – запекание и томление – используются в быту совсем редко, ибо томление, то есть длительное медленное нагревание в плотно закрытой посуде при падающей температуре, возможно лишь в русской печи, а запекание – в духовке, которой пользуются гораздо меньше, чем наплитным огнем.

Все остальные виды горячей обработки, по сути дела, к русской кухне не относятся. Так, разработанные приемы жарения и связанное с ним тушение возникли в восточных кухнях и весьма поздно пришли к нам. При этом в общем быту их восприняли поверхностно, без соблюдения всех необходимых правил, вследствие чего вот уже 500 лет в России жарят неграмотно.

Жарение – главный технологический прием всех национальных кухонь Востока – от Ближнего до Дальнего. Неудивительно, что этот прием получил там тщательную разработку и детализацию.

Как известно, суть жарения в том, что любой продукт, из чего бы он ни состоял – мяса, рыбы, овощей, теста, грибов, фруктов, – *зажаривается,* то есть *обрабатывается раскаленным маслом, жиром.* Следовательно, жир, масла – именно та специфическая среда, без которой не может быть жарения. А раз так, то кулинарные мастера Востока в первую очередь разработали градацию использования масла при жарении, как в смысле *качества* жира (т. е. стали различать жарение в разных видах жиров и масел – в твердых, в жидких, в растительных, животных и т. п.), так и в смысле *количества* жира, применяемого при жарении.

Ведь вовсе не безразлично, жарится ли тот или иной продукт с очень малым, просто малым, средним или большим количеством жира. Не только вкус, консистенция, а также быстрота приготовления продукта от этого меняется. Следовательно, надо знать, помнить, как ведут себя разные жиры и масла и их разные количества и объемы по отношению к разным видам продуктов. И это знание, владение такими приемами открывает путь к получению огромного разнообразия вкуса блюд.

Но и это еще далеко не все, что дает владение технологией жарения. Кулинары Востока обнаружили, что жарение может вестись в разного рода посуде, и все эти изменения во внешнем образе зажаривания продуктов будут играть существенную роль в создании разнообразия вкуса пищи. Сочетая разные виды и объемы масел, разную посуду, а также разные виды огня (большой, средний, умеренный, слабый), можно бесконечно разнообразить вкус и консистенцию получаемых блюд.

Многие из этих достижений кулинарии Востока еще в античное время и средние века проникли в Европу и были в первую очередь восприняты средиземноморской, а затем и французской кухней, где получили свое дальнейшее развитие.

Но поскольку все эти заимствования происходили не из первых рук, да и передача знаний кулинарной технологии совершалась не кулинарами, а шла порой через случайных лиц, то и ряд специфических тонкостей обработки пищи при жарении так и остался нераскрытым для европейских кулинаров весьма длительное время.

Так, например, нельзя приступать к жарению любого продукта или кулинарного изделия, не произведя перекаливания масла. Это касается всех видов жиров и масел, независимо от их качества. Жарить на неперекаленном предварительно масле – просто неграмотно. Во всех своих книгах я неустанно повторяю эту сентенцию, эту аксиому, это правило. Тем не менее далеко не все это воспринимают и этим пользуются. А в западноевропейских кулинарных книгах я вообще никогда не встречал даже упоминания об этом важнейшем кулинарном приеме. Несомненно, что мастера, мэтры кулинарии, о нем знают, его используют, но о подобном «секрете» помалкивают. Еще бы. Ты приходишь в ресторан и сразу чувствуешь, что все иначе. Из тех же продуктов, на тех же маслах у тебя дома получилось совсем не то. Сразу вырастает уважение к мастерству повара. Но заслуга-то принадлежит операции по перекаливанию. Среди западноевропейских, а также среди

наших отечественных диетологов-гигиенистов и врачей, занимающихся вопросами лечебного питания, чуть ли уже не полвека ведется упорная пропаганда против жареной пищи и постоянно раздаются призывы к отказу от жарения в отечественной кулинарии.

Все эти люди – стопроцентные профаны в кулинарии, да и в своей якобы специальности – диетологии – разбираются вообще слабо. О приемах жарения, о перекаливании масел и жиров они вообще никогда не слыхали, что еще можно объяснить тем, что они вообще мало читают и ничем не интересуются.

Но у них отсутствуют также и элементарные понятия в области культуры вообще. Они не знают даже того, о чем знает любой рабочий или крестьянин, не имеющий никакого образования. Они не знают о том, о чем знал еще первобытный человек. Они не учитывают, что чище всего на свете чистит огонь, а тем более горящий на огне жир. Жареная пища – наилучший гарант против всех пищевых отравлений. И призывы горе-диетологов к отказу от жареного оборачиваются ежегодно сотнями и тысячами пищевых отравлений в наших детских и санаторных учреждениях.

Жарить нужно, однако не кое-как, а грамотно. И надо, наконец, понять, что *следует осуждать не процесс жарения, а ошибочное и неграмотное его осуществление*. Осознать это было не дано на протяжении всего XX века нашей «расейской» медицине и так называемым «диетологам», так и не удосужившимся за этот срок ознакомиться с технологией жарения и ее правилами, а с ученым видом занимавшимся умозрительными и далекими от реальной жизни рассуждениями о «вреде жарения».

Жарение не только обеспечивает гигиену пищи, повышает и разнообразит ее вкусовые качества. Оно и значительно убыстряет само приготовление по сравнению с отвариванием. Даже при домашнем приготовлении это убыстрение происходит в два-три раза, а при настоящем профессиональном, в условиях современной кухни, в четыре-пять раз. Я имею в виду не применение технических средств убыстрения, вроде микроволновки, гриля и т. п., а убыстрение при помощи чисто кулинарных приемов.

Такое убыстрение не только не оказывает отрицательного воздействия на качество пищи, но и, наоборот, улучшает ее вкус и консистенцию, дает естественно обработанный продукт.

Еще большее ускорение приготовления и сопутствующее ему вкусовое разнообразие достигается при помощи комбинирования методов тепловой обработки, то есть применения и жарения и варения, перемежая эти приемы при приготовлении одного и того же блюда. Примером этого могут служить «жареные» супы, в которых мясная часть вначале гриллируется или жарится, а затем уже варится в кипятке. В результате мясо «поспевает» в четыре-пять раз быстрее, чем при обычной варке.

В современной кухне, будь она домашняя или ресторанная, практически целесообразно пользоваться всем набором специальных кулинарных приемов, выработанных мировой кухней. В этом и состоит, на мой взгляд, преимущество нынешней информированности поваров высокого класса по сравнению с прошлыми поколениями.

В кулинарии, как и в любой профессии, не следует быть педантом. Но это не значит в то же время, что можно не знать канонов. Надо умело, творчески, свободно, по обстановке, по обстоятельствам сочетать все, что тебе известно в профессиональных навыках. И именно это – прямой, открытый путь и к облегчению своего труда, и к созданию вкусной, разнообразной и здоровой пищи. Да, именно здоровой. Ибо ею неизбежно оказывается не специально подобранная по своим компонентам пища, как думают обыватели и врачи-формалисты, а *любая кулинарно грамотно* приготовленная пища.

В последние годы я все более склонен к применению именно всего комплекса технологических навыков, причем в значительной степени восточных, даже когда само по себе блюдо не является восточным по своему составу.

Это происходит подчас просто интуитивно, ибо чувствуешь и знаешь, что эти неевропейские приемы дадут наилучший кулинарный эффект. По крайней мере, на мой вкус. Хотя это и выглядит субъективно.

Объективными же показателями при этом оказываются такие несомненные реальности, как сокращенное время приготовления, улучшенная консистенция продукта и приятный вкус получаемой пищи.

Какие же приемы приготовления «восточных» кухонь можно было бы взять на «вооружение» в нашем домашнем приготовлении для внесения разнообразия во вкус привычного стола? И какие приемы практически у нас вообще не употребляются ни в домашней, ни в профессиональной кухне?

Наряду с упомянутой выше комбинированной тепловой обработкой в тандеме «жарения-варения» надо упомянуть также «паровое отваривание», хотя этот европейский термин не вполне раскрывает суть такого же восточного приема.

Как известно, «паровая баня», или бен-мари, является одним из классических приемов французской высокой кухни, и для ее осуществления с XVII века было создано специальное оборудование. Однако, сравнивая французскую бен-мари с, казалось бы, похожей на нее «паровой баней», применяемой в турецкой, азербайджанской и иранской кухнях, а также в кухнях народов Дагестана, обнаруживаешь такие различия в европейском и восточном подходе к одному и тому же по своей сути техническому приему, что начинаешь сознавать не только кулинарную, но и психологическую разницу между европейской и восточной интерпретацией одного и того же явления. Разницу, открывающую суть противоречий между европейской и восточной культурами.

Во французской бен-мари для создания «паровой бани» применяется широкая корытообразная емкость, наполненная водой, куда ставятся различные кастрюли с определенной пищей, подвергающейся данной тепловой обработке. Кастрюли эти прикрыты крышками, а корытообразная емкость, в свою очередь, закрывается своей особой крышкой.

Уровень воды в большой бен-мари находится на уровне половины или двух третей объема кастрюль, поставленных в «корыто».

Само «корыто» ставится на плиту и подогревается в нескольких местах сразу через несколько наплитных конфорок. Вода в бен-мари кипит равномерно, время от времени ее можно подливать, чтобы не происходило выкипания ниже определенного уровня.

Смысл приготовления в бен-мари состоит в том, чтобы продукт в кастрюлях не испытывал бы слишком резкого прямого контакта с огнем, а согревался бы опосредованно, и в результате получалось бы более нежно сваренное, диетическое блюдо. Исходя из этой основной кулинарной посылки, и «усредняются», делаются равными и ровными все технические условия данного метода тепловой обработки – одинаковый уровень окружающей горячей воды, одинаковый равномерный подогрев и единые и из одинакового материала (металла) общая емкость «корыта» и малые емкости-кастрюли. И наконец, одинаковая прикрытость крышками всех кастрюль с целью изоляции их содержимого от паров воды в общей емкости.

А теперь посмотрим, как осуществляется фактически тот же прием бесконтактной варки в указанных выше восточных кухнях. Прежде всего он разделяется на два как бы совершенно различных и противоположных приема – бесконтактная варка закрытого и открытого типа.

В *первом случае* поступают так: *глиняный сосуд*, куда закладывается пища (любого состава – мясо, овощи, рыба и т. д.), *герметически замуровывается*, а *затем помещается в большой металлический* (чугунный или медный) *котел*, который наполняется водой и ставится непосредственно на огонь, причем огонь самый сильный, ничем не сдерживаемый и не регулируемый. Котел также закрывается крышкой, но не столь плотно, а вода в котле доходит до уровня помещенного в него горшка или даже чуть-чуть превышает этот уровень при сильном кипении. Я думаю, что даже неспециалист-кулинар сразу же обнаружит ряд существенных отличий в этом восточном варианте бен-мари по сравнению с французским.

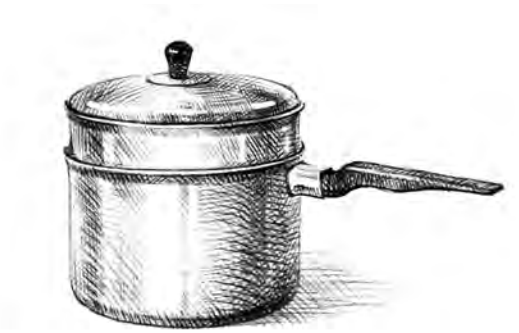
Но перейдем теперь *ко второму*, так называемому *открытому способу бесконтактного отваривания*. Он еще более отличается от французского и состоит в следующем.

В пустую, открытую емкость помещается определенный *продукт* (обычно скороваркий) – рыба, овощи, *и этот сосуд*, совершенно ничем не прикрываемый, *ставится в любую более обширную емкость*, которая наполнена наполовину или лучше всего лишь на треть, на четверть водой. *Большая емкость ставится на умеренный огонь* и прикрывается крышкой – не абсолютно герметически, а так, что она может легко сниматься, если это надо (для подлития воды), а поверх металлической этой крышки кладется еще холщовая ткань (полотенце), которое должно свисать и тем самым прикрывать «щели» между крышкой котла и его краями.

В этом случае, как легко может заметить читатель, есть также масса отличий от французского варианта бен-мари, хотя все основные формальные признаки «паровой бани» сохраняются: две емкости, помещенные одна в другую, и вода, нагреваемая лишь в одной внешней емкости.

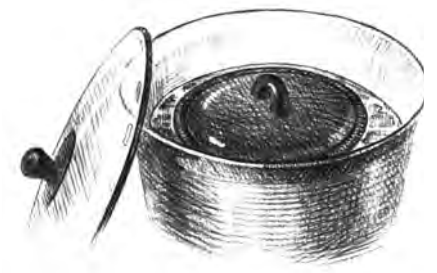
Зато какие резкие отличия в трактовке, так сказать, «частностей», «деталей». Они резко меняют всю основ-

БЕН-МАРИ И ПРИНЦИП ЕЕ РАБОТЫ



ВО ФРАНЦУЗСКОЙ БЕН-МАРИ для создания «паровой бани» применяется широкая корытообразная емкость, наполненная водой, куда ставятся различные кастрюли с определенной пищей, подвергающейся данной тепловой обработке. Кастрюли эти прикрыты крышками, а корытообразная емкость, в свою очередь, закрывается своей особой крышкой. Уровень воды в большой бен-мари находится на уровне половины или двух третей объема кастрюль, поставленных в «корыто». Само «корыто» ставится на плиту и подогревается в нескольких местах сразу через несколько наплитных конфорок. Вода в бен-мари кипит равномерно, время от времени ее можно подливать, чтобы не происходило выкипания ниже определенного уровня.

ЗАКРЫТАЯ ВОСТОЧНАЯ ПАРОВАЯ БАНЯ И ПРИНЦИП ЕЕ РАБОТЫ



ПОСТУПАЮТ ТАК:

глиняный сосуд, куда закладывается пища (любого состава – мясо, овощи, рыба и т. д.), герметически замуровывается, а затем помещается в большой металлический (чугунный или медный) котел, который наполняется водой и ставится непосредственно на огонь, причем огонь самый сильный, ничем не сдерживаемый и не регулируемый. Котел также закрывается крышкой, но не столь плотно, а вода в котле доходит до уровня помещенного в него горшка или даже чуть-чуть превышает этот уровень при сильном кипении. Я думаю, что даже неспециалист-кулинар сразу же обнаружит ряд существенных отличий в этом восточном варианте бен-мари по сравнению с французским.

ОТКРЫТАЯ ВОСТОЧНАЯ ПАРОВАЯ БАНЯ И ПРИНЦИП ЕЕ РАБОТЫ



В ПУСТУЮ, ОТКРЫТУЮ ЕМКОСТЬ ПОМЕЩАЕТСЯ ОПРЕДЕЛЕННЫЙ ПРОДУКТ (обычно скороваркий) – рыба, овощи, – и этот сосуд, совершенно ничем не прикрываемый, ставится в любую более обширную емкость, которая наполнена наполовину или лучше всего лишь на треть, на четверть водой. Большая емкость ставится на умеренный огонь и прикрывается крышкой – не абсолютно герметически, а так, что она может легко сниматься, если это надо (для подлития воды), а поверх металлической этой крышки кладется еще холщовая ткань (полотенце), которая должна свисать и тем самым прикрывать «щели» между крышкой котла и его краями.

ную кулинарную идею французской бен-мари, а потому и создают абсолютно иной вкус у блюд, прошедших восточную обработку.

Кстати, в китайской кухне для приготовления подобным способом создан специальный прибор – юнаньский горшок.

Прежде всего восточные кулинары радикальны – никакой усредненности и равномерности, одинаковости условий! Наоборот – только крайности. Либо совершенно загерметизированное, замурованное отваривание без доступа воздуха и пара (влаги) извне, либо абсолютно открытое, без всяких крышек, с доступом воды (пара) и воздуха из большой емкости в малую, без всякой изоляции. Среднего не дано!

Стоит ли говорить, что эта идея могла родиться только у «диких» сынов Азии, в то время как при французском дворе разных Луев могла возникнуть лишь идея умеренности, точности, аккуратности, выдержанности в ровном, спокойном духе?! Радикализм не был присущ психологии французской монархии.

А отсюда и совершенно разные кулинарные результаты – во вкусе, в консистенции, да и в усвоении этих блюд. Их поразительные вкусовые различия, необычные для европейского человека, являются мощным стимулом для активности нашей пищеварительной системы, способны хорошо «встряхнуть» всю нашу плоть. И этим далеко не в последнюю очередь оправдано их эпизодическое, но все же более или менее регулярное применение в нашей домашней кухне.

Могут спросить: вот вы излагаете различные технологические приемы как-то отрешенно, так сказать, академически, но у вас лично есть ли какие-нибудь особо излюбленные, постоянно применяемые «избранные» приемы и методы приготовления?

Должен сказать, что как излюбленных приемов, так и излюбленных, постоянных, так сказать, «фирменных» блюд, которыми обычно «славятся» домашние кулинары или хорошие домохозяйки, я не имею. И причина здесь в том, что «фирменность» – удел либо любителей, либо слишком педантичных «профессионалов», то есть людей, сознательно остановившихся на наиболее удачном моменте в их жизни (кулинарной, конечно). Мне же еще интересно узнавать новое, то, чего я еще не успел узнать, в чем еще не информирован. Да и, вообще говоря, приемы обработки и приготовления пищи применяются обычно в зависимости от обстоятельств – какое есть на сегодня сырье, какая посуда, какие условия. Поэтому практически нельзя говорить о каких-то «любимых блюдах» или «любимых приемах» у любого профессионала, еще не остановившегося

окончательно в своем развитии. Если же такие «любимые» изделия и приемы все же возникают и у профессионалов, то это просто означает, что характер и ассортимент приготавливаемых ими блюд и употребляемой ими пищи в какой-то мере становится ограниченным и однообразным.

Поскольку я стараюсь есть не много и «полезно», а разнообразно и вкусно, а также в силу чисто «производственной необходимости» должен экспериментировать с разными блюдами, то волей-неволей складывается так, что особо «излюбленных» блюд у меня не бывает. Просто не приходит в голову обязательно повторить на следующий день или на следующую неделю обязательно то же самое, что удалось вчера. Пусть будет не так вкусно, но что-то иное.

Думаю, что это связано с определенной психологией и индивидуальным характером. Не все, конечно, разделяют подобные убеждения. Наоборот, как правило, люди любят повторять одно и то же, и притом стремятся к регулярности таких повторений. Иногда это доходит до гротеска, но, тем не менее, воспринимается большинством как вполне нормальное явление.

У меня был друг, еще с военных лет, который жил далеко, в другом городе. Поэтому я к нему изредка выбирался на День Победы, с интервалами порой в несколько лет. У него была хорошая жена, которая образцово вела хозяйство, сам он ни о чем не должен был и думать. Жена любила читать (и исполнять) разные врачебные рекомендации насчет полезного питания. Особенно произвело на нее впечатление еще в молодости вычитанное в одном журнале сообщение, что творог со сметаной – самые полезные и естественные продукты, богатые белками, жирами, калориями, но лишенные вредных свойств мяса, вызывающего склероз. Поэтому она решила каждое утро включать в состав завтрака хорошую порцию творога и сметаны с сахаром, как это делают в лучших санаториях. Регулярно ходила на базар, брала хороший, домашнего приготовления вкусный творог и такую же сметану, имея постоянную, проверенную, добросовестную молочницу.

Когда я приехал к своему другу в первый раз, эдак лет 20 тому назад, и получил на завтрак огромную миску нежнейшего творога с густой сметаной, я, разумеется, съел это блюдо с большим удовольствием. И всю неделю, которую я гостил у моего друга, меня усиленно потчевали на завтрак тем же самым блюдом. Я подумал, что Катя (так звали жену моего друга), заметив, что я в первый день с удовольствием съел этот творог, решила из ложно понятого чувства гостеприимства предложить несколько раз эту еду, полагая, что доставляет мне удовольствие. Вот почему и я вежливо не стал отказываться от такой «заботы», считая, что ладно, неделю я как-нибудь выдержу, но портить настроение моим милым друзьям своими замечаниями не буду.

Через год я снова приехал к Борису. И что же – меня ждал с утра тот же творог со сметаной, причем абсолютно такого же отменного качества – молочница оставалась та же. На этот раз я просто уехал через день, сославшись на неотложные дела в Москве, решив, что какие-либо объяснения излишни. Спустя шесть или даже восемь лет я вновь посетил гостеприимную семью Бориса. И что же? Творог со сметаной оставался на своем стабильном дежурном месте, как и прежде. Уже грянула перестройка, все стало дороже, многие хорошие продукты исчезли, но Катя оставалась верна своим принципам. Она с большим трудом придерживалась установленного меню, веря, что спасает своего мужа – научного работника – от грозящего ему склероза.

На сей раз я не выдержал и, отозвав Бориса в сторону, напрямик спросил его: «Слушай, ты старый артиллерист, не раз смотревший смерти в глаза, как ты можешь безропотно выносить это многолетнее кулинарное издевательство? Неужели ты не понимаешь, что это, по меньшей мере, глупо, я уже не говорю о том, что это противно и вредно?!» Но Борис только устало махнул рукой: «Я бессилен, прежде я еще пытался ругаться, но ведь надо сохранять мир в семье. Ее не переспоришь».

Но я высказал Кате все, что я думал по этому поводу, не стесняясь в выражениях. И уехал в тот же день. Больше я своего друга не видел. Ведь теперь так дорого стоит дальняя поездка.

Конечно, это, видимо, исключительный случай. Но не столь уж редкий. Я знаю многие семьи, где хозяйка имеет одно, максимум два своих «любимых блюда» и регулярно готовит только их, по крайней мере по праздникам или когда приходят хорошие друзья. И все считают это вполне нормальным.

Что касается меня лично, то даже если случается так, что повторяется сырье – например рыба и овощи – два раза в неделю, то я стараюсь приготовить их технологически по-разному, чтобы вкус блюд не повто-

рялся. Конечно, вкус, а не состав является главным. Ибо однообразие вкуса надоедает легко, а вот состав тех же продуктов, их комбинация, соотношение может варьироваться и тем самым предотвращать повторение вкуса, сохраняя новизну и вкусовую привлекательность блюда. И именно это вселяет оптимизм и интерес к жизни. Смена впечатлений – великая сила, рождающая творчество. Именно она не дает «закиснуть». Вот почему я предпочитаю не знать, не планировать того, что я буду есть назавтра или через неделю. И тем более не связывать себя «любимыми блюдами». В то же время некоторых вещей я избегаю сознательно.

Так, например, я уже лет 25–30 не ем яиц и 15–20 не делаю никаких французских соусов и не пользуюсь всей той суммой технологических навыков, которые необходимы для приготовления подобных изделий. Чем проще (без прикрас!) изготовлено блюдо, тем оно естественнее, а потому и вкуснее. Главное, чтобы есть с аппетитом и удовольствием. А это легче всего удается в отношении неповторяющихся блюд. Вот почему я с некоторым сомнением отношусь к тому, чтобы, скажем, на завтрак всегда обязательно есть кашу или хлопья с йогуртом. Создавать *любое стабильное дежурное блюдо*, пусть даже самое полезное и вкусное, – *это повторять ошибку Кати* с ее неизменным творогом на протяжении всей жизни. Нормальный человек может и с ума сойти от такой последовательности. Ненормальный, тупой или совсем уж слабовольный – выдержит, но какой ценой?

Вот почему я стараюсь не останавливаться ни на определенных блюдах, ни на одинаковых технологических приемах приготовления.

Ознакомившись с европейскими национальными кухнями, я постепенно перешел на азиатские, а теперь знакомлюсь уже с африканскими. Впрочем, африканская технология на большей части континента весьма однообразна. Коронный кулинарный прием африканской кухни к югу от Сахары – это применение арахисовой пасты при приготовлении мясо-овощных блюд. Паста (продающаяся в готовом виде) дает превосходный эффект: она резко убыстряет готовность мяса (в полчаса оно уже мягкое, как воск!) и создает приятный, непривычный для европейца, новый вкус. Но на этом единственном или, лучше сказать, самом выигрышном приеме все «новшества» и «совершенства» африканской кухни и кончаются. В кухне арабов Магриба, то есть Африки к северу от Сахары, также господствует свой «фирменный» национальный прием – изготовление кус-куса, но он применяется только для получения этого блюда.

Таким образом, даже национальные кухни обладают известной ограниченностью, и, чтобы питаться по-настоящему разнообразно, следует применять вперемежку технологические приемы разных кухонь всего мира. Это интересно, увлекательно и способно примирить с необходимостью возиться каждый день с приготовлением пищи и с непременным и неприятным мытьем посуды. Зато все время узнаешь или осваиваешь нечто новое, и труд становится радостным.

Из очень редко, а вернее сказать, почти никогда не применяемых мною технологических приемов можно назвать фритюризацию, или фритирование. Не прибегаю я к этому стихийно, но объяснить причину моей нелюбви к этому способу сейчас могу вполне объективно. Во-первых, использование фритюра упрощает, стандартизирует вкус пищи, и не случайно ныне выпускаются домашние фритюрницы (электрические), которые помогают создавать одинаковые, массовые, стандартные кулинарные изделия. И конечно, облегчают, убыстряют работу на кухне. Вот почему, как я заметил, именно молодые жены просят своих состоятельных супругов чуть ли не на другой день после свадьбы купить им такую дорогую игрушку. Но, побаловавшись неделю, максимум – полторы, эту игрушку отставляют куда-нибудь подальше и тешатся уже другой, еще более дорогой – электрогрилем или микроволновкой. То, что они сберегают время, несомненно. Но кулинарной радости, кулинарного вдохновения почему-то не приносят. А главное, они быстро разрушают миф о том, что вся эта кухонная техника помогает эдак быстренько, в один раз научиться хорошо готовить. Не получается.

Избежать стандартизации вкуса блюд, однако, можно и при использовании стандартных технических средств и связанной с ними одинаковой технологии. Возьмем тот же фритюр. Что можно в нем изменить? (Не пропадать же технике!) Попытка менять сырье – сегодня обжаривать мясо, завтра – рыбу, послезавтра – овощи и т. д., – как ни странно, не дает нужных результатов. Более того, создается впечатление вкусового тупика, неизбежности, ибо любой пищевой продукт, прошедший фритирование, приобретает не только специфический фритюрный аромат, но и создает для наших органов осязания одинаковый, фритюрный эффект, независимо

от того, подвергается фритированию рыбное, или тестяное, или овощное изделие: еще до того, как мы его раскусим, его фритюрная оболочка совместно с характерным фритюрным запахом вызовут у нас невольно ассоциации чего-то знакомого, надоевшего, привычного.

Значит, смена сырья ***еще не решает проблемы разнообразия вкуса. А вот смена жиров, масел, в которых идет фритирование, а также смена различных видов (и способов) панировки приводит к искомому эффекту перемены вкуса пищевого изделия. Ведь свиной жир, подсолнечное или кунжутное масло обладают каждое своим ароматом!***

Еще серьезнее меняет вкус панировка. Применяемая до сих пор во всех европейских и ресторанных кухнях сухарная крошка, некогда введенная в кулинарную моду французской кухней, не только устарела, но и с кулинарной точки зрения – дикость. Крошку полюбили французы недаром – она обеспечивает (при умелых действиях) ровный, красивый светло-коричневый вид изделия. А красота блюда долгое время была основной целью французской кухни, которой подчинялись все остальные кулинарные задачи.

Но в конце XX века следовать этой устаревшей традиции смешно. Тем более что имеются многие иные способы панировки поверхности для любого обжариваемого сырья. Главным из них я считаю муку и применяю часто это средство. При этом, конечно, не замыкаюсь, скажем, на какой-то одной и той же муке, например только на пшеничной. В дело идет ржаная, овсяная, кукурузная, наконец, картофельная, нутовая (гороховая) и рисовая мука. Это одно увеличивает возможность применения различной панировки до двух-трех десятков комбинаций. И каждая из них будет иметь свой особый вкус. Я уже не говорю о других возможностях разнообразия вкусового состава панировки – применения яйца (цельного) и его компонентов по отдельности (белка и желтка), причем также в сочетании с различными видами муки. Эти приемы дают поразительное обогащение вкуса за счет того, что пищевой продукт приобретает не только *иной привкус,* но и в зависимости от изменения характера панировки получает каждый раз *иную консистенцию.* И это только один пример.

Так мы подходим к вопросу о том, ***что вторым по значению профессиональным кулинарным методом обработки пищи, наряду с применением разнообразной технологии приготовления (варкой, жарением, пряжением, тушением, томлением, запеканием, гриллированием, фритюризацией и т. д.), является всемерное использование различных вспомогательных пищевых материалов, придаваемых основным базовым продуктам в процессе их кулинарной обработки.***

Если о преимуществах или особенностях различной тепловой обработки продуктов наши домашние кулинары-любители все же читали и слыхали (хотя и не о всех тонкостях), то о применении вспомогательных материалов в кухонном деле знают гораздо меньше или в своей личной практике не применяют. А точнее сказать – знают в более узком диапазоне. Конечно, о значении *специй,* то есть соли, сахара, соды, уксуса, дрожжей и т. п. «кулинарных прикладов», знают почти все, даже те, кто почти ничего не готовит сам, а о применении *пряностей* (перца, корицы, бадьяна, лаврового листа) или *приправ* (горчицы, хрена) все хорошо наслышаны, хотя и далеко не всегда пользуются в повседневной жизни всем диапазоном, всей гаммой этих вспомогательных средств.

Но вот о том, чтобы использовать различные пищевые материалы, не являющиеся ни пряностями, ни приправами, в качестве вспомогательных средств, дающих существенное изменение вкуса, консистенции и даже внешнего вида готовой пищи, наверняка мало кто слышал и даже задумывался об этом.

А между тем речь идет не о какой-то кулинарной экзотике, а о таких прозаических вещах, как разная мука, разные крупы и разные виды зерна.

Лучше всего, конечно, известна пшеничная мука, но и ее редко используют для панировки мяса, рыбы, овощей. Однако уж совсем редко, если не сказать никогда, в рядовой домашней кухне используется гречневая, овсяная, соевая, рисовая, кукурузная и нутовая мука. А ведь все они обладают не только иным вкусом, но и разной плотностью, влажностью, помолом, а потому сообщают все эти новые качества и тому изделию, где их применяют. Но и это не все – они порой значительно изменяют время приготовления и цвет изделия, не говоря уже о вкусе и консистенции. И более того – многие виды муки облегчают сам процесс приготовления, делают его надежным.

Такова, например, рисовая мука, применение которой при панировке на 100% гарантирует отсутствие подгорания, красивый внешний вид готового изделия и его отменный вкус. Следует только поражаться кулинарному высокомерию французов, которые упрямо

не хотели знать ничего, кроме своей сухарной крошки. Франция сто лет владела Индокитаем – Вьетнамом, Камбоджей и Лаосом, – и за все это время французские повара не удосужились поинтересоваться, как применяется рисовая мука, например, камбоджийцами. В этом отношении англичане оказались более кулинарно интересующимися людьми. Они вывезли из Индии обычай применять пряности, восприняли такие индийские приправы, как чатни, создали наподобие этих приправ свою собственную острую – кетчуп, словом, так или иначе не остались совершенно глухи к кулинарным достижениям других народов. Французы же полностью игнорировали кулинарию других народов (за исключением великого кулинара 30-х годов – Мориса Курнонского) и прошли мимо таких ее вершин, как китайская, японская, камбоджийская и таиландская кухни. Сейчас, к концу XX века, в среде некоторых молодых французских мастеров, поездивших по миру, раздается жесткая критика французского кулинарного высокомерия, ибо оно, по существу, закрывает путь к прогрессу французской кухни, придает ей отсталый, устаревший, консервативный характер. Вот почему пользование разнообразными национальными базовыми материалами, вроде муки и крупы в качестве дополнительных приправ, весьма перспективно для современной кухни. Не говоря уже о том, что они обогащают вообще ассортимент привычных блюд.

Так, только из овсяной муки можно готовить суп-жур, только добавка гречневой муки в блины дает им настоящий «русский», а не столовский вкус, только используя кукурузную муку, можно создать такие блюда, как мамалыга, полента, призванные «встряхнуть» нас и хоть временно сменить приготовление привычных каш. И только рисовая мука способна дать надежную, красивую панировку, демонстрируя которую даже новичок может сойти за мастера.

Я вообще не представляю себе, как можно создавать парадные блюда, не будучи знакомым с рисовой мукой?!

А вот нутовая мука – коварная. Даже за минуту пребывания на сковороде запанированное в ней изделие может приобрести совершенно черный цвет, «сгореть», «обуглиться», хотя это будет только внешний эффект, котлеты или рыба не успеют еще ни прожариться, ни утратить сырой вкус. Поэтому нутовую муку надо *применять в клярах*, а не панировать в ней «на сухую». Влага предотвратит быстрое «обугливание», вернее, внешнее «почернение». Зато какой вкус! Какая нежнейшая консистенция у той же рыбы или овощей, запанированных в нутовом кляре. Но надо очень быстро вертеть, перевертывать все время на сковороде или в сотейнике запанированные в нуте продукты. Надо не давать им время плотно прижаться к сковороде и спокойно лежать на ней. Немедленно почернеют. Вот почему раз уж вы и решили полакомиться изделиями в нутовой обработке, то им надо не давать покоя при прожаривании, их надо все время теребить.

Точно так же обладают своими вкусовыми особенностями и своей индивидуальной реакцией на нагретое масло и огонь все другие виды муки, в том числе и крахмал. Их свойства надо изучить, привыкнуть, приспособиться к ним и смело применять в повседневном быту.

В хорошей кухне использование разных видов муки – необходимый прием и метод приготовления.

То же самое относится и к зерну. В своей повседневной кухне я стараюсь использовать наиболее широкий набор различных круп – пусть в незначительном количестве, но обязательно разных, для подмеса в гарниры (овощные), в пюре и каши. Поэтому дома всегда имеются наготове овес и пшено, перловка и гречка, рис, пшеница и полба и разные корнфлексы. Никогда ведь заранее нельзя знать, что и с какой целью понадобится для подмеса, иногда совсем мизерного количества – ложки, двух максимум, для загущения того или иного овощного сочетания.

Аналогично обстоит дело и с бобовыми. Я, например, употребляю два вида белой фасоли (крупную и мелкую, чуть зеленоватую), три вида пестрой фасоли (одну украинскую и две закавказские), а к ним в придачу зеленую стручковую, незаменимую для блюд из кур и индеек, помимо этого, из бобовых достаю еще сою (для проращивания и приготовления холодного блюда по-корейски), маш (среднеазиатское бобовое растение с зелеными мелкими зернами величиной со спичечную головку), два вида чечевицы (европейскую – так называемые линзы – и палестинскую, красную), а также три вида гороха, каждый из которых значительно отличается от другого вкусом и идет на приготовление совсем разных блюд (обычный желтый мелкий горох; серый крупный прибалтийский горох и нохут, или нут, или «бараний горох», кавказского или среднеазиатского происхождения). С таким набором (а он крайне хорошо хранится и дешев по своей стоимости), что называется,

не соскучишься в кулинарном отношении, ибо этот набор будет всегда тебя «провоцировать» на создание не похожих друг на друга блюд.

Дополнительными видами продуктов, которые можно использовать для создания неожиданных вкусовых акцентов в пище и которые, следовательно, надо также иметь дома, являются семена и орехи. Я держу всегда 100–200 граммов мака для кондитерских изделий, очищенное подсолнечное семя, а также кунжут (для некоторых вторых блюд из домашней птицы) и, конечно, последнее время в этот набор включаю и арахис. Дело в том, что арахисовая паста, иногда в количестве двух-трех столовых ложек, добавленная в мясные и мясо-овощные блюда, создает хороший эффект – как вкусовой, так и ускорительный. Но у нас нет в продаже готовой пасты в фасованном, закрытом виде, и поэтому я приспособился получать ее каждый раз, когда это требуется. С этой целью достаточно пропустить стакан арахисовых орехов через мясорубку, и они сами через 5–6 минут превращаются из крошки в пасту. Быстро, легко, и главное – всегда свежий, только что сделанный продукт.

Все продукты, которые я перечислил, обычны, не экзотические, но их применение в повседневной кухне практически не распространено. В результате мы многое упускаем, не пользуемся вкусовым разнообразием и ограничиваем свои пищевые впечатления довольно примитивными и массовыми, стандартными продуктами и блюдами. А ведь только за счет постоянной смены таких компонентов, как мука, зерно, растительные и животные масла, можно добиваться радикального изменения вкуса привычных блюд, получать истинное удовольствие от познания нового, необычного. Все это не только обеспечивает в целом разнообразный стол, здоровую, калорийную пищу, но и влияет на наше психологическое состояние невидимым, незаметным путем, подогревает у нас бодрость, хорошее самочувствие, обеспечивает нормальную усвояемость пищи и спасает нас от приема всяких лекарств. Ибо разнообразное питание играет не лечебную, а огромную профилактическую роль.

Кое-кому может показаться странным, что, говоря о «секретах профессии», об особых приемах приготовления и о применении вспомогательных материалов при этом, я в качестве примера касаюсь самых, казалось бы, простейших средств – муки, зерна (круп), жиров и масел, – которые к тому же по своему пищевому характеру относятся не к вспомогательным, а к базовым продуктам.

Делаю я это вполне сознательно, исходя из четырех соображений.

Во-первых, указанные пищевые материалы известны всем и неизбежно, так или иначе, имеются (или должны иметься) в каждом доме на любой кухне. Они вовсе не исключительны и к тому же дешевы.

Ими может практически пользоваться каждый.

Во-вторых, в то же время в полном объеме, в полном ассортименте эти материалы большинству хозяек незнакомы, а подчас не все они ведомы и обычным, средним поварам. Поэтому, указывая на весь их набор, я сообщаю нечто новое, обращаю внимание кулинаров как раз на то, что им следует узнать и заново применить, то есть расширяю их кулинарный горизонт.

В-третьих, применение этих простых и доступных материалов способно действительно научить готовить, ибо повар способен в этом случае сопоставлять и экспериментировать, не удаляясь от конкретной, ремесленной стороны своих занятий. Кроме того, экспериментируя с простыми материалами, трудно испортить блюдо, и даже в случае невольной порчи потери в таком случае будут минимальными.

К числу простейших материалов в дополнение к вышеперечисленным следует отнести и лук, который практически должен сопровождать любую операцию по отвариванию, жарению и тушению. Лук – непременный улучшитель пищи во всех блюдах, кроме сладких и фруктовых. Однако далеко не все применяют его широко и умело.

Наконец, в-четвертых, только работая с простейшими материалами, любой повар может сам для себя уяснить, совершенствует ли он свое мастерство или стоит на месте. Недаром крупные мастера приводят в числе примера самого интересного для приготовления блюда – картофельное пюре. Ибо только в необычном приготовлении самого обычного может по-настоящему проявиться индивидуальность мастера. И ничего странного в этом нет.

Весной 1998 года Москву посетила известная швейцарская повариха – Роза Чуди, приезжавшая на кулинарные гастроли в ресторан «Россини». Журналисты, окружившие знаменитость, наперебой спрашивали, какое блюдо больше всего любит готовить мастер швейцарской кулинарии. И были весьма разочарованы и огорчены, когда Роза Чуди назвала… картофельное пюре. Однако в этом нет ничего удивительного. Ведь

сделать из самого простого пищевого сырья необычно вкусное блюдо – шедевр – и состоит настоящее мастерство. Ибо здесь все искусство заключается в самой работе.

В то же время такие «оригинальные», «свои» блюда, которые та же Роза Чуди назвала, сообщив их состав и рецептуру для прессы, как замечательно вкусные, а именно: *лососина с соусом из черной икры* и *салат из раков с перепелками* – просто-напросто *дорогие блюда* из дорогих, деликатесных продуктов, которые с кулинарно-технологической точки зрения абсолютно ничего интересного не представляют. Вот почему и другой видный повар – Нико Ладенис – также приводит в своей книге рецепт *своего картофельного пюре*, как некое важное блюдо.

Обычно повара не могут объяснить, почему они любят демонстрировать свое мастерство именно приготовлением картофельного пюре. Они знают просто, что так, как приготовят это блюдо они, никто другой не сделает – будет не так вкусно.

В действительности же все дело в том, что картофельное пюре требует для своего совершенства несколько операций, производя которые (или пропуская часть из них!) некомпетентный кулинар обычно и совершает ряд ошибок, что неизбежно отражается на вкусе блюда. А повар-мастер этих ошибок не делает, у него гладко проходят все операции. При этом ряд операций мастер делает автоматически, по привычке, даже не думая, что это – особые операции. А домохозяйка или повар обычной столовой вообще эти операции пропускают, их не признают, их не хотят знать. Отсюда вся разница во вкусе самого «простого» блюда у мастера и у обычной стряпухи. Попробуем перечислить все эти операции, чтобы на их примере показать, какое огромное значение для создания хорошего вкуса имеет весь комплекс приготовления, выполнение на высоком уровне всех без исключения стадий обработки простого пищевого сырья.

Первая стадия – выбор сырья, выбор сорта картофеля.

Не всякая картошка годится для пюре. Вернее, не из всякой оно получится вкусным. Нужна разваристая. Или, иными словами, высококрахмалистые сорта с малым содержанием клетчатки – ткани. Это синеглазка, голландская красная и другие им подобные.

Вторая стадия – холодная обработка, очистка.

Она включает мойку картофеля начисто в холодной воде несколько раз, чтобы его поверхность была свободна не только от следов почвы, но и от ее запаха. Затем – чистка кожуры. В этой «простой» операции есть тем не менее два секрета. Первый – чистить нужно только *сухой, обсушенный* бумажным полотенцем после мойки картофель.

Второй – при чистке тщательно вырезать не только «синячки», но и все «глазки».

Третья стадия – обработка перед отвариванием. Подержать очищенный картофель минут 10–15 в воде, куда добавлена столовая ложка соли и соды. Затем тщательно промыть картофель в проточной воде.

Четвертая стадия – отваривание. Здесь важно прежде всего, чтобы вода лишь только-только покрывала картофель в посуде, но не более. Во-вторых, вести отваривание сразу в кипятке, а не в холодной воде. В-третьих, при отваривании добавить лавровый лист и луковицу (целиком) или измельчить. В-четвертых, вести отваривание до полного испарения воды, а затем картофель слегка подсушить, а луковицу убрать.

Пятая стадия – превращение отваренного картофеля в пюре.

Это делается очень быстро специальной *перфорированной металлической* (а не деревянной) толкушкой так быстро, что картофель нисколько не успевает остыть.

Шестая стадия – добавка в пюре смягчающих его компонентов.

Здесь вкусы и выбор поваров-практиков расходятся. Одни добавляют молоко, сливочное масло, другие – сливки, масло, третьи – молоко, яйцо, масло. Я считаю, что необходимо добавлять *очень немного* кипящего молока, чуть-чуть, не более 1 ст. ложки, ну двух, чтобы не разжижать пюре. А *из масел – сочетание растительного и сливочного.* Растительным может быть и подсолнечное, и, конечно, оливковое, единственно признанное из растительных масел в высокой кухне. Сливочного масла можно класть очень много – по 100–150 г. Но все же надо помнить, что и здесь должна быть мера: переложить нельзя.

Седьмая стадия – добавление пряностей. В этом вопросе также существуют разные мнения. Некоторые отвергают пряности, как, например, Роза Чуди. Другие добавляют совершенно определенные, «свой» набор. Так, Нико Ладенис применяет белый перец, соль и немного мускатного ореха! Я считаю, что вкуснее добавить красный перец, чеснок, петрушку, укроп

и чуть-чуть домашнего огуречного рассола. Получается «русское» по вкусу пюре.

Таким образом, ***пюре требует семь стадий, семь разных операций, причем все время оно должно оставаться горячим, а это значит, что все операции должны совершаться крайне быстро – в течение секунд! И пропустить что-либо за эти секунды нельзя!***

По сравнению с этим блюдом, трудоемкость которого очевидна, подать лососину, прогретую в духовке 2–3 минуты и политую соусом с черной икрой, – сущие пустяки. Были бы продукты и деньги.

Следовательно, настоящая поварская работа не тогда, когда подается готовая пищевая экзотика в виде салата из раков и перепелок, а когда приготавливается настоящий суп, базовый гарнир, второе горячее мясное или рыбное блюдо. Вот там вкус создается знаниями, трудом и искусством повара, а не за счет приобретения дорогостоящего экзотического, деликатесного сырья.

И если рестораны умеют поразить именно дорогой экзотикой, то в отношении простейшей (но тщательной) обработки они, как правило, отстают или допускают грубейшие ошибки, а вернее – спокойно пренебрегают правилами создания хорошего вкуса за счет обработки. Приведу такой пример.

Нигде, ни в домашней кухне, ни в самых фешенебельных ресторанах, мне не приходилось видеть, чтобы были тщательно обработаны помидоры – то ли для салата, то ли для горячих блюд. Нигде, ни в Москве, ни в Стокгольме, ни в Варшаве, из помидоров не вырезали остатков цветоножки и ее зелено-белое продолжение в плоде. А это крайне огрубляет вкус салата или супа, куда попадает подобный недоочищенный овощ. Точно так же нигде в обычных столовых и ресторанах не срезается кожура с моркови. Ее чистка ведется «обдирным» путем. А это не в состоянии ликвидировать неистребимый привкус земли, который затем уже в готовом блюде стараются забить или «прикрыть» соусом или пряностями. Но неприятный привкус остается. Именно с этим мирятся обычные стряпухи, но никогда не мирятся хорошие повара. И это именно тот «секрет», который они «скрывают» и который создает превосходный вкус их блюд.

Вот почему в ответ на недоумение журналистов, как это можно любить возиться с приготовлением «простого картофельного пюре», Роза Чуди откровенно объясняла им: «Я готовлю не для всех, а только для высокопоставленных людей, которые желают получить что-то особенное. Поэтому даже обычное картофельное пюре должно отличаться от того, что подается широкой публике».

Сама же «публика» привыкла готовить картофельное пюре спустя рукава, а под «хорошей кухней» понимать лососину, черную икру, перепелок и т. п. Когда же какой-нибудь действительно отличный повар-мастер чистосердечно признается, что все его «секреты» заключаются в последовательном проведении, аккуратности исполнения кулинарных процессов, то к нему относятся с недоверием.

Более того, у нас не только не прислушиваются к таким рекомендациям, но и само по себе понятие «аккуратность исполнения» просто не понимают, не вдумываются в его подлинное содержание.

Под аккуратностью в кулинарии у нас обычно понимают вылизанную кухню. Это наши хозяйки умеют и любят делать. Но вылизанные кухни, где вся «некрасивая посуда» спрятана в духовку, а сама духовка вечно бездействует, являются декоративными, неработающими кухнями.

У нас вообще путают понятие «аккуратность» с понятием «гигиена». Но это разные вещи. Когда Роза Чуди говорила журналистам, что она не терпит неаккуратности от своего персонала и дает за это нередко пинка или подзатыльник, то ее поняли так, что она требует, чтобы в ее поварской бригаде слишком часто мыли руки. Это естественно и это так: руки надо мыть не часто и не редко, а просто после каждой операции. Но аккуратность этим не ограничивается, и нагоняй люди получают не за это. За мытьем рук можно проследить. Но вот насколько тщательно это сделал каждый, а главное – вытер ли он абсолютно насухо свои руки после мытья, со стороны этого не видно. Тут проследить труднее, и тут как раз содержится одно из главных условий личной, индивидуальной кулинарной аккуратности. Работать с мокрыми или даже влажными руками на кухне нельзя. Они должны быть абсолютно сухими. Точно так же должна быть сухой и вся кухонная посуда, в том числе та, в которую предстоит налить воду или иную жидкость. Для новичка, начинающего кулинара, все это кажется странным и неоправданно формальным – зачем мне, дескать, обсушивать только что вымытую посуду, если я намерен через секунду налить туда воды, чтобы готовить суп? Зачем мне надо ее тщательно, насухо вытирать, если она через пару секунд

все равно станет мокрой? Но так надо, чтобы получить хороший вкус. И никакие объяснения для этого необъяснимого явления не подходят. Вот почему мастер-повар вынужден бывает прибегать к приказным действиям, проявляет «диктаторские» замашки. Иначе нельзя.

Аккуратность или неаккуратность могут проявляться во всем – в элегантном и легком или в поспешном и грубом приготовлении, особенно при проведении любой быстротечной операции: гратинировании, панировании, обсушивании, фритюризации, фламбировании, фаршировании. В таких случаях в зависимости от степени аккуратности «один и тот же прием» способен давать совершенно разные результаты у разных поваров. Ибо именно при быстротечных операциях недостаток квалификации или некомпетентность оборачиваются браком, в то время как мастер высокого класса и при таких ситуациях работает четко, точно, не упуская мельчайших деталей, которыми просто пренебрегает или не знает о них нерадивый, необразованный человек.

Так что настоящий секрет поварского дела заключается в сочетании тщательного исполнения со знанием и талантом. И чем талантливее человек (повар), тем более он понимает, что обязан быть кропотливым тружеником или (если сам он не стоит у плиты) должен требовать от своих подчиненных быть такими же кропотливыми, добросовестными тружениками.

Только при этих условиях возможен личный кулинарный успех. Иных путей к кулинарным высотам нет.

Между тем как раз люди, далекие от кулинарии и лично никогда практически ею не занимающиеся, всегда склонны искать какие-то особые «секреты», якобы позволяющие добиваться приготовления вкусной пищи. Но это заблуждения профанов, не представляющих себе самой сути кулинарного производства.

Конечно, во всяком деле, во всяком ремесле имеются свои особые методы работы, достигнутые опытом и более рациональные по сравнению с действиями необученного, некомпетентного человека. Но они – неразрывная часть общей работы, которая вся от начала до конца должна вестись добросовестно.

Искусство повара начинается ***еще до плиты – в выборе продуктов, с определения их кондиции и свежести, высококачественности. И далее вся технологическая цепочка должна осуществляться уже только на высоком уровне. Нигде, ни на какой момент, ни на одной стадии, нельзя сдавать, нельзя снижать требование, нельзя идти на компромисс.***

Высокая кулинария – бескомпромиссное мастерство, а повар-мастер должен быть по характеру бескомпромиссным человеком. Иначе ему не добиться успеха. Об этом убедительно говорят биографии всех знаменитых кулинаров. Что же касается особых приемов, то они, разумеется, есть у каждого крупного повара, но они лишь результат опыта его работы, а вовсе не универсальная отмычка ко всем загадкам кулинарии.

– Я вот наблюдал за вами, – признался один журналист Розе Чуди, – но никакого особого секрета в ваших действиях не заметил. Есть ли он у вас?

– Да вот, кипячу всегда специально подобранные травы и овощи и отвар использую как основу для приготовления разных блюд, – ответила знаменитая повариха.

Ответила, чтобы отвязаться от журналиста и успокоить его понятным ему сообщением: есть, мол, прием, есть особый «секрет», мой, дескать, фирменный. На самом деле это, разумеется, не секрет и не прием, а просто определенная, удобная, по мнению Чуди, форма вносить аромат пряностей в пищу. Большинство поваров поступают так же. Однако есть и такие, что любят применять только сухие пряности или свежие – непосредственно, а не через раствор. Просто кто к чему привык и что каждый приспособился лучше измерять в момент применения – кто-то щепотку или чайную ложечку перца, а кто-то столовую ложку заранее приготовленного раствора. Секрет не в этом. Это просто *иная форма внесения пряностей*, а *секрет состоит* (если это можно считать секретом!) *в подборе, в составе пряностей*, хотя практически все эти сочетания также хорошо известны профессионалам. Следовательно, *в данном случае речь идет* не об особом, а *о непременном, постоянном, заурядном действии* (а не приеме!) по внесению пряностей в пищу. Многие домашние повара совсем не употребляют или вовсе не умеют употреблять пряности, специи и приправы. Но для профессионального повара – это непременная часть его обычных действий, та часть приготовления, которой нельзя избежать и которая обычно завершает у всех поваров приготовление блюд. Следовательно, это не секрет, *не «особый», а, наоборот, обязательный прием.*

То, что подразумевают под «секретами», чаще всего применяется в кондитерском производстве и вообще

при выпечке или при приготовлении теста. Там действительно тьма разных секретов и секретиков, приемов и приемчиков, без знания которых ничего не выйдет.

Чтобы облегчить освоение поварского ремесла домохозяйкам, кулинарам-любителям и лицам, не получившим правильных навыков в кулинарных техникумах, приведу систематизированный мной перечень кулинарных приемов, позволяющих грамотно работать на кухне.

Прежде всего хочу обратить внимание читателей на то, что публикуемые ниже сведения касаются именно *кулинарных приемов* приготовления определенного пищевого сырья, указывают на определенные *кулинарные операции*.

Обычно же в книжках «Секреты кухни» или в «Советах молодым хозяйкам», публикуемых в журналах, почти никогда *нет подлинных кулинарных советов*, касающихся того, *как совершить ту или иную операцию*, что конкретно надо сделать.

В большинстве случаев эти *советы* обычно *ограничиваются указаниями о хранении пищевых продуктов* или *об исправлении блюда* или продуктов *при* их *порче*.

Кроме того, все эти «советы» сосредоточиваются на двух совершенно не кулинарных целях – они мотивируются либо выгодой (экономической), либо медицинскими соображениями и абсолютно *оставляют в стороне чисто кулинарные задачи* – достижение хорошего (приятного) вкуса, консистенции и аромата блюд. Даже тогда, когда авторы таких книжек хотят дать «кулинарный совет», эти указания бывают либо наивными в кулинарно-профессиональном отношении, либо советами, как совершить… самообман.

Вот примеры таких «советов»:

«Рис после варки будет белым, если добавить в воду чуть-чуть уксуса».

Да рис и должен быть белым, если его до варки правильно, несколько раз промыть. Если же его варили грязным, то отбеливание его уксусом, то есть химическим путем, все равно грязи не уничтожит, а лишь сделает ее невидимой, создаст лишь видимость ее отсутствия, не говоря уже о том, что уксус в сочетании с обесцвеченной грязью вовсе не будет способствовать ни улучшению вкуса блюда, ни сохранению вашего здоровья.

«Чтобы суп-пюре имел необходимую густоту, его нужно заправить разведенным в бульоне мякишем белого хлеба».

Это, конечно, глупость, ибо густота супа измеряется соотношением его основных продуктов (овощей, круп, мяса, рыбы, грибов в нем) с его жидкой (водной) частью, а не плотностью этой жидкой части, загущенной искусственно мукой, хлебом и т. п. Вкус от такого «загущения» резко портится, блюдо становится противным!

«Картофель лучше варить в кожуре, в нем больше сохраняется витаминов, чем в очищенном картофеле».

Витаминов в картофеле, даже в целой тонне, – кот наплакал, а в том полкило, что вы готовите для себя, – совершенно нет, ерунда. А вот грязи, плохого, затхлого запаха от кожуры – хоть отбавляй.

А чего стоят, например, такие «кулинарные» советы.

«Чтобы облегчить работу на кухне, натирайте свеклу для борща на терке».

Но ведь именно настоящего борща тогда и не получится!

«Сильный запах капусты исчезнет, если в кастрюлю положить кусок белого хлеба».

Это вообще не кулинария, а «фокусы с продуктами», смысл которых вообще не ясен. Разве чистый ароматный запах капусты надо уничтожать?

Или имеется в виду запах протухшей капусты, которую вообще нельзя использовать?

Короче говоря, просмотрев десяток подобных современных книжек с советами «молодой хозяйке», «молодой работнице» и т. п., я еще раз убедился, что к кулинарии, к приемам, помогающим созданию правильного вкуса пищи путем ее грамотной кулинарной обработки, эти расхожие «советы» абсолютно не относятся!

Каковы же те приемы, которые надо действительно знать, чтобы грамотно готовить?

О них в следующей главе.

{ ГЛАВА 8 }

МЕТОДЫ КУЛИНАРНОЙ ОБРАБОТКИ ВАЖНЕЙШИХ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ

МЯСО

МЯСО различают прежде всего по видам животных.

Большинство животных обладает мясом со специфическим запахом, который при кулинарной обработке либо стараются сохранить и усилить, либо ослабить.

Усиливают, оттеняют пряностями или сохраняют, фиксируют запах (аромат) следующих видов мяса, готовя их с определенными пряностями и овощами, применяя определенные жиры.

Баранина – ***лук, горох, бадьян, корица, картофель, морковь, чеснок.***

Оленина – можжевеловые ягоды, розмарин, брусника, клюква, свиное сало, молоко.

Медвежатина – можжевеловые ягоды, лук, чеснок, свиное сало.

Ослабляют, нейтрализуют специфический запах следующих видов мяса:

Свинина – сахар, капуста, подсолнечное масло, лук, чеснок.

Зайчатина – уксус, кислое вино, вымачивание в воде, картофель, тесто, морковь, свекла.

Специфический запах отсутствует у *говядины* и *телятины*, которым при приготовлении можно придать любой аромат, а также сделать их мясо (особенно говядину) более жирным.

С этой целью говядину шпигуют свиным салом, отваривают в малой воде долго – до 3–4 часов – или запекают в духовке не менее 1,5–2 часов.

Говядина – самое долговаркое мясо.

В России русские всегда ценили (и продолжают по традиции ценить) говядину именно за нейтральность ее вкуса, то есть как раз за то, за что ее не любят татары и китайцы.

Национальным русским мясным блюдом является разварная говядина или разварная солонина (в прошлом).

Но ныне правильно готовить такое блюдо почти никто не умеет. В результате его переваривают или недоваривают и оно получается либо безвкусным, либо плохо пережевываемым.

Чтобы правильно приготовить разварную говядину, ее надо брать большим куском – от 2 до 5 кг, причем обязательно заднюю часть – ссек, «затылок», кострец – и непременно парное мясо (или солонину) хорошей упитанности, со слоем жира.

Во-вторых, за два-три часа до начала приготовления мясо надо выдержать в маринаде, а еще лучше – в белом столовом дешевом вине.

В-третьих, мясо необходимо слегка отбить, нашпиговать свиным салом и обвязать бечевкой, чтобы фиксировать его форму.

В-четвертых, поливать каждые 10 минут маринадом (подливкой, вином) во время тушения в духовке. А во время варки на плите или духовке все время иметь плотно прикрывающую крышку, под гнетом.

В-пятых, перед помещением в духовку или перед длительным отариванием мясо надо обжарить на наплитном огне до образования легкой корочки.

В-шестых, отваривание говядины на плите ведется сразу в кипятке, а не в холодной воде, в течение 2,5–3 часов на очень медленном огне (слабое, едва заметное кипение) и при замазанной тестом крышке. Тогда мясо будет нежным, мягким, а не распадшимся на тягучие, плохо жующиеся волокна.

Другие славянские народы, наоборот, в большинстве своем ценят свинину – как самое быстроваркое мясо.

Так, у украинцев, поляков, чехов, словаков, хорватов основные мясные национальные блюда приготав-

ливаются из свинины (и только у болгар и македонцев – из баранины).

Свинину предпочитают также венгры, немцы, китайцы, корейцы, камбоджийцы, но используют при ее приготовлении разные кулинарные приемы. У венгров для забивания специфического запаха свинины используют плотную панировку плюс тушение в соусе из красного перца, паприки, помидоров, а у китайцев основными материалами в обработке свинины являются сахар и соевое масло, соевый соус; у поляков и белорусов – кислая капуста и соленые огурцы (так тушится свинина для национального блюда – бигоса); в Камбодже – рисовая панировка, сахар, бамбук (квашеный).

Баранина – основное, любимое мясо всех мусульманских народов. Она распространена от Гибралтара и Танжера (Сев. Африка, страны Магриба) и от Восточных Балкан (Болгария, Румыния) на всем Ближнем, Арабском и Среднем Востоке, в Средней и Центральной Азии.

Мусульманские народы по праву считают баранину самым чистым мясом. Другим таким же чистым является конина, распространенная как национальное мясо среди народов Средней и Центральной Азии – особенно у татар, казахов, башкир, хакасов, тувинцев, монголов, бурят, якутов и калмыков. Однако принципы кулинарной обработки этих двух восточных видов мяса диаметрально различны. Баранину – только жарят, гриллируют, тушат. Конину – только варят, используют в вареные колбасы.

Вкус этих двух видов мяса также совершенно различен.

В Западной Европе баранину ценят и используют во французской кухне. Достаточно сказать, что бараньи жиго и бараньи отбивные были любимыми блюдами мадам Помпадур и ряда французских королей, включая самого «Короля-солнце» Людовика XIV.

Кроме французской аристократии, баранину используют и ценят до сих пор такие европейские народы, как ирландцы, шотландцы и исландцы, имеющие ряд национальных блюд из этого мяса.

Что же касается ***конины, то ее готовят для сугубо национальных блюд только калмыки, татары, башкиры, казахи, монголы и буряты, реже – якуты. Для этого идет особая, малорослая, но упитанная, шерстистая мясная порода монгольских и алтайских лошадок, которые не знают ни седла, ни стойлового содержания, а пасутся в табунах. Именно при этом условии конина имеет особый, непередаваемо приятный вкус. Так что делать конские блюда из любой иной конины не стоит, ибо мясо получится жестким, невкусным. В последние годы конину высокого качества усиленно вывозят из России японцы, приготавливающие в своих ресторанах из этого мяса изысканные и дорогие блюда.***

Для блюд из конского мяса используют ту часть лошадиной туши, где сосредоточиваются отложения жира, то есть загривок шеи, брюшную полость и… ребра. Разумеется, используется и вырезка. Что же касается крупа, то он более жесткий и, кроме того, имеет запах конского пота.

Если конина чрезвычайно специфическое мясо, выбор и приготовление которого может совершать только специалист, то баранина – самое удобное и приятное как для приготовления, так и для еды мясо, доступное для всех.

Самое наилучшее ее использование – *для жарения* и особенно – *тушения* и *грилирования*. При этом баранину либо не солят совсем (молодых ягнят), либо ограничиваются лишь минимальным подсаливанием после приготовления. Главное – это изжарить ее (или стушить) до совершенно полной мягкости, что достигается легче всего помещением баранины вместе с добавкой к ее жиру растительного масла и воды в абсолютно закрытую жаропрочную посуду и нагреванием этого сосуда на открытом огне не менее 45 минут (при молодой баранине) и не более 1,5 часа (при старом, мороженом мясе).

Обработка всякого мяса, особенно его небольших кусков, то есть порций в 100–200 г, предполагает обязательно следующие операции, если хотят получить блюдо с возможно более нежной, мягкой консистенцией.

Во-первых, отбивание, которое должно быть более интенсивным для старого мяса и совсем слабым – для молодого.

Однако это лишь самое общее указание. Нельзя смотреть на эту операцию как на некое механическое действие. На хорошей кухне шеф-повар никогда не поручает «постучать по мясу» ученикам, а всегда требует, чтобы это делал сам повар, ответственный за мясное блюдо. Ибо эта операция и предполагает знание не только сортов мяса, но и блюд, которые будут из этого мяса готовиться.

КАРБОВАНИЕ И НАДРЕЗЫВАНИЕ ВНУТРЕННИХ ЖИЛОК





ЕСЛИ МЯСО ПРЕДНАЗНАЧЕНО ДЛЯ ЗАЖАРИВАНИЯ

небольшим порционным куском в 130–170 граммов и должно при этом сохранять «приличный» внешний вид, а не просто быть мягким и вкусным, необходимо наряду с отбиванием (или вместо отбивания) еще применить операцию карбования, то есть сделать косые надрезы на верхней и нижней поверхностях куска. Если это говядина и используется как антрекот, для подачи красивым, ровным куском, то помимо отбивания и карбования следует надрезать в этом куске все, даже небольшие внутренние жилки. Если этого не сделать, то при жарении кусок перестанет быть плоским – он съежится в ту или иную сторону или свернется в клубок в зависимости от того, в каком направлении в нем шли внутренние жилки. Так что эта мера – не только для мягкости, но и для сохранения внешнего вида блюда.

Так, вырезка (бычья крупная, на 2–3 килограмма) для ростбифа никогда не отбивается, но зато должна запекаться 3–3 1/2 и более часов.

Кусок вырезки в 150–200 граммов для бифштекса «Шатобриан» слегка отбивается, но только большим деревянным молотком с гладкой поверхностью. Такая отбивка не нарушает поверхность мяса, не рвет, не ранит его, но зато сминает немного внутренние части бифштекса, которые как раз не успевают прожариться, а потому должны иметь гарантию, что будут мягки.

Кроме того, отбитое мясо обязательно обвязывают нитками (в том числе и бифштексы), чтобы оно не потеряло формы куба при подаче.

В настоящее время на Западе применяют так называемую *бифштексную клетку,* где отбитое мясо фиксируется прочно металлическим каркасом.

Мясо для бефстроганов отбивается в крупном куске – на 400–500 г, а уже затем режется на узкие полоски, из которых и приготавливают бефстроганов.

Мясо худших сортов, чем вырезка, то есть толстый и тонкий край, корейка (отбивные, шницеля), ссек, кострец, идущие на лангеты и ромштексы, отбивается более тонко и более сильно.

Чтобы отбиваемое мясо не рвалось (не прорывалось) и оставалось бы не изрезанным, а ровным, гладким на поверхности, его отбивают в мокрой салфетке. Этот прием применяется в ресторанах, где важно, чтобы продукт и блюдо из него сохраняли внешне красивый вид. Французские полицейские еще в XIX веке использовали это открытие французских поваров в своей практике. Они стали при допросах избивать арестованных в мокрых простынях, чтобы на их теле не появлялись синяки. Этот метод у французских ажанов вскоре переняли все полиции во всем мире, в то время как повара далеко не во всех странах пользовались методом своих французских коллег.

Мясо для суфле в восточных кухнях (армянской, турецкой и иранской) отбивается металлическими молотками с шипами, очень сильно и долго, причем к отбиваемому куску все время прибавляется немного (несколько капель) коньяку. В результате мясо превращается в воздушное суфле, а все жилы, жилки, волокна, фасции и пленки, пронизывавшие и связывавшие мясную ткань, остаются в качестве «ниточек» на доске.

Во-вторых, если мясо предназначено для зажаривания небольшим порционным куском в 130–170 граммов и должно при этом сохранять «приличный» внешний

вид, а не просто быть мягким и вкусным, необходимо наряду с отбиванием (или вместо отбивания) еще применить операцию карбования, то есть сделать косые надрезы на верхней и нижней поверхности куска. Если это говядина и используется как антрекот, для подачи красивым, ровным куском, то помимо отбивания и карбования следует надрезать в этом куске все, даже небольшие внутренние жилки. Если этого не сделать, то при жарении кусок перестанет быть плоским – он съежится в ту или иную сторону или свернется в клубок в зависимости от того, в каком направлении в нем шли внутренние жилки. Так что эта мера – не только для мягкости, но и для сохранения внешнего вида блюда.

В-третьих, после всех этих предварительных операций с сырой, не покрытой ничем поверхностью мясного куска его надо еще чем-то «прикрыть», «защитить», то есть запанировать с целью сохранения мясного сока в куске при тепловой обработке.

Меньше всего нуждается ***в прикрытии свинина и больше всего – говядина и телятина. У последней даже ее природные свойства мягкого, нежного мяса могут исчезнуть, если не прикрыть его щадящей панировкой.***

Только после всех этих операций мясо можно подвергать тепловой обработке – обжариванию (для создания поверхностной корочки), а затем по желанию – отвариванию, зажариванию, тушению, томлению или запеканию.

Но жарить, тушить, томить «голое», ничем не покрытое и необработанное мясо нельзя, это будет кулинарно неграмотно, а следовательно – невкусно.

МОЛОТОЕ МЯСО

С целью смягчения консистенции и ускорения приготовления мясных блюд в поварском деле очень часто используют молотое мясо, либо мелко рубленное, либо пропущенное через мясорубку и превращенное в фарш, либо, наконец, отбитое металлическими молотками до такой степени, что оно превращается в пюреобразное, тончайшее суфле. Из полученных таким путем видов молотого мяса можно изготовлять разные виды блюд – фрикадельки, мясные кнели, клецки, котлеты, биточки, люля-кебабы и др.

Существует упорное мнение, что все виды блюд из молотого мяса, и прежде всего котлеты, были созданы в Европе. Действительно, в Россию котлеты проникли из Германии и Франции в XVIII веке. Однако в Китае и даже в государствах Малой Азии, да и в Закавказье, блюда из молотого мяса существовали 3–4 тысячи лет тому назад, когда европейские народы еще обитали в пещерах и ходили в шкурах. Просто в Россию котлеты пришли не с Востока, а с Запада, чем и объясняются и западные названия всех современных русских блюд из молотого мяса – фрикадельки, тефтели, крокеты, кнели, котлеты. И названия, и реальные отличия этих блюд – чисто внешние. Из русских названий, да и то появившихся лишь в 70–80-х годах XIX века, то есть чуть более 100 лет тому назад, русская кухня придумала только «битки», то есть те же самые котлеты, но только не овальные, а круглые.

Чем мельче молотое мясо, чем оно влажнее, тем легче из него лепится то или иное изделие. Кроме того, слепленные из тонкого мясного фарша изделия тем прочнее держатся, чем они меньше по размерам. Исходя из этих принципов, кулинары и разработали два вида изделий из молотого мяса.

Первый вид – включает все, что делается из очень тонкосмолотого мясного фарша и имеет такую небольшую величину в форме шарика (т. е. величину сливы, вишни, малины), что изделие как бы самосклеивается и не рассыпается, не разваливается. Чтобы усилить эту связь, обычно добавляют в такой фарш еще муку или яйцо, чаще всего то и другое. Если склеивающих частей даже больше, чем собственно мясных, то фарш может быть даже более влажным, иметь консистенцию густой сметаны, и тогда его можно даже не лепить, а просто брать чайной ложечкой.

В силу значительной клейкости все такие изделия не нуждаются в предохранении, то есть в покрытии, в панировке, а потому прямо по изготовлении опускаются в крутой кипяток и там быстро фиксируются (завариваются). Так изготавливаются фрикадельки (твердые шарики из фарша), кнели и клецки (полужидкий фарш, берущийся ложечкой). Все они быстро (за 5–10 минут) отвариваются в воде и не нуждаются в панировке, обжаривании и иных операциях.

Если же такой не обладающий повышенной клейкостью мясной тонкий фарш смешивают с небольшим количеством отварного риса или манной крупы, то получаются так называемые крокеты, небольшие, величиной со сливу шарики, которые могут и отвариваться, и обжариваться.

Если же в крокеты помимо риса добавляют еще и томатный сок, лук, чеснок и яичный белок для усиления

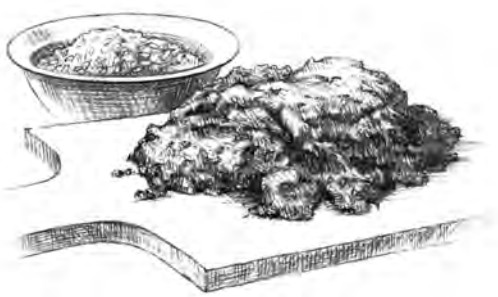
ИЗГОТОВЛЕНИЕ ФРИКАДЕЛЕК, КНЕЛЕЙ, КЛЕЦЕК



В СИЛУ ЗНАЧИТЕЛЬНОЙ КЛЕЙКОСТИ

все такие изделия не нуждаются в предохранении, то есть в покрытии, в панировке, а потому прямо по изготовлении опускаются в крутой кипяток и там быстро фиксируются (завариваются). Так изготавливаются фрикадельки (твердые шарики из фарша), кнели и клецки (полужидкий фарш, берущийся ложечкой). Все они быстро (за 5–10 минут) отвариваются в воде и не нуждаются в панировке, обжаривании и иных операциях.

ИЗГОТОВЛЕНИЕ КРОКЕТОВ





ЕСЛИ ЖЕ

такой не обладающий повышенной клейкостью мясной тонкий фарш смешивают с небольшим количеством отварного риса или манной крупы, то получаются так называемые крокеты, небольшие, величиной со сливу шарики, которые могут и отвариваться, и обжариваться.

связи, то получаются так называемые тефтели – шарики величиной со среднюю сливу, подвергающиеся панировке и легкому обжариванию (1–2 минуты), а затем уже отвариванию или тушению (5–12 минут), в зависимости от конкретного блюда.

Второй вид – это котлеты, битки, люля-кебаб, кюфта – изделия из более грубосмолотого фарша, которые должны обязательно быть крепко запанированными еще в сыром виде, а затем основательно обжарены, а иногда после обжаривания еще и сварены.

Размер всех этих изделий – в пределах от 5–6 см в ширину до 8–12 см в длину или, как у люля-кебаба, от 2 см в диаметре до 20–22 см в длину.

Уже эти параметры показывают, что надеяться на самосклеивание мясного фарша при такой протяженности этих изделий нельзя, тем более что и сам фарш грубее, его частицы крупнее. Следовательно, к котлетам должна применяться иная технология изготовления.

Искусство делать котлеты состоит в том, что они должны быть сочными, обладать выраженным мясным, приятным жареным вкусом и в то же время включать в себя наряду с мясным фаршем ряд побочных продуктов, соотношение которых с собственно мясом принадлежит целиком таланту и интуиции повара. Нужно знать: чтобы сохранить прочность мясного фарша при размерах котлет в 10 см длиной и при добавлении в этот фарш еще лука и чеснока в сыром виде для придания котлетам хорошего вкуса, требуется укрепить этот разнообразный фарш значительной дозой связывающего вещества, роль которого выполняет



- КОТЛЕТА -



- БИТОК -



- ЛЮЛЯ-КЕБАБ -

мякиш белого хлеба, заваренный кипящим молоком. Но чтобы хлеб ни по запаху, ни по вкусу, ни по консистенции в мясной котлете не чувствовался, необходимо, во-первых, брать его не очень много, лишь ровно для скрепа, а во-вторых, тщательно перемешивать его с мясным фаршем до такой степени, чтобы он пронизал его всего, но сам бы не был виден. Отработанная во французской кухне пропорция хлеба в котлетный фарш – на 1 кг чистого мясного фарша 600 г мякиша белого хлеба. Но можно обойтись 400 граммами. Яйцо в любом виде – либо целиком, либо один белок или один желток – добавлять в котлетный фарш для скрепа не следует. Так поступают только плохие стряпухи. Во-первых, яйцо делает фарш после тепловой обработки жестче, лишает котлету необходимой нежности. Во-вторых, оно сильно поглощает приятный и нежный аромат жареного мяса. А без него котлета теряет большую часть своей привлекательности.

Наоборот, следует всемерно увеличивать нежность мяса и сочность всей котлеты. С этой целью в котлеты (пусть даже говяжьи, телячьи и т. д.) обязательно применяется свиной почечный жир, который также в виде фарша добавляется в мясной фарш, по вкусу.

Иногда применяют ***и крепкозамороженное сливочное масло, кладя кусочек его внутрь котлеты. Чаще же в ресторанной практике в котлеты кладется мелко колотый (толченый) лед для повышения ее сочности и без увеличения стоимости. В Сибири применяют также мороженое молоко, дающее очень хорошие***

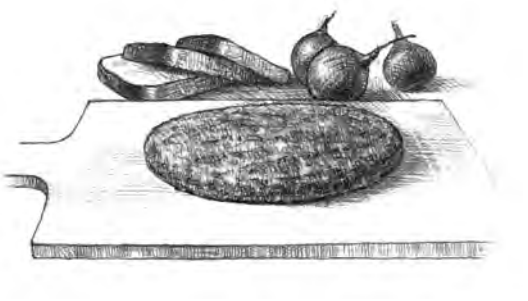
ИЗГОТОВЛЕНИЕ ТЕФТЕЛЕЙ





ЕСЛИ ЖЕ В КРОКЕТЫ помимо риса добавляют еще и томатный сок, лук, чеснок и яичный белок для усиления связи, то получаются так называемые тефтели – шарики величиной со среднюю сливу, подвергающиеся панировке и легкому обжариванию (1–2 минуты), а затем уже отвариванию или тушению (5–12 минут), в зависимости от конкретного блюда.

ФОРМОВКА КОТЛЕТЫ И ОБЖАРИВАНИЕ





ГОТОВОМУ, приготовленному с хлебом, луком, свиным жиром, эластичному, хорошо размятому фаршу, разделив на порции, придают на доске или на ладони форму широкой плоской лепешки толщиной в 1 см.

ПОЛОЖИВ ВНУТРЬ нее масло или лед, лепешку складывают так, что края ее завертываются внутрь, а в середине обязательно остается пустое пространство. Именно сюда, в эту полость, и должны стекаться все соки котлеты при ее нагревании, а не убегать из котлеты на сковородку.

результаты. Только здесь надо соблюдать меру – класть совсем чуточку.

Сама формовка котлеты также имеет свои правила, хотя почти все (даже профессионалы) чаще всего делают это стихийно – формуя «котлетку» просто из куска готового фарша.

На самом деле, по всем правилам, надо поступать так.

Готовому, приготовленному с хлебом, луком, свиным жиром, эластичному, хорошо размятому фаршу, разделив на порции, придают на доске или на ладони форму широкой плоской лепешки толщиной в 1 см. Положив внутрь нее масло или лед, лепешку складывают так, что края ее завертываются внутрь, а в середине обязательно остается пустое пространство. Именно сюда, в эту полость, и должны стекаться все соки котлеты при ее нагревании, а не убегать из котлеты на сковородку.

После того как котлета сформована, ее плотно панируют – вначале обмазывают кисточкой взбитым белком, затем обваливают в муке.

На сковороду котлета кладется той стороной, которой была загнута внутрь, чтобы шов прижарился в первую же минуту. Класть в совершенно раскаленное масло, а спустя минуту-полторы снижать огонь и жарить на умеренном, следя, чтобы котлета не прорвалась и не вытекла. (Проемы быстро замазываются кисточкой со взбитым желтком!) Битки отличаются от котлет круглой формой, а также тем, что их делают жирнее. (Считается, что битки «доизобрели» на юге России, в Ростове-на-Дону, и в пограничных с Россией областях Украины.) Поэтому на 400 г мяса в них кладется до 200 г свиного жира. Кроме того, чтобы сделать битки не чисто украинским, а русским блюдом, их жарение ведут в первые 2–3 минуты на растительном масле, а затем, после образования корочки, тушат минут 15–17 в сметанно-мучном соусе. Так битки приобретают южнорусский колорит.

Особую технологию приготовления применяют к разным частям мяса, прежде всего к *мозгам*, *почкам*, *грудинке*.

МОЗГИ

Часто встречаются в продаже, но далеко не все их берут, ибо не знают, как их готовить, а при обычном приготовлении, как и всякого мяса, они оказываются невкусными.

Во-первых, необходимо вымочить мозги в холодной воде не менее 3–4 часов, все время непрерывно меняя воду до тех пор, пока она окрашивается кровью и лимфой.

Во-вторых, вымоченные мозги опустить в крутой соленый кипяток, подкисленный уксусом (1 ст. л. 6%-ного уксуса на 1–1,5 л воды). Продержать в этом кипятке 5 минут, не давая воде кипеть, а лишь поддерживая в ней температуру на очень слабом огне.

В-третьих, вынуть мозги из кипятка, откинуть их на решето, через 5 минут обтереть бумажным полотенцем и полностью снять пленку с мозгов (оболочку).

В-четвертых, разделить мозги пополам, следуя центральной осевой линии, посолить, поперчить (черным перцем), запанировать в муке, яйце и снова в муке.

В-пятых, обжарить в течение 10 минут на перекаленном масле или 5 минут во фритюре.

Гарнир к жареным мозгам обычно состоит из зеленого горошка, цветной капусты, отварного картофеля и свежих помидоров. Правильно исполненные и поданные мозги (телячьи) – прекрасное, вкусное, своеобразное и неприевшееся блюдо.

ПОЧКИ

Какие бы ни были почки – говяжьи, свиные, телячьи, бараньи,– к ним применяется одинаковая обработка.

Прежде всего почки надо вымочить в холодной воде от суток до минимум 12 часов, все время меняя воду, пока она окрашивается и имеет запах мочи. Затем почки бланшируют, то есть ошпаривают пару раз кипятком или держат в кипятке 2–3 минуты, после чего снимают кожицу.

Варят почки отдельно от всех других продуктов в большой воде, закладывая в холодную вначале воду и варя обязательно целиком, не разрезая, 2–2,5 часа. Затем воду сливают, почки перед подачей или перед дальнейшим использованием нарезают. Если же варить почки нарезанными, то они будут жесткими.

ФАРШИРОВАНИЕ МЯСА

В русской кухне XIX века широко применялось фарширование мяса. Обычно фаршировали только грудинку, реже – лопатку. Использовалась для фарширования либо баранья лопатка, либо телячья грудинка.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЧИНЕННОЙ ТЕЛЯТИНЫ





КОНЕЧНО, КУСОК ТЕЛЯТИНЫ также обжаривают целиком. Но затем сразу тушат его до половины готовности в герметически закрытой посуде, а уже после этого совершенно снимают с ребер (или с лопатки), нарезают ровными (одинаковыми по величине) кусками, перекладывают или обмазывают фаршем (рецепт полужидкого фарша для телятины см. ниже) и заворачивают на доске в лист (сочень) из ржаного теста, после чего выпекают в духовке в течение 45–50 минут.

Блюда эти имели соответствующие русские названия: *бараний бок с кашей* и *телятина чиненная* – и входили в парадные блюда русской национальной кухни. Ныне они забыты совершенно в домашнем приготовлении и весьма редко встречаются в ресторанной кухне. Одна из причин этого забвения – незнание технологии приготовления.

С бараниной и телятиной обращаются в этих блюдах по-разному.

Карре из грудной или лопаточной части баранины прежде всего обжаривается на большой сковородке – целиком, не разрезаясь.

Когда мясо обжарено, оно тем самым уже фиксировано и его легче правильно и ровно резать. Кроме того, оно перестает кровоточить.

Пользуясь тем, что строение бараньего мяса многослойно, изобилует различными пленками, осторожно отделяют мясо от ребер так, что на ребрах остается плотная пленка и часть жира, а мясо также сохраняет пленку как во внешней, так и во внутренней части. Отделяют только с одной стороны, не трогая мяса и пленку, прилегающие к ребрам у хребта. В образовавшуюся полость или в проем между ребрами (или лопаткой) и мясом, отделенном от них, закладывается фарш, состоящий из крутой гречневой каши с грибами, луком, маслом и ягодами.

Затем все стороны зашиваются суровыми нитками, все карре целиком обвязывается бечевкой, и его либо зажаривают в духовке, как жаркое, поливая соком, стекающим в лоток, либо тушат в закрытой посуде, доливая воды, растительного масла и чуть-чуть слабого уксуса.

Телятину чиненную готовят иначе.

Конечно, кусок телятины также обжаривают целиком. Но затем сразу тушат его до половины готовности в герметически закрытой посуде, а уже после этого совершенно снимают с ребер (или с лопатки), нарезают ровными (одинаковыми по величине) кусками, перекладывают или обмазывают фаршем (рецепт полужидкого фарша для телятины см. ниже) и заворачивают на доске в лист (сочень) из ржаного теста, после чего выпекают в духовке в течение 45–50 минут.

Фарш для обмазки телятины состоит из:

спассерованного на жире (масле) лука;

тертого мякиша белого хлеба, заваренного кипящим молоком и отжатого;

сметаны, густого бульона-фюме, соли, черного перца.

Все это должно иметь вязкую консистенцию, гуще густой сметаны, и хорошо держаться на мясе.

Ржаное тесто (пресное) – ржаная мука замешивается на воде. Тесто, в которое завертывается телятина с фаршем, сверху заглаживается руками, смоченными в ледяной воде, и после этого сразу помещается на лист в духовку.

РЫБА

Приготовление ***рыбы имеет мало секретов. Главный из них – рыбу нельзя переварить. Поэтому для европейской речной и озерной рыбы варка должна длиться не более 15–16 минут, а для зауральской, сибирской – полчаса или минимум 25 минут.*** Связано это вовсе не с иным строением мяса сибирской рыбы, а с тем, что в водоемах и реках за Уралом свирепствует чисто сибирский паразит – так называемая «печеночная двуустка». Она обитает внутри мяса живых рыб как в промежуточном «жилище» и, попадая в организм человека из рыбы, пробирается до печени и мучает человека всю жизнь. Личинки печеночной двуустки очень живучи и поэтому способны выносить температуру 100° в течение 15 минут. Поэтому сибирскую рыбу лучше жарить и коптить, а если варить, то подольше – до получаса.

В основном рыбу надо защищать от потери своего сока, стараться, чтобы от кулинарной переработки она не получалась бы суховатой.

Вот почему все виды прочной, в том числе тестяной, панировки (кляр) должны и могут применяться при приготовлении рыбных блюд, если надо получить жареную рыбу.

Точно так же хорошо применять запекание, поскольку защитным панцирем в этом случае служит сама рыбья кожа и чешуя. Защищают рыбье филе при запекании и разные соусы. Вот почему запеченные рыбные блюда всегда вкусные.

Что же касается отварной рыбы, то ее надо отваривать в специальном рыбном котле, где жидкость располагается ниже уровня рыбы и таким образом варит ее только паром, а не вымывает из нее соки в бульон. Так варят всегда дорогую рыбу – белугу, севрюгу, осетрину, стерлядь, судака. Кроме того, отваривать рыбу по-русски надо не просто в воде, а в смеси воды с огуречным рассолом, куда положены перец, лавровый лист и лук.

Жарение мелкой рыбы – карасей, небольших окуньков – также имеет свои особенности. Очень мелкую рыбешку можно только потрошить, отрезать головы, но, например, у карасиков даже оставлять чешую. И жарить их не на сковородке, а в духовке на противне или в жаропрочном лотке.

Дело в том, что на сковороде жареную рыбу надо переворачивать, чтобы равномерно зажарить ее с обеих сторон. В духовке рыба сразу жарится и снизу и сверху, так что в переворачивании не нуждается. А это не только сокращает время приготовления, но и позволяет получить красивые блюда. Когда мелкую рыбешку переворачивают ножом на сковороде, она, как правило, лопается, ее внешний вид портится. При жарении в духовке превращения рыбной мелочи в «кашу» можно легко избежать.

Что касается жиров, ***то мелкая рыба вначале обжаривается в растительном масле, а затем тушится в сметане. В результате ее мелкие косточки при правильном обжаривании и тушении становятся мягкими и не чувствуются при еде. Это делает блюдо из мелкой рыбы, которую обычно избегают, не только вкусным, но удобным и приятным.***

В рыбные фарши, предназначенные для рыбных фрикаделек, кнелей, в отличие от мясных фаршей ничего не кладется – кроме пряностей, то есть лука, перца (черного или белого), зелени петрушки. Ни хлебного мякиша, ни муки, ни масла в рыбные фарши не добавляют. Однако при выделке рыбного фарша, который нельзя пропускать через мясорубку, а надо получать при помощи толчения рыбного филе в деревянной или пластмассовой ступке, следует постепенно прибавлять немного сливок (три-четыре чайных ложечки).

Варка изделий из рыбных фаршей ведется либо в рыбном бульоне с молоком, либо в подсоленном кипятке, и обязательно в открытой посуде. Само же выбивание (толчение) фарша надо производить на льду (т. е. в посуде, поставленной в емкость со льдом).

Все эти усилия окупаются и делаются понятными лишь тогда, когда ешь поистине вкусное блюдо. Можно защитить рыбное филе от потери сока и без помощи тестяной рубашки (без кляра). Для этого филе судака, хека или морского окуня, трески или другой подобной рыбы надо намочить в белом вине, поперчить белым или черным перцем, положить в смазанную сливочным маслом жаропрочную сковородку, залить томатным соусом с грибами и запечь в духовке. Когда минут через 20–25 станет по запаху ясно, что рыба сварилась, надо посыпать блюдо тертым сыром (любым) и подержать в духовке еще 2–3 минуты. Вот тогда станет ясно, что

ПРИГОТОВЛЕНИЕ РЫБНОГО ФИЛЕ БЕЗ КЛЯРА





МОЖНО ЗАЩИТИТЬ РЫБНОЕ ФИЛЕ от потери сока и без помощи тестяной рубашки (без кляра). Для этого филе судака, хека или морского окуня, трески или другой подобной рыбы надо намочить в белом вине, поперчить белым или черным перцем, положить в смазанную сливочным маслом жаропрочную сковородку, залить томатным соусом с грибами и запечь в духовке. Когда минут через 20–25 станет по запаху ясно, что рыба сварилась, надо посыпать блюдо тертым сыром (любым) и подержать в духовке еще 2–3 минуты. Вот тогда станет ясно, что и рыбные блюда могут быть изысканно-вкусными, причем на их приготовление уйдет всего полчаса.

и рыбные блюда могут быть изысканно-вкусными, причем на их приготовление уйдет всего полчаса.

ВЯЗИГА

Вязигой называется хорда, струна, проходящая сквозь позвоночник осетровых рыб. Она испокон веков (по крайней мере с XV – XVI веков) используется в русской кухне для приготовления начинки в кулебяку и маленькие пирожки, расстегайчики. До войны вязига всегда была в магазинах, и поскольку ее стоимость была втрое дешевле, чем самой осетровой рыбы, а ее вес был очень легким, то она была доступна самым бедным людям, которые делали традиционные русские пироги и тем самым отводили свою кулинарную душу даже в самые что ни на есть карточные времена, поскольку вязига продавалась без карточек, считаясь «приправой» вроде горчицы или хрена.

После войны вязига исчезла. Затем она вновь появилась лишь в 70-х годах, причем не в обычных ранее связках «струн», а в мелко крошенном виде, крайне засушенной в картонных небольших коробках по 0,5 килограмма.

Новое поколение вязиги не брало. Не знали, что с нею делать. А старики смотрели с сомнением на какую-то не похожую на прежнюю, крошеную и усохшую вязигу. В конце концов, полежав непроданной год-два, вязига бесследно исчезла из продажи и до нынешнего времени, то есть до конца 90-х годов, не появлялась. Теперь она вновь робко объявилась кое-где в частных магазинчиках. Но ее по-прежнему не берут. Забыли прочно. Совсем. Однако настоящей кулебяки и тем более расстегайчиков без вязиги не получишь. Так что тот, кто хотел бы понять, чем особым знаменита русская кухня, должен хоть раз в жизни попробовать пироги с вязигой. И что у нее за вкус?

Но как это сделать, не обращаясь в очень, ну очень дорогие долларовые рестораны?

Во-первых, купить цельную вязигу, «струной».

Во-вторых, вымочить ее в холодной воде в течение суток, четырежды меняя воду.

В-третьих, варить вымоченную вязигу сразу, не давая ей обсохнуть, 3–3,5 часа (можно и 4!) на медленном огне, при тихом кипении. Варить надо вначале в холодной воде, дать ей закипеть на сильном огне, а затем, после закипания, чем медленнее будет варка на слабом огне, тем лучше. Варить под крышкой, *плотно прикрытой!*

Когда вязига сварится, нарезать ее намелко и слегка спассеровать с луком и петрушкой на слабом огне

в сковородке, затем смешать с небольшим количеством отварного риса и морковки, но так, чтобы в этой смеси явственно чувствовалось присутствие вязиги, ее вкус, ее консистенция. Посоленная в меру и поперченная вязигово-рисовая начинка должна стать составной частью либо сборной рыбно-грибной начинки в кулебяках, либо чисто вязигово-рисово-луковой начинкой в расстегайчиках.

МОЛОКИ

Рыбные молоки встречаются нечасто, потому что мы имеем дело обычно с уже потрошеной рыбой. Чаще всего молоки встречаются в сельди, но их большинство людей просто выбрасывают. Так их есть – невкусно, а как их готовить – неизвестно. Между тем молоки можно жарить или отваривать, как и саму рыбу. Но перед тем как их готовить, необходимо их вымочить – в слабом уксусном растворе (1,5–2%-ном), если они взяты из свежей рыбы, вначале сутки в холодной воде, а затем несколько часов в уксусном растворе, если они были взяты из соленой рыбы (селедки).

И только после этой предварительной обработки молоки можно панировать в муке и жарить. Вкус у них почти рыбный, а костей нет. Хороши они и для фарша в рыбные пирожки, особенно в сочетании с манной кашей и луком.

ДОМАШНЯЯ ПТИЦА

За последние годы, то есть после развала СССР, домашняя птица стала чуть ли не самым обычным и расхожим пищевым сырьем в России, чего никогда прежде за всю кулинарную историю нашей страны не наблюдалось.

«Переворот» был совершен в результате тотального нашествия на российский рынок иностранных кур, начиная с «ножек Буша» и кончая голландскими, датскими, французскими и польскими целыми хохлатками, запечатанными в полиэтиленовую упаковку и полностью готовыми к варке или жарению.

Однако никакие иностранные пулярки не были бы способны покорить российского покупателя, если бы они продолжали продаваться целыми тушками. В этом случае курица продолжала оставаться, несмотря на свое обильное присутствие на торговых лотках, все же «привилегированным блюдом». Массовыми, «народными» куриные блюда сделала в России только разделка тушки птицы на составные части: окорочка, голени, бедрышки, грудки и потроха, крылышки.

Теперь кажется странным и просто-таки диким и непонятным упорное нежелание пищевых ведомств СССР ввести принятую во всем мире градацию мяса и птицы на несколько сортов, не в зависимости от их общей кондиции (свежести, упитанности, породы), а в соответствии с различным предназначением разных частей тушки. И пищевики, и статистики, и финансисты упорно сопротивлялись в течение ряда лет, начиная с 1935 года, введению разных цен на мясо и птицу в зависимости от вкуса и питательности той или иной части. Им было якобы неудобно, «трудно», «тяжело» оценивать каждую часть мяса в зависимости от его реальной стоимости и ценности как пищевого сырья. Удобство бюрократов ставилось выше экономической, да и социальной выгоды.

На этом примере особенно наглядно видно, из-за какой ерунды и мелочи развалился СССР, ибо сумма всех этих мелочей делала жизнь и быт людей неудобными, а это создавало почву к неправильной оценке и всей политики государства, вызывало стремление освободиться от всех сопутствующих ему мелких глупостей. И получилось именно так, как поступил мужик из басни Крылова, решивший убить муху на лбу своего соседа: он ударил по мухе обухом топора, чтобы раздавить ее. Но… случайно, попутно, убил самого соседа. Вместо того чтобы устранить неудобство, мелочи – уничтожили все государство.

Внедрение куриного мяса в наш быт 90-х годов, к сожалению, не сопровождалось решительным пересмотром кулинарного подхода к курице. Ее продолжали либо жарить, либо отваривать, сохраняя и в том и в другом случае специфический куриный «аромат».

Между тем первое, ***что надо было сделать в массовом порядке, – это разъяснить людям, что прежде чем начинать готовить курицу, следует отделить и выбросить как ненужные и излишние в питании ее кожу, сухожилия и крупные суставы, не дав им вывариваться в куриные блюда. Ибо только в этих частях содержится специфический куриный запах. Во-вторых, надо применять при приготовлении куриных блюд повышенные дозы красного перца, имбиря, бадьяна, корицы, базилика и, разумеется, чеснока и лаврового листа. Кроме***

того, весьма полезно применять при тепловой обработке куриного мяса такую индийскую пряность, как кардамон. Это неузнаваемо меняет привычный вкус курицы.

В остальном куриное мясо, как особенно скороварное, не представляет никаких трудностей для кулинара. Аналогично ему и мясо индюшки, которое чуть-чуть менее скороварко, но обладает более приятным вкусом. Целая индюшка жарится в духовке на противне 2–3 часа, а ее отдельные части – всего полчаса! Гораздо реже в нашей кухне употребляется утиное и гусиное мясо.

А именно оно имеет свои кулинарные особенности, так что навыки по приготовлению курицы в этих случаях помочь не могут.

ГУСЬ И УТКА

Гуся по-русски ***жарят обычно в духовке на противне, желательно эмалированном. Так как гусь очень жирная птица, его вначале опрыскивают сверху холодной водой, чтобы его кожа не пригорала. Кроме того, вода все время прибавляется к соку, который стекает с гуся на противень. Это отличает жарение гуся от жарения мяса большим куском, когда к соку прибавляют все время не воду, а мясной бульон. Жарят гуся не менее 2 часов.***

Для фарширования гуся используются всегда антоновские яблоки, часть которых, порезанная на четвертинки, предварительно обжаривается в гусином жире, а часть кладется сырыми.

Из овощей используются для фарширования и обкладывания капуста (свежая и кислая), картофель, помидоры (реже). Из ароматических добавок разрешаются лук (к кислой капусте), петрушка, реже – укроп.

Утка в отличие от гуся фаршируется наряду с яблоками и картофелем также изюмом, сушеным урюком, но капустой не фаршируется.

В связи с этим напомним, что индейка фаршируется абрикосами (свежими, обжаренными), каштанами, курагой, маринованными вишнями и изредка – мелкими кисло-сладкими райскими или анисовыми яблочками, предварительно вымоченными пару часов в слабом уксусе. Таким образом, характер и состав фарша всегда связан и зависит от вида домашней птицы.

ДИЧЬ

Так называемая красная лесная дичь – то есть лосятина, оленина, мясо косули, горной серны – обязательно маринуется перед приготовлением не менее 24 часов, то есть сутки, а то и более, в зависимости от величины кусков и упитанности, возраста мяса. Молодое мясо – меньше, старое – дольше.

Маринуют обычно в яблочном или винном уксусе, дешевом молодом сухом красном вине или в специальных маринадах с пряностями, куда входят можжевеловые ягоды или розмарин в обязательном порядке, так как эти пряности сохраняют и усиливают «лесной аромат» мяса дичи.

После маринования мясо дичи шпигуется свиным салом. Шпигование осуществляется специальным круглым ножом, в глубокую выемку которого вставляется полоска сала. Иногда, при отсутствии инструмента, заменяют шпигование простым оборачиванием мяса дичи в листки (полоски) сала. Но этот прием хуже и может применяться лишь для небольших кусков.

Не нуждается в шпиговании только мясо изюбря – самое нежное и самое вкусное (с особым изюберным ароматом) мясо оленей. У изюбря вполне достаточно собственного жира, а при его отсутствии он хорошо жарится и на растительных маслах – предпочтительнее всего на соевом, кунжутном или оливковом.

Жарение дичи, как и всякого мяса, производится в духовке на эмалированном противне или в жаропрочных керамических латках, в течение не менее 1,5–2 часов, в зависимости от величины куска, причем в закрытой посуде, с добавлением в нее, кроме сала (масла), небольшого количества воды пополам с красным вином (1–2 стакана). Очень большие куски (окорочка) жарятся открытым способом – 2–3 часа и более – или запекаются в ржаном тесте.

ЗАЯЦ

Зайчатина – наиболее доступный вид лесной дичи, хотя заячье мясо до сих пор не везде в России признается «нормальным». В то же время в Марийской Республике, в Удмуртии, у марийцев Башкирии и Татарии зайчатина принадлежит к деликатесному, главному национальному мясу.

Наилучшим из зайчатины считается заяц-русак, забитый поздней осенью (по первой пороше). В это время зайчатина наиболее упитанна и вкусна. Тем

не менее даже в это время для еды годится не вся тушка. В пищу от зайца идет только спина и задние ноги. Вся передняя часть отбрасывается и обычно идет на корм охотничьим собакам.

Зайчатину вымачивают в холодной воде целиком (не разрезая на куски) до тех пор, пока вода окрашивается. Меняют воду непрерывно, несколько раз, не менее полутора суток. После вымачивания с зайчатины снимают все пленки, которые только можно снять, и обнажают непосредственно мышцы мяса. Сняв пленки, разделывают тушку на крупные куски (ноги, бедра, спина напополам) и закладывают их в уксусный маринад (яблочный, винный уксус, красное вино) не менее чем на 12–16 часов.

После маринования заяц шпигуется свиным салом, панируется плотно в муке и обжаривается на наплитном огне в перекаленном масле 30–40 минут. Но на этом «возня» с зайчатиной не кончается. Обжаренная зайчатина рубится на порционные куски, складывается в кастрюлю, заливается сметаной, плотно, герметически закрывается и тушится в духовке не менее 45 минут на умеренном огне.

Перед подачей к зайчатине вновь добавляют сметану. Так готовят зайца по-русски, а вернее, поволжски, а следовательно, по методу тех народов, которые считают зайчатину лучшим мясом в мире и не останавливаются перед всей длительной возней по приготовлению своих любимых блюд.

Едят зайчатину с кислыми, квашеными яблоками, брусникой, морошкой, клюквой да с мочеными антоновскими яблоками.

- ПОДАЧА ФАЗАНА -



ФАЗАН – жарится так же, как обычная индейка. Отличие только в оформлении. Голова, крылья, хвост фазана перед его вымачиванием и разделкой обрубаются, тщательно моются и обсушиваются.



А КОГДА ФАЗАН ГОТОВ, уже на столе, они прикалываются особыми шпильками-шпажками (гателетами) к тушке, исключительно в декоративных целях. Так блюда из фазана выглядят нарядными, парадными.

ПЕРНАТАЯ ДИЧЬ

В принципе вся пернатая дичь, независимо от ее породы, величины и жесткости мяса, вымачивается в воде от 3 до 6 часов, или же в смеси воды с молоком, или же, наконец, в разных маринадах (винных, уксусном, с пряностями).

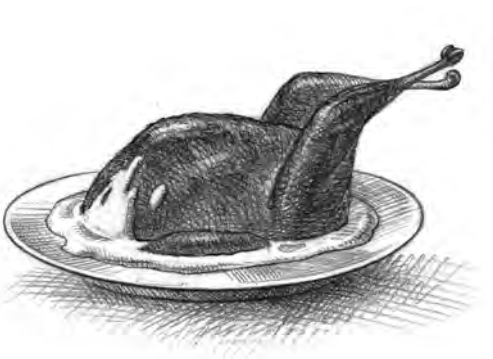
После вымачивания с разной дичью поступают, однако, по-разному.

Фазан – жарится так же, как обычная индейка. Отличие только в оформлении. Голова, крылья, хвост фазана перед его вымачиванием и разделкой обрубаются, тщательно моются и обсушиваются, а когда фазан готов, уже на столе, они прикалываются особыми шпильками-шпажками (гателетами) к тушке, исключительно в декоративных целях. Так блюда из фазана выглядят нарядными, парадными.

Тетерев, тетерка, глухарь. Эти крупные лесные птицы имеют самое плотное и самое сухое мясо. Поэтому они после вымачивания шпигуются свиным салом или чаще оборачиваются в листики сала и затем обжариваются в растительном масле в сотейнике. После 10–15–20 минут обжаривания к распустившемуся жиру прибавляются мясной бульон, сметана, кипяток, так, чтобы количество жидкости в сотейнике не увеличилось более чем вдвое, и при плотно закрытой крышке все блюдо тушится в духовке в течение 35–45 минут. При этом необходимо через каждые 10 минут смотреть, насколько выкипела жидкость, и поливать ею тушки птицы или добавлять кипяток и сметану при помощи ложки.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЕТЕРЕВА, ТЕТЕРКИ, ГЛУХАРЯ

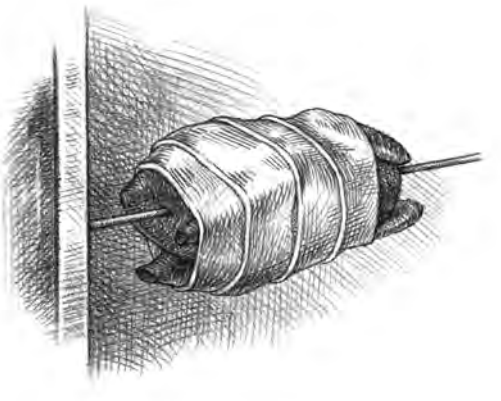




ТЕТЕРЕВ, ТЕТЕРКА, ГЛУХАРЬ. Эти крупные лесные птицы имеют самое плотное и самое сухое мясо. Поэтому они после вымачивания шпигуются свиным салом или чаще оборачиваются в листики сала и затем обжариваются в растительном масле в сотейнике. После 10–15–20 минут обжаривания к распустившемуся жиру прибавляются мясной бульон, сметана, кипяток, так чтобы количество жидкости в сотейнике не увеличилось более чем вдвое, и при плотно закрытой крышке все блюдо тушится в духовке в течение 35–45 минут. При этом необходимо через каждые 10 минут смотреть, насколько выкипела жидкость, и поливать ею тушки птицы или добавлять кипяток и сметану при помощи ложки.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КУЛИКОВ





ВСЕ КУЛИКИ, то есть та дичь, которая в ресторанах, на поварском языке называется бекасами, а в зоологии известна под названиями своих пород – то есть кроншнепы, вальдшнепы, дупеля, турухтаны, – обертывается после вымачивания тонким слоем свиного сала и жарится на вертеле, все время переворачиваясь, в течение 20–25 минут, будучи прочно зафиксирована нитками или тонкой проволокой.

К концу приготовления вся жидкость в сотейнике должна быть сгущена до консистенции густой сметаны.

Мелкая пернатая дичь делится на лесную, болотную и полевую.

Из лесной наиболее легковаркими считаются рябчики, серые и красные куропатки, воробьи. Их мясо нежно, менее плотно, чем у другой дичи.

Используют у них практически только грудки.

Вначале они жарятся в растительном масле в низких кастрюльках до готовности, то есть примерно 20 минут, а затем тушатся примерно такое же время в разных соусах. Рябчики – в сметанном, куропатки – в сметанно-масляном, воробьи – под бешамелью.

Все кулики, то есть та дичь, которая в ресторанах, на поварском языке называется бекасами, а в зоологии известна под названиями своих пород – то есть кроншнепы, вальдшнепы, дупеля, турухтаны, – обертывается после вымачивания тонким слоем свиного сала и жарится на вертеле, все время переворачиваясь в течение 20–25 минут, будучи прочно зафиксирована нитками или тонкой проволокой.

Полевая дичь – овсянки, жаворонки, подорожники, перепела, а также серые и черные дрозды также обвязываются салом и могут жариться и на вертеле (открытый огонь), и в сотейниках, после чего немного дотушиваться в кастрюлях при закрытой крышке, в духовке.

С *голубями* (горлицами, сизарями) поступают по-иному. После интенсивного вымачивания их либо держат минут 15–20 в растительном масле, либо сразу обмазывают в сливочном или топленом масле, завертывают в виноградные листья (предварительно бланшированные, а еще лучше квашеные), затем плотно оборачивают в бумагу (пергамент или полупергамент), закрепляют нитками и в таком виде жарят в растительном масле в сотейниках или кастрюлях до готовности, то есть примерно 15–20 минут. После этого вся обертка с голубиных грудок снимается, и они вновь кладутся в тот же сотейник, куда добавляется немного бульона (мясного или куриного), лимонный сок и кусочек сливочного масла с чайной ложечкой пшеничной муки, и весь этот соус уваривается на сильном огне в течение 5 минут до густоты сметаны. Голубя подают облитым этим загущенным соусом с гарниром из картофельно-морковного пюре и ягодами квашеной клюквы.

ГРИБЫ

Несмотря на то что в нашей стране грибы принадлежат к одному из самых массовых сезонных блюд, приготавливать их грамотно большинство людей не умеют. Отсюда, между прочим, и частые грибные отравления. Дело в том, что, по моим наблюдениям, наши домохозяйки грибы, как правило, недоваривают и недожаривают. Режут грибы слишком крупно, тепловую обработку ведут неправильно, сразу сыпя все нарезанные грибы на сковородку с маслом. Во-первых, грибы, особенно разных пород, следует нарезать как можно мельче и тоньше. Особенно это важно делать в отношении плотных грибов, вроде лисичек. Во-вторых, нарезанные грибы следует высыпать на предварительно нагретую, но совершенно сухую широкую и глубокую сковородку и варить на сильном огне до полного выделения из них сока, а затем уваривать до полного выпаривания этого сока.

В-третьих, только тогда, когда сок будет выпарен, а грибная масса уменьшится в своем объеме в три-четыре раза по сравнению с первоначальным, можно перекладывать грибы на другую сковородку с перекаленным маслом и жарить их вместе с луком до готовности. В самом конце приготовления, перед подачей к жареным грибам добавляется сметана, которая делает их не только сочными, но и оттеняет грибной вкус.

Готовые грибы должны иметь сильный специфический грибной запах, темно-коричневый цвет общей массы и обладать общим, единым вкусом и единой консистенцией. Подсаливать грибы можно только после их полной готовности. Такие жареные грибы могут быть использованы и как второе блюдо, и в качестве грибной начинки в пироги.

ОВОЩИ

В отношении варки и жарения овощей практически нет каких-либо особых приемов. Здесь все просто и ясно. Практически не только отваривать, но и жарить любые овощи легко, не говоря уже, что это самое быстроваркое пищевое сырье.

КАРТОФЕЛЬ. Можно только посоветовать при жарении картофеля использовать не сковородки,

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ФАРШИРОВАННОЙ КАПУСТЫ



МЯСНОЙ ФАРШ,
обжаренный пополам с луком, плюс стакан-полстакана отварного риса – вполне достаточная начинка для среднего кочана, из которого можно сделать четыре порции (разрезать на четвертинки!) фаршированной капусты – вполне сытного летнего второго блюда. Сам процесс фарширования капусты должен происходить на салфетке (льняной, полотняной).

а низкие широкие кастрюли и резать картофель поразному, в зависимости от назначения блюда – идет ли оно на гарнир или должно быть самостоятельным, а также в зависимости от того, каким временем вы располагаете, как скоро хотите получить данное блюдо.

Как бы мы ни решили резать картофель – крупно или мелко, – все части его, предназначенные на каждую конкретную варку или жарение, должны быть равными, одинаковыми по объему и размеру. Это обеспечивает одновременную готовность всего блюда.

Если времени мало и с нарезкой трудно возиться, то картофель можно нарезать крупными дольками или плашками, поместить в кастрюлю с перекаленным маслом и, интенсивно переворачивая, обжарить до состояния золотистой корочки на сильном огне за 6–7 минут, а затем, убавив огонь до умеренного и прикрыв крышкой, потушить минут 10 с мелко нарезанным луком, также время от времени перемешивая нижние и верхние слои.

Картофель, нарезанный четырехгранными брусками или совершенно тонко нарезанный соломкой, готовится аналогично, но требует больше внимания и времени для своего приготовления. Его надо все время мешать (перевертывать), следить, чтобы он не спекался и не пережаривался, все время подсыпать мелко насеченный лук (ближе к концу приготовления), а также делить приготовление на две стадии – обжаривание и томление (под крышкой). В конце приготовления картофеля обязательно надо добавить к нему сметану, зелень петрушки и укропа. Это делает «простое» картофельное блюдо не только красивым, привлекательным, но и сообщает ему «русский вкус». Едят жареный картофель с сырым помидором и с соленым огурцом. Это сочетание наиболее ценно и во вкусовом отношении, с точки зрения сытости и усвоения блюда.

Картофельное пюре. Хорошо приготовленное картофельное пюре может быть не только гарниром, но и полуфабрикатом для приготовления ряда блюд:

картофельных крокетов, запеканок, «картофельных поросят», картофельных котлет и зраз.

Для этого достаточно только сформовать из картофельного пюре с добавленной в него мукой небольшие или средние по размеру шарики, запанировать и обжарить их в растительном масле 2–3 минуты, поместив в середину шарика при желании либо кусочек ветчины, жареного мяса, какой-нибудь сухофрукт или шкварку свиного сала. Изделия из картофельного пюре, защищенные панировкой и дополнительно обжаренные, сохраняют свою свежесть (т. е. не твердеют) в течение 12–16 часов, то есть могут быть использованы и на другой день, будучи слегка разогреты.

КАПУСТА. Когда капуста используется не как основное, а как вспомогательное пищевое средство, надо не забывать, что и в отношении ее надо применять кое-какие простейшие, но обязательные кулинарные приемы. Если капусту хотят использовать на завертку голубцов, то следует выделенные для этого крупные листья два-три раза бланшировать кипятком, каждый раз держа в нем по 2 минуты, но ни в коем случае не варить такие листья.

Нельзя бланшировать также весь кочан сразу, особенно если у него не вырезана кочерыжка. Иначе вся капуста приобретет неприятный серый цвет, который затем не снимет никакая варка, никакое кипячение. Вот почему при фаршировании капусты целым кочаном прежде всего у него вырезают и удаляют кочерыжку, затем надрезают слегка у основания наиболее толстые листья, а уж затем бланшируют.



ОПАРА РУССКОГО ТЕСТА подходит долго – 45–60 минут, и объем ее должен увеличиться ровно вдвое по сравнению с первоначальным, исходным замесом. Кроме того, опара русского теста должна после своей готовности стекать с ложки или лопатки, как густая сметана.



В ГОТОВУЮ ОПАРУ добавляют сдобу, положенную по рецепту (т. е. молоко, масло, яйца или их различные сочетания), и вновь ставят на второй подход еще на 1–2 часа.

Фаршированная капуста – хорошее блюдо, когда имеется немного мяса – примерно 150–200 граммов, а надо накормить несколько человек. Мясной фарш, обжаренный пополам с луком, плюс стакан-полстакана отварного риса – вполне достаточная начинка для среднего кочана, из которого можно сделать четыре порции (разрезать на четвертинки!) фаршированной капусты – вполне сытного летнего второго блюда. Надо только заметить, что сам процесс фарширования капусты, то есть набивание ее между листьями мясо-рисо-луковым фаршем, должен происходить не на доске, не в глубокой миске или в другой твердой посуде, а на салфетке (льняной, полотняной). Фарш закладывается ровно и тщательно между всеми листьями равномерно. Затем кочан туго обертывается, обвязывается нитками со всех сторон и в таком виде обжаривается (тушится) в духовке в течение 1,5–2 часов на растительном масле пополам со свиным салом (жиром).

Можно и не жарить фаршированную капусту, а отваривать ее в салфетке в соленом кипятке в течение 1 часа.

ТЕСТО

Обычно тесто делят на две большие группы – *пресное* и *кислое*. Или бездрожжевое и дрожжевое. Это деление понятно всем, и в такой терминологии домашние хозяйки не путаются. Но весьма часто в кулинарных руководствах фигурируют и более детальные подразделения теста, причем в этих случаях из самих терминов

уже нельзя понять, в чем состоят те или иные различия. Эти термины теста надо просто знать, и они почти никогда в профессиональной литературе не расшифровываются.

Возьмем, например, кислое тесто. Оно бывает русским, французским, английским и восточным. Причем когда применяют обозначения теста с такими прилагательными, то уже не упоминают, что речь идет о дрожжевом тесте.

РУССКИМ ТЕСТОМ называют такое, которое приготавливается на *жидкой опаре*, причем с применением тестяной закваски, а не просто дрожжевой, хотя во второй половине XX века и для русского теста стали применять только дрожжи, но обязательно «живые», свежие, прессованные, а не сухие. Дрожжей, однако, кладется немного – 30 г на 0,5 кг муки.

В опару для русского теста входит ровно половина муки, предназначенной по рецепту для всей выпечки.

Опара русского теста подходит долго – 45–60 минут, и объем ее должен увеличиться ровно вдвое по сравнению с первоначальным, исходным замесом. Кроме того, опара русского теста должна после своей готовности стекать с ложки или лопатки, как густая сметана.

В готовую опару добавляют сдобу, положенную по рецепту (т. е. молоко, масло, яйца или их различные сочетания), и вновь ставят на второй подход еще на 1–2 часа.

Иногда *«очень русское»* тесто требует и третьего подхода, когда речь идет об изготовлении очень уж русских изделий, вроде калачей, куличей, выборгских кренделей и т. п.

Таким образом, многократность подходов – одна из важных особенностей русского дрожжевого (кислого) теста.

Но *главный секрет* в создании настоящего русского теста состоит в том, чтобы *не пропустить, уловить кульминационный момент обоих подходов теста* – когда оно достигает пика, но еще не начинает вслед за этим пиком опадать. Особенно важно не пропустить кульминацию опары. Только в этом случае есть гарантия, что изделие получится вкусным, пропеченным, ноздреватым и будет иметь особый «русский» вкус и аромат. Опадание теста ведет и к потере им «силы», а отсюда изделие не выпекается как следует. У М. Горького в рассказе «Коновалов» есть сцена, где хозяин пекарни выгоняет нерадивого пекаря за то, что тот «передержал тесто», отчего весь хлеб получился бракованным, испорченным.



ОПАРА для него приготавливается густая, и на ней делаются надрезы. В качестве дрожжей используются сухие французские дрожжи. Подход французской опары – это просто ее подъем – без кульминации и без последующего опадения. Просто он должен наступать точно через 15–20 минут, и с этого момента надо начинать вводить в тесто сдобу.



ПОРЯДОК введения сдобы во французское тесто строго определен. Желтки или яйцо целиком сильно взбивают (до пены) и смешивают вначале с молоком, также путем взбивания, а затем уже эта жидкая сдобная часть соединяется с мукой в тесто.



СЛИВОЧНОЕ МАСЛО кладется уже в готовое тесто, и обязательно твердым куском, а не распускается.

ФРАНЦУЗСКОЕ ТЕСТО (или, как его еще называют, *бриошное*) используется как основное кислое тесто во всей Западной Европе, то есть не только во Франции и романских странах, но и в Германии, Австрии, Дании, Чехии, Венгрии, когда там делают дрожжевое тесто.

Бриошное тесто отличается от *русского* тем, что оно поднимается (подходит) втрое быстрее, то есть за 15–20 минут.

Опара для него приготавливается густая, и на ней делаются надрезы. В качестве дрожжей используются сухие французские дрожжи. Подход французской опары – это просто ее подъем – без кульминации и без последующего

опадения. Просто он должен наступать точно через 15–20 минут, и с этого момента надо начинать вводить в тесто сдобу.

Порядок введения сдобы во французское тесто строго определен. Желтки или яйцо целиком сильно взбивают (до пены) и смешивают вначале с молоком, также путем взбивания, а затем уже эта жидкая сдобная часть соединяется с мукой в тесто.

Сливочное масло кладется уже в готовое тесто, и обязательно твердым куском, а не распускается. В целом такая технология придает изделию (выпечке) уже особый «французский» вкус.

АНГЛИЙСКОЕ ТЕСТО приготавливается безопарным путем, на жидких, пивных, живых дрожжах, с достаточно высокой их дозой. У него соблюдается *только один подход,* после чего добавляется сдоба.

В нее входит *лишь один компонент* – говяжье (бычье, воловье, телячье) почечное сало (жир), в таком же количестве как сливочное масло во французское тесто.

Никакой иной сдобы – то есть молока, сметаны, сливок – в английское тесто не добавляется.

ВОСТОЧНОЕ ТЕСТО (среднеазиатское, или *патырное*) отличается тем, что использует повышенное количество дрожжей (почти вдвое большее, чем в европейских видах теста, т. е. вместо 30 граммов – 50 граммов) и при этом *не требует никакого подхода,* а подвергается разделке сразу.

В качестве сдобы в восточное тесто употребляется либо бараний жир, либо растительное масло, а чаще всего сочетание бараньего жира и растительного масла, причем этот жир, эта «сдоба», первоначально смешивается с кипятком, который равномерно растворяет ее, а затем уже замешивается или вводится в патырное тесто.

Все это также приводит к созданию совершенно особого вкуса у изделий из восточного дрожжевого теста.

СЛОЕНОЕ ТЕСТО

При приготовлении слоеного теста можно использовать любой вариант – как кислого, так и пресного теста. Но лучше всего, конечно, пользоваться либо русским, либо французским тестом. Один из видов французского теста, изготовляемый как слоеное, называется также *венским тестом.* Его основное отличие в том, что в его сдобе совершенно ничтожную роль играют яйца (одно яйцо на 500 граммов муки), но повышенная доза дрожжей (причем живых!) – 65 граммов (вместо 50!). В остальном состав и технология всех видов дрожжевого слоеного теста одинаковы. В создании слоеного теста важно помнить о *трех основных моментах,* «трех секретах».

Первый: при замесе теста особенно важно избегать образования в нем комков, даже мельчайших; если, скажем, для выпечки бриошей, то есть небольших хлебцев из французского теста, недостаточная промешенность и наличие мелких комков не испортит в целом изделия, хотя и упростит, снизит его вкус, то при изготовлении слоеного теста наличие комков совершенно недопустимо, и поэтому оно должно с самого начала приготавливаться особенно тщательно. Тереть его надо только в одном направлении – по часовой стрелке.

Второй: самый главный секрет – это присутствие холода. Во Франции слоеное тесто приготавливают на столах, имеющих под разделочной поверхностью выдвижной ящик во всю ширину стола, наполненный льдом.

У нас используют другой метод: на холод выносят, во-первых, полуфабрикаты – тесто и масло, держа их на морозе или в холодильнике перед приготовлением по 10–15 минут, а во-вторых, через каждые две раскатки выставляют на холод уже само слоеное тесто, причем вначале на 10 минут, а второй и третий раз – на 20 минут.

Третий: полная раскатка слоеного теста совершается 7 (семь!) раз.

Первые *две раскатки* носят название *«пол-оборота».*

Четыре раскатки – «оборот».

Шесть раскаток – «полтора оборота». Седьмая, легкая, раскатка – завершающая – обычно не в счет, а иногда даже не производится.

В русских книгах, особенно в XIX веке, принята несколько иная терминология: *полуоборот* – значит сложить тесто вдвое (тестяной лист), *оборот* – раскатать слегка и сложить втрое, *полтора оборота* – четыре или пять раз сложить тестяной лист – и *два оборота* – шесть.

Таким образом, выражение «сделать тесто в полтора оборота» или «дать два оборота тесту» означает в старых кулинарных книгах полное шестикратное

раскатывание слоеного теста. Раскатывание, как уже упоминалось, ведется только в одну сторону, а загиб теста должен всегда делаться сбоку от правой руки раскатывающего.

Сдоба. Масла и муки в слоеное тесто берется поровну. На 100 граммов муки – 100 граммов масла, а пропорции составляют от 350 до 500 граммов. Больших партий теста не делают.

Исключением является *венское тесто.* В нем масла значительно меньше – на 500 граммов муки 250, максимум 300 граммов, то есть вдвое меньше, чем во французском тесте.

Выпечка. Перед выпечкой слоеного теста пирожный лист надо смазать холодной водой (облить) или же вести выпечку не на металлическом листе, а на бумаге или картоне, положенных на решетку.

ПРЕСНОЕ ТЕСТО (бездрожжевое) также подразделяется на несколько видов, каждый из которых имеет особые правила приготовления.

Самый распространенный вид пресного теста – лапшовое.

Из него приготавливается лапша, вермишель, макароны и все виды тестяных оболочек для мясо-тестяных изделий (дюшбара, пельмени, равиоли, бораки, манты) и изделий из теста с другими наполнителями (творогом, капустой, грибами), то есть вареники, кундюмы.

Основные компоненты лапшового пресного теста – мука, яйца, вода. Их различные соотношения зависят от того, насколько прочной необходимо сделать тестяную оболочку в зависимости от начинки (ее тяжести и состава, ее способности разъедать тесто).

Особенностью видов лапшового теста служит также толщина их раскатки. Чем тоньше раскатка, тем нежнее, вкуснее должно быть изделие. Тонкость раскатки тестяного сочня может быть от 1 до 3 миллиметров. Такова, например, толщина раскатки теста для мантов, имеющих большие размеры и грубоватую, обильную начинку. Близкая к этому или такая же толщина теста для вареников – с творогом и капустой, а также для подкогыльо с зайчатиной.

Чем меньше размер изделия, тем должна быть тоньше раскатка. А чем тоньше раскатка теста, тем больше предосторожностей должно быть принято, чтобы тесто не прорвалось.

Самая главная предосторожность – вводить в тесто яйца. Но в меру. Второе условие – вести раскатку осторожно, не допуская смятие истонченного теста в складки и не пытаясь исправить эти складки повторным раскатыванием. Именно в этих случаях «разглаженная складка» и становится местом наиболее вероятного прорыва при отваривании изделий из теста.

При изготовлении теста для лапши никаких проблем не возникает – здесь возможны любые пропорции яиц, муки и воды и любая толщина раскатки теста в пределах установленных и допустимых.

При изготовлении теста для пельменей, бораки, колдунов и кундюмов необходимо придерживаться вложения одного-полутора-двух яиц и раскатывать тесто не толще 2 миллиметров.

При изготовлении теста для дюшбара – раскатку доводить до 1 миллиметра. При изготовлении теста для равиолей – добавлять к тесту помимо яиц и воды 1 ч. ложку оливкового или иного растительного масла и раскатывать тесто от 1 до 2 миллиметров.

При изготовлении вареников из вишни обязательно вводить в тесто 1,5–2 яйца, раскатывать в 2–1,5 миллиметра, а кроме того – особо приготавливать начинку из вишен, сцеживая с ягод сок до тех пор, пока он способен сам сходить при добавлении сахарного песка. Закладывается начинка только из полностью обезвоженных ягод, а последние – без косточек.

Отваривание всех мясо-тестяных изделий ведется либо в подсоленной и подперченной воде, либо в различных костных и мясных бульонах, как правило, в течение 12–15 минут или на пару в течение получаса (манты).

РЖАНОЕ ТЕСТО ИЛИ ПОЛУРЖАНОЕ ТЕСТО (ПРЕСНОЕ) приготавливается простым соединением муки и воды, без каких-либо добавок «сдобы», то есть молока, масла, яиц и т. п.

Применяется оно для создания тестяных оболочек для мяса, рыбы и сложных фаршей либо (полуржаное тесто) для оболочек карельских пирогов – калиток. Выпекается столько времени, сколько требует завернутое в тесто изделие.

ЗАВАРНОЕ ТЕСТО приготавливается смешиванием 1,25 стакана (или другого объема) муки с 2 объемами (2 стаканами) жидкости, состоящей наполовину из воды и наполовину из растопленного сливочного масла.

Масло с водой следует вскипятить, в кипящую смесь всыпать муку (1,25 стакана), быстро снять с огня и тщательно размешать, без комков, в эластичную массу.

В жидкое тесто прибавлять постепенно яйца (по одному) и тщательно тотчас же размешивать. Всего следует ввести на указанное выше количество муки и водно-масляной смеси 6 или 7 (мелких) яиц.

При добавлении к этой основе заварного теста сладости (сахара, меда, сорбита и т. п.) и пряностей (ванили, корицы или гвоздики) получается тесто для начинки пирожных (эклер и др.), а при добавлении в ту же основу соли, перца, чеснока и т. п. пряностей получается тесто для клецек, кнелей, ньоков и т. п.

Заварное тесто не следует путать *с обварным*, которое получается в результате мгновенного обваривания кипятком русского кислого (дрожжевого) теста, используемого для приготовления русских калачей, выборгских кренделей, валдайских баранок и других изделий.

ВЫТЯЖНОЕ ТЕСТО получается при смеси муки с водой и растительным маслом. Это тесто растягивается либо на доске, покрытой полотном, руками после предварительной раскатки, либо даже на весу руками. Раскатка в таких случаях делается тонкой скалкой (джубой). Вытяжное пресное тесто используется в балканской и средиземноморской кухне, в частности в румынской, молдавской, греческой, македонской, болгарской.

ВИДЫ ПРЕСНОГО СДОБНОГО ТЕСТА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИСКУССТВЕННЫХ РАЗРЫХЛИТЕЛЕЙ – соды, аммония, кремортатора, пекарского порошка (бакпульвера) и др.

Все эти виды теста используются в кондитерском производстве и различаются как соотношением мучной и сдобной частей, так и составом сдобной части.

Во всех них мука по весу составляет меньшую долю, чем все остальные немучные ингредиенты, вместе взятые, и это характерная черта кондитерских видов теста. Но доля муки меняется от 45 до 10–15%, и эти изменения дают различные вариации кондитерского теста. С другой стороны, включение в сдобную часть какого-либо превалирующего компонента также вызывает создание ряда специфических видов (или подвидов) кондитерского теста.

Так, ***введение значительного количества яиц при мизерной доле муки дает бисквитное тесто. Введение повышенной доли масла – масляное тесто, высокой доли сахара – сахарное тесто, меда – медовое тесто. Сочетание высокой доли масла и яиц одновременно дает песочное тесто.***

Некоторые виды теста имеют крайне усложненную технологию и состав и поэтому не укладываются ни в одну из схем, а отсюда получаются уже не видовые названия (масляные, сахарные и т. п.), а свои «личные», собственные названия.

Таково, например, **ТЕСТО «ГЮЗЛЕМЕ»**, применяемое в европейских странах, находившихся в прошлом во владении Турции, то есть в Сербии, Боснии, Черногории, Герцеговине, Македонии, Албании, Болгарии, а также на острове Кипр и среди христианского населения Ливана и Западной Сирии.

Оно отличается составом своей сдобной части (соединением сливочного и растительного масла), своим разрыхлителем (уксусом), а также порядком смеси компонентов и раскаткой.

На 1 кг пшеничной муки – 350–400 г воды 36 С°; 300 г сливочного и 1 ст. л. оливкового масла; 3 яйца, 1 ст. л. уксуса и 1 щепотка соли.

ПОРЯДОК СОЕДИНЕНИЯ КОМПОНЕНТОВ:

1. Муку и соль постепенно растворить водой.

2. Яйца взбить с уксусом. Соединить с тестом, размешать.

3. Добавить к тесту сливочное масло, размешать.

4. Полученное тесто очень долго вымешивать и выбивать на доске до появления пузырей. Тесто должно получиться некрутым.

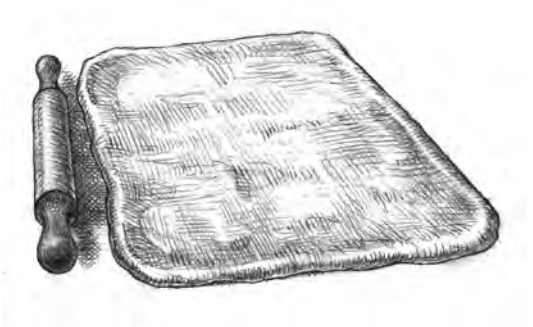
5. Разрезать полученный кусок теста на 30 равных частей, сделать 30 толстых лепешек.

6. Разложить на противень, смазать сверху растительным маслом, поверх накрыть полотняным полотенцем и выдержать в холодном месте 30 минут.

7. Раскатать каждую толстую лепешку на лепешки с сечением в 12 см, наложить одна на другую по 3 штуки, смазав две нижних растительным маслом.

8. Раскатать каждую стопку до тестного листа с предельной тонкостью (1 мм!). Раскатывать

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КУЛЕБЯКИ



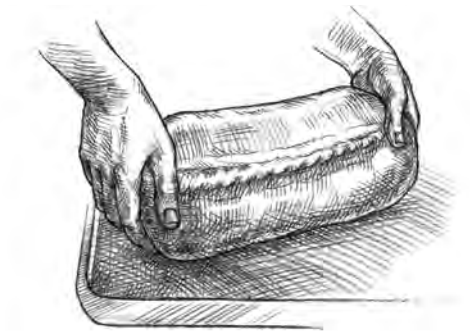
1.

ТЕСТО ПОД КУЛЕБЯКИ нельзя раскатывать тонко, его нижний, подовый слой не должен быть тоньше чем 6–7 миллиметров, минимум 5 миллиметров, если кулебяка небольшая.



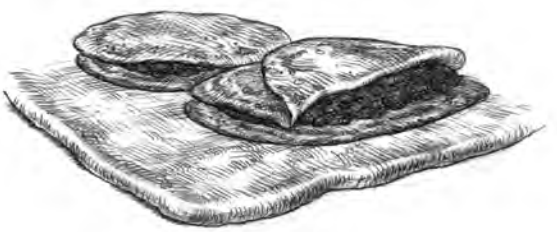
2.

КРОМЕ ТОГО, тесто для кулебяки при ее защипывании нельзя натягивать. Иначе кулебяка во время выпечки лопнет и оттого иссушится. Да и сами защипы не делают по бокам, как у пирогов, а защипывают один рант – наверху.



3.

ЗАТЕМ КУЛЕБЯКУ ПЕРЕВОРАЧИВАЮТ, кладя защипом вниз на противень. Это гарантирует быстрое «заваривание» защипа.



4.

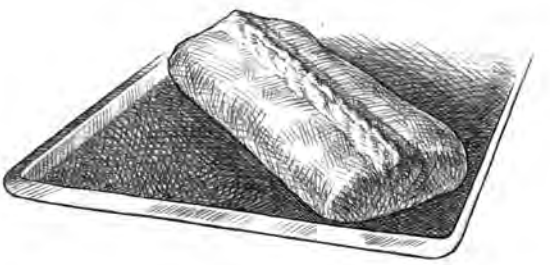
ПРИ ЗАКЛАДКЕ В КУЛЕБЯКУ ФАРША этажами каждый слой фарша отделяется особыми блинчиками, которые выпекаются заранее. На дно же кулебяки также закладывается блинчик, чтобы тесто дна (пода) не промокло и при выпечке не получился бы так называемый «закал». Выпечка кулебяки также отличается от выпечки пирогов из того же теста. Жар для кулебяк вначале должен быть сильным, затем умеренным, а после зарумянивания верхней корочки – еще более слабым.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КУЛЕБЯКИ



5.

ВЕРХНЯЯ КОРОЧКА
обычно покрывается бумагой (сухой!), которая сохраняется большее время выпечки и убирается только тогда, когда делается темно-коричневой.



6.

СТАВЯТ КУЛЕБЯКУ НА ЛИСТ –
в самый центр, причем не поперек листа, а продольно. Выпекают не менее 40 минут. Готовность обнаруживается выходом пара из маленьких отверстий, которые оставляются незащипанными с обоих узких концов кулебяки.

на полотне, посыпанном мукой, а не непосредственно на доске.

9. Полученные «блины» в количестве 10 штук употреблять либо для создания слоеного теста, либо как оболочку рулетов, пересыпая их различной начинкой (ореховой, фруктовой и т. д.), а также как оболочку для разных пирогов – сладких, мясных, с сахаром или с творогом.

Вообще надо иметь в виду, что все пирожные изделия в странах Средиземноморья, на Балканах и в Передней Азии приготавливаются из пресного теста, либо вытяжного, либо «гюзлеме».

Пироги из дрожжевого теста – исключительно национальная особенность народов Восточной Европы, а также Кавказа.

Особенно развито изготовление дрожжевых пирогов в России. Они разбиваются на *две основные группы* – собственно **ПИРОГИ** и **КУЛЕБЯКИ** – и отличаются прежде всего внешним видом.

Пироги – это широкие, низкие, плоские изделия. Кулебяки, наоборот, узкие, высокие, длинные, утолщенные изделия. Ширина кулебяк не должна быть больше 10 сантиметров, а длина – 30–35 сантиметров.

Пироги, как правило, имеют всегда одну определенную начинку – мясную, рыбную, овощную, грибную. *Кулебяки*, наоборот, состоят из двух-трех рядов (этажей) различной начинки.

Классические кулебяки имеют мясную (или рыбную), грибную (или овощную) и, наконец, зерновую начинку. Эти различия вызывают изменения в технологии приготовления кулебяк по сравнению с пирогами.

Хотя тесто под пироги и кулебяки может употребляться одинаковое (обычно применяют русское тесто – цельное или слоеное), но раскатывается оно по-разному. Тесто под кулебяки нельзя раскатывать тонко, его нижний, подовый слой не должен быть тоньше чем 6–7 миллиметров, минимум 5 миллиметров, если кулебяка небольшая.

Кроме того, тесто для кулебяки при ее защипывании *нельзя натягивать*. Иначе кулебяка во время выпечки лопнет и оттого иссушится. Да и сами за-

щипы не делают по бокам, как у пирогов, а защипывают один рант – наверху. Затем кулебяку переворачивают, кладя защипом вниз на противень. Это гарантирует быстрое «заваривание» защипа.

При закладке в кулебяку фарша этажами каждый слой фарша отделяется особыми блинчиками, которые выпекаются заранее. На дно же кулебяки также закладывается блинчик, чтобы тесто дна (пода) не промокло и при выпечке не получился бы так называемый «закал». Выпечка кулебяки также отличается от выпечки пирогов из того же теста. Жар для кулебяк вначале должен быть сильным, затем умеренным, а после зарумянивания верхней корочки – еще более слабым. Верхняя корочка обычно покрывается бумагой (сухой!), которая сохраняется большее время выпечки и убирается только тогда, когда делается темно-коричневой.

Ставят кулебяку на лист – в самый центр, причем не поперек листа, а продольно.

Выпекают не менее 40 минут. Готовность обнаруживается выходом пара из маленьких отверстий, которые оставляются незащипанными с обоих узких концов кулебяки.

ТЕСТО ДЛЯ БЛИНЧИКОВ КУЛЕБЯКИ применяется пресное и имеет особый состав. На 200 г муки – 3 яйца, 50 г сливочного масла, 375 мл молока, по щепотке соли и сахара.

Приготовление несложно: три желтка разводятся молоком, и на этой жидкости замешивается мука. Затем к жидкому тесту добавляется растопленное масло, соль, оно взбивается, а непосредственно перед выпечкой вводятся взбитые в пену белки. Из этого жиденького теста и выпекаются тонкие блинчики, которые, кстати говоря, могут быть и самостоятельным блюдом. Главное – сильно взбивать это жидкое тесто в миксере, чтобы не было комков.

Приведенный выше краткий сводный перечень специальных приемов обработки и приготовления разных пищевых материалов: мяса, рыбы, домашней птицы, дичи, овощей, грибов и теста – дает некоторое представление о том, насколько различны должны быть действия повара в разных конкретных случаях и ситуациях.

Практически каких-либо *общих законов*, как, например, в математике или в физике, в кулинарии не существует. В то же время крайне много мелких частностей, особых положений, которыми так легко пренебречь из-за их кажущейся незначительности и которые поэтому нельзя усвоить «теоретически», а надо запоминать в ходе неоднократно повторяемой практической работы.

Это приводит к тому, что люди мало одаренные, но выбирающие себе профессию повара из-за ее кажущейся легкости, стараются просто вызубрить те или иные правила, и в таком случае получаются плохие, совершенно бездарные повара, которые штампуют нам заурядные, часто совсем невкусные столовские блюда. Те же, кто более одарен, стараются автоматически схватывать суть того или иного приема, многократно наблюдая и повторяя его на практике. В этом случае складываются несколько лучшие повара, более свободно чувствующие себя на кухне. Настоящие же таланты, то есть те, кто не нуждается ни в вызубривании рецептов, ни в механическом подражании своим наставникам, а обладает могучей интуицией и страстью готовить новое, бывают крайне редки. Вот почему в последние годы в кулинарном обучении принято для облегчения усвоения учениками профессиональных навыков специализировать будущих поваров в узкой кулинарной сфере, ограничивая их работу лишь определенной группой блюд или приготовлением блюд из одного лишь вида продуктов.

Так, ныне в ряде стран Западной Европы уже стала обычна специализация повара по мясу или повара по рыбе, хотя старшее поколение кулинаров смотрит на такое деление несколько неодобрительно, если оно перерастает выполнение временных заданий в рамках одной кухонной бригады и превращается в постоянную узкую профессию.

Ведь действительно абсурдно, когда повар говорит: я могу готовить только рыбу, а мясо и овощи не по моей части. Что же это за повар?

Но практическая ресторанная жизнь ведет ныне к обособлению внутри общей поварской профессии маленьких конкретных «сырьевых» профессий. И уже мало кого удивляет, например, такая профессия, как повар-вегетарианец.

Однако с точки зрения общего развития поварского мастерства вся эта детализация специальностей, или, иными словами, специализация на отдельных пищевых материалах, не ведет и не может вести к улучшению поварского искусства, к его

развитию, ибо резко сужает поварской кругозор, ограничивает действия повара узкими рамками какого-либо одного пищевого материала.

Так что такое развитие, создавая узких профессионалов, не ведет к развитию глубокого и широкого поварского мастерства как искусства.

Большой повар всегда будет стремиться к пищевой многогранности и останется постоянно ищущим и расширяющим свой кулинарный диапазон – в том числе и в смысле владения разными национальными кухнями.

Такую позицию завещал всем своим последователям Мари-Антуан Карем – непревзойденный гений поварского искусства. Он был и поваром, и кондитером, и знатоком десятка национальных кухонь, и даже их реформатором.



ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ КУЛИНАРИЯ

{ ГЛАВА 1 }

КУХНЯ. ПРИГОТОВЛЕНИЕ

НА КУХНЕ ДОЛЖНО БЫТЬ ВСЕ НЕОБХОДИМОЕ И АБСОЛЮТНО НИЧЕГО ЛИШНЕГО. БОЛЬШУЮ РОЛЬ ИГРАЕТ ОЧАГ – ЕГО ТИП, ВИД, РАЗМЕРЫ. ОН ВО МНОГОМ ОПРЕДЕЛЯЕТ ЛИЦО КУХНИ. РЕШАЮЩЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ИМЕЕТ ПОДЧАС ПОСУДА.

Полный технологический цикл, который должен пройти продукт от плиты до нашей тарелки, включает следующие стадии: первичную, или предварительную, обработку продукта; разделку и тонкую холодную специальную обработку; тепловую обработку; доведение до вкуса. Продукты высокого качества надо как можно меньше изменять, как можно больше сохранять их в естественном виде при кулинарной обработке.

ПОМЕЩЕНИЕ И ОЧАГ

Кухонное помещение, или место, где находится очаг и приготовляется пища, претерпевало изменения не только вместе с жилищем человека, но и вместе с самим человеком, с его общественным и культурным развитием. Вот почему расположение и значение кухни в доме в немалой степени связано с развитием кулинарии.

Составляя вначале единое целое с жильем человека, являясь многие века и даже тысячелетия самым центральным, главным местом сбора семьи, кухонное помещение всего лишь за последние два столетия стало все больше обособляться от жилой территории и развиваться в соответствии со своими основными функциями и в значительной степени в зависимости от изменения очага. В ряде случаев кухонное помещение потребовало некоторых дополнительных, подсобных помещений – ледника, погреба, съестного чулана, буфетной комнаты, которые в наши дни пришли непосредственно на кухню в виде портативных, компактных емкостей и машин – холодильника, буфета, бара, кухонного шкафа, посудной полки, посудомоечной машины, специальных герметических коробок для хранения сыпучих продуктов.

Современная кухня с газовой или электрической плитой или с портативным чистым огнем газовой горелки резко изменила наш быт и, придав чистоту, уют кухонному помещению, восстановила его древнейшую традиционную функцию – служить местом сбора семьи.

И вот какие главные требования предъявляем мы сегодня к кухонному помещению: 1) хорошая освещенность, естественная – через большое окно и искусственная – с помощью электролампы минимум 100–150 Вт при площади кухни 8–10 метров; 2) удобное расположение очага (плиты), мойки и разделочного стола в одну прямую линию, вдоль самой протяженной стены кухни; 3) наличие кухонных шкафов с кухонными инструментами и посудой и съестными припасами на противоположной очагу стене; 4) холодильник и небольшой кухонный стол (помимо разделочного); он, впрочем, необязателен, если кухня невелика. На кухне должно быть все необходимое и абсолютно ничего лишнего. Огромную роль играет, конечно, очаг – его тип, вид, характер, размеры. Он во многом определяет лицо кухни.

Поскольку с газовой плитой ныне знакомы все, мы остановимся лишь на том типе очага, который скоро может стать основным в нашем быту, – на электроплите. Этот очаг требует особых приемов обращения, поскольку он является первым безогневым, чисто нагревательным очагом, очагом накаливания, отличающимся этим от всех своих исторических предшественников – огневых очагов: костра, русской печи, украинской грубы, среднеазиатского тандыра, изразцовой голландской

плиты, английской металлической плиты и духовки, примуса, керосинки, керогаза и газовой плиты.

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЙ ОЧАГ

ЭЛЕКТРОПЛИТА, как ее называют в быту, а правильнее – электрокухня не идет ни в какое сравнение с керосинкой и даже с газовой плитой, знаменуя собой технический прогресс: чисто, нет огня, запаха, копоти, полностью исключена возможность отравления из-за случайной утечки газа, резко снижена возможность возникновения пожара и т. д. и т. п. Словом, только бы радоваться! Ан нет!

Некоторые хозяйки (обратите внимание – некоторые) недовольны электроплитами. Почему? И чем недовольны? Как ни странно, не каждая из них может ответить на этот вопрос, объяснить причину своего недовольства, инстинктивно ощущая какое-то неудобство. Что это? Может быть, просто консерватизм, сохраняющаяся приверженность к «старушке» газовой плите или же есть объективные, веские причины неодобрительного отношения к удобной, казалось бы, во всех отношениях электрической плите? Да, такие объективные причины имеются.

Методы и приемы приготовления пищи на электроплите значительно отличаются от приготовления на газовой плите. Поэтому те, кто умел хорошо готовить и привык готовить на огне (дровах, газе), с превеликим трудом переходят на электрокухню. Приходится переучиваться, чтобы не готовить хуже, словом, расставаться с опытом, приобретенным в течение жизни. Люди, которые приготовление еды сводят к тому, чтобы вскипятить чай, сварить кофе, отварить яйцо, вермишель, сосиски, подогреть что-либо, вполне удовлетворены электроплитой: она делает это быстро (быстрее газовой) и вообще удобна для горожанина – не надо думать о покупке спичек, о перекрывании газа на ночь, о смазке вентилей и т. п. А для хозяйки, любящей готовить, электрокухня неудобна тем, что «не подчиняется» управлению в ходе приготовления пищи. Здесь трудно регулировать температуру, что-то слишком быстро кипит, что-то подгорает, и при этом совершенно не ясно, как укрощать невидимый здесь огонь?

Итак, как же обращаться с электроплитой? Какие ее особенности следует учитывать, чтобы продолжать правильно готовить пищу?

Главное – знать зависимость между электроплитой и посудой и уметь регулировать температуру.

ЭЛЕКТРОПЛИТА И ПОСУДА

Посуда, кастрюли, сковороды должны по возможности полностью совпадать по диаметру с поверхностью наплитного электродиска. Допускается несовпадение на 1 см (больше или меньше). Если диаметр посуды меньше диаметра электродиска, то это ускоряет нагревание, а если больше – замедляет.

Дно посуды должно быть горизонтальным, исключительно ровным, полностью (без зазоров) совпадающим с плоскостью нагреваемого электродиска. Приготовление в посуде с покоробленным дном недопустимо. Вот почему на электроплите нельзя готовить блюда, требующие кастрюль котелкового типа (с выпуклым дном), например пловы.

Дно посуды снаружи должно быть тщательно очищено, так же чисто, как и изнутри, поскольку оно соприкасается с электродиском.

Дно посуды снаружи и электродиск должны быть сухими. Ставить посуду с мокрым дном на разогретый электродиск опасно. Недопустимо также выкипание жидкости, выплескивание ее на электродиск – это может вызвать короткое замыкание, порчу диска и т. д.

Крышки для посуды должны быть по возможности тяжелыми, плотно прикрывать кастрюлю. Вообще для электроплиты предпочтительнее тяжелая посуда. Неподвижность посуды на электродиске – важное условие правильного приготовления на электроплите.

РЕГУЛИРОВАНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ

Поскольку электродиск нагревается медленно, а остывает еще медленнее, повышение и понижение температуры электроплиты не всегда связано со степенью готовности пищи, как это бывает в обыкновенной печи или газовой плите. Так, посуду с продуктами не ставят на электродиск, пока он не нагреется. А это значит, что включать электродиск надо ДО того, как поставить на него пищу, еще в момент ее обработки (подготовки) на разделочной доске. И соответственно выключать электродиск следует ДО окончательного приготовления пищи, заранее, так как он еще долгое время будет сохранять высокую температуру. Поначалу это правило трудно запомнить, но стоит только приноровиться к электроплите, и вы поймете, как важно выполнять его.

В тех случаях, когда для приготовления блюда требуется падающая температура, надо разогревать электродиски почти до покраснения, поставить на них посуду с продуктами, а затем сразу выключить. С этого момента и начинается тушение (томление) блюда.

Если электродиски раскалились до покраснения, надо выключить их, а посуду с пищей снять с них.

ОСОБЫЕ ПРИЕМЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ЭЛЕКТРОПЛИТЕ

Приготовляя пищу на электроплите, следует руководствоваться особыми приемами:

1. Начинать приготовление пищи, когда температура нагрева диска достигла максимума, затем постепенно снижать ее через определенные промежутки времени на единицу, а незадолго до конца приготовления выключать полностью. Это правило относится к приготовлению блюд без воды, то есть жареных, тушеных, молочных (последние лучше всего готовить при падающей температуре).

2. Для отваривания продуктов всегда брать воды или иной жидкости (бульона, молока) меньше, чем обычно принято или указано в рецепте. Так, для приготовления каш надо брать воды на 1 децилитр меньше (в расчете на каждый литр), то есть всегда делать поправку на 1/10 объема: вместо литра – 900 миллилитров. При отваривании картофеля и овощей вообще достаточно 100–300 миллилитров (в зависимости от величины посуды). Дело в том, что на электроплите вода почти не выкипает из-за особенностей нагрева ее и из-за необходимости герметического закрывания посуды. При первом же появлении пара диск под приготовляемым блюдом надо выключить во избежание попадания на него жидкости.

3. Молоко кипятить только при падающей температуре, то есть с выключенным электродиском или же при постоянном наблюдении за ним.

4. Во избежание выкипания жидкости кастрюли не доливать до краев минимум на 4–5 сантиметров (на три пальца) или, как правило, заполнять ровно половину объема посуды.

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕКТРОДУХОВКОЙ

ДУХОВКИ электроплит бывают с термостатом и без термостата. Регулировать температуру в первых надо почти так же, как в газовой плите, во всяком случае, это не представляет трудностей после приобретения небольшого опыта. В обращении с электродуховкой без термостата необходимо придерживаться следующих правил:

1. Проверить «силу» своей печи таким способом: на самую середину противня положить лист белой бумаги и поставить на среднюю полку духовки, включив ее на сильный нагрев и заметив, через сколько минут бумага станет светло-коричневой, – это будет означать, что печь готова «принимать пищу». То же самое проделать, поместив противень с бумагой в духовку со слабым нагревом. Допустим, при сильном нагреве бумага побуреет через 3 минуты после включения духовки, при слабом – через 10 минут. Зная время, требуемое для предварительного слабого или среднего нагрева духовки, можно рассчитать момент, когда следует помещать в нее сырые блюда, и именно с этого момента отсчитывать время приготовления.

2. В электродуховке целесообразно располагать блюдо в центре противня, на средней (а не верхней, как в газовой плите) полке. Варить в электродуховке можно на самой нижней ступеньке. Это даже безопаснее и удобнее.

3. Лучшая посуда для тушения в электродуховке – из чугуна или обливного чугуна или же из огнеупорной глины, керамическая. Можно применять и фольгу, но при этом надо тщательно перекрывать рант, образуемый в результате загиба краев фольги. Надежнее завертывать продукт в двойной слой фольги, чтобы не было прорыва пара и жидкости (сока), например, при приготовлении мяса и рыбы.

4. Для долговременного тушения блюдо можно ставить и в холодную духовку. В заранее нагретую духовку ставят, как правило, кондитерские и хлебобулочные изделия.

5. Дверцу электродуховки всегда слегка приоткрывают во второй половине приготовления; если блюда запекают в течение часа, то в последние 20 минут дверца духовки должна быть полностью открыта.

6. Общим правилом температурного режима электродуховки следует считать то, что выпечка, тушение и особенно запекание ведутся только при двух температурах, в первую половину – при наивысшей, которую способна дать печь, а во вторую половину (или треть) – при самой низшей, а иногда и при совершенно выключенной печи, на ее так называемом остаточном тепле.



ТЕМПЕРАТУРЫ (°С),

НАИБОЛЕЕ БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДЛЯ ЭЛЕКТРОДУХОВКИ, ИМЕЮЩЕЙ ТЕРМОСТАТ, РАССЧИТАННЫЕ ДЛЯ РАЗНЫХ ВИДОВ БЛЮД (ПРОДУКТОВ) И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ

НАИМЕНОВАНИЕ	ТЕМПЕРАТУРА
БЕЗЕ, МЕРЕНГИ	ОТ 100 ДО 150
ПРЯНИКИ	ОКОЛО 140
ПЕСОЧНОЕ ПЕЧЕНЬЕ	ОКОЛО 160
ТВЕРДОЕ МЕЛКОЕ ПЕЧЕНЬЕ (СДОБНОЕ)	ОКОЛО 180
ВЕНСКОЕ ТЕСТО, МАСЛЯНОЕ ТЕСТО	190
ТОРТЫ, БИСКВИТЫ	ОКОЛО 190
ХЛЕБ	200–210
БУЛОЧКИ СДОБНЫЕ	200–250
ПАШТЕТЫ, ПАСТЫ, МАССЫ (ЗАПЕКАНИЕ)	170
РЫБА (ВАРКА)	150–170
ГОВЯДИНА	150–160
СВИНИНА	170
ТУШЕНИЕ С ПАДАЮЩЕЙ ТЕМПЕРАТУРОЙ	ОТ 250
КОЛЕРОВАНИЕ (БЫСТРОЕ)	200–250
ТУШЕНИЕ	150–170

КУХОННЫЕ УТВАРЬ И ИНСТРУМЕНТЫ

Начнем с элементарной и вместе с тем главной кухонной посуды – с кастрюль. Многим может показаться своего рода кулинарным снобизмом стремление иметь полный, так сказать, классический комплект кастрюль – их идеальный регистр, состоящий из 24 предметов. Разумеется, вполне достаточно для обычной семьи из 4–5 человек шести кастрюль разных размеров. Но можно все же пожелать, чтобы и в таком количестве кастрюли выпускались бы комплектом, т. е. последовательных размеров. Из таких кастрюль две должны быть алюминиевые или стальные (одна – для кипячения молока, другая – для отваривания корнеплодов, картофеля и варки каш), три – эмалированные (отдельно для рыбных супов, компотов и сладких блюд и для всех прочих супов – мясных, грибных, крупяных) и одна – металлическая толстостенная с выпуклым дном или закругляющимися стенками, которую по возможности лучше заменить казаном (для плова, обжаривания тефтелей, сырников, пирожков и жарения во фритюре). В последнее время появились так называемые эматалированные кастрюли, соединяющие в себе достоинства эмалированной и толстостенной посуды и пригодные для приготовления всех видов блюд, особенно для детского питания. Пища в этой посуде практически не подгорает и не окисляется.

Помимо кастрюль, целесообразно иметь два сотейника (лучше всего эматалированных) и два-четыре обливных изнутри глиняных горшка вместимостью около литра для приготовления в духовке мясоовощных томленых блюд: суточных щей, пити, чанахи.

Для приготовления теста необходима прежде всего доска размером 40×60, а еще лучше 50×75 сантиметров (с этой целью можно приобрести чертежную доску), несколько глубоких эмалированных мисок, сито и скалки, одна из которых вращающаяся на стержне (для раскатки наиболее тонких сочней из плотного теста), другая цельная средних размеров, и третья – длинная, тонкая. Для выпечки бисквитов, куличей и кексов нужно несколько жестяных или легких алюминиевых форм разных размеров, которые легко изготовить самим из больших консервных банок для сельди. Надо аккуратно снять верхнюю крышку консервной банки как можно ближе к краям, а из дна банки вырезать круг, отступая от краев на 2–2,5 сантиметра; образовавшуюся в дне дырку закрыть верхней крышкой, которая таким образом обратится в подвижное дно, облегчающее выемку готового изделия.

Для некоторых кухонных предметов предпочтительна эмалированная поверхность. Так, дуршлаги, шумовки, терки лучше приобретать эмалированные, хотя в продаже чаще встречаются с открытой металлической поверхностью. Часть кухонного инвентаря должна быть деревянной, хотя ухаживать за такого рода посудой гораздо сложнее. Помимо деревянных досок для разделки овощей, мяса и рыбы, необходимо иметь неокрашенные деревянные ложки или веселки для размешивания молочнокислых блюд, варений и повидла, толкушку для пюре и деревянную тяпку или молоток для отбивания мяса, причем лучше всего с гладкой поверхностью. Встречающиеся в продаже молотки с рустованной (зубчатой) поверхностью используются только для приготовления некоторых блюд армянской кухни, когда необходимо добиться суфлеобразного состояния мяса.

Хорошо, если у хозяйки есть набор фарфоровых или фаянсовых пиал, применяемых для взбивания и растирания яиц, кремов, масел, кондитерских паст и составления салатов, а также для варки в них омлетов и других блюд способом паровой бани. Нужны и ступки разных размеров: две-три фарфоровые – для растирания пряностей, мака, приготовления сахарной пудры и одна деревянная – для толчения орехов и отделения шелухи у зерновых (пшена и пшеницы). Медные и другие металлические ступки негигиеничны (портят вкус продуктов, дают вредные окислы, за ними трудно ухаживать).

На кухне современной хозяйки должно быть как минимум около полусотни различных предметов кухонного инвентаря, а полный (максимальный, или идеальный) набор их насчитывает почти сотню.

В список, которым мы заканчиваем эту главу, не включены еще такие нужные в хозяйстве предметы, как весы пружинные на 5 кг, весы-балансир на 125 г, мерная кружка на 1 л, воронки, миксер, кофемолка или ручная мельница и кофеварка, без которых, однако, многие хозяйки обходятся.

СПИСОК НЕОБХОДИМЫХ КУХОННЫХ ПРИНАДЛЕЖНОСТЕЙ

ПРИБОРЫ И ИНСТРУМЕНТЫ, ЭКОНОМЯЩИЕ ВРЕМЯ



1. **МЯСОРУБКА** с приставками (для соковыжимания и с трубкой для специальных видов молотого мяса: мититеев, люля-кебабов).



2. **ВЗБИВАЛКА** Ручная или механическая (электрическая) взбивалка с двумя книрлями и двумя лопастями (для размешивания кремов, фаршей, соусов, теста, напитков).



3. **ОТКРЫВАЛКА-ШТОПОР** Нержавеющая универсальная открывалка-штопор: вскрывает бутылки, банки, пробки, пробивает отверстия в емкостях с жидкостями.



4. **ТАЙМЕР** (кухонный будильник-секундомер). С таймером голова свободна для более важных дел, в то время как без него все время надо беспокоиться, не подгорело ли, не перекипело ли?



5. **ТЕРКА** Универсальная терка: трет, строгает, измельчает, шинкует.



6. **ЧЕСНОКОВЫЖИМАЛКА**

НЕОБХОДИМЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ



1.
- НОЖИ -

Четыре ножа из нержавеющей стали, причем режущая часть и рукоятка должны быть из металла. Ножи с деревянной или костяной (пластмассовой) ручкой непрактичны: загрязняются, пахнут, гнутся, дают осечки чаще других. Один нож – для мяса (широкий, из тонкой стали, средней длины), три – для овощей: большой (лезвие 16 см) – разделочный, средний (лезвие 10 см) – для чистки фруктов и овощей, малый (лезвие 6 см) – так называемый картофельный (для вычистки глазков, поражений и т. д.).



2.
- НОЖНИЦЫ -

Ножницы: из нержавеющей стали, средние, так называемые рыбные, – для обрезки хвостов, плавников, разделки небольшой рыбы на куски; из нержавеющей стали, большие (сильные, способные перерезать кости) – для разделки кур, уток и другой домашней птицы; маленькие – для обрезки пакетов молока, сливок, творожных мешочков и т. д.



3.
- ТОЧИЛЬНАЯ ПЛАСТИНКА -

К ножам и ножницам надо иметь точильную пластинку с мелкой насечкой, чтобы периодически слегка править режущие инструменты.

ДРУГИЕ НЕМЕХАНИЧЕСКИЕ РУЧНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ



1.
- ДЕРЕВЯННЫЙ МОЛОТОК -



2.
- ДОСКИ РАЗДЕЛОЧНЫЕ -

Доски разделочные деревянные размером 70×50 и 45×30 см: большая – для тестяных изделий, малая – для мяса, рыбы, овощей.



3.
- СКАЛКИ -

Три скалки: русская двуручная, русская одноручная и западноевропейская (вращающаяся).



4.
- ДЕРЕВЯННЫЕ ЛОЖКИ -

Две-три деревянные ложки: для размешивания варений и для молочных блюд.

КУХОННАЯ ПОСУДА



1.

- ЧАЙНИК -

Чайник для кипячения воды на 3–4 л.



2.

- КОФЕЙНИК -

Кофейник (или специальная кофейница с длинной ручкой) для варки кофе.



3.

- ЧАЙНИК -

Два фаянсовых, а еще лучше фарфоровых чайника для заваривания чая: на 1,5 л и на 750–800 мл.



4.

- КУХОННЫЕ ЛОЖКИ -

Кухонные ложки: большая ложка из нержавеющей стали – для раскладки гарниров; эмалированная шумовка.



5.

- СОТЕЙНИКИ -

Большой или средний (металлический) – для жарения и пряжения; малый (эмалированный) – для кремов, соусов; эмалированный, средний или малый – для быстрого приготовления, подогревания и разогревания кофе, какао на молоке, манной каши и т. п.



6.

- ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ ПРОЦЕЖИВАНИЯ И ПРОСЕИВАНИЯ -

Эмалированный дуршлаг (очень удобный), в крайнем случае алюминиевый; сито металлическое – для муки; два ситечка – частое и редкое, из анодированной проволоки; решето рогожно-деревянное – для откидывания отварных изделий; воронка широкая – для процеживания, и узкая – для наливания; набор чистых тряпочек: льняные салфетки, марля, бязь.



7.

- ПРИБОРЫ ДЛЯ ТОЛЧЕНИЯ -

Приборы для толчения: три-четыре ступки фарфоровые разных размеров с пестиками; ступка деревянная – для толчения орехов; две толкушки для пюре или толкушка и деревянная лопаточка.

КУХОННАЯ ПОСУДА



8.
- СКОВОРОДЫ -

Сковороды, противни, листы: металлическая светлая большая глубокая сковорода из толстого металла – для запекания, тушения; металлическая светлая малая сковорода из толстого металла – для обжаривания, пассерования; черная чугунная сковорода – для блинов; чугунная эмалированная – для запекания рыбы, омлетов, тушения и пассерования; черная чугунная эмалированная – для запекания рыбы, омлетов, тушения и пассерования блюд для детей; три эмалированные легкие низкие полукастрюли-полусковороды – для быстрого отваривания рыбы, приготовления жаркого в духовке и для желе; два жестяных противня – один (потолще) для кондитерских блюд, другой для жаркого (главным образом птицы); минимум три листа – для выпечки.



9.
- КАСТРЮЛИ -

6–8 кастрюль: большая эмалированная, невысокая – для супов; две алюминиевые, широкие, низкие – одна для кипячения молока, другая для варки пельменей, вареников; средняя эмалированная – для компотов, киселей и т. п.; металлическая (алюминий, баббит и др.), с закругленным и утолщенным дном – для каш; металлические, с полукруглым дном, толстостенные типа казанка или казана (котла) – для жарения и тушения мяса, рыбы, приготовления плова, обжаривания пирожков.

ПРИБОРЫ ДЛЯ ЛЮБИТЕЛЕЙ ГОТОВИТЬ



1.
- КАЗАН -

для плова, кебаба, бугламы и других восточных блюд.



2.
- ПРОТИВЕНЬ -

Эмалированный прямоугольный большой противень – для запеканок, заливных, студней.



3.
- ГОРШКИ -

Четыре-шесть горшков порционных керамических – для супов и тушений.

ПРИБОРЫ ДЛЯ ЛЮБИТЕЛЕЙ ГОТОВИТЬ



4.

- ГОРШКИ ЧУГУННЫЕ -

Два горшка чугунных
эмалированных – для супов и тушений.



5.

- МИСКИ -

Четыре миски
эмалированные средние.



6.

- ПЕЛЬМЕННИЦА -

металлическая
или пластмассовая.



7.

- ПИАЛЫ -

Шесть-восемь пиал.



8.

- РАМКИ СЕТЧАТЫЕ -

для варки на пару.



9.

- ФОРМЫ ДЛЯ БИСКВИТОВ -

Две формы для бисквитов.



10.

- ФОРМЫ ДЛЯ ТВОРОЖНЫХ ТОРТОВ -

Одна-две формы для творожных тортов
с двойным съемным дном.



11.

- ФОРМЫ ДЛЯ КУЛИЧЕЙ -

Две формы для куличей.



12.

- НАБОР ВЫЕМОК -

Фруктовые, овощные
и кондитерские выемки.

ПРИБОРЫ ДЛЯ ЛЮБИТЕЛЕЙ ГОТОВИТЬ



13.

- МЕДНЫЙ ТАЗ -

для варенья (с ручкой) и два небольших эмалированных таза-миски для приготовления сиропов, кремов и цукатов.



14.

- РЕШЕТО РОГОЖНОЕ -

для откидывания и обсушивания полуфабрикатов при варке цукатов, орехового варенья и других редких видов варенья.



15.

- КОНДИТЕРСКИЙ МЕШОК -

и набор гребенок и наконечников-корнетов для выжимания кремов и украшения тортов. С помощью гребенок и корнетов легко получить все те замысловатые украшения на тортах, которые непосвященными расцениваются как самое трудное и сложное в приготовлении тортов.



16.

- МРАМОРНАЯ ДОСКА -

для восточных сладостей размером 15×40 см. К мрамору, смазанному маслом, не прилипают халва, нуга, козинаки, медовые сладости, карамели.

ПРИБОРЫ ЖЕЛАТЕЛЬНЫЕ, НО ВОВСЕ НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ



1.

- СКОРОВАРКА -



2.

- КУХОННЫЙ КОМБАЙН -



3.

- КОФЕВАРКА -

ПРИБОРЫ ЖЕЛАТЕЛЬНЫЕ, НО ВОВСЕ НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ



4.

- ЭЛЕКТРОГРИЛЬ -

(заменим решеткой в духовке).



5.

- НАБОР НОЖЕЙ -

Стандартный набор ножей и других предметов (12 шт.).



6.

- СОКОВЫЖИМАЛКА -

универсальная (заменима приставкой к мясорубке или ручной соковыжималкой).



7.

- ВАКУУМНЫЙ ЯЩИК -

(заменим пакетом, сделанным из двух слоев фольги).

НЕКОТОРЫЕ «ЭКЗОТИЧЕСКИЕ» КУХОННЫЕ ПРИБОРЫ



1.

- РЫБНЫЙ КОТЕЛ -

Овальная или продолговатая кастрюля с решеткой внутри.



2.

- РАШПЕР -

для жарения бифштексов и отбивных котлет.



3.

- НАПЛИТНЫЙ ВЕРТЕЛ -

для приготовления дичи и птицы целиком.



4.

- СКОВОРОДКА -

с проволочной сеткой внутри, применяемая для жарения каштанов и каления орехов.

Разумеется, помимо перечисленных предметов в кухонный инвентарь должны входить крупные ложки и вилки для переворачивания и размешивания пищи, лопаточки для съема пирогов и печенья, а также ножи разных размеров, шпиговки, заправочные иголки для зашивания фаршированной птицы и дичи и т. п.

Их количество и потребность в них определяются индивидуально. Вместе с тем можно порекомендовать всем пользоваться для разделки рыбы, особенно морской, не ножом, а ножницами, с помощью которых удобно обрезать колючие плавники, а для снятия чешуи – маленькой теркой-рыбочисткой. Ножницами можно пользоваться и при разделке теста.

Следует упомянуть и некоторые «экзотические» кухонные приборы, совершенно не обязательные в каждом хозяйстве, но интересные и полезные для тех, кто особенно любит кулинарное искусство. Это прежде всего рыбный котел – эмалированная, овальная или продолговатая кастрюля с решеткой внутри, на которой припускается или отваривается на пару рыба, когда надо сохранить ее форму неизменной. В такой котел вода заливается ниже уровня решетки.

Это и рашпер для жарения бифштексов и отбивных котлет; наплитный вертел для приготовления дичи и птицы целиком; закрытая сковородка с проволочной сеткой внутри, применяемая для жарения каштанов и каления орехов; и, наконец, саламандра – овальная толстая железная дощечка, покрытая оловом, с изогнутой ручкой, используемая для гратинирования яично-глазированных и сырных покрытий на бутербродах и припекания теплом на расстоянии, когда печной жар может повредить изделию. Конечно же, полезно оснащать (но не переоснащать!) свою кухню всякими техническими новинками, вроде кухонных комбайнов и смесителей, но при этом полезно знать, что никакие приборы и механизмы такого рода не могут заменить полностью навыков и искусства, а могут лишь помочь сэкономить время и силы. Вот почему порой месить тесто лучше по старинке, ручным способом, например для кексов и других «крутых» кондитерских изделий. В то же время взбивать белки, сливки, приготовлять бисквит лучше всего с помощью миксера. Помните, что главным положительным качеством кухонной утвари является ее функциональность, то есть способность наилучшим, совершеннейшим образом содействовать улучшению вкуса и качества пищи. С этой точки зрения и следует подходить к ее выбору.

ПРОДУКТ И ЕГО ПЕРВИЧНАЯ ОБРАБОТКА

Что же важно знать кулинару о продуктах в первую очередь? Делом первостепенной важности является определение свежести продукта, его качества – упитанности, возраста, размеров, зрелости. От ответов на эти вопросы часто зависит решение, какое блюдо приготовить, и отсюда вытекает конкретная кулинарная задача – к какому виду разделки данного пищевого сырья приступить.

Представим, к примеру, что у нас есть прекрасное упитанное мясо, хорошая живая речная рыба, крупный, неповрежденный картофель и другие овощи в столь же отличном состоянии, свежие, зрелые, ароматные фрукты. Что приготовить на обед в этом случае?

Для опытного, любящего свое дело кулинара решение ясно с первого же взгляда на эти припасы. На первое – уха. На второе – бифштексы (если это бычье мясо и вырезка), рагу или гуляш (если это передняя часть говядины), тушеное мясо (если это баранина), свинина отбивная (если это свинина), но в любом случае – мясо куском. На третье – свежие фрукты в натуральном виде.

Гарнир, в свою очередь, – только из крупно нарезанных овощей: тушеный картофель, тонко, но длинно нарезанная морковь, обжаренная до золотисто-оранжевого отлива, отваренные золотистые репки, наструганный белоснежный сырой клубень сельдерея с зеленым пером лука (целиком) и ярко-красный, разрезанный лишь пополам помидор.

Такой обед и гармоничен, и приятен, и роскошен. Чем мотивирован выбор этих блюд? Раз рыба высокой свежести – лучше всего приготовить из нее уху: ведь такая возможность относительно редка. Делать же мясной суп из хорошего мяса – значит загубить его. А жарить хорошую рыбу на второе – недооценивать ее прекрасный вкус. На второе же – мясо целиком, как оно есть, независимо от вида животного. Когда мясо отличного качества, его легко и приятно есть в «натуральном» виде.

Продукты высокого качества надо как можно меньше изменять, как можно больше сохранять их в естественном виде при кулинарной обработке. Они должны внешним видом и вкусом говорить сами за себя. Повар лишь помогает выявить их хорошо сохранившийся естественный вкус сдержанной, ненавязчивой обработкой, направленной на придание еде добротного вида, но не на переделку, изменение и приукрашивание их естественного вида.

Однако представим себе и противоположный случай. Мясо, из которого нам надо что-то приготовить, тощее, старое, жесткое, рыба не одинаковая (есть и морская, есть и речная, но мороженая, частично оттаявшая, потерявшая привлекательный внешний вид), овощи разнокалиберные, частично гнилые, пораженные жучком, фрукты битые, увядшие. Что делать?

Прежде всего тщательно обследовать все продукты, прикинуть, сколько будет отходов, удалить все, что хотя бы немного испорчено. Сырые продукты могут иметь некрасивый вид, могут быть плохого качества в смысле кондиции: старое, неупитанное мясо, мелкие овощи, побитые фрукты, кислые и невкусные. Все это не страшно для кулинара. Эти пороки могут быть исправлены кулинарной обработкой. Но несвежий, тухлый, испорченный продукт неисправим!

Это правило нужно, что называется, зарубить себе на носу. Пытаться «исправить» испорченный продукт – это не только самое большое нарушение поварской этики, но и бесцельно потраченные силы, средства и время.

Если же продукты нестандартны, но свежи или испорчены лишь частично, то первое, что следует сде-

лать, – это отделить и выбросить всю испорченную часть. Из оставшейся части продуктов можно готовить обед, но меню на сей раз будет выглядеть по-иному. На первое – мясной бульон с кореньями и фрикадельками, с пирожками, начиненными мясом, рисом, луком и морковью. На второе – рыбные котлеты с картофельным и морковно-репяным пюре. На третье – фруктовый мусс или кисель.

Такое решение единственно правильное, причем это меню не дает почувствовать, что продукты были невысокого качества. Тощее, жесткое мясо дает неплохой по аромату и в то же время не жирный, приятный бульон, а само мясо, чтобы сделать его удобным для разжевывания, превращают в фарш для фрикаделек, слегка обжаривают с луком, чесноком, сельдереем и из него делают начинку для пирожков. Рыбу также превращают в фарш или в тельное, если она лишь некрасива, но приятна на вкус. Все овощи «пюрируют» и включают в картофельное пюре, к которому для повышения его мягкости, воздушности, нежности и улучшения вкуса прибавляют еще немного масла, молока и яйцо. Фрукты также перемалывают, смешивают сырыми или предварительно пекут, а затем превращают в пюре, из которого взбивают мусс с добавлением яичных белков и сахара и какого-нибудь ароматизатора (сиропа, эссенции, пряности).

Нетрудно заметить, что для приготовления обеда из худших в кондиционном отношении продуктов приходится в качестве вспомогательных улучшающих средств использовать, хотя и в небольших количествах, дополнительные продукты помимо основных четырех (мяса, рыбы, овощей и фруктов), а именно: муку, рис, молоко, сахар, яйца, жиры, ароматизаторы, в то время как в первом случае дополнительных продуктов не понадобилось. Из этого видно, что худшие продукты требуют всегда большей затраты труда и средств, чем хорошие. Например, для приготовления обеда по второму варианту требуется почти вдвое больше времени, чем для обеда по первому варианту.

Таким образом, дорогие продукты в конечном счете обходятся дешевле. Итак, первый аспект кулинарного подхода к сырым пищевым продуктам состоит в том, чтобы уметь выбрать способ использования и разделки данных продуктов. Хороший повар должен увидеть готовый обед еще в сырых, неразделанных продуктах. И наконец, он должен смотреть на продукты с точки зрения совместимости их в том или ином блюде либо в меню.

Кулинарный подход к сырью сильно отличается от товароведческого. Для товароведа существуют либо абстрактные, либо идеальные продукты, в которых есть известное («табличное») количество жиров, белков, углеводов и калорий. Для кулинара продукты всегда конкретные и всегда разные. С ними всегда надо быть готовым к новому решению. Их зачастую приходится либо переделывать, либо улучшать. Идеал редок. Вот почему кулинар больше всего должен быть поглощен тем, как, насколько и в каком направлении придется ему переделывать данный продукт. Когда же оценены возможности продукта, когда ясен план кулинарной работы, когда взвешены все за и против в отношении совместимости имеющихся продуктов в намеченном обеде, тогда наступает другая фаза кулинарного подхода к пищевому сырью – его предварительная обработка.

Самая большая ошибка (я бы назвал ее драматической) допускается при первичной обработке овощей. Достаточно занести неаккуратной обработкой запах земли, например, в свеклу, чтобы этот «аромат» оказался неистребимым во вкусе борща, какими бы пряностями этот борщ ни насыщали. Хороший кулинар знает, что в тщательной, аккуратной первичной обработке более чем половина успеха приготовления хорошего блюда.

Что же необходимо сделать?

Прежде всего соблюдать правильный порядок, правильную очередность обработки продуктов. В нашем случае, когда у нас имеются мясо, рыба, овощи и фрукты (допустим, что все они сильно загрязнены), порядок обработки должен быть следующим, если работу ведет один человек: во-первых, надо отмыть фрукты, привести их в порядок; во-вторых, перейти к первичной обработке мяса; в-третьих, обработать овощи и, в-четвертых, – рыбу. При таком порядке запах одного продукта не перенесется на другой. Но достаточно начать первичную обработку с рыбы, как аромат всех продуктов будет ухудшен, а возможно, и испорчен.

Наряду с соблюдением порядка первичной обработки исключительно важное значение имеют тщательность и аккуратность. С первого взгляда эти два понятия могут показаться синонимами. Однако с точки зрения высокой кулинарии это два разных термина, за которыми стоят разные понятия.

Что такое тщательность обработки? Это такая подготовка продукта, после которой он внешне превраща-

ется в полуфабрикат. В отношении мяса это означает снятие с него поверхностной пленки, крупных сухожилий, замаранных, потемневших, испорченных мест, следов печати ветеринара, приставшей бумаги, разложившейся мускульной или костной ткани (почернение пористого костного вещества), заветренного и прогорклого жирового слоя – и все это при сохранении целостности куска. Обработка идет по поверхности крупного куска без его расчленения, разделки.

Тщательная первичная обработка птицы, дичи состоит в ощипывании, опаливании, чистке от внутренностей, удалении гортани, зоба. Теперь, когда пищевая промышленность все чаще поставляет на прилавки магазинов полуфабрикаты, т. е. берет все перечисленные операции на себя, многие молодые хозяйки встают в тупик, если им приходится иметь дело с непотрошеной, а тем более с неощипанной птицей. Вот почему мы коснемся этого вопроса в разделе о птице и дичи.

Что же касается овощей, то первичная обработка их состоит в последовательном отмывании от грязи, чистке от кожуры и изъятии поврежденных мест. В данном случае тщательность и аккуратность особенно четко выступают как разные понятия. Прежде всего овощи надо отмыть, а затем уже отсекать поврежденные места. Отмывать надо в два приема. Сначала тщательно освободить от грубой, марающей грязи (земли, песка, глины) и лишь после этого *аккуратно* очистить (протереть) с помощью щетки (можно воспользоваться старой зубной щеткой или приобрести специально для этой цели), потом тщательно вытереть насухо и только затем приступить к снятию кожуры. После того как *тщательно* снят поверхностный слой кожуры, надо *тщательно* вычистить, вырезать все повреждения и вкрапления (глазки у картофеля, «синячки», рытвины и т. д.). Но это не все – чистить овощи надо сухими, а не мокрыми руками и *аккуратно* складывать очищенные овощи в посуду с холодной водой, а не сваливать на разделочную доску.

Таким образом, аккуратность особенно важна при чистке овощей щеткой с целью удаления остатков грязи, а также при чистке кожуры, когда можно занести посторонний запах с влажных рук.

В первичной обработке рыбы тщательность будет состоять в обрезании ножницами плавников, хвоста, в отсечении пораженных мест, головы, в очистке от чешуи и панциря, от внутренностей. Аккуратность же будет заключаться в том, чтобы при чистке внутренней полости не повредить выстилающую ее защитную пленку и не внести запах жабр и внутренностей в рыбное мясо, а также в том, чтобы при чистке рыбы не поранить себе руки острой костью (рана от прокола рыбной костью, ссадины при обработке рыбы болезненны и опасны, долго не заживают, не говоря уже о том, что любая травма, как бы она ни была мала, мешает кулинару работать, снижает эффективность его труда).

Так, еще задолго до приготовления блюда, даже задолго до его подготовки, разделки, холодной обработки, начинается борьба за его вкус, за то, чтобы оно удалось.

Хороший кулинар никогда не забывает об этом. А плохой спохватится, да поздно, когда вкус «отчего-то» испортился, когда блюдо «почему-то» не вышло. А ведь никаких тайн здесь нет. Все неудачи происходят оттого, что самая-самая начальная, первичная обработка пищевого сырья проведена нетщательно и неаккуратно. Именно в этом случае, когда у двух поваров, работающих с одними и теми же продуктами, по одному и тому же рецепту, получается разный результат, уместна пословица: «Из той же мучки, да не те ручки».

ХОЛОДНАЯ ОБРАБОТКА

Но вот продукт оценен, прошел первичную, или предварительную, обработку, то есть отмыт и очищен и доведен до состояния кулинарного полуфабриката. Что же дальше? Бросать его на сковородку, класть в кастрюлю, сажать в печь? Нет, как правило, до этого еще далеко.

Иногда бывает обидно: тратишь несколько часов и немало сил на то, чтобы сварить, потушить или испечь, а готовое блюдо «исчезает» за какие-нибудь 15 минут. Но еще обиднее, когда, затратив силы, время и продукты, получаешь блюдо, которое не захочется или невозможно есть, оттого что оно испорчено.

Большинство людей почему-то убеждены, что главное – иметь все необходимые продукты и знать хороший рецепт, а там уж как-нибудь…

Однако опыт показывает, что главное в другом – в знании кулинарной техники, методов, приемов приготовления пищи.

Полный технологический цикл, который должен пройти продукт от кухни до нашей тарелки, включает следующие стадии: 1) первичную, или предваритель-

ную, обработку продукта; 2) разделку и тонкую холодную специальную обработку; 3) тепловую обработку; 4) доведение до вкуса.

Можно с уверенностью сказать, что 90% людей, занимающихся приготовлением пищи, обращают более или менее серьезное внимание лишь на тепловую обработку продукта, то есть на способ его приготовления. Первой стадии, отнимающей немалое время, должного внимания обычно не уделяется – на нее смотрят как на злую необходимость. Что же касается последней стадии, то она сводится к абсолютному минимуму – внесению соли и т. п., а потому и в расчет ее не берут. Обработка продукта на второй стадии выполняется наскоро, кое-как. Вот и получается, что цикл волей-неволей выходит неполным. Представляете, если бы с такими технологическими проблемами изготовляли автомобиль или иную машину? Сошло бы? Поварское искусство начинается с приведения сырого продукта в приемлемое для тепловой обработки состояние. Если эта подготовка недостаточна, то приготовление кушанья и само кушанье в конце концов будут несовершенны. Те, кто знаком с кухней понаслышке, отнесутся к этому утверждению скептически. Но классик французской кухни Мари-Антуан Карем (1784–1833) любил повторять, что в правильной предварительной обработке продукта заложена половина поварского успеха. Современные японские кулинары идут еще дальше, считая, что в предварительной и в холодной обработке заключено нередко 60% успеха, поскольку ошибки, допущенные на этих двух стадиях обработки, бывает чрезвычайно трудно исправить впоследствии.

Возьмем простейший пример – приготовление картофельного пюре. Здесь предварительной стадией и холодной обработкой будет чистка картофеля. Казалось бы, чего проще? Какие тут могут быть ошибки? Но они случаются сплошь и рядом. Стоит почистить картофель, не отмыв его предварительно от земли, и затем, не вырезая «глазков» и «синячков», обмыть его тепловатой, «смешанной» водой, как пюре получится серым, невкусным, с примесью запаха земли и удобрений, хотя кожура была снята начисто. Ухудшится и консистенция пюре. Значит, такая «маленькая» операция, как вторичная чистка картофеля после снятия кожуры, весьма важна. Кроме того, овощи необходимо обмывать только холодной водой. После измельчения овощи больше не обмывают.

Холодная обработка овощей, или их разделка на части, измельчение, имеет также немалое значение. Размеры и форма нарезки продуктов оказывают влияние на их вкус после тепловой обработки. Например, целая отварная морковь будет отличаться по вкусу от той же моркови, нарезанной кубиками или соломкой. То же самое относится и к другим овощам. Но это не все. Чем крупнее размеры любого продукта, тем дольше он варится. Поэтому от вида нарезки зависит еще и время варки блюда. Вот почему надо следить, чтобы не было разнобоя в размерах и форме нарезки в одном и том же блюде.

Наконец, от формы нарезки овощей зависит и то, какой тепловой обработке их следует подвергнуть. Так, целые или крупно нарезанные овощи обыкновенно отваривают, а мелко нарезанные обжаривают. Картофель режут кусочками, дольками, кубиками (в супы, для тушения), брусками, соломкой (для обжаривания). Морковь лучше всего нарезать соломкой и вдоль, а не поперек. Кубики и крупные куски моркови, а тем более целая, сладковато-приторны. Мелкой соломкой нарезают свеклу, репу, кольраби, а брюкву и редьку – мелкими кубиками величиной с горошину. Это позволяет не только быстрее сварить овощи, но и лишить их некоторых природных отрицательных качеств – приторности или горечи.

Что же касается капусты, то ее лучше всего резать после удаления кочерыжки полосками шириной 0,5–1 сантиметр, идущими перпендикулярно и параллельно оси кочана. В результате получаются кубики, распадающиеся на неравные чешуйки. Делать это надо острым и широким ножом, стараясь не мять, не давить капусту, чтобы не вытекал ее драгоценный и вкусный сок. Шинковать капусту длинной соломкой, особенно на шинковке, нежелательно. Такая капуста невкусна и в квашении и в тушении, ибо она теряет до 55% собственного сока, который затем замещают водой, от чего готовая квашеная капуста становится белесой, теряет свой привлекательный янтарный оттенок и, конечно, вкус.

Прекрасным примером того, как форма нарезки овощей может влиять на их вкус, может служить лук. Если бросить в суп целую луковицу, то, выварившись, она становится не только безвкусной, но и неприятной. Но попробуйте нарезать лук мельчайшими кубиками. Такой лук сделает суп намного вкуснее и красивее и одновременно не будет в нем заметен – он растворится. Да и при обжаривании нарезанный крупными

кубиками лук обладает более нежным вкусом, чем нарезанный кольцами. Зато для селедки подходит лук, нарезанный тонкими колечками, ибо в таком виде он более едок на вкус и лучше отбивает запах селедки.

Холодная обработка овощей – самый трудоемкий процесс на кухне. Понятно, что его стараются механизировать. Однако нельзя забывать, что обработка всех овощей «под одну гребенку» все же снижает вкусовые качества блюд.

При обработке овощей необходимо помнить еще и о том, что их надо хорошо промыть от гербицидов и ядохимикатов, а также остатков минеральных удобрений. Это существенно меняет порядок и приемы обработки овощей.

Дело в том, что природа защищает ткань овощей от проникновения в нее вредных химических веществ. Овощи сами отторгают инородные, вредные вещества. Но отторгают либо в кожуру (корнеплоды), либо в полости (луковые, трубчатые). Важно поэтому чистить или разрезать овощи, учитывая это. Луковые (лилейные) овощи вскрывают (надрезают) вдоль стебля до середины и тотчас же промывают их струей воды, а затем уже производят дальнейшую обработку и нарезку.

С корнеплодов снимают весь слой кожуры, каким бы толстым, плотным он ни был.

Что касается обработки мяса, то здесь тоже есть свои особенности. Обмывать мясо надо только холодной водой, да и то не всегда. Лучше не мочить мясо перед тепловой обработкой. Гигиеническая обработка его состоит в срезе заветренных или изменивших цвет (поблекших, побуревших поверхностных частей, снятии верхней пленки (особенно у субпродуктов). Этим ограничивается обработка супового мяса. Но когда мясо предназначено для вторых блюд, разделка его приобретает огромное значение.

Для всех блюд мясо надо нарезать поперек волокон: для гуляша – обязательно с кусочками жира, для рагу – с косточкой, а для жаркого – с трубчатой костью или чаще с суставом. Мясо, целиком отделенное от кости, срезанное с нее, теряет половину своих вкусовых достоинств. В то же время крайне важно освободить мясо от всех жил и прожилок, пленок, или, как они правильно называются, фасций, отделяющих друг от друга мелкие группы мышц.

Даже если мясо не очень упитанное и хорошее, то полное удаление фасций сделает его более мягким, особенно если его еще отбить.

Ускорить приготовление мяса можно измельчением его. Самый распространенный метод измельчения – получение фарша. В мясной фарш добавляют компоненты, позволяющие лучше склеить его: хлеб, муку, молоко, тертый картофель, яйцо. Менее распространен у нас азиатский способ измельчения мяса – сечка или нарезание мяса кубиками величиной с горошину. Такое мясо, поджаренное на перекаленном масле с луком и овощами, нарезанными точно так же, может быть приготовлено в течение 5 минут.

Для обычного тушения рациональнее нарезать мясо крупными кубиками. Но если мясо молодое и упитанное, то лучше отваривать, тушить или запекать его крупным куском. Правда, на это потребуется и несколько больше времени, но мясо будет гораздо вкуснее.

Большое значение в предварительной обработке мяса имеют такие меры, как вымачивание, маринование и нанесение защитной поверхности перед тепловой обработкой. Все это значительно ускоряет приготовление мяса и делает его мягче.

Вымачиванию в течение нескольких часов в молоке или в обыкновенной, но очень холодной и часто меняемой воде подвергают обычно лишь мясо дичи – оленину, зайчатину, крольчатину, а также лесную и болотную птицу. Мясо домашнего скота нельзя вымачивать.

МАРИНОВАНИЕ – это то же вымачивание, но с добавлением незначительной доли уксуса (1–2 ст. ложки) и пряностей (лука, чеснока, можжевельника, мяты, черного перца). Мариновать можно как дичь, так и мясо домашних животных. В отличие от воды маринад в течение нескольких часов не меняют. Маринование может быть сухим: пряности и уксус смешивают с солью и равномерно перемешивают эту смесь с мясом. Выдерживают мясо в маринаде в прохладном месте от 3 до 18 часов.

Обычно уже одна из указанных мер дает возможность ускорить приготовление мяса, смягчить его или изменить вкус. Но иногда для полной гарантии, что мясо будет после приготовления нежным, прибегают еще к одному способу – к защите поверхности мяса какой-либо непроницаемой оболочкой. Этот метод известен многим национальным кухням, широко распространен в ресторанной европейской кухне. Суть его состоит в том, что мясо, заключенное в непроницаемую оболочку, подвергается нагреву в своего рода

вакууме и потому сваривается не только значительно быстрее, но и совершеннее – в собственном соку. Прежде в народной кухне широко использовались естественные оболочки – желудок, кишки, брыжейка-сальник, – в которых запекали или варили рубленое мясо. В наши дни в качестве оболочек чаще всего используется тесто разной консистенции. В густом тесте запекают куски мяса по нескольку килограммов, окорока, в жидком тесте (кляре, бешамели) зажаривают небольшие кусочки. Состав обычного кляра – вода, яйцо, мука. Соотношение их может меняться. Воду лучше использовать газированную, минеральную. Консистенция кляра подобна густой сметане.

Если мясо молодое, предварительно отбитое, то можно ограничиться просто обваливанием его в муке – пшеничной, гречневой, рисовой. Распространенное панирование мясных фаршей (котлет, биточков, фрикаделек и других изделий из молодого мяса) в сухарях – вчерашний день кулинарии: во-первых, оно не дает такой плотной защиты, как кляр, и, во-вторых, приводит к резкому увеличению обжаренного или попросту горелого слоя, к повышенному расходу масла.

Наряду с тестом в качестве защитной эмульсии широко используется яйцо: либо полностью и с добавлением молока, либо один яичный белок. Но эти среды чаще применяются не для мяса, а для обмазывания рыбы, овощей, сыра, творога и других более нежных продуктов, подвергаемых тепловой обработке.

Что касается разделки рыбы, то она всегда зависит от вида и формы конкретной рыбины (плоское, круглое или веретенообразное ее тело), от того, насколько она костиста (много мелких костей или одна центральная). Плоскую рыбу нарезают поперек дольками любой ширины и обжаривают или тушат, не вынимая кости. Круглую рыбу для жарения полосуют, то есть делят пополам вдоль, вынимая кость – хребет. Кроме того, круглую рыбу, не вспарывая брюшка, освобождают от внутренностей и фаршируют или тушат в целом виде, либо нарезают поперек крупными кольцами, также не вспарывая брюшка, и фаршируют каждое «кольцо» отдельно.

Главное и общее правило при разделке любой рыбы – тщательная очистка ее (и промывка) от внутренностей и жабр. Последние удаляются простым вырыванием, без повреждения целостности головы. Иногда просто лучше удалить голову – и тогда «жаберный вопрос» решается сам собой. Единственную крупную центральную кость вынимают через разрез в спине, а брюхо при этом не вспарывают. Вскрытие рыбы со спины у нас мало практикуется в домашней кухне, но именно оно дает возможность удалить мелкие кости спинных плавников. Внутренности же вынимают через отверстие, образованное в результате удаления головы.

Значительно легче обрабатывать рыбу, поступающую в продажу уже филированной, очищенной от внутренностей и костей. Замороженное филе требует минимальной гигиенической обработки: нужно лишь обрезать случайно пораженные или загрязненные части, но мыть, а тем более мочить его нельзя ни в коем случае.

Вообще, рыба, попав на кухонный стол, воды уже не любит, особенно после того, как ее разрежут. При мытье рыбы вытекает питательный и придающий ей вкус и нежность рыбный сок, прозрачный, как вода, и незаметный для нас. Поэтому мыть рыбу можно в основном только после снятия чешуи в холодной проточной воде. А чистить от внутренностей надо очень осторожно, стараясь не повредить пленку, выстилающую рыбу изнутри, и не разлить, не размазать в полости желчь. Поэтому при вспарывании брюха разрез надо делать не от горла, где сосредоточены внутренности, а от анального отверстия, ближе к хвосту рыбы, держать нож лезвием вперед, в направлении головы. Если речная рыба куплена в магазине, а не выловлена только что, голову ее лучше всего не использовать. Головы морских рыб вообще не используются в пищу. Но для использования в декоративных целях их можно очистить, отварить и выложить на блюдо вместе с готовой рыбой.

Для сохранения нежности мяса рыбы во время его тепловой обработки применяются те же методы защиты его поверхности, что и при обработке мяса животных перед жарением – обваливание в муке, обмазывание кляром или яичным белком. Рыбный фарш перед отвариванием иногда заворачивают в льняную материю (бязь, марлю) или рыбью кожу и отваривают его вместе с этим искусственным покрытием.

ТЕПЛОВАЯ ОБРАБОТКА

Огонь играет ведущую, определяющую роль в кулинарии. В сущности, вся пища, за исключением фруктов, орехов, части салатов из свежих и квашеных овощей, а также некоторых молочных продуктов



и небольшого числа блюд из свежемороженой, вяленой и засоленной рыбы, приготовляется на огне.

Правда, в последние годы появились поклонники так называемой «сырой кухни», то есть блюд, приготовленных без огня. Эти люди, называющие себя сыроедами, питаются в основном сырыми овощами, фруктами, орехами, яйцами, маслом, сметаной, творогом, молоком. Они, разумеется, тратят очень мало времени на приготовление пищи. Но мотивируют они свое пристрастие к сырой пище не этим, а тем, что хотят сохранить побольше витаминов в еде. Однако увлекаться сыроедением всерьез не стоит. Как и всякое одностороннее увлечение, сыроедение имеет немало минусов. Прежде всего, оно существенно сужает круг продуктов питания, обедняет наш рацион, в том числе сокращает и ассортимент овощей, ибо среди них есть и такие, которые не рекомендуется, да и невкусно есть совершенно сырыми, например свекла, картофель, кабачки, тыква, патиссоны, баклажаны и др. Кроме того, нельзя всю пользу питания сводить к витаминам, как нельзя назвать главным ни одно из других пищевых веществ. Но дело даже не в этом.

Нельзя забывать, что за сотни и десятки тысячелетий развития человека его организм приспособился к употреблению пищи, приготовленной преимущественно на огне. Огонь произвел революцию в жизни человечества не только потому, что изменил внешние условия существования человека, но и главным образом потому, что изменил самого человека, его внутреннее строение в самом буквальном значении этого слова.

Ведь именно употребление пищи, приготовленной на огне, провело одно из самых существенных границ, ибо такая пища способствовала радикальной перестройке пищеварительного аппарата человека в сторону уменьшения его размеров и веса и подготовила почву для того, чтобы весь высвободившийся в результате этой рационализации материал пошел на развитие других отделов организма, и прежде всего на развитие и питание человеческого мозга.

Отсюда понятно, что основная цель приготовления пищи на огне состоит как раз в том, чтобы максимально облегчить ее усвоение человеческим организмом, не говоря уже о том, чтобы сделать ее более вкусной. Если даже холодная предварительная обработка дает возможность освободить пищевые продукты от балласта, от тех частей, которые трудно перевариваются организмом, а также облегчает чисто механический доступ к пищевым веществам воды, соли, кислот, жиров, то тепловая обработка целиком направлена на усиление процесса распада трудноперевариваемых веществ, на полную подготовку продукта к употреблению как в его биохимическом, физиологическом, так и во вкусовом отношении.

Достигается это под воздействием тепла как самого по себе, так и в сочетании с определенной средой, в которую помещается продукт для нагревания – с водой, жиром или жидкостями, содержащими спирты и кислоты. При этом степень тепла, а также продолжительность его воздействия на продукт и даже вид и форма источника тепла – все это по отдельности, а особенно в совокупности имеет огромное значение для формирования качества блюда и оказывает влияние на его вкус, цвет и не в последнюю очередь на его пищевую ценность.

Вот почему знание законов нагрева, умение управлять огнем и теплом на кухне, варьировать и регулировать его крайне важны для овладения кулинарным искусством в целом.

За многие века и даже тысячелетия развития кулинарного искусства человечество выработало десятки самых разнообразных способов нагрева пищи, отличающихся у разных народов.

Достаточно сказать, что только в русском языке для обозначения разных способов нагрева пищи употребляется десяток глаголов: парить, отваривать, варить, припускать, запекать, печь, жарить, пряжить, тушить, томить, но и они еще не полностью выражают все многообразие способов, степеней и приемов нагрева пищи. Поэтому кулинарам приходится заимствовать дополнительные термины из других языков, большей частью из французского. Так, например, в русский профессиональный кулинарный язык вошли слова «бланшировать», «пассеровать», «гриллировать», «брезировать», «фламбировать» для обозначения тех степеней и способов приготовления с помощью огня, которые не имеют соответствующего определения в русском языке.

Но и такое заимствование в большинстве случаев оказывается недостаточным – для точного обозначения всех нюансов тепловой обработки одних лишь глаголов не хватает. Приходится употреблять их в сочетании с различными приставками и с дополнительными существительными, составлять целые выражения, группы слов, обозначающих то или иное действие, например,

«отварить на пару, в паровой или водяной бане», «запечь в вольном духу», «запечь в фольге», «выпечь в мантыкаскане», «поджарить на гратаре», «обжарить во фритюре». Обычно эти выражения употребляются для описания таких промежуточных степеней нагрева, которые менее грубы и менее резки, чем те, которые обозначаются одними глаголами. Поэтому такие термины всегда включают указания на источники нагрева или на специфическую посуду и среду, с помощью которых нагрев в значительной степени может быть нюансирован.

Надо сказать, что такие сложные обозначения тепловой обработки необходимы только тогда, когда речь идет о каком-либо блюде, не относящемся к русской кухне. То же самое происходит и у других народов. Для описания приемов своей национальной кухни каждому народу всегда хватает глаголов и других слов собственного языка, как бы сложна ни была технология блюда. Но как только речь заходит об описании приготовления даже несложного блюда другого народа, слов собственного языка не хватает.

Так, например, в китайском языке для обозначения различных сложных видов обжаривания имеется пять совершенно самостоятельных понятий, передаваемых короткими глаголами «цзянь», «чао», «лю», «чжа», «као», точно так же, как для обозначения видов варки – «чжоу», «чуань», «хоэй», «лу», «чжан», но зато в этом языке совершенно отсутствует глагол «томить», поскольку такой способ тепловой обработки совершенно не свойствен китайской кухне, и чтобы выразить это понятие по-китайски, требуется по крайней мере объяснительная фраза. Вот почему, читая тот или иной рецепт в поваренной книге, всегда можно по терминологии почти безошибочно определить, относится ли данное блюдо к отечественной народной кухне, заимствовано ли из какой-либо чужой, либо создано эклектически каким-либо «умельцем».

Но как бы ни были многочисленны, как бы ни разнились между собой способы тепловой обработки, все их можно разделить на две большие, но далеко не равные группы: приготовление на открытом огне и приготовление, изолированное от огня (в посуде).

Приготовление пищи на открытом огне, когда продукт не защищен ничем, – самый древний способ тепловой обработки. Он встречается у всех народов без исключения. Зажаривание на вертеле целых туш вплоть до середины XVIII века было одинаково распространено как на Востоке, так и в Западной Европе. Однако угроза почти полного истребления лиственных пород деревьев, особенно бука, который шел преимущественно на угли для тогдашних «шашлыков», заставила европейцев почти полностью отказаться от применения открытого огня в кулинарии. Об этом не должны забывать и ныне поклонники расцветшей за последнее время моды на шашлыки, особенно туристы, уничтожающие массу молодых деревьев ради удовлетворения своей прихоти. В наше время куда удобнее пользоваться электрогрилем, с помощью которого в домашних условиях можно приготовить себе не только мясо, но и другие продукты на открытом огне: гриллировать рыбу, овощи, например баклажаны, слегка обжарить хлеб или гратинировать сыр с хлебом, то есть приготовить оплавленный сыром поджаренный хлеб.

Приготовление на открытом огне имеет свои правила. Во-первых, не должно появляться пламя, лишь угли должны гореть сильно, ровно, источая жар. Во-вторых, жаркое на вертеле должно переворачиваться, чтобы оно прогревалось со всех сторон равномерно. В-третьих, вначале жарения вертел должен находиться как можно ближе к источнику тепла, а затем постепенно отдаляться от него. Вообще всякое мясо следует начинать жарить при температуре 200–175 °С, а затем к концу жарения понижать ее до 115–105 °С в зависимости от сорта и качества мяса. Главное, чтобы в первые же минуты образовалась корочка, которая будет препятствовать вытеканию сока из мяса во время жарения, и оно останется сочным.

Наряду с жарением на вертелах или шампурах, то есть прутьях, протыкающих продукты, есть и другой способ приготовления на открытом огне – на решетках, которые называются рашперами или гратарами. В качестве гратара можно использовать даже решетку, имеющуюся в духовках наших газовых плит, в таком случае во время жарения дверцу духовки следует держать плотно закрытой. Саму духовку обязательно предварительно хорошо прогревают, решетку смазывают растительным маслом.

На гратаре можно жарить как куски мяса размером 5–6 сантиметров (только хорошего качества и нарезанного поперек волокон, а не вдоль), так и отбивные или рубленые котлеты.

При жарении на вертелах огонь действует на вращающийся продукт преимущественно сбоку, а на гратаре все жарящееся находится над огнем неподвижно, и тепло в основном поступает сверху, отчего жаркое

нуждается в перевертывании, по крайней мере дважды. На решетке жарят обычно настоящие бифштексы, которые бывают готовы за 6–10 минут, если мясо упитанное и правильно нарезано. Внутри такое мясо остается розовым, но оно не должно иметь запаха и вкуса сырого. Вообще способ приготовления на открытом огне – самый быстрый: от 2 до 4 минут для бекона и до 25–30 минут для целого цыпленка, но чаще всего 10–15 минут для хорошего молодого мяса и для любой рыбы.

Наконец, третий вид открытого огня, или, вернее, «открытого тепла» – это запекание продуктов в золе. Тоже древний кулинарный способ, применяемый главным образом для приготовления овощей и некоторых видов пресного хлеба на Востоке. Разновидностью открытого огня, довольно широко применяемого и в наши дни, является также закавказская и среднеазиатская глиняная печь – тандыр (тонир, танур, тындыр), используемый для выпечки хлеба, лепешек, супов в горшочках и отчасти мяса. Источником тепла в тандыре служат открытые раскаленные угли, лежащие на дне печки. Продукт (тесто или мясо) в незащищенном состоянии прилепляют над углями и сбоку от них к раскаленным стенкам тандыра. Такая печь в далеком прошлом имелась у всех народов Альп, Балкан, Кавказа, Центральной Азии. Об этом говорит сохранившееся до сих пор сходство названий такой, печи – от французского «фондю» (Phondue) или «тондю» (Thondue) до кавказского и среднеазиатского «тындыр», «танур».

Однако приготовление на открытом огне давало возможность лишь гриллировать (обжигать) и запекать продукты в их естественном состоянии, без добавления жидкостей и жиров. Чтобы сделать дальнейший шаг в тепловой обработке и получить вареную, жареную и тушеную пищу, человеку понадобилась посуда, которая послужила не для прямого, а для косвенного нагрева пищевых продуктов. В посуде тепло действовало на пищу не непосредственно, а через какую-нибудь быстро раскаляемую среду – масло, воду, молоко, вино, сахар, растительные соки или комбинацию из двух-трех этих сред.



- ВЕРТЕЛ ИЛИ ШАМПУР -
Жарение на вертелах или шампурах, то есть прутьях, протыкающих продукты.



- РАШПЕР ИЛИ ГРАТАР -
Жарение на решетках, которые называются рашперами или гратарами. В качестве гратара можно использовать даже решетку, имеющуюся в духовках наших газовых плит.



- ТАНДЫР -
Закавказская и среднеазиатская глиняная печь – тандыр (тонир, танур, тындыр), используемый для выпечки хлеба, лепешек, супов в горшочках и отчасти мяса.

В посуде вареная и жареная пища приобрела совершенно иной вкус, чем на открытом огне. Пища, приготовленная в посуде, обогатила мировую кулинарию во вкусовом отношении. Но кое в чем преимущества остались на стороне кухни открытого огня. Самым решающим преимуществом, вновь оцененным в наши дни, оказалось время – быстрота приготовления.

Попытка отказаться от водяной или масляной среды, замедляющей приготовление пищи на огне, привела к прекрасной находке – приготовлению блюд в фольге. Фольга в данном случае играет роль посуды. Она защищает пищевой продукт от открытого огня, жара. В то же время фольга – не настоящая посуда, ее стенки тонки, запекание в ней не требует промежуточной среды – воды, масла и т. п. И этим приготовление блюд в фольге напоминает приготовление на открытом огне. Таким образом, фольга дает возможность сочетать преимущества двух главнейших традиционных видов тепловой обработки – кухни открытого и закрытого огня. Это, несомненно, большое достижение кулинарной

технологии XX века, своего рода синтез развития огневой кухни за многие столетия.

ОБРАБОТКА ЖИДКИМИ СРЕДАМИ

И все же тепловая обработка чаще всего происходит через воздействие жидкой среды на пищевой продукт. На пути открытого огня или излучаемого тепла обычно имеется, помимо посуды с ее металлической, керамической или каменной средой, еще какая-нибудь жидкая среда – вода, молоко, кислота, алкоголь, жир. Часто эти среды сочетаются, образуя самые разнообразные комбинации. Как относятся эти комбинации к теплу, как влияет на них тепло, как они влияют в нагретом или раскаленном виде на продукт – все это надо заранее знать, прежде чем что-либо готовить на кухне. Но нередко об этом забывают, и результатом может быть либо пригорание, чад, испорченная еда, либо – наиболее часто – еда просто невкусная. Многие считают, что невкусная еда – результат того, что человек, ее приготовивший, не умеет готовить, у него нет к тому способностей. Но вернее сказать, что невкусная еда – как правило, результат кулинарной неграмотности. Кулинарно грамотный человек, даже не обладая никаким дарованием, всегда приготовит вкусное, доброкачественное блюдо по готовому рецепту.

НЕСОВМЕСТИМОСТЬ И СОВМЕСТИМОСТЬ СРЕД

Первое, что необходимо знать и хорошо запомнить о жидких средах, – это правило их несовместимости.

Вода и жир – вечные, непримиримые антагонисты. Где жир – там не место воде. Сковорода, на которой хотят жарить, должна быть сухой, как пустыня, прежде чем на нее нальют масло, а когда нальют, то в него не должно попасть ни капли воды. А такое часто бывает, когда хозяйка, например, жарит и одновременно что-либо моет (тарелку, ложку), а потом, поленившись взять полотенце, чтобы вытереть слегка замоченные пальцы, продолжает помешивать вилкой или ножом то, что жарится на сковороде. Достаточно небольшой капле попасть на сковороду, как начнется шипение, чад, масло станет разбрызгиваться, а хозяйка даже не заметит, что все это произошло от капли воды. Начнет подливать еще масла, думая, что пригорание и внезапный чад от недостатка масла, и в этот момент с влажных рук упадет на сковороду еще одна капля – пригорание усилится, чад не прекратится, а хозяйка будет недоумевать, что случилось, и винить во всем плохое масло или жир, открывать окно, проветривать комнату и тратить значительно больше времени и сил, чем потребовалось бы для того, чтобы тщательно вытереть руки.

Масло, жиры всегда отторгают воду «с возмущением». Но вода, если она доминирует, равнодушно принимает масло. Однако союз масла и воды непрочен и недолговечен. Как только масла становится больше (а это происходит по мере выпаривания воды), оно начинает резко отторгать воду. Вот почему в конце тушения, если за этим процессом плохо следить, кастрюли и котелки сильно пригорают: вода, которой в начале тушения бывает больше, чем масла, выпаривается, а масло, оставшись на дне с небольшим количеством воды, моментально превращается из мирной среды в агрессивную.

Еще большими антагонистами являются белковые и кислые среды: кислые и крахмальные, например кислые соки и молоко, пищевые кислоты и кисельно-соусные среды. Кислоты разрушают любую нежную жировую, молочную, белковую, яичную или крахмальную эмульсию не только когда они преобладают над ней, но и когда они находятся в меньшинстве. Вот почему если нужно подкислить какой-нибудь суп или подливку, то это делают только после того, как соус полностью остыл, но ни в коем случае не тогда, когда он еще варится. Но даже и в холодную эмульсионную среду кислоты добавляются осторожно, в крайне незначительном количестве, а кушанье в этом случае немедленно подается на стол и никогда не оставляется на хранение.

Алкоголь (спирт, водка, вино), применяемый нередко в кулинарии в небольших дозах как добавка, ускоряет кипение воды, портит жиры (придает им вкус мыла, так как при этом происходит омыление, образование солей жирных кислот) и резко усиливает, обостряет, улучшает вкус кислых сред, а иногда усиливает и их аромат.

Вот почему прибавление чайной ложки коньяка, водки, вина в кисленький кисель, компот, напиток значительно улучшит вкус и аромат всего кушанья, хотя такая прибавка составит всего, быть может, тысячную долю массы блюда (на 1 кг или 1–1,5 л изделия достаточно лишь 1 чайной ложки).



Так обстоит дело с совместимостью и несовместимостью жидких сред. Но как ведут себя эти среды, каждая из них, когда они ни с чем не смешиваются, а нагреваются самостоятельно? Оказывается, и здесь есть правила, без знания которых столь же трудно приготовить вкусное блюдо, как и ориентироваться в лесу без компаса.

ВОДА

Лучше всего мы знаем о поведении воды. Здесь как будто бы нет никаких тайн и подводных камней. Вода не может подгореть, как масло. Она не может внезапно убежать, как молоко. И все же она может причинить неприятности кулинару.

Вода довольно легко и быстро перекипает, то есть превращается в пар, а следовательно, уменьшается в объеме, или, как мы говорим, выкипает.

Кипение воды важно не допускать лишь в некоторых случаях, в которых оно как раз чаще всего допускается. Нарушение этого правила не ведет к катастрофе, и потому мы легко преступаем его. И все же если *вода перекипает, то невкусными становятся чай, напитки, в состав которых наряду с водой входят фруктовые натуральные соки, супы-пюре и все блюда, в отношении которых имеется указание «не доводить до кипения», «подогреть, но не кипятить»*. Это относится чаще всего к овощным и фруктовым продуктам, которые должны бланшироваться для последующего маринования, соления или пресервирования и консервирования. Если их сварить, допустив длительное кипение, то они лишатся не только вкуса и аромата, но и витаминов и некоторых других полезных веществ.

Гораздо хуже допустить *выкипание* воды, понижение ее объема ниже той нормы, которая должна сохраняться в блюде.

Чаще всего выкипают супы. Но это мало кого беспокоит: подливают воду, чтобы восстановить объем. Но суп, его вкус таким простым путем исправить уже невозможно. Утрачивается, изменяется не только вкус, но и цвет, консистенция супа, наконец, его биохимический состав. Чем сложнее по составу суп и чем более высококачественные продукты используются для его приготовления, тем гибельнее для него подлив воды после выкипания.

Особенно резко ухудшается блюдо, когда в результате нарушения солевого соотношения хозяйка, как правило, уже не может объективно определить степень солености супа и, чувствуя резкое ухудшение вкуса, а также действие сырой, не перемешавшейся с супом воды, старается восстановить, как ей кажется, слишком пресный вкус поспешным досаливанием. Результатом всегда бывает пересол, уже ничем не устранимый. Чтобы избежать этой часто встречающейся ошибки, никогда не следует, во-первых, солить суп до того, как он полностью сварится, а во-вторых, подливать, если уж это неизбежно (например, нехватка супа на несколько человек), лишь кипяток, а не холодную сырую воду, причем кипяток не перекипевший, а свежевскипевший. Это хотя не выправит полностью положения, но все же смягчит резкость ошибки. Солить долитые супы следует всегда умереннее, чем недолитые, даже если солят в конце приготовления. Еще более осторожно следует обращаться с водой при тушении. Здесь разрешается подливать жидкость по мере ее выкипания, чтобы сохранить консистенцию подливки и не допустить пригорания, но такой подлив надо делать не сразу, когда жидкость выкипела, а постепенно, небольшими порциями (ложечкой) в течение всего приготовления, и всегда подливать лишь крутой кипяток.

МОЛОКО

Прежде всего несколько слов надо сказать о смешивании воды с молоком. Целый ряд молочных супов готовится отнюдь не на цельном молоке, а на смеси молока с водой, причем такие супы всегда вкуснее, чем чисто молочные. Однако порядок смешивания воды с молоком – искусство, от которого зависит вкус супа. Сначала надо в воде сварить основной пищевой компонент супа – рыбу, овощи, вермишель, лапшу, макароны, кнели, клецки, а затем, сцедив жидкий навар или выложив твердую часть супа, смешать жидкость с горячим, вскипяченным молоком и лишь затем прогреть вместе, не допуская кипения. Чтобы связь воды с молоком вышла нерасторжимой, надо загустить водномолочную смесь мучной подболткой (1 столовая ложка муки на 1,5–2 литра суповой жидкости). Загущение делают, разумеется, если твердая часть водномолочного супа не мучная.

Само по себе молоко отдельно, как среда, в которой варят или кипятят, не используется, ибо *одно*, без добавления воды, оно не способно к длительному нагреву, так как, едва достигнув точки кипения,

либо бежит, либо подгорает, чем портит все блюдо. Поэтому все так называемые блюда на молоке приготовляют так: либо отваривают твердую часть в воде, а затем подогревают ее в молочно-водной смеси, либо отваривают слегка в воде и после ее выпаривания заливают холодным или теплым молоком и доваривают в нем крайне непродолжительное время – до закипания. Наконец, есть и третий способ обработки продукта горячим молоком: заливают кипящим молоком совершенно сырой, сухой продукт, например манную крупу, и выдерживают его под плотной крышкой до готовности (полного распаривания). Температура горячего (кипящего) молока достаточна, чтобы некоторые продукты (нежные крупы, яйца) сварились без дополнительного подогревания на огне.

Так можно приготовить пошированную яичницу, буберт (манный пудинг с яйцом), кастерд (яичный чай) и некоторые другие блюда. Следует подчеркнуть, что блюда, приготовленные лишь одним теплом молочной среды, отличаются особо нежным вкусом и консистенцией. Это еще раз говорит о том, что огонь хотя и помогает нам готовить пищу, но вместе с тем действует и как разрушитель структуры исходных пищевых продуктов. Порой такие разрушения ухудшают продукт. Вот почему в ряде случаев надо прибегать к обработке пищи теплом жидкой среды или пара, а не огня.

МАСЛО, ЖИРЫ

Наиболее коварной и трудноуправляемой жидкой средой являются масла, жиры. Они настолько быстро раскаляются, что уследить за ними труднее, чем за кипящим молоком. И все же их можно укротить полностью, если знать, как это сделать. Прежде чем что-либо жарить на жирах, маслах, их надо подготовить для этого – очистить, если это животные жиры, и прокалить, если растительные. Полученный таким образом чистый, вернее, очищенный и, следовательно, более уплотненный и однородный жир может служить основой для обработки любого пищевого продукта, будь то мясо, рыба, овощи, грибы, мучные, яичные изделия и даже фрукты. Чистота очищенного или перекаленного масла или жира будет иметь решающее значение и для самого процесса жарения, и для вкуса блюда в целом.

ОЧИСТКА ЖИРОВ

Очистку жиров производят в два приема. Вначале жир – особенно если он представляет собой не чисто нутряной, а поверхностный срез излишнего жира говядины, баранины, утки, курицы – пропускают через мясорубку в любых пропорциях и смесях, а затем вытапливают на сковородке и процеживают. Полученный жидкий, расплавленный жир смешивают примерно с литром воды (не меньше этого количества при любом количестве жира в любой посуде), добавляют не менее 1 стакана молока, крепко солят и медленно доводят до кипения при непрерывном размешивании, чтобы водно-молочный соленый раствор хорошо промыл весь жир. После 3–5 минут кипения жидкости дают остыть, ставят ее на холод и затем снимают сверху «лепешку» жира. Такой очищенный жир хорошо хранится в холодильнике, не прогоркает и лучше пригоден для жарения, чем сливочное масло. Он может быть улучшен добавлением к нему растительных масел. Но и они должны быть предварительно подготовлены для кулинарного использования.

Целый ряд растительных масел еще слабо используется в нашей домашней кухне именно потому, что многие не умеют и не знают, как надо прокаливать их. Между тем жарить на них продукты гораздо удобнее, чем на сливочном, да и блюдо получается вкуснее. Однако и по сей день очень многие хозяйки с предубеждением относятся, например, к подсолнечному маслу. Такое предубеждение сформировалось исторически. Долгое время считалось, во-первых, что подсолнечное масло (особенно льняное, хлопковое, горчичное) второсортно, потому, мол, что предназначено для постного, т. е. для бедного, стола. Во-вторых, с легкой руки горе-диетологов начала нынешнего века растительное масло изгонялось со стола желудочных больных в угоду сливочному и потом прослыло среди обывателей за неполноценное.

И хотя ныне все эти аргументы против растительного масла утратили силу, предубеждение против него тем не менее сохранилось. Отчасти это объясняется еще и неумением готовить на постном масле, отчего пища иногда приобретает специфический запах и привкус. В результате большинство людей ограничивает ассортимент приготовляемых ими на подсолнечном масле блюд только рыбными. Между тем на растительных маслах можно готовить все виды блюд – рыбные,

мясные, овощные, грибные, крупяные и в некоторых случаях даже кондитерские, особенно если использовать кунжутное, абрикосовое, ореховое, оливковое масла. В нашей кухне из растительных масел наиболее часто употребляется подсолнечное, реже оливковое, еще реже горчичное, хлопковое и кунжутное. Но прежде чем говорить об их употреблении, попытаемся разобраться, что же представляет собой растительное масло.

Любое растительное масло – это выжимки сока из семян растений. В старину его так и называли – соком, а не маслом. Семена же – начало жизни. Следовательно, в растительном масле содержатся в концентрированном виде самые питательные, самые лучшие части растения. Они же самые тонкие, наиболее легко разрушаемые составные части растений. Вот почему, когда мы «вовсю» жарим масло на раскаленной сковородке, так что оно, шипя, разлетается во все стороны, то зачастую теряем и его суть, так как в корне изменяется биохимический состав масла. Следовательно, на растительном масле надо жарить осторожно, умеючи. Более того, основной секрет состоит в том, чтобы жарить не на «жарящемся», «кипящем» масле, а на «спокойном». Таким «спокойным» маслом может быть только прокаленное масло.

ПИЩЕВЫЕ ПОКРЫТИЯ

Итак, жидкие среды, теплом и свойствами которых обрабатывается и приготовляется какой-либо пищевой продукт – будь то мясо или фрукты, – обладают, как мы видели, способностью тем быстрее сваривать или жарить этот продукт, чем выше плотность и чем ниже точка кипения такой среды. Иными словами, в воде продукт варится дольше, чем в масле.

Значит, уже одно увеличение плотности среды, в которой происходит нагревание продукта, существенно ускоряет его приготовление.

Следовательно, теоретически можно предположить, что будь масло почти «твердым» или вязким, даже в «расплавленном» виде, приготовление продуктов в нем еще более ускорилось бы. То же самое происходит и при покрытии жарящегося продукта твердой или вязкой средой. Но не только стремление сократить время приготовления пищи, но и, главное, желание улучшить вкус блюд привело к использованию разных обволакивающих продукт сред в процессе жарения или варки.

Уже давно было замечено, что не все пищевые продукты одинаково переносят варку и жарение. Одни при этом не особенно теряют во вкусе, другие изменяют свой вкус довольно значительно или, что еще хуже, утрачивают его. Особенно заметно это бывает на рыбе или мясе. Есть, например, виды рыб, вкус которых значительно ухудшается вследствие варки в воде: из них вываривается все самое вкусное, они становятся жесткими.

Как же предотвратить эти изменения при варке или жарении продукта? Единственное средство – облечь сырые мясо, рыбу, овощи в какую-нибудь пищевую оболочку, а затем уже в этой оболочке варить или жарить. Такой прием, с одной стороны, значительно ускоряет приготовление, с другой стороны, делает продукт или блюдо из него вкуснее, ибо предотвращается растворение или вымывание из продукта соков в процессе варки. Если учесть, что в таких «соках» содержится часто вся суть данного продукта (его жиры, белки, витамины), а нерастворимая твердая часть состоит из непитательной соединительной ткани – клетчатки, то станет понятным, насколько важна защита продукта от потери этих полезных веществ во время его тепловой обработки.

Какие же формы защиты применяются ныне в кулинарном искусстве и какие пищевые продукты преимущественно для этого используются?

Говоря о холодной обработке продуктов, мы уже упоминали о некоторых приемах защиты сырого мяса и рыбы пищевыми покрытиями – мукой, тестом, кляром. Надо иметь в виду, что принцип их действия универсальный, то есть такие оболочки подходят к любым пищевым продуктам, вплоть до фруктов, поэтому обо всех особенностях их применения мы расскажем здесь более подробно и последовательно.

Пищевые покрытия по физическим свойствам делятся на четыре большие категории – твердые, жидкие, пасто- и тестообразные и желеобразные. К твердым оболочкам относятся мука (ее различные виды), сухари, сахарная пудра, к жидким – яйцо (белок и желток – вместе и в отдельности), молоко, сметана, соевый соус (постоянно применяется в китайской и японской кухнях) и некоторые растительные соки и эмульсии, содержащие естественные белки и крахмалы (например, луковый сок, тертый сырой картофель, рисовый отвар, чесночная эмульсия – растертый в кашку чеснок с солью и т. д.). К желирующим оболочкам относятся все растительные и животные клеющие вещества – желатин, гуммиарабик, рыбий клей (кар-лук), агар-агар, пектины (яблочный, абрикосовый и айвовый) и некоторые искусственные желирующие вещества, применяемые в пищевой промышленности. Самая большая группа пищевых покрытий – пасто- и тестообразные – состоит всегда из различных комбинаций представителей первых трех групп с добавлением любой пищевой жидкости: воды, молока, масел. Именно в эту группу входят и различные тестяные оболочки и кляры, приготовляемые из муки, воды и яиц, и пасты

вроде готовой горчицы, которую можно наносить защитным слоем на рыбу или мясо до его жарения, и, наконец, пасты, включающие разные желирующие вещества или кремы. Консистенция всех этих покрытий пастообразного вида может варьироваться очень сильно – от плотного теста, подобного тесту, из которого делают лапшу, до жидкого, лишь слегка обволакивающего, как бы «мажущего» продукт кляра.

Таким образом, если говорить о пищевом составе этих покрытий, этих пищевых оболочек, то их ассортимент весьма ограничен, в домашнем хозяйстве он практически сводится к муке, крахмалу и яйцу, то есть к продуктам, широко распространенным, недорогим и всегда находящимся под рукой.

Однако искусством применения этих простых, и даже простейших средств владеют далеко не все, а фактически крайне ограниченное число людей. Причина этого либо в отсутствии навыков и умения, опыта применения покрытий, либо в нежелании «возиться». И то и другое – оборотная сторона незнакомства с применением пищевых покрытий, с тем эффектом, который они дают, и в экономии времени приготовления пищи, и в повышении вкуса блюд.

В чем же состоит искусство применения пищевых покрытий? И сложно ли оно?

Начнем с того, что никакой сложности это искусство не представляет. Но навык и привычку постоянно прибегать к этим кулинарным приемам надо попросту выработать в себе.

Прежде всего надо научиться подготавливать эти покрытия и знать, для чего и как их применять, какой вид их избрать для определенного пищевого сырья или кушанья.

По виду применения и форме все покрытия делятся на панады, пелюры, кляры и желиры. При этом каждый вид в общем-то предназначен для особой категории блюд, хотя и здесь виртуозный, опытный повар, кулинар, обычно не связывает себя канонами, свободно применяя и сочетая разные методы покрытия для одних и тех же блюд, чем достигает вкусового разнообразия. Но для начинающего кулинара важно усвоить главные правила.

ПАНАДЫ

ПАНАДЫ – это все сыпучие и все жидкие виды покрытия: с одной стороны, мука, сахарная пудра, сухари или чайная крошка, любая пищевая пыль, имеющая в своем составе белок или крахмал; с другой стороны, яйца, соевый соус, масла, сахарные сиропы. Именно эти абсолютно сухие мукообразные или пудрообразные пищевые материалы и, наоборот, совершенно влажные обладают свойством плотно прилипать к любому пищевому продукту и равномерно обволакивать его. Но для сухих панад продукт должен быть влажным, а для жидких иметь сухую поверхность, будь то мясо, рыба, овощи или тесто. Поскольку более влажной поверхностью обладают истолченные, растертые, измельченные пищевые продукты, ибо они что называется сочатся вытекающим из них соком, то панады применяют чаще всего к фаршам (мясному, рыбному, овощному) или пюреобразным массам. Поэтому на практике мы чаще сталкиваемся с тем, что панируются мукой или сухарями котлеты. Но вовсе не значит, что такой вид панировки не может быть применен и к целым, неизмельченным продуктам. Панировка наносится обычно путем обвалки. В плоскую тарелку или на доску, а еще лучше и правильнее – в плоскую прямоугольную ванночку насыпают слой сухарей или муки, в котором обваливают кусочки мяса, рыбы, овощного пюре *до тех пор, пока поверхность этих кусочков или комочков фарша не перестанет впитывать панировочный материал*. Обваленные пищевые продукты должны вылежаться 5–6 минут на доске. Если они вновь промокнут, их надо еще раз обвалять.

Преждевременно закончить панировку – значит создать условия для брака в приготовлении блюда. А ведь именно так чаще всего и бывает – панируют наскоро, оставляя незакрытые панировкой места, не выдерживая панировочный материал перед тепловой обработкой.

Панировка в жидких средах не отличается какими-либо особенностями. В глубокую чашку или тарелку с панировочной жидкостью – взбитым яйцом, белком, маслом, растопленным салом, сахарным сиропом – опускают до полного погружения кусочек или комочек пищевого материала, спустя 3–4 минуты вынимают и затем дают ему слегка обсохнуть.

Как видно из этих примеров, панировка должна тонким, равномерным слоем располагаться по всей поверхности продукта, а чтобы этого достичь, надо тщательно приготовлять панировку. Конечно, муку или сахарную пудру приготовлять нечего – они и так представляют собой чрезвычайно тонкий, ровно ложащий-

ся пылевидный материал. И все же их следует предварительно просеять. Но вот сухари должны быть перетерты как можно более тщательно в ступке. Сухари грубого помола с крупными крошками непригодны для панировки, они могут лишь ухудшить вкус изделия, будут источником пригорания, чада во время жарения. Тщательно следует взбивать яйцо или отдельно желток и белок, ибо они имеют разную плотность, и, чтобы добиться равномерного обволакивания, необходимо добиться их полного превращения в однородную жидкость. Зато никаких дополнительных усилий не надо предпринимать при использовании в качестве панировочной жидкости растительных масел или сливок – достаточно просто окунуть в них пищевой материал или изделие.

Могут спросить: а в каких случаях применяется в качестве панировочной жидкости масло, сливки или молоко? Масло растительное обычно применяют для панировки мяса, если готовят на открытом огне, изделий из теста, если их пекут в духовке (например, обмазывают лепешки кунжутным, конопляным или сливочным маслом). В молоке панируют (окунают в него) сухой хлеб перед жарением или вымачивают в нем в течение 15–30 минут дичь перед жарением. В обоих этих случаях казеин (белок молока) при нагревании выступит на поверхность изделия и создаст тонкую, почти незаметную для глаза защитную пленку, которая тем не менее сыграет свою положительную роль – улучшит вкус блюда, защитит его от пересыхания при сильном нагреве, сохранит или придаст ему сочность.

Применяя панировки, нельзя забывать и правил взаимодействия сред. Так, например, никогда не панируют молоком черный хлеб (только маслом!), ибо соединение кислоты черного хлеба с белком молочной среды резко испортит вкус приготовляемого изделия. Точно так же рыбу не панируют молоком, ибо оно не удержится на ней: стечет без остатка, вследствие того что рыбий сок обладает сильной способностью растворять молочный белок. Рыбу надо панировать исключительно сухими панадами, причем лучше всего мукой, а не сухарями, но только сухой мукой.

Из всех видов муки самая сухая – рисовая, на втором месте – картофельная, затем идут кукурузная, пшеничная и, наконец, ржаная, гречневая и овсяная. Эти различия в сухости порой бывают весьма существенны. Так, если необходимо запанировать насыщенное влагой овощное пюре, то следует применять только рисовую муку. Точно так же и целые овощи, содержащие, как известно, до 70–80% влаги, надо панировать рисовой мукой, чтобы получить вкусный и внешне красиво приготовленный продукт.

Раз принцип действия и употребления панад одинаков, независимо от того, сухие они или жидкие, значит, можно комбинировать, использовать для приготовления одного и того же блюда или изделия одновременно и жидкие, и сухие панады. Но мешать панады с клярами, пелюрами или желирами нельзя. В этом случае одна оболочка не удержится на другой и обе они спадут во время варки или жарения. Вот почему важно знать и помнить, какие виды оболочек к какой группе относятся.

Примером применения сухих и жидких панад к одному и тому же блюду одновременно может служить панирование картофельного пюре или других сходных с ним по рыхлости и слабой способности к формованию пищевых изделий. Известно, что мясной фарш хорошо формуется, обладает естественной клейкостью. Тут для удержания его в форме котлеты или шара достаточна плотная мучная панировка из обычной пшеничной муки. Во время нагревания эта форма не только не распадается, но и сразу же закрепляется. Иное дело картофельное пюре. Попробуйте сделать из него шар и запанировать в муке – он мгновенно расползется в лепешку при малейшем нагревании и даже до нагревания, будучи положен на доску. Чтобы сохранить такому комочку форму шара (допустим, надо приготовить крокеты), надо сначала панировать его белком (для этого яичный белок взбивают в пену и в этой пене обваливают или погружают в нее картофельный ком), а затем сразу же плотным слоем рисовой муки. При нагревании оба вида панировки сольются в плотную тонкую корочку с поверхностным слоем пюре, которая окажется настолько плотной, что изделие останется свежим до следующего дня, ибо под панировкой картофель не отвердеет.

ПЕЛЮРЫ

Гораздо реже, чем панады, применяется другой вид покрытий – пелюры. Пелюры чаще всего состоят из муки и воды, то есть являются простым, но плотным пресным тестом, из которого раскатывают тонким слоем прочную «салфетку», в которую оборачивают тот



ПРОДУКТ, «УПАКОВАННЫЙ» В ПЕЛЮР

Пелюры чаще всего состоят из муки и воды, то есть являются простым, но плотным пресным тестом, из которого раскатывают тонким слоем прочную «салфетку», в которую оборачивают тот или иной пищевой продукт, и затем отваривают, зажаривают или чаще всего запекают его в такой «салфетке».

или иной пищевой продукт, и затем отваривают, зажаривают или чаще всего запекают его в такой «салфетке», «рубашке» или «пелеринке» (откуда и сам термин «пелюры»). К пелюрам прибегают, когда надо запечь или зажарить крупный кусок мяса или большого объема блюдо, рассчитанное на несколько человек, а нет ни посуды, ни возможности следить за приготовлением или же нет соответствующего очага. Если пелюрное тесто делается из второсортного материала, лишь на воде, то роль его сводится к тому, чтобы послужить оболочкой только на время приготовления, после чего его можно отбросить (поверхность все равно обычно подгорает). Но если пелюрное тесто готовят более тщательно, используют в его составе кроме воды и муки и другие продукты (яйцо, масло, соль), то оно само может пойти в пищу. Но чаще всего пелюры не используют в пищу.

Для запекания больших рыбин (по нескольку килограммов), крупных кусков мяса, свинины используют, как правило, пелюры из ржаной муки, отрубей или смеси ржаных и пшеничных отрубей. Мелкое сырье для запекания, овоще-мясные или ягодные блюда запекают лишь в пелюрах из смеси пшеничной и ржаной муки или же в чисто пшеничных (хотя чисто пшеничные пелюры непрочны, требуют добавки яиц, сильно пригорают, что не дает возможности использовать их в пищу). Пелюры незаменимы для жирного мяса, когда надо предотвратить потерю жира, сала, масла при нагревании. Пелюр надежно защищает пищевой продукт от огня, и с ним всегда меньше забот, чем с панировкой. Особенно вкусное блюдо получается при сочетании, например, сельдевых рыб (мелкой салаки), обернутых пелюром вперемешку со свиным салом и сдобренных луком и укропом. Все лишнее, побочное, отрицательное в приготовляемом блюде, все его газообразные и жидкие «отходы» пелюр, как губка, втягивает в себя, а чистое, рафинированное по вкусу блюдо, сохраняющее весь свой неповторимый дух, аромат, обычно улетучивающийся при наплитном приготовлении, пелюр сохраняет. Вот почему ныне, когда очагов старого типа – русских печей и им подобных – почти не стало и ряд блюд в связи с этим исчез из повседневного обихода, применение пелюров дает возможность как бы в миниатюре воссоздать условия

нагревания, близкие к печному нагреву, и таким образом получать в современных условиях старинные и по рецептуре, и по вкусу блюда.

Но есть и съедобные пелюры, например кондитерские. Они предназначены для запеленывания фруктов, их приготовляют на манер слоеного теста с добавлением сахара, кислот, коньяка. Такие пелюры съедобны. Пелюром может служить и вытяжное тесто для картофельных и творожных изделий.

В целом знание этого способа, этого метода приготовления как бы расширяет нашу кулинарную палитру, хотя им и не столь часто привыкли пользоваться.

Более часты оболочки типа кляров, они прочно сохраняют свое место в современной кухне, особенно в ресторанной.

КЛЯРЫ

КЛЯР – это сочетание эмульсии яйца (белка или желтка), муки и воды, молока или масла, разведенных до сметанообразного, мажущегося состояния. Проще говоря, кляры – это разные виды жидковатого теста. В отличие от пелюров они всегда съедобны, а нередко составляют такую же вкусную часть блюда, как и его основа.

Жидкий кляр используют лишь для очень мелких кусочков пищевого материала, обычно для кусочков длиной 2–3 см, шириной или толщиной 1 см. Чаще всего кляром обволакивают рыбу, мясо домашней птицы, фрукты, то есть скороварkие пищевые продукты (обжаривание длится обычно от 0,5 до 3–4 минут). Обжаривают продукты в кляре либо во фритюре (в ресторанной кухне), лучше в глубоких сковородках, казанках с толстыми стенками и дном на перекаленном растительном масле или нутряном свином сале. Продолжительность обжаривания и выбор масла (жиров) зависит не только от состава основного пищевого продукта, но и от состава самого кляра. Кляр может быть преимущественно яичным, где мука и вода составляют незначительный процент, и, наоборот, преимущественно мучным или со значительным наличием масла – сдобным. К кляру всегда добавляют также ароматизаторы, пряности, приправы – перец, лук, чеснок, петрушку, сельдерей, соль, сахар, томатную пасту, корицу, бадьян – в зависимости от того продукта, который будет жариться в кляре. Вот почему приготовление кляра предполагает хорошее знание не только правил жарения, но и правил совместимости и вкусовой гармонии продуктов. В кляре часто готовят кондитерские изделия вроде яблок в тесте, как жареных, так и печеных. При этом кляр для печеных яблок готовят несколько иначе: в него входят молоко или сметана, масло и меньший процент яиц или же они вовсе бывают исключены, чтобы не вызвать подгорания оболочки.

Вместо обычной воды в кляры часто добавляют либо дистиллированную воду, либо минеральную: первая уплотняет кляр, делает его тонким, гладким, вторая делает тесто более рыхлым, ноздреватым, придает кляру воздушность. Все это также имеет значение не только для вкуса, но и для внешнего вида блюда.

Из всех видов пищевых оболочек кляры хотя и дают самый ощутимый эффект в быстроте приготовления и во вкусе блюда, но являются самыми капризными. По этой причине их редко используют в домашней кухне, зато их преимущество сказывается особенно ярко в ресторанном приготовлении.

Чтобы хорошо приготовить тушеное мясо, надо затратить на тушение минимум 2 часа, не считая времени на предварительную обработку. В кляре же то же самое мясо способно стать мягким всего лишь за 5–7 минут, а времени на предварительную подготовку уйдет максимум на 15 минут больше. Выигрыш во времени весьма ощутим: вместо 2,5 часа – 20 минут. А при больших партиях блюд разница эта заметна еще более.

Манипуляции с кляром предполагают хорошо организованное рабочее место, правильную расстановку «заготовок», посуды, сырья и, разумеется, наличие необходимого кухонного «инструмента», хотя он крайне несложен. Нужны доска, нож, столовая и чайная ложки, две фарфоровые чашки-пиалы, молоток для отбивания мяса, глубокая ложка-шумовка и, главное, ручная взбивалка и пинцет. Очень важно, чтобы разделочный стол располагался в этом случае слева от плиты, на которой стоит сковорода, в крайнем случае напротив плиты, но это уже намного хуже. Дело в том, что заготовки мяса, рыбы или фруктов следует расположить слева от самой чашки с кляром на доске, так чтобы, беря их пинцетом или, если его нет, столовой ложкой, опускать каждый кусочек в кляр, стоящий справа от заготовок, и тем же движением руки выносить эти кусочки еще правее – прямо на раскаленную



сковороду с маслом. При ином порядке расстановки обязательно возникнут такие сложности, которые и заставляют хозяек надолго отказаться от повторного приготовления подобного блюда.

В чем же эти сложности? А в том, что, вынув заготовку из кляра, надо в какую-нибудь долю секунды опустить ее на горячую сковороду. Стоит лишь помедлить, как начнется хаос: жидкое тесто держится на мясе, рыбе или фруктах крайне непрочно, его излишки начинают капать, продукт, частично лишенный кляра, начинает гореть, выделять свой сок, который должен был сохранить кляр. Отсюда чад, нарушение ритма в работе и следующие за этим неприятности. Короче говоря, мучение для хозяйки.

Как только на сковороду положены кусочки в кляре, надо их через 2–3 минуты перевернуть ложкой-шумовкой, а затем снять со сковороды той же ложкой и положить либо в кастрюлю, стоящую на плите справа от сковороды, либо в глубокую миску, расположенную справа от плиты. Лишь после того как все заготовки обжарились и переложены в миску, можно начинать снова обмакивать в кляр новые заготовки и класть их на сковороду. Вот такими отдельными партиями идет приготовление блюд в кляре. Только такой порядок обеспечивает необходимый ритм, скорость приготовления и равномерное обжаривание. В этом случае использование кляра не создаст особых затруднений. Вообще же опыт приходит после двух-трех готовок.

С густыми клярами дело обстоит несколько лучше: во-первых, их можно использовать для покрытия кусков-заготовок больших размеров – от 5 до 10 см, а во-вторых, их можно «поправлять» на сковороде, «заштукатуривая» то или иное место на заготовке добавлением кляра чайной ложечкой или ножом и заглаживанием его, пока он не успел зажариться и отвердеть. С приготовления в плотных пастообразных клярах и должен начинать новичок.

Чтобы кляр не подгорал раньше, чем успеет свариться находящийся внутри его продукт, нужно подготавливать этот продукт, помогая ему стать мягче. Для этого мясо или овощи либо измельчают, пюрируют, превращают в фарш, либо отбивают мясо, а затем измельчают его на кусочки. С фруктов, предназначенных для жарения в кляре, предварительно снимают кожуру. Если это яблоки, то им затем дают 15 минут постоять, обсыпав сахарной пудрой. Твердые овощи-корнеплоды заранее посыпают солью, затем слегка промывают холодной водой либо вместо этого слегка бланшируют перед обжариванием в кляре. Это дает очень хороший эффект: одновременно будут готовы и оболочка (станет золотисто-желтой), и овощи.

ЖЕЛИРЫ

Несколько слов надо сказать и о желирах, значительно реже применяемых в качестве защитной среды. Единственным представителем их в домашней кухне остается пока желатин, употребляемый для студней и заливных. Однако обычно желатин используется уже после того, как продукт сварен (от чего же его защищать?), причем само желирующее вещество играет в этом случае роль фиксажа и декоративного украшения. Совсем другое назначение у желиров: ими загущивается, уплотняется среда, в которой варится продукт, и тем самым предотвращается его вываривание.

Слабый раствор желирующего вещества (желатина, крахмала) надо добавлять в бульон тогда, когда продукт еще сырой: в этом случае медленное нагревание продукта совпадает с нагреванием желирующего вещества, которое в период остужения продолжает отдавать свое тепло продукту и в то же время препятствует потерям сока. Это создает мягкое, косвенное нагревание продукта и сохраняет в нем естественные соки. ***Такая варка особенно рекомендуется для рыбы и других скороварких, но нежных продуктов (кальмары, креветки). Их можно варить также в крахмальной среде, в загущенном картофельным пюре отваре, в соленом киселе из муки и пряностей, лукового сока и перца, который к концу варки застывает, желируя блюдо. Так готовят, например, скумбрию, ставриду, тунца – рыбу с мясом, нежным по вкусу и плотноватым по консистенции, но легко становящимся жестким, суховатым и безвкусным в результате отваривания просто в воде, без уплотненной среды.***

СОУСЫ

СОУС – не блюдо, соус – инструмент, некогда один из самых важных для повара, ныне реже используемый, но все же сохраняющий свое значение «создателя» или «регулятора» вкуса блюда. Французы говорят: архитектор прикрывает свои ошибки фасадом, повар – соусом, врач – землей. «Соус» буквально значит «солоноватый», «подсоленный». Это слово латинского происхождения довольно органично вошло через французский язык, а вернее, через французскую кухню во все европейские языки, в том числе и в русский. С толкованием его никогда не было видимых затруднений. «Соус – жижа, под которой подается мясо», – наивно вещали словари конца XVIII – начала XIX века, давая хотя и не совсем верный, но русский эквивалент. «Соус – жидкая приправа», – читаем мы в современных изданиях, что, конечно, ближе к истине.

Соус прежде всего приправа. Причем вовсе не столь жидкая, как подлива, и подаваемая преимущественно отдельно. «Не лей подливы на блюдо, а подавай особо», – учили еще при Петре I. Соус к тому же – приправа сложная, комплексная, выступающая одновременно как носитель и вкуса, и аромата, облагораживающая своей консистенцией блюдо. Но эти тонкости, составляющие суть понятия «соус», обычно проходят мимо нашего внимания, как они проходили мимо внимания составителей словарей, отмечавших укоренившееся бытовое понимание слова. Мы спокойно говорим «соус» вместо «подливка» и совсем не употребляем более точное название соуса по-русски – «полива». Совершенно забыто ныне слово «взвар», хотя еще в конце XVII века и в XVIII веке в России подавали к столу специально приготовленные взвары – луковый, капустный, клюквенный, которые играли роль соусов к блюдам из мяса, домашней птицы и дичи. Именно взвар по своей технологической сути стоит ближе к понятию «соус», ибо соусы варят, уваривают, сгущают. И хотя соусоподобные приправы издавна применялись не только в русской кухне, но и в закавказских и японской кухнях, все же в повседневной практике и в истории кулинарии соусы считаются французским изобретением, поскольку все известные классические соусы были созданы французской кухней и через нее пришли в ресторанную мировую кухню.

Все знаменитые соусы были созданы в XVII, XVIII – начале XIX века. Характерно, что авторами соусов не гнушались выступать представители титулованной знати. Во всяком случае, молва приписывает изобретение соуса бешамель – одного из основных соусов – Луи де Бешамелю, маркизу де Нуантель, сыну известного французского дипломата и этнографа конца XVII века Шарля Мари Франсуа де Нуантеля, первого собирателя сказок «Тысяча и одна ночь». Даже скромный луковый соус, вплоть до недавнего времени существовавший в нашей кухне под именем соуса субиз, был изобретен якобы принцессой де Субиз, супругой французского полководца Шарля де Рогана, принца де Субиз (1715–1787), впрочем иные относят это изобретение на счет самого маршала. А вот столь популярный у нас майонез совершенно определенно связан с именем другого полководца XVIII века, герцога Луи Крильонского, первого герцога Магона. В 1782 году он, будучи на испанской службе, завоевал у англичан столицу острова Минорки город Маон. После битвы был устроен пир, где впервые были поданы кушанья под соусом, сделанным из продуктов, которыми славился остров – оливкового масла, яиц индеек и лимонного сока с добавлением красного перца. Этот соус получил название маонского, по-французски «майонез».

С увеличением количества соусов их значение в приготовлении пищи росло, и в конце концов понятия «соус» и «французская кухня» оказались тесно связанными, нерасторжимыми. По мере того как создавались новые соусы, их по традиции французской кухни называли либо именами авторов, либо именами знаменитостей – министра Кольбера, писателя Шатобриана, композитора Обера и др.; большинству новых соусов давалось название, связанное с той или иной страной



или народом. Так, французская кухня создала соусы голландский, португальский, итальянский, английский, баварский, польский и даже татарский и русский, но ни один из них не имеет никакого отношения к соответствующим национальным кухням. Они отражают фантастические представления французов о других народах. Например, татарский соус называется так потому, что в его состав входят соленые огурцы (корнишоны) и каперсы, которыми, как полагали французы, питаются татары. Русский соус назван так потому, что в него входит немного икры, хотя на 90% он состоит из майонеза и бульона из омаров. Точно так же обстоит дело и с соусами, названными по имени крупных иностранных городов, – женевский, бристольский, генуэзский, венецианский, римский и др.

Несколько иначе обстоит дело с соусами, носящими названия французских провинций и городов – бретонский, нормандский, гасконский, провансальский, беарнский, лионский, руанский, бордоский. В каждом из них действительно употребляются продукты, характерные для названных провинций.

Когда географическая номенклатура названий была в основном исчерпана, некоторым соусам стали присваивать названия профессий, в первую очередь уважаемых – «мушкетер», «дипломат», «финансист», но наряду с этим и профессий, имеющих привкус некоторой «солености» – «матрос», «мельничиха», «субретка».

Еще более странными кажутся нам наименования соусов, названных в честь дорогих тканей – «бархатный», «муслиновый», «шелковый»; этим подчеркивалась нежная консистенция соуса.

Известная часть соусов была названа все же в соответствии со своим истинным содержанием, по крайней мере, по одному из определяющих компонентов. Таковы перечный, померанцевый, шниттлуковый, соус тонких трав, петрушечный, хреновый, горчичный, сардинный, апельсиновый, шоколадный, ванильный и т. д. В этом смысле «деловое» направление пришло в кулинарию на смену романтическому лишь в конце XIX века и получило развитие особенно в германских странах, часть французских соусов была «перекрещена» и получила простые и понятные национальные названия (в немецкой, датской, шведской, английской кухнях).

Однако и по сей день некоторые названия французских соусов не могут быть переведены. Нередко одно слово обозначает целые понятия, например соус ремуляд[1]. Кроме того, и названия, имеющие прямой смысл, как правило, в ресторанных меню и поваренных книгах разных стран не переводятся, а сохраняются в оригинальном французском звучании – соус пуаврад, соус жуанвиль, соус супрем и т. д.

Ныне французская кухня насчитывает более трех тысяч соусов и не может обходиться без большинства из них, ибо они в значительной степени составляют своеобразную основу французской кулинарии, придают ей неповторимый характер и колорит. Многие французские соусы стали интернациональными.

Все это породило несколько высокомерное отношение французов к кулинарным нравам других народов. Еще Вольтер язвительно замечал, что у англичан 24 религиозные секты, но только один соус, желая тем самым подчеркнуть примитивность английской кухни. Конечно, соусы не критерий для оценки уровня развития кулинарии, ибо действительным показателем развитости кухни является богатство применяемых ею технологических приемов обработки и сдабривания пищевого сырья, а использование соусов – лишь один из этих приемов. И тем не менее их умелое приготовление и применение значительно обогащают кухню в целом.

Во-первых, соусы делают еду более привлекательной по виду, приятной по консистенции, вкусу и аромату. Во-вторых, помогают разнообразить ассортимент блюд из одного и того же сырья. Действительно, одна и та же отварная рыба или мясо, будучи поданы под разными (а правильнее, с разными) соусами, дают различные по вкусу блюда. И, наконец, в-третьих, употребление соусов-приправ облегчает и убыстряет приготовление разнообразных блюд при одной и той же основе.

Здесь самое время сделать одну немаловажную оговорку. Давайте не путать соусы с теми подливками, которые порой подают в столовых и о которых говорят: «А мне, пожалуйста, без подливки». Смесь пережаренной муки, жира и соленого бульона без всяких пряностей и растительных приправ дискредитирует соусы. Она не только не разнообразит, но и в еще большей

[1] От многообразного глагола Remoulad – еще раз обновить, пришпорить, зажечь, внести струю кислоты, – соус, сваренный из уксуса, горчицы, перца, подсолнечного масла, яиц и соли.

степени стандартизирует все блюда, не говоря уже о том, что вызывает изжогу. К ней с полным правом можно применить корсиканскую поговорку о плохой еде: «Если она не отравит, то сделает жирнее».

По этой или по иной причине, но соусы в домашней кухне у нас используют мало и неохотно. А если и используют, то неправильно. Конечно, выбрать соус в поваренной книге всегда трудно. Звучные, но непонятные названия либо отпугивают, либо ничего не говорят о вкусе и сравнительных качествах соусов. Притом кажется невозможным запомнить разные способы их приготовления. Между тем все чрезвычайно просто, стоит только увидеть в конгломерате из сотни рецептов определенную систему, знать маленькие секреты приготовления и, главное, хоть один раз попробовать приготовить собственноручно один из хороших соусов. Все многообразие соусов можно разделить на 7–8 типов: 1) соусы из мясного сока, 2) простые мучные, 3) мучные проваренные, 4) сложные мучные – лиированные, 5) настоящие, или благородные, 6) сладкие, 7) закавказские фруктово-ореховые, 8) восточные кисломолочные. Каждый из этих типов имеет свои особенности состава основного сырья и способа приготовления. Следовательно, надо запомнить максимум восемь способов, чтобы уметь приготовить не только все европейские, но еще и ряд восточных соусов, о которых даже французская кухня не имеет представления. Практически же достаточно овладеть всего четырьмя приемами, ибо приемы приготовления двух первых типов простейших соусов повторяются в более сложных, а три последних типа соусов хотя и имеют разные составы, но приготовляются почти одинаково – простым механическим соединением (взбиванием) продуктов.

СОСТАВ СОУСОВ

Все европейские соусы состоят из двух частей – основной и дополнительной (вкусовой). В первую входят обязательные продукты – жидкость (мясной, рыбный, овощной бульон или молоко, сливки), масло (сливочное или растительное), мука (пшеничная, кукурузная, картофельная) и яйца (целые, одни желтки или белки). Эта часть составляет по весу и объему почти 75–90% массы любого соуса. Она придает ему характерную консистенцию, от нее зависит его нежность, «гладкость» и цвет. Эта часть соуса требует основного труда и времени, поскольку ее подвергают либо варке, либо взбиванию. Разные типы европейских соусов отличаются друг от друга соотношением компонентов в основной части. Чем больше муки и жидкости в основе соуса, тем он хуже, грубее и дешевле. Чем больше масла и яиц, тем он дороже и вкуснее. Рекомендуются следующие пропорции обязательных компонентов, которые придают идеальную консистенцию и вкус указанным типам соусов.

РЕКОМЕНДОВАННЫЕ ПРОПОРЦИИ ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ КОМПОНЕНТОВ

Компоненты	Мучные соусы	Сложные мучные (лиированные)	Полублагородные	Благородные
Жидкость (бульон)	375 мл	375 мл	125 мл	35 мл
Масло	25 г	25 г	100 г	125 г
Мука	25 г	25 г	10 г	–
Яйца	–	1–1,5	2–2,5	3–6
Пряности	одна	три	пять	четыре
Приправы	одна	четыре	семь	пять



Другая часть соусов состоит из вкусовых, пряных, ароматических и красящих добавок. Она создается простым соединением пряностей и приправ и внесением их в основную часть соуса непосредственно перед подачей к столу.

Из приправ в соусы используются наиболее часто и в довольно больших объемах грибы, лук, маслины, каперсы, вино. В некоторые соусы на 0,5 л соуса идет от 1 ст. ложки до 1 стакана вина, до 100 г лука или маслин и до 200–250 г грибов. Остальные приправы – готовая горчица, готовый хрен, томатная паста, пюре из яблок, слив, ткемали и других кислых фруктов – вносят в соусы в количестве от 1 ч. до 1 ст. ложки. Такие пряности, как чеснок, красный и черный перец, петрушка, укроп, имбирь, мускатный орех, вносят в значительной степени по вкусу, сухие пряности – в объеме 0,5–1 ч. ложки, а свежие пряные травы – до 1 ст. ложки и более.

Вместо натуральных пряностей и приправ, если их нет, удобно использовать готовые концентрированные соусы типа «Восток», «Московский», «Южный» и т. д. в тех же дозах. Кстати, они и предназначены только для добавок к основе столовых соусов, а вовсе не для непосредственного употребления, как часто неверно думают.

В рецепты соусов, приводимые в современных поваренных книгах, часто входит уксус, нередко в относительно больших количествах. Его употребляют как замену натуральных кислот (сока лимона, граната, слив) для усиления действия пряностей (чтобы положить не 1 ч. ложку перца, а 1–2 горошины), т. е. с целью экономии сырья. Но уксус огрубляет и ухудшает вкус и питательные свойства соуса, не говоря уже о вреде его для организма. *Смею утверждать, что ни в один из настоящих соусов*, будь то классический соус французской кухни или соус национальных кухонь народов Закавказья, Юго-Восточной Азии и Дальнего Востока, сохранивших неприкосновенными древние кулинарные традиции, *уксус не входит*. Он употребляется только в дешевой по сырью имитации настоящих соусов исключительно как замена натуральных кислот плодов и ягод. В домашней кухне надо обходиться без уксуса и для подкисления соусов применять натуральные пюре алычи, помидоров, соки лимона, граната, кизила.

Соусы бывают различными по цвету – светлыми и темными (по кулинарной терминологии – светлыми и красными), а по температуре – горячими и холодными. Какое значение имеют эти различия? Темный цвет получается в результате пережаривания муки, жира или мясного сока либо всех этих продуктов вместе, поэтому светлые соусы в целом предпочтительнее, они безвреднее. Лучше всего окрашивать светлые соусы естественными красителями – морковным или томат-

ным соком, лимонной или апельсиновой цедрой, шафраном, зеленью петрушки, лука, грибным отваром и т. п. Что касается температуры соуса, то холодный соус, приготовленный простым соединением натуральных продуктов без варки, предпочтительнее с точки зрения сохранения питательных веществ. Не случайно благородные соусы, как правило, холодные.

СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Соусы удобно готовить в маленьких кастрюльках-сотейниках, лучше всего в эматалированных сотейниках, которые чистят простым ополаскиванием горячей водой и не подвержены пригоранию. Готовят соусы всегда на слабом огне, все время помешивая или взбивая.

Следующие восемь способов дают возможность приготовить любой соус.

1. СОУС ИЗ МЯСНОГО СОКА

Простейший соус из мясного сока получается при обжаривании крупных кусков мяса с большим количеством жира. Этот сок собирают со сковороды в сотейник, не давая ему припекаться, немного уваривают (3–4 минуты) и добавляют к нему по объему ровно половину или треть взбитых сливок перед подачей на стол. По традиции в такие соусы не вносят ароматических добавок, но все же лучше внести немного чеснока или перца, укропа, майорана, петрушки.

2. МУЧНЫЕ СОУСЫ

Их приготовляют из мясного бульона, жира и пряностей двумя способами.

I. Муку разводят в части холодного бульона, вливают при помешивании в кипящий в сотейнике бульон, варят 3–5 минут. В этот горячий полуфабрикат соуса добавляют пряности – в зависимости от блюда, к которому будет подан соус. К мясу идут, естественно, мясные пряности – майоран, чеснок, перец, к рыбе – лавровый лист, петрушка, черный перец.

II. Затем берут одинаковое количество масла и муки. Масло распускают в сотейнике, подмешивают к нему муку, из них образуется комок, или «лепешка», которую заливают горячим бульоном (I) и варят на среднем огне 5–6 минут до полного распускания «лепешки» при непрерывном размешивании и растирании ее.

А. *«Печеные» соусы*.

Их готовят из бульона (мясного, овощного, рыбного), муки, жира и пряностей с добавлением небольшого количества соли – 0,5–1 ч. ложка на 0,5 литра соуса. Соотношение бульона, муки и жира в этих соусах 10:1:1. Бульон может быть заменен молоком, сливками, мука – толчеными сухарями (тогда их берут вдвое больше по весу, чем муки). Существует два способа приготовления «печеных» соусов. При первом способе масло распускают в сотейнике, добавляют муку, быстро размешивают, прогревают до желтого цвета и постепенно вливают жидкость (бульон), затем молоко, все время размешивая. Когда загустеет, добавляют пряности, затем слегка остужают и вводят приправы.

Этим способом приготовляют бешамель – один из основных соусов, на базе которого можно получить многие другие, меняя лишь один ароматический компонент. Настоящий соус бешамель состоит из 100 г сливочного масла, 1 ст. ложки муки, 2 ст. ложек мясного или куриного бульона, 1 стакана сливок или можайского молока, 1 щепотки мускатного ореха (5–6 раз провести по терке орехом), чуть меньше 0,5 ч. ложки соли.

При втором способе муку заменяют тертыми сухарями, распущенными за полчаса до приготовления в небольшом количестве жидкости (бульона, молока), и затем добавляют распущенное или обжаренное масло, остальную жидкость (бульон) и варят около получаса. Затем добавляют любые вкусовые и пряные приправы, в том числе вина, сок лимона, томатное пюре, оливки, каперсы, грибы и различные молотые пряности.

Некоторые знаменитые соусы этой группы в своем классическом исполнении становятся дорогостоящими. Таковы кумберлендский, бордоский соусы, соус робер. В них идут красное вино, лук, грибы, соя, горчица. Вся разница лишь в пропорциях этих продуктов. Так, на 0,5 кг бордоского соуса идет почти 400 г грибов, в состав кумберлендского входит мясной сок поясничной части быка и т. д. Все перечисленные «аристократические» соусы относятся к темным и далеко не безвредным.

Б. *Светлые «печеные» соусы*.

Для приготовления светлых соусов в качестве жидкости наряду с мясными и рыбными бульонами часто используют овощные отвары, молоко и сливки. Овощные отвары в отличие от супов варятся обычно



из чистых овощей, например отвар сельдерея, моркови, петрушки и т. д. При этом концентрация овощей в расчете на объем воды в отварах гораздо выше, чем в супах. Наиболее часты, помимо перечисленных, отвары из репы, порея, помидоров. Овощи режут на мелкие кусочки и припускают на слабом огне 1 час (на 1 л воды – 10 г соли, 0,5 кг овощей). К соусам, приготовленным на овощных отварах, добавляют хрен, карри, горчицу, каперсы, петрушку, укроп и различные пряности – перец, имбирь, кардамон. В зависимости от того, какая из этих добавок придала соусу главный вкус, его называют укропным, горчичным, петрушечным и т. д.

3. ЛЬЕЗОНИРОВАННЫЕ СОУСЫ

Если к мучному соусу добавить взбитое яйцо или часть его (желток или белок), то получится так называемый льезонированный (лиированный) соус. Взбитое яйцо вводят либо в свежем виде (белок), либо вначале смешивают его с небольшим количеством масла и готового соуса, а затем эту смесь вливают в основную массу соуса в сотейнике и, непрерывно помешивая, подогревают до загустения, но не до кипения. К льезонированным соусам добавляют хрен, лимонный сок, красный перец, чабрец.

Возьмите только что сделанный вами соус бешамель или половину его и льезонируйте без подогревания следующей смесью: 2 желтка, 1 ст. ложка сливок, 1 ч. ложка сливочного масла. Добавьте еще 1 ст. ложку хрена. Потом сравните с нельезонированным соусом бешамель. Вы и поймете разницу во вкусе соусов разных типов, и почувствуете вкус к их приготовлению.

4. НАСТОЯЩИЕ, ИЛИ ПОЛУБЛАГОРОДНЫЕ И БЛАГОРОДНЫЕ, СОУСЫ

Настоящими, или благородными, называются соусы, важнейшей составной частью которых являются масло и яйца, в то время как мука отсутствует полностью либо почти полностью. Эти соусы делятся на горячие и холодные. К ним также добавляют различные вкусовые ингредиенты и пряности, и называются они часто по ведущему ингредиенту.

Часть этих соусов содержит небольшое, почти символическое (1–2 ч. ложки) количество муки. Таковы соусы голландский, муслин, беарнез, жуанвиль, соус тонких трав. Полублагородные соусы приготовляются следующим образом. Муку разводят в бульоне (жидкости) и кипятят 7–8 минут на слабом огне, помешивая. Затем сотейник снимают с огня, добавляют масло и, как только оно распустится, при постепенном помешивании добавляют хорошо взбитое яйцо, затем в соус вводят лимонный сок, соль, вино и другие компоненты.

Перед подачей на стол такой соус может быть подогрет в водяной бане при непрерывном взбивании.

Одна из существенных особенностей полублагородных и особенно благородных соусов состоит в том, что яйца и масло для них хорошо взбиваются отдельно добела и затем совмещаются. При этом важно, чтобы степень взбитости обоих продуктов была не только очень хорошей, но и совершенно одинаковой – только тогда они охотно совместятся: одинаковая степень взбитости всех компонентов – важнейшее условие создания соуса. Лишь после этого в соус добавляют пряности и приправы.

Для приготовления горячих благородных соусов сначала взбивают яйца, в них добавляют бульон, соль, кислоты и, продолжая взбивать, ставят в паровую баню, после чего при постепенном помешивании вводят маленькими кусочками растертое добела масло. Когда соус загустеет, к нему добавляют пряные травы – петрушку, сельдерей и др.

Возможен и другой способ приготовления. Сначала растирают и вводят в теплую, но не горячую паровую баню масло, а когда оно согреется и будет хорошо взбито, добавляют взбитые яйца и затем при непрерывном взбивании этой смеси – лимонный сок, немного взбитых сливок и пряности по выбору.

К благородным соусам принадлежит и майонез, приготовляемый холодным способом, без подогревания. Настоящий свежеприготовленный майонез настолько вкусен, что не идет ни в какое сравнение с готовым, продаваемым в банках, в который добавлены мука, уксус и горчица, не входящие в состав истинного майонеза. Попробуйте хоть один раз собственноручно приготовить майонез по всем правилам, помня о маленьких секретах, без знания которых майонез не получится.

Во-первых, масло должно иметь комнатную температуру, яйца, причем очень свежие, тоже не должны быть холодными. Неправильная температура продуктов – очень частая причина невсбиваемости майонеза.

Во-вторых, желток должен быть отделен от белка очень тщательно, даже сверхтщательно – в него не должна попасть даже тончайшая пленка, сдерживающая оболочку желтка, а тем более белок (рецепт майонеза см. стр. 862).

5. СЛАДКИЕ СОУСЫ

Сладкие соусы подают к третьим блюдам – пудингам, бабкам, манной каше и т. д. Ими поливают торты, прослаивают вафли. Различают два вида сладких соусов.

К первому виду относятся кремы, приготовляемые из молока, сливок и яиц с добавлением сахара, иногда крахмала и пряностей – чаще всего ванили, а иногда кардамона, гвоздики, корицы или шоколада, кофе, какао.

Ко второму виду относятся фруктовые соусы, приготовляемые из яиц, фруктов, фруктовых соков или пюре, мармелада с добавлением сахара, крахмала, иногда небольшого количества вина или сливок. Наиболее часто приготовляют апельсиновый, лимонный, яблочный, абрикосовый соусы.

КРЕМ

Молоко (0,5 л) вскипятить вместе с ванилью. Взбить два яйца с 50 г сахара и 1 ч. ложкой картофельной муки, добавить 2–3 ст. ложки горячего молока, перемешать и вылить все во вскипяченное молоко, хорошо помешивая и взбивая. Довести до кипения на медленном огне.

ФРУКТОВЫЙ СОУС

Кукурузный крахмал (1 ст. ложка) размешать в пакете сливок (250 г) и довести до кипения при помешивании. Яйцо взбить с сахаром добела, смешать с натертой цедрой и соединить со сливками, как и в предыдущем рецепте. Когда соус загустеет и почти достигнет точки кипения, снять его с огня и, непрерывно взбивая и помешивая, добавить сок двух апельсинов и одного лимона, с которого предварительно была снята цедра.

6. ЗАКАВКАЗСКИЕ СОУСЫ НА ФРУКТОВОЙ И ОРЕХОВОЙ ОСНОВЕ

Соусы этой группы, наиболее распространенные в грузинской кухне, принципиально отличаются от европейских как составом, так и своей технологией. В них нет ни муки, ни яиц, ни масла. В результате вкусом, ароматом, пикантностью грузинские соусы значительно отличаются от общепринятых соусов международной кухни. Фактически это благородные соусы из натуральных продуктов. Основа грузинских соусов – кислые ягодные и фруктовые соки или пюре из ткемали, терна, граната, ежевики, барбариса, кизила с большим содержанием пектина, способствующего созданию загущенных соусов при уваривании этих соков или пюре (1 кг слив уваривается до 250 г соуса). К уваренному пюре добавляются мята, чеснок, укроп, красный перец, кориандр.

Большое распространение имеют также ореховые соусы, где основой служат толченые орехи, доведенные до кашицеобразного состояния. При этом масло орехов отделяется, масса разводится бульоном или фруктовым соком, и на этой основе создается соус с прибавлением чеснока и большого количества пряной зелени – кинзы, базилика, эстрагона, чабера, петрушки, укропа, красного перца, мяты. Примером может служить соус сацибели (см. стр. 577).

7. СОУСЫ НА КИСЛОМОЛОЧНОЙ ОСНОВЕ

Соусы этой группы распространены на Ближнем и Среднем Востоке, в Закавказье, особенно в Армении и отчасти в Азербайджане, а также в Средней Азии и Казахстане. Основой для соусов этой группы является кисломолочный продукт – катык (мацони), как сам по себе, так и особенно его производные – сузьма (отцеженный катык) и курт (высушенная сузьма с солью и красным перцем). В Армении близким по составу к курту является чор тан – высушенная пахта. Как курт, так и чор тан растирают в порошок, разводят мясным бульоном или кипяченой водой до консистенции сметаны и заправляют зеленью пряных трав (зеленым луком, чесноком) или сливочным топленым маслом. Точно так же приготовляют соусы и из сузьмы – она разводится еще легче. Соусы на кисломолочной основе используются либо так же, как европейские,– к мясу или ко вторым овощным горячим блюдам, либо как самостоятельные холодные блюда и как заправка в супы.

Приготовляются эти соусы чрезвычайно легко и быстро (за 3–5 минут) при наличии в доме готового катыка (мацони) или курта. Из всех соусов эти – самые полезные для здоровья, они прекрасно усваиваются организмом.



Большинство соусов приготовляются быстро – за 5–7 минут, только некоторые сложные холодные и горячие соусы – почти за 1 час, но чаще – максимум за 20–30 минут. При этом они требуют непрестанного внимания в момент варки или непрерывного помешивания и взбивания.

Приготовление соусов – одна из вспомогательных и в то же время одна из завершающих стадий приготовления блюд, ибо главное назначение соусов – быть приправой к любому кушанью.

Приготовление соусов как комбинированной сложной приправы предполагает также искусство употребления в блюдах вина и пряностей, умение солить, сластить, что само по себе также составляет отдельную отрасль поварского мастерства.

8. СОУС-ТЕСТО ГЛАЗУРЬ

Остается упомянуть о чрезвычайно редко используемом у нас, но весьма эффектном и вкусном соусе, применяемом в кондитерском деле. Это соус-тесто, применяемое как глазурь для покрытия различных изделий – от сдоб до тортов.

Делают его так. Яичный взбитый белок (от 1–2 яиц) смешивают с сахаром (1–2 ст. ложки), добавляют примерно столько муки, чтобы получилось вязкое тесто, а затем постепенно начинают его разводить до более жидкой, льющейся консистенции небольшими (по пол чайной ложки) прибавлениями сметаны (кефира) и растительного масла (орехового, абрикосового, кукурузного, кунжутного), все время растирая смесь до консистенции густого соуса. Перед втиранием масла и сметаны в тесто-заготовку добавляют чуточку соды (на кончике ножа) и алкоголя (пол чайной ложки водки или коньяка). Полученное соус-тесто выливают на почти готовое изделие (например, кекс, бабу, сдобу), вынутое из духовки после 20–30 минут выпечки и вновь сажают его в печь для запекания соуса-глазури еще на 7–15 минут, в зависимости от величины и характера изделия.

Соус-глазурь не дает твердого покрытия изделия. Он предотвращает образование жесткой корки и пригорание сверху. По консистенции (после остывания изделия) он напоминает запеченный крем, с приятной вязкостью, мягкий, нежный, эластичный. Ему можно придавать различные ароматические добавки для усиления вкуса, аромата и привлекательности изделия: цедру цитрусовых, изюм, орехи, ваниль, бадьян, корицу и т. д. Благодаря наличию белка в соусе-глазури все эти добавки быстро размягчаются, прекрасно держатся и полностью «сплавляются» с покрытием и с основным изделием в отличие от обычных «обсыпок» кондитерских изделий орехами, сахарной пудрой и жесткой (хрупкой) глазурью.

КАК СОЛИТЬ, ПЕРЧИТЬ, ПРИПРАВЛЯТЬ

Когда продукт – будь то мясо, рыба или овощи – прошел все операции от разделки до тепловой обработки и когда блюдо уже почти готово, то даже если все проделано правильно, оно еще не имеет законченного вкуса, ему еще чего-то не хватает. Это что-то, конечно, соль. Особенно нуждаются в добавлении соли рыба, яйца, грибы и овощи. Мясо вопреки распространенному мнению нуждается в гораздо меньшем количестве соли как добавки, а иногда (правда, в редких случаях) мясное блюдо может обойтись вообще без соли. Причину этого мы еще объясним. Правильно посолить готовое, а тем более сложное блюдо, состоящее из разнообразных продуктов как животного, так и растительного происхождения, – своего рода искусство. Правда, оно дается сравнительно легко тем, кто обладает безупречным, неиспорченным вкусовым ощущением и хорошей кулинарной интуицией. Но тем, кто этими качествами не наделен, посолить блюдо в меру не так-то легко.

Прежде всего, понятие «мера» в таких случаях весьма туманно и расплывчато. И дело не только в том, что оно в высшей степени субъективно: то, что нормально для одного, другому может показаться чрезмерным или недостаточным. Вот почему солить семейный обед всегда легче, чем точно такой же по объему обед, но рассчитанный на чужих людей, на гостей. Не случайно бывают казусы, когда у прекрасной хозяйки, каковой ее считает собственная семья, обед для гостей получается менее вкусным, а порой и вовсе не удается, хотя на него бывают истрачены лучшие и более разнообразные продукты. Обычно думают, что это результат волнения хозяйки, так порой думает и она сама. Однако дело не в этом. Конечно, волнение, возбуждение существенно влияют на изменение нашей объективной вкусовой оценки. Это было подмечено с незапамятных времен. Вспомните народное поверье, что если у поварихи что-то пересолено, значит, она влюбилась, то есть либо страдает, либо радуется, но никак не находится в состоянии ровного расположения духа. Но бывает, что хозяйка, имеющая постоянную кулинарную практику лишь в пределах семьи, хорошо приспособилась к вкусу своих домочадцев, близкому к вкусу самой хозяйки, а соля пищу для гостей по своему вкусу (и, следовательно, по вкусу своей семьи), не умеет объективно определять меру вкуса (а фактически даже не подозревает, что такие объективные меры существуют).

Такими объективными критериями солености обладают повара-профессионалы. Они могут приготовить не особенно вкусный обед, но зато он будет посолен так, что большинство будет удовлетворено. Они могут приготовить и весьма вкусный обед так, что любой, кто его отведает, будет удовлетворен и не заметит никаких отклонений от идеальной солености, то есть не заметит, что соль вообще была употреблена. В первом случае мы имеем профессионалов средней руки, во втором – мастеров высокого класса.

Основным ориентиром для повара, когда речь идет о внесении соли в блюдо, служит не только интуиция и безупречное чувство вкуса, но и в значительной степени опыт, а также хорошее знание своих клиентов. В истории мировой кулинарии бывали случаи, когда повар, приглашенный из страны, где он прославился, в ресторан другого государства, как правило, пересаливал не один обед, пока не входил, наконец, в норму. Такие случаи объясняли обычно тем же волнением, но дело вовсе не в этом. Маэстро с мировым именем крайне далеки от волнений. Они не только уверены в себе, но и, главное, подходя к разделочному столу или к плите, полностью отрешаются от посторонних забот и входят в своего рода автоматический ритм трудового процесса, тем более что их функции на больших, а лучше сказать – на великих кухнях подобны функциям дирижера симфонического оркестра. Здесь не может быть срывов, продиктованных эмоциями.



Зато вполне возможно другое. Многолетняя привычка к кухне своей страны, к вкусам и национальным потребностям привычной клиентуры не может быть изменена в одночасье. Ведь для того чтобы увидеть различия во вкусах, нужно хотя бы один-два раза недосолить или пересолить. Это похоже на артиллерийскую пристрелку, когда после недолета или перелета следует точное (прямое) попадание в цель.

Случаи, о которых мы упомянули, происходили, как правило, с восточными поварами, приглашенными в Европу – Италию (Венецию) и Польшу. В кухнях Ближнего Востока, Закавказья и особенно в армянской кухне – одной из древнейших в мире, принято повышенное употребление соли, что объясняется своеобразием климатических и исторических условий, в которых складывались эти кухни. Наоборот, в Прибалтике, в Германии сложилась весьма прекрасная кухня, для которой даже та степень употребления соли, которая принята в русской и других славянских кухнях, представляется высокой. В то же время русская кухня в этом смысле также неоднородна: на Дону, в Предуралье веками выработалась привычка солить пищу круче, чем в Центральной России, а в Сибири есть районы, где пищу либо вовсе не солят, либо солят ее так, что москвич или ленинградец не сможет есть. Такие различия объясняются не только привычкой с детства к соленой или пресной пище, но и особым составом воды в той или иной местности и характером пищевого сырья, преобладающего в питании местного населения. Например, в районах рыбосоления и рыбокопчения люди привыкают к сильно соленой пище и переносят ее легко.

Что касается мяса, то там, где оно употребляется в совершенно свежем виде и от молодых животных, а также там, где употребляют пернатую и красную дичь, солью пользуются весьма умеренно. Объясняется это тем, что мясо содержит само по себе довольно высокий процент разных солей, а потому не всегда нуждается в дополнительном внесении соли извне, особенно если блюдо приготовляется на открытом огне. Вообще, мясо животных, особенно домашнего скота, чрезвычайно чувствительно к соли, и его легче испортить пересолом, чем недосолом, о чем надо всегда помнить. Чаще всего добавления к мясу пряностей вполне достаточно, чтобы подчеркнуть его вкус, в то время как превышение степени посола, даже весьма незначительное, сразу резко ухудшает не только вкус, но и консистенцию мяса, делает его жестче, особенно если оно нежирное. Пересол жирного мяса обычно реже ощущается, ибо жир смягчает первые ощущения от повышенной солености, маскирует ее. Это и порождает ложное представление о том, что мясо требует много соли. Такая ошибка характерна для малокультурной кухни, ибо уже сам факт ощущения солености мясного блюда надо рассматривать как отклонение от нормы. Правильно посоленное мясное блюдо не должно казаться ни недосоленным, пресным, ни солоноватым, пусть даже этот солоноватый вкус не неприятен. Высокая кухня, хороший вкус требуют посолить мясо столь умеренно, чтобы оно оставалось сладким, нежным и имело бы выраженный «мясной» запах. Наоборот, рыба как отварная, так и тем более жареная и копченая должна обладать ярко выраженной «солинкой», не носящей, однако, оттенка неприятной солености.

Овощи солят круче, чем мясо, но слабее, чем рыбу, грибы – чуть-чуть круче овощей. Однако и для овощей, и для грибов малейший перебор соли, то есть нарушение вкусовой меры, ощущается как неприятный пересол и портит блюдо. Исправить его практически невозможно. Поэтому овощи и грибы следует солить крайне осторожно – гораздо осторожнее, чем рыбу или мясо.

Пересол мяса сравнительно легко исправим путем добавления либо пресного мучного или масляного соуса, который моментально оттягивает соль на себя, либо путем добавления к жареному мясу сметаны, которая дает вкусную подливку с избытком соли и мясного сока. Однако при этом не следует нагревать сметану на огне в той же посуде, ибо эффекта не последует (разве что придется употребить слишком большое количество сметаны). Горячее готовое пересоленное мясо надо просто переложить в чашку (миску) с холодной сметаной и дать постоять до тех пор, пока мясо остынет. Лишь после этого можно нагреть эту чашку (лучше всего не металлическую, а фарфоровую) в водяной бане. Этот способ эффективен на все сто процентов. Относительная легкость исправления пересоленного мяса послужила причиной ложного убеждения, что «мясо солью не испортишь» и «что мясо любит соль»). Повторяя уже сказанное, хочется подчеркнуть еще раз: это неверно – мясо меньше нуждается в подсаливании, чем другие виды пищевых продуктов, ибо в нем содержится значительное или достаточное количество солей, но пересоленное мясо легче исправить

и потому в этом случае пересол не воспринимается как непоправимая ошибка.

А вот рыбу, которую можно и даже нужно солить круче, чем солят обычно мясо, не так легко исправить, если она пересолена. Это связано, как правило, с более рыхлой ее структурой, с гораздо более нежной консистенцией рыбьего мяса. Соль быстро проникает во всю толщу рыбьего тела или филе, в то время как мясо животных в силу своей плотности «захватывает» соль лишь периферией куска, особенно если кусок этот крупный.

Способ исправления пересоленной рыбы аналогичен исправлению мяса: пресный мучной соус, несоленое картофельное пюре, сметану в смеси с большим количеством пряных трав (укропом, петрушкой, луком) слегка тушат вместе с пересоленной рыбой. Действие этих спасителей будет не столь радикальным, как в случае с мясом, особенно при больших пересолах.

Еще труднее поддаются исправлению пересоленные овощи. Практически их нельзя исправить, не переделав само блюдо.

Если, например, пересолен картофель, морковь или другие корнеплоды (брюква, свекла и т. д.), то единственным выходом из положения может быть превращение их в пюре и смешивание с равным количеством пюре из вовсе несоленых корнеплодов. При этом на приготовление уходит вдвое больше времени, не говоря уже о двойном расходе продуктов. В более легких случаях пересол может быть «прикрыт» не приготовлением пресного пюре того же состава, а добавлением в соленое пюре муки, сметаны, жиров, яиц (лучше одного взбитого белка), но пюрирования пересоленной части продуктов избежать нельзя. Таким образом, пересол овощей всегда ведет к изменению формы и характера блюда, а в худшем случае к выбрасыванию пересоленного блюда.

Пересоленные грибы исправляют добавлением муки, риса, картофельного пюре, сметаны, лука – в зависимости от степени пересола. Иногда добавление новой порции грибов также может быть использовано как прием, снижающий пересол. Однако в этом случае блюдо получается «пестрым» по вкусу, ибо пересоленные части грибов при равномерном перемешивании с пресными грибами могут, конечно, создать приблизительную иллюзию слабосоленого блюда, но исправить полностью пересол такой прием не в состоянии. Пресные грибы не могут оттянуть соль из пересоленных грибов – для этого необходимы крахмалистые, обволакивающие вещества либо пресно-кислая жидковатая среда, способная растворять соль уже после ее впитывания в другой продукт. Вот почему при отсутствии сметаны можно исправить пересоленные грибы небольшим количеством воды, подкисленной лимоном. Чаще всего домашние хозяйки пересаливают супы, то есть жидкие блюда, где значительное количество жидкости «сбивает» неопытных людей, не умеющих путем пробы уловить, достаточно ли посолен суп. Ошибки вкусовых восприятий происходят тогда, когда пробуют слишком горячую жидкость или жирную часть ее. Если к тому же такие пробы следуют непрерывно одна за другой, то можно чрезвычайно сильно пересолить суп, ибо от частых проб ощущение солености быстро притупляется. В таких случаях пересол неожиданно для хозяйки обнаруживается с первой же ложки кем-либо из обедающих, чаще всего ребенком. Чтобы избежать таких ошибок, надо, во-первых, остужать суп, взятый для пробы, причем в деревянной некрашеной ложке, а не в металлической, которая нагревается и остается горячей, даже когда суп в ней остыл; во-вторых, никогда не пробовать суп, взятый с верхним жировым слоем, а всегда зачерпывать жидкость для пробы из середины кастрюли. Особенно это относится к супам из баранины. Бараний жир сообщает блюду чрезвычайную пресность, и потому многим кажется, что суп не посолен (проба-то взята сверху!), в то время как он уже пересолен. Жир, плавающий на поверхности, при попадании на слизистую оболочку сразу же застывает, прочно предохраняя наши органы вкуса от попадания на них соли.

Как же исправить пересоленные супы? Нерадивые хозяйки подливают воду и быстро решают проблему.

Такой способ никогда не применяется в хорошей кухне. Подлить воду к супу в процессе варки, а тем более в конце ее – означает испортить блюдо; ни один уважающий себя специалист не поступит столь безграмотно.

Куриные, мясные пересоленные супы исправляются либо засыпкой в них дополнительных порций пресной лапши, риса, картофеля (но не вермишели и макарон, уже посоленных на производстве), либо (в исключительных случаях) засыпкой (подсевом) муки с последующим осветлением бульона яичным взбитым белком или мясным фаршем (оттяжкой) и процеживанием.

Как видим, пересол доставляет немало хлопот, поэтому в профессиональной ресторанной кухне это событие чрезвычайное. Но его всегда исправляют кулинарными методами. Как же следует солить, чтобы не допускать пересола, что можно использовать, кроме опыта, интуиции, чувства вкуса? Какие ориентиры могут помочь в этом деле начинающему и еще неопытному повару?

Прежде всего, существуют средние нормы употребления соли. Они обычно указываются в рецептах поваренных книг, а тем более в раскладках столовых, общественных кухонь. Однако такие указания надо уметь правильно читать: есть нормы соли, абсолютно необходимые для приготовления блюда, и есть нормы соли для придания вкуса. Первые неизменны и обязательны, вторые могут сильно варьироваться. Прежде чем начать готовить, повар должен тщательно ознакомиться с рецептом, изучить его с точки зрения посола, ясно представить себе, сколько, когда и как он должен будет солить, и только после этого приниматься за приготовление.

Допустим, в рецепте нет никаких указаний на количество соли для блюда. Это значит, что блюдо солится только для вкуса и повар здесь должен положиться на свой опыт и интуицию.

Как правило, подавляющее большинство как жидких, так и твердых блюд солится в конце приготовления или, по крайней мере, ближе к концу приготовления. Уже одно это правило гарантирует правильное применение соли. Когда блюдо почти готово, то можно солить, не ошибаясь: его объем больше не изменится, лишняя жидкость не выкипит, консистенция мяса, рыбы, овощей будет такова, что соль равномерно и быстро проникнет в их ткань. Словом, солить к концу приготовления и надежно, и удобно – ошибок меньше. Есть даже продукты, которые надо солить исключительно после приготовления, после совершенной готовности. Такими продуктами являются бобовые: бобы, фасоль, чечевица, горох, маш. Но солить к концу приготовления необходимо еще и потому, что это ускоряет варку продуктов, вернее, менее задерживает ее.

Соль употребляется в начале варки лишь в двух случаях: во-первых, когда готовится среда (вода, бульон, молоко) для отваривания мучных продуктов или продуктов в мучной оболочке (лапши, вермишели, макарон, клецок, галок, пельменей, мантов, вареников, лемишек, хинкала, галушек, колдунов, кундюмов), и, во-вторых, когда готовится уха, калья или отварная рыба. В этих случаях жидкость солят раньше, чем в нее будут опущены все другие компоненты – рыба, овощи, пряности. Круто солят, вдвое против обычного, все начинки в пироги, пирожки, голубцы, долму. Учитывается, что часть соли, порой большая, впитывается в пресную мучную оболочку или же растворяется в воде, в которой отваривается или тушится блюдо, и остается в этом отваре либо как отход, либо как соус. Соусы, которые рассчитывают использовать как приправу, также солят несколько крепче обычной нормы, особенно если они предназначены для отварных блюд – мяса, рыбы. Остальные блюда солят несколько меньше, чем субъективно кажется, и тогда при подаче на стол и остывании до нужной температуры они приобретают нормальную степень солености.

Кроме того, надо помнить, что солью – хотя это и основная приправа – далеко не заканчивается доведение блюда до вкуса.

Салаты, например, одновременно с подсаливанием подслащивают, то есть вносят в них не только чуть-чуть соли, но и небольшое количество сахара, что в целом и создает законченность, гармоничность вкуса.

К блюду, после того как оно посолено, добавляют еще и пряности, имеющие свойство резко усиливать ощущение солености. Поэтому хорошие повара намеренно чуть недосаливают свои блюда, чтобы после внесения пряностей, соусов и других приправ проверить, достаточен ли посол. И корректировать чаще всего не приходится.

Внесение в блюда пряностей – особая кулинарная «наука». Для овладения ею надо прежде всего быть знакомым с пряностями, их свойствами, традициями применения в различных национальных кухнях. Здесь же можно лишь напомнить основные правила применения пряностей.

1. Пряности можно использовать для нейтрализации постороннего запаха и для придания нового запаха, аромата блюду. Их можно использовать и для оттенения природного аромата продукта, для выявления и подчеркивания его.

2. Пряности надо использовать крайне осторожно, ибо ошибка в их применении чаще всего бывает неисправимой.

Поэтому пряности применяются всегда в очень малых дозах и всегда в самом конце приготовления, часто после снятия с огня или не ранее чем за пять

минут до готовности блюда (все зависит от составляющих блюдо продуктов, от его объема и рода, вида пряностей).

3. Пряности нельзя вторично подогревать и долго оставлять в составе блюда. Поэтому блюда, приготовленные с пряностями, нежелательно оставлять на другой день – подогретые, они становятся неприятными на вкус.

Самой распространенной кухонной пряностью является лук. Без лука практически не может быть приготовлено ни одно блюдо, кроме сладких. Даже если по рецептуре в состав какого-то блюда лук не входит, его применение обязательно для хорошего кулинара, заботящегося о вкусе. Например, отваривание мучных изделий в воде предусматривает лишь ее подсаливание, но хороший повар обязательно добавит в эту воду еще и луковицу и лавровый лист.

Ни один суп не может быть приготовлен без лука. Суп без лука невкусен, как бы его ни подсаливали и что бы в него ни клали. Точно так же без лукового отвара, на одной воде, невозможно приготовить соус, обладающий нужной бархатистостью и вкусом. Вот почему лук, как и соль, нередко не упоминается в рецептах поваренных книг, рассчитанных на специалистов, об этих пряностях они и сами знают. После того как блюдо посолено, поперчено (при этом мы имеем в виду внесение не только собственно перца, но и других пряностей), оно еще может быть сдобрено соусом или иными приправами. О соусах мы уже говорили в предыдущей главе. Что же касается приправ, то их применение ныне не особенно распространено. К приправам относятся прежде всего различные подкисляющие продукты как натуральные, так и составные. Приготовляют их так, чтобы они имели консистенцию жидкого пюре, близкого к различным видам соусов – от густых до жидких (подливок).

Натуральные приправы – это сметана, сок и мякоть ткемали (алычи), граната, паста из томата, яблок, айвы и барбариса. Составные приправы – кетчуп, чутней, лютеница. Основное отличие приправ от пряностей состоит в том, что приправы можно съесть сколько угодно и употреблять с хлебом как самостоятельное блюдо, а пряности вносят в блюдо – и то лишь в крайне мизерных долях (сотые и десятые грамма!!!) – для придания ему ароматического оттенка. Использование приправ обогащает кухню, делает блюдо не только более вкусным, но и, как правило, более питательным, сытным, лучше усвояемым. Редко кто ошибается с применением приправ, но следует знать, что вносить их в любое блюдо без разбора нельзя. Здесь нужен не меньший вкус и не меньший кулинарный такт. Далеко не все знают, например, одно из главных правил: кисломолочные приправы (сметана, катык, курт) применяются к мясным, овощным, тестяным блюдам; кислорастительные (айва, кетчуп) – к мясным; соленорастительные (каперсы, маслины) – к рыбным. И еще: приправы никогда нельзя разводить водой, дабы сделать их более жидкими, если они загустели. Молочные приправы разбавляют сывороткой, а растительные – яблочным или сливовым соком.

{ ГЛАВА 2 }

СТОЛ. ПРОДУКТЫ. БЛЮДА

ХИЩНИКИ ПИТАЮТСЯ МЯСОМ, ЖВАЧНЫЕ – РАСТЕНИЯМИ, ПТИЦЫ – НАСЕКОМЫМИ И ЗЕРНАМИ. ТОЛЬКО ЧЕЛОВЕК ИСПОЛЬЗУЕТ ВСЕ МНОГООБРАЗИЕ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ, СОЗДАННЫХ ПРИРОДОЙ, – МЯСО, РЫБУ, ПТИЦУ, ЗЛАКИ, ОВОЩИ, ЯГОДЫ, ФРУКТЫ, ГРИБЫ, МЕД, МОЛОКО, ЯЙЦА, МОЛЛЮСКОВ, РАКООБРАЗНЫХ. БОЛЕЕ ТОГО, ИЗ РЯДА ЕСТЕСТВЕННЫХ ПРОДУКТОВ ЧЕЛОВЕК СОЗДАЛ ИХ ПРОИЗВОДНЫЕ: ИЗ ЗЛАКОВ – КРУПЫ, МУКУ, ХЛЕБ; ИЗ МОЛОКА – СЫРЫ, МАСЛО, СМЕТАНУ, ТВОРОГ И ДР.; ИЗ ЯГОД И ФРУКТОВ – СОКИ, ВИНА, УКСУС, САХАР И Т. Д.

Наконец, человек изобрел бесчисленные сочетания, подчиненные определенным правилам и возможные при содействии огня и сред (масел, жидкостей, воздуха). В создании блюд можно фантазировать сколько угодно – все зависит от нашей изобретательности и кулинарной культуры.

ХЛЕБ

Начинать разговор о нашем столе надо, конечно, с хлеба, ибо без хлеба всякий стол, а особенно русский, вообще немыслим. Ни один русский человек не сядет за стол без хлеба. Почти всех иностранцев, приезжающих в нашу страну, точно так же, как посещавших Россию во времена Марко Поло иностранных путешественников, неизменно поражает, сколь много хлеба едят русские.

Русский историк XVIII века Иван Болтин писал, что «русские вообще едят больше хлеба, чем мяса» и что «рабочий человек съедает присестом со щами до двух фунтов черного хлеба». «В то время как во Франции, – читаем дальше у Болтина, – в среднем на человека приходится фунт пшеничного хлеба в сутки, русский человек, не только рабочий, но и праздный, таким количеством продовольствоваться не может».

Да и сегодня, когда уровень жизни нашего народа неизмеримо вырос, хлеб по-прежнему является необходимым продуктом питания. Русские люди вдали от родины скучают по вкусу черного хлеба, мечтают о нем как о великом благе. Много белого хлеба едят в восточных странах – в Закавказье и Средней Азии.

Чем же объясняется высокое потребление хлеба в нашей стране, в частности в России? Прежде всего, надо иметь в виду, что русский национальный хлеб – это черный хлеб, т. е. хлеб из ржаной муки, дрожжевой, кислый. И это многое объясняет. Как показали новейшие биохимические исследования, такой хлеб хорошо усваивается, особенно если он приготовлен на закваске, а не просто на прессованных дрожжах. А именно так готовился русский национальный ржаной хлеб. Закваска – это часть старого теста, которое остается на дне и стенках посуды, в которой замешивается тесто. Она богата витаминами, ферментами и другими полезными для нашего организма веществами, которые еще более активизируются, попадая вместе с тестом в печь. Например, хрустящая корочка черного хлеба –

это один из важнейших источников пополнения нашего организма витамином B_1.

Истории известен интересный факт, волей случая послуживший экспериментом, который весьма наглядно показал, к чему может привести внезапное лишение русского человека черного хлеба. Во время Русско-турецкой войны в 1736 году 54-тысячное русское войско вступило на вражескую территорию Крымского ханства. Обозы с ржаной мукой, которую везли из России, застряли где-то в степях Украины. Пришлось печь хлеб из местной пшеничной муки. И тогда в войске начались болезни. «Наипаче приводило воинов в слабость то, – отмечал в своих записках адъютант командующего этим войском Христофор Георг фон Манштейн, – что они привыкли есть кислый ржаной хлеб, а тут должны были питаться пресным пшеничным».

Приверженность русских к черному хлебу и, наоборот, трудности, испытываемые другими народами при переходе с привычного для них пресного хлеба на кислый, неоднократно отмечались и в специальной медицинской литературе, и в художественной особо наблюдательными писателями. Во время своего путешествия на Кавказ А. С. Пушкин заметил, что пленные турки, строившие Военно-Грузинскую дорогу, никак не могли привыкнуть к русскому черному хлебу и поэтому жаловались в целом на пищу, им выдаваемую, хотя она была хорошей. «Это напомнило мне, – говорил Пушкин, – слова моего приятеля Шереметева по возвращении его из Парижа: «Худо, брат, жить в Париже: есть нечего, черного хлеба не допросишься». Когда же спустя несколько дней Пушкин сам оказался без черного хлеба и ему предложили лаваш, он отозвался на это такими резкими строками в своем дневнике: «В армянской деревне, выстроенной в горах на берегу речки, вместо обеда съел я проклятый чурек, армянский хлеб, испеченный в виде лепешки пополам с золой, о которой так тужили турецкие пленники в Дарьяльском ущелье. Дорого бы я дал за кусок русского черного хлеба, который был им так противен».

Надо сказать, что и сам А. С. Пушкин был несправедлив в своем отзыве о лаваше, который будто бы был «пополам с золой». Как известно, к лавашу нередко пристают маленькие кусочки угля, особенно к тем лепешкам, которые лепятся к нижним стенкам тандыра, но эти кусочки легко счищаются и никак не сказываются на вкусе лаваша. Но вот что значит непривычный вид и вкус хлеба! Отсюда видно, что привычка к хлебу как ни к одному другому продукту обусловлена настолько глубокими национальными традициями, что она порождает определенный условный рефлекс, влияет в целом на психику человека. Поэтому-то хлеб и является таким продуктом, который определяет собой восприятие еды в целом.

Вот почему неудивительно, что привычка и любовь к черному кислому хлебу у русского народа издревле была настолько сильна, что даже имела серьезные исторические последствия для всей истории России. Дело в том, что один из важнейших в истории Европы расколов – разделение церквей на западную и восточную, на като-

ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА

Вот почему неудивительно, что привычка и любовь к черному кислому хлебу у русского народа издревле была настолько сильна, что даже имела серьезные исторические последствия для всей истории России. Дело в том, что один из важнейших в истории Европы расколов – разделение церквей на западную и восточную, на католичество и православие – произошел в значительной степени из-за хлеба. В середине XI века, как известно, в христианской церкви разгорелся спор об евхаристии, то есть о том, следует ли употреблять квасной (кислый) хлеб, как это делалось в Византии и на Руси, или пресный (опресноки) согласно практике католической церкви. Византия, стоявшая во главе восточной церкви, вынуждена была выступить против запрета папы Льва IX употреблять кислый хлеб, так как не сделай она этого, то лишилась бы союза и поддержки Руси. В России же кислый хлеб воспринимался как символ национальной самобытности, и отказ от него для русских был бы невозможен.

личество и православие – произошел в значительной степени из-за хлеба. В середине XI века, как известно, в христианской церкви разгорелся спор об евхаристии, то есть о том, следует ли употреблять квасной (кислый) хлеб, как это делалось в Византии и на Руси, или пресный (опресноки) согласно практике католической церкви. Византия, стоявшая во главе восточной церкви, вынуждена была выступить против запрета папы Льва IX употреблять кислый хлеб, так как не сделай она этого, то лишилась бы союза и поддержки Руси. В России же кислый хлеб воспринимался как символ национальной самобытности, и отказ от него для русских был бы невозможен.

На протяжении веков искусство хлебопечения в России получило исключительное развитие, в результате чего было создано то разнообразие сортов и видов национального хлеба, которым всегда славилась Россия. Этот процесс не окончился, между прочим, и по сей день. Российские хлебопеки разработали технологию выпечки таких сортов хлеба, как обдирный, столовый, барвихинский, освоили выпечку до десятка сортов диетических хлебов, среди которых докторский, здоровье, белково-отрубной, молочный, ахлоридный, бессолевой. В то же время широкое распространение имеют в стране проверенные вековым опытом народа традиционные хлебные сорта вроде заварного, пеклеванного, бородинского, красносельского, калачей, ситников, саек. Большинство из этих старых сортов ведут свое начало с XIV – XV веков.

Деление хлеба на многочисленные сорта в России связано с различиями и в сырье (муке), и в технологии приготовления (в еще большей степени), и в размерах хлебов в разных районах, областях, местностях страны. Так, весь хлеб крупных размеров и весом свыше двух килограммов штука считался вплоть до середины 50-х годов XX века весовым и продавался на вес. Хлеб же меньшего веса считался штучным и продавался не на вес, а на штуки. Сюда относятся разные батоны, батончики, булочки, сайки, витушки, жулики, то есть преимущественно белый хлеб, получивший особое развитие лишь со второй половины XIX века.

Что же касается качества муки, то она делилась в России на пять разборов, или сортов, а при хлебопечении сорта делились еще на две большие категории – решетные и ситные – в зависимости от того, просеивалась мука сквозь сито или через решето (ячейки у них разные). Тесто для решетных хлебов замешивалось к тому же всегда на воде или на квасе, а тесто для ситных хлебов – на сыворотке или на простокваше. Для каждого вида хлеба в русском языке существуют свои названия, как правило, непереводимые на другие языки. Большинство видов хлебных изделий прочно «привязано» к определенной местности, району, их зачастую можно попробовать только там, где они исстари изготовляются. Таковы московские калачи и сайки, смоленские крендели, валдайские баранки, калужское соложеное тесто. Все эти виды хлебных изделий обычно не перешагивали границ весьма ограниченного географического района, сохранялись в неизменном, традиционном виде. Иногда они вывозились в другие районы России, но только в готовом виде, приготовить же их в каком-либо ином месте, сохранив своеобразие, было практически невозможно. Причина этого не только в секретах местной воды и местного помола муки.

В последние десятилетия, когда региональные различия внутри страны все более исчезают, когда разница местных и общесоюзных стандартов все более нивелируется, постепенно исчезают и некоторые виды местных хлебных изделий. Но не все. Наиболее известные и любимые народом виды и сорта национального хлеба продолжают жить и по сей день, и главное – популярность их растет. К их числу принадлежат, например, сайки, ситники (ситный хлеб) и калачи. Эти три основных вида национального русского хлеба, выпекаемого из пшеничной (белой) муки, – единственные «пшеничные исключения» на фоне многообразия ржаных русских хлебов.

Что же они собой представляют? Все это тоже дрожжевой, кислый хлеб, но по-разному сделанный. Сайки – это русский белый хлеб с очень тонкой, мягкой корочкой в отличие от французских булок с хрустящей плотной корочкой. Чтобы сделать саечный хлеб, надо к тесту прибавить молоко и немного масла, а еще лучше говяжьего жира. Саечное тесто рыхлое и мягкое, но не особенно скважистое, то есть почти не имеет пустот. Его, хотя оно и содержит немало дрожжей, не квасят, не дают ему подходить – сразу сажают в печь, оттого и не успевает накопиться в тесте углекислый газ, оттого и не пронизано оно скважинами.

Из всех белых хлебов России самым скважистым является калач. За это его особенно и любят. Скважистость всегда была показателем высокого качества хлеба, точнее, одним из пяти основных показате-

лей: внешний вид (форма и «выгляд»), цвет, вкус, аромат (запах, дух) и скважистость. Калачи принадлежат к ситным хлебам, т. е. сделанным из тонкой, высокосортной и к тому же очень сухой муки, неоднократно пропущенной сквозь сито. Такая мука хорошо пропекается, тесто из нее хорошо подходит. Кроме того, ему дают вызреть, подойти не один, а два раза, его хорошо месят, тоже неоднократно. Поэтому ситники выходят пышными, скважистыми, с мягкой корочкой, не успевающей даже подрумяниться, и с тягучим, упругим, приятным хлебным мякишем.

Калачи – своего рода сверхситники, и мука для них еще суше, еще более сеянная, и тесто лучше выдержанное, более скважистое.

По внешнему виду калач своеобразен, он резко отличается от всех известных видов хлебов, имеющих продолговатую, цилиндрическую или круглую форму. Калач состоит из трех частей: толстого «животика», нависающей над ним поджаристой, хрустящей «губы» и поддерживающей их обоих «ручки», или «дужки». Вкус калача столь же своеобразен и неповторим, как и его внешний вид.

В России издавна были известны калачи московские и муромские. Но муромские остались лишь в пословицах, а московские сохранились до наших дней. Благодаря своему высокому качеству московский калач издавна прославился на всю Россию. «Московские калачи, как огонь, горячи», – одобрительно говорили в народе.

Для калача идет не всякая, а особая, хорошо выдержанная, сухая, часто сеянная мука твердых пшениц. Из муки свежего помола ничего



- САЙКА -



- КАЛАЧ -



- ПАЛЯНИЦА -

не получится. Второй секрет – самый важный – заключается в обработке теста: оно должно неоднократно и долго проминаться руками человека. Калач в этом отношении – очень капризный вид хлеба. Оказывается, тесто для него невозможно ни месить, ни выпекать с помощью механизмов – оно тогда не подойдет, не поднимется. Есть у него и еще одна особенность: его необходимо выдерживать на холоде. Прежде хорошие калачи мяли прямо на льду. Для этого в столах делались металлические ящики, которые набивали льдом, от чего поверхность стола, на котором месили тесто, будь она жестяная или даже из тонкой доски, была холодной, ледяной. Да и теперь, делая калачи, тесто после проминки руками сразу же ставят в холодильники. Но дело в том, что тесто, насыщенное углекислым газом, должно полностью сохранить его до самой посадки в печь, а металлические руки смесителей «выбивают» из теста этот газ, и постановка на холод после вымеса, а не во время его дает возможность части газа уйти, хотя его надо «заморозить» целиком.

Хлеб – не только основа русского национального стола, но и нечто большее. Он – символ народного благополучия. Именно поэтому с хлебом в России связаны обычаи, которые пережили многие столетия и в почти неизменном виде дошли до наших дней. Таков, например, древний русский обычай приветствовать друзей, дорогих, почетных, знатных гостей, молодоженов, новоселов хлебом и солью, то есть выносом на полотенце или подносе большого каравая черного хлеба с солонкой. Хлеб означает полный стол, а соль является древним и уже

ВИДЫ ХЛЕБОВ ЗАКАВКАЗЬЯ И СРЕДНЕЙ АЗИИ



- АРМЯНСКИЙ ЛАВАШ -



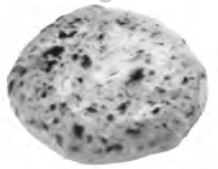
- МАТНАКАШ -



- ОБИ-НОН -



- КАЗАХСКИЕ ЛЕПЕШКИ -



- АЗЕРБАЙДЖАНСКИЙ ЧУРЕК -



- УЗБЕКСКИЕ ПАТЫРЫ -

забытым символом охраны, сбережения дома от пожара, позднее она стала высоким мерилом ценности и вкуса пищи, то есть символом хорошей еды.

Вынос хлеба-соли как высший и торжественнейший знак народного расположения сохранился и до сих пор.

Помимо хлеба русского типа, известно немалое количество национальных типов хлеба, которые в послевоенное время вышли за свои прежние региональные границы и с успехом стали проникать на общероссийский рынок.

Большой популярностью пользуется знаменитая украинская паляница – пышный, сильно скважистый белоснежный каравай с хрустящей корочкой – сдвинутым набекрень козырьком, выпекающийся иногда из самых высоких сортов пшеничной муки с добавлением молочной сыворотки. Но паляница, хотя и красива, не универсальна как хлеб. Она слишком нежна и хороша только очень свежей с маслом, молоком, сметаной, оттеняющими ее вкус.

Хорошей плотностью, чудесным сильным хлебным ароматом и ярким вкусом обладает молдавский серый пшеничный хлеб, выпекаемый из простой нерафинированной муки. Очень хорошо и высоко ценятся любителями черные прибалтийские хлеба из смеси ржаной и пшеничной муки с добавлением патоки, тмина и особых заквасок. Это и кисло-сладкий тартуский хлеб, и знаменитый рижский, и весьма приятный таллинский хлеб, и серый эстонский сеппик, и похожий на рижский палангский, и минский хлебы.

В последние годы стали регулярно продаваться в разных городах нашей страны пресные и дрожжевые виды хлебов Закавказья и Средней Азии – азербайджанский чурек, армянские лаваш и матнакаш, казахские лепешки и узбекские патыри и оби-нон. Это хлебы либо с большим содержанием жиров, либо сдобренные растительными добавками – луком, укропом, зирой (ажгоном), – они хорошо гармонируют с блюдами национальной кухни, являются прекрасным дополнением к молоку и молочным продуктам.

Ассортимент видов хлеба в нашей стране в силу многонационального состава населения шире, чем где-либо в мире, но он не исчерпывает, конечно, всех видов хлеба, которые изобрело человечество. В Скандинавии, Финляндии, например, издавна привыкли питаться твердым, сухим хлебом – кнэкебрёдом. Начиная с конца 50-х годов некоторые виды этого хлеба были освоены и в нашей стране, но в несколько измененных вариантах. Так возникло большое семейство хрустящих хлебцев – от черного ржаного обдирного до пшеничного десертного и лю-

бительского. И хотя такой хлеб был вовсе не типичен для нашей страны, население которой издавна привыкло к мягким, свежим видам хлеба, он нашел своего потребителя и прижился у нас. Ведь хрустящий хлеб, как и сухари, которые у нас привыкли употреблять главным образом как кондитерское изделие, – это, по существу, хлебные консервы. Особенно оценили его туристы, геологи, охотники. А в некоторых случаях сухой хлеб не только удобнее мягкого (он легче, компактнее, лучше выносит транспортировку, не может зачерстветь, изменить свое качество), но и приятнее с некоторыми видами блюд. Например, хрустящие хлебцы приятно контрастируют с мягкими плавленными сырами «Виола» и «Янтарь», с креветочным маслом, они незаменимы как основа для пастообразных, сметанообразных пищевых составов, которые трудно намазывать на обычный хлеб из-за повышенной влажности. Таковы, например, паштеты, рыбные консервы, творожные пасты (соленый и сладкий ее варианты), консервированные овощные пасты (баклажанная икра), густые соусы и т. п. Вместе с тонким слоем сливочного масла эти продукты прекрасно ложатся на хрустящие хлебцы, красиво выглядят на них и хорошо усваиваются с ними. Прекрасно удаются горячие закуски на хрустящих хлебцах – гратинированные бутерброды, то есть подогретые в духовке бутерброды с паштетами, посыпанными сверху сухим тертым сыром, который в процессе нагревания оплавливается и создает вместе с размягчившимся и ароматным сухим хлебом единое целое – маленькое блюдо со своеобразным, совершенно необычным вкусом.

И хотя такое использование хрустящих хлебцев еще сравнительно слабо распространено, оно лишний раз говорит о многообразной службе хлеба в нашем быту, о неповторимости и вечной новизне его бесчисленных сортов.

Да, ломоть хорошо испеченного хлеба составляет одно из величайших изобретений человеческого ума – можем мы повторить вслед за К. А. Тимирязевым. Хлеб – это такая пища, которую нельзя заменить ничем. «Заболев, мы вкус к хлебу теряем в последнюю очередь; и как только он появляется вновь – это служит признаком выздоровления. Хлеб можно потреблять в любое время дня, в любом возрасте, в любом настроении; он делает вкуснее остальную пищу, является основной причиной и хорошего, и плохого пищеварения. С чем бы его ни ели – с мясом или любым другим блюдом, – он не теряет своей привлекательности». Эти слова принадлежат Антуану Огюсту Пармантье, жившему в XVIII веке, но они как будто бы сказаны сегодня, ибо ни роль хлеба в нашем питании, ни наше отношение к нему с тех пор не изменились. Наоборот, мы все больше и больше осознаем огромное значение хлеба.

ХОЛОДНЫЙ СТОЛ – ЗАКУСКИ

ХОЛОДНЫЙ СТОЛ, то есть блюда, подаваемые в холодном, а не в горячем или разогретом виде, является первой подачей и включает в себя самые разнообразные, самые разнородные кушанья, как по составу продуктов, так и по принципам приготовления. Достаточно сказать, что это могут быть как совершенно сырые, необработанные продукты, например овощи, фрукты, ягоды, травы (даже не разделанные, а просто обмытые), так и продукты, прошедшие длительную и сложную обработку, в том числе многократное нагревание, обжиг, копчение, варку и т. д., но подаваемые в холодном виде. Таковы разные колбасы, окорока (ветчина), рыба горячего копчения, заливные, студни. Между этими «полюсами» холодного стола – масса других блюд, приготовление которых требует самой различной, иногда комбинированной, обработки. Так, рыбная икра – натуральный продукт, подвергаемый, однако, обработке – освобождению от пленки, промыву и подсаливанию. А холодный ростбиф приготовляется из горячего блюда: мясо обжаривают, а затем охлаждают, выдерживают.

К блюдам холодного стола относятся также комбинированные блюда и изделия, состоящие из многих или нескольких продуктов – от бутербродов до салатов. И эти комбинации в свою очередь могут состоять либо только из холодных, минимально обработанных продуктов (зеленые салаты), либо из сочетаний холодных продуктов и продуктов, прошедших разные виды обработки – винегрет: здесь сочетаются, скажем, сырые продукты (лук), вареные (картофель, свекла), соленые или квашеные (огурец, кислая капуста, сельдь).

Таким образом, технология обработки продукта не может быть основным, определяющим признаком блюд холодного стола. Общим для этого вида блюд признаком во всех национальных кухнях стал внешний признак – холодное состояние. Именно в холодном состоянии некоторые продукты выявляют наибольшую степень развития вкуса и аромата.

В русской национальной кухне этот вид блюда называется, однако, иначе – закуски. Признак, их объединяющий, несколько иной и более глубокий. Закуска – это то, чем начинают еду, с чего приступают к еде. А то, чем закусывают, надо запивать, то есть сдабривать влажной, жидкой едой. Таким образом, русское понятие закуска лучше подходит для определения места и роли холодного стола в современном меню. Однако нельзя забывать, что такое понятие возникло лишь тогда, когда кухня полностью сформировалась и когда сам по себе ассортимент блюд холодного, или закусочного, стола значительно расширился. Это произошло в XVIII веке, причем не только в России, но и в ряде других стран, например в Швеции, где также возникло свое собственное определение закусочного стола – «сморгосбурдет» (буквально «бутербродный стол»), то есть стол, состоящий из хлеба и любого продукта, съедобного в холодном виде и являющегося гармоничной добавкой к этому хлебу. Основной добавкой вначале было у шведов масло и все, что можно намазать или положить на хлеб: мед, творог, сыр, кусочек мяса, рыбки или отварного овоща, икра лосося, сига, корюшки и т. д.

В России закуски также складывались из крестьянского обычая рано утром, сразу после сна, еще до выхода на работу, съесть быстро что-либо готовое, холодное, не требующее никакого приготовления (кусок хлеба, луковицу) и запить квасом или простоквашей. У некоторых народов, где традиции и навыки крестьянского населения стали основными и определяющими для всей нации, холодный закусочный стол сделался основным, а горячий – более редким, дополнительным или праздничным. Такова, например, национальная латышская кухня, очень близка была к ней по этим принципам и финская крестьянская кухня, да и шведский «сморгосбурдет» возник и развивался на той же основе.

В такой крестьянский закусочный стол обязательно входили: хлеб, лук, сыр (творог), крутые яйца и как дополнение к ним – квашенья и соленья (грибы, капуста) или готовые, также рассчитанные на длительное хранение и заготовку копченья (сало, домашняя кол-

баса, копченая рыба). Вполне естественно, что все эти продукты, представляющие собой концентрированную, острую и трудноперевариваемую пищу, требовали «разрядки». Поэтому все кухни северных и балтийских народов, где холодный стол является основным и постоянным, включают в него одно горячее блюдо – горячий отварной картофель и как еще одно разряжающее средство – простоквашу (в качестве питья).

Русский закусочный стол как самостоятельный крестьянский не сложился. Русский народ издавна привык считать основной пищей горячую, а основным из горячей пищи – жидкое блюдо, «хлебово», или супы, первым из которых всегда были щи.

Вот почему закуски, получившие распространение в XVII и XVIII веках главным образом за столом знати, с самого начала включали в большей степени легкие для усвоения продукты или же возбуждающие аппетит, ибо их роль сводилась к тому, чтобы быть не основной пищей, а лишь вступлением к обеду.

Так, вместе с хлебом на закусочный русский стол попали черная (паюсная, зернистая) и красная икра, красная свежепросольная, соленая, вяленая рыба (семга, сельдь, вобла), отварная холодная и залитая своим соком (бульоном) рыба (осетрина, севрюга, стерлядь). Дополнения к этой пище почти не требовалось, разве что небольшой акцент в виде черного перца, лука (к семге и сельди), хрена (к отварной рыбе).

Одновременно у более бедного населения закусочный стол состоял из солений и квашений – грибов и капусты. Чтобы они были сытными, ели их с большим количеством хлеба. Это вызывалось, конечно, нуждой.

Лишь с XVIII века на закусочный стол в России попадают мясные и молочные изделия (сыры, колбасы, ветчина), а сливочное масло появляется лишь в XIX веке; тогда же солено-отварной рыбный закусочный стол пополняется рыбными копчениями (балык, севрюга, шемая, залом), а в XX веке появляются и всевозможные консервы, которые в некотором смысле даже вытесняют прежние закуски. Именно повышение концентрированности и калорийности холодного стола и вызывает необходимость дополнить его овощными блюдами. Так, в конце XIX – начале XX века наряду с овощными квашениями на русский закусочный стол попадают винегреты, а затем и зеленые салаты, до того времени подававшиеся лишь ко вторым жареным блюдам.

Таким образом, русский закусочный стол оказался чрезвычайно разнообразным по составу и характеру пищевого сырья. Но при всем своем разнообразии он отнюдь не может заменять обычное питание, его нельзя считать абсолютно необходимым. Особенность холодного стола – наличие концентрированных, острых, пикантных блюд, а это в свою очередь устанавливает рамки его. Закусочный стол предлагает не есть, а отведать, не насытиться, а пробудить аппетит. Ценность большинства блюд холодного стола также помогает выдерживать его рамки, сохранять его правильное место в общем рационе. Замена обычного обеда колбасно-консервной холодной закуской с обилием масла, сыра и подобных им калорийных продуктов является даже известным признаком отсутствия культуры. Некоторые исключения из блюд закусочного типа составляют лишь салаты, винегреты и квашения, которые постепенно превратились в массовую закуску, входящую в число блюд самого обыкновенного обеда. Вот почему мы можем рассматривать их как первую подачу нашего повседневного стола.

САЛАТЫ

Еще накануне Первой мировой войны слово «салат» в России было новым, в народе его совершенно не знали, а готовить салаты дома умели только люди, побывавшие за границей или пользовавшиеся поваренными книгами с рецептами французской кухни. Да и они использовали практически лишь один-два вида салата.

Современный словарь объясняет понятие «салат» как блюдо из мелко накрошенных кусочков овощей, мяса, рыбы, яиц, грибов, фруктов в холодном виде. Таким образом подчеркиваются две характерные особенности этого блюда: крошеное и холодное. В нашем сегодняшнем понимании «салат» – это сборное блюдо, приготовляемое быстро, на скорую руку. Отсюда и в переносном смысле мы нередко употребляем слово «салат» (или еще чаще «винегрет») как синоним мешанины, путаницы, соединения разнородных частей.

Однако первоначально «салат» означал совсем иное. И даже нечто противоположное тому, как мы понимаем его сейчас, ибо его основным признаком были такие качества, как единообразие и цельность.

Первоначально под салатом понималось исключительно растительное блюдо, притом только из сырых зеленых листовых овощей и огородных трав, которые вплоть до XX века и называли салатными растениями. Салаты как блюдо пришли в международную кухню из Италии, а точнее, из Древнего Рима, где под салатом понималось одно-единственное блюдо, состоявшее из эндивия, петрушки и лука, приправленных медом, перцем, солью и уксусом.

Таким образом, салаты были известны еще 2500 лет тому назад. Однако только в конце XVI – начале XVII века салаты вышли за пределы Апеннинского полуострова и попали во Францию, вначале как изысканное придворное блюдо, подаваемое к жаркому. Именно во Франции в XVII – XVIII веках салаты нашли вторую родину и получили дальнейшее развитие. Объяснялось это не только общим высоким уровнем французского поваренного искусства, но и тем, что именно во Франции с ее мягким, но более прохладным, чем в Италии, климатом особенно хорошо удавались салатные растения, дававшие обильную, сочную и сладкую на вкус листву. В Средние века салат приготовляли из зеленого лука, перьев чеснока, мяты и листьев петрушки. Такой состав сам по себе был островатым и хорошо гармонировал с жарким. Затем французы ввели в состав салата латук – растение с нейтральным вкусом, состоящее из одних листьев. Именно латук получил во всех странах, в том числе и у нас, название салата, ибо из него состояли первые *французские салаты*, ставшие затем известными в других европейских странах. Растение это было названо салатом в честь кушанья, из него приготовляемого.

Прошли десятилетия, прежде чем наряду с латуком в салаты стали вводить и другую зелень, преимущественно с нейтральным вкусом. В число салатных растений попали портулак, садовая и полевая лебеда, черноголовник, эндивий, цикорий, настурция, жеруха, все виды крессов, огуречная трава, рапунцель (полевой салат)[1], одуванчик, ложечная трава, шпинат, щавель и все производные салата-латука: парижский желтый и зеленый, берлинский, салат-ромен и др. В самом конце XVIII века в салаты стали вводить капусту: белокочанную, савойскую, брюссельскую, дербентскую, а также листовую горчицу, листья сельдерея, порея, шнитт-лука, петрушки. Лишь вслед за ними в салат попадают свежие огурцы, спаржа, артишоки – тоже растения зеленого цвета, служившего «пропуском» в салат.

Характернейшей особенностью французских салатов из нежной листвы и овощей нейтрального вкуса стала пикантная заправка, в которой не нуждались средневековые итальянские салаты из острых и пряных

[1] Растение семейства колокольчиковых. Известно около 40 видов его. Растет южнее и западнее линии Херсон – Житомир – Брест. В салат идут листья, у некоторых видов – вкусные корни.

трав. Эта заправка состояла из соли, перца, сухого вина или винного уксуса, а иногда и лимонного сока с добавлением прованского масла и различных душистых, ароматических и пряных приправ в зависимости от состава салата. Только на рубеже XVIII и XIX веков, когда в салаты начинают проникать не только разные виды незеленых овощей, но и корнеплоды, ранее считавшиеся совершенно недопустимыми для салатов, заправка для салатов все более усложняется и разнообразится. В салаты вводятся некоторые холодные соусы, и среди них в первую очередь майонез.

Корнеплоды (морковь, свеклу, брюкву, картофель), а также бобовые в XIX веке не решались вводить в салаты сырыми, поскольку считали их, как все «подземные» овощи, «нечистыми». Так появился особый подвид салатов – винегреты, приготовляемые из отваренных овощей, в то время как собственно салаты продолжали сохранять свою особенность – состояли только из зеленых, свежих, сырых листовых овощей и трав. Естественно, что салаты из корнеплодов и незеленых овощей как более «грубые» требовали и более резкой, более острой заправки, основной целью которой было «забить» земляной привкус корнеплодов, чрезвычайно непривычный и раздражавший гурманов XIX века. Поэтому в винегреты начали вводить соленые и квашеные овощи – огурцы, капусту, каперсы, маслины, корнишоны, а в Германии и России как замену последних – соленые грибы, сельдь.

Так салаты постепенно превратились из чисто овощных блюд в сборные. Но чтобы отличать подлинные салаты, служащие дополнением ко вторым жареным блюдам, от салатов-закусок, состоящих из отварных овощей, рыбы, мяса, дичи, яиц и грибов, во французской кухне было принято неписаное, но строго соблюдаемое правило – называть закусочные салаты не по составу продуктов, как называли чисто овощные (картофельный, огуречный и т. п.), а по месту приготовления их или по национальному признаку. Так появились салаты польский, итальянский, русский и т. д. Этот принцип принят и отечественной ресторанной кухней, где мясным, рыбным или крабовым салатам стали давать собственные имена: «Столичный», «Московский», «Юбилейный», «София» и др., в то время как свежие овощные салаты продолжали называть по составу овощей – «с помидорами и луком», «из огурцов и помидоров со сметаной» и т. д. Не надо, однако, забывать, что салаты как блюда создавались на протяжении веков исключительно для стола знати. И только сравнительно недавно (в нашей стране за последние 50–60 лет) начался постепенный процесс их «демократизации». Этот процесс вполне естественно сопровождался упрощением состава салатов. Наконец, в наши дни они стали массовым, самым обычным блюдом. Нынешнему поколению, разумеется, трудно себе представить, что их прадеды в молодости не знали, что такое салат из помидоров. Более того, отношение к ним народа было однозначным: «Трава! Салат – не еда! Листочком сыт не будешь!» – таковы были народные отклики на «барское» кушанье.

Но за салатами была более чем

ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА

Таким образом, салаты были известны еще 2500 лет тому назад. Однако только в конце XVI – начале XVII века салаты вышли за пределы Аппенинского полуострова и попали во Францию, вначале как изысканное придворное блюдо, подаваемое к жаркому. Именно во Франции в XVII – XVIII веках салаты нашли вторую родину и получили дальнейшее развитие. Объяснялось это не только общим высоким уровнем французского поваренного искусства, но и тем, что именно во Франции с ее мягким, но более прохладным, чем в Италии, климатом особенно хорошо удавались салатные растения, дававшие обильную, сочную и сладкую на вкус листву. В Средние века салат приготовляли из зеленого лука, перьев чеснока, мяты и листьев петрушки. Такой состав сам по себе был островатым и хорошо гармонировал с жарким. Затем французы ввели в состав салата латук – растение с нейтральным вкусом, состоящее из одних листьев. Именно латук получил во всех странах, в том числе и у нас, название салата, ибо из него состояли первые французские салаты, ставшие затем известными в других европейских странах. Растение это было названо салатом в честь кушанья, из него приготовляемого.



двухтысячная история и, кроме того, у них оказалось два преимущества, подкупающих человека XX столетия. Во-первых, быстрота приготовления, отсутствие всякого подогревания: нарезал огурчик, луковицу, облил сметаной – и блюдо готово. Во-вторых, внимание к ним привлекало магическое в XX веке слово «витамины», которое современный горожанин склонен видеть во всем растительном и зеленом. Так был сражен массовый потребитель, некогда называвший салат травой. Салаты быстро и прочно водворились в общественном питании и в домашней кухне, теперь уже бесповоротно.

Завоевав в XX веке массовый стол во всей Европе и Америке, салаты начали, так сказать, второй виток своего развития, обретая в ряде стран специфические национальные особенности.

Например, на родине салатов, в Италии, появились новые виды салатов, не имеющие ни одного зеленого или растительного компонента. Таковы салаты «фрутти дель маре» («плоды моря»), состоящие из мелких кусочков омаров, лангустов, молоди осьминогов, креветок, анчоусов, перемешанных с измельченными макаронами или спагетти и сдобренных томатным соусом, приправленных луком, перцем, каперсами, лимонным соком и цедрой.

В Германии, Австрии и Чехии, наоборот, появляются колбасные салаты, представляющие собой смесь обрезков разных видов колбас и ветчины с картофелем, зеленым горошком, брюквой, сдобренную яичным или чесночным соусом.

В России еще в начале нашего столетия создаются свои салаты на базе национальных закусок: соленых грибов, квашеной капусты, соленых огурчиков, моченых яблок, перемешанных с луком и русской заправкой – подсолнечным маслом, уксусом и перцем. В салаты из свежих овощей русская кухня смело ввела в виде заправки сметану. Это «новшество» было оценено и за рубежом. Однако последовавшее затем распространение сметаны в виде заправки на любые сочетания продуктов (возьмите, к примеру, мясные и рыбные салаты) было порождением безвкусицы и привело к огрублению таких блюд, к снижению их вкусовых достоинств. Сметана, как кисловатый и нестойкий продукт, «противопоказана» любой неовощной среде, а также плохо сочетается с «грубыми» жесткими овощами, например с сырой капустой, морковью, брюквой.

Практика составления салатов за последние сто лет дает возможность вывести следующие правила их композиции.

1. В салатах могут быть использованы почти все известные человечеству пищевые продукты и их самые смелые сочетания. Однако эти сочетания вовсе не должны быть произвольными – продукты должны быть совместимы во вкусовом отношении. Можно сочетать овощи, фрукты, мясо и дичь, если они совместимы по вкусу, и нельзя сочетать даже два вида овощей, если они несовместимы. Составитель салатов, так называемый салатье, должен обладать чувством меры, вкусовым тактом и без всяких рецептов и предписаний чувствовать, что можно и чего нельзя класть в данный салат.

2. Каждому салату соответствует своя заправка. Ее состав зависит от состава продуктов салата. Неподходящая заправка может испортить хорошо подобранный салат. Вот почему никогда нельзя вливать заправку сразу в весь салат, всегда надо отложить часть его для предварительной пробы.

3. Солить салаты тоже искусство. Овощные, и особенно зеленые салаты крайне чувствительны к соли. От крепкого посола зелень быстро «садится», «жухнет», из нее вытекает сок, она теряет не только свежий вид, но и вкус. Крессы, латук приобретают горечь, огурцы становятся вялыми и водянистыми. Поэтому любые салаты, а особенно зеленые, солят в самый последний момент – прямо при подаче на стол. Салаты же из нежных овощей и нежной пряной зелени совсем не солят, а подкисляют лимонным соком и чуть-чуть перчат.

4. Прежде чем составлять и заправлять салаты, надо проверить, соотносятся ли они с окружающими блюдами, не повторяют ли их по составу, не противоречат ли им. Например, салат из капусты должен быть исключен из меню, если там уже есть щи или сосиски с капустой. Зеленый салат из разнообразных трав или помидоров не должен предшествовать молочному супу. В этом случае лучше подавать салат из отварного картофеля со сметаной и сельдью, после которого молочный суп покажется желанным и приятным. Только салаты, подаваемые в качестве закуски, могут содержать неовощные компоненты. Салаты же, подаваемые ко второму, к жаркому, должны состоять преимущественно из листовой зелени и строго соответствовать характеру главного, второго блюда, являясь гармоничным вкусовым дополнением к нему.

САЛАТНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ



1. - ЛАТУК -



2. - ПОРТУЛАК -



3. - САДОВАЯ ЛЕБЕДА -



4. - ПОЛЕВАЯ ЛЕБЕДА -



5. - ЧЕРНОГОЛОВНИК -



6. - ЭНДИВИЙ -



7. - ЦИКОРИЙ -



8. - НАСТУРЦИЯ -



9. - ЖЕРУХА -



10. - КРЕСС-САЛАТ -



11. - ОГУРЕЧНАЯ ТРАВА -



12. - РАПУНЦЕЛЬ -



13. - ОДУВАНЧИК -



14. - ЛОЖЕЧНАЯ ТРАВА -



15. - ШПИНАТ -



16. - ЩАВЕЛЬ -

САЛАТНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ



17. - ПАРИЖСКИЙ САЛАТ -



18. - БЕРЛИНСКИЙ САЛАТ -



19. - САЛАТ-РОМЕН -



20. - КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ -



21. - КАПУСТА САВОЙСКАЯ -



22. - КАПУСТА БРЮССЕЛЬСКАЯ -



23. - КАПУСТА ДЕРБЕНТСКАЯ -



24. - КАПУСТА ПЕКИНСКАЯ -



25. - ЛИСТОВАЯ ГОРЧИЦА -



26. - ПОРЕЙ -



27. - ШНИТТ-ЛУК -



28. - ПЕТРУШКА -



29. - ЛИСТЬЯ СЕЛЬДЕРЕЯ -



30. - АРТИШОКИ -



31. - ОГУРЦЫ -



32. - СПАРЖА -

Для очень сытного второго блюда типа плова, включающего не только мясо, но жиры и рис, подходят только салаты, способные освежить, вызвать аппетит, а не насытить. В таких случаях делают легкий салат – из яблок и чеснока или из вишен, лука, зеленых перьев чеснока и укропа. Для нежирного блюда годится зеленый салат, тоже не сытный, но все же «занимающий место» в желудке. Для второго из рыбы хороши салаты из мягких отварных овощей (моркови, картофеля с луком) с острой заправкой (хреном, перцем, лимонным соком и маслинами), которую они хорошо впитывают.

Все эти общие правила опытный салатье, конечно, дополняет десятком других, подсказанных его собственной наблюдательностью и культурой, а также конкретной ситуацией. При этом основным является правило, что каждый салат (если только он не дежурный, не стандартный) требует индивидуального подхода и внимания.

Салатом можно легко испортить впечатление от обеда, ибо первый кусок, говоря словами русской пословицы, – разбойник. Он создает настрой, атмосферу еды. И чтобы она была благоприятной, очень важно правильно подобрать салат.

Часто идут по линии наименьшего сопротивления – делают салат красивым, «расписывают» его поверхность всевозможными украшениями. Какую-то секунду или минуту ДО еды это украшательство будет иметь значение, но затем, если вкус нехорош, никакая внешняя красивость не исправит положение. Поэтому лучше не тратить время на украшение салата, а направить все внимание на «украшение» его вкуса.

Салат должен быть сочным – это основное его достоинство. Несочный, неудавшийся салат лучше вовсе не подавать.

Время, эпоха и принятая в той или иной стране система питания также накладывают отпечаток на характер салатов. Долгое время, по крайней мере приблизительно последние три десятилетия, господствовали салаты немецкого типа из мяса или колбас с отварными овощами (картофель, горошек, морковь), заправленные майонезом. В настоящее время наиболее современными можно считать два типа салатов: 1) из совершенно целых овощей и трав; 2) из тертых свежих корнеплодов.

Характерной особенностью этих салатов является их простота, строгость, естественность, отсутствие заправки, претенциозного украшательства. Одним из главных условий приготовления такого салата служит свежесть и высокая кондиция пищевого сырья. В такие естественные салаты идут только молодые, неповрежденные, внешне красивые, привлекательные экземпляры овощей.

После отбора лучших молодых экземпляров следует минимальная, но тщательная очистка (отмывание от пыли, земли), сохранение внешних достоинств продуманной раскладкой на блюде с соблюдением гармонии и контрастов цвета. Так, два-три свежих, молодых, лишь разрезанных вдоль пополам огурчика, два целых красных помидора, яркая бело-розовая редиска, обрамленная стеблем нежно-зеленого порея, головкой белоснежного молодого чеснока, ярко-зеленым пером лука или темно-зеленым тонким шнитт-луком – все это целое, ненарезанное, но исключительно чистое, полностью готовое к употреблению, способно составить прекрасный натюрморт и вызвать хороший, здоровый аппетит.

Салат из сырых тертых корнеплодов так же прост и однороден по форме и красив по цвету. Морковь, брюкву или репу, а также яблоко, хрен трут на самой мелкой терке, превращая в однородное, нежное овощное пюре, сочное, тающее во рту. Эти овощи можно смешивать между собой, а можно располагать на одном блюде разноцветными рядами. И тогда каждый может брать и смешивать такой салат в любой пропорции прямо на своей тарелке.



СОЛЕНЬЯ

СОЛЕНЬЯ – термин собирательный. Сюда относится и собственно соленье, или солень, солонь, как говорили в старину, и другие присолы – моченье да квашенье, а также еще и маринованная снедь, о которой разговор особый. Словом, под соленьями мы подразумеваем засоленные, квашеные, моченые и замаринованные грибы, овощи, зелень, фрукты, ягоды и вообще все слетье, то есть все то, что уродилось летом.

Первоначальный смысл превращения сырых растительных продуктов в соленья заключался в том, чтобы сберечь от порчи урожай, как-то переработать его, заготовить впрок. Разные народы, жившие в разных природных условиях, находили для этого свои способы. Народы Юга – Закавказья, Малой и Средней Азии, Юго-Восточной и Южной Европы – избрали способы сушки и маринования, т. е. консервирования при помощи уксуса, ибо в условиях теплой зимы это был единственно приемлемый способ сохранения продуктов, к тому же уксус (из прокисшего вина) был всегда под рукой. Наоборот, в России, Беларуси и на Украине были созданы свои, совершенно оригинальные способы консервирования без применения уксуса: соление, квашение, мочение. Именно эти присолы характерны для русского стола.

Известно, что уже в XII веке на Руси солили огурцы и квасили капусту. Затем круг овощей и плодов, перерабатываемых в соленьях, все более расширялся. В конце концов оказалось, что можно солить грибы (грузди, белые, рыжики, волнушки), огурцы, помидоры, сладкий перец, кабачки, баклажаны, арбузы, дыни, горох стручками, черемшу, барбарис, зеленые семена настурции, виноградные листья, цветную капусту, лимоны. Кроме того, можно квасить капусту и свеклу, мочить яблоки, груши, бруснику, морошку, виноград, арбузы, а уж мариновать и того больше – все виды съедобных грибов, яблоки, груши, сливы, вишню, виноград, дыни, тыкву, крыжовник, смородину, барбарис, персики, абрикосы, цветную капусту, горох, лук, чеснок, огурцы, помидоры, баклажаны, щавель и фасоль.

Различие видов солений связано с разными видами рассола для консервации. Если рассол состоит из соли, причем концентрация его не ниже 6–8%, а порой 20–30% и несколько более, то мы имеем дело с солением. При этом можно преследовать разные цели: либо создавать новый продукт неизменным – тогда соление крепкое, с последующим отмачиванием и восстановлением первоначального вкуса продукта перед употреблением.

Когда же соли берется всего 2,5–3% от массы заложенного продукта, а рассол не приготовляется заранее из воды и соли, а возникает сам из сока овощей, то тогда имеет место квашение. Наконец, если рассол приготовляется из очень малых количеств соли (1,5–2%) и в него вводится сахар, которого берется втрое-вчетверо больше по вкусу, чем соли, то есть делается 6–8-процентный сахарный раствор, то такую консервацию называют мочением.

Принципиально отличаются от перечисленных видов солений маринады. Здесь в качестве основного компонента раствора присутствует уксус, который сочетают в зависимости от характера продукта то с солью, то с сахаром, то с тем и другим одновременно. При этом пропорции соли и сахара в маринадах сокращаются по сравнению с соленьями, ибо главную роль консерватора играет уксус, которого по объему берется обычно столько же, сколько и воды – 200 г 3–4-процентного уксуса на 200 г воды для 1 кг овощей.

Засол и квашение не только сохраняют продукты, предохраняют их от порчи и дают возможность пользоваться летними овощами и фруктами круглый год. В слабом рассоле, в заквашенной среде развиваются особые группы бактерий, которые и придают не только вкус, но и жизнь всему продукту. Тем самым при квашении и солении мы получаем подлинно свежий, даже более того – живой продукт. Здесь консервация осуществляется в процессе непрерывного поддержания жизни. При мариновании все обстоит наоборот. Там гниение предотвращается в результате полной

гибели бактерий в уксусе после умерщвления в продукте всего живого. Но попутно погибает и сам продукт. Маринованные овощи или грибы – это умершие, отмершие растения, их безжизненная оболочка. Поэтому и вкус, и воздействие маринованных овощей другие. Они лишь раздражают наши органы обоняния и вкуса, причем это раздражение чисто механическое. Но придать нам новые силы, повысить нашу жизнедеятельность маринованная пища не может.

Более того, уксус не только губит природный аромат и вкус овощей и фруктов, не только делает их все «на одно лицо» и съедает значительную часть витаминов, но и отрицательно влияет на наш желудок. Отсюда употребление маринованных изделий даже и для вполне здоровых людей не проходит бесследно. Конечно, способом маринования проще заготавливать и, главное, хранить продукты. Но это значит – идти в области приготовления солений по пути наименьшего сопротивления, а это не лучший путь.

Вернемся, однако, к истинным соленьям. Помимо рассола их непременным компонентом являются пряности. Они во многом определяют качество солений. Именно умелый подбор пряностей делает соленья особенно приятными, придает им специфический вкус и аромат, дает возможность варьировать вкус одних и тех же овощей и фруктов. Поскольку пряности не особенно четко нормируются по количеству и ассортименту, открывается простор для творческой фантазии и проявления вкуса каждого человека при приготовлении солений. Вот почему соленья разных хозяек непременно различаются.

Правда, нормы пряностей, применяемых ныне в соленьях, неоправданно занижаются, кроме того, сокращается их набор по сравнению с классическими образцами, и тем самым искусство соления идет на убыль.

Между тем надо помнить, что пряностями соленья не испортишь. Особенно такими, как укроп, чеснок, хрен, эстрагон, базилик, чабер, сельдерей. Эти пряные травы повышают не только вкусовую, но и пищевую ценность солений. Кроме того, пряности значительно увеличивают сроки хранения солений. Той же цели служат дубовые, вишневые и смородиновые листья, которые можно применять при засолке овощей. Неплохо добавлять в соленья красный и черный перец. Надо только не забывать, что хрен съедает чеснок, и поэтому при закладке хрена надо еще более повышать норму закладки чеснока. На трехлитровую стеклянную банку солений, будь то огурцы, помидоры или сладкий перец, следует класть 1–2 головки чеснока, 50 г укропа, по 8 смородиновых и вишневых листьев, 2–3 дубовых, 1 лист хрена, 1 стебель эстрагона или 2 стебля базилика да щепотки две красного перца (при 6–8-процентном рассоле берут 60–80 г соли на 1 л воды). Вот тогда будет вкусно.

Что касается пряностей при квашении капусты, то тут можно использовать только тмин: 2–3 ст. ложки на 1 ведро. В моченьях пряности используются обычно гармоничными, близкими по аромату парами: эстрагон и базилик, корица и гвоздика или анис и корица. При этом пряности кипятятся вместе с солено-сладким рассолом.

Итак, секрет хороших солений по крайней мере наполовину зависит от пряностей. Вспомните, что даже у гоголевской Пульхерии Ивановны вкусные грибки получались только благодаря тому, что пленная турчанка научила ее солить их с чебрецом и гвоздикой.

В остальном успех зависит от чистоты в подготовке сырья и посуды, от точности в расчете крепости рассола и не в последнюю очередь от правильного ухода за соленьями в первую неделю их рождения. Дело в том, что основной процесс брожения происходит в соленьях в первые 8–10 дней. В это время за ними надо следить: моченья сразу же отправить в холодное место, соленья держать в теплом помещении и время от времени подливать к ним рассол; капусту же надо непременно два раза в день протыкать до дна в нескольких местах свежеоструганной березовой палкой, чтобы помочь газам выйти, снимать пену и плесень с поверхности и промывать гнет (камень и крышку) кипятком с горчичным порошком. Когда этот критический период минует, соленья надо выставить в прохладное место. Примерно через месяц (20–40 дней) они будут готовы.

Есть, правда, и довольно иррациональные факторы, которые могут оказать влияние на качество солений и особенно квашений. Еще недавно от них отмахивались, называя их суеверием, а ныне наличие этих факторов и их проявление доказано экспериментально. Что же касается механизма их действия, то его, по-видимому, могут объяснить астрофизики. Дело вот в чем. ***Давно замечено, что соленья или квашенья, приготовленные в полнолуние, невкусны и быстро портятся. Капуста, например, делается мягкой***



и слишком кислой, а огурцы – мягкими, пустыми внутри и безвкусными. Отсюда возникла народная примета – в полнолуние соленья не заготавливать. Исключение составляет только свекла, которая в результате квашения должна быть чем мягче, тем лучше. Поэтому свеклу рекомендуется квасить в полнолуние, лучше всего в последнюю его четверть. Все другие виды солений лучше всего производить в новолуние, на 5–6-й день. О фазах луны можно справиться в отрывном календаре.

Кое-кто может спросить, а стоит ли вообще возиться с соленьями? Так ли они нужны? Одни при этом путают их с маринадами и относят к разряду «острых» и «вредных». Другие, к сожалению, смотрят на них утилитарно, как на «хорошую закуску». Третьи убеждены, что соленья – дело исключительно сельских жителей, удел бабушек-старушек, обслуживающих большую семью. Четвертым соленье представляется возней с разными бочками и кадушками, достать которые к тому же не столь просто. Конечно, современному городскому жителю, вознесенному куда-то на 16-й этаж, проводящему большую часть времени на работе и в городской толчее, заготовка солений может показаться морокой.

Но морокой это может показаться только на первый взгляд. Стоит попробовать засолить кастрюлю или ведерко капусты, одну-две банки огурцов, грибов или помидоров, замочить 2–3 кг фруктов – и дело примет другой оборот. Мало? Может быть. Но дело не в количестве, а в качестве. Ведь подлинная ценность солений заключается в том, что они даже в малых количествах активизируют обменный процесс в нашем организме. Они облегчают переваривание мясных и жирных блюд, помогают избежать одностороннего или бутербродного питания – основного бича современного занятого горожанина. Они не только витаминизируют нашу пищу, но и способствуют ускорению ферментативных процессов при пищеварении, усиливают при помощи входящих в них пряностей очистительные функции организма.

Поэтому в соленьях не должно пропадать ничего – ни сами овощи и фрукты, ни рассол, в который в значительном количестве выходит сок засаливаемых растений, в то время как первоначально содержащаяся в нем соль исчезает (она всасывается мякотью этих растений). Это значит, что рассол не только можно, но и нужно использовать в пищу: как добавку в супы (вместо чистой соли), в салаты (вместо уксуса), до еды как питье (в качестве аперитива) и во время еды (к жирной и жареной мясной пище). Вот почему рассол, как и все вообще соленья, надо готовить исключительно тщательно и аккуратно: растворенную в нем соль надо кипятить, рассол перед заливкой процеживать, чтобы в него не попала содержащаяся в соли грязь, сами овощи и фрукты мыть щеткой сначала несколько раз в холодной, а затем в чуть теплой воде. Соблюдение всех этих правил гигиены особенно облегчается приготовлением малых порций солений в стеклянной посуде.

В заключение приведем три рецепта редких солений.

СОЛЕНЫЕ ЛИМОНЫ

Из сырой воды приготовить раствор соли такой концентрации, чтобы на его поверхности плавало сырое яйцо (то есть примерно 1 стакан соли на 3–4 стакана воды) и залить этим рассолом целые, хорошего качества лимоны. Использовать к жареной рыбе.

СОЛЕНО-МАРИНОВАННЫЙ ЛУК

Как можно более мелкий репчатый лук очистить от кожуры, сложить в стеклянную банку и залить 10-процентным раствором соли (100 г на 1 л), который каждые 3 дня надо менять и заливать новым 15 раз. Через 45 дней залить 3-процентным уксусом. Через 4 дня после этого лук будет готов к употреблению.

КАПУСТА СЛАДКАЯ

Капусту заложить в ведро, перемежая ее через каждые 10 см тонким слоем фруктов – яблок, груш, слив, разрезанных на дольки. Верхний слой капусты должен быть выше – 15 см. Посолить эту капусту из расчета 1–1,5% соли от веса капусты и, когда она закиснет и даст сок, слить рассол. На каждый литр рассола всыпать 170 г сахара, вскипятить его, остудить и вновь залить им капусту. Если рассола окажется очень мало, прибавить немного воды.

МОЛОКО, С МОЛОКОМ, ИЗ МОЛОКА

Среди всех известных ныне продуктов молоку нет равных. Не буду в доказательство приводить его химический и витаминный состав, перечислять питательные, диетические и лечебные свойства. Достаточно сказать, что молоко – это единственный продукт, который может сопровождать человека непрерывно всю жизнь, с раннего младенчества и до глубочайшей старости. Не случайно великий физиолог Павлов обратил на него внимание как на продукт, идеально составленный, скомбинированный самой природой.

Главное достоинство молока именно в идеальном, самом благоприятном соотношении питательных веществ, а не только и даже не столько в их наличии. Подобрать единственно верную пропорцию смогла только природа. Вот почему, когда человек дополняет или изменяет что-то в молоке – делает его сухим, сгущенным, кипятит и снимает пенки, повышает жирность или концентрацию, – он нарушает идеальное соотношение питательных веществ, хотя они и не пропадают.

Развести, например, сухое молоко водой так, чтобы восстановить идеальное соотношение всех частей, очень трудно. Вот почему при кормлении детей до 5 лет заменять обычное молоко сгущенным, сухим или топленым, а также сливками не следует. И дело тут не в том, что все перечисленные виды молока «хуже». С обывательской точки зрения они, может быть, и лучше, но природное, естественное соотношение их частей нарушено, изменено.

Кстати, здесь стоит подчеркнуть, что весьма распространенное предубеждение против «порошкового» молока опять-таки покоится на непонимании сути вопроса. «Порошковое», или, правильнее, сухое, молоко нисколько не хуже обычного. Как раз оно лучше сгущенного и концентрированного. В нем сохранено буквально все, что есть в молоке, кроме воды. И оно удобнее. Но правильно развести его до состояния обычного молока не всем удается.

Человек сумел сделать из молока столько производных продуктов, так разложить его на составные части и так преобразовать каждую из них в совершенно новую пищевую субстанцию, что это удивляет не меньше, чем синтез молока, произведенный самой природой.

Масло, сотни видов сыров, сметана, сливки, варенец, катык, каймак, брынза, творог, точнее, разнообразные твороги – от полужидких до жестких, скир, сузьма, чал, кумыс, тарак, игрем-шик, пишлок, хурунга, телеме, сукман и десятки других молочных изделий, часто неповторимых, необычных, были созданы разными народами на протяжении веков.

Но возникает вопрос: если молоко столь идеально, зачем же человек его преобразовывает в другие пищевые продукты? Во-первых, чтобы сохранить молоко, ибо оно быстро портится, его трудно хранить в чистом виде. Во-вторых, молока, к сожалению, нельзя много выпить. Им одним, как бы оно ни было идеально, питаться нельзя. Если бы это было возможно, то проблема питания была бы решена раз и навсегда. Нужны еще наполнители, пищевой балласт. В-третьих, человеку требуется вкусовое разнообразие, и именно не само молоко, а молочные изделия дают богатейшую вкусовую гамму. В таком разнообразном виде молоко может потребляться в значительных количествах и длительное время, не приедаясь.

В последние десятилетия переработка молока, производство молочных продуктов приобрели небывалый размах. Большую роль в этом сыграло появление новой и совершенной техники, а также применение чистых культур всевозможных грибков, дрожжей, лактобактерий и стрептококков. Это позволило усовершенствовать старые молочные продукты (кефир, простокваша, ряженка) и создать некоторые виды новых (ацидофилин, сухое и сгущенное молоко, сметана прессованная, плавленые сыры и даже молочное пиво и молочный квас из сыворотки). Производство всего разнообразия молочных изделий основывается на том, что, разделяя молоко на жировую, белковую и сывороточную часть и применяя для свертывания и сбраживания сычужные ферменты, молочнокислые бактерии, дрожжевые

грибки, а также частичное или полное нагревание и кипячение отдельных фракций молока, можно получать продукты различного вкуса, консистенции и жирности, причем обогащенные новыми свойствами по сравнению с исходным продуктом.

В силу разных географических и исторических условий у разных народов были созданы свои методы и приемы выработки молочных изделий. Это еще более расширило их ассортимент. А поскольку молоко используется от разных животных – коров, овец, коз, яков, кобылиц, ослиц, антилоп, верблюдиц – и помимо собственно молока у ряда народов перерабатывается также молозиво и его сочетания с молоком, то все эти производные и их сложные комбинации, помноженные на неповторимые методы закваски, сбраживания и свертывания, оказались способными дать буквально десятки сотен отличающихся один от другого молочных продуктов. Жаль только, что многие из них имеют узкий географический район распространения. Мы, горожане, обычно используем лишь крохотную часть молочного международного меню.

В то же время катык значительно отличается от других видов кислого молока – простокваши и «длинного молока» – как своей микрофлорой, так и техникой приготовления.

Если русская простокваша, называемая еще сыроквашей или самоквашей у белорусов, как показывает ее название, получается самопроизвольным, простым квашением из сырого молока и отличается, следовательно, от катыка простотой сквашивания, то другая разновидность кислого молока – «длинное молоко» – в сравнении с катыком представляет собой продукт сложного приготовления. «Длинное молоко», или «тягучее молоко», «тэтмьельк», распространено в Голландии, Швеции, Норвегии, Дании, на Фарерских островах, в Исландии, Гренландии. В его образовании принимают участие иные и более разнообразные бактерии, возникающие с помощью небольшого травянистого растения – жирянки, которой смазывают (натирают) внутреннюю поверхность сосуда для молока.

Можно сказать, что катык, распространенный в нашей стране среди более чем десятка народов, представляет собой «золотую середину» в общей шкале разновидностей кислого молока. Как же делается катык и в чем его особенности?

Основное отличие катыка от простокваши состоит в том, что катык заквашивается не из сырого, а из кипяченого молока и что этот процесс происходит не путем самоквашения, а при определенных условиях. Короче говоря, если простокваша делается сама собой, без всякого труда, то над катыком надо поработать.

Во-первых, молоко не просто предварительно кипятится, а вытапливается на медленном огне при помешивании, так что при этом оно фактически не закипает, а нагревается до 90 °С и теряет от 15 до 30% воды. Это создает более плотную консистенцию по сравнению с русской простоквашей. У катыка нет поэтому отстоя в виде сыворотки при скисании. А если сыворотка и появляется, то в небольшом количестве и только сверху, а не снизу массы катыка.

Во-вторых, для равномерного закисания молоко после кипячения должно быть процежено через легкую хлопчатобумажную ткань или марлю. В марле должен остаться небольшой упругий резинистый сгусток сладковатого вкуса.

В-третьих, температура молока, при которой заквашивается катык, должна быть не выше 40 °С, ибо оптимальная температура роста болгарской палочки от 30 до 40 °С.

В-четвертых, закваской для катыка служит катык предыдущего дня, из расчета 100 г на 1 л молока. Предварительно закваску хорошо размешивают в отдельной посуде, затем вливают в теплое молоко, тщательно и равномерно размешивают, после чего посуду (эмалированную, фарфоровую, стеклянную, но только не металлическую) закрывают блюдцем, тщательно закутывают во что-нибудь теплое (причем в это время надо стараться не встряхнуть молоко) и ставят в теплой комнате на 8–10 часов, после чего выносят в прохладное помещение для уплотнения сгустка и предотвращения перекисания. Поскольку мацун на Кавказе и катык в Средней Азии являются ежедневным продуктом питания, то в этих странах, особенно в сельской местности, всегда имеется катык для закваски. Если катыка случайно нет в семье, его всегда можно занять у соседей. Поэтому местные жители никогда не могут объяснить, как же приготовить катык, не имея старого катыка предыдущего дня. Есть семьи, где катык используется по 20–30 лет непрерывно.

Новый катык стараются вообще не начинать, поскольку считается, что чем старее грибки катыка, тем он крепче, плотнее и вкуснее, т. е. тем лучше его качество.

К сожалению, в кулинарной литературе также не указываются способы получения катыка без каты-

ковой закваски. И это, естественно, сокращает возможность распространения катыка за пределы того географического района, где он издавна существует. Вот почему мы приведем здесь разные способы первоначальной закваски.

Для закваски можно использовать простоквашу, полученную следующим образом: в свежее, лучше всего парное, еще теплое молоко положить сметану (100–150 г на 1 л молока) и поставить на сутки в теплое место открытым. Из полученной простокваши достаточно взять 100–200 г для закваски 1 л катыка.

Можно использовать и другой метод. В подготовленное кипяченое молоко положить 100 граммов простокваши (сквашенной не на сметане) и мелкоизрубленную молодую веточку вишневого дерева с листочками. Такой метод закваски удобен летом в сельской местности.

Наконец, есть и третий, менее сложный путь, дающий, правда, несколько худшие результаты. Он удобен зимой в городских условиях.

В подготовленное для катыка теплое молоко вливают обыкновенную сметану (100–150 г на 1 л молока), предварительно хорошо размешанную с 1 ст. ложкой рассола от кислой капусты. Полученный катык и может служить источником первоначальной закваски. Тогда через три-четыре раза ежедневного, непрерывного изготовления катык полностью «выправится», то есть примет характерный для него вид, консистенцию и вкус. Хороший катык имеет плотную, однородную, без крупинок, «гладкую» консистенцию, приятный молочнокислый, освежающий вкус.

В Татарии и Башкирии катык нередко приготовляют со свеклой или вишнями. Это придает ему красивый цвет и новые оттенки вкуса. Для этого свеклу варят или пекут в кожуре, мелко нарезают соломкой и кладут в еще совсем горячее молоко до заквашивания катыка. У вишни же просто удаляют косточки и разминают мякоть толкушкой. На 1 л молока достаточно взять половинку небольшой свеклы или 2–3 вишенки.

Катык не просто едят с хлебом, его добавляют в супы, во вторые мясные блюда для придания им пикантного вкуса.

Одновременно катык служит полуфабрикатом для приготовления целого ряда других молочных изделий: сузьмы (среднее между творогом и сметаной, но с иным вкусом), курта (сушеной сузьмы с солью и перцем), пишлока (особого рода полусыра-полутворога с живыми грибками), чивота-катыка, сквашенного на укропе, и, конечно, айрана. Для приготовления последнего катык постепенно разводят холодной кипяченой водой, взятой в количестве не более трети его объема, и добавляют лед – примерно на 1/10 объема. Чем медленнее и постепеннее разводят воду в катыке, тем лучше, вкуснее и нежнее айран. Он должен еще постоять 2 часа на льду после разведения. Затем его надо хорошенько взболтать.

Таким образом, из 1 л катыка можно приготовить 1,4–1,5 л айрана.

Вообще, большинство продуктов переработки молока – такие, как катык, сливки, сметана, творог – не особенно стойки в хранении, хотя и превосходят в этом отношении чистое молоко. Поэтому конечной целью переработки молока являются продукты длительного хранения, то есть сухое молоко, сыры и масло. О сырах написано много. Это наиболее многочисленная и разнообразная группа молочных изделий. В мире их насчитывается около 1000 сортов. Что же касается масла, то о его разнообразии широкому потребителю известно меньше.

Между тем только в России имеется пять основных типов масла, каждый из которых делится на разные сорта. Типы эти подразделяются в зависимости от материала и способа изготовления. Самый распространенный из них – сливочное масло, приготовляемое из свежих сливок. Это масло используется непосредственно для еды.

Кстати, само слово «масло» происходит от глагола «мазать», интересно, что первоначально оно писалось и произносилось по-другому: «мазло». Второй тип – сметанное масло, или, как его раньше называли, «чухонское» – приготовляется из сквашенных сливок. Оно имеет свой привкус, менее жирно, чем сливочное. Прежде его часто добавляли к разным блюдам в процессе приготовления. Ныне оно вновь приобрело популярность, всем хорошо известны его названия – «крестьянское», «любительское», «домашнее».

Третий тип коровьего масла – топленое, или русское. Используется оно исключительно для приготовления на нем пищи, то есть для тушения, жарения. Название «русское» оно получило в Западной Европе в XIX веке, потому что ввозилось туда исключительно из России, где до конца XVIII века обычно сливочного масла не производили. Когда же в XIX веке начался ввоз в Петербург сметанного масла из Финляндии, оно

получило название «чухонского», а позднее, когда в России стали производить свое масло по типу датского, оно получило название сливочного.

Четвертый тип масла – сывороточное – продукт XX века. Сырьем для него служит сыворотка, или так называемое сырное молоко, массы которого скапливаются на сыроваренных заводах. Прежде оно либо выливалось в реки, либо шло на корм скоту. Это весьма целебное масло содержит большой процент лецитина – антисклеротического вещества.

Наконец, в высокогорных районах Тувы, Бурятии, Памира и Тянь-Шаня приготовляют особое масло из молока яков по типу тибетского «шар тос». Оно отличается от обычного сливочного и вкусом, и консистенцией.

Вообще, в каждой стране имеется свой район, славящийся маслом, дающий свои, национальные сорта. Так, в Германии славится «саксонское», во Франции – «нормандское» и «бретонское», в Бельгии – «фландрское», в Италии – «миланское», в Дании – «зеландское», в США – «фанси», в России – «вологодское» и т. д.

В наши дни знания о молоке все более расширяются и все более растет уважение к нему, вера в его целительные свойства. Расширяется и сфера применения молока, круг его составных частей, находящих применение. То, что прежде считалось побочным продуктом, отходом, теперь на поверку оказывается чуть ли не самым ценным. В дело идут обезжиренное молоко, молозиво, пахта, сыворотка. Правда, и сейчас кое-где выливают сыворотку в сточную канаву, не принимают молозиво (молоко в течение семи дней после отела коровы), не зная о том, что из этого молока с особым вкусом можно делать удивительный сыр телеме, но зато пахту (отход маслоделия) уже продают в магазинах, а обезжиренное молоко (обрат) давно стало основным сырьем для сыроделия. Кстати, происхождение слова «обрат» таково. В России в XIX веке молоко на маслозаводы доставляли крестьяне, не имевшие своих собственных сепараторов. Там его сепарировали, то есть снимали сливки, а снятое молоко крестьянам отдавали обратно.

Надо сказать, что молоко используется в кулинарии не только как самостоятельный продукт, но и как вспомогательный материал, и как среда для приготовления других продуктов.

В молоке выдерживают сельдь, соленую рыбу; молоко добавляют в кипящую воду, если в ней отваривается очень жесткая рыба или рыба с неприятным запахом, на молоке тушат овощи и грибы после легкого отваривания их в воде; молоком заваривают горчицу для удлинения сроков ее хранения, на молоке и сыворотке приготовляют каши и супы и т. д.

Словом, молоко и само по себе, и во всех своих неожиданных и удивительных проявлениях и перевоплощениях – это целое царство в пищевом мире, многоликое, как сама жизнь, символом которой оно является.

МЯСО И МЯСНЫЕ БЛЮДА

МЯСО – древнейший пищевой продукт, используемый человеком. Его широкое кулинарное применение насчитывает столько же тысячелетий, сколько и использование огня. И сам факт употребления человеком в пищу приготовленного на огне мяса имел такое же колоссальное историческое значение, как и изобретение огня, ибо это резко выделило человечество из остального животного мира.

В дальнейшем горячая пища оказала решительное воздействие на перестройку органов пищеварения человека, и в первую очередь желудка, который стал резко сокращаться в объеме, человек в силу этого стал более стройным, прямым, высоким. Следствием такого развития были и другие преобразования в жизни и занятиях человека: началось сознательное и последовательное приручение животных, выведение пород домашнего скота, использование их не только как источников мяса, но и как источников одежды (шкуры, шерсть, мех), обуви (кожа), обогрева и освещения (сало). Короче говоря, переход к приготовлению мяса на огне вызвал длинную цепь самых разнообразных последствий, приведших человека в конце концов к тому высокому уровню цивилизации, современниками которого являемся мы с вами.

Но здесь возник парадокс. Едва достигнув высокого уровня цивилизации, человек, научившийся глубоко мыслить, проникший в тайны природы, задался вдруг вопросом: а полезно ли мясо и нужно ли оно для питания? Так была проявлена «людская неблагодарность» по отношению к мясу, сыгравшему столь выдающуюся прямую и косвенную роль в формировании человека.

В середине XIX века вначале в Англии, а затем и в других европейских странах возникли вегетарианские общества, поставившие своей целью не только отказ от мясной пищи самих вегетарианцев, то есть сторонников и членов вегетарианского движения, но и пропаганду безмясного питания среди всего населения. У нас в России пропаганда вегетарианства также получила широкое распространение в конце XIX – начале XX века.

Однако надо иметь в виду, что и в этот период, и в последующие десятилетия нашего века вегетарианство как явление дальше моды на него не пошло. Серьезного, сознательного и глубоко научного ответа на вопрос о том, нужно или не нужно мясо, полезно или вредно оно, приверженцы вегетарианства дать по-настоящему так и не смогли.

Вегетарианцы подходили к вопросу, непосредственно касающемуся физиологии человека, с позиций, весьма далеких от биологии и медицины. Их интересовала лишь моральная сторона дела – они отказывались есть мясо только потому, что… жалели убитых животных. Но они продолжали есть рыбу, яйца, устриц, икру, то есть то, что некогда было живым существом и даже больше того – источником жизни.

Позиция вегетарианцев не была ни научно обоснованной, ни последовательной – вот почему авторитет этого движения сравнительно быстро сошел на нет.

Не менее важно было и другое обстоятельство: вегетарианцами становились прежде всего люди умственного труда, да еще, как правило, пожилые. Люди этой категории, естественно, тянулись к облегченной, менее калорийной пище, которая давала возможность не перегружать пищеварительный тракт, спокойно спать и тем самым сохранять более высокий уровень работоспособности. Именно эти люди и черпали аргументы в пользу вегетарианства из своего личного жизненного опыта.

Призывы вегетарианцев не достигали разума людей физически крепких, молодых, находящихся в активном возрасте. Их жизненный опыт говорил совсем о другом: организму нужны животные белки!

Мясная пища, насыщенная белками и другими веществами, стимулирующими активную деятельность и рост, в большей степени нужна людям физического труда, в молодом, активном возрасте, точнее говоря, тем, у кого не развились еще процессы старения (неза-

висимо от возраста, так как все зависит от фактического состояния здоровья человека).

Мясная пища может быть лишена своих отрицательных свойств, если мясо как исходный продукт подвергается правильной обработке, не снижающей его качество.

Замороженное мясо не следует долго оттаивать: желательно обварить его куском или быстро обжарить до образования поверхностной корки и только потом отваривать, чтобы не произошло потери мясного сока, вытекающего при размораживании.

Варить мороженое мясо надо по крайней мере 20–30 минут на сильном огне и лишь затем на умеренном.

Многие в последнее время увлекаются варкой продуктов под давлением, в скороварках. Но какой бы желательной ни была такая варка с точки зрения размягчения мяса, необходимо помнить, что она всегда ведет к изменению биологической ценности белка. Биологическое усвоение такого мяса сильно затрудняется, а это в свою очередь неблагоприятно сказывается на здоровье. Нежное «на зубок» мясо оказывается далеко не нежным по отношению к желудку.

Наилучший способ приготовления жирного мяса, если это вырезка и филейная часть, – гриллирование. При гриллировании происходит выплавление из мяса (особенно из баранины) неусвояемых или иных несъедобных элементов к моменту готовности мяса. Полезно мясо, приготовленное томлением при минимальном количестве воды и совершенном отсутствии масла. Можно рекомендовать также мясо, отваренное крупным куском.

Особо следует сказать о приготовлении молодого, по прежним понятиям, самого лучшего мяса: телятины, молочных поросят, цыплят. Оно, конечно, удобно в приготовлении, так как поспевает быстро, сохраняет в готовом виде нежность, приятную консистенцию. Но людям среднего и особенно пожилого возраста такое мясо может принести неприятности. Молодое мясо, особенно телятина, богато витамином D (противорахитным), а также солями. Они-то и стимулируют накопление и откладывание в организме кальция. Но у взрослого человека, по данным ученых, витамин Д может спровоцировать образование камней в почках и отложение солей в суставах, особенно у людей, расположенных к полноте, с плохо регулируемым обменом веществ. Отмечены многочисленные случаи, когда здоровые люди 25–30 лет в течение трех-четырех лет заболевали почечно-каменной болезнью, систематически питаясь телятиной.

Следует иметь в виду, что само по себе мясо, его качества и свойства не остаются постоянными, а изменяются с развитием окружающей среды. На формирование, структуру мяса, на соотношение в нем мышц, жира, соединительной ткани оказывает влияние не только и даже не столько порода животного, сколько окружающая среда и условия жизни и кормления домашних животных и птицы. Между тем это обстоятельство фактически никогда не принимается в расчет при кулинарной обработке мяса, мы попросту не думаем об этом. И напрасно. Дело в том, что мы пользуемся методами кулинарной обработки, которые сложились очень давно, и исходим в своих манипуляциях с мясными продуктами обычно из предписаний рецепта и из своего желания получить то или иное кушанье, в то время как надо готовить блюдо, учитывая качество мяса, а также то, что старые методы, старые рецепты могут просто оказаться непригодными в современных условиях. И дело здесь не в ошибочности прежних кулинарных методов или технологии, а в том, что они были рассчитаны на другое сырье, приспособлены к качеству мяса XVIII и XIX века, а не к современному мясу.

В нашем столетии мясо не только претерпело структурные изменения, но и приобрело столько новых «качеств», которых мясо прежних времен просто не могло иметь и которые приобретают порой весьма важное значение при кулинарной обработке, так что не считаться с ними нельзя.

Возьмем, к примеру, запахи мяса. При современной транспортировке мясо зачастую принимает на себя посторонние запахи – бензина, дизельного топлива, дерева, дезинфекционных материалов и т. д. и т. п. Все они имеют свойства «застревать» в мясе и проявляться в момент или к концу тепловой кулинарной обработки. Вот почему до того как положить мясо на разделочный стол, все эти запахи необходимо отбить, не надеясь, что они исчезнут сами.

Современное мясо надо варить не только дольше, но и непременно на среднем огне, ибо только мясо с незначительной долей соединительной ткани допускает варку на сильном огне в течение короткого времени. Устарели и прежние представления о так называемом «старом мясе». Раньше оно определялось по цвету –



ОБЩЕИЗВЕСТНЫЕ МЕХАНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ –
отбивные механические приемы – отбивание мяса тяпками, обратной стороной ножа, палками, измельчение его в фарш в мясорубке и сечкой, освобождение от фасций, вырезание и отделение жил и протоков, пучков соединительной ткани.



ГОВЯДИНУ ЦЕЛЕСООБРАЗНЕЕ ВСЕГО ЗАПЕКАТЬ В ДУХОВКЕ
в двойном слое пищевой фольги с предварительным шпигованием свиным салом и с выдерживанием в маринаде в течение 2–3 часов.

темно-красному, почти вишневому в отрубе. Теперь такая «примета» может ввести нас только в заблуждение, ибо современное мясо темнеет по другим причинам: от страха, испуга животного, от длительной транспортировки его перед забоем, от того, что животных кормили несколько дней в условиях большой скученности перед забоем и от других подобных причин. А возраст скота, предназначенного к забою, как правило, одинаков, он соответствует плановому.

Что же касается кулинарного назначения, то мясо более зрелых, более старых животных следует использовать для супов, мясных соусов, подливок, для всех изделий из фарша – котлет, рулетов, запеканок, а также для начинок в мясотестяные изделия и т. д.

Для всех этих блюд такое мясо предпочтительнее, так как оно обладает более полным вкусовым букетом, чем молодое мясо. При выборе мяса для жарения важнее обращать внимание не на возраст животного, а на анатомическое положение того или иного куска, на его объем в отрубе (крупные размеры предпочтительнее для жарения в духовке), а также на пол животного (мясо быка лучше для жарения, чем мясо коровы).

Известно предубеждение большинства потребителей против так называемого «мороженого мяса». Однако не всем известно, что отрицательные свойства такого мяса связаны вовсе не с замораживанием, а с тем, что мясо было либо плохо, неполно, недостаточно заморожено, либо процесс замораживания длился слишком долго и медленно, либо оно долго оттаивало перед тепловой обработкой.

Каждый из нас как потребитель также может улучшить консистенцию мяса в процессе кулинарной обработки, но далеко не все используют для этой цели даже общеизвестные механические приемы – отбивные механические приемы – отбивание мяса тяпками, обратной стороной ножа, палками, измельчение его в фарш в мясорубке и сечкой, освобождение от фасций, вырезание и отделение жил и протоков, пучков соединительной ткани. Еще реже прибегают хозяйки к чисто кулинарным приемам улучшения мяса: к маринованию в уксусно-кислой среде, выдерживанию в воде, молоке, квасе, пиве, вине. Возможна и комбинация этих способов: смоченные в молоке или сливках куски мяса отбивают, к маринаду или воде добавляют алкоголь и т. д.

Что же касается приемов наиболее эффективной тепловой обработки современного мяса, то их немало.

Говядину целесообразнее всего запекать в духовке в двойном слое пищевой фольги с предварительным шпигованием свиным салом и с выдерживанием в маринаде в течение 2–3 часов, в зависимости от массы куска (1–2 кг). В данном случае речь идет о замороженном мясе, которое предварительно не оттаивается. Такой способ обеспечивает получение высококачественного блюда из сырья относительно низкого качества.

Птицу (уток, гусей) с повышенным содержанием жира лучше всего запекать в жаропрочной глубокой посуде, фаршируя антоновскими яблоками, овощами, крупой, зерном (пшеница), что ускоряет приготовление и улучшает конси-

- МЕТОДЫ ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКИ МЯСА -



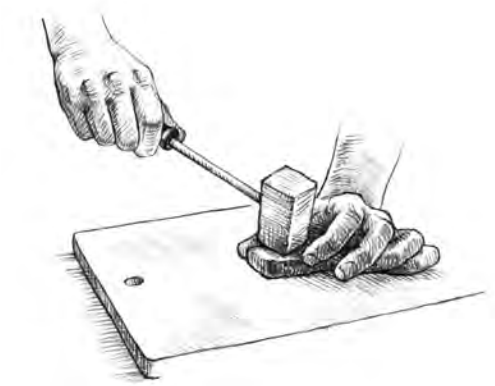
1.

РАЗДЕЛАННОЕ НА НЕБОЛЬШИЕ КУСОЧКИ
(2–4 см), мясо может быть быстро обжарено в масле (до образования корочки), затем отварено в супах (30–40 минут), так что вся обработка займет примерно час.



2.

ВСЛЕД ЗА БЫСТРЫМ ОБЖАРИВАНИЕМ
(3–5 минут) его можно покрыть кляром и затем обжарить во фритюре (около 5 минут), так что на приготовление уйдет не более 10 минут.



3.

НАКОНЕЦ,
возможен и третий метод обработки хорошего мяса: отбивание небольших кусочков, панирование их в яичном белке и муке и обжаривание в течение 5–7 минут на растительном масле или во фритюре.

стенцию блюда. Перед запеканием такую птицу также надо выдержать не менее 1–2 часов в сухом маринаде (натереть снаружи и изнутри смесью перца, соли, уксуса (лимонного сока), имбиря).

Баранину слабой упитанности или с высоким содержанием соединительной ткани (передняя часть) целесообразнее тушить в глубокой металлической посуде в растительном масле с большим количеством овощей (картофель, лук, помидоры, баклажаны, горох – в любых парных сочетаниях) или запекать в духовке в закрытой латке с небольшим количеством воды и обязательно с овощами.

Для мяса удовлетворительного или хорошего качества могут быть рекомендованы иные методы тепловой обработки, которые потребуют гораздо меньших затрат времени. Разделанное на небольшие кусочки (2–4 см), оно может быть быстро обжарено в масле (до образования корочки), затем отварено в супах (30–40 минут), так что вся обработка займет примерно час; или же вслед за быстрым обжариванием (3–5 минут) его можно покрыть кляром и затем обжарить во фритюре (около 5 минут), так что на приготовление уйдет не более 10 минут. Наконец, возможен и третий метод обработки хорошего мяса: отбивание небольших кусочков, панирование их в яичном белке и муке и обжаривание в течение 5–7 минут на растительном масле или во фритюре.

Плохое мясо лучше всего превратить в фарш, поступив с ним следующим образом:

1. Облагородить путем введения компонентов, повышающих пищевую ценность фарша: яиц, сливок, молока, лука, сметаны, масла сливочного, а также пряностей (укропа, сельдерея, чеснока, петрушки, кориандра, перца и др.).

2. Загустить фарш введением в него крахмалистых и иных связывающих компонентов: муки, крахмала, каш, картофельного пюре, яичных белков или желтков.

3. Закрыть, «запечатать» улучшенный фарш в двойную панировку, тестяную оболочку, кляр или рисовую муку и, обжарив в масле, использовать затем с подливками, соусами или бульонами, приготавливая блюда типа минестроне, то есть густой суп или разжиженное второе.

Применение всех этих методов обработки мяса дает возможность получать из любого мясного сырья блюда нежной консистенции, приятные по вкусу, ароматные, легкоусвояемые и при этом высокой пищевой ценности.

Внимательный читатель, несомненно, обратит внимание на то, что в большинстве приведенных здесь рекомендаций подчеркивается необходимость либо защищать мясо извне каким-либо дополнительным покрытием (фольга, двойная фольга, кляр, тесто, двойная панировка), либо наполнять посуду, в которой готовится мясо, дополнительными компонентами (овощами, зерновыми и пр.). Между тем то мясо, которое получают почти 90% потребителей как в общественном, так и в домашнем питании, приготовлено иным методом – мясо отдельно, гарнир отдельно.

В чем же здесь дело и отчего способ, предложенный выше и хорошо известный во многих национальных кухнях, но редко применяемый, более предпочтителен, чем принятый ныне стандарт?

Если рассуждать чисто теоретически, то для мяса длительная варка крайне нежелательна, ибо вызывает распад белков и возникновение химических соединений, оказывающих отрицательное действие на организм. Вместе с тем мы знаем, что для превращения жесткого мяса в удобоваримый продукт длительная варка просто необходима. Каков же выход из этих противоречий?

Во-первых, варить, жарить, тушить надо столь долго, сколь это необходимо, но на умеренном огне, чтобы не вызывать повышения температуры до такой степени, при которой и образуются отрицательные химические соединения.

Во-вторых, следует учитывать, что разница между внешней температурой огня и температурой посуды весьма велика и что есть также разница между температурой внешней оболочки куска мяса на сковороде и температурой его внутреннего слоя, которая достигает десяти градусов, – и такая разница очень существенна для тех процессов, которые происходят в мясе. Кусок жаркого из баранины, внутренняя температура которого 65 °С, имеет лучший вкус, аромат и консистенцию, чем тот же кусок, температура которого внутри достигает 75 °С. Обкладывая мясо кашей, картофелем, разными овощами или обволакивая его тестом или кляром, мы тем самым понижаем его температуру и можем длительное время варить его или жарить при этой пониженной температуре, чего нельзя сделать с мясом, непосредственно нагреваемым на сковороде. Во всех этих случаях длительная варка не ухудшит, а улучшит продукт. Опытом доказано, что вкус, консистенция, запах жаркого из говядины, кото-

рую обрабатывали теплом до внутренней температуры всего 82 °С в течение 2 часов в печи, нагретой до 177 °С, в несколько раз лучше того же самого мяса, приготовленного в печи, нагретой до 288 °С (в такой печи удавалось поддерживать нужную внутреннюю температуру (82 °С) лишь в течение получаса). Все это показывает, что кулинарные методы, даже самые старинные, дают возможность управлять самыми сложными процессами, если только мы понимаем их суть.

Таким образом, качество мясного сырья вовсе не предрешает и не предопределяет качество готового изделия или блюда. Выбор правильной технологии, учет характера сырья и умелое использование кулинарных приемов, а также соблюдение гигиены домашнего хранения (не более полутора суток в холодильнике) в любом случае помогут приготовить блюдо высокого качества, с хорошими вкусовыми и ароматическими показателями.

РЫБА И РЫБНЫЕ БЛЮДА

РЫБА испокон веков составляла кулинарную основу русского национального стола. Она занимала центральное место на нашем столе с тех пор, как возникла сама Русь, и вплоть до XIX века. Однако тысячелетнему господству рыбы в русском национальном меню в XX веке пришел конец. А ныне едва ли кто-либо из молодых людей 25–30 лет может сказать, что любит рыбные блюда, или вспомнить, ел ли он рыбу две или три недели назад.

Столь радикальное изменение национального состава блюд и вместе с ним национальных вкусов, разумеется, не могло произойти мгновенно, для этого были разные причины, выходящие далеко за рамки обсуждаемых здесь кулинарных проблем. И все же коротко: три фактора сыграли в этом решающую роль. Во-первых, две мировые войны, разрушившие многие основы прежнего патриархального быта, перемешавшие многомиллионные массы населения, повлиявшие на появление новых вкусов и склонностей. Во-вторых, промышленная, научно-техническая революция, преобразование природы страны и быстрый численный рост населения, изменившие привычные пропорции между рыбными ресурсами страны и массой потребителей не в пользу этих ресурсов. В-третьих, резкое сокращение доли традиционной для русских пресноводной рыбы и появление новой по качеству, кулинарным свойствам и вкусу морской рыбы, к которой старшие поколения, любившие рыбный стол, не сразу могли приспособиться, а младшие поколения, не знавшие традиционного рыбного стола, не имели привычки в силу сложившегося устойчивого вкуса к мясной пище.

Все это, вместе взятое, создало значительный перерыв в истории русского рыбного стола, а так как этот перерыв распространился чуть ли не на два-три поколения, то отрицательные последствия его усугубились и перерывом в кулинарной практике, в умении приготовлять рыбу. И когда очередь подошла к новому рыбному сырью, к морской рыбе, не хватало кадров, умеющих приготовлять ее так же хорошо, как и пресноводную рыбу. Произошла утрата кулинарных навыков в этой области, повлиявшая на то, что рыба как пищевой продукт оказалась на какое-то время дискредитированной и стала расцениваться как продукт второстепенный.

Таким образом, чисто кулинарная неквалифицированность приобрела роль важного фактора, повлиявшего наряду с объективными условиями на изменение состава русского современного стола, на изменение кулинарных склонностей наших современников.

Однако возникает вопрос: как могло случиться, что в стране со столь древней приверженностью к рыбному столу, со столь многими рыбными блюдами в национальном меню за сравнительно короткий исторический срок произошли такие перемены во вкусах и кулинарных навыках?

Ответ на этот вопрос может быть лишь один: принципы кулинарной обработки пресноводной и морской рыбы далеко не одинаковы. Наш поварской корпус состоял, да и по сей день состоит почти целиком из кулинаров-практиков. Среди них есть немало мастеров и высокой, и высшей квалификации, но они как практики применяют свои навыки сугубо конкретно. Именно это механическое перенесение приемов обработки пресноводной рыбы на приготовление морской и нанесло самый большой ущерб рыбной кулинарии последних десятилетий. Вот почему в этой главе мы в первую очередь будем говорить не о тех или иных рыбных блюдах, а о самом важном и основном.

1. Чем отличается кулинарная обработка рыбы от обработки мяса, дабы приемы обработки мяса не переносились бездумно на обработку рыбы.

2. Чем отличается обработка пресноводной рыбы от обработки морской, дабы старые, хорошие, проверенные на пресноводной рыбе приемы не переносились на обработку морской рыбы.

Структура рыбного мяса в целом, несмотря на то что она у разных видов рыб различна, все же

во много раз нежнее, ранимее структуры мяса млекопитающих животных и домашней птицы. Рыбное мясо насыщено «водой», а точнее, рыбным соком, плазмой, которая способна, во-первых, быстро вытекать из рыбы при ее неправильной разделке, а во-вторых, быстро свертывается от высоких температур, из-за сильной насыщенности белками, альбуминами.

Все эти особенности рыбного сырья – нежность, «водянистость», рыхлость структуры, наличие высокоценных белков – диктуют резкое сокращение продолжительности варки рыбы по сравнению с мясом. Если мясо надо варить часами, то для варки рыбы достаточно четверти часа, во всяком случае не более 20–25 минут. Между тем старая технология настаивала на том, чтобы варить рыбу, так же как и мясо, в течение 1–2 часов. Откуда взялось это правило и как отзывалось на качестве блюд? Правило это возникло не в кулинарной, а в бытовой практике. Было замечено, что в рыбе, сваренной наспех, сохраняются паразиты, гельминты, которые попадают затем в организм человека, где и начинают паразитировать. Это особенно характерно для сибирской рыбы. Точно так же щука, сом, налим, считавшиеся в прошлом «нечистыми», кипятились по 2–2,5 часа вовсе не с целью разварить их, а с целью убить в них «нечисть» и отбить запах тины.

Следовательно, длительная варка пресноводной рыбы и в прошлом не вызывалась кулинарной необходимостью, а преследовала чисто гигиенические цели. Между тем это ухудшало качество блюда, но не настолько, что оно было невкусно. Вот почему эти правила сохранялись веками. Надо ли их изменять и можно ли ими ныне пренебрегать?

С гигиенической точки зрения кипячение не является единственным средством спасения от паразитов. Существуют более простые и радикальные способы избавления от личинок в рыбе: подсол воды, подкисление ее лимонным соком, кислым вином, винным уксусом – все эти приемы улучшают вкус рыбы и одновременно убивают бактерии и паразитов, рыбе достаточно полежать в таком растворе 10 минут до тепловой обработки.

Нежность и «водянистость» рыбного мяса диктуют также необходимость использовать невысокую температуру при тепловой обработке, и для этого кипятить (варить) рыбу надо не под крышкой, а открытой или жарить не полностью прикрытой. Для сохранения естественного вкуса рыбы ее лучше отваривать, а не жарить (кроме сельдевых и скумбриевых) с добавлением соли, пряностей, вина, при насыщении отвара крахмалистыми веществами, например концентрированным картофельным отваром.

Вполне понятно, что к рыбе еще более, чем к мясу, применимы кляры и тестовые покрытия. Вот почему французская кухня издавна применяла кляры к рыбе («Судак Орли»), а отварную рыбу обильно поливали соусами («Судак по-польски», «Судак в белом соусе»). Эти приемы вызваны свойствами и особенностями рыбного сырья и должны быть признаны классическими.

В отличие от мяса рыба, по крайней мере некоторые пресноводные виды, превосходно подходит для запекания целиком, в чешуе, без всякого потрошения, лишь обильно посыпанная солью поверх чешуи. В таком панцире рыбу можно выдерживать в духовке по 20–30 минут с каждой стороны. Лучше всего для запекания годится крупночешуйчатая, плоская рыба – лещи, подлещики. Менее всего пригодна для запекания морская рыба, если она не только что выловлена. Наконец, в отличие от мяса рыба не годится для тушения – на нее плохо действуют и усиление давления, и длительная варка.

И последнее – рыба не нуждается в вымачивании.

Что же касается измельчения рыбы, превращения ее в фарш, то и здесь есть свои правила. Конечно, можно превратить рыбу в фарш, как и мясо, пользуясь мясорубкой. Но это приведет к резкому ухудшению качества продукта, повлияет на его вкус, запах, даже изменит цвет (у рыбного фарша грязно-серый оттенок).

Русская, а за ней и международная кулинария выработали для рыбы иной прием – так называемое филирование. С целью удаления костей и разделки рыбы на удобные для еды порции вынимают осевую кость, реберные крупные кости, удаляют мелкие кости, заметные при выполнении филирования. Филе может быть измельчено, но таким образом, чтобы составляющие его кусочки были равны и прогревались быстро и, главное, одновременно. Измельчение производят обычным ножом, вручную. Затем все эти кусочки рыбного филе перемешивают с рубленым луком, петрушкой, укропом, а также взбитым яйцом (при желании) и формуют в брикет, который панируют мукой и обвязывают марлей или бязью. Отваренное в таком виде филе представляет собой монолитное, красивого белого цвета рыбное вареное мясо с приятным арома-

том рыбы и пряностей. Такой способ приготовления рыбы, совершенно не применимый к мясу, называется тельным, а само блюдо – тельное, то есть похожее на тело.

Тельную обработку можно производить с любым видом рыбы – речной и морской. Это лишний раз говорит о том, что такой способ обработки специфичен именно для рыбного сырья. Однако в чем же состоит различие этих двух видов рыбного сырья – речной и морской рыбы?

Основное отличие морской рыбы от речной заключается в том, что не все ее части съедобны или могут применяться как пищевой материал. В пресноводной рыбе практически съедобно все, за исключением внутренностей. И русские кулинары-практики настолько привыкли к этому, что не могли буквально взять в толк, что у некоторых видов морской рыбы необходимо удалять чуть ли не половину (а то и более) ее массы, прежде чем начинать кулинарную обработку. У пресноводной рыбы, особенно у мелкой – карасей, окуньков, ершей, красноперки – никогда не удаляется голова. Она у них очень маленькая, но в ней есть вкусные хрящевые части, ценимые за то, что с ними получается наваристая ароматная уха, что они дают сок при жарении, а в сочетании со сметаной – хорошую подливку. Все это издавна побуждало русских кулинаров сохранять рыбьи головы и, удалив только жабры, целиком подвергать рыбу тепловой обработке. Играло при этом роль и чисто эстетическое чувство, стремление сделать блюдо красивым. У некоторых видов рыб, например у красной рыбы и судаков, голову отделяли специально для использования ее в ухе или в иных рыбных супах (супы с головизной). Даже в некоторые пироги рыбу клали с головой. Словом, использование рыбьих голов в кулинарных целях было одним из твердых правил русской рыбной кулинарии, и отказаться от него мастера-практики не смогли, когда на кухню поступила морская рыба.

Однако у морской рыбы голова и вся передняя часть тела представляют собой большую, самую тяжелую по массе и крупную по объему часть рыбы, как правило, несъедобную, плохо пахнущую, содержащую вредные вещества. Эта часть вместе с внутренностями и плавниками должна быть удалена таким образом, чтобы сок из нее и желчь не попали на остальную часть рыбы. Только в этом случае разделка морской рыбы может быть признана правильной.

В русской, финской, карельской кулинарии испокон веков использовали не только мясо рыбы, но и чешую. Чешуя мелких частиковых рыб не служила препятствием для приготовления из них ухи или при жарении и тем более при сушке. Крупную чешую карпа, сазана, жереха специально собирали для изготовления рыбьего клея, карлука, с помощью которого желировали и облагораживали многие блюда. Чешуя считалась ценным продуктом, который надо было сохранять, а не удалять. Лишь французская кулинарная школа ввела в самом конце XIX века обязательную очистку рыбы от чешуи и филирование, главным образом для удобства наплитного приготовления и порционной разделки блюд. Однако вкусовые качества русских рыбных блюд в результате этого нововведения ухудшились, а вот блюда из рыбы, приготовленные томлением в печи, при котором и чешуя распускалась без остатка, знатоки предпочитали любым другим. Русские повара смывали лишь слизь с чешуи и так привыкли «уважать чешую и кожу», что с сомнением относились к новому правилу о непременном удалении всей кожи с подкожным жировым слоем у морской рыбы, у которой именно в кожном покрове концентрируются йодистометаллические соединения, дающие резкое ухудшение вкуса продукта при нагревании или вызывающие быстрое прогоркание.

Да, перед тепловой обработкой у морской рыбы нужно удалить голову, брюшную полость с внутренностями, осевую кость, кожу, все плавники. Это означает на практике удаление до 40–50% массы сырья. А поскольку такое правило не было закреплено в русской рыбной кухне, то морскую рыбу долгое время приготовляли со всеми несъедобными частями, чем портили блюдо в целом. Вот почему на протяжении ряда лет рыбные блюда в общественном питании были фактически дискредитированы.

Другим существенным нарушением правил приготовления морской рыбы была дефростация ее (вымачивание и размораживание). Пищевой продукт приводился, по существу, в негодность, ибо при размораживании рыбный сок (лимфа, плазма) вытекал даже без разделки рыбы естественным путем (через горло и анальное отверстие) и окончательно ликвидировался, если дефростация сопровождалась вымачиванием.

Как могли возникнуть и получить распространение столь неразумные правила? Точно так же, как и сохра-

нение головизны и кожи на основе опыта кулинаров-практиков в эпоху господства пресноводной рыбы. В XIX веке на русский стол стали поступать некоторые виды морской рыбы, внешне похожие на речную, – треска и навага. Треска поступала из Голландии тушками, полуразделанная, с кожей, в бочках и была крепко засолена испанской солью, особенностью которой было то, что она не въедалась в мышечную ткань рыбы, а оседала на коже, облекая каждую тушку словно панцирем, предохранявшим рыбу от проникновения микробов, от окисления, то есть от порчи.

Естественно, такую треску, которая носила название «лабардан», необходимо было перед кулинарной обработкой отмыть от излишней соли, но не вымачивать. Однако привычка не отмывать, обтирая, а просто помещать на время тушку в кастрюлю с водой, чтобы она «сама» освободилась от излишней соли, создало у малограмотных поваров неверное представление о «вымачивании» лабардана.

Что же касается наваги, то она поступала из Архангельской области, в основном с Мезени, в замороженном виде и везлась в Москву и Петербург только в морозы, зимой, по санному пути.

Надо сказать, что мезенская навага – это небольшая рыбка длиной 18–22, толщиной 2–2,5 см, столь же быстро промораживающаяся, как и оттаивающая. Предназначенная исключительно для жарения, она должна была обязательно оттаивать, ибо на мороженой рыбе не могла бы удержаться тогдашняя панировка – сухари. Обычно такое оттаивание происходило естественным путем: пока рыбу приносили с базара в кухню и пока она ждала своей очереди. Более того, навагу после оттаивания вытирали насухо, чтобы влага не попала на сковороду с маслом и оно не шипело и не разбрызгивалось. Мочить навагу для оттаивания никому не приходило в голову.

Когда же в 50-х годах в наши магазины и на кухни поступила неведомая дотоле морская рыба – баттерфиш, бельдюга, вомер, луфарь, макрорус, мерлуза, ронко, солнечник, умбрина и др., – в отношении ее были соединены произвольно оба прежних метода, относившихся к разным видам рыбы, – и дефростация (размораживание), и вымачивание. Так многие годы в кулинарной практике по недоразумению преобладали неверные, не оправданные особенностями продукта рекомендации. Они и послужили тормозом в привитии вкуса к морской рыбе.

Если же оставлять от морской рыбы лишь несомненно съедобную часть, то есть чистое филе, то с ним можно поступать точно так же, как и с пресноводной рыбой: отваривать, жарить в панировке, использовать в уху, рыбные супы, делать тельное, фритировать в кляре».

Для морской рыбы можно рекомендовать повышенную долю пряностей, острых приправ, кислот (лимонной, натурального лимонного сока), соли и одновременно соусы, обволакивающие крахмалистые средства, использование теста, введение молока, сливок, сметаны в рыбные блюда, например супы.

Это объясняется тем, что мясо морской рыбы все же плотнее, то есть относительно «грубее» мяса пресноводной рыбы, поэтому его не могут затронуть и ухудшить более резкие компоненты (пряности, кислоты), и в то же время к нему более подойдут для облагораживания загущенные, крепкие смягчающие средства: соусы, масла, молочные и крахмальные умягчители.

Русская народная кулинарная практика с древнейших времен подметила эти особенности рыбного сырья, его одинаковое отношение и к остро-кислой, и к масляно-умягчительной гамме. Вот почему уже в IX веке было создано классическое русское национальное рыбное блюдо – караси, жаренные вместе с чешуей в сметане с луком. В его технологии были учтены все особенности и требования рыбного пищевого сырья к сопровождающим продуктам. Это блюдо, к сожалению, столь редкое ныне, дает наилучшее представление о кулинарном такте и вкусе древних русских кулинаров, следовать которым не стыдно и теперь профессиональным, дипломированным поварам.

Если уже морская рыба произвела некоторое замешательство на кулинарном фронте, то еще более загадочными и непривычными предстали перед большинством покупателей появившиеся в последние десятилетия различные морепродукты, или, как их называют, нерыбные продукты моря: лангусты, креветки, криль, мидии, устрицы, трепанги, кальмары, голотурии, морские гребешки, крабы, омары, каракатицы, морские ежи.

Относительно высокая стоимость этих пищевых продуктов в сочетании с незначительным по массе количеством сырья, а также полное незнание способов приготовления и применения фактически отпугнули от них основную массу покупателей и воспрепятство-

вали распространению этих продуктов с целью разнообразить питание населения. Вот почему и торгующие организации в конце концов потеряли интерес к получению этих продуктов, свежесть которых – первое, главное и непременное условие использования их в пищу. Малейшая несвежесть противопоказана нерыбным продуктам моря. Никакая кулинарная обработка не может устранить этих пороков. Их надо покупать сразу, как только они появляются на прилавке.

Прежде всего, большинство людей не знает, как следует применять нерыбные продукты. А раз их место в меню неясно, то и нет желания экспериментировать с их приготовлением.

Между тем нерыбные продукты моря – та пища, которая позволительна и даже необходима тем, кому очень хотелось бы отведать мяса, несмотря на запреты врачей.

Однако в отличие от мяса морепродукты никогда не являются отдельным блюдом. Их роль – дать акцент, способствовать вкусовому эффекту, вызвать аппетит, придать силы, выступив в роли дополнения в составе какого-либо растительного (овощного) или зернового и даже мучного блюда.

Нерыбные продукты моря – не повседневная пища, а либо регулярный, но не надоедливый акцент к ней, либо своеобразная «пищевая молния», которая должна озарить на мгновение, явиться праздником наперекор приевшейся пище. Вот почему им всегда будет место за любым праздничным столом, а раз так, то и приготовление должно быть на самом высоком уровне.

Однако именно наличие широкого ассортимента нерыбных продуктов моря даст возможность регулярно использовать их в питании. Дело в том, что, будучи во вкусовом отношении чрезвычайно однообразными, они – каждый из них – имеют свой «направленный» вкус и потому могут быть наилучшим образом использованы лишь в сочетании, где всех их будет понемногу. Именно так приготовляют эти продукты все «морские» народы. У итальянцев такое сборное блюдо, своего рода салат из морепродуктов и овощей (в основном водорослей), часто насчитывающий до десятка компонентов, носит название «фрутти дель маре», то есть морские фрукты. В этом случае блюдо из морепродуктов может доставить глубокое удовольствие от сочетания разных оттенков вкуса.

Наоборот, совершенно нельзя представить блюдо только из одних кальмаров, подобно какой-либо мясной поджарке. Такое блюдо во вкусовом отношении, да и по консистенции однообразно, бледно, невыразительно, а следовательно, невкусно, хотя может оказаться весьма дорогим.

Учитывать все эти особенности крайне необходимо, иначе первая же неудача может навсегда отбить охоту, создать неверное представление и о самих продуктах моря, и об их месте в мировой кулинарии.

Пока нет многообразия в ассортименте продуктов моря, некоторые из них можно использовать как акценты в салатах. Наиболее пригодны для этого морские гребешки, мидии, лангусты, отчасти крупные креветки. Они обладают достаточной массой чистого мяса, чтобы быть заметными в салате. Наилучшим сочетанием является такой состав: отварные гребешки (или шейки лангустов, креветок), отварные макароны, лук, петрушка, сельдерей (корень), свежие яблоки, лучше антоновские, белый голландский или яичный соус, черный и красный перец, паприка маринованная, укроп, цедра лимона, лимонный сок, хрен. Продукты моря промыть в воде с разведенной в ней содой (1/2 чайной ложки), вновь промыть в чистой воде со льдом, а затем опустить на 20 минут в лимонный сок. После этого отварить в кипятке в течение 1 минуты или дважды бланшировать кипятком (по 2–3 минуты). Затем покрошить, в зависимости от вкуса, более или менее мелко.

Макароны отварить, нарезать колечками не толще 0,5 сантиметра, яблоки, очищенные от кожуры, и паприку нарезать мелкой, очень тонкой соломкой. Цедру лимона, корень петрушки, сельдерей, хрен натереть на терке, перемешать в пасту, добавить лимонный сок, перец, соль, дать постоять 5–10 минут, затем перемешать с морепродуктами и макаронами, облить белым (или яичным) соусом, посыпать мелконарезанной зеленью петрушки, сельдерея, луком (колечками или измельченным), добавить подготовленные яблоки и паприку, все еще раз перемешать и подать к столу как первую закуску.

Этот салат очень ароматен, легок, нежен, бархатист на вкус и освежает полость рта, подготавливает к любому другому, лучше всего резко противоположному по гамме блюду – горячему куриному бульону с лапшой или к горячему мясо-растительному блюду, например жаркому с картофелем или бараньим отбивным котлетам с чесноком, картофельным пюре. Такой салат запомнится надолго, будет вызывать желание еще раз отведать его. Необходимо лишь точно соблюдать про-



порции, чтобы морские гребешки не «потонули» в этом салате. Надо избрать удобную для каждого продукта форму и размеры нарезки (дольками, кубиками или соломкой) и смешивать салат постепенно, все время пробуя его, чтобы верно определить, когда его вкус достигнет «пика». Поскольку такой «пик» всегда зависит в холодных блюдах от конкретного качества конкретных продуктов, то в принципе неверно давать точную пропись их количества. Можно лишь порекомендовать свободно добавлять то, что покажется необходимым усилить.

Надо помнить, что соленая, кислая, а также нейтральная среда и соответствующие гарниры – лучшее окружение для блюд из рыбы и нерыбных продуктов моря. Разница между ними лишь в том, что рыба, особенно морская, может прекрасно гармонировать с крепкокислой и крепкосоленой средой, а продукты моря – со слабокислой и нерезкосоленой средой. К нейтральным же, мягким, бархатистым средам то и другое пищевое сырье подходит в одинаковой степени хорошо. Вот почему простое картофельное пюре с помидорами или томатным соком всегда самое вкусное и самое классическое добавление к рыбе и продуктам моря. Они, эти среды, делают в прошлом чуждые нашей кухне блюда более понятными и приемлемыми для нашего вкуса.

ОВОЩИ, ФРУКТЫ И БЛЮДА ИЗ НИХ

РАСТЕНИЯ во всем их многообразии, от съедобных корней до съедобных плодов и семян, на протяжении всей истории человечества служили ему пищей, но их значение в питании менялось в разные периоды истории и в разных географических районах мира. Нет сомнений, что растения были первой пищей наших далеких предков, ибо в пору детства человечества они были доступнее всего – их не надо было добывать с помощью оружия, как мясо.

Позднее другие виды пищи – мясо, рыба, молоко, яйца и их производные, а также сложно преобразованная зерновая пища (хлеб) – сильно потеснили «чистые» растения в рационе человека, на долгие времена предоставив им роль дополнительного, вспомогательного пищевого сырья. Лишь примерно 100–130 лет тому назад началось «возвратное» движение – на растения вновь было обращено серьезное внимание. Вначале отдельные ученые-гуманисты, затем энтузиасты-вегетарианцы, ботаники, потом биохимики, микробиологи, врачи стали пропагандировать возврат к преимущественному или даже исключительному питанию растительной пищей. Причин для этого было много. Эпидемические заболевания, получавшие широкое распространение в XIX веке в условиях, когда не было еще ни электричества, ни основанных на его энергии мощных холодильных установок для хранения продуктов, заставляли человечество обращать свои надежды на безвредные и не подверженные скорой порче растения, которые можно было и дольше хранить в сыром виде, и легче преобразовывать в сухое, сушеное пищевое сырье. Затем в конце XIX – начале XX века были открыты витамины и фитонциды в растениях. И с этой поры на них стали смотреть как на в высшей степени полезную и целительную пищу. Наконец, ближе к нашим дням стал яснее и механизм физиологического, очистительного и общего оздоровляющего действия растительной пищи, которая непременно должна сопутствовать мясной и молочно-яичной для лучшего усвоения ее, для улучшения обмена веществ и сбалансированности калорий, поступающих в наш организм.

Таким образом, на растительную пищу начали смотреть в основном с точки зрения ее гигиенического значения для человека, а не кулинарного ее применения. Вот почему возникло довольно прочное убеждение, что растительная пища, и в первую очередь фрукты, а также и большинство овощей, должна употребляться в пищу исключительно в сыром виде и отчасти в виде солений.

Такая постановка вопроса, ставшая господствующей за последнюю четверть века, привела к неожиданному результату – к утрате в домашнем и общественном питании навыков кулинарной тепловой обработки овощей и почти к полному исчезновению в поварском репертуаре овощных горячих блюд. Не будет преувеличением сказать, что в меню наших столовых и ресторанов нельзя найти хотя бы одного-двух чисто овощных горячих блюд, которые по своей сытности, вкусу и аромату могли бы сравниться с остальными. В результате овощи, хотя в целом они все более и более восстанавливают свои позиции в общем балансе питания, по ассортименту видов, а еще более по ассортименту блюд продолжают утрачивать свои позиции.

Первое место среди овощных блюд сегодня занимают салаты, на втором месте в нашей стране находятся соленья и квашенья, а в других европейских странах – маринады. Горячие овощные блюда на этом фоне малозаметны. Хорошо это или плохо? Может быть, овощи вообще лучше не подвергать тепловой обработке, чтобы не разрушать витамины? Прежде чем ответить на этот вопрос, вспомним, какое количество овощей рекомендуют потреблять физиологи и диетологи. Желательно, говорят они, чтобы каждый съедал по 70–75 кг овощей в год.

В северных промышленных странах, даже имеющих относительно высокий жизненный уровень населения, до достижения этой нормы еще далеко. Так, в Финляндии на человека приходится 19 кг,



в Норвегии – 35, в Швеции – 55 кг овощей. Сказывается, конечно, северное положение, а главное, устойчивая привычка употреблять в основном мясные и рыбные блюда без овощных приправ и гарниров.

В южных странах дело обстоит иначе. В Италии, Франции и даже Австрии на человека в среднем приходится около 150 кг овощей и фруктов. Но значительную часть этого количества составляют консервированные овощи и фрукты.

В России и странах ближнего зарубежья, исходя из статистики торговли, в год реализуется в среднем по 72 килограмма овощей и бахчевых культур на каждого жителя. Казалось бы, вполне удовлетворительная цифра. Однако распределяются овощи по разным районам страны неравномерно. В то время как в Средней Азии, Закавказье или Молдавии уровень потребления овощей чрезвычайно высок (в несколько раз превышает средний), в районах Восточной Сибири, Урала, Нечерноземной зоны и Дальнего Востока он далеко не достигает нормы. Происходит это потому, что овощи в свежем виде как сезонный продукт в этих районах могут использоваться лишь в краткий период года. Поэтому вопрос об овощах, прошедших кулинарную обработку, т. е. уже приготовленных, приобретает большое значение с точки зрения равномерного и достаточного обеспечения овощами населения в течение всего года.

Однако дело не только в количестве употребляемых в пищу овощей, но и в их ассортименте, разнообразии. Целый ряд овощей, а также большинство овощных трав нуждаются в тепловой обработке, без которой они попросту не могут стать съедобными.

Итак, ограничиться сырыми овощами человек не может. В противном случае это означало бы, что из нашего рациона надо исключить такие культуры, как картофель, скорцонера, брюква, черная русская и белая гайворонская редька, горох, маш, бобы, соя, фасоль, тыква, кабачки, патиссоны, физалис, краснокочанная, савойская, брюссельская и цветная капуста, свекла, сладкий перец, гогошары, бамия, кольраби, баклажаны, кукуруза, спаржа, артишоки, пастернак, а также лиственные – щавель, шпинат, крапива, сныть, борщевик, дягиль, ревень и многие другие. Как легко заметит читатель, многие из перечисленных овощей действительно стали реже появляться на нашем столе. И все потому, что эти растения нельзя или нежелательно есть сырыми, что они нуждаются в особой, квалифицированной кулинарной обработке, которая способна превратить их из сырого пищевого продукта во вкусное, питательное блюдо.

Овощам, можно сказать, не повезло в нашем меню из-за того, что именно с ними связаны были в разные времена многие предубеждения. Ведь в прошлом овощи считались бедной, скудной пищей, от которой, дескать, и ног носить не будешь. Позднее на них стали смотреть с уважением, но исключительно благодаря пищевой ценности. Кулинарной оценки овощи, как правило, не удостаивали.

Что такое кулинарная оценка? Это прежде всего оценка вкуса и аромата блюда. Между тем для большинства овощей, особенно тех, которые не могут быть усвоены в сыром виде, кулинарная оценка имеет решающее значение, поскольку и вкус, и аромат появляются исключительно в результате тепловой обработки их, после варки, жарения, тушения, причем каждый вид кулинарной обработки одного и того же вида овощей вызывает свои особые запахи и вкусовые особенности. Под влиянием разной температуры или разной среды (кислой, острой, горькой, соленой) в сырых овощах появляются новые ферменты и, следовательно, возникают новые или выявляются «спавшие» в них пищевые вещества.

Возьмем, например, свеклу. Традиционный вид обработки этого продукта – варка, причем варка в большом количестве воды, в измельченном виде, то есть в борще, щах и иных супах. В этом случае мы редко можем почувствовать настоящий вкус и аромат свеклы, поскольку имеем дело с вываренным продуктом. Но и сырая свекла не дает еще полного представления о всех вкусовых свойствах этой овощной культуры. В то же время крайне редко применяются такие виды ее обработки, как квашение, томление (в небольшом количестве воды, целиком или крупными кусками), бланширование с последующим маринованием, тушение (кубиками) с другими продуктами, в том числе с мясом и грибами, и совсем не употребляется жарение (мелкими кубиками в подсолнечном масле).

Надо сказать, что благодаря именно этим забытым видам обработки свекла делается менее приторной, вкус ее менее «свекольным». Тем самым открывается возможность шире использовать свеклу в нашем питании, с тем чтобы она была всегда «новой» и не приедалась.

То же самое относится и ко всем другим овощам, нуждающимся в тепловой обработке.

Самой обычной кулинарной процедурой для овощей является их варка в составе супов. Казалось бы, ежедневная практика на кухне должна натолкнуть хозяйку на выбор наиболее рационального способа варки овощей в супах. Однако даже на профессиональной кухне сплошь и рядом нарушается основное правило отваривания овощей – *раздельная закладка продуктов*. Это правило обусловлено тем, что разные растения имеют разную структуру ткани и потому требуют различий во времени варки – от 2–3 минут для трав до 40–60 минут для плотных корнеплодов. Именно это свойство коренным образом отличает растения от мяса, разные виды которого (от крольчатины до говядины) требуют почти одинакового времени варки – около двух часов. Нарушается и другое главное правило – отваривать еще не в холодной, а горячей воде, то есть опускать их в уже подготовленный (посоленный, поперченный, подкисленный, сдобренный луком, насыщенный мясным или рыбным бульоном, загущенный молоком или мучной подболткой) кипяток. Только в таком случае овощи не будут превращаться в «мочало», сохранят свой вкус и естественный цвет, будут радовать глаз.

Наконец, требует соблюдения и третье правило – не варить овощи в скороварке.

Наряду с этими главными правилами неплохо иметь в виду и менее известные, если уж заниматься обработкой овощей всерьез.

Остановимся на жарении овощей – менее распространенном у нас способе их кулинарной обработки. По сравнению с варкой, при которой происходит наибольшая потеря полезных веществ, жарение овощей – более быстрый процесс, и уже поэтому более удобный и благоприятный.

Лучше всего жарить овощи на большом огне. Но для этого обязательно нужна металлическая толстостенная посуда. Хороший эффект дает жарение бланшированных овощей. Оно занимает всего 5–7 минут. Другой быстрый способ – жарить овощи панированными в муке, или в яичном белке, или в крахмальном «молочке». И в том и в другом случае получаются вкусные, питательные и сытные овощные блюда, именно блюда, а не гарниры к блюдам.

Для обработки жарением огромное значение имеют форма и размеры нарезанных овощей. Например, капуста, обжариваемая отдельными широкими полосами или отдельными листьями в масле, бывает готова за 2–3 минуты, а большое количество мелконарезанной капусты, лежащей в посуде плотной массой, обжаривается чуть ли в течение получаса, а то и более. Таким образом, легче и быстрее обжарить на большой сковороде один за другим все листья кочана, чем тот же измельченный кочан сразу в казанке или кастрюльке.

Но не только жареные овощи заслуживают большого внимания наших хозяек. Взять хотя бы всем известное картофельное пюре. Как его чаще всего готовят? Да просто, без всяких фантазий: растолок картошку – и все. Редко кому удается приготовить идеальное пюре – легкое, нежное, воздушное.

Как достичь такой консистенции, не прибегая к повышенной затрате жиров – масла, сметаны, сливок и т. д.? Лучше всего идти по пути комбинирования пюре из разных овощей. Практически это означает, что если к картофельному пюре, которое составляет половину приготовляемой массы, прибавить любое количество пюре из других овощей, то оно будет нежнее по консистенции и одновременно вдвое-втрое вкуснее. Особенно хорошие сочетания получаются, когда добавляемое пюре имеет почти ту же структуру, что и картофельное. В этом случае происходит полнейшее слияние двух или трех продуктов в один новый, совершенно неожиданный по вкусу и консистенции. Такой эффект дают, во-первых, все бобовые (горох, бобы, фасоль), во-вторых, все зерновые (каши), и в-третьих, многие влагонасыщенные овощи, дающие ровную, пастообразную массу при пюрировании, – помидоры, ревень, баклажаны, кольраби и др.

Применения комбинированных овощных пюре особенно легко достичь в общественном питании, где техническое оборудование делает такую обработку быстрой, легкой, не требующей затрат ручного труда. Особенно следует рекомендовать внедрение таких блюд в детских учреждениях, так как они лучше усваиваются и на их базе могут создаваться как более разжиженные фракции (супы-пюре), так и более плотные блюда (пюре с добавлением мясного или рыбного фарша) с повышенной долей жиров.

Наконец, из фруктово-ягодного сырья по той же технологии могут создаваться сладкие пюре как третьи блюда.

В этом случае во фруктово-ягодную массу помимо сахара необходимо вводить взбитые сырые яйца или только яичный белок.



Базовым для фруктовых блюд служит яблочное или грушевое пюре, которое выполняет по отношению к другим добавкам ту же роль, что и картофельное пюре в овощных пюрированных комбинациях.

Особое диетическое и гигиеническое значение растительных пюре по сравнению с другими традиционными мягкими блюдами в детском питании – муссами, желе, киселями – состоит в том, что в комбинированных пюре отсутствуют как раз побочные, отрицательные компоненты – крахмал, желатин, трудно усвояемые ребенком, а их связь, устойчивость комбинации достигается естественным взаимодействием растительных масс разной плотности.

Как овощные, так и фруктово-ягодные комбинированные пюре, несомненно, должны получить распространение. Но следует помнить главное правило: для приготовления пюре надо использовать только хорошо отобранное сырье. Ни у кого не должно быть иллюзий, что сама по себе форма пюре может быть использована как форма маскировки плохого качества одного из компонентов. Как раз в пюре скрыть пороки части продуктов фактически труднее, чем при иной форме обработки, ибо в этом случае портится все блюдо.

Вот почему, приступая к приготовлению пюрированных блюд из растительного сырья, нужно прежде всего изъять из него все недоброкачественное, поврежденное еще в сыром виде. Но и после тепловой обработки, после отваривания целых корнеплодов или плодов необходимо вторично, до превращения их в пюре, просмотреть и отобрать поврежденные, так как у ряда растений, особенно корнеплодов, плохое качество можно выявить только после варки, когда продукт под влиянием температуры меняет цвет. Цвет – основной признак качества продукта как до, так и после тепловой обработки. Цвет – показатель вкуса, доброкачественности продукта. Так, посерение мякоти плода или корнеплода чаще всего служит сигналом затхлого запаха, а пожелтение и покоричневение – признаком прогорклого вкуса. Возможно и возникновение иных, не свойственных тому или иному овощу или фрукту окрасок (покраснение, посинение, позеленение у корнеплодов с белой мякотью) – все они будут сигналом порчи.

Но изменение цвета заметно обычно только при отваривании овощей и фруктов. При жарении сильно нагретое масло вместе с соком овощей сообщает всему блюду желто-красновато-коричневатую окраску, независимо от качества продуктов. В этом случае распознать испорченность по внешнему признаку невозможно, особенно если достаточно плотная корка «скрывает» истинный запах продукта. Вот почему принято овощи перед жарением нарезать мелкими кубиками, тонкой соломкой – тогда можно еще до жарения «просмотреть» все сырье насквозь. С той же целью применяется раздельное жарение свободных частей растения (например, листьев капусты целиком или каждого в отдельности).

Вообще, при быстром жарении листовых овощей в открытой посуде (на сковороде) надо иметь в виду еще одну особенность: интенсивность цвета готового продукта усиливается, чего обычно не бывает при тушении или ином нагреве в закрытой посуде, где цвет овощей блекнет. Так, капустный лист через 1–2 минуты сильного нагрева становится более зеленым, чем свежий. Этот момент следует считать признаком готовности капусты.

Не должно смущать и то, что такие листовые овощи, как петрушка, сельдерей, молодая капуста, шпинат, салат-латук, при обжаривании в масле сразу же становятся «железными», твердыми, внешне приобретают вид «жестяных». Через 2–3 минуты в тарелке с блюдом они «отойдут», размягчатся, сохранив яркий цвет.

Все, что говорилось о комбинировании овощей, разумеется, относится и к фруктам, с той, может быть, разницей, что фрукты лучше и легче комбинировать в свежем виде, в свежих пюре или свежих фруктовых салатах (маседуанах). Для обогащения вкуса хорошо комбинировать в одном блюде сухие и свежие фрукты. Этому же способствует создание смешанных компотов, киселей, фруктовых каш, узваров. Даже введение в обычный компот из сухофруктов одного лишь свежего компонента – лимона, яблока, сливы – намного улучшает общий вкус изделия.

Фрукты принято только отваривать, но их можно и жарить. Так, яблоки легко жарятся в тесте (кляре) на подсолнечном (но только обязательно прокаленном) масле. Для этого их предварительно освобождают от кожуры и засыпают сахарной пудрой, выдерживая яблоки до впитывания ее (сироп сливают отдельно и подают к «жаркому» из яблок). Хорошо поддаются жарению сухофрукты, особенно изюм, урюк, курага, чернослив, сушеные яблоки. Жарить сухофрукты можно на сливочном (а лучше на русском, топленом)

маслe, на оливковом, ореховом, абрикосовом, персиковом. Такое жарение производят на медленном или среднем огне после быстрого разогрева посуды на сильном огне. При этом собственно жарения не происходит: продукт размягчается, улучшается его вкус и аромат. Такие блюда особенно полезны людям с пониженным аппетитом, при временной утрате обоняния, осязания, при пониженной активности, особенно если это вызвано перенесенной болезнью или душевной травмой. Однако чтобы достичь не только хороших, но и правильных в кулинарном отношении результатов при жарении сухофруктов, следует выполнять такие правила: во-первых, тщательно отбирать сырье и промывать его в холодной и горячей воде; во-вторых, обсушивать его после промывания на решете в полотенце и жарить лишь сухое (при мокром, влажном сырье масло начнет разбрызгиваться); в третьих, *добавлять при жарении немного репчатого лука*; в-четвертых, жарить в открытой посуде, все время равномерно переворачивая.

Мы уже говорили, что растительное сырье чрезвычайно разнится по продолжительности приготовления. Это обстоятельство надо учитывать при создании всех овощных и овоще-фруктовых комбинаций. Возможности комбинирования фруктов, овощей и трав были бы безграничными, если бы не приходилось учитывать совместимость их по вкусу и аромату. Тем не менее возможностей создавать сложные, многокомпонентные овоще-фруктово-травные блюда с оригинальным вкусом, достаточно сытные и питательные, очень много.

Например, чрезвычайно вкусным блюдом являются тушеные овощи, в состав которых входят картофель, капуста (любого вида, кроме красной и брюссельской), морковь, укроп, помидоры, лук (возможно больше!), яблоки, урюк (или курага), изюм, сливы (чернослив), айва, чеснок (не менее 2 головок), петрушка, сельдерей, перец (черный и красный), корица. Картофель в такой смеси должен составлять не более 70 и не менее 50%, остальные компоненты – по вкусу и в зависимости от их наличия. Непременным условием успеха составления таких смесей является довольно большое содержание лука в них (до 20% всего состава) и обилие пряностей, как свежих, так и сухих; остальные компоненты играют роль вкусовых акцентов. Такие блюда надо тушить на растительном масле, вначале закладывая продукты по графику длительности варки, а затем доводя блюдо до полной готовности на слабом огне. Съедать их следует сразу, так как вторичного разогрева они не выносят.

Овощные блюда – чрезвычайно перспективные, легко приготовляемые, вкусные, причем горячие овощные блюда – это не летняя сезонная пища, а гораздо в большей степени зимняя. Если летом мы отдаем предпочтение сырым овощам и фруктам, то зимой большую пользу нашему здоровью могут принести разнообразные «зимние» виды растительной пищи, достаточно сытные в качестве самостоятельных блюд.

ЯИЧНЫЕ БЛЮДА

Самое элементарное, самое древнее из всех яичных блюд – это сырое яйцо, выпитое единым махом, а позднее и взбитое с медом или сахаром и чайной ложкой коньяка или водки (современный гоголь-моголь).

Как блюдо сырое яйцо используют теперь разве что закоренелые лентяи или не менее закоренелые холостяки. Большинство людей предпочитает приготовлять из яиц различные блюда, тем более что даже самые сложные из них требуют не более 7–10 минут на приготовление. Именно быстрота приготовления – одна из характерных особенностей и главных преимуществ яичных блюд перед всеми другими.

Надо сказать, что отношение к яичным блюдам далеко не одинаково у разных народов, причем за последнее столетие оно претерпело значительные изменения в связи с тем, что яйца стали массовым и независимым от сезона продуктом.

В русском фольклоре прошлого века нашло отражение снисходительное отношение с оттенком насмешки, даже пренебрежения к яйцам, хотя они и принадлежали к разряду вкусных блюд. Издавна в народе считалось, что яйца – блюдо для немощных, малых детишек или молодых девиц-бездельниц. «Кому что по душе, а цыгану – яичница». Эта пословица отражала народное мнение о том, что яичная еда – баловство, какое позволяют себе люди, привыкшие к праздности, к ничегонеделанию. В произведениях русских классиков невозможно найти упоминание хотя бы об одном яичном блюде. Да и в литературе наших дней дальше яичницы фантазия большинства писателей (или их героев) не заходит. И все это потому, что, несмотря на принципиально новое отношение к яичной пище в XX веке, наша повседневная практика по-прежнему фактически не знает яичных блюд, в которых бы яйцо, оставаясь главным компонентом, было бы все же преподнесено в такой вкусовой форме, чтобы можно было говорить об особом блюде. Дело в том, что в русской кухне яйцо не воспринималось как пищевое сырье для смеси с другими продуктами (даже в тесто его стали примешивать лишь в XIX веке по примеру французской кухни!). В русской национальной кухне если яйцо и приготовляли, то только отдельно, и притом не часто, а в строго определенное время года.

Уж больно мал был этот продукт, чтобы им наесться, насытиться. Да и серьезного, путного из него, по крестьянским представлениям, сделать было нельзя, кроме как сварить или пожарить, но не растапливать же специально печь – дело долгое, трудоемкое. В русской народной кухне прошлого века и начала нынешнего не принято было использовать яйца в супах (как в закавказских кухнях), делать из них разнообразные вторые блюда, сочетая с рыбой, овощами (как в прибалтийских кухнях), и вовсе неизвестно было применение яиц в киселях, суфле и напитках (как во французской и английской кулинарии).

Между тем в пищевом рационе современного человека, особенно горожанина, а также в рационе различных детских учреждений (детсадов, больниц, интернатов) яйца занимают заметное место как одно из наиболее быстро и просто приготовляемых блюд.

Однако о разнообразии яичного стола у нас и по сей день имеют весьма смутное представление: яйца обычно преподносятся вкрутую или в виде самой примитивной яичницы.

А что можно приготовить из яиц вообще, если объединить весь тот опыт, который накоплен в отношении яичных блюд во всей международной кухне? Очень многое. Более того, без яиц, как и без лука, практически очень трудно приготовить любое сложное и заслуживающее внимания блюдо европейских и азиатских кухонь.

Что же представляет собой обыкновенное куриное яйцо? Обычно, покупая яйца, хозяйки всегда стараются выбрать покрупнее. Имеет ли это смысл? С точки зрения качества – разницы никакой. Так же, как нет разницы между яйцами, скорлупа которых окрашена в белый, бежевый или красивый кофейный цвет. По массе разница между самыми мелкими и самыми

крупными куриными яйцами колеблется в пределах 40–65 г. Иными словами, десяток яиц может весить 400, 500, 600 или даже 650 г. Вот почему яйца в большинстве западноевропейских стран и на мировом рынке продаются не на штуки, а на килограммы. Так, на килограмм приходится либо 20, либо 15, либо 25 яиц.

Масса скорлупы вовсе не представляет собой сплошную броню. Если внимательно посмотреть на нее через обыкновенное увеличительное стекло, то видны многочисленные просветы-дырочки, через которые зародыш яйца дышит, а содержимое яйца таким образом «общается» с внешним миром, и микроорганизмы без труда проникают через эти отверстия с поверхности скорлупы внутрь яйца. Вот почему крайне неверно представление, что яйцо стерильно. И вот почему так важно мыть яйцо, перед тем как его разбивать. Это обычно считают излишним. Между тем в последнее время участились заболевания сальмонеллой, орнитозом, связанные исключительно с негигиеничным употреблением яиц.

В тупом конце яйца обычно имеется небольшое «помещение» для воздуха, особенно хорошо заметное после того, как яйцо сварено вкрутую. Размеры этого «помещения» непостоянны, и оно тем больше, чем старее яйцо. Считается, что в свежем яйце размеры «воздушной камеры» не должны превышать 3 миллиметра, но практически они всегда больше. Теоретически же яйцо с «воздушной камерой» более 5 миллиметров – несвежее. Воздушная камера облегчает яйцо, поэтому «старые» яйца всегда легче самых свежих независимо от их размеров. Часто бывает, что крупное, но старое яйцо легче маленького, но свежего: ведь в большом и вес скорлупы больше, и воздушное пространство занимает больший объем, следовательно, на полезную жидкость яйца приходится меньше веса, если такое большое яйцо «старое».

Вот почему если уж проверять яйца на свежесть и качество, то не с помощью овоскопа (лампового просвечивателя), а только с помощью испытания их в слегка подсоленной воде: свежее, хорошее яйцо пойдет ко дну или будет плавать, как подводная лодка, а плохое всплывает.

Если яйцо очень старое, но еще не тухлое, то это проявляется в том, что желток и белок смешиваются, тонкая пленка между ними растворяется. Это часто можно обнаружить при разбивании яйца. Такие яйца лучше всего хорошенько прожаривать, т. е. употреблять только на яичницу.

Каковы же свойства яйца? Яичный белок состоит на 85% из воды, а остальное – протеины (альбумин, овомукоид и др.). В белке имеются две спирали – сгущения, их задача состоит в том, чтобы поддерживать желток на плаву в белке. Их часто несправедливо принимают за «зародышей» и очищают от них яйца. На самом деле зародыш находится в желтке и в свежем яйце почти не заметен, а в старом представляет собой точку-пятнышко со светлым ободком. Желток состоит на 2/3 из жиров, которые абсолютно отсутствуют в белке, и на 1/3 из протеинов, растворенных в воде (16% из них – протеиновое вещество ововителлинолецитин). Кроме того, в яйце содержатся различные минеральные вещества, из них больше всего железа. Вот почему желток яйца особенно полезен маленьким детям. В желтке есть и сера: ее тем больше, чем менее свежее оказывается яйцо. Тухлые яйца вообще пахнут «чистым» сероводородом. В яйце содержится несколько витаминов – А, B_2, Б, Е, но совершенно отсутствует С.

Вкус яйца целиком определяется вкусом желтка, а вкус желтка зависит от корма курицы. Вот почему далеко не безразлично, дают ли курам зерно, молодую траву, свежую, чистую, хорошо пахнущую пищу или предоставляют им питаться одними отбросами. Чтобы улучшить вкус яиц, в ряде стран курам специально добавляют в корм пряности: красный перец, имбирь, зеленый лук, петрушку и как поглотитель отрицательных запахов – горох.

Яйцо, как и молоко, – пища, приготовленная самой природой в идеальных пропорциях; но яйцо считается гораздо труднее усвояемым продуктом, чем молоко. Это не совсем так. Дело в том, что усвояемость яиц и яичных блюд зависит не столько от биохимического состава яйца, сколько от методов приготовления яиц. Поскольку чаще всего яйца приготовляют способом варки вкрутую или жарят из них яичницу, то есть выбирают как раз такие методы, при которых содержимое яиц усваивается человеком хуже, за яйцами закрепилась «слава» трудноусвояемых продуктов.

Наиболее же усвояемой, диетической формой приготовления яйца является его соединение с растительными продуктами и с жидкостями, а также с… воздухом. Уверен, что к последнему замечанию многие отнесутся скептически. А между тем



это чуть ли не самое важное условие улучшения и вкуса и усвояемости яиц, яичных блюд. Аэрация яиц, то есть насыщение их воздухом, достигается в результате взбивания либо всего яйца целиком, либо каждой его части – белка и желтка – в отдельности. Чем тщательнее, чем раздельнее, чем дольше яйцо взбивается, тем больше оно набирает воздуха, тем пористее, воздушнее делается приготовленное из таких яиц яичное изделие, и тем самым улучшается его усвоение.

Усвояемость яиц зависит и от продолжительности варки: чем дольше варится яйцо, тем хуже оно усваивается.

Вот почему правильно отварить яйцо – это если и не искусство, то уж во всяком случае навык, требующий внимания и аккуратности.

Мы говорили все время о куриных яйцах. Кроме них в разных национальных кухнях употребляют еще перепелиные, голубиные, утиные, гусиные. В Африке и Австралии едят яйца страусов-эму, а также яйца морских черепах, имеющие своеобразный «мясной» вкус. В Заполярье употребляют в пищу яйца чаек, гаг, гагар, кайр и других птиц.

Яичные блюда делятся на несколько видов: яйцо, приготовленное по-разному без добавочных компонентов; яичницы, где используются, кроме яйца, масло и некоторые другие добавки; омлеты, куда входят, кроме яйца, вода, молоко и мука, а также всевозможные добавки – мясные, овощные пряные; фаршированные яйца и яичные котлеты (сиченики), где яйцо измельчается и смешивается с другими компонентами; яичные пудинги (кугели), где яйцо выполняет роль объединителя, «цементирующего» картофель, овощи, тестяные изделия; яичные кисели и суфле, где яйцо соединяется с крахмало-фруктовой массой; яичные напитки (кастэрд, яичный кофе, яично-фруктовые горячие коктейли и др.); клецки, где яйцо связывает какую-нибудь жидкость (молоко, воду, сок) и мучной компонент (толокно, муку, манную крупу). Кроме того, в восточных кухнях встречается ряд яичных блюд, которые не подходят ни к одному из перечисленных видов. Речь идет об использовании яиц в кисло-фруктово-мясных и кисломолочных супах, об обработке фаршированных и целых яиц яичнопряной массой при высокой температуре, что дает оригинальные по вкусу и внешнему виду блюда (яйца в шали, «птичье гнездо», др.). Наконец, есть сладкие и особенно кондитерские изделия, в которых яичный компонент играет важную, иногда превалирующую роль (соложеники, бисквит). Вот несколько рецептов приготовления яиц и яичниц:

ЯЙЦА ПОШИРОВАННЫЕ

СОСТАВ:

6 свежих яиц (очень холодных, из холодильника),
1 л воды,
1 ст. л. уксуса.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

В кипящую воду с уксусом осторожно вылить из тарелки предварительно выпущенные в нее яйца (выпускать по одному!) и прогреть 3 мин. под крышкой на очень слабом огне (почти без кипения). Затем вынуть, погрузить в подготовленную подсоленную воду и тут же слить ее.

Для пошированияподходят только совершенно свежие яйца. Пошированные яйца могут быть приготовлены не только в воде, но и в мясном или рыбном бульоне (но обязательно с добавлением уксуса). Подают пошированные яйца к супам, посыпают кервелем, петрушкой, укропом и толченым чесноком.

ТУШЕНАЯ ЯИЧНИЦА

СОСТАВ:

6 яиц,
50 г свиного сала.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Яйца «выбить» на тарелку, отделить белки от желтков (последние слить в отдельную посуду), белки слегка взбить. На нагретую с распущенным салом (до состояния шкварок) сковороду влить белки, и как только они слегка застынут, выложить на них аккуратно ложкой желтки, подержать на огне не более 3 мин.

ПАРОВАЯ ЯИЧНИЦА

СОСТАВ:

4 яйца,
1 стакан молока,
1 ст. л. масла.

СПОСОБ 1.

Глубокую фаянсовую тарелку густо смазать маслом и поставить в кастрюлю с кипящей водой. Тотчас же вылить в нее предварительно взбитые яйца, в четыре приема, с интервалом 20–30 сек. Взбитую яичную смесь надо пропустить через сито дважды; тарелка должна быть обязательно заранее нагрета; вода вокруг нее должна сильно кипеть; во время приготовления тарелка плотно закрывается крышкой.

СПОСОБ 2.

Яйца взбить с молоком. Вылить в тонкую металлическую форму, предварительно смазанную маслом (без нагрева), и поставить в водяную баню, где вода вовсе не должна кипеть, а быть лишь близкой к закипанию, на 20 мин. Форму следует покрыть промасленной бумагой, а сверху – крышкой, очень плотно.

ОСОБУЮ РАЗНОВИДНОСТЬ ЯИЧНЫХ БЛЮД ПРЕДСТАВЛЯЮТ ОМЛЕТЫ

ОМЛЕТОМ в быту обычно называют прогретое на огне любое взбитое яйцо с добавлением молока, то есть то, что в кулинарии называется паровой яичницей. На самом деле омлеты в корне отличаются от яичниц. Во-первых, в настоящих омлетах части яйца – белок и желток – обязательно взбивают отдельно и довольно сильно (а не слегка). Во-вторых, в качестве разбавителей яйца для омлетов используется вода, молоко, кефир, простокваша, сметана, катык, сливки, бульоны. В-третьих, в некоторые омлеты входит мука или мелкая крупа (манная) для придания им более плотной консистенции. В-четвертых, омлеты готовят в разогретой сковороде под смазанной маслом крышкой. В-пятых, омлеты формуют на сковороде двумя способами: а) обжаривают с обеих сторон, придавая форму толстых блинов; б) в момент загустения сгребают к середине сковороды с двух противоположных сторон и формуют в широкий и толстый прямоугольник, также обжариваемый с обеих сторон, для чего необходимо перевертывание омлета с помощью специальных широких ложек-лопаточек.

Настоящие омлеты обязательно начиняют. Блинные омлеты западноевропейского типа обычно начиняют рублеными отварными и обжаренными почками, колбасой, ветчиной, мясным фаршем, мелко нарезанными отварными овощами, солеными оливками и маслинами, копченой и отварной рыбой, каштанами, рублеными отварными и обжаренными макаронами.

Начинку накладывают на одну из половин готового омлетного блина и покрывают другой половиной, так что омлет подается в виде закрытого пирожка-полумесяца (полукруга), то есть в сложенном виде (начинка не видна). В омлетах другого вида компоненты-добавки вмешивают в процессе приготовления омлета в его массу, когда она еще не окончательно загустела. По составу они могут быть иными – это может быть рубленый лук (наряду с мясо-колбасными и овощными компонентами), пряности (красный перец, чеснок, укроп, петрушка, сельдерей, базилик, чабер и чабрец), сыры (рассольные и твердые обычно в тертом виде, а плавленые – небольшими кубиками или полосками). Сыры вносят в омлет фактически после его готовности или непосредственно перед готовностью. В омлетах этого вида совершенно исключается рыба, поскольку она портит вкус омлета при замесе в него в процессе приготовления.

Сладкие омлеты готовят так же, но к взбитым яйцам добавляют сахарную пудру и после приготовления весь омлет поливают ягодным или фруктовым кисельным соусом. В сладкие омлеты совершенно не добавляют соль.

Разновидностью яичных блюд являются *фаршированные* яйца, то есть крутые яйца, белок которых сохраняется в целом виде, а желток перетирается и смешивается со сливочным маслом и самыми разнообразными пищевыми продуктами мясного или растительного происхождения. Затем обе половинки белка (как «тарелочки») начиняются полученным фаршем. Приготовление таких яиц требует не только кулинарного, но и художественного вкуса, поскольку фаршированные яйца используются в качестве холодных закусок, как парадное, декоративное блюдо. Однако фаршированные яйца могут быть и горячими блюдами – в этом случае они формуются закрытыми (половинки белка соединяются, а внутрь вместо желтка помещается фарш) и для полного восстановления и иллюзии целого яйца заливаются жидким, сильно распыленным взбитым яйцом при высокой температуре. Такие блюда, например, характерны для национальных кухонь народов Юго-Восточной Азии.

Яйцо может измельчаться и целиком – как желток, так и белок (в крутом виде), и смешиваться с другими

ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦА



В КАЧЕСТВЕ ХОЛОДНЫХ ЗАКУСОК

Белок сохраняется в целом виде, а желток перетирается и смешивается со сливочным маслом и самыми разнообразными пищевыми продуктами мясного или растительного происхождения. Затем обе половинки белка (как «тарелочки») начиняются полученным фаршем.



КАК ГОРЯЧЕЕ БЛЮДО

Яйца формуются закрытыми (половинки белка соединяются, а внутрь вместо желтка помещается фарш) и для полного восстановления и иллюзии целого яйца заливаются жидким, сильно распыленным взбитым яйцом при высокой температуре.

продуктами – мясным и колбасным фаршем, отварными овощами, грибами. Из полученной массы-фарша формуют котлеты, которые обжаривают после панировки в муке или сухарях, как обычные котлеты, на сковороде. Так приготовляют, например, украинские яичные *сиченики* (к ним добавляется иногда свежее яйцо и мука для связи фарша).

Все остальные яичные блюда отличаются от вышеперечисленных видов тем, что в них яичная масса, собственно яйцо, составляет меньшую часть, примерно от 25 до 40%, но служит в то же время важным, определяющим элементом и для вкуса, и для формирования блюда.

Таковы, например, клецки, где наряду с мукой, крупой и молоком обязательно должны присутствовать яйца, без которых никакие клецки не получатся. То же самое относится к *пудингам-кугелям*, где овощная или макаронно-вермишельная масса обильно заливается яично-молочной смесью, придающей не только вкус блюду, но и соединяющей все его компоненты воедино.

В такие пудинги употребляют преимущественно лишь нежные овощи: цветная капуста, молодая кочанная капуста, крапива, шпинат, помидоры, пюрированный картофель. Овощи измельчают, сдабривают пряностями, маслом, закладывают в смазанную маслом форму и заливают яйцом (5 штук яиц на полкилограмма овощей) или молочно-яичной смесью и варят под крышкой на очень слабом огне.

К молочно-яичной смеси можно добавлять и муку (ржаную, пшеничную, рисовую, гречневую, кукурузную) или манную крупу, сухари из белого хлеба. Пряности в таких пудингах употребляются те же, что и в омлетах. Особенно подходят лук, чеснок, чабер, кинза (кориандр), укроп, красный перец. При этом соотношение

овощей, яиц, пряностей и масла в таких блюдах всегда произвольно и в значительной степени зависит от индивидуального вкуса потребителя. Обычным соотношением можно считать следующее: 0,5 кг овощей (в вареном, готовом виде), 5–6 яиц, 200–300 мл молока, 50–75 г масла и 25–50 г муки (крупы).

Блюда эти восточного происхождения, их прародиной является, по всей вероятности, Малая Азия или Средний Восток. Они распространены в европейской кухне под названием кугелей, их разновидности имеются в азербайджанской кухне под названием «чючю» и в узбекской – «кук-бийрон».

К яичным блюдам, как уже упоминалось, относятся и *клецки*. Мы воспринимаем клецки как некую засыпку в суп. Однако фактическое распространение клецок гораздо шире: их можно использовать и как гарнир ко вторым блюдам, и как самостоятельное второе, и как сладкое блюдо, и, разумеется, как самые разнообразные виды засыпок (загущений) в супы, щи, борщи, бульоны.

Клецки делятся на четыре вида: желточные, белочные, хлебные и мучные. Мучные клецки известны больше всего – именно они распространены у нас. Их пропорция: 125 г муки, 250 г воды, 5 яиц, 125 г масла, соль по вкусу.

Хлебные клецки свойственны чешской, словацкой и польской кухням.

Их пропорция: 25 г хлебного мякиша, 125 г масла, 5 яиц, 1/2 стакана молока для размачивания мякиша.

Желточные клецки, или «мимозы», у нас абсолютно неизвестны. Это блюдо приготовляется просто. Желтки крутых яиц растирают и смешивают с сырым желтком в пропорции 3:1, добавляя красный перец и соль по вкусу. Из полученной массы руками формуют шарики величиной с горошину и подают их к овощным супам, засыпая уже на столе в супницу с горячим супом. Эти маленькие яркие «мимозы» придают не только сытность, но и праздничность зеленым овощным супам, особенно рядом с белоснежной густой сметаной.

Белочные клецки еще проще: 2 белка взбивают до твердого состояния с 2–3 чайными ложками сахарной пудры. Затем эту пену берут столовой ложкой и осторожно опускают в кипящую воду. Полученные клецки (снежки) подают с жидкими кисельками – фруктовыми, ягодными, молочными. Еще один вид сладких яичных блюд – соложеники. В них вместо овощей применяют фрукты, вместо соли – сахар, вместо пряностей острой гаммы – пряности ароматические (гвоздику, корицу, цедру); остальные компоненты те же самые, что и в овоще-яичных пудингах – немного муки, масло и наряду с ними сметана, сливки, но не молоко.

Только приготовление солоежников несколько сложнее: желтки и белки взбивают тщательно и всегда раздельно, причем белки доводят до состояния твердой пены и кладут в желточно-сахарно-мучную смесь с фруктами – перед самой посадкой изделий в печь. Выпекают соложеники в форме, открытыми, всего несколько минут, но в предварительно сильно нагретой духовке, на слабом, легком огне. К ягодам и фруктам (либо пюрированным, либо измельченным) добавляют иногда и варенье: это делает соложеники вкуснее и нежнее. Взбитый белок можно добавлять в весьма больших количествах также в сырые или печеные фруктово-ягодные пюре (например, пюре из 5 печеных антоновских яблок плюс пена 2–3 взбитых белков плюс 0,5 стакана сахарного песка). Получаются вкусные, воздушные суфле.

К яичным блюдам можно отнести также и ряд напитков, в состав которых входит яйцо, точнее, всегда только желток.

Так, английский напиток кастэрд состоит из 1 л крепкого чая, 1 стакана сливок и 4–5 желтков, взбитых с этими сливками и влитых в только что заваренный крутой чай.

На грани яичных и кисельных блюд можно считать яичные кисели, куда также включаются взбитые желтки с добавкой лимонного сока сразу после приготовления основного киселя, когда он еще не совсем остыл. Аналогичное включение желтков, взбитых с лимонным соком, в манную кашу (на 0,5 л каши 4 желтка) дает кашеобразное яичное блюдо буберт, употребляемое в немецкой и прибалтийской кухнях.

В меньших количествах, уже как чисто добавочный, а не основной компонент, яйца применяются почти во всех видах блюд, особенно в кондитерских изделиях. Добавленный в тесто желток способствует сыпучести и сухости изделия, белок – увеличивает его упругость и твердость. Яйца применяются как непременная составная часть соусов, кремов, эмульсий, кляров и других видов обволакивания мяса, рыбы, овощей с целью ускорения их приготовления. Яйца придают блеск, выразительность, красивый цвет поверхности кондитерских изделий, и поэтому их употребляют для смазки, с их помощью создаются также начинки и кремы для тортов и пирогов. Короче говоря, без яйца невозможно создание совершенных, красивых и вкусных блюд ни в одной национальной кухне.

КИСЕЛИ

КИСЕЛЯМИ следует считать все десертные, сладкие блюда студенистой консистенции, приготовляемые на крахмально-мучной основе, играющей роль загустителя, и имеющие в качестве вкусовых добавок свежие, отваренные и сухие фрукты, ягоды, фруктово-ягодные пюре и соки, молоко, чай, кофе, какао, шоколад, орехи, а также пряности и изредка масло и яйца (яичный желток или белок) порознь.

НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ О ВАРКЕ КИСЕЛЕЙ

1. Для заваривания кисельных блюд применяются различные виды крахмала: картофельный, кукурузный, рисовый, пшеничный.

2. Норма крахмала на 1 л воды, сока, пюре или других жидкостей при заваривании киселей:

Вид киселя	Состав
Густой	75–90 г, или 1 ст. ложка, картофельного крахмала на 1 стакан жидкости
Средний	45–55 г картофельного крахмала, или 1 десертная ложка, на 1 стакан жидкости
Жидкий	40 г кукурузного крахмала (или 20 г картофельного), или 1 чайная ложка, на 1 стакан жидкости
Кисельная подливка (соус)	25 г кукурузного крахмала на 1 стакан жидкости.

Кукурузный крахмал вдвое слабее картофельного. При заваривании картофельным крахмалом надо только доводить до кипения, а при заваривании кукурузным кипятить еще 5 минут.

3. Густые кисели после застывания можно наслаивать (заливать) разнообразными слоями: слой ягодного, слой молочного, слой шоколадного и т. д.

4. При варке киселей всю жидкость надо разделить на 5 частей, в одной из них развести крахмал, в остальных – сахар и сварить. Затем *меньшую часть вливать в большую – кипящую при непрерывном размешивании*.

5. Молочные кисели и кисели на молоке лучше всего варить на кукурузном крахмале.

6. Сахар в кисели надо добавлять по вкусу и в зависимости от индивидуальных потребностей. Но при этом следует знать, что чем гуще кисель, чем больше для него использовано крахмала или муки, тем больше требуется сахара.

1. УКРАИНСКИЙ МОЛОЧНО-ЯИЧНЫЙ КИСЕЛЬ

5 стаканов молока
4 яичных желтка; белки – отдельно
1 стакан сахара
1,5 ст. л. пшеничной муки (с верхом)
Ванилин

Желтки растереть с сахаром, развести муку в 1/2 стакана молока, взбить с желтками. Молоко вскипятить, влить в кипящую яично-мучную смесь, не доводя до кипения, подогревать и помешивать до загустения. Снять с огня, охладить до 70–60 °С, добавить взбитые белки, перемешать с ванилином.

2. КИСЭЛЫЦЯ

200 г чернослива
3 ст. л. кукурузной муки или манной крупы
0,75 стакана сахара
4–5 стаканов воды

Чернослив разварить в воде, снять с косточек, протереть или нарезать мелко-намелко, смешать с отваром, довести до кипения, всыпать сахар, манную крупу и варить до загустения.

НАПИТКИ

Сейчас вряд ли кто догадывается, что слово «напиток», призванное обозначать все, что мы пьем, стало широко употребляться в русском языке не так уж давно – примерно 100 лет тому назад; да и то не сразу завоевало право гражданства. Не случайно оно не упоминается у Даля, составлявшего свой словарь 120–130 лет тому назад. А Салтыков-Щедрин, одним из первых употребивший это слово в русской литературе, понимал его, по своему обыкновению, иронически, ибо ему казалось смешным и нелепым объединять одним термином настойки, наливки и… квас.

Действительно, напитки – большая и разнообразная группа пищевых изделий. Напитки могут употребляться в зависимости от их характера и к закусочному, и к мясному горячему, и к десертно-кондитерскому столу. Отдельные виды напитков всегда существовали изолированно друг от друга. Вот почему еще в поваренных книгах середины, а иногда и конца XIX века напитки не имели общего термина, а встречались в совершенно разных разделах: кофе, какао, шоколад, чай – в одном; наливки и настойки, как спиртовые, так и водные, – в другом; сбитни, взвары, оршады, требующие варки, кипячения, – в третьем; квасы, пиво, меды, сидры, объединяемые принципом брожения, – в четвертом, то есть их разъединяли принципы приготовления. Впоследствии напитки стали делить по характеру сырья – на крепкие спиртные, или, как их было принято называть в народе, горячительные, на легкие спиртные, или слабоалкогольные, молочные и т. п. Это деление пока еще сохраняется и в современных меню, но уже обнаруживается тенденция делить напитки только по принципу их основного состава и оказываемого ими действия, то есть разбивать их на две основные группы – опьяняющие, или алкогольные, и жаждоутоляющие, или безалкогольные.

Испокон веков в русском языке алкогольные напитки назывались питиями, отчего и до сих пор, говоря «он пьет» или «он выпил», мы без уточнения подразумеваем употребление алкогольного напитка, пьянство. Слово же «напиток», применяемое первоначально только к безалкогольным жидкостям, произошло не от слова «пить», а от слова «напитать», то есть накормить, насытить. В этом существенное отличие русского термина «напиток» от, скажем, немецкого Getrank или французского bossoin, которые явно происходят от глагола «пить» и потому могут точнее переводиться как «питье», «пивное», то есть то, что можно пить.

В России напитками первоначально называли только заморские подкрепляющие, питающие жидкости – кофе, какао, шоколад, чай, которые стали входить в употребление лишь с конца XVIII – начала XIX века. Представление о том, что к напиткам может относиться только питательная жидкость, нашли отражение в известном определении «нектар – напиток богов» (то есть пища, питание богов). «Кофе напитчив», – читаем мы у Даля. И тут же находим его объяснение: «напитчив» значит «сытный, питательный». Поэтому в XIX веке никогда не говорили, что кофе и какао пьют – их всегда «кушали», «откушивали». Такое словоупотребление мы находим у классиков русской литературы. «Дедушка накушался досыта любимого потогонного напитка с густыми сливками и толстыми подрумяненными пенками», – писал С.Т. Аксаков даже о чаепитии. «Они изволили откушать кофею», – встречаем мы в произведениях Гоголя, Островского, Гончарова.

Для остальных напитков – и не алкогольных, и не подкрепляющих – долгое время не могли подыскать подходящего термина. Теперь мы называем их жаждоутоляющими, или прохладительными, напитками, а еще в 30–60-е годы XIX века одни называли их «напоями», другие – «пивом» («пиво – инде взято за то, что пить можно»), «пойвом», а иные даже и «пойлом». И никому такие слова в то время не резали слух. Тот же Аксаков – большой знаток по части еды и питья – называет в 1849 году студеную брагу «пойлом» без тени иронии: «Ключница отпустила на барский стол живи-

тельное пойло». Однако такая терминология долго не удержалась, и для собирательного обозначения всякого рода питья стало постепенно применяться новое книжное слово – «напитки».

Вместе с тем изменился и его смысл. Современный словарь называет напитком всякую специально приготовленную жидкость. Что же, напитки действительно надо готовить специально. Однако теперь мы упускаем из виду тот глубокий смысл, который первоначально вкладывался в слово «напиток» – напитчивость, питательность.

На протяжении многих веков разные народы создавали различные напитки, приспособленные к условиям их стран, связанные с местным пищевым сырьем: квасы и меды – в России, шербеты – на Среднем Востоке, айраны – в степных и горных районах Азии, чал – в пустынях, чай – от Туманного Альбиона до Фудзиямы. Казалось бы, все они такие разные, непохожие один на другой ни по вкусу, ни по сырью. В основе одних – хлеб и мука, других – ягодные и фруктовые соки, третьих – мед или молоко. Но если внимательно приглядеться к ним, то все они, оказывается, имеют одно сходство. И дело совсем не в их горячительности или прохладительности. Ведь такие сильные жаждоутоляющие напитки, как чай и сбитень, как раз горячие. Сходство всех подлинно жаждоутоляющих напитков состоит в том, что все они должны быть обязательно питательны.

Ведь смысл утоления жажды не в том, чтобы принять большое количество холодной жидкости, а в возмещении потерянных сил и ушедших (точнее, «уплывших»!) из организма вместе с потом питательных веществ. Вот почему все естественные жаждоутоляющие напитки независимо от того, в какой стране они были изобретены, заключают в себе наряду с водой высококалорийные питательные вещества – натуральные соки, сахар, белки, а также разнообразные ферменты, витамины и порой даже растительные или животные жиры. Почти во всех хороших прохладительных напитках происходят процессы молочнокислого или дрожжевого брожения, содержатся молочная и яблочная кислоты, которые успокаивают нашу нервную систему, прекращают неудержимый позыв к питью. У большинства искусственных напитков все эти вещества отсутствуют. Они, попросту говоря, пусты, не наполнены. Иногда они содержат алкалоиды (кофеин),

ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА

В России напитками первоначально называли только заморские подкрепляющие, питающие жидкости – кофе, какао, шоколад, чай, которые стали входить в употребление лишь с конца XVIII – начала XIX века. Представление о том, что к напиткам может относиться только питательная жидкость, нашли отражение в известном определении «нектар – напиток богов» (то есть пища, питание богов). «Кофе напитчив», – читаем мы у Даля. И тут же находим его объяснение: «напитчив» значит «сытный, питательный». Поэтому в XIX веке никогда не говорили, что кофе и какао пьют – их всегда «кушали», «откушивали». Такое словоупотребление мы находим у классиков русской литературы. «Дедушка накушался досыта любимого потогонного напитка с густыми сливками и толстыми подрумяненными пенками», – писал С.Т. Аксаков даже о чаепитии. «Они изволили откушать кофею», – встречаем мы в произведениях Гоголя, Островского, Гончарова.

Для остальных напитков – и не алкогольных, и не подкрепляющих – долгое время не могли подыскать подходящего термина. Теперь мы называем их жаждоутоляющими, или прохладительными, напитками, а еще в 30–60-е годы XIX века одни называли их «напоями», другие – «пивом» («пиво – инде взято за то, что пить можно»), «пойвом», а иные даже и «пойлом». И никому такие слова в то время не резали слух. Тот же Аксаков – большой знаток по части еды и питья – называет в 1849 году студеную брагу «пойлом» без тени иронии: «Ключница отпустила на барский стол живительное пойло». Однако такая терминология долго не удержалась, и для собирательного обозначения всякого рода питья стало постепенно применяться новое книжное слово – «напитки».

небольшие количества спиртов для некоторого возбуждения нашей нервной системы, но истинных подкрепителей сил (белков, протеинов) в них нет и в помине.

Вот почему для истинного, а не мнимого утоления жажды надо обращаться к фундаментальным естественным напиткам – чаям, квасам, шербетам и особенно к имеющим высокое содержание белков кисломолочным национальным напиткам – айрану, мытенице, кумысу, чалу, хурунге. На основе естественных соков и пряностей создан также целый ряд напитков, имеющих разнообразный приятный вкус и высокую степень утоления жажды. Это русские водицы, морсы, сбитни и западноевропейские лимонады, оршады, оранжады. В последнее время в прибалтийских странах стало модно комбинировать молоко с фруктовыми или овощными соками, смешивая их наподобие коктейлей. Эти напитки еще не имеют собственного названия. Но они, несмотря на то что очень молоды, принадлежат к настоящим, естественным напиткам, как большинство древнейших.

Таким образом, напитки напиткам рознь, их назначение, состав и свойства крайне разнообразны. Общее у них лишь то, что все они имеют жидкую форму.

Каковы же свойства наиболее употребляемых напитков? Начнем с чая. Этот универсальный жаждоутоляющий напиток одинаково хорош для всех времен года. Летом лучше всего пользоваться зеленым чаем – как горячим, так и холодным. Норма заварки – 6–7 ч. ложек на 1 л воды, настаивание 6–8 минут. Разумеется, вода должна быть свежевскипяченной, заварку нужно производить, пользуясь фарфоровым чайником, и ни в коем случае не разбавлять. Такой крепкий зеленый чай способен быстро снять чувство разбитости, усталости, головную боль, утолить самую жгучую жажду. Черный чай, который более подходит для зимы, осени, сырого климата, также действует как снимающий усталость, жаждоутоляющий и согревающий напиток, особенно если усталость была сопряжена с сильным не только физическим, но и нервным утомлением. Черный чай в смеси с зеленым дает прекрасный напиток, если его остудить и пить с лимоном и кусочками льда. В этом случае надо делать заварку вдвое-втрое более крепкой, учитывая, что лед (а не лимон, как часто неверно думают) понизит концентрацию. Наконец, в экстремальных случаях (замерзание, попадание в дождь, град, пургу, ледяную воду), при нервном истощении очень хорошо действует калмыцкий чай. Для этого 50–75 г плиточного чая или 5 ст. ложек сыпучего надо сварить в смеси 2 л воды и 1 л молока с 50 г сливочного масла, 2–3 ч. ложками соли и с черным перцем.

Другой типично летний напиток – квас. Это едва ли не самый древний и самый распространенный русский напиток. Он известен с 1056 года. О квасах написано и сказано в литературе очень много. Но тем не менее доля их в общем объеме напитков ныне неуклонно снижается. И это прискорбно, так как квас, если он хорошо приготовлен, пожалуй, лучший жаждоутоляющий летний напиток. Сейчас квас приготовляется в основном промышленным путем. Это хорошо, ибо домашним способом квас готовить долго и трудно. Промышленный квас выпускается пока, как правило, одного сорта, в то время как существует около полусотни видов квасов, весьма разнящихся по вкусу и имеющих разные сферы применения – это и прохладительные, и десертные, и столовые квасы, используемые как основа для окрошек, тюрь, борщей, ботвиний и грибных супов. Отсутствие этих сортов кваса в продаже не всегда можно восполнить домашним приготовлением. Ведь чтобы приготовить настоящий квас, нужно предварительно получить ржаной и ячменный солод, приготовить и развести затор, требующий больших емкостей, много муки, отрубей, а также таких продуктов, как дрожжи, мед, патока, мята. Не везде и не всегда это имеется под рукой, особенно у городского жителя. Вот почему издаваемые порой сборники рецептов кваса почти не находят применения: квас, естественно, предпочитают покупать готовый, а не возиться с его приготовлением самостоятельно. Хорошим подспорьем для домашнего приготовления кваса является выпуск промышленностью полуфабриката кваса – концентрата квасного сусла или солода (мальтозы). Из поллитровой банки такого концентрата можно приготовить 20–25 л кваса. Это не совсем удобно для горожан, у которых не всегда в хозяйстве имеются подобные емкости. Кроме того, некоторых отпугивает указание на этикетке, что к суслу надо еще добавить сахар и дрожжи и выдерживать 20 часов. Это кажется обременительным. Между тем это лишь сотая часть всей той работы с квасом, которую приходилось производить нашим предкам. Вот почему увеличение выпуска полуфабрикатов различных квасов надо только приветствовать. Это гарантирует получение хорошего кваса в каждом доме. Можно, конечно, приготовить



домашний квас и без солода, и без концентрата сусла. Такой квас в домашнем исполнении может быть довольно хорошим. Он будет только значительно светлее покупного. Называется он сухарным квасом и делается из аккуратно и тщательно просушенных и подрумяненных в духовке сухарей черного хлеба. Их надо затем сложить в эмалированное ведро, добавить мяты, заварить крутым кипятком, тщательно укутать теплым одеялом и оставить на сутки или минимум на ночь. Потом процедить через двойную марлю, положить сахар, подбойку из дрожжей и пшеничной муки, стараясь развести ее в теплом, не совсем остывшем, но и не в горячем квасе, и оставить в теплом месте на 5–6 часов для брожения. Затем снова процедить, разлить по бутылкам, положить в каждую 2–3 изюминки, закупорить и поставить на холод на 5 дней. Это самый простой способ приготовления кваса. Для него надо 1,6 кг сухарей, 8 л кипятка, 50–75 г изюма, 350–400 г сахара, 40 г мяты и 25–30 г дрожжей (лучше всего пивных) и 1–2 ст. ложки муки. Добавив в такой квас до брожения 1–1,5 стакана любого ягодного сока, можно придать ему соответствующий привкус – малиновый, клубничный, яблочный и т. д. Можно, конечно, достичь любого привкуса более легким путем, прибавив несколько капель какой-нибудь фруктовой эссенции, но это только испортит весь квас, ибо эссенцию можно без особых последствий прибавлять к напиткам, содержащим чистую воду, но не к квасам, где присутствуют дрожжевые грибки. Вот почему квасы выпускают без всякой примеси эссенций в отличие от фруктовых вод.

Если о квасах, по крайней мере, говорят, хотя и не всегда их делают, то другому русскому национальному напитку – водичкам, или водицам, совсем не повезло, о них почти забыли. А их намного проще приготовить, чем квас. В свое время производством водичек славился в основном город Ржев. Водицы – это водный настой ягод или фруктов, к которому добавляется немного сахара и совсем мизерное количество водки (1 ст. ложка на 1 л воды), чтобы водичка «играла». Ягоды для водиц отбирают зрелые, чистые, без пятен и червоточин, но не перезревшие. Словом, для водиц нельзя использовать отходы. Ягодой заполняют до половины любую стеклянную или эмалированную посуду, заливают охлажденной кипяченой водой, плотно закрывают и выдерживают от 3 до 10 дней в прохладном месте. Чем нежнее ягода, тем меньше выдержка; фрукты выдерживают до двух недель. Особенно удаются водички из красной смородины. После выдержки настоенную воду сцеживают, подслащивают слегка сахаром, добавляют водки, разливают по бутылкам и держат на холоде при температуре не ниже 1 °С не более 3–4 дней до употребления. Ягоды и фрукты заливают водой вторично, так как в них еще остается сок. Водички – напитки приятные, с тонким ароматом и вкусом, прекрасно утоляют жажду. Но их недостаток – нестойкость в хранении и относительная дороговизна. Их можно позволить себе лишь при изобилии ягод. Это и объясняет, почему они были вытеснены искусственными фруктовыми водами. Кроме того, для приготовления водичек требуются аккуратность и добросовестность. Другое дело морсы – здесь можно использовать и битую, и перезревшую ягоду. Однако пищевая ценность морсов значительно ниже. И это потому, что для морса ягоду вначале варят вместе с водой. Килограмм ягод, преимущественно кислых – клюкву, крыжовник, красную и белую смородину, но можно и клубнику, отваривают в 2,5–3 л воды, отжимают, процеживают через марлю или полотно и смешивают с 1 л воды, вскипяченной с сахаром, т. е. с жиденьким сиропом. Затем разливают в банки и ставят на лед.

Это – ускоренный морс. Он мутноват, но приятен на вкус. Настоящий же морс делать труднее. Из ягод прессованием отжимают сок, не процеживая, наливают его в большую бутылку и ставят в теплое место на 4–5 дней для брожения. После брожения сок становится прозрачным, но его все же следует процедить, затем подсластить сахаром и прокипятить в эмалированной посуде до тех пор, пока не прекратится образование пены, которую снимают. Чистый горячий морс можно разлить в бутылки и, залив их сургучом, хранить в холодильнике годами. Такой морс крепок и может использоваться как концентрат. В нужный момент его можно развести немного охлажденной кипяченой водой.

На базе натуральных ягодных и фруктовых соков создаются и восточные шербеты, но технология их приготовления, а следовательно, и вкус совершенно иные, чем у русских прохладительных напитков. В зависимости от соотношения фруктового сока, воды и сахара шербеты могут быть густыми и жидкими. Эти напитки иранского происхождения получили распространение в основном на территории тех районов Средней Азии

и Кавказа, которые длительное время были традиционно связаны с иранской культурой. Такими районами были преимущественно Таджикистан и Азербайджан. Однако в то время как в Азербайджане вошли в обиход главным образом легкие, жидкие шербеты, используемые как прохладительные напитки, в Таджикистане получили признание тяжелые, густые шербеты, используемые как сладость. Если для таджикских шербетов характерно соотношение воды и сахара 3:1, то для азербайджанских – 5:1. Характерным признаком шербета является также содержание в его составе ароматических или пряных и красящих веществ, которые усиливают вкусовую и зрительную привлекательность напитка. Этой же цели служит обязательная прозрачность шербетов и наличие у них оттенка тех ягод или фруктов, название которых они носят. Чаще всего шербет приготовляют из граната, абрикосов, винограда, клубники, вишни, лимонов, джиды, делают их также из яблок, груш, черешни, тутовника.

Несмотря на то что разные фрукты и ягоды требуют различной обработки для получения шербета, имеются и общие принципы приготовления. Прежде всего ягоды должны быть тщательно вымыты и очищены от повреждений, пленок, кожицы, а фрукты с плотной мякотью измельчены. После этого ягоды и фрукты засыпают сахаром и оставляют на 10–12 часов, а иногда и на сутки, для выделения сока. Затем к соку добавляют воду и сахар, но чаще всего уже готовый сахарный сироп и варят на очень слабом огне быстро, не больше 1–3 минут после закипания, а иногда только доводят до кипения или только заливают кипятком, даже не ставя после этого сироп на огонь. Этот технологический прием – отсутствие кипения или сведения его до минимума – наиболее характерный для приготовления шербетов. Шербеты при варке обязательно помешивают. Затем шербет процеживают через очень редкое сито и в еще горячую жидкость добавляют пряности, ароматизаторы, красители и остужают. Наиболее часто используют ваниль, ванилин, апельсиновую и лимонную цедру, розовое масло, шафран. Шербеты приготовляют только в эмалированной или фарфоровой посуде. Кипятить их в медных тазах для варенья нельзя. Для клубничного шербета на 1 кг клубники берут 1 стакан сахара и 3–4 стакана воды (кипяток). Для лимонного шербета из 2 лимонов нужно взять 1,5 стакана сахара, 5 стаканов воды, цедру с обоих лимонов, для вишневого – на 1 кг вишни берут 1,5 стакана сахара, 4 стакана воды, щепотку бадьяна. Этот шербет не кипятят. Следует подчеркнуть, что шербеты пьют обязательно со льдом. Прибалтийские молочно-овощные и молочно-фруктовые напитки, условно называемые молочными коктейлями, по приготовлению самые легкие. В них нет воды. Наполовину или на четверть они состоят из овощного сока, полученного из овощей (свеклы, капусты, брюквы) или фруктов, ягод (груш, клубники), не отличающихся ярко выраженной кислотностью. Другая часть этих напитков состоит из молока или его производных – сливок, пахты, то есть тоже некислых продуктов. Обе части смешивают в миксере. Такие напитки употребляют сразу же после приготовления. Для хранения они непригодны.

Все естественные напитки можно и даже нужно употреблять не только после еды, как мы привыкли, но и во время еды и даже до еды.

Напитки, конечно, не обязательны в нашем рационе, но желательны, а порой и необходимы. И по мере того как мы предъявляем все большие требования к качеству и ассортименту пищи, мы будем уделять все большее внимание и тем ее разновидностям, которые прежде считались «аристократическими», а именно приправам, десерту и напиткам.



РЕЦЕПТЫ БЛЮД С ПРЯНОСТЯМИ

(ИЗ ПРИЛОЖЕНИЯ К КНИГЕ «ВСЕ О ПРЯНОСТЯХ»)



РЕЦЕПТЫ БЛЮД С ПРЯНОСТЯМИ

ЭТИХ РЕЦЕПТОВ НЕТ НИ В ОДНОЙ ПОВАРЕННОЙ КНИГЕ. ОНИ СОЗДАНЫ В ПРОЦЕССЕ РАБОТЫ НАД КНИГОЙ О ПРЯНОСТЯХ И НЕОДНОКРАТНО ПРОВЕРЕНЫ. ИХ ОТЛИЧИТЕЛЬНАЯ ЧЕРТА — ОЧЕНЬ ПРОСТОЙ НАБОР ПРОДУКТОВ И КРАЙНЯЯ НЕСЛОЖНОСТЬ ПРИГОТОВЛЕНИЯ.

Рецепты рассчитаны на 4 порции.

САЛАТ ОСВЕЖАЮЩИЙ С РЕДЬКОЙ (ВЕЛИКОРУССКИЙ)

СОСТАВ:

1 небольшая **редька**,
1 средняя **морковь**,
1 **яблоко** (антоновка),
3–4 **зубчика чеснока**,
1/4 **лимона**,
1/2 ч. л. **сухой цедры**.

Овощи тщательно вымыть щеткой, очистить от кожуры и натереть на мелкой терке. Массу равномерно перемешать. Добавить мелко иссеченный чеснок и цедру (1/2 чайной ложки сухой или с 1/4 лимона свежей). Сок лимона выжать в массу, вновь перемешать, чуть-чуть посолить.

САЛАТ С ХРЕНОМ

СОСТАВ:

1 крупная морковь,
1/4 **корня хрена**,
1 **яблоко**,



- САЛАТ С РЕДЬКОЙ -

1/4 **лимона** (или 1 ч. л. цедры),
1/2 ч. л. **сахарного песка**, щепотка **соли**.

Приготовить по предыдущему рецепту. Цедру смешать с сахарным песком и лимонным соком, а затем перемешать с тертыми овощами.

САЛАТ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

СОСТАВ:

1 **морковь** средняя,
1 **редька маргеланская**,
5–6 **грецких орехов**,
1/4 **лимона** (цедра и сок),
4 **зубчика чеснока**.

Овощи натереть на мелкой терке, орехи растолочь в ступке, чеснок измельчить, все смешать и побрызгать лимонным соком, посолить по вкусу. Цедру с лимона мелко-намелко нарезать и ввести в салат. Этот сытный салат хорошо подать к завтраку.

СЫРАЯ ЦВЕТНАЯ КАПУСТА В ПРЯНОЙ ПАСТЕ

СОСТАВ:

1 вилок **молодой цветной капусты**,
100 г густой **сметаны**,
1 ч. л. **фенугрека** (порошка) или **майорана**,
1 щепотка **соли**,
3–4 **зубчика чеснока**,
1/2 ч. л. **петрушки** (порошка),
1 ч. л. **укропа**,
50 г **сыра «Виола»**,
2 ч. л. **зеленого сыра**.

Пряности и соль размешать в сметане, растереть эту массу с сыром до образования однородной пасты. Капусту промыть в холодной воде, отделить каждое соцветие с ножкой от кочерыжки (толстые и большие разрезать на 2–4 части вдоль по оси), снять тонким ножом поврежденные места на цветущей внешней части капусты, бланшировать 2–3 минуты (ошпарить кипятком) очищенную таким образом капусту и вновь промыть холодной водой.

Приготовленные «веточки» капусты брать за ножки, макать в сметану с пряностями и есть, как салат, сырыми. Так же можно употреблять редис, промытый и очищенный тем же способом.

СЫР ГОРЧИЧНЫЙ

СОСТАВ:

1 пачка **сыра плавленого «Волна»**,
1/2–1 ч. л. **готовой горчицы**,
1 ч. л. **шалфея** (порошка),
3 ч. л. **сливочного масла**.

Сыр размять в чашке, добавить горчицу и хорошо размешать до образования однородной массы. Шалфей смешать с маслом, затем добавить к сырной массе и тщательно размешать. Употреблять как масло для намазывания на хлеб (черный и белый).

СЫР ПРЯНЫЙ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ

СОСТАВ:

2 пачки **плавленого сыра «Волна»**,
1 ч. л. **аджики** (или 1/2 чайной ложки **красного перца**),
4–6 **зубчиков чеснока** (мелко нарезанный),
2–3 **горошка черного перца** (растертого),
1/2 ч. л. **соли**,
2 **луковицы**,
3 ст. л. **подсолнечного масла**,
1 ч. л. **сухого укропа** (или 2 ч. л. свежего),
1 **крутое яйцо** (мелко рубленное).

Сыр осторожно размешать в фарфоровой или эмалированной посуде, добавляя как растворитель постепенно 2–3 ст. ложки мясного или рыбного бульона или горячей (теплой) воды, прокипяченной с луковой кожурой так, чтобы сыр приобрел консистенцию очень густой сметаны. Затем добавить в эту массу аджику, чеснок, перец, укроп и хорошо размешать. Мелко нарезанный лук слегка обжарить в подсолнечном масле и смешать с сырной массой.

Употреблять как масло на бутерброды (особенно с черным хлебом), как закуску на завтрак, полдник. В более жидком разведении с крутым рубленым яйцом – как подливку к отварной горячей рыбе (особенно к морской: треске, палтусу, макрорусу и др.).

СЫР ПИКАНТНЫЙ РОЗМАРИНОВЫЙ

СОСТАВ:

100 г **твердого сыра** (российского, голландского, костромского, пошехонского),
10 г **рассольного сыра** (чанаха, тушинского, сулугуни, кобийского, осетинского, грузинского),
1 ч. л. **розмарина** (или **шалфея**),
5 **зубчиков чеснока**,
5 зерен **белого перца**,
2–3 веточки **укропа** (свежего) или **базилика** (свежего или в порошке).

Сыр натереть на мелкой терке, перемешать до получения однородной массы. Из высушен-

ных пряностей приготовить порошок и смешать со свежими (укроп, мелко нарезанный чеснок). Равномерно смешать пряности с сырной массой.

Употреблять в макароны, лапшу, вермишель (отварные). Можно посыпать этим сыром черный хлеб, подогретый в духовке.

КЕФИР ПРЯНЫЙ

СОСТАВ:

0,5 л **кефира**,
3–4 **зубчика чеснока**,
1–2 ч. л. **красного перца** (или 1 ч. л. **аджики**),
1–2 ч. л. **укропа**,
0,5 ч. л. **соли**.

Чеснок мелко порубить, смешать с перцем, укропом и солью, всыпать в кефир и хорошо размешать. Кефир оставить стоять в открытой посуде (обязательно эмалированной, фарфоровой или стеклянной) на 4–5 часов.

Употреблять с мелко нарезанным черным хлебом (как тюрю), а также с отварным картофелем, солеными огурцами. Чтобы блюдо не было слишком густым, на 0,5 л кефира надо взять 1 огурец и 2 картофелины. Картофель и огурцы нужно обязательно мелко нарезать (по 1 куб. см).

СВЕКЛА ПО-ЗАВОЛЖСКИ

СОСТАВ:

1 кг **свеклы**,
250 г **моркови**,
5–6 **сушеных грибов**,
1–2 **луковицы**,
1/2 **лимона**,
100–150 г **сметаны** или стакан **кефира**,
8 **зубчиков чеснока**,
8 зерен **черного перца**,
3 листика **лаврового листа**,
1/2 ч. л. **красного перца**,
1/2–1 ч. л. **мяты**,
1 ч. л. **соли**.



- ПРЯНЫЙ КЕФИР -

Овощи очистить, промыть и нарезать крупными кусками (мелкую свеклу – пополам, среднюю – на 4 части, крупную – на 6–8 частей), затем поместить в металлическую кастрюлю или казанок, залить холодной водой так, чтобы только прикрыть овощи, добавить сухие грибы и вскипятить. Когда вода закипит, грибы вынуть, нарезать соломкой и снова бросить в кастрюлю. Сразу же положить соль, мелко нарезанный лук и убавить огонь до чуть заметного, оставив кушанье томиться. Когда вода почти выкипит, всыпать черный перец, мяту, цедру с лимона, половину чеснока и лавровый лист и дать потомиться еще 3–4 минуты, затем хорошо все перемешать, прогреть еще не более 5 минут. Тем временем сметану сдобрить чесноком, красным перцем и размешать. Выключить огонь, выдавить на свеклу лимонный сок и дать постоять 1–2 минуты. После этого можно подавать к столу, разрезав на более мелкие куски и полив сметаной как соусом. Подавать как самостоятельную закуску на ужин и завтрак, в начале обеда или после вторых мясных блюд.

РЫБА МОРСКАЯ СЫРАЯ

(Может быть использовано филе камбалы, хека, трески, морской щуки)

СОСТАВ:
250–300 г **филе**,
1–2 **пучка зеленого лука** (от 1 или 2 **луковиц**),
1 **морковь**,
1–2 ч. л. **укропа сухого** и **цедры лимонной**,
сок 1 лимона или 0,5 ч. л. **лимонной кислоты**,
1 ч. л. **эстрагона**,
1 **крутое яйцо**,
1/2 ч. л. **белого перца** (**черного** или **красного**),
1 щепотка **лаврового порошка**, **соль** по вкусу.

Кусок хорошо замороженного филе нарезать на узкие небольшие кусочки, добавить в массу мелко нашинкованный зеленый лук, тертую на мелкой терке морковь, молотые пряности и полить соком лимона, выжав его на рыбоовощную массу. Затем посолить и осторожно хорошо перемешать, оставив томиться на 15 минут. Яйцо нарубить и смешать с белым перцем (можно с черным или красным). Рыбную массу с яичной не смешивать – сервировать их на отдельных тарелочках. Подать на стол как холодную закуску.

ПАЛТУСИНА СЫРАЯ С СОЕВЫМ СОУСОМ

СОСТАВ:
250–300 г **филе палтуса**,
1–1,5 ст. ложки **соевого соуса**,
соль по вкусу.

Филе палтуса натереть на крупной терке, смешать с 1–1,5 ст. ложки соевого соуса или с другим острым рыбно-соевым соусом. Почти не солить, если соус достаточно соленый. Сразу же подать на стол либо как закуску, либо как второе блюдо с отварным картофелем.

БОРЩОК ОСВЕЖАЮЩИЙ

СОСТАВ:
5–6 **сухих грибов**,
1 **луковица**,
1 **свекла**,
1 **морковь**,
1 **картофелина**,
1 ч. л. **«букета гарни»**,
5–6 зерен **черного перца**,
3–4 ст. л. **сметаны**,
1/2 ч. л. **свежего или сухого укропа**,
2–3 **лавровых листа**,
1 ч. л. **соли**,
сок и **цедра** 1/2 лимона,
1 **яблоко** (антоновка),
1/3 среднего **кочана капусты**.

Налить 3–4 тарелки воды в эмалированную посуду, положить в нее грибы и поставить на сильный огонь, довести до кипения, положить мелко нарезанный лук, свеклу соломкой и морковь соломкой (морковь – спустя 10 минут после свеклы). Грибы вынуть, мелко нарезать и положить в борщок. Затем добавить разрезанную на 4 части картофелину, капусту, яблоко, нарезанное кубиками, и поварить 7–8 минут. Затем положить «букет гарни», перец, лавровый лист и поварить еще 3–5 минут. Выключить огонь, добавить мелко нарезанный чеснок, выжать лимон, положить цедру, подождать 3 минуты, после чего разлить по тарелкам. В каждую тарелку положить по 1 ст. ложке сметаны.

РЫБА МОРСКАЯ, ЖАРЕННАЯ ПАЛОЧКАМИ В РИСОВОЙ МУКЕ

СОСТАВ:
400 г **филе** (палтуса, камбалы, щуки или трески),
2–3 ст. л. **рисовой муки**,
2–5 ст. л. **растительного масла**,
2 ч. л. **сухого укропа**,
цедра и **сок 1 лимона**,
2 **луковицы**.

Рыбу нарезать палочками толщиной 1,5–2 см и длиной 4–5 см, хорошо запанировать их

рисовой мукой. После панировки посолить и дать полежать 5–10 минут. Тем временем перекалить в кастрюле масло, посолить его слегка и затем обжарить в нем рыбные палочки до образования корочки золотистого цвета. Готовые палочки вынимать из масла и складывать в один ряд на широкую сковороду. Когда сковорода будет заполнена, залить рыбу оставшимся в кастрюльке растительным маслом, засыпать мелко нашинкованным луком и пряностями, прикрыть крышкой и поставить на маленький огонь томиться 10–12 минут. После этого осторожно перемешать лук и рыбу, чтобы лук оказался внизу, вновь прикрыть и дать остыть. Через 10 минут на рыбу выжать сок лимона, дать ему впитаться. На гарнир подать жареный картофель. Через 1–2 часа, когда блюдо станет совсем холодным, оно будет еще вкуснее. Но его можно есть и горячим.



- ТЕЛЬНОЕ -

ТЕЛЬНОЕ

СОСТАВ:
0,5 кг **рыбы** или **рыбного филе**,
1–2 **яйца**,
10–12 **зерен черного перца**,
по 1–2 ч. л. **сухого укропа** и **сухой петрушки**,
1–2 ст. л. **рисовой муки**,
1–2 **луковицы**,
4–5 **картофелин**,
соль, **хрен**,
3–4 ст. л. **подсолнечного масла**.

Мясо рыбы очистить от костей и кожи, нарезать узкими, тонкими дольками («лапшой»); мелко нарезать лук, смешать с рыбной «лапшой», добавить перец (молотый), укроп, петрушку, взбить яйца и тщательно перемешать до получения однородной массы. Из этой массы отделять чайной ложкой шарики (диаметром 2,5–3 см) и плотно обвалять их в рисовой муке, после чего дать полежать. Обжарить шарики в подсолнечном масле в кастрюльке. Картофель поджарить и подать к тельному вместе с соусом из хрена.



ИЗБРАННЫЕ ГЛАВЫ ИЗ КНИГИ «ЧАЙ»

{ ГЛАВА 8 }

ЗАВАРИВАНИЕ

1. СЕКРЕТ ЗАВАРИВАНИЯ

ТЕ, кто ожидает, что вслед за этим заголовком последует краткий и точный рецепт заваривания, а также указания, какой чай «лучше всего», должны будут разочароваться. Им придется вооружиться терпением и прочесть всю главу как можно внимательнее, ибо до того как приступить к завариванию, необходимо узнать кое-что о трех его непременных условиях.

Что же касается краткого рецепта, то он вряд ли поможет тем, кто не умеет заваривать чай. Ведь на каждой пачке есть указание, как его приготовить. И тем не менее лишь немногие заваривают чай правильно и владеют секретом приготовления ароматного напитка.

В чем же дело? Во-первых, указания на пачке чая крайне кратки и схематичны, в них отсутствует целый ряд деталей, имеющих существенное значение для приготовления чая. Во-вторых, не все правильно понимают и толкуют эти указания. И в-третьих, люди обычно игнорируют даже эти минимальные указания или придерживаются их весьма приблизительно.

В результате всех отклонений от правил заваривания чайный настой, который пьет подавляющее большинство людей, сильно отличается от идеала и зачастую получается невкусным, утрачивает свои ценные свойства. Между тем нельзя забывать, что чай – нежный, деликатный продукт и заваривать его следует не приблизительно, не на глазок, а по самым строгим правилам. В этом и заключается секрет тех «волшебников», которые умеют приготавливать поразительно душистый чай.

Однако это не означает, что приготовление чая должно занимать непременно много времени.

Главное – в тщательности, аккуратности, чистоте приготовления, в строгой последовательности несложных операций, точности и быстроте их выполнения.

Итак, четкое выполнение правил и аккуратность – основа секрета успешного заваривания чая, одно из непременнейших его условий. Два других условия – это наличие хорошего, неиспорченного чая и хорошей, пригодной для заварки воды.

2. О КОНДИЦИИ ЧАЯ И ЕГО СОХРАННОСТИ

Говоря о хорошем чае, мы имеем в виду не столько его высокий сорт, сколько высокую кондицию, т. е. высокую степень сохранности или, иными словами, его неиспорченность. Если бы речь шла о каком-либо другом продукте питания, то уместно было бы говорить о свежести. Но к чаю подобное определение нельзя применять, ибо свежий чай, т. е. только что приготовленный на фабрике, может улучшаться при правильном хранении. Вот почему мы говорим не о свежести, а о высокой степени сохранности как о показателе, более точно отражающем качество сухого чая.

Как известно, сухой чай относится к коллоидно-капиллярно-пористым телам, а значит, обладает двумя основными физическими свойствами – растворимостью и гигроскопичностью. Первое из этих свойств положительное и желательное, и именно оно дает нам возможность употреблять чай как напиток. Наоборот, второе свойство если и не полностью отрицательное, то, во всяком случае, весьма нежелательное и неудобное с точки зрения потребителя. Оно делает чай уязвимым продуктом, затрудняет его хранение, облегчает его порчу. В силу своей гигроскопичности чай способен исключительно легко поглощать, отдавать и удерживать, во-первых, влагу, а во-вторых, запахи из окружающей среды. И то и другое ведет к порче чая, т. е. к изменению содержащихся в чае химических веществ.

В нормальном сухом черном байховом чае должно содержаться 3–7% влаги (в зеленом чае – 5%). При повышении влажности до 8% чай начинает портиться, т. е. утрачивает свои ароматические и вкусовые качества, или, как говорят чаеводы, «стареет». При дальнейшем повышении влажности сухого чая до 11–13%

он начинает плесневеть, причем достаточно возникновения самого ничтожного количества плесени, чтобы весь чай оказался испорченным, ибо затхлый запах будет воспринят всей партией чая, как бы она ни была велика, а не только пораженными плесенью местами. Как видим, в этом отношении чай значительно отличается от других продуктов (сыра, масла, фруктов), где достаточно срезать или устранить пораженную порчей часть, а потому тщательное хранение его имеет исключительно важное значение для поддержания кондиции.

Гигроскопичность различных видов и сортов чая неодинакова. Наименее гигроскопичны все виды прессованных чаев. Поэтому при прочих равных условиях они сохраняются лучше, чем байховые. Среди байховых чаев зеленые менее гигроскопичны, чем черные. Кроме того, черные байховые чаи разных сортов обладают различной гигроскопичностью. Высокие сорта, в которых сохраняется целый лист и скрученность листа лучше, чем у низких сортов, естественно, отличаются меньшей гигроскопичностью, а значит, дольше сохраняют свои высокие качества. Но это правило оказывается верным лишь при условии, что высокосортный чай хранится со всеми необходимыми предосторожностями. При несоблюдении условий хранения самый высокий, самый изысканный сорт чая может оказаться значительно хуже на вкус и по качеству, чем невысокий сорт чая хорошей сохранности.

Как же следует хранить чай? Ответить на этот вопрос легко, гораздо труднее выполнить необходимые условия.

Прежде всего степень сохранности чая прямо пропорциональна герметичности и стерильности (чистоте и отсутствию посторонних запахов) упаковки. Это означает, что ***упаковка или емкость, предназначенная для хранения чая, должна не только закрываться так, чтобы туда практически не проникал воздух, но и должна быть сделана из такого материала, который бы не имел никакого собственного запаха, не пропускал бы, не впитывал и не воспринимал бы ни влаги, ни посторонних запахов, а также обладал бы способностью хорошо отмываться и не взаимодействовать с химическими веществами, содержащимися в чае.***

Таким идеальным материалом был и остается фарфор, а также стекло и в меньшей степени фольга. Следовательно, в домашних условиях чай лучше всего хранить в фарфоровых или фаянсовых чайницах либо в стеклянных банках (флаконах) с притертой стеклянной пробкой или завинчивающейся крышкой. Во всех других герметических сосудах (металлических, пластмассовых, пластиковых и т. п.) чай хранить нельзя.

Из современных упаковочных материалов пластики *абсолютно непригодны* для хранения чая, так как усиливают его увлажнение (чай в них «задыхается») и, кроме того, придают ему свой собственный запах. Наиболее пригодно для временного хранения старинное испытанное средство – оловянная или алюминиевая фольга. Но естественно, что долгое время хранить чай в бумажно-фольговой упаковке нельзя, ибо она не обеспечивает нужной герметичности. Абсолютно нельзя хранить чай просто в бумаге (в пакетах, кулечках и т. д.), ибо чай крайне быстро воспринимает не только влагу через бумагу, но и сам запах бумаги, а тем более содержащийся в ней сульфит или сульфат.

Помимо посуды, в которой чай хранится, его сохранность зависит также и от характера помещения, где он находится. Посуду с чаем следует держать в теплом (но не жарком), сухом, чистом, часто проветриваемом помещении. В холодном, а тем более сыром помещении чай хранить нельзя даже в довольно хорошей упаковке. Так, при влажности воздуха 70–80% чай в стандартной фабричной упаковке все равно начинает быстро портиться. Чай в условиях неправильного хранения может полностью утратить свой запах за одни сутки.

В хороших условиях чай способен сохраняться несколько месяцев и даже лет, абсолютно не теряя качества. Сухой чай в стеклянной посуде с идеально притертой пробкой способен храниться при влажности 3–4% более десяти лет. Иногда в результате длительного правильного хранения чай становится даже лучше прежнего, приобретает новый, еще более стойкий и крепкий аромат.

Таким образом, и при правильном хранении в чае происходят определенные химические процессы, но происходят они без доступа воздуха и влаги и потому не вызывают реакций окисления и разложения.

Китайцы с глубокой древности научились хранить чай годами, выдерживать его, чтобы он, подобно хорошему вину, приобретал утонченный аромат и особую крепость. Чай, когда-то перевозимый из Китая через Монголию в Россию на верблюдах и лошадях, достигал потребителя иногда спустя годы после изготовления, но от этого он не только не становился хуже, но, наобо-

рот, приобретал такое высокое качество, что ценился на мировом рынке значительно выше чаев, ввозимых в Европу морским путем. Этот «караванный чай» транспортировался в деревянных ящиках, сделанных из особой, хорошо просушенной и лишенной запаха древесины (дерево альбиция), выложенных внутри оловянными листами, а снаружи покрытых плотным слоем водонепроницаемого лака. Сверх того ящики оклеивали бумагой (типа вощеной), помещали в двойные бамбуковые плетенки, а затем обшивали кожами или шкурами (шерстью наружу) так, что места швов перекрывались дважды. Эта хотя и весьма примитивная и громоздкая, но тем не менее исключительно надежная герметизация давала возможность чаю без всякого ущерба для его качества находиться в неблагоприятных условиях пути до 18 и более месяцев, не считая дальнейшего пребывания на чайных складах и в магазинах.

Приведенный пример показывает, какое огромное значение имеет правильное хранение чая. Об этом не следует забывать как при выборе чая в магазине, так и (особенно) при хранении чая в домашних условиях. Характерно, что большинство современных попыток изменить способы хранения и упаковки чая, т. е. упростить ее или ввести новые изолирующие материалы (ради удешевления расходов на тару из дорогой фанеры), либо не дают положительных результатов, либо ведут к ухудшению кондиции чая. К примеру, чай остро реагирует на замену деревянной упаковки пластмассовой, поролоновой, полиэтиленовой, в которой он быстро «задыхается», увлажняется, гниет или полностью утрачивает аромат, воспринимая запахи пленки. В то же время он прекрасно переносит полную герметизацию в фарфоровой, стеклянной посуде, где, казалось бы, также «нечем дышать», и в пищевой фольге, т. е. в материалах, не вступающих с ним во взаимодействие. По-видимому, лучше всего создавать для хранения чая такие материалы, которые были бы двухслойными: внешний слой – пластмассовый, внутренний – стеклянный (например, покрытый стекловолокном).

Большинство наших отечественных чаев, как правило, доходит до потребителя через 7–8 месяцев после выпуска с чайных фабрик. При правильном хранении такой срок совершенно незначителен. Но при нарушении условий хранения этого срока бывает вполне достаточно, чтобы чай в значительной степени утратил свои качества. Специалисты-чаеводы проверкой установили, что нередки случаи, когда превосходный по сортности чай, взятый из торговой сети, оказывается совершенно не соответствующим по качеству той оценке, которую он получил при выпуске с чайной фабрики. Например, влажность чая, который хранится в условиях неспециализированного (бакалейного) магазина, уже после 136 дней повышается почти до 10%, в результате чего экстрактивность и терпкость чая резко уменьшаются. Кроме того, в таких условиях чай может потерять свой запах и воспринять посторонний. Если процент влажности можно установить своевременно и довольно легко с помощью приборов, то проникновение в чай чужеродного запаха устанавливается, к сожалению, уже тогда, когда бывает слишком поздно, – после заварки, в момент чаепития. Вот почему лучше всего покупать чай в специализированных чайных или кондитерских магазинах, а также в чайных отделах крупных продовольственных магазинов, где имеется полная гарантия, что чай не хранится в одном помещении с мылом, сыром, мясными и рыбными изделиями.

В домашних условиях лучше всего хранить чай вне кухни или же выделять ему на кухне особое, изолированное от остальных продуктов место.

Ни в коем случае нельзя открывать чай во время чистки овощей (особенно чеснока и лука), свежего мяса, свежей, соленой и копченой рыбы, а также не следует брать банку с чаем руками, на которых остались хотя бы следы запаха туалетного мыла, табака и духов, не говоря уже о ваксе, бензине и нефтепродуктах. Все эти запахи убийственно действуют на чай, безвозвратно уничтожают его аромат, вкус. Необходимо подчеркнуть, что такой показатель качества чая, как аромат, является не только эстетическим показателем, но и существенно важным элементом, по наличию которого устанавливается степень полезности чая как пищевого продукта. Поэтому тщательное предохранение чая от посторонних запахов является не снобизмом, как иногда неверно думают, а элементарным санитарным требованием, сходным по характеру с мытьем рук перед едой.

Но даже при хранении чая в изолированном помещении, в домашних фарфоровых или стеклянных чайницах контакт чая с воздухом практически весьма велик, так как мы открываем чайницы по нескольку раз

в день. Поэтому для достижения большей сохранности чая целесообразно хранить ежедневно расходуемый чай небольшими порциями в небольших по размеру чайницах. Дело в том, что чем больше расстояние между крышкой (пробкой) чайницы и чаем, тем скорее портится чай. Таким образом, чай, находящийся в маленькой по объему чайнице (на 50 г), не только будет контактировать с воздухом меньшее число раз, чем крупная порция чая в большой чайнице (скажем, на 500 г), но и количество входящего в маленькую чайницу воздуха будет при каждом открывании в десятки раз меньшим.

Итак, теперь мы знаем второе непременное условие успешного заваривания – наличие не вообще какого-либо чая, а чая с высокой степенью сохранности и по возможности высокосортного.

3. ВОДА ДЛЯ ЧАЯ

Заботясь о качестве сухого чая, многие его любители обычно мало задумываются о воде, считая ее чем-то вроде само собой разумеющегося растворителя чая. Между тем вода не только непременный компонент чайного напитка, без которого попросту невозможно приготовить чай, но и крайне важный компонент для получения чайного настоя высокого качества.

Вопреки распространенному мнению, роль воды в чае не ограничивается ролью нейтрального растворителя. ***Возможно, для многих будет открытием, что для чая пригодна отнюдь не всякая вода. Каким бы превосходным ни был сорт чая, как бы высоко ни сохранилась его кондиция, если для заварки употребляется непригодная вода, чайный напиток не только не будет высококачественным и вкусным, но и просто может быть испорчен.***

Прежде всего, вода для чая не должна иметь никаких, даже незначительных побочных специфических и посторонних запахов. Особенно она не должна отдавать затхлостью, гнилью, ржавчиной, запахами хлорной извести, мыла, сероводорода и нефтепродуктов. Вода не должна также содержать никаких взвешенных частиц, даже если они, по нашему мнению, лишены запахов. Вот почему для чая абсолютно непригодны воды минеральных источников, болотно-прудовые воды, а также вода из деревенских колодцев и илистых рек. Что касается водопроводной воды в больших городах, которая весьма часто чрезмерно хлорируется, то ее необходимо выдерживать не менее нескольких часов (например, в течение ночи) в открытом сосуде, с тем чтобы запах хлора улетучился, а сама вода хорошенько отстоялась.

Вторым важным требованием, предъявляемым к воде для чая, является низкая степень содержания в ней растворенных минеральных веществ.

Вода, в которой растворено значительное количество минеральных солей, в основном двууглекислые и сернокислые соли кальция и магния, называется жесткой. Такая вода либо непригодна, либо мало пригодна для приготовления чая, так как она не только сдерживает экстрагирование, но и портит вкус и аромат чая, убивая его сернокислыми и углекислыми соединениями. Следовательно, чай, приготовленный на жесткой воде, не только менее приятен и вкусен, но и менее полезен для человека.

Вода, содержащая крайне малое количество растворенных минеральных соединений, называется мягкой. Именно мягкая вода наиболее пригодна для приготовления чая. Еще Спафарий, русский путешественник XVII века, с удивлением отмечал, что в Пекине воду для чая продают на рынке, причем за довольно-таки высокую цену, наравне с другими продуктами питания. Придавая исключительно важное значение правильному завариванию чая и качеству настоя, китайцы специально завозили в столицу мягкую воду из довольно отдаленных горных районов, где имелись ключи. И именно ключевая, родниковая вода считается наилучшей для заваривания чая. На втором месте – мягкая вода быстрых речек с каменисто-песчаным дном, а также вода проточных ледниковых озер. Хорошо фильтрованная, биологически очищенная мягкая водопроводная вода из речных и озерных водоемов также пригодна для заваривания чая, хотя, разумеется, она не может сравниться по качеству с природной родниковой водой.

Но что же делать жителям тех районов, где вода отличается повышенной жесткостью? Во-первых, отстаивать ее не менее суток перед употреблением для заварки. Во-вторых, целесообразно пользоваться специальными умягчителями воды, выпускаемыми нашей промышленностью (например, фильтрующий умягчитель «Родничок»). И в-третьих, использовать для заварки те сорта чая, которые обладают повышенной степенью экстрактивности.

Большинство так и делает чисто интуитивно. Ведь одну из причин того, что современный потребитель больше склонен ценить мелкие грубовато-резкие чаи, а не нежные листовые, надо видеть в ухудшении качества воды, в общем распространении более жестких, водопроводных вод.

Наконец, при жесткой воде следует несколько увеличить норму закладки сухого чая, а также время, в которое происходит заварка, чтобы экстрагирование произошло полнее. Правда, как мы увидим ниже, от передержки чая могут возникнуть другие нежелательные явления, и прежде всего – потеря аромата чая.

Если же жесткость воды доходит до 8 мг-экв на 1 л и выше[1], то ее следует считать абсолютно непригодной для заварки чая, ибо в таком случае настой получается крайне неприятным. При наличии же в воде сернокислых солей марганца настой чая получается очень слабым. Следует учитывать, что жесткость речной воды не является постоянной в течение года, а значительно возрастает зимой и резко падает весной, во время паводка. В больших реках (например, в Волге) жесткость воды не всегда бывает постоянна на всем протяжении реки. В таких крупных русских реках, как Печора, Нева, Волга (выше Нижнего Новгорода), Ока, Северная Двина, а также во всех реках Сибири: Иртыше, Оби, Енисее, Лене – вода мягкая. В Москве-реке, Волге (ниже Нижнего Новгорода), Каме, Доне, Аму-Дарье вода умеренной, вполне допустимой жесткости. Но в реках Донбасса, Криворожья, Ставрополья и Северного Кавказа вода очень жесткая – в некоторых случаях даже выше 45 мг-экв. Это обстоятельство отчасти объясняет, почему, например, среди населения Сибири и Европейского Севера, а также центральной полосы России чай был всегда в гораздо большем почете, чем у жителей Украины и Ставрополья, где чай практически не получил распространения и где люди просто не понимают, какой от него толк.

Таким образом, степень жесткости воды играет огромную роль для качества чайного напитка.

Тот факт, что в разной воде чай заваривается поразному, весьма давно был учтен чаеторговцами в ряде стран. В Англии, например, чайные фирмы стали делать пробы воды во многих городах и в соответствии с этим создавать такие купажи чая, которые давали наибольший эффект именно в воде данного города. Первой прибегла к этому фирма «Липтон», которая стала обозначать на пачках чая, к воде какой местности он подходит. Так появились сорта, предназначенные для ряда городов. Из-за этого чаи «Липтон» получили большую популярность, что явилось следствием не их высокого качества (оно, кстати сказать, среднее), а их наилучшей приспособленности к завариванию и дешевизны (из-за невысокого качества).

Эта молодая фирма, основанная лишь в XIX веке, стала поэтому более известна широкому массовому покупателю, а ее чаи стали пользоваться наибольшим спросом.

Однако не только степень жесткости воды имеет значение для приготовления чая. До сих пор мы говорили о свойствах воды в ее естественном состоянии, т. е. о холодной воде до ее кипячения. Между тем, приготовляя чай, мы имеем дело с кипяченой водой.

В указаниях о способе заваривания чая, помещенных в поваренных книгах и на пачках чая, обычно речь идет о «кипятке» или «крутом кипятке». Эти выражения служат источником разнообразного и в большинстве случаев неверного толкования.

Что же следует понимать под кипятком при заваривании чая? На первый взгляд, этот вопрос может показаться надуманным, ибо известно, что кипятком обычно называют кипящую воду, а вода кипит при температуре 100 °С.

Однако кипячение воды представляет собой сложный процесс, состоящий из трех ясно отличимых одна от другой стадий.

Первая стадия начинается с проскакивания со дна чайника маленьких пузырьков воздуха, а также появления групп пузырьков на поверхности воды у стенок чайника. Затем постепенно количество пузырьков, возникающих в воде и рвущихся на поверхность, все более увеличивается.

Вторая стадия кипения характеризуется массовым стремительным подъемом пузырьков, которые вызывают сначала легкое помутнение, а затем даже побеление воды, напоминая собой быстро бегущую воду родника. Это так называемое кипение «белым ключом».

[1] Жесткость воды в РФ выражают в миллиграмм-эквивалентах на 1 л. В других странах – в градусах (8 мг-экв равны примерно 20). Вода до 4 мг-экв считается мягкой, от 4 до 8 мг-экв – средней жесткости, при которой еще можно заваривать чай, соблюдая определенные правила.

Оно – крайне непродолжительное и вскоре сменяется третьей стадией – интенсивным бурлением воды, появлением на поверхности больших лопающихся пузырей, а затем брызганьем. Брызги будут означать, что вода очень сильно перекипела.

Не только перекипевшая вода, но и та, кипение которой было остановлено в начале третьей стадии, непригодна для заварки чая. Непригодной считается и вода, недокипевшая на первой стадии. Недокипевшая вода, однако, не способна испортить качество чая, она лишь может несколько уменьшить его экстрактивность. Для некоторых же видов чая употребляется специально недокипевшая (при температуре 50–60 °С) вода. Но в подавляющем большинстве случаев для заварки нужно брать воду в середине процесса кипения, когда она кипит «белым ключом», т. е. *в начале второй стадии кипения.* Следовательно, для чая пригоден не всякий кипяток.

Но как уследить за этим весьма кратковременным процессом кипения?

Люди обратили внимание на то, что трем стадиям различного состояния воды во время кипения соответствуют три вида издаваемых ею звуков. На первой стадии кипения слышится тонкий, едва различимый сольный звук. На второй стадии он становится похожим на шум небольшого слаженного пчелиного роя. При переходе к третьей стадии кипения звуки резко усиливаются, но их равномерность нарушается, они как бы стремятся опередить друг друга, нарастают хаотически.

Таким образом, по звуку, как по сигналу, можно совершенно точно знать, когда вода достигает нужной степени готовности. Именно это свойство кипящей воды было положено в основу изобретения самовара – русской чайной машины, как ее справедливо называли в Западной Европе.

Необходимо подчеркнуть, что самовар – оригинальное русское изобретение, приспособленное специально для чая, т. е. именно «чайная машина». Попытки найти предшественников самовара в других странах, часто предпринимаемые искусствоведами, археологами, основаны лишь на внешнем сходстве тех или иных бытовых предметов с самоварами. Так, римская бронзовая аутенса, найденная в Помпеях, хотя и приспособлена для кипячения воды, но является одновременно жаровней и построена по иному принципу. Огонь там разводится на открытой площадке, вода не прикрывается. Не относятся к самоварам и так называемые фонтаны (восточные и европейские, имеющие кран, этим их сходство с самоваром и ограничивается!), используемые для подогревания или, чаще, охлаждения вина. Ближе всех к самовару китайские хо-го (металлические и фарфоровые), у которых нет крана, но есть поддувало и которые китайцы используют для подачи к столу кипящего супа. Для подогрева воды они используют, как и японцы, специальные кувшины с решеткой – цибати. Вполне возможно, что русские умельцы создали совершенно оригинальный, удобный, портативный и приспособленный к русским зимним условиям комбинированный прибор – самовар, конструктивно объединив идеи, воплощенные в хо-го (поддувало и труба) и цибати (решетка). Однако, чтобы это сделать, надо было иметь очень ясное представление о том, в чем смысл кипячения воды для чая и какой она должна получаться. Таким образом, в самоваре надо поражаться не столько форме, сколько высокой приспособленности конструктивного решения для создания именно «чайной воды». Первые самовары – кстати, в форме чайников с решеткой, похожих на китайские и японские, – появились в России в первой половине XVIII века, но сохранились лишь образцы конца XVIII века. Самовары в России делали не только из металла, но и из фарфора, фаянса, майолики и даже хрусталя, хотя образцы из этих хрупких материалов не дошли до наших дней (кроме фарфоровых). Во всяком случае, можно предположить, что первые самовары были изготовлены не в Туле, а на Урале, т. е. на пути из Китая и Сибири в Россию, в местах, где была развита металлургия и металлообрабатывающая промышленность, где творили Ползунов, Фролов, Черепановы, Сафонов, Ушков, Кузнецов, Истомин – изобретатели паровой машины, гидравлической турбины, паровоза и парохода.

Самовар благодаря своей форме, усиливающей резонанс, обладает замечательной способностью издавать звуки, точно сигнализирующие о состоянии кипящей воды: он «поет» (первая стадия), «шумит» (вторая стадия) и «бурлит» (третья стадия). И ведь не случайно, что наиболее употребительным и в быту, и в художественной литературе стало словосочетание «самовар шумит», «шум самовара». Этот сигнал возвещает о том, что надо заваривать чай.

Поскольку разогревание самовара шло на медленном огне (на углях), то именно посредством самовара было особенно удобно фиксировать скоротечный мо-

мент второй стадии кипения. Самовар был своего рода «автоматической машиной», кстати, выполнявшей одновременно несколько операций (о других функциях самовара мы расскажем ниже).

Чтобы простой алюминиевый чайник для кипения воды издавал достаточно четко те же звуки, что и самовар, он должен иметь изогнутое (а не прямое) горлышко и наполнять его водой следует не доверху, но и не слишком мало, а так, чтобы уровень воды был выше отверстия горлышка изнутри чайника по крайней мере на 1–0,5 см. В этом случае, во-первых, воздух не будет иметь доступа в чайник извне, а во-вторых, от поверхности воды до крышки чайника останется свободное пространство, играющее роль резонатора. Кипятить воду в чайнике следует на медленном, спокойном огне.

Итак, воду для заваривания чая ни в коем случае не следует доводить до перекипания. Перекипевшая вода портит чай, придает напитку жесткость и делает его как бы пустым, обедняет его, не говоря уже о том, что аромат чая при этом почти полностью улетучивается. А между тем наши хозяйки сплошь и рядом оставляют по нескольку минут на плите бурлящие чайники и после этого еще сетуют на «плохое качество» чая.

Но есть у кипяченой воды и еще одна особенность, оказывающая влияние на качество чайного напитка: вода должна быть всегда свежей, вскипяченной один раз. Если воду подогревать или доводить до кипения вторично, то качество чайного настоя резко ухудшится и фактически настоящего чая не получится. Особенно портится чай, если в уже кипяченую воду подлить свежей, а затем эту смесь вскипятить. Чай, заваренный в многократно долитой и вскипяченной воде, полностью утрачивает свой аромат, вкус и полезное воздействие на наш организм. В таком напитке чая нет – это лишь крашеная вода.

Не годится для приготовления чая также вода, вскипяченная не на огне, а с помощью погруженного в нее электронагревателя. Созданные по тому же принципу электрические чайники и электрические самовары ничего общего с настоящим самоваром, кроме внешнего сходства, не имеют. То же самое можно сказать и о титанах, в которых вода кипит иногда непрерывно по нескольку часов и которые периодически доливаются, не будучи опорожняемы полностью[1].

Непригодна для чая и вода, растопленная из снега или льда, хотя в быту снеговая вода считается самой мягкой, когда речь идет об использовании ее как моющего средства.

Таким образом, не только любая механическая засоренность воды или ее различное природное происхождение оказывают влияние на чай, но чай проявляет чрезвычайную чувствительность и к любым физико-химическим изменениям, происходящим с водой, исключительно чутко реагирует даже на такие незначительные отклонения, которые измеряются сотыми и тысячными долями. Однако этих отклонений достаточно, чтобы чай полностью утратил аромат (прежде всего теряется аромат!), чтобы изменился или ухудшился вкус и, наконец, чтобы он частично или полностью потерял те полезные компоненты, за которые мы его любим и ценим. Иногда же повышение щелочности воды, а также другие ее изменения способствуют выходу в настой чая нерастворимых в обычных условиях химических компонентов сухого чая, что также серьезно ухудшает качество настоя.

Итак, качество воды имеет решающее значение для приготовления чая.

4. ПОСУДА ДЛЯ ЧАЯ

Раз сухой чай и вода для чая являются столь чувствительными компонентами чайного напитка, то вполне понятно, что правильный выбор посуды для приготовления чая имеет также немаловажное значение.

Воду для чая можно кипятить в металлических чайниках, но обязательно луженых или же из современных сплавов так называемого «белого металла», и в эмалированных, где контакт воды с металлом вовсе отсутствует. Однако при этом надо иметь в виду, что, во-первых, тонкий слой накипи, образующийся в металлических чайниках, не следует счищать. Чтобы этот тонкий слой не перерастал в толстый, надо снимать чайник с огня вовремя, не допускать перекипания воды. Что же касается эмалированных чайников,

[1] В 20-х годах в системе общественного питания нашей страны широко применялись особые кубы для кипячения воды, сконструированные таким образом, что они обогревались равномерно со всех сторон и вода в них закипала, как в самоваре. Эти кубы, называемые тогда чайными кубами, к сожалению, исчезли в послевоенные годы.

то в них, как и вообще в эмалированной посуде, вода закипает очень быстро, и поэтому здесь легче упустить вторую стадию кипения.

Заваривать же чай можно только в фарфоровой или фаянсовой посуде, но ни в коем случае не в металлической. Фарфор предпочтительнее фаянса по той причине, что он способен быстро и сильно прогреваться насквозь, а это имеет существенное значение при заваривании.

Чайник для заварки должен иметь отверстие в крышке и закрываться достаточно плотно. Особенно хороши чайники с цилиндрическими крышками, глубоко входящими в чайник.

Кроме того, для заваривания красного и зеленого чаев применяются особые чайники с фарфоровыми решетчатыми стаканчиками, куда насыпается чай. Они дают возможность получать более крепкий чайный настой, так как вода в этом случае охватывает и промывает чаинки со всех сторон, а не находится над ними. В них чай можно отжимать ложечкой, способствуя большему выходу чайного настоя.

Размеры (объем) и форма чайника также имеют значение. Лучше всего геометрически правильная форма (шаровидная, цилиндрическая), дающая возможность точнее определять долю объема (четверть, треть, половину) чайника при заваривании.

Для небольшой семьи из 3–4 человек наиболее рационально иметь чайник для заварки вместимостью около 1 л, т. е. примерно на 5–6 стаканов воды, а для большего количества людей целесообразно заваривать чай в фарфоровых чайниках еще большего объема (имеются чайники вместимостью до 3 л)[1].

Пить чай также лучше всего из фарфоровой посуды. Стеклянная посуда (стаканы) теоретически столь же пригодна, но практически менее удобна для правильного чаепития, так как фактура стекла не дает возможности оценить вкус чая в такой же степени, как нежная поверхность фарфора, которая вызывает положительную реакцию в органах осязания, смягчает температуру чая и тем самым усиливает наше общее благоприятное ощущение.

Далеко не случайно, что распространение чайного напитка в Европе совпало с расцветом и расширением производства фарфоровой посуды для чая и даже вызвало изобретение чашек в 1730 году. До этого в течение почти двухсот лет кофе преспокойно пили из металлической посуды. Необходимость пить чай из фарфора вынудила вначале закупать у Китая редкую и чрезвычайно дорогостоящую чайную посуду, к тому же крайне неудобную для европейцев, ибо китайские чашки – гайвани, как и пиалы, сделанные по их типу, не имели ручек. Поэтому распространение чая в Европе вызвало необходимость создать удобную для европейцев фарфоровую посуду для питья чая. Так появилась европейская (венская – по месту изобретения) чашка, т. е. пиала с ручкой. Фарфоровая и фаянсовая посуда для чая широко употреблялась и в России. Только начиная с конца XIX века с превращением чая в массовый, «трактирный» напиток стала все более входить в употребление дешевая стеклянная посуда – стаканы. Отсюда в мещанской и деревенской среде последовал вывод, что из стаканов должны пить обязательно мужчины – им-де, завсегдатаям трактиров, это привычнее, а пить чай из фаянсовой или фарфоровой чашки – привилегия женщин. Этот крайне нелепый пережиток, к сожалению, сохранился в некоторых семьях до наших дней.

Итак, полноценное, правильное чаепитие предполагает не только использование хороших по качеству воды и чая, но и требует применения правильной посуды для кипячения воды, фарфорового чайника для заварки чая и фарфоровых чашек для питья приготовленного чая.

Само собой разумеется, что всю чайную посуду нужно содержать в исключительной чистоте. Это не только означает, что она должна сиять белизной снаружи и изнутри, причем носик чайника следует постоянно очищать от чайного налета, но главное – чайной посуды ни в коем случае не должны касаться никакие посторонние запахи. Для этого надо по возможности хранить чайную посуду отдельно от остальной кухонной посуды и вдали от банок со специями, а также от других продуктов. Вытирать чайную посуду следует особым, чайным, а не общим кухонным полотенцем. Насколько важно соблюдать эти меры предосторожности, видно из того, что достаточно, например,

[1] В государствах Средней Азии, где чай является непременным продуктом питания, на такую семью в среднем приходится 2 больших (1,5–2 л) и 2 маленьких (0,5–0,7 л) фарфоровых чайника и дюжина пиал. Но в некоторых семьях имеют по 30–40 чайников в расчете на многочисленных гостей – каждому гостю чай предлагается в индивидуальном чайнике.

рядом с пустым чайником резать на том же столе лук или чистить чеснок либо взять чайник надушенными руками, как это немедленно скажется на качестве заваренного чая: его аромат фактически исчезнет или настолько померкнет, что не будет восприниматься нами.

Кроме фарфоровых чайников и чашек, в чайную посуду входят также чайные ложки (лучше всего серебряные) и льняные салфетки для покрытия чайника. Кроме того, желательно иметь еще и песочные часы – «двухминутки». Единственное требование ко всему этому несложному инвентарю – сохранять идеальную его чистоту и также оберегать от посторонних запахов.

5. ВРЕМЯ И МЕСТО ЧАЕПИТИЯ

Было бы нелепо, если бы после всех предосторожностей, с какими связано хранение чая, выбор воды для него, готовый напиток так же не оберегался бы от посторонних запахов и влияний. Вот почему настоящее чаепитие всегда и у всех народов было отделено от остальных приемов пищи. Так, у англичан уже с XVIII века чай как прием пищи в 17 часов обособлялся от обеда в 13–14 часов и ужина в 19–20 часов. Это было воспринято во всех других странах Европы. У нас чай стал обязательным отдельным приемом пищи во всех домах отдыха и санаториях. Отдельно вечерний чай (после ужина) также отмежевался от приема пищи: все съестное убиралось со стола и делался перерыв, хотя бы на четверть часа.

В Китае и Японии существуют особые чайные комнаты – сукийя, что в переводе означает «место фантазии», а у менее зажиточных людей помещение, где пьют чай, отгораживается ширмами. В японских ресторанах, столовых чайные комнаты находятся совершенно отдельно от обеденных, иногда на другом этаже. По этому типу и на Среднем Востоке создавались чайханы, а в России чайные – заведения, где, в отличие от трактиров и харчевен, в основном пили чай, а не ели. Чайхана – первоначально чисто чайная терраса или одна из комнат духана (ресторана) или караван-сарая (гостиницы). В последние годы названия «чайхана» и «чайная» нередко дают закусочным, кафе. Но это уже отступление от хорошего правила, нарушение традиции. В Азербайджане, между прочим, до сих пор в чайных павильонах не торгуют ничем, кроме чая, а сами эти павильоны располагаются в самых чистых, привлекательных уголках парков. И посетителей там всегда много, ибо чай там вкусен. Таким образом, особое место для чая не роскошь, а стремление подчеркнуть благородство чая как напитка. Недаром чай считается напитком оседлости, символом комфорта, семейности.

6. ПОРЯДОК ЗАВАРИВАНИЯ

Существует несколько способов заваривания чая. О наиболее самобытных из них мы скажем в разделе о национальных особенностях приготовления чая. Здесь же изложим лишь основные правила заваривания, относящиеся главным образом к черным чаям.

1. До заваривания пустой фарфоровый чайник должен быть хорошо согрет. Делается это для того, чтобы усилить экстрагирование чая. Обычный способ согревания – ополоснуть чайник 3–4 раза кипятком. Если учесть, что именно фарфоровый чайник способен быстрее фаянсового нагреться в результате ополаскивания до температуры 60 °С и выше, то станет понятно, почему предпочтительнее всего заваривать чай в фарфоровом чайнике. Согреть чайник можно и иным способом – опустить его в кипяток (это не столь удобно, но зато дает хороший результат) или поставить в ток горячего воздуха.

Кстати сказать, специальная круглая решетка, вставляемая над дымоходом самовара, была предназначена как раз для того, чтобы на ней согревали пустой чайник до заваривания. При этом чайник до заваривания не только согревался, но и просушивался (тоже одна из функций самовара). Лучше, если чайник будет до заварки сухим.

Но ставить чайник непосредственно на огонь до заваривания для предварительного согревания не рекомендуется, так как в этом случае степень нагрева дна чайника по сравнению с его стенками будет значительно большей, чем при косвенном контакте его с источником тепла (через воду, воздух), и чайник может расколоться, хотя при правильном нагреве этот способ хорош.

2. Когда фарфоровый чайник согрет, а в металлическом вода закипела «белым ключом», в фарфоровый закладывают порцию сухого чая и тотчас же заливают кипятком. При этом очень важно соблюдать аккуратность, о которой мы уже говорили. Если поблизости будет лежать какой-либо продукт с запахом, а особен-



но сырое мясо, рыба, масло или сало, то, как ни заваривай, – настоящий чай не получится. Его аромат, вкус пропадут.

3. Сначала заливают воду только до половины чайника или в зависимости от вида и сорта чая до одной трети (смесь зеленого и черного чая) или же до одной четвертой и менее (зеленый чай).

Залив сухой чай первой заливкой, чайник следует быстро закрыть крышкой, а затем льняной салфеткой так, чтобы она покрывала отверстия в крышке и в носике чайника. Это делается не столько для утепления, сколько для того, чтобы ткань салфетки впитывала выходящие из чайника водяные пары и одновременно не пропускала бы (задерживала) летучие ароматические эфирные масла. С этой целью еще лучше накрывать чайник льняным мешочком, наполненным сухими чайными листьями. Но ни в коем случае нельзя накрывать чайник различными утеплителями-подушечками, куклами-матрешками на вате и т. п. В этом случае чай преет и делается невкусным, как говорят, пахнет веником.

4. Такой порядок заварки был и остается классическим при условии, что сухой чай, которым вы пользуетесь, обладает высоким качеством, хорошо экстрагируется и не нуждается в том, чтобы ему искусственно помогали «завариваться».

Однако современный «средний» чай, будь он хоть индийский, хоть грузинский, бывает результатом столь частых технологических ошибок, что он поступает в продажу либо недоферментированным, либо пересушенным, либо наполовину «выдохшимся». В таких случаях представляется необходимым «выжать» из чая максимум того, что в нем осталось, причем выжать в прямом смысле этого слова, механически. С этой целью можно применить метод, который любой чаелюбитель XIX века расценил бы как «варварский», но который диктуется ныне современным низким качеством чаев. Он состоит в следующем: залив на сухой чай в заварочном чайнике немного кипятка так, чтобы он (кипяток) только слегка покрыл чаинки, смочил бы их, но не дал бы им возможности всплыть и плавать по поверхности большой массы воды (что случается весьма часто, ибо чай плохого качества слишком легок, т. е. имеет незначительный удельный вес по сравнению с требуемой нормой), надо взять чистую, хорошо отдраенную содой ложку (из серебра или нержавеющей стали) и тщательно, с нажимом, но аккуратно, растереть смоченную чайную массу о стенки чайника, после чего тотчас же долить кипятком до трети или половины чайника. После этого надо закрыть чайник крышкой и затем поступать так, как сказано в параграфе 3.

5. Закрыв чай, дают ему отстояться. Время настоя в зависимости от жесткости воды и сорта чая длится от 3 до 15 минут. Наилучший срок для хороших сортов черных чаев при мягкой воде 3,5–4 минуты. За это время не успевает улетучиться нежный аромат чая и в то же время чай в основном успевает экстрагироваться. В прошлом китайцы, заваривавшие чай без чайника, непосредственно в чашечках-гайванях, выдерживали заварку особо нежных сортов всего 1,5–2 минуты, считая, что по истечении этого срока самые тонкие запахи чая улетучиваются. Но мы имеем дело не с китайскими, а с индийскими или грузинскими чаями. А они дают наибольшую концентрацию аромата при очень мягкой воде к концу 4-й минуты, а при жесткой – к 7–8-й минуте. Что же касается экстрактивности, то при жесткой или средней воде иногда приходится выдерживать чай для настоя до 10 минут. Зеленые чаи, где большее значение имеет не аромат, а вкус, можно настаивать от 5 до 7–8 минут в зависимости от сорта, а грубые сорта зеленых и плиточные чаи – еще дольше, от 10 до 15 минут.

6. Когда чай настоится, чайник доливают кипятком, но не совершенно доверху, а оставляя свободными 0,5–1 см до крышки (при заваривании зеленых чаев второй раз заливают через 3–4 минуты до 3/4 или 2/3 чайника и только третий раз, еще через 2–3 минуты, заливают почти доверху).

Смысл нескольких последовательных заливок воды для заваривания состоит в том, чтобы все время поддерживать одинаково высокую температуру воды. Постоянство достаточно высокой температуры в течение всего времени заваривания важнее даже, чем исходная высокая температура в начале заваривания. Отсюда понятно, почему важна температура воздуха этого помещения, в котором заваривается чай. Высокая температура воздуха этого помещения препятствует резкому падению температуры в чайнике к концу заваривания. Опыты Г. Г. Микеладзе показали, что наилучшей температурой окружающего воздуха для заваривания чая следует считать 22–25 °С. При такой температуре почти нет надобности делать несколько заливок.

По окончании заваривания необходимо обратить внимание на появление пены. Если пена есть, значит, чай заварен правильно: время кипячения воды и заваривания настоя выдержано точно, чай не перестоял и из него не улетучился аромат. Если же пены нет, то, по-видимому, было допущено какое-то нарушение правил заваривания.

Эту пену не следует снимать, если только она не имеет посторонних запахов. Нежелательно допускать также, чтобы она размазывалась и оседала на крышке чайника – именно поэтому расстояние от крышки до поверхности залитого чая должно быть не менее 1 см.

Чтобы пена не осела на стенках чайника, а вошла в настой, чай размешивают ложечкой (лучше, разумеется, серебряной). Можно также перелить вначале часть чая из чайника в чистую чашку и залить затем ее обратно в чайник, чтобы весь чай хорошо перемешался. На Востоке, в Средней Азии первую пиалу всегда тут же выливают обратно в чайник. У местного населения это называется «женить чай».

7. После всего этого чай можно разливать по чашкам. Обычно в инструкциях по приготовлению чая добавляют: «разливать по вкусу». Это несколько туманное указание на практике привело к тому, что уже заваренный чай стали систематически разбавлять кипятком. Причина этого вначале заключалась в том, что чай экономили, а затем стали поступать так вследствие непонимания назначения чая и даже убеждения, что чай в иных дозах, чем микроскопические, вреден. Вот тогда-то в России появилось понятие «пара чаю», т. е. разделение чая на заварку и на кипяток, содержащиеся в двух различных чайниках. Между тем на Востоке и в ряде европейских стран, особенно в Англии, где имеются давние традиции чаепития, заваренный чай не разводят.

Надо сразу готовить чай нужной концентрации и разливать из «заварочного» чайника в чашки без дополнительного разбавления кипятком. Только в этом случае можно гарантировать, что получится действительно настоящий, высококачественный напиток, приятный на вкус и не утративший аромат. А поскольку в различное время требуется разное количество чая, то лучше иметь в хозяйстве чайники разных объемов. Если же чайник для заварки невелик, то в него в процессе чаепития можно подливать воду, но так, чтобы заварка не сливалась более чем наполовину и листья чая не оголялись. Чай следует употреблять в течение четверти часа после заваривания.

Оставлять чай на несколько часов, а тем более на другой день нельзя. «Свежий чай подобен бальзаму. Чай, оставленный на ночь, подобен змее», – образно говорится в одной восточной пословице. Это прежде всего относится к черным чаям, которые можно употреблять только свежими.

7. РЕЖИМ ЗАВАРИВАНИЯ

Как видно из приведенных выше правил, для качества заварки далеко не безразличны два фактора: температура воды, а также окружающей среды и время заваривания. И то и другое должно достичь определенного уровня, но не перешагнуть его. Дело в том, что переход растворимых веществ сухого чая в настой – весьма сложный процесс, ибо растворимость каждого химического соединения различна и требует разной температуры и разного времени. Кроме того, не все соединения в чае равноценны по своим ароматическим и вкусовым качествам. Поэтому нельзя ставить перед собой лишь цель – выжать из чая как можно больше растворимых веществ. Растворимость имеет определенный предел (для каждого типа, разновидности и сорта чая). Больше того, пытаясь искусственно воздействовать на чай (повышать температуру, давление и т. п.), можно в конце концов извлечь из него неприятные по вкусу и бесполезные (или вредные) для здоровья химические соединения.

Таким образом, качество чайного настоя определяется наиболее удачным набором содержащихся в чае полезных химических соединений и их сочетанием в растворе. Чтобы достичь такого набора и сочетания, необходимо строго выполнять правила заваривания.

Любое, даже самое незначительное отклонение от правильного режима экстрагирования может вызвать нарушение наиболее благоприятного баланса веществ в чайном настое.

В домашних условиях такие отклонения от нормы, может быть, не так уж важны: во всяком случае, от этого пострадаем лишь мы сами, лишимся известного удовольствия. Другое дело – нарушение режима заваривания, допущенное в чайной промышленности при титестерских пробах с целью определения качества больших партий чая. Такое нарушение может вызвать

ошибку в оценке качества сухого чая на один-два сорта, ибо титестер определяет в основном ценность чая по качеству настоя. Поскольку оценки титестеров касаются крупных партий продукции на большие суммы, то вполне понятно, во что может обойтись иногда торговле ошибка в заваривании. Вот вам и «заварка» чая! Вот вам и простое дело!

Естественно, что режим заваривания зависит от типа и сорта чая.

Для нежных, ароматных, высоких сортов лучше смягчать режим или укорачивать время заваривания при более или менее жестком режиме.

Хорошие черные чаи ни в коем случае нельзя заваривать более 5 минут, если они листовые, и не более 4 минут, если они мелкие. Лучшее время при повышенном тепловом режиме (горячий сухой чайник, теплое помещение, мягкая вода, кипящая «белым ключом», и двукратная заливка) – 3,5–4 минуты. Более грубые черные чаи можно подвергать несколько более жесткому режиму: сильнее нагретый сухой чайник, выдерживание в нем сухого чая в течение 2–3 минут, затем двух- и трехкратная заливка в течение 4–4,5 минуты, при этом следует увеличивать навеску в полтора раза (общее время заваривания может достигать 7–8 минут, а в некоторых случаях (холодное помещение) 10–12 минут).

Наоборот, цветочные чаи настаивают всего 1,5–2 минуты. Для зеленых чаев допустимы более жесткие режимы заваривания. Настаивать можно максимум до 8–10 минут (вместо 5–6). Заливать лучше всего три или четыре раза: первая заливка – слоем воды 1 см с выдержкой 1–2 минуты; вторая – до половины чайника – через 3–4 минуты; третья – еще через 2–3 минуты – доверху или до 3/4 чайника; четвертая – через 2 минуты – доверху.

Ароматизированные зеленые чаи можно заваривать дважды: в первый раз настой держат 4 минуты, после чего чай выпивают, оставив не менее трети его в чайнике, и затем вторично заливают водой на 6–7 минут.

Для заваривания красных чаев можно применять два режима. При первом в сухой, сильно разогретый чайник засыпают двойную навеску красного чая и выдерживают около 2 минут, после чего заливают небольшим количеством воды (слоем 2,5 см), через 1–2 минуты заливают второй раз до половины чайника, а еще через 2 минуты, в третий раз, доверху. Общее время заварки – 3,5–4 минуты.

При втором режиме в хорошо нагретый сухой чайник засыпают тройную навеску чая, заливают ее кипящей водой сразу доверху и выдерживают 3 минуты, в течение которых чайник с заваркой обливают крутым кипятком сверху, извне.

Для желтых чаев допустимы лишь мягкие режимы заварки, с сокращенным временем. После первой заливки желтый чай настаивают всего 1–1,5 минуты, затем его уже можно пить, и одновременно заваривают второй раз, выдерживая настой более длительное время – 3 минуты; а в случае третьей заварки – 4 минуты.

Аналогичное увеличение времени настаивания применяется, как мы видели выше, к ароматизированным, цветочным и вообще ко всем другим наиболее высококачественным чаям, если их заваривают вторично. В связи с этим возникает вопрос: сколько раз можно заваривать сухой чай и не правильнее ли будет отказаться вообще от вторичной заварки?

Обычно при нормальном, умеренном режиме чай неспособен отдать все экстрактивные вещества в настой при первой же заварке. Если максимальное количество экстрактивных веществ, которые должны перейти в настой, принять за 100%, то при первой заварке в настой выделяется 70–75% кофеина и 40–55% танина. При этом листовые чаи экстрагируются хуже, вернее – медленнее, чем мелкие. Поэтому из мелких чаев в первую заварку выходит в настой гораздо больше растворимых веществ. Мелкие чаи отдают в первую заварку 70% всех растворимых веществ, во вторую – 20%, а в третью – 10%. Такова, например, отдача грузинского чая. Вообще, отечественные чаи обладают способностью при первой же заварке отдавать максимум экстрактивных веществ. Таким образом, если после первой заварки получается нормальный чай средней крепости, то после второй настой будет более чем втрое слабее. Вот почему практически второй заваркой можно пренебречь, а для того, чтобы добиться выхода в раствор остающихся в чае 30% растворимых веществ, следует в дополнение к первой заварке доливать чайник с настоем в течение чаепития еще один раз или дважды, если заваривается листовой чай или чай высокого сорта. Причем доливать кипяток нужно по принципу: «В заварку столько, в первую доливку полстолько, а во вторичную доливку четверть столько». Лучше всего доливать вновь свежевскипяченную воду. Вначале доливать тогда, когда выпита треть чайника, а второй раз – когда осталась лишь четверть чайника.

Сливать чай из чайника, пока не окончено чаепитие, не рекомендуется. На языке любителей чая это называется «спить чай», ибо оголенные листья чая вторично не заварятся и настоя не получится, чай будет бледным и совершенно лишенным вкуса.

Плиточные и таблетированные чаи завариваются как и байховые, но с некоторой разницей: время заваривания таблетированных чаев всегда точно указано в приложенной к ним инструкции – обычно 3–5 минут, а плиточные чаи требуют для заваривания гораздо больше времени, чем их байховые разновидности, – обычно 7–8 минут, но не более 10 минут. Экстрагированные чаи не заваривают: они растворяются в любой воде моментально и без осадка.

Что касается кирпичных чаев, то их готовят способом варки и краткого кипячения. При этом кирпичный чай закладывают в воду (холодную или горячую) до того, как она вскипела, и доводят до второй стадии кипения, даже до ее конца.

8. НОРМЫ ЗАВАРКИ

Поваренные книги и некоторые работы о чае единодушно молчат, когда речь заходит о назначении нормы заварки. Норма заварки считается делом вкуса. Однако такая точка зрения является попыткой уйти от ответа на вопрос по существу. Ведь говорить о вариациях вкуса можно лишь тогда, когда известно, к какой средней норме должны относиться эти вариации, а именно такая средняя норма нигде не указывается.

Речь идет о концентрации чайного настоя, о средней, необходимой и допустимой норме концентрации, при которой чай действительно может называться напитком, а не слегка подкрашенной кипяченой водой.

Интересно, что наша современная норма концентрации чайного настоя, принятая в системе общественного питания (4 г чая на 1 л воды), заметно отличается, например, от «японской», «китайской» и «английской» (25–30 г на 1 л), «шведской» (12 г на 1 л), «индийской» (44,5 г на 1 л).

Таким образом, наши существующие средние нормы следует признать минимальными.

Однако какой же должна быть средняя норма заварки? Такой нормой можно считать старую русскую норму, составлявшую 1 чайную ложку сухого чая на стакан воды плюс 1 чайную ложку чая на чайник, независимо от его объема, при условии, что в процессе чаепития чайник будет доливаться. Иными словами, в чайник вместимостью 1 л (4–5 стаканов) следует положить 4 чайные ложки сухого чая и еще 1 чайную ложку дополнительно, т. е. всего около 25 г сухого чая на 1 л воды, доливаемой затем примерно на 50–75%, т. е. всего на 1,5–1,75 л[1]. При этом получается настой чая средней крепости.

Эта норма в основном совпадает со средней нормой заварки чая у народов, населяющих «кофейные» зоны. Следовательно, эту норму можно признать минимумом и отклонение от нее в сторону увеличения рассматривать как дело вкуса.

Нелишне заметить, что систематическое употребление чайного настоя довольно высокой концентрации не вызывает никаких отрицательных последствий для здоровья. Наоборот, шотландцы, например, славящиеся даже среди жителей Великобритании своим пристрастием к крепкому чаю, отличаются хорошим здоровьем и исключительным долголетием, китайцы известны своей выносливостью даже при скудном питании, а японцы – крепкими нервами, выдержкой и силой, несмотря на свои довольно скромные физические данные.

Кроме того, следует иметь в виду, что употребление крепкого чая отнюдь не означает неумеренное потребление чайного напитка. Скорее наоборот. ***Японцы, пьющие крепкий настой зеленого чая, поглощают значительно меньше воды, чем мы. Чайные чашки японцев настолько малы, что вмещают не более 30–50 г жидкости. Выпить 5 таких чашек крепчайшего чая в течение часа гораздо полезнее, чем 2–3 стакана привычного нам жиденького чайку «залпом».***

Многовековой опыт показывает, что человек может и даже должен употреблять в сутки минимум 10 г сухого чая. Исходя из указанной выше нормы, можно всегда рассчитать количество сухого чая, потребное для приготовления напитка на различное число людей, по следующей формуле (для черных чаев): (ТХ:2) + Т, где Т – постоянная величина, равная 1 чайной ложке сухого чая, а Х – переменная величина, равная количеству стаканов готового чая, который мы намерены

[1] Если же чайник не доливать в процессе чаепития, т. е. не заваривать вторично, то указанную норму единовременной закладки сухого чая можно сократить до 15–20 г.

выпить. Так, для десяти человек следует взять (1 х 10:2) + 1 = 6 чайных ложек чая, или 30 г, если принять массу ложки чая за 5 г.

Что касается нормы заварки зеленого и других видов чая, то они в основном аналогичны нормам заварки черного чая, но иногда имеют и свои особенности.

Так, при заварке грузинского зеленого чая целесообразно брать навеску в полтора-два раза больше, т. е. примерно по формуле ТХ + Т или даже 2 ТХ. Наоборот, при употреблении крепких сортов японских и китайских ароматизированных зеленых чаев следует либо пользоваться формулой для черных чаев, либо брать чая примерно на ¼ меньше. А норма употребления сильно ароматизированных черных чаев рассчитывается по формуле (ТХ + Т): 2. Так, если для заваривания 1 л черного чая понадобится 17,5 г сухого чая, то для заваривания такого же количества грузинского зеленого чая потребуется около 30 г, а ароматизированных чаев – всего 15 г.

Норму заваривания желтых, а также цветочных чаев находят по формуле ароматизированных чаев, а красных – по удвоенной или даже утроенной формуле ароматизированных чаев в соответствии с избираемым для них режимом заварки.

Таким образом, чаи дорогих, высоких сортов пить не только приятнее и полезнее, но и выгоднее с точки зрения рядового потребителя, ибо их расходуется при заваривании значительно меньше.

Норма заварки для плиточного – черного и зеленого – чая аналогична нормам соответствующего байхового чая, а норма кирпичных чаев почти вдвое больше (2 ТХ).

Наоборот, для заваривания кристаллического чая потребуются микроскопические дозы (на 1 л воды – всего 2 г кристаллического чая). Норму заварки в этом случае рассчитывают по формуле ТХ:10.

Что же касается норм заварки смесей из различных видов чая, то здесь надо учитывать особенности компонентов. Следует различать смеси разных сортов одного типа чая и смеси разных типов чая. К последним следует подходить осторожнее и лучше всего не составлять их заранее, а засыпать различные типы чая непосредственно в чайник перед заваркой.

Смесь разных марок (сортов) зеленого и черного чаев можно составлять из расчета половина на половину. При этом на 1 л воды кладут 10 г черного и 10 г зеленого чая, или 4 чайные ложки. Еще лучше, когда в смеси преобладает один из видов, например 2 чайные ложки черного и 1 чайная ложка зеленого чая или наоборот.

{ ГЛАВА 9 }

ОСНОВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА ЧАЯ

МНОГОВЕКОВАЯ практика выработала строго определенный набор показателей качества чая, многие из которых носят специальный характер. Мы остановимся лишь на самых основных из них – на тех, что интересуют каждого потребителя, являясь основными характерными особенностями чайного настоя. Это цвет, крепость, вкус и аромат.

Кроме того, критерием оценки качества чайного настоя и чая в целом служит пенообразование при заваривании. Установлено, что настои высококачественных чаев легче и в большем количестве образуют пену. Замечено также, что постаревший или иным образом испорченный чай, теряя свое высокое качество, утрачивает и способность к пенообразованию.

Появление желтовато-коричневой, как бы грязноватой пены в конце заваривания говорит о правильной заварке и о хорошем качестве чая. Наоборот, слишком белая, чистая и обильная пена свидетельствует о том, что вода, взятая для заваривания, немного не докипела, хотя заварка произведена правильно и качество чая хорошее. Настой такого чая получается недостаточно крепким и вкусным. Обычно при этом вместе с пеной на поверхность всплывает часть чаинок. Полное отсутствие пены – показатель плохого качества сухого чая или значительных нарушений правил заваривания.

ЦВЕТ И КРЕПОСТЬ НАСТОЯ

Многие потребители чая заблуждаются, считая, что цвет настоя определяет его крепость. Сплошь и рядом под крепким чаем подразумевают чайный настой темного цвета. На самом деле крепость чая и темный цвет настоя – понятия, далеко не совпадающие.

Под крепостью чая понимают степень концентрации растворимых веществ чайного листа в чайном настое: чем больше их вышло в настой, тем крепче чай. Крепость, следовательно, зависит прежде всего от качества сухого чая, а также от правил заваривания. Норма закладки чая и время настаивания хотя также практически влияют на увеличение крепости, но с принципиальной точки зрения не связаны с ней: сколько ни клади плохого чая и сколько времени ни настаивай его – он все равно плохим останется, будет пустым, невкусным, хотя и темноокрашенным.

Многие типы и разновидности чая, отличаясь высокой экстрактивностью, отдавая большой процент растворимых веществ в настой, в то же время не очень интенсивно окрашивают его. Таковы все желтые и зеленые чаи, дающие светлый, желтовато-зеленоватый настой, а также многие высокие сорта красных и черных чаев, дающие настой более слабой окраски, чем низкие сорта того же типа. Так, листовые чаи пигментируют настой не столь интенсивно, как ломаные и мелкие. Правда, для большинства потребителей несоответствие цвета настоя его крепости у черных чаев бывает менее заметно. Происходит это из-за отсутствия возможности сравнения разных сортов, а также из-за нарушения правил заварки.

Крепким настой становится при правильном заваривании уже в первые 4–4,5 минуты, а наиболее усиленная пигментация происходит через 8–10 минут после заваривания, ибо к этому времени крепость частично уменьшается за счет испарения эфиров и, следовательно, утраты настоем наилучшего вкуса и аромата. Одновременно после 10 минут в настой выходят такие фракции, которые ухудшают его качество, портят его вкус, придают чаю горечь. Обычно потребитель считает и горечь показателем крепости чая, хотя она свидетельствует исключительно о неправильном, жестком режиме заваривания.

Следовательно, крепость чая характеризуется полнотой, насыщенностью вкуса и аромата, а не степенью окраски настоя и не его горечью.

Крепость настоя чая может быть слабой и хорошей. Она может также практически отсутствовать или быть незначительной.

Настой слабой крепости может получиться из свежей заварки и быть результатом либо слабой концентрации экстрактивных веществ у хороших чаев (когда для заварки взята небольшая доза сухого чая), либо результатом невысокой исходной крепости готового чая (когда заваривается чай низких сортов). Такой чай доброкачествен и в свежем виде обладает слабым, но все же различимым вкусом и запахом. В первом случае он будет светло окрашен (жидкий чай), во втором – более интенсивно, но в обоих случаях он будет чаем слабой крепости.

Другое дело, когда слабый настой является следствием неоднократного заваривания (спитой чай). У такого чая крепость незначительная (если она вовсе не отсутствует), и настой спитого чая совершенно безвкусен и водянист, но по окраске может быть весьма темным, особенно если он оставался стоять несколько часов или был специально подогрет непосредственно на огне. Наиболее резко темнеет от подогревания и кипячения спитой зеленый чай: почти бесцветный вначале, он может приобрести затем даже коричневый оттенок. Но крепость такого чая остается незначительной. Спитой чай не может быть доброкачественным, он, как говорят чаеводы, абсолютно пустой.

Настоем хорошей крепости обладает всякий правильно заваренный чай высоких и средних сортов, если у него к тому же хорошая кондиция. Если же говорят о высокой крепости, то имеют в виду гораздо более высокую, чем обычно, концентрацию экстрактивных веществ на единицу воды, которая является не столько результатом высокого сорта заваренного чая, сколько следствием увеличения дозы (навески) сухого чая по сравнению с нормой.

В целом хорошие сорта чая всегда крепче плохих сортов того же типа. Что же касается сравнительной крепости чаев разных типов, то желтые и зеленые чаи более крепки, чем черные и красные.

Одним из показателей крепости чая служит терпкость настоя, так как она говорит о степени экстрактивности растворимых веществ чая – по крайней мере, о степени экстрактивности танина. Другой, еще более наглядный показатель крепости настоя – это так называемые «сливки».

Многие, вероятно, замечали, что на поверхности остывшего чая иногда появляется как бы пушок. Это и есть чайные «сливки». «Сливки» представляют собой смесь кофеина с катехинами, хорошо растворимую в горячей воде, но выпадающую у крепких чаев в охлажденном настое. Когда «сливки» начинают оседать, то настой чая мутнеет, а после долгого отстаивания «сливки» могут осесть на дно чашки или чайника в виде пленки. Если чай быстро мутнеет при охлаждении, то он действительно крепкий. Если же «сливки» оседают быстро, значит, чай очень крепкий. Чай со слабым настоем не имеет «сливок». «Сливки» не образуются также в чаях, дающих светлый настой (в зеленых, желтых), особенно в нежных и ароматных чаях с большим содержанием эфиров (ароматизированные желтые и зеленые чаи, отборнейшие сорта красных, пушонги, цветочные чаи).

Если наличие «сливок» указывает на крепость чайного настоя, то их цвет служит показателем его качества. Яркий темно-оранжевый цвет «сливок» с красноватым оттенком – признак хорошего чая высокого качества, а тусклый, грязноватый цвет – низкого, плохого качества. Так же как и цвет «сливок», немаловажное значение для определения качества чая имеет и окраска настоя, хотя, как мы видели, она никоим образом не является показателем крепости чая.

Цвет настоя указывает в первую очередь на тип чая (зеленый, желтый, красный, черный), на его разновидность (настои плиточных и кирпичных чаев имеют характерную окраску), а также в известной степени прямо связан с качеством чая.

Говоря о цвете настоя, следует различать густоту, интенсивность окраски и ее яркость, или, как говорят специалисты, колер. Яркость имеет гораздо большее значение для качества чая, чем вообще цвет (степень окраски). Степень яркости всегда точно соответствует степени качества, чего нельзя сказать о цвете. Яркости всегда сопутствует прозрачность настоя. ***Светлый, но яркий настой всегда будет признаком хорошего качества чая. Наоборот, темный, густо окрашенный, но тусклый непрозрачный настой говорит о плохом, низком качестве чая.***

Существуют следующие оттенки яркости (колера) настоя: светлый, хороший, мутный.

Светлый колер не следует смешивать ни с мало окрашенным настоем, ни с настоем, слабым по крепости, ни с жидким чаем, тем более спитым. Светлый колер совсем не является дефектом чая, а иногда даже наоборот (у желтых и цветочных чаев) служит положительным показателем, так как у некоторых сортов методы фабричной обработки, усиливающие цветность чая, автоматически снижают его качество. Поэтому светлый колер настоя в таких случаях служит гарантией правильности технологических процессов, сохранности качества чая.

Хороший колер обладает интенсивной окраской, прозрачностью, яркостью и служит показателем хорошего качества и правильного заваривания почти всех типов чаев, а особенно черных и красных. Для последних хороший колер служит также показателем крепости. Что касается зеленых и желтых чаев, то следует иметь в виду, что при хорошей крепости они быстро темнеют и слегка мутнеют тотчас же при наливании из чайника в чашку, и поэтому их колер при высоком качестве не будет ярким уже через 3–4 минуты. Прессованные чаи вообще лишены в значительной степени такого показателя качества, как яркость, ибо в их настое всегда слишком много взвешенных частиц, что связано с особенностями их приготовления.

Мутный колер, характеризуемый тусклокоричневым, непрозрачным цветом настоя, всегда свидетельствует о том, что чай испорчен (постарел), либо неправильно заварен, либо вообще был очень низкого сорта. При этом не следует путать с мутным колером мутноватый, но не тусклый настой, получаемый от прессованных чаев (плиточного и кирпичного). Им всегда будет сопутствовать вкус и аромат, в то время как чаи, дающие мутный колер, будут одновременно лишены и вкуса и аромата – этих важнейших показателей качества чая.

Существует простой способ проверки и отличия яркости настоя от его окрашенности. Например, высококачественные чаи, особенно цейлонские и южноиндийские, имеют не сильно окрашенный, но яркий настой, который мы обычно называем красивым цветом. Если к такому чаю прибавить молоко, то он становится ярко-оранжевым, иногда с розоватым оттенком, если сорт очень высок. Но если прибавить молоко к настоям низких сортов того же цейлонского или индийского чая, то он приобретет тусклый серовато-бежевый цвет.

Неправильными представлениями потребителей о крепости и цвете чая в прошлом пользовались, да и по сей день пользуются за рубежом различные фальсификаторы чая. Угождая вкусу покупателя, они подкрашивают плохие чаи или добавляют к ним различные примеси, достигая тем самым столь ценимой потребителями густой окраски чая, выдаваемой за крепость. Другой способ достижения темного настоя, применявшийся в прошлом в трактирах и ресторанах, – это добавление к спитому чаю небольшого количества соды и его дальнейшее нагревание и кипячение. При этом из чайного листа выгоняется в раствор дополнительное количество пигмента, что усиливает окраску настоя до темно-коричневого, глухого цвета. Само собой разумеется, что никаких питательных веществ в таком чае нет, но могут оказаться довольно вредные для здоровья алкалоиды типа гуанина (обычно этот алкалоид содержится в птичьем помете – гуано).

Итак, правильно заваренный крепкий высококачественный чай не должен быть ни слишком темного цвета, ни горьким на вкус, но должен обладать прозрачностью, яркостью, красивым цветом, быть ароматным, мягким и приятным на вкус.

ВКУС И АРОМАТ

С каких бы позиций мы ни оценивали чай, мы всегда приходим к заключению, что вкус и аромат служат непременными признаками его качества. Между тем большинство потребителей не видят разницы между этими двумя понятиями и чаще всего замечают лишь вкус чая, но не различают его аромата. Происходит это прежде всего из-за неправильного заваривания чая. Аромат чая, особенно у тонких сортов, образуется в первые же полторы-две минуты после заваривания и при передержке свыше 6 минут полностью улетучивается. Вот почему ради сохранения аромата следует

прекращать заваривание (по крайней мере, черных чаев) уже через 4 минуты.

Вкус и аромат связаны друг с другом. Чай с приятным, сильным ароматом имеет и хороший терпкий вкус. Сочетание вкуса и аромата создает так называемый букет чая, воспринимаемый лучше органами осязания, чем обоняния. Это обстоятельство также оказывает влияние на людей со слабо развитым обонянием, которые не видят разницы между вкусом и ароматом. Аромат как некое ярко выраженное особое качество чая для них не существует. Несмотря на взаимосвязь, вкус и аромат являются разными качествами чая, да и создаются они неодинаковыми веществами.

Вкус чая намного устойчивее аромата, и воспринимается он легче. В его создании участвуют в основном катехины, танин чая. По сравнению с ароматом вкус образуется намного проще. Вкус отчетливо обнаруживается через терпкость чая, по вкусу даже неискушенный потребитель легко отличает черные чаи от зеленых и желтых, кирпичные и плиточные – от байховых.

Другое дело – аромат. Он более тонок, крайне неустойчив, легко может исчезать, и почувствовать его может далеко не каждый, особенно если чай неверно заварен. В то же время аромат чая неизмеримо более разнообразен, чем вкус. Достаточно сказать, что существуют тысячи сортов чая, и каждый из них обладает своим, неповторимым ароматом, точнее, сочетанием вкуса и аромата – букетом.

Аромат чая является конечным результатом сложных химических и биохимических превращений, происходящих как в процессе роста и переработки чайного листа, так и при его хранении. До последнего времени чаеводы не могли точно объяснить секреты образования аромата чая, хотя знали, что основой его являются эфирные масла и их соединения с органическими кислотами чая. Советские биохимики показали значение альдегидов и флавонолглюкозидов, а также катехинов в образовании чайного аромата, английские чаеводы указывают на решающую роль трех компонентов в создании характерного аромата чаев, а именно фенилэтила (альдегид), цитронелола и гексеноола. Аромат каждого из этих трех веществ отличается от обычного, знакомого специфического чайного аромата, который получается только в результате их соединения. Кроме того, именно при переходе этих веществ в настой титестер обнаруживает непередаваемую свежесть аромата.

Эти качества наряду с собственно ароматом и составляют драгоценнейшие свойства чайного напитка. Таким образом, аромат – не только результат сложного состава веществ, но и концентрированная комбинация многих веществ чая. Поэтому ясно, что утрата аромата лишает нас не только удовольствия от чайного напитка (хотя и это немаловажно), но и многих ценных, полезных веществ, содержащихся в чае. Вот почему аромат всегда считался одним из главнейших показателей качества чая. Именно нежность аромата, его повышенная летучесть[1], способность исчезать от любых грубых посторонних запахов и диктует нам деликатное обращение с чаем при хранении и выборе режимов заваривания.

Аромат в основном содержится в пене, появляющейся при заваривании. У правильно заваренного, хорошего чая аромат должен быть достаточно четко выражен и в чашке с настоем (преимущественно в первых чашках, в которые попадают верхние, наиболее легкие слои чайного настоя, насыщенные эфирными маслами). Он остается ясно ощутимым на стенках чашки даже после того, как чайный настой из нее выпит или перелит. Достаточно понюхать стенки такой опорожненной чашки, чтобы понять, насколько аромат отличен от вкуса, насколько он тоньше, изысканнее, нежнее самого мягкого и бархатистого вкуса.

Точно так же аромат чая можно легко ощутить, понюхав ложку, которой растирается заварка. Он, этот аромат, будет неразличим только в том случае, если вообще отсутствует у данного чая или же чай, посуда либо ложка восприняли вследствие неаккуратности своего владельца какие-то чуждые, побочные запахи.

Но аромат труднее, вернее – невозможно описать словами. Титестеры имеют некоторые определения: розанистый, медовый, прижаристый, дымный, кожистый – которые передают лишь одну

[1] Аромат готового (сухого) чая по сравнению с ароматом настоя способен лучше сохраняться, так как фиксируется пектинами, смолами.

из черт аромата, причем наиболее выраженную, доминирующую в том или ином сорте чая, но отнюдь не единственную. В целом чайный аромат напоминает, конечно, запах цветов, временами может быть похож на запах роз (розанистый) и цитрусовых, это может быть смесь запахов земляники, герани и сока черной смородины, но в общем аромат чая не похож ни на один из них в отдельности, он неизмеримо более тонкий и приятный, а также слегка возбуждающий.

{ ГЛАВА 10 }

ТЕСТИРОВАНИЕ ЧАЯ

МЕТОД определения качества чая по всем его многочисленным показателям сложился постепенно, исторически, по мере расширения знаний человека о чае. Долгое время основным и почти единственным способом определения качества чая был органолептический метод, т. е. опробование образцов чая человеком на ощупь, на глаз и на вкус. Этот крайне субъективный по своей сути метод породил особую профессию – титестеров, людей, фактически посвятивших свою жизнь определению качеств чая и ради этого вынужденных пойти на целый ряд ограничений и строгую дисциплину во всей своей не только служебной, но и бытовой жизни. Только таким путем определение, казалось бы, столь субъективного понятия, как вкус, подымается до высокого объективного уровня, причем настолько точного и тонкого, что заменить или воспроизвести эту человеческую оценку не могут никакие приборы.

Конечно, для того чтобы быть титестером, необходим природный талант, причем не только редкий, как, скажем, у певцов или художников, а редчайший, поскольку людей с идеальным обонянием и точным ощущением вкуса вообще весьма немного, а людей, сохранивших эти редкие природные качества от рождения до зрелого возраста, когда решается вопрос о выборе профессии, и того меньше. В каждой стране их насчитывается буквально единицы. Отчасти это происходит оттого, что природные таланты в этой области пропадают чаще, чем в какой-либо иной, так как в детстве, да и в зрелом возрасте относительно мало людей знает о профессии титестера и еще меньшее число людей представляет себе, что это за профессия и какими качествами надо обладать, чтобы быть титестером.

Часто даже в прессе титестеров называют дегустаторами чая. Это абсолютно неверно. Дегустирование относится только к пробе пищи и напитков, в том числе алкогольных, прежде всего различных вин, и предполагает *опробование уже готового пищевого изделия с целью определения его вкусовых особенностей* и отличия от продуктов данной категории. При этом дегустатор обязан съесть хотя бы незначительную часть этого пищевого изделия (кроме алкогольных напитков).

Тестирование чая – гораздо более сложный и разнообразный процесс, чем дегустирование. Оно включает в себя определение качества чайного листа на всех стадиях его производства, опробование готового сухого чая на ощупь, на вид, по самым разным показателям (хрупкость, плотность, качество уборки, наличие типсов, цвет), определение аромата сухого чая и, наконец, опробование чайного настоя по таким показателям, как аромат, вкус, цвет, яркость, крепость, прозрачность, колер, интенсивность настоя, степень экстрагирования. Кроме того, титестер должен провести те же исследования и в отношении разваренного чайного листа. Только вся сумма полученных таким образом сведений с выставлением оценок по каждой контрольной позиции (всего 25–30) и их обобщение дают возможность титестеру вынести свой вердикт о качестве того или иного сорта чая. Вот почему мнение титестера считается «объективным», несмотря на то что является сугубо личным мнением, и обладает непререкаемым авторитетом. Оно практически не бывает окрашено какими-то субъективными моментами. Это мнение строгого профессионала – специалиста высшей категории.

Профессия титестера требует не только таланта, но и больших знаний и опыта. Она связана с большой материальной и государственной ответственностью, с доскональным знанием не только таких дисциплин, как биология, ботаника, биохимия, география, физика, но и экономики мирового рынка, и особенно экономики чайной торговли. Профессия титестера предполагает умение держать в памяти целую коллекцию чайных запахов и знать их происхождение, родословную и историю. Хороший титестер знает особенности всех или большинства чайных плантаций в основных чаепроизводящих странах. Наконец, профессия титестера требует огромной самодисциплины, аккуратности, точности и выдержки, а также умения выдерживать

физические нагрузки. Иногда титестерам международного класса приходится производить до 1000 проб чая в неделю и не просто «делать 1000 глотков», а проделывать связанные с тестированием многочисленные операции и давать по ним свое решающее заключение.

Неудивительно, что профессия титестера, хотя и чрезвычайно почетная, входит в разряд тяжелых профессий наравне с профессиями шахтера и металлурга. Естественно поэтому, что работа титестеров чрезвычайно высоко оплачивается. Здоровье титестеров (а точнее, их носоглотка) застраховано у некоторых английских фирм на 1 млн фунтов стерлингов. Насморк у титестера – событие, которое может нанести огромные убытки чайной фирме.

Профессия титестера требует от человека многих жертв. Он, естественно, не должен курить, употреблять алкогольные напитки, обязан воздерживаться от употребления всякой пищи, имеющей сколько-нибудь ярко выраженный собственный аромат. Поэтому титестеры никогда не едят лука, чеснока, солений и копченостей, употребляют очень мало соли, ограничивают себя в употреблении даже пряных трав и сладостей. Их удел – нейтральная молочно-растительная пища, птица, отварная речная рыба, молодое мясо, некоторые яично-мучные изделия.

Титестер не имеет права пользоваться духами, одеколоном, т. е. пахучими веществами, ароматизированной зубной пастой, душистым туалетным мылом. Он обязан мыть руки только чайным мылом. Более того, его белье, одежда, обувь не должны подвергаться действию новейших синтетических моющих средств, чтобы никакие посторонние запахи не могли оказать влияние на его оценки чая. Само собой разумеется, что титестер бережет себя от простуды. Его рабочее помещение – чистая, большая, обязательно солнечная комната – все время проветривается. В своем общении с другими людьми и окружающим миром титестер должен постоянно исходить из всех вышеперечисленных правил. Это значит, например, что у него не должно быть знакомых, которые курят, пользуются духами и т. д.

Тестируя чайный настой, титестер не выпивает чай, а лишь ополаскивает им полость рта, стараясь затем определить вкус путем растирания капелек чая языком о нёбо. Точно так же, определяя аромат, он не сует нос в чашку с горячим чаем, а нюхает *пустую чашку,* которая была ополоснута чаем, или осторожно нюхает разваренные, но не горячие чайные листья, с которых слит чай. Иными словами, во всех случаях титестер щадит свой обонятельный аппарат, который способен дать ему исчерпывающую информацию об аромате чая по едва заметным для обычного потребителя признакам.

Уникальность титестерской профессии, а еще более – редкость появления и длительного сохранения качеств хорошего титестера все более заставляют чайную промышленность и обслуживающую ее науку искать возможности лабораторных, объективных методов определения качества чая. Сегодня уже применяются биохимический, химический, газовый анализы, люминесцентная оценка, хроматография и теафлавиновая шкала для определения некоторых показателей качества чая, в основном на отдельных этапах его производства, когда необходимо скорректировать режим той или иной технологической операции и в чайном листе важно определить какое-либо одно, важное для данной операции качество. Однако все эти методы объективной оценки не могут пока дать сколь-нибудь ясного представления о вкусе и аромате чая и о совокупности его качественных показателей. Поэтому на них нельзя пока базировать общую оценку достоинства чая, которая является определяющей для установления стоимости чая. Это ответственное дело пока все еще поручают человеку – специалисту-титестеру, живое, непосредственное впечатление которого, как ни парадоксально, оказывается более объективным и точным, чем показания анализов.

В этом смысле органолептический метод, по-видимому, незаменим, и, несмотря на развитие техники, он, скорее всего, не потеряет своего значения, пока люди пьют чай.



ВТОРОЙ ХЛЕБ РАЗНЫХ НАЦИЙ

{ ГЛАВА 1 }

ТЯЖЕЛАЯ СУДЬБА РУССКОЙ ГРЕЧИХИ

СРЕДИ длинного списка дефицитных продуктов прошлых лет, пожалуй, на первом месте и «по стажу», и по заслуженной любви истосковавшихся по ней людей, и, наконец, по объективным кулинарно-пищевым качествам стояла, несомненно, гречневая крупа.

С чисто исторической точки зрения гречка – истинно русская национальная каша, наше второе по значению национальное блюдо. «Щи да каша – пища наша». «Каша – мать наша». «Гречневая каша – матушка наша, а хлебец ржаной – отец родной». Все эти поговорки известны с весьма давних времен. Когда в контексте русских былин, песен, сказаний, притч, сказок, пословиц и поговорок и даже в самих летописях встречается слово «каша», то это всегда означает именно гречневую кашу, а не какую-нибудь иную. Словом, гречиха – не просто пищевой продукт, а своего рода символ национального русского своеобразия, ибо в ней соединились те качества, которые всегда привлекали русский народ и которые он считал своими национальными: простота в приготовлении (налил воды, вскипятил не мешая), ясность в пропорциях (одна часть крупы на две части воды), доступность (гречка всегда была в России в избытке с X по XX век) и дешевизна (вдвое дешевле пшеницы). Что же касается сытности и отменного вкуса гречневой каши, то они – общепризнанны, вошли в поговорки.

Итак, давайте познакомимся с гречихой. Кто она? Где и когда родилась? Почему носит такое имя и т. д. и т. п.

Ботаническая родина гречихи – наша страна, а точнее – Южная Сибирь, Алтай, Горная Шория. Отсюда, из предгорий Алтая, гречиху занесли на Урал урало-алтайские племена во время переселения народов. Поэтому европейское Предуралье, Волго-Камский регион, где гречиха временно осела и стала распространяться в течение всего первого тысячелетия нашей эры и почти два-три столетия второго тысячелетия как особая местная культура, стали второй родиной гречихи, опять-таки на нашей территории. И наконец, после начала второго тысячелетия гречиха обретает свою третью родину, перебрасываясь в районы чисто славянского расселения и становясь одной из основных национальных каш и, следовательно, национальным блюдом русского народа (две черные национальные каши – ржаная и гречневая).

Таким образом, на огромном пространстве именно нашей страны развертывалась в течение двух и даже двух с половиной тысячелетий вся история развития гречихи и находятся три ее родины – ботаническая, историческая и национально-экономическая.

Только после того как гречиха глубоко укоренилась в нашей стране, она стала начиная с XV века распространяться и в Западной Европе, а затем и в остальном мире, где складывается впечатление, что это растение и этот продукт пришел с Востока, хотя разные народы определяют этот «восток» по-разному. В Греции и Италии гречиху называли «турецким зерном», во Франции и Бельгии, Испании и Португалии – сарацинским или арабским, в Германии считали «языческим», в России – греческим, так как первоначально в Киевской и Владимирской Руси гречиху возделывали при монастырях преимущественно греческие монахи, люди более сведущие в агрономии, которые и определяли названия культур. О том, что гречиха испокон веков возделывалась в Сибири, в Предуралье и в Волго-Камском обширном регионе, церковники не желали знать; честь «открытия» и внедрения этой любимой русскими культуры они безапелляционно приписывали себе.

Когда же во второй половине XVIII века Карл Линней дал гречихе латинское название «фагопирум» – «буковоподобный орешек», ибо по форме семян, зерен гречиха напоминала орешки букового дерева, то во многих германоязычных странах – Германии, Голландии, Швеции, Норвегии, Дании – гречиху стали звать «буковой пшеницей». Примечательно, однако, что широкого распространения как блюдо гречневая каша в Западной Европе не получила. Кроме собствен-

но Великороссии гречиха возделывалась лишь в Польше, да и то после ее присоединения к России в конце XVIII века. Так и сложилось, что все Царство Польское, а также не входившие, но примыкавшие к нему Виленская, Гродненская и Волынская губернии стали одним из главных центров возделывания гречихи в Российской империи. И поэтому вполне понятно, что с их отпадением от России после Первой мировой войны производство гречихи в СССР и доля СССР в мировом гречишном экспорте сократились. Однако и после этого наша страна давала 75% и более мирового производства гречихи еще в 20-х годах. В абсолютных цифрах положение дел с производством товарного гречневого зерна (крупы) обстояло за последние сто лет так.

В конце XIX – начале XX века в год под гречиху в России было занято чуть более 2 млн га, или 2% пашни. Сбор составлял 73,2 млн пудов, или по нынешним мерам – 1,2 млн тонн зерна, из которых 4,2 млн пудов экспортировалось за границу, причем не в виде зерна, а главным образом в виде гречневой муки, а круглым счетом 70 млн пудов шло исключительно на внутреннее потребление. И на 150 млн человек тогда этого вполне хватало. Это положение после утраты отпавших земель под гречкой в Польше, Литве и Белоруссии было восстановлено уже к концу 20-х годов. В 1930–1932 годах площади под гречихой были расширены до 3,2 млн га и составляли уже 2,81 посевных площадей. Сборы зерна составили в 1930–1931 годах 1,7 млн тонн, а в 1940 году – 13 млн тонн, т. е., несмотря на некоторое падение урожайности, в целом валовой сбор был выше, чем до революции, и гречневая крупа постоянно была в продаже. Более того, оптовые, закупочные и розничные цены на гречку в 20–40-е годы были в СССР самыми низкими среди прочих хлебов. Так, пшеница была 103–108 коп. за пуд, в зависимости от района, рожь – 76–78 коп., а гречиха – 64–76 коп., причем дешевле всего она стоила в Приуралье. Одной причиной низких внутренних цен было падение мировых цен на гречиху. В 20–30 годах СССР вывозил лишь 6–8% валового сбора на экспорт, да и то вынужден был конкурировать с США, Канадой, Францией и Польшей, которые также поставляли на мировой рынок гречневую муку, в то время как крупа-ядрица на мировом рынке не котировалась.

Даже в 30-х годах, когда пшеничная мука вздорожала в СССР на 40%, а ржаная на 20%, гречневая крупа-ядрица вздорожала всего на 3–5%, что при ее общей низкой стоимости было почти незаметно. И тем не менее спрос на нее на внутреннем рынке и в этой ситуации нисколько не возрастал, даже снижался. Практически же она была в избытке. Но к снижению спроса приложила руку наша «родная» медицина, которая неустанно распространяла «информацию» о «малой калорийности», «трудной усвояемости», «высоком проценте целлюлозы» в гречневой крупе. Так, биохимики публиковали «открытия», что гречка содержит 20% целлюлозы и, следовательно, «вредна для здоровья». При этом в анализ зерна гречихи бессовестно включалась и лузга (т. е. оболочки, закрышки, от которых лущилось зерно). Словом, в 30-х годах, вплоть до начала войны, гречка не только не считалась дефицитом, но и низко котировалась пищевиками, продавцами и диетологами.

Положение резко изменилось во время войны и особенно после нее. Во-первых, все площади под гречихой в Белоруссии, на Украине и в РСФСР (Брянская, Орловская, Воронежская области, предгорья Северного Кавказа) были полностью утрачены, попав в полосу военных действий или в оккупированные территории. Оставались лишь районы Предуралья, где урожайность была очень низка. Армия тем не менее регулярно получала гречневую крупу из заблаговременно созданных крупных государственных запасов.

После войны положение осложнилось: запасы были съедены, восстановление площадей под посевы гречихи шло туго, важнее было восстановить производство более продуктивных видов зерна. И тем не менее сделано было все, чтобы русский народ не оставался без любимой каши.

Если в 1945 году под посевами гречихи было всего 2,2 млн га, то уже в 1953 году они были расширены до 2,5 млн га, но затем в 1956 году вновь неоправданно сокращены до 2,1 млн га, так как, например, на Черниговщине и Сумщине вместо гречихи стали возделывать более рентабельную кукурузу под зеленую массу как кормовую культуру для животноводства. Уже с 1960 года размер площадей, отводимых под гречиху, вследствие дальнейшего своего сокращения перестал указываться в статистических справочниках отдельной позицией среди зерновых.

Крайне тревожным обстоятельством явилось сокращение сборов зерна как вследствие сокращения посевных площадей, так и вследствие падения урожай-

ности. В 1945 году – 0,6 млн т, в 1950 году – уже 1,35 млн т, но в 1958 году – 0,65 млн т и в 1963 году всего-навсего 0,5 млн т – хуже, чем в военном 1945 году! Падение урожайности было катастрофическим. Если в 1940 году урожайность гречихи составляла в среднем по стране 6,4 центнера с га, то в 1945 году урожайность упала до 3,4 центнера, а в 1958 году до 3,9 центнера и в 1963 году составляла всего 2,7 центнера, вследствие чего возник повод ставить вопрос перед инстанциями о ликвидации посевов гречихи как «устаревшей, нерентабельной культуры», вместо того чтобы сурово наказать всех, допустивших такое позорное положение.

Надо сказать, что гречиха всегда была малоурожайной культурой. И это все ее производители во все века твердо знали и потому с этим мирились, особых претензий к гречихе не предъявляли. На фоне урожайности других зерновых до середины XV века, т. е. на фоне овса, ржи, полбы, ячменя и даже отчасти пшеницы (в Южной России), урожаи гречихи своей малопродуктивностью не особенно отличались.

Лишь после XV века, в связи с переходом на трехпольный севооборот и с выясненной возможностью значительно повышать урожаи пшеницы, – и потому с «отрывом» этой культуры как более выгодной, товарной от всех остальных хлебов начала, да и то постепенно, незаметно, обнаруживаться малоурожайность гречихи. Но это произошло лишь в конце XIX – начале XX века, и особенно наглядно и очевидно лишь после Второй мировой войны.

Однако те, кто был ответствен за сельскохозяйственное производство в это время в нашей стране, ни историей хлебных культур, ни историей возделывания гречихи вовсе не интересовались. Зато делом считали выполнение плана по зерновым, причем в целом. И гречиха, включавшаяся до 1963 года в число зерновых культур, заметно понижала агрочиновникам их общий процент урожайности в этой позиции, в этой строке статистической отчетности. Именно это больше всего заботило Минсельхоз, а не наличие гречневой крупы в торговле для населения. Вот почему в недрах ведомства зародилось и возникло «движение» за ликвидацию у гречихи ранга зерновой культуры, а еще лучше, вообще за ликвидацию самой гречихи как некой «возмутительницы хорошей статистической отчетности». Возникло положение, которое для наглядности можно было бы сравнить с тем, как если бы больницы отчитывались об успехах своей медицинской деятельности по… среднебольничной температуре, т. е. по среднему градусу, выводимому от складывания температуры всех больных. В медицине абсурдность такого подхода очевидна, а в ведении зернового хозяйства ни у кого не вызвала протеста!

О том, что урожайность гречихи имеет определенный предел, и о том, что невозможно без ущерба для качества крупы повышать эту урожайность до определенного предела, – никто из «решающих инстанций» не хотел думать. Именно только полным непониманием проблем урожайности гречихи можно объяснить тот факт, что в БСЭ 2-го издания в статье «гречиха», подготовленной ВАСХНИЛ, указывалось, что «передовые колхозы Сумской области» добились урожайности гречихи в 40–44 центнера на га. Эти невероятные и совершенно фантастичные цифры (максимальная урожайность гречихи – 10–11 ц) не вызвали никакого возражения и у редакторов БСЭ, поскольку ни «ученые» агрономы-академики, ни «бдительные» редакторы БСЭ ни черта не смыслили в специфике этой культуры.

А специфики этой было хоть отбавляй. Или, точнее говоря, вся гречиха сплошь состояла из одной специфики, то есть во всем отличалась от других культур и от привычных агрономических понятий насчет того, что такое хорошо и что такое – плохо. Быть «среднетемпературным» агрономом или экономистом-плановиком и заниматься гречихой было невозможно, одно исключало другое, и кто-то в таком случае должен был уйти. «Ушли», как известно, гречиху.

А между тем в руках тонко чувствовавшего специфику гречихи хозяина (агронома или практика), смотрящего на явления современности с исторических позиций, она не только не погибла бы, но и явилась бы буквально якорем спасения для сельхозпроизводства и страны.

Так в чем же специфика гречихи как культуры?

Начнем с самого элементарного, с зернышек гречихи. Зерна гречихи, в их природном виде, имеют трехгранную форму, темно-коричневый цвет и размеры от 5 до 7 мм в длину и 3–4 мм в толщину, если считать их с той плодовой оболочкой, в которой их производит природа.

Тысяча (1000) таких зерен весит ровно 20 граммов, и ни на миллиграмм меньше, если зерно высококачественное, полнозрелое, хорошо, правильно высушенное. А это – весьма важная «деталь», важное свойство,



важный и яснейший критерий, позволяющий весьма простым способом контролировать каждому (!) без всяких приборов и технических (дорогостоящих) приспособлений и качество самого товара, зерна, и качество работы по его производству.

Вот вам первая специфическая причина, по которой за эту прямоту и ясность не любят иметь дело с гречихой любые бюрократы – ни администраторы, ни плановики-экономисты, ни агрономы. Эта культура не даст словчить. Она, подобно «черному ящику» в авиации, сама расскажет, как и кто с ней обходился.

Далее. Гречиха имеет два основных вида – обыкновенная и татарская. Татарская более мелка и толстокожа. Обыкновенная делится на крылатую и бескрылую. Крылатая дает товар меньшего натурного веса, что было весьма существенно, когда любое зерно мерили не на вес, а на объемы: измерительный прибор вмещал всегда меньше зерен крылатой гречихи, и именно благодаря ее «крыльям». Гречихи, распространенные в России, всегда принадлежали к числу крылатых. Все это имело и имеет практическое значение: одеревенелая оболочка натурного зерна (семян) гречихи, ее крылья, – в целом составляют весьма заметную часть веса зерна: от 20 до 25%. И если этого не учитывать или «учитывать» формально, включая в вес товарного зерна, то возможны махинации, исключающие или, наоборот, «включающие» в обороты до четверти массы всего урожая в стране. А это десятки тысяч тонн. И чем более бюрократизировалось управление сельским хозяйством в стране, чем больше снижалась моральная ответственность и честность участвующего в операциях с гречихой административно-торгового аппарата, тем больше возможностей открывалось для приписок, хищения, создания дутых цифр урожаев или потерь. И вся эта «кухня» была достоянием только «специалистов». И есть все основания полагать, что подобные «производственные детали» и впредь останутся уделом лишь заинтересованных «профессионалов».

А теперь несколько слов об агрономических особенностях гречихи. Гречиха практически совершенно нетребовательна к почве. Поэтому во всех странах мира (кроме нашей!) ее возделывают только на «бросовых» землях: в предгорьях, на пустошах, супесях, на заброшенных торфяниках и т. п.

Отсюда и требований к урожайности гречихи никогда особо не предъявлялось. Считалось, что на подобных землях ничего иного и не получишь и что эффект экономический и товарный, а еще более чисто пищевой и без того значителен, ибо без особых затрат, труда и времени – все-таки получается гречневая крупа.

В России в течение веков рассуждали точно так же, и потому гречиха была всюду: каждый помаленьку для себя ее выращивал.

Но с начала 30-х годов и в этой области начались «перекосы», связанные с непониманием специфики гречихи. Отпадение всех польско-белорусских районов гречкосеяния и ликвидация единоличного возделывания гречихи как экономически нерентабельного в условиях низких цен на гречневую крупу привело к тому, что были созданы крупные хозяйства по возделыванию гречихи. Они давали достаточно товарного зерна. Но ошибкой было то, что все они были созданы в районах отличных почв, в Черниговской, Сумской, Брянской, Орловской, Воронежской и других южнорусских черноземных областях, где традиционно возделывались более товарные зерновые культуры, и прежде всего пшеница.

Как мы видели выше, конкурировать по сборам с пшеницей гречиха не могла, и кроме того, именно эти районы оказались полем основных военных действий в период войны, так что они выпали из сельскохозяйственного производства надолго, а после войны в условиях, когда надо было всемерно повышать урожайность зерновых, оказались более необходимыми для возделывания пшеницы, кукурузы, а не гречихи. Вот почему в 60–70-е годы шло вытеснение гречихи из этих районов, причем вытеснение стихийное и постфактум санкционированное высокими сельскохозяйственными инстанциями.

Всего этого не произошло бы, если бы под гречиху заранее отводились лишь бросовые земли, если бы развитие ее производства, специализированные «гречневые» хозяйства развивались независимо от районов традиционного, т. е. пшеничного, кукурузного и иного массового зернового производства.

Тогда, с одной стороны, «низкие» урожаи гречихи в 6–7 центнеров с га никого бы не шокировали, а считались бы «нормальными», а с другой стороны – не было бы допущено падения урожайности до 3 и даже 2 центнеров с га. Иными словами, на бросовых землях низкая урожайность гречихи – и закономерна и рентабельна, если «потолок» не спускается уж слишком низко.

А достижение урожайности в 8–9 центнеров, что также возможно, следует уже считать крайне хорошим. При этом рентабельность достигается не в силу прямого увеличения ценности товарного зерна, а посредством ряда косвенных мер, вытекающих также из специфики гречихи.

Во-первых, гречиха не нуждается ни в каких удобрениях, особенно в химических. Наоборот, они ее портят во вкусовом отношении. Поэтому создается возможность прямой экономии на затратах в смысле удобрений.

Во-вторых, гречиха, пожалуй, единственное сельскохозяйственное растение, которое не только не боится сорняков, но и успешно борется с ними: она вытесняет сорняки, глушит, убивает их уже в первый год посева, а на втором вообще оставляет поле идеально чистым от сорняков, без всякого вмешательства человека. И разумеется, без всяких пестицидов. Экономический и плюс экологический эффект от этой способности гречихи трудно оценить в голых рублях, но он исключительно высок. И это – огромный экономический плюс.

В-третьих, гречиха, как известно, превосходный медонос. Симбиоз гречишных полей и пасек ведет к высоким экономическим выгодам: убивают двух зайцев – с одной стороны, резко увеличивается продуктивность пасек, выход товарного меда, с другой – резко повышается урожай гречихи в результате опыления. Причем это единственный надежный и безобидный, дешевый и даже прибыльный способ повышения урожая. При опылении пчелами урожай гречихи увеличивается на 30–40%. Таким образом, жалобы хозяйственников на низкую рентабельность и малую прибыльность гречихи – выдумки, миф, сказки для простаков, а вернее сказать – чистое очковтирательство. Гречиха в симбиозе с пасечным хозяйством – высокоприбыльное, крайне рентабельное дело. Той продукции всегда обеспечен высокий спрос и надежный сбыт.

Казалось бы, о чем в таком случае речь? Отчего все это не реализовать, и притом как можно скорее? Во что, собственно, все эти годы, десятилетия упиралась реализация этой простой программы возрождения гречнево-пасечного хозяйства в стране? В незнание? В нежелание вникнуть в суть проблемы и отойти от формального, чиновничьего подхода к данной культуре, на основе показателей плана посевов, урожайности, неверного географического распределения их? Или существовали еще какие-нибудь причины?

Единственной существенной причиной губительного, неправильного, нехозяйского отношения к гречихе следует признать лишь только лень и формализм. Гречиха имеет одно весьма уязвимое агрономическое свойство, единственный свой «недостаток», а точнее – свою ахиллесову пяту.

Это ее боязнь холодов, а особенно «утренников» (кратковременных утренних заморозков после посева). Это свойство было замечено давно. В древности. И боролись с ним тогда просто и надежно, радикально. Посев гречихи производили после всех остальных культур, в период, когда почти на все 100% гарантирована хорошая, теплая погода после посева, то есть после середины июня. Для этого устанавливался день – 13 июня, день Акулины-гречишницы, после которого в любой удобный погожий день и в течение следующей недели (до 20 июня) можно было производить посев гречихи. Это было удобно и отдельному хозяину, и хозяйству: они могли приняться за гречиху, когда все остальные работы были окончены в посевной. Но в обстановке 60-х годов, а особенно в 70-х, когда спешили отрапортовать о быстром и скором посеве, о его завершении, те, кто «затягивал» сев до 20 июня, когда кое-где уже начинали первые укосы, – получали взбучки, нахлобучки и прочие шишки. Те же, кто выполнял «ранний сев», практически лишались урожая, так как гречка гибнет от холодов радикально – вся целиком, без исключения. Вот таким путем и была сведена гречиха в России. Единственным способом избежать гибели этой культуры от холодов считалось передвинуть ее южнее. Именно так поступили в 20–40-х годах. Тогда гречиха была, но, во-первых, ценой занятия площадей, пригодных для пшеницы, а во-вторых, в районах, где могли бы расти и другие более ценные технические культуры. Словом, это был выход механический, выход административный, а не агрономический, не экономически продуманный и обоснованный. Гречку можно и нужно возделывать гораздо севернее ее обычного ареала распространения, но надо сеять поздно и тщательно, заделывая семена до 10 см в глубину, т. е. ведя глубокую вспашку. Нужна аккуратность, тщательность, добросовестность посева и затем, в момент, предшествующий цветению, – полив, иными словами – необходимо приложить труд, причем осмыс-

ленный, добросовестный и интенсивный труд. Только он даст результат.

В условиях крупного, специализированного гречишно-пасечного хозяйства – производство гречихи выгодно и может быть увеличено весьма быстро, в год-два по стране. Но надо дисциплинированно и интенсивно трудиться в течение очень сжатых сроков. Это то основное, что требуется для гречихи. Дело в том, что гречиха имеет крайне короткий, небольшой вегетационный период. Через два месяца, или максимум через 65–75 дней после посева, она «готова». Но ее надо, во-первых, посеять очень быстро, в один день на любом участке, и эти дни ограничены, лучше всего 14–16 июня, но не раньше и не позже. Во-вторых, необходимо следить за всходами и в случае малейшей угрозы сухости почвы производить быстрый и обильный, регулярный полив до цветения. Затем необходимо к моменту цветения перетащить ульи поближе к полю, причем эта работа производится только ночью и в хорошую погоду.

А спустя два месяца – наступает столь же быстрая уборка, причем зерно гречки досушивается после уборки, и тут тоже нужны знания, опыт и, главное, тщательность и аккуратность, чтобы не допустить на этом последнем этапе неоправданных потерь в весе и во вкусе зерна (от неправильной сушки).

Таким образом, культура производства (возделывания и обработки) гречихи должна быть высока, и каждый занятый в этой отрасли должен это сознавать. Но производить гречиху должны не единоличные, не маленькие, а большие, комплексные хозяйства. В эти комплексы должны входить не только бригады пасечников, занятых медосбором, но и чисто «фабричные» производства, занятые простой, но опять-таки необходимой и тщательной обработкой гречишной соломы и лузги.

Как выше уже упоминалось, лузга, т. е. оболочка семян гречихи, дает до 25% ее веса. Терять такие массы – плохо. А их обычно не только теряли, но и засоряли этими отходами все, что только можно: дворы, дороги, поля и т. п. Между тем лузга дает возможность вырабатывать из нее путем прессования с клеем высококачественный упаковочный материал, особенно ценный для тех видов продовольственных товаров, которым противопоказан полиэтилен и другие искусственные покрытия.

Кроме того, можно перерабатывать лузгу в высококачественный поташ путем простого сжигания и точно так же получать поташ (калийную соду) из остальной гречишной соломы, хотя этот поташ более низкого качества, чем из лузги.

Таким образом, на базе возделывания гречихи можно вести специализированные многоотраслевые хозяйства, практически совершенно безотходные и производящие гречневую крупу, гречневую муку, мед, воск, прополис, маточное молочко (апилак), пищевой и технический поташ.

Все эти продукты нам нужны, все они рентабельны и стабильны в смысле спроса. И кроме всего прочего, не следует забывать, что гречка и мед, воск и поташ всегда были национальными продуктами России, точно так же как ее рожь, черный хлеб и лен.

{ ГЛАВА 2 }

РИС

— ВАМ С РИСОМ?
— НЕТ-НЕТ, С КАРТОШКОЙ!
ЭТОТ СТЕРЕОТИПНЫЙ ДИАЛОГ В СТОЛОВОЙ ИЗВЕСТЕН КАЖДОМУ. РИСОВЫЙ ГАРНИР У НАС, ПОЖАЛУЙ, САМЫЙ НЕХОДОВОЙ. МЕЖДУ ТЕМ БОЛЕЕ ДВУХ ТРЕТЕЙ НАСЕЛЕНИЯ ПЛАНЕТЫ СЧИТАЕТ РИС НАИБОЛЕЕ ЛЮБИМЫМ И ВКУСНЫМ БЛЮДОМ.

На огромном пространстве от Каира до Йокохамы, от Алма-Аты до Сурабайи рис приготавливают на тысячу ладов и отваривают десятками способов. Его разводят в Центральной и Восточной Африке, в Полинезии и Меланезии и не в последнюю очередь в Южной Европе. В Испании и Италии рис сеют с раннего Средневековья, в Греции и Албании, Югославии и Болгарии – тоже с весьма отдаленных времен. Да и на Американском континенте он распространился от Флориды до устья Ла-Платы. На всей этой территории возникли в течение веков также свои способы и свои навыки в приготовлении риса. Однако основной областью возделывания риса была и остается Азия.

В Китае рис был известен за три тысячи лет до нашей эры. Оттуда он попал в Индию, где и были выведены его новые, «длинненькие» сорта. Затем, все еще до нашей эры, рис постепенно завоевал весь Азиатский континент.

В Европе он появился сравнительно поздно. На многих европейских языках он обозначается как рийс, рис, рисо. Эти названия, однако, были введены в оборот лишь с конца XVII века. До этого он назывался сарацинской пшеницей, сарацинским зерном. В XV веке это название через Венгрию проникло и на Украину, где непонятное слово «сарацинский» было переиначено в «сорочинский».

Под названием «сорочинского пшена» рис был известен и в России вплоть до 70-х годов XIX века. В Средней Азии рис называется шала, в Закавказье – чалтык. Здесь, как и на всем Востоке, рис любимое, почетное блюдо. И он никогда не приедается. Почему?

Прежде всего, в Азии едят не рис, а самые разнообразные рисы (пусть это слово не режет слуха филологов). Известно более 20 ботанических видов, свыше 150 разновидностей и несколько тысяч агросортов риса. Но все это многообразие делится на две основные ветви: длинный, тонкий, узкий – индийского происхождения и кругловатый, короткий – японского происхождения. Рис бывает не только белым, но и черным, фиолетовым, красным, бежевым, желтым, с прожилками. Но самый питательный – красный рис, растущий в долине реки Иравади. Почти каждый вид или разновидность риса делится еще на две группы – клейкий и неклейкий. Все эти различия в цвете, размере, форме, прозрачности и клейкости чрезвычайно важны для обработки. Один сорт требует промывки в холодной воде, другой – в теплой, третий – в горячей, четвертый – в тепловатой соленой… Есть сорта, которые лучше обжаривать или, промыв, просушить, а есть и такие, которые необходимо выдерживать часами в крепком рассоле, а затем столь же упорно отмывать.

Что же касается самого отваривания, то оно имеет еще более разнообразные формы: меняются соотношения воды и риса, меняется среда – вода, молоко, вода с маслом, смесь воды с молоком, бульон, пар; меняется и сосуд – его форма, толщина дна, материал, герметичность; вводятся дополнительные факторы – тонкая прокладка между рисом и сосудом из теста, капустных листьев, травы спорыша.

Непопулярность наших рисовых каш и гарниров объясняется как раз тем, что рис всюду отваривают одним

способом. А на фабриках-кухнях, в столовых его часто смешивают, независимо от сорта и вида, и варят вместе. В этом случае он получается особенно невкусным.

Обычно рис делят только на два сорта: первый и второй, да и то в зависимости от степени очистки, а не от истинного качества и вкуса. При этом второй сорт порой оказывается лучшим, так как не подвергается полировке и сохраняет больше питательных и вкусовых веществ.

Применение риса в кулинарии исключительно многообразно. Он прекрасно сочетается с солеными и сладкими продуктами, с кислыми и нежными, с пряными и ароматными, с молочно-кремовыми, «бархатными» по консистенции и острыми, жгучими. Он незаменим к мясным блюдам, к овощным и фруктовым, к молочным. Его можно использовать и с рыбой (в рыбных салатах), в грибных и мучных блюдах.

Из добавок наиболее подходят к рису лук, чеснок, томатная паста и сок, красный перец, масло – растительное и животное, яйца, сахар, молоко, сливки, корица, яблоки, чернослив, изюм, лимоны, апельсины, все виды цедры, ваниль, шоколад.

СЕКРЕТЫ ОБРАБОТКИ

Любой рис промывают в холодной воде до тех пор, пока она не станет прозрачной. Короткий, кругловатый, толстый рис надо замочить в чуть тепловатой воде на 10–15 минут, затем промыть холодной.

Длинноватый, сухой, но не тонкий, а скорее овальный после промывки в холодной воде надо ошпарить кипятком, а затем вновь облить на сите или в дуршлаге холодной водой, после этого отваривать.

Рис тонкий, мелкий, сухой, прозрачный (чаще всего это рис патна, называемый у нас неверно – «пакистанский» вместо «патанский»), не промывая, замачивают в соленой холодной воде на 5–8 часов и лишь затем несколько раз промывают. При этом соль не растворяют в воде, а заворачивают в тряпочку или салфетку, на которую насыпают рис, а затем заливают водой. Соль лучше использовать крупную, кристаллическую.

НЕСКОЛЬКО СПОСОБОВ ВАРКИ РИСА

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ (ДЛЯ ГАРНИРА)

Стакан риса, 50 г масла (растительного или сливочного), около 1 литра бульона (мясного или овощного), чайная ложка соли без верха, 1–1,5 столовой ложки томатного соуса.
Бульон вскипятить, засыпать промытый рис, добавить масло, соус, соль, закрыть кастрюлю крышкой и варить на умеренном огне, пока жидкость не испарится.

ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ

5 стаканов риса, 6 стаканов воды. Без соли.
Рис засыпать в холодную воду после тщательной промывки, плотно накрыть кастрюлю крышкой и быстро, на очень сильном огне довести воду до кипения. Тотчас же переключить на средний огонь и держать на нем 10 минут, затем 5 минут на очень слабом огне. Быстро открыть крышку, положить поверх кастрюли салфетку, вновь закрыть крышкой и выдержать без огня 10 минут.

АЗЕРБАЙДЖАНСКИЙ

В большую, широкую и глубокую кастрюлю налить до половины или на 3/4 подсоленный кипяток, сверху накрыть салфеткой, обвязать ею и на салфетку насыпать промытый рис. Закрыть его опрокинутой вверх дном большой тарелкой, предварительно положив поверх риса кусочек сливочного масла, и поставить кастрюлю на сильный огонь минут на 20–25.

ВЬЕТНАМСКИЙ

Рис перебрать, но не промывая, осторожно обжарить с маслом на сковороде (стакан риса, столовая ложка сливочного масла) до светло-бежевого или розового цвета. Затем переложить в другую посуду, залить стаканом воды (лучше кипятком) и выпарить на умеренном огне под крышкой.

ЯПОНСКИЙ

Стакан риса, 1,5 стакана воды, чайная ложка соли.
В кипящую воду засыпать промытый рис, плотно закрыть крышкой, прижав ее так, чтобы не выходил пар, и прогреть на слабом огне ровно 12 минут. Затем выключить огонь и дать постоять еще 12 минут. Лишь после этого открыть крышку.

{ ГЛАВА 3 }

СОЯ

1. ИСТОРИЯ И СВОЙСТВА СОИ

«НИ ОДНО растение не привлекало к себе столько внимания и не возбуждало такого интереса, как соя» – так писали газеты в начале 30-х годов. О ней говорили в институтах и академиях, ей посвящались заседания солидных учреждений, про нее, наконец, рассказывали небылицы и судачили кумушки и «пикейные жилеты».

И ни у одного продукта не было одновременно столько почитателей и порицателей, как у сои.

Несмотря на взятую в целом установку – пропагандировать внедрение сои в общественное питание, даже у ее прозелитов суждения были самые противоречивые, а сведения и оценки – самые невероятные.

Это проявлялось отчасти уже и в том, что долго не могли подыскать для сои подходящее русское название. Масличный боб, масличный горох, бобы Габерландта, хотя еще Карл Линней дал ей звучное и красивое латинское имя – глициния. Наконец остановились на англизированной переделке с японского – соя. И называли этим именем, привлекшим своей краткостью, все, что связано с соей, – и растение, и зерно (бобы), и муку, и масло, и соевый соус. Все было «соя».

И вот сейчас вновь встает вопрос о сое. Встает на сей раз совершенно по-новому. О расширении ее отечественного производства в значительных масштабах. О превращении этой культуры в один из важнейших видов сырья для многих отраслей народного хозяйства. И для сельскохозяйственного производства, где главным потребителем сои станет животноводство. И для самой разнообразной промышленности.

Так что же представляет собой соя, известная человечеству уже более шести тысячелетий? Чем замечателен ее боб?

Соя – важнейшая белково-масличная культура мирового земледелия. Это одно из древнейших культурных растений, известных в Азии. По древности она спорит с рисом. В 2838 году до нашей эры в трактате Шен-Нуна были полностью разработаны принципы приготовления из сои нескольких десятков разнообразных пищевых продуктов, оставшиеся почти неизменными вплоть до наших дней, – соевого масла, соевой муки, соевого молока, соевого творога, соевых сыров, соевых соусов, а также горячих и холодных блюд с участием сои.

В Европе соя стала известна чрезвычайно поздно – спустя 200–300 лет после других дальневосточных экзотических продуктов: чая, корицы, бадьяна, апельсинов, да и то не как растение, а вначале в виде готового соуса. Лишь в 1873 году соя фактически впервые была представлена в Европе как сельскохозяйственная культура на международной выставке в Вене. В России о сое узнали по-настоящему лишь во время Русско-японской войны 1904–1905 гг., когда трудность подвоза продуктов на Дальний Восток вынудила царское командование ввести в армии соевый рацион.

Надо сказать, что обстановка, в которой европейские страны знакомились с соей, отнюдь не способствовала ее популярности, ибо интерес к ней возникал в годы кризисов и войн. Из-за этого на сою с самого начала легло пятно неполноценности, заменителя, эрзаца. Так привыкал смотреть на нее рядовой массовый потребитель, и это было тем более несправедливо, что соя самый полноценный натуральный продукт.

Попытки энтузиастов распространения сои представить ее перед массовым потребителем в возможно лучшем свете были зачастую настолько наивными, что они не приносили желаемого результата, а порой достигали прямо противоположного эффекта.

Так, пропагандисты сои в 30-х годах вместо производных продуктов из сои рекомендовали лишь сами соевые бобы, которые казались им «естественной, не изуродованной приготовлением пищей, по своему внешнему виду привычной массовому потребителю» (поскольку они напоминают горох).

Таким образом, вместо традиционных, выработанных веками продуктов из сои, номенклатура которых насчитывает до сотни названий и которые отличаются друг от друга поразительным разнообразием вкуса, предлагалось, по существу, необработанное сырье – бобы.

Конечно, в мире нет чудес, нет панацеи. Это мы знаем. Но соя действительно уникальна. Это продукт, практически не дающий никаких отходов. В сое используется все. Она состоит в среднем на 37–40% из белков, на 19–22% из масла и на 20–30% из экстрактивных веществ – пектинов, декстринов, ферментов, сахарозы, органических кислот.

Иными словами, соя – продукт без балласта. Даже в мире растений подобных примеров почти нельзя встретить.

Главное в сое белки, протеины. Соя – самый значительный в мире резервуар и источник белков. Счет на калории, скажем прямо, занятие праздное. Ныне основным критерием полезности и ценности любого пищевого продукта являются протеины, белки. И здесь соя вне всякой конкуренции.

Соевое масло также важное сырье. В его составе витамины А, К, B_1, B_2, Р, РР. Там есть вещества, не вырабатываемые организмом человека. Но главное в масле сои – фосфатиды – и из них лецитин, идущий на строительство, ремонт и питание нервной ткани. Соевое масло – исходное сырье для самых высококачественных красок, олиф, лаков. Из сои получают особые мыла и пластмассы, редкие сорта прочнейших клеев, идущих на изготовление фанеры, а также на склеивание различных тканей – от текстильных до живых. Без сои, наконец, не может существовать современная медицинская промышленность, производящая антибиотики, ибо их выращивают на богатых белками соевых средах. Сфера применения сои все более расширяется. Если раньше это была лишь продовольственная культура, то теперь она стала неотъемлемой частью лакокрасочной, фармацевтической, текстильной, бумажной, комбикормовой промышленности. Из сои делают незаменимые влагоотталкивающие, изоляционные, пенообразующие и огнестойкие вещества – все, что мы связываем с самым передовым, с новейшими достижениями техники. Я уже не говорю здесь о том, что соя недостаточно еще используется как непременный белковый компонент для многих производств в пищевой промышленности – от консервной, рыбной, мясной, овощной до хлебопекарной и кондитерской.

Словом, соя необходима как первичное, незаменимое и высококачественное натуральное сырье для самых разнообразных отраслей народного хозяйства.

До сих пор основным районом соеводства в нашей стране были Дальний Восток, Амурская область, Приморский и Хабаровский края.

Это северная граница соесеяния в Азии. Соя «воспиталась» в муссонном, обильном влагой и солнцем климате. Поэтому она может возделываться всюду – от юга умеренной зоны до тропиков при условии обильного орошения. Одно из удивительных свойств сои то, что ее биологический потенциал гораздо выше, чем от нее пока получают в производственных условиях. В Азии соя дает 7 центнеров бобов с гектара, в США – в среднем 12–15, а в условиях передовых хозяйств в европейской части нашей страны – 20–24 центнера. И потолок еще далеко не достигнут.

При обильном поливе соя способна давать до 37 центнеров бобов с гектара и 300–325 центнеров зеленой массы, как это достигнуто, например, на Херсонской опытной станции.

Вот почему есть смысл развернуть соеводство в некоторых благоприятных для соесеяния районах – на Северном Кавказе, Ставрополье, Нижнем и Среднем Поволжье, Украине, в Молдове, Казахстане, государствах Закавказья – на поливных землях. Есть у сои и еще одна особенность, требующая внимания. На соевых полях, уходящих до горизонта, все работы, от сева до уборки, естественно, немыслимо вести без машин.

Суть проблемы не в том, чтобы сконструировать машины специально для уборки сои (такие машины у нас уже есть), а в том, чтобы еще лучше приспособить сам соевый кустик к механизированной уборке. Что это значит?

В странах Дальнего Востока соя растет как попало: бобы располагаются там в любой части стебля – снизу доверху, как на горохе. И это не составляет никакой проблемы, ибо уборка там ведется преимущественно вручную. Даже если растение лежит на земле, это не ведет к потере бобов – его просто выдергивают и обмолачивают вместе с другими.

У нас при механизированной уборке необходимо, чтобы растение вело себя не как угодно природе, а как удобно машине. У него должен быть твердый, прямой, не способный к полеганию стебель (штамб); одинаковой высоты на всем поле (примерно около полуметра),

и на этом стебле бобы должны расти не где попало, а только вверху, и не как попало, а так, чтобы машина могла срезать только их. Для большего удобства уборки листья с растения должны опадать точно к моменту жатвы, чтобы оставались одни только стручки.

Таково современное идеальное растение сои, каким его хотят видеть земледельцы, механизаторы и каким его стараются сделать и уже делают ученые-селекционеры. Так, А. К. Лещенко вывела несколько отличных сортов, и среди них «неполегающая-2».

Казалось бы, сою приручают довольно успешно, хотя на это и требуется время. Однако по мере приспособленности к требованиям человека, особенно по мере увеличения урожайности, соя все более усложняет задачу своего приручения. Образно говоря, у нее появляются все новые капризы. Для каждой зоны требуются свои семена, свои особые сорта. Иначе «чужой» для данной зоны сорт семян немедленно реагирует снижением урожайности.

Зато тех, кто сумел разгадать загадки и капризы сои, она вознаграждает очень щедро. Рентабельность сои поразительна. Ее высококачественные белки обходятся в 10–15 раз дешевле, чем мясо. Да и само мясо, выращенное на базе соевых жмыхов, обходится втрое-вчетверо дешевле.

Наладить и расширить производство сои в современном, сегодняшнем понимании – значит иметь больше мяса, причем оно станет дешевле и будет лучшим по вкусу, консистенции и другим качественным показателям. Разумеется, о соевых продуктах, о продуктах, изготовленных непосредственно из сои, также не следует забывать. Надо только вложить больше души, ума, изобретательности в их производство. В этой области немало сюрпризов, на которые столь щедра соя.

2. ПРОДУКТЫ ИЗ СОИ

В оценке пищи людям свойственно исходить из двух критериев: полезно и вкусно. Часто, однако, бывает, что полезное – вовсе не вкусно, а вкусное – отнюдь не полезно.

Это противоречие иногда непримиримо. Очень и очень полезный рыбий жир трудно заставить проглотить и детей и взрослых. А отнюдь не всегда полезный шоколад с удовольствием едят и те и другие.

Соя и здесь обнаруживает свою удивительную многосторонность. Ее полезность несомненна. По белковой ценности она вдвое превосходит наилучшее мясо. Причем ее белок не похож на растительные белки, а ближе стоит по составу к белку куриного яйца. От растительных белков он унаследовал, однако, лучшее качество – отсутствие пуринов. И потому соя не страшна диабетикам, почечникам, печеночникам.

Что же касается вкусовых качеств, то и они не нуждаются в особой рекомендации. Соя обладает широким вкусовым диапазоном. С одной стороны, из нее получают порошок, напоминающий по вкусу какао и используемый для производства шоколада и всех шоколадсодержащих кондитерских изделий. С другой – она способна давать остро-соленые и остро-пряные продукты. Соевый сыр напоминает вкусом рокфор, а соевые соусы служат универсальной приправой к мучным, крупяным, овощным, рыбным и другим пресным блюдам, которые только с помощью сои приобретают разнообразный вкус.

Однако вкус в соевых блюдах – это не то, что дано сое от природы, а качество, приобретаемое соей лишь после определенной обработки и переработки. Сами по себе соевые бобы в сыром и даже в отварном виде невкусны. Вот почему суп или каша из соевых бобов не только не могут дать правильного представления о соевой пище, но иногда и попросту неудобоваримы. Более того, неправильно приготовленные блюда из сои трудно усваиваются организмом, в то время как правильно приготовленные не только усваиваются легко сами по себе, но и их незначительные добавки к другой пище, к другим блюдам резко повышают усвояемость последних.

В чем же тут дело? В чем секрет сои? Почему и вкус, и белок в соевом бобе представляют собой, говоря философским термином, «вещь в себе» и только после правильной переработки становятся, или, лучше сказать, могут стать «вещью для нас»?

Дело в том, что все содержимое сои – и прежде всего белки – настолько концентрированно, что при сильном, неправильном нагреве «заваривается», так что может потерять всякую усвояемость. Вспомните куриное яйцо. Чем дольше вы его варите, тем оно становится тверже и невкуснее. Крутое яйцо усваивается хуже, чем сваренное всмятку.

Но это еще не все. Помимо белка, в сое много декстринов, пектинов, т. е. желирующих веществ, а также немало таких компонентов, которые обладают огромной гигроскопичностью. Это означает, что соевый боб,

прежде чем быть употребленным в пищу, должен еще до тепловой обработки развернуть все свои потенциальные возможности, т. е. разбухнуть в воде настолько, чтобы все входящие в его состав вещества как бы развернулись, ожили и одновременно стали бы менее концентрированными на единицу объема. Только в этом случае им может не повредить тепловая обработка. После набухания сои создаются устойчивые коллоидные растворы фосфатидов, которые повышают усвояемость жиров и белков. Обычно за полсуток, а точнее, за 14 часов соевый боб вырастает в объеме в 3, в 2,5 раза и больше не увеличивается. Однако и вымачивание имеет отрицательные свойства: до 3% сухого вещества сои переходит за это время в воду. Чтобы предотвратить потерю полезных веществ, вымачивание и варку сочетают: сою заливают холодной водой, выдерживают в ней несколько часов и варят на очень медленном огне в течение суток. При этом чрезвычайно важно подчеркнуть, что варить соевые бобы таким образом лучше всего большими массами – по 60–100 кг сразу. Только в этом случае медленность переработки сои дает наилучший эффект. Уже одно это показывает, что производство соевых продуктов, соевой пищи под силу только общественному питанию, что соя – продукт, просто требующий массового производства. Однако если медленность, постепенность нагрева и разбухание сои обеспечивают сохранность качества ее белков, то их активная усвояемость, а также вкус соевых продуктов создаются только при помощи ферментации.

Иными словами, соя, соевые бобы должны обязательно пройти стадию брожения, заквашивания. Без этого они все еще будут слишком тяжелы. Все мы знаем, что квашеная, кислая капуста вкуснее просто сырой, что соленые огурцы и помидоры отличаются своеобразием вкуса по сравнению со свежими, что соленые арбузы и моченые яблоки – деликатес. И все же мы стараемся употреблять овощи как можно больше сырыми, ибо твердо помним, что в них очень важны витамины, точнее, витамин С. Иначе обстоит дело с соей. В сыром соевом бобе никакого витамина С нет. Вкус, активизация и даже возникновение витаминов и энзимов (ферментов) происходит только после стадии брожения (ферментации). При этом соя и здесь ведет себя иначе, чем другие растительные продукты.

И овощи, и травы, и фрукты, если мы их хотим заквасить, засолить, замочить, замариновать, требуют обязательно влажной среды, следовательно, влажной ферментации. Соя же требует двойной ферментации – и сухой (как чай), и последующей влажной (как овощи). В этом еще одна ее особенность.

Только после этого соевые продукты приобретают и своеобразный приятный вкус (в ходе ферментации неприятный запах улетучивается), и ту наивысшую степень усвояемости, которую вообще способен иметь сверхидеальный продукт, – 98–100%.

Однако даже обработанная таким сложным и длительным образом соя все же представляет собой своеобразный концентрат. Об этом надо помнить всегда при употреблении соевой пищи.

Соя должна быть непременно добавкой, белковым обогатителем основной пищи. В этом случае она принесет наибольшую пользу, не приестся, не надоест, даже станет почти незаметной, хотя и незаменимой.

Соевые готовые соусы, соевое рафинированное масло, соевые сыры (соленый, грибковый, копченый) – все эти продукты могут стать дополнением к привычной пище, обогатят ваш рацион и в качественном, и во вкусовом отношении.

Однако наряду с желательным, зримым присутствием сои на нашем столе еще более существенным и необходимым является ее, так сказать, «невидимое» присутствие в различных продовольственных изделиях, выпускаемых пищевой промышленностью.

Здесь возможности сои используются далеко не на полную мощность. А между тем соя помогает разрешить ряд проблем, казалось бы, отстоящих от нее довольно далеко.

Всем известно, например, какие трудности связаны с производством твердых пшениц и как они необходимы для приготовления макарон, вермишели, спагетти. Добавка 8–10% соевой муки к обычной пшеничной муке делает ее «твердой» и одновременно повышает ее белковую ценность.

И если эта мера не используется, то только потому, что соевая мука – до сих пор понятие не столь определенное, как, скажем, пшеничная мука или ржаная. Дело в том, что соевая мука – это совокупное название разных продуктов, каждый из которых имеет свои свойства. Соевую муку можно приготовить из соевых жмыхов, после того как из бобов отжали масло. В такой муке белки составляют свыше 47%, но в них нет клетчатки, и выпекать из нее ничего нельзя. Это относится, впрочем, и к другим видам соевой муки – из целого

боба и к так называемой муке Берцеллера. Мука из целого боба считалась нестойкой, ибо очень быстро прогоркала, отчего все соесодержащие продукты приобретали горький вкус и неприятный запах. Однако в 30-х годах в Венгрии была решена проблема дезодорирования соевой муки, т. е. избавления ее от запаха. Мука Берцеллера имеет приятный ореховый аромат и не горкнет. Именно прибавление этой муки к другим видам муки крайне желательно. Если прибавить муки Берцеллера прямо в коровье молоко, то оно делается стойким, его белковый коэффициент резко возрастает и оно легче усваивается.

Таким образом, соевая мука не конкурирует с другими видами муки, не заменяет их. Она является лишь ценным пищевым, вкусовым и лечебным дополнением к ним. Особыми вкусовыми достоинствами обладает мука из проросших за сутки и затем размолотых бобов. Эта мука богата витаминами.

Точно то же можно сказать и о соевом молоке, которое получают, размалывая соевые бобы пополам с водой, а затем процеживая и кипятя полученную жидкость. Само по себе соевое молоко нестойко и невкусно – оно отдает запахом гороха. Но соевое молоко – также полуфабрикат. Уже сливки из этого молока невозможно отличить от настоящих, особенно при добавлении их в какао или кофе.

В кондитерском же деле соевое молоко гораздо удобнее применять, чем настоящее, ибо оно в соединении с мукой почти не коагулируется (не свертывается), что дает более нежную консистенцию кондитерских изделий.

Соевое масло также можно получать в самых различных вариантах. Обычно у нас получают прежде всего техническое масло, поскольку используют горячий метод отжима, дающий больше масла, но портящий его вкус.

Соевое салатное масло, обладающее ореховым вкусом, можно получать только при помощи холодного жима, да и то производя его сравнительно медленно (сам отжим идет несколько часов).

Что же касается соевого творога и особенно соевых сыров, то их производство требует навыков и приспособления к нравам сои, а также значительного времени (некоторые соевые сыры требуют выдержки до пяти лет). Это, конечно, кое-кого отпугивает. Но и соевые соусы иногда производятся в течение двух-трех лет. А между тем в Японии ежегодная выработка соевого соуса доходит до 1,5 миллиона литров.

Соевый соус – превосходный ингредиент для разнообразной консервной промышленности – рыбо-, мясо- и овощеконсервной. Кроме того, недозрелые бобы сои в соевом же соусе дают превосходные консервы, напоминающие видом зеленый горошек, но пикантные по вкусу. Наконец, пророщенные в течение пяти-шести дней ростки бобов сои представляют деликатес – вкусный салат с большим содержанием витамина С. Такие ростки можно и консервировать, и получать в любое время года в домашних условиях. Особенность сои как пищевого продукта в том и состоит, что методы ее обработки отличаются от методов обработки и мясных, и растительных продуктов и целиком приспособлены к ее физико-химическим свойствам и составу.

В течение веков соя сама диктовала, как ее лучше готовить, отвергая все способы приготовления, которые не учитывали ее специфических свойств. Так выработались традиции.

Таким образом, правила кулинарной обработки сои отличаются особенностями, коренящимися в самом продукте. Смешно отказываться от вкусного блюда только потому, что оно делается иначе, чем мы привыкли поступать с другим пищевым сырьем. Вот почему следует всемерно использовать накопленный международный опыт пищевого применения сои.

Конечно, основная масса сои – и в виде жмыхов или шрота, и в виде зеленой массы или же в форме сенажа – пойдет на корм скоту, на поднятие продуктивности нашего животноводства. Однако и об использовании сои и соепроизводных продуктов для нашего стола не стоит забывать.

Надо лишь помнить, что соя типичный добавочный продукт, небольшое внесение которого значительно обогащает любые пищевые изделия – от мясных, рыбных до овощных, молочных, мучных и кондитерских – белковым содержанием и важными веществами: лецитином, фитином, пектинами, нужными для организма человека, а также способными значительно разнообразить наше питание во вкусовом отношении.



МОЁ МЕНЮ

ВВЕДЕНИЕ

Попробуйте задать любому простому человеку вопрос: «Какое у вас меню?» или «Какое меню вы предпочитаете?». Тот, несомненно, встанет в тупик. Еду он, разумеется, ест, но о меню – никогда как-то не думал.

Да и зачем ему это? Ест что придется или то, что нравится, что подвертывается или на что денег хватает. Вот и все.

Совсем иное дело, если такой же вопрос вы зададите повару, пусть самому простому и незначительному. Какой бы ни была его поварская квалификация, такой вопрос не застанет его врасплох. Он сразу поймет, о чем идет речь. Ведь проблема меню прямо относится к его профессии, неотделима от всей его повседневной деятельности.

Если речь идет о его *рабочем меню*, то это как раз то, что ежедневно, или более постоянно, стабильно, приходится готовить данному повару, а это значит, что характер меню тесно связан с его квалификацией или с его производственными интересами и проблемами. Уж ему ли о них не знать?! Или о них не думать?!

Так вскрывается все существо различий между понятиями *меню для повара* и *меню для потребителя, едока*.

Домохозяйка, которой приходится готовить для семьи, также в большей степени озабочена проблемой составления ежедневного меню, чем члены ее семьи. Ведь она как-никак исполняет должность «семейного повара», и потому она *активно относится к меню*, а члены ее семьи – пассивно.

Совсем по-иному относится к меню клиент ресторана, особенно если он смотрит на ресторан как на заведение, которое должно удовлетворить его желание получить вкусную и разнообразную пищу.

В этом случае он выбирает меню, отвечающее его вкусу, придирчиво сравнивает меню разных ресторанов, сопоставляет вкус и цены перечисленных в меню одинаковых по названию блюд, словом, проявляет живой, активный интерес к этому вопросу.

Конечно, и обычный едок, питающийся регулярно в кругу своей семьи или в столовой, заинтересован в составе и в содержании своей ежедневной пищи, то есть в меню, которым он вынужден пользоваться. Но поскольку он не активно, а пассивно относится к меню, поскольку он привык, что обед ему готовят посторонние, а не он сам, то серьезно и сознательно он о меню не думает, эти вопросы его глубоко не занимают, и он привык полагаться на случайность или чужой выбор. «Что предложат, то и буду есть». Или: «Выберу из того, что предоставят».

Таким образом, очень многие люди, едва ли не большинство, заранее ограничивают себя в выборе меню, занимают в этом вопросе пассивную позицию, «облегчают» себе жизнь тем, что исключают заботу о своем меню из своего активного сознания. Кажется, что есть проблемы в жизни и поважнее этой.

Именно эта тенденция становится за последние годы и, пожалуй, последние полтора десятилетия, все более распространенной, что сильно отличает нынешнюю ситуацию от положения в 60–70-х годах, а особенно от положения до Второй мировой войны. Тогда многих современных пищевых продуктов просто не знали, выбор пищевого сырья был формально невелик, но зато о разнообразии кулинарного превращения этого сырья думали гораздо больше и практически придавали немалое значение изменению ежедневного меню. Современный же «средний человек» все более ориентируется на готовые, стандартные меню разного рода «усредненных» по качеству кулинарного исполнения пищевых точек – кафетериев, кафе, бистро, столовок и иных забегаловок, где используются совершенно одинаковые полуфабрикаты, лишь изредка принимающие разные названия, где фактически «штампуется» однообразная пища. И наш клиент привык, что иного он и не вправе ожидать, и ориентируется в основном на цену, а не на состав конкретных блюд в меню, чем еще более ограничивает и примитивизирует свой пищевой выбор.



Стандартизация питания захватила в последнее десятилетие не только городской общепит, но и домашнюю кухню горожан, особенно в крупных городах. Причиной этого стали в основном два фактора, далеких от кулинарии.

Первым, глобальным фактором явились общие изменения, происшедшие в мире, в мировой торговле, в снабжении нашей страны импортными продовольственными товарами.

Второй фактор – субъективный, заключается в изменении психологии современного человека конца XX века, все более стремящегося к освобождению себя от домашних кулинарных забот, все более склонного к упрощению своих кулинарных усилий. В наиболее резкой, гротескной форме эта тенденция проявляется в американском быту. Домашняя кухня среднего американца оснащена всякими кухонными электрическими и микроволновыми машинами, но чем более этих машин, тем менее разнообразную и менее вкусную пищу готовит американец, ибо все машины запрограммированы на изготовление нескольких стандартов. Так обстоит дело с субъективным фактором, основным следствием которого у нас в стране стало пристрастие к колбасе да яичным и макаронным блюдам, если не считать традиционной картошки.

Глобальный же фактор привел прежде всего к тому, что в массовое, низовое уличное питание (а именно им пользуется молодежь!) стали все больше внедряться отдельные чужие, иностранные пищевые изделия, которые даже блюдами назвать нельзя – вроде пиццы, хот-догов, гамбургеров, чизбургеров – и которые были вовсе не свойственны прежним поколениям россиян. Они дополняются отечественными доморощенными изделиями – беляшами, пирожками с мясом и капустой, пончиками, чебуреками и т. п., то есть, по сути дела, аналогичными по составу мясо-тестяными продуктами.

Одновременно в домашнее питание внедряются различные полуфабрикаты, также якобы «берегущие время» – вроде мясных и куриных кубиков-концентратов «Кнорр», картофельных пюре и рисовых каш «Анкл Бен», острых соусов и кетчупов «Хайнц», муссов и кремов «Д-р Эткер», а также разных овощных, рыбных, грибных консервов, маринадов, презервов. Все это, наряду с колбасными и мясо-копчеными готовыми изделиями (беконом, грудинкой, корейкой, шейкой, сосисками, сарделькаами, карбонатом и т. д.), создает возможность для современных горожан питаться полностью изделиями *холодного стола*, не прибегая, по существу, к горячей пище или сводя ее также к стандартному, ограниченному минимуму – бульону (из кубиков), яичнице или омлету, овсяной или рисовой каше, отварным картошке, макаронам, готовым пельменям, к чаю и кофе.

Разумеется, конкретное каждодневное меню любого современного горожанина определяется в первую очередь его достатком, и поэтому в репертуар его пищи могут попасть далеко не все продукты даже из перечисленного ассортимента. Но все же в целом воздействие и подавляющую роль готовых промышленных продуктов в современном повседневном меню ощущают все категории, все социальные группы современного общества. И не только ощущают, но и невольно оказываются во власти преимущественно холодного стола или… примитивного горячего.

При всем кажущемся разнообразии нынешних *готовых пищевых изделий*, при ассортименте в несколько десятков наименований на деле меню, которое можно составить из них на неделю, не говоря уже о целом месяце, поражает удручающим однообразием и состава, и вкуса, неизбежной повторяемостью пищевого материала и главное – ощущением невозможности вырваться из «заданного» или создавшегося свино-мясо-тестяно-консервного пищевого круга. Скрасить это однообразие люди обычно пытаются постоянным употреблением алкогольных напитков: пива и водки. С физиологической точки зрения это понятно и даже естественно, ибо алкоголь способен и «подавить» негативные стороны пищевого однообразия, и быстрее «перерабатывать» мясную и жировую субстанцию, создавая иллюзию «усвояемости». О том, что впоследствии, лет эдак через 10–15–20, эта иллюзия рассеивается и на смену ей приходит суровая реальность в виде ряда заболеваний внутренних органов, подорванных слишком «убыстренным» перевариванием пищи, лучше не думать. Ибо все равно поздно.

Разумеется, подобный «выход из положения» нельзя признать приемлемым. Подлинный выход – это нормальный горячий стол, получаемый систематически, а не от случая к случаю, и нормальное, хорошо сбалансированное меню.

Именно они – прочная гарантия нормальной, а подчас и высокой работоспособности, высокого КПД, хорошего самочувствия и отменного здоровья на склоне лет.

Самое удивительное, что все это хорошо известно, но тем не менее не всегда и не для всех достижимо. Так,

например, горячий стол в большинстве случаев обеспечивается при наличии очень прочной и дружной семьи. Но далеко не у всех таковая имеется.

Практически альтернативу современному холодному столу может ныне составлять только ресторанное питание. Но оно крайне дорогостоящее и совсем не приспособлено по этой причине быть систематическим питанием.

Одна из причин непомерной дороговизны хорошей ресторанной еды заключается в том, что горячая качественная пища действительно представляет собой огромное жизненное преимущество, а это становится уже довольно редким явлением в наше время. Поэтому, по условиям рыночной экономики, именно за один только факт своей исключительности (а вовсе не за реальную стоимость хорошего пищевого сырья), а также за работу мастера-кулинара высокого класса рестораны устанавливают повышенные цены на приготавливаемую в них по всем правилам еду. Расчет показывает, что эти цены превышены чуть ли не вчетверо, впятеро. А приготовление пищи на том же кулинарном уровне, из таких же продуктов в домашних условиях, учитывая, что вы не платите самому себе за приготовление, снижает себестоимость ресторанной еды в шесть-восемь раз!

Так что достаточно научиться хорошо готовить, чтобы обеспечивать себя высококачественной едой даже при среднем достатке. Однако по этому пути идут крайне немногие.

Что же делать всем остальным, не умеющим самостоятельно готовить, обладающим невысоким социальным статусом, но желающим активно работать, сохранить свое здоровье и достаточно вкусно и нормально питаться, не выходя за пределы своих скромных материальных возможностей?

Им надо уметь комбинировать домашнее и столовское питание и при этом следить за тем, чтобы их ежедневные, а тем более недельные, месячные и квартальные меню не состояли из однообразной, одинаковой по пищевому составу еды, а как можно более кулинарно разнообразились. Ориентироваться же только на столовскую еду, а тем более на меню какой-либо одной столовой, не только нецелесообразно, но и… опасно.

Дело в том, что современное общественное питание исповедует, так сказать, мнимонаучные каноны и в своих наиболее «продвинутых» заведениях складывается под влиянием американских понятий о рациональном питании. А это значит, что при определении рациона еды на день или на неделю или в подборе состава пищи для отдельного обеда главное внимание уделяется чисто формальным показателям – калорийности, наличию белков, жиров, углеводов, минеральных солей, витаминов и т. п. Все это не имеет отношения к кулинарии, к проваренности или прожаренности пищи, к ее конечному вкусу и аромату. Однако считается, что тем самым ведется контроль за снабжением нашего организма всем необходимым, что этим проявляется забота о здоровье человека, доверившегося общепиту.

На деле же все сводится просто к тому, что еда сопровождается формальным документом, более напоминающим анализ мочи, в то время как о подлинных физиологических достоинствах и реальной полезности такой «выверенной еды» мы так и не получаем никакого объективного представления[1], а в органо-лептическом отношении изо дня в день сталкиваемся с совершенно одинаковым, стандартным вкусом и ароматом блюд.

И хотя гигиеническая сторона современного питания и общий стандартный вкус сами по себе не вызывают никаких возражений при их эпизодическом употреблении, особенно у непривередливых посетителей пиццерий и «Макдоналдсов», но при регулярном, систематическом питании в этих заведениях из года в год стандартность меню начинает сказываться со всей силой.

В чем и как?

В том, что она приводит к тому же результату, к какому ведет стандартное кормление животных, скажем коров, которые не сами выбирают себе травку на лугу, как некогда крестьянские буренки, а питаются строго научно, в стойлах, получают точные меры сена, комбикормов, сырых кормов, соли и т. д. Цель такого кормления – получение высоких надоев молока и поддержание здоровья животного. С надоями, конечно, все в порядке. Они обеспечиваются. Но что чувствует животное от постоянного выверенного стандартного питания – корову не спрашивают. Да она и объяснить этого не может, как,

[1] Дело в том, что процентное содержание различных веществ обычно устанавливается в сырых (или сухих) продуктах (мясе, овощах, крупах), до их кулинарной обработки. В готовых горячих блюдах, при взаимодействии продуктов, при разной степени и длительности нагревов, при разной влажности (в супах и в жарком), все эти проценты и соотношения их, естественно, изменяются, причем, как, на сколько, неизвестно, ибо готовые блюда никакому анализу не подвергаются, особенно в домашней кухне. Тем самым вся эта игра с процентами теряет всякий смысл.



впрочем, и человек, регулярно пользующийся стандартным, постоянным, «выверенным» меню «Макдоналдсов».

Однако замечено, что животные при стойловом содержании становятся особо «спокойными», апатичными, равнодушными, что очень неплохо сказывается на росте их привеса и выходе молока. У человека же «особое спокойствие», известное под названием «отупение», также оказывается полезным, но с общественно-политической точки зрения. Кроме того, для преодоления апатии и отсутствия интереса к окружающему человек, в отличие от животных, располагает многими искусственными средствами. Он может компенсировать свою психическую дисгармонию, преодолеть свою апатию введением сильнодействующих внешних раздражителей – оглушающей музыкой, рок-н-роллом, алкоголем, созерцанием ужасных или «щекочущих нервы» зрелищ и т. д. и т. п.

Не случайно распространение стандартизированного питания и отмечается как раз у тех групп населения, которые неприхотливы к пище, наиболее некультурны в целом и питаются в основном на улице – в массовых, стандартных пищевых точках с их одинаковой едой.

Если 90–95 лет тому назад недовольство низким качеством еды могло послужить поводом для массового протеста и революционного взрыва (восстание на броненосце «Потемкин» в 1905 г.), то это объяснялось острой чувствительностью тогдашних поколений простых людей, привыкших к простой, но нестандартной, разной в разных частях России, деревенской, естественной, а потому физиологически приемлемой и вкусной пище, на фоне которой любая стандартная, да к тому же недоброкачественная, невкусная еда воспринималась как нечто невозможное и недопустимое. Отсюда и протест был сильным, искренним, эмоциональным.

Ныне же при условиях соблюдения современной гигиены питания, маскирующей безвкусие и неприемлемость пищи, ее кулинарное несовершенство, сам факт стандартизации и нивелированности пищи по вкусу не дает оснований современному «спокойному» человеку для формальных придирок, но практически весьма вреден, так как ведет объективно к снижению нормального эмоционального тонуса, требуя его искусственной коррекции, что приобретает уже не только чисто пищевой, кулинарный, но и социальный смысл.

Вот почему проблема меню имеет ныне уже не только личный, индивидуальный для каждого человека интерес, но и интерес общественный, становится одной из проблем будущей системы общества, а не только кулинарно-гастрономической заботой потребителя.

Ведь обладать активно мыслящим, психически здоровым населением, а не массой равнодушных «живых роботов», лишь обеспечивающих «производственный процесс», – в коренных интересах общества, всей страны, если она хочет оставаться живым, динамичным, растущим и развивающимся организмом.

Конечно, нельзя преувеличивать прямое воздействие стандартизированного, однообразного или «научно-сбалансированного» питания (кормления!) на формирование психического склада населения, ибо здесь немалую роль играют и другие факторы и процессы, возникающие в общественной жизни и носящие социально-политический и социально-экономический характер. ***Но распространенная система стандартного питания создает как бы биологическую основу для социальных процессов, как бы «подстилает их», при этом содействует укоренению, укреплению определенных социальных тенденций. Вот почему воздействие однообразия меню на формирование психики нового молодого поколения нельзя сбрасывать со счета, а как раз необходимо принимать в расчет!***

Между тем меню складывается у большинства людей, с их собственной точки зрения, как бы стихийно, случайно, а потому на его сознательное формирование или коррекцию для себя лично большинство людей просто не обращают внимания. И это усугубляет их постепенное, незаметное, «тихое» втягивание в зависимость от «стойлового содержания». Ведь и животные, употребляющие стандартизированные корма годами, делаются настолько равнодушными, что не решаются покидать стойла и их приходится насильно выгонять на прогулку.

Однообразие питания в более длительной перспективе чревато также возникновением различных соматических заболеваний. Ибо чем однообразнее стол, тем больше шансов накопления шлаков в организме, тем легче возникают нарушения обмена веществ. Вот почему организация своего меню, его наличие или, по крайней мере, сознательное отношение к нему – важный элемент здорового образа жизни.

Но что следует конкретно делать, что надо предпринимать, чтобы ваше ежедневное, еженедельное, ежемесячное и годовое меню было бы правильным, нормальным, здоровым и вкусным? На что надо обращать внимание при составлении программы своего питания?

{ ГЛАВА 1 }

ОТ ЧЕГО ЗАВИСИТ ВЫБОР И ПОСТРОЕНИЕ МЕНЮ

НЕКОТОРЫЕ ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ

Прежде всего надо совершенно ясно заявить, что выбор меню зависит главным образом от общей культуры и развитого вкуса человека и, в частности, конечно, от его кулинарной культуры и знаний.

Вместе с тем надо категорически развеять заблуждение, что будто бы в выборе хорошего, кулинарно грамотного меню решающую роль играет материальный фактор.

Как показывает вся история развития кулинарии, никакое богатство, никакие материальные возможности не спасают человека некультурного от неправильного питания, от полной неспособности определить для себя нормальное, вкусное, полезное меню.

Как раз наоборот. Именно богачи являются предметом насмешек во всей мировой литературе в связи с их неумением правильно питаться и неспособностью определить себе приемлемое и подлинно вкусное меню. В этом отношении показателен и Митрофанушка у Фонвизина, и русское купечество в пьесах А. Н. Островского. Всегда для иллюстрации бескультурья не случайно избирается персонаж, который, несмотря на возможности, не умеет, не в состоянии определить себе нормальное меню.

Русский поэт середины XIX века, современник и друг А. С. Пушкина, В. С. Филимонов так, например, высмеивал людей, не разбирающихся в элементарных законах питания и имеющих хаотическое, беспорядочное и потому крайне невкусное меню, несмотря на то что в нем было нагромождено много дорогих и ценных блюд:

Однажды был такой обед,
Где с хреном кушали паштет,
Где пирамида из котлет
Была усыпана корицей,
Где поросенок с чечевицей
Стоял обвитый в колбасах,
А гусь копченый – весь в цветах.
А вот обед, где ветчина
Была с изюмом подана!!!
Вот редька горькая с сметаной!!!
Вот с черносливом суп овсяный,
С лавровым листом колбаса,
С ершами – соус из морошки,
С брусникою – телячьи ножки!

Как видим, поэт подвергает прежде всего осмеянию самый большой с кулинарной точки зрения порок обеда – пищевую несовместимость в составе ряда блюд, ибо здесь некультурность питания особенно бросается в глаза. Но он не пропускает случая осмеять и другой, не меньший, но менее заметный для некультурных людей кулинарный порок – несовместимость ряда блюд и напитков в смысле их последовательности в еде, то есть уже прямо говорит о негодности меню, о бескультурье питания в целом.

Не евши, пьют вино иные,
Едят другие без вина,
А пьют вино наместо чая,
С ним воду с сахаром мешая!
Иль пьет на рыбу – квас негодный,
Снятое с чаем молоко,
С вареньем – теплое «Клико».

Вот почему сам факт составления для себя меню или любое проявление внимания к созданию упорядоченного, периодического репертуара блюд и стремление к тому, чтобы они не повторялись, уже говорит о высокой культуре человека, о понимании им тесной связи между качеством питания и разнообразием компонентов питания, об осознании необходимости частой смены состава пищи, о поддержании неповторяемости вкуса своей еды для обеспечения гармоничного «состояния души» и высокой работоспособности.



Эффективность питания в громадной степени зависит от его кулинарного разнообразия, а вовсе не от количества калорий или белков в продуктах. Ведь цель питания человека вовсе не в том, чтобы получить привес[2] или давать молоко. Цель – в поддержании активной жизнедеятельности, в обеспечении высокого тонуса эмоционального настроя, а все это создается в значительной мере «радостью от еды», получаемой вовсе не за счет ее количества или ее особой «питательности», а за счет ее разнообразия, неприедаемости, неожиданности, ее вкуса, аромата и других не поддающихся количественно-процентному исчислению понятий.

Отсюда ясно, что проблема составления меню, с одной стороны, чрезвычайно индивидуальна, персонально обусловлена и должна решаться каждым сугубо лично для себя, а с другой стороны, любое персональное меню зависит от времени, от эпохи, от особенностей национальной и международной кухни данного времени, от всей культуры и ее уровня в данный исторический период. Вот почему правильное меню, эффективное по своим пищевым и питательным задачам, должно отвечать и личному вкусу человека, и времени (эпохе), в котором тот живет. А это непросто.

Следовательно, само применение для себя упорядоченного меню – уже элитарно. Это, конечно, не значит, что культурным меню пользуется только элита. Как раз современная элита, лишенная общей культуры, пришедшая «из грязи в князи», дает многочисленные примеры того, что она «умеет» питаться дорого, богато, употреблять изысканные блюда, но ее общее меню – беспорядочно, хаотично, случайно и подвержено переменчивой иностранной моде. Словом, меню элиты может быть и весьма некультурным. А в кулинарном отношении даже бездарным.

Одна из особенностей меню состоит в том, что оно фиксируется в письменной форме. И это – также признак культурности и гарантии ответственности. Меню – это серьезный кулинарный документ, он фиксирует не только программу питания человека на ближайшее будущее, но и сохраняет данные о питании человека в прошлом, дает редкую возможность сравнить, что ели наши предки, и что едим ныне мы, и кто из нас более успешно решает вечные задачи правильного питания.

В четкой письменной форме меню появляются уже в середине XVII века, при французском дворе Людовика XIV, но их зачатки, несомненно, существовали и ранее, в Италии и во Франции, в устной форме приказаний различных монархов своим придворным поварам.

Письменная же форма меню сразу помогла расширить диапазон блюд, так как появилась возможность сравнивать во времени и сезонно разнообразить пищевой состав блюд, фиксируя и сопоставляя все варианты и изменения. Это дало мощный толчок к выдумыванию различных новых блюд, побудило кулинарное творчество и быстро привело к выдвижению именно французской кухни на первое место в мире, не говоря уже о том, что это помогло наладить правильную, периодическую смену блюд, установить четкий контроль за этим процессом. Это надо иметь в виду и каждому современному человеку, решившему следить за своим меню: без записи, без регулярной письменной фиксации никакой правильной выработки меню не получится.

Накопление письменных меню, их сравнение, их изменение *помогли выработке* формальных правил составления перспективных меню и вообще *принципов построения меню*.

С самого начала, то есть еще в конце XVII века, было выдвинуто *два основополагающих принципа*, которые сохранили свое значение и до сего времени.

Первый – можно назвать естественным, или природным. В основе его лежит обязательная *сезонная смена пищевых продуктов* животного и растительного происхождения, которая должна была неизбежно отражаться в повседневном меню. Так, овощи, фрукты, грибы, а также пернатая дичь были явно продуктами, строго приуроченными к определенному сезону, ко времени года, иногда точно к определенному месяцу, а потому не должны были подаваться в несвойственное, в неурочное для них время, особенно в свежем, естественном виде.

Даже мясо домашней птицы, домашнего скота, которое хотя и могло использоваться в течение всего года, во многом также приурочивалось к определенным сезонам, как по религиозным, так отчасти и по природным соображениям.

[2] Между тем в советских санаториях и домах отдыха всегда измеряли результат отдыха или лечения – в килограммах, – взвешивая отдыхающих до и после пребывания. И люди хвастались, сколько они «прибавили» в весе, как они «поправились!».

Забой скота производили чаще всего к осени, то есть в период наибольшего нагула веса, наибольшей упитанности и, следовательно, наилучшего качества мяса, и поэтому даже эта категория пищи носила отчасти тоже сезонный характер.

Даже рыба, как пресноводная, так и морская, была тоже подвержена сезонным миграциям, в связи с нерестом, а потому ее ловля или ее появление в определенных местах рек или морского побережья также были четко привязаны к определенному времени.

Конечно, по мере разработки приемов по сохранению и консервированию (солке, сушке, маринованию) различных пищевых продуктов диапазон их применения в течение года расширялся, преодолевая узкие сезонные рамки. Однако в кулинарном отношении это был все же иной пищевой материал: соленый, квашеный, моченый, маринованный, сушеный, а не свежий, парной.

И это было очень важно. Ибо *разнообразие пищевого меню характеризуется в первую очередь его кулинарным разнообразием, а не просто продуктовым.* Если сегодня вы употребляете блюдо из свежей рыбы, то употребление вами на другой день также рыбы, но в соленом или копченом виде, не может рассматриваться как повторение того же пищевого материала, поскольку в кулинарном отношении эта еда будет совсем другой – и по вкусу, и по питательности, и по наличию в ней разных компонентов, а главное – по ее эмоциональному воздействию.

Когда сезонные рамки становились уже недостаточны, чтобы регулировать разнообразие пищи, или теряли свои четкие границы в определенные периоды года, то вступал в действие *второй принцип* составления меню, н*осящий искусственно-формальный характер* и также преследовавший последовательное сохранение в меню разнообразия.

Это разнообразие могло (и должно) было быть двух родов.

Во-первых, требовалось сохранять *разнообразие пищевого сырья*, то есть не повторять одни и те же продукты в разных блюдах одного обеда или в меню одного дня. Так, за мясным блюдом должно было следовать рыбное или овощное, за блюдом из дичи – тестяное или яичное, грибное и т. д. Во-вторых, требовалось соблюдать чисто *формальное разнообразие состава, характера и даже внешнего вида или композиции отдельных блюд* в меню.

Так, *за тяжелым* (мучным или мясным, жирным) блюдом должно было следовать *легкое* (из рыбы, птицы, овощей, фруктов). За *светлым* блюдом или соусом должен был следовать *темный* соус, за *соленым – пресное* блюдо или наоборот – за пресным соленое или пряное, за *нейтральным – острое* и т. д. Словом, перемена, смена, разнообразие должны были в хорошей кухне, в кулинарно правильном меню царить во всем, и в существенном, и во внешнем, в видимом.

Разумеется, последовательное, тщательное сочетание всех выше изложенных принципов составления меню позволяло создавать чрезвычайно разнообразный стол, а также неповторяющиеся перспективные меню на недели и месяцы вперед, а порой и на весь годовой цикл.

Конечно, все это практиковалось и могло осуществляться лишь в кухне господствующих классов, за дворцовым, монархическим столом, где были специальные люди, следившие за составлением и осуществлением подобных тщательно выверенных меню.

Но постепенно общие принципы смены блюд, принципы пищевого разнообразия питания стали проникать во Франции и в дворянскую, а затем и мещанскую (т. е. буржуазную) среду и в конце концов завоевали понимание и симпатии всего французского народа, не исключая крестьян и рабочих. Ибо, в сущности, важность разнообразия питания быстро осознается любым человеком на практике, поскольку это прямо ведет к повышению его жизненной активности, к сохранению его работоспособности. А кому эти качества важнее, как не трудящемуся человеку, боящемуся потери здоровья гораздо более, чем богач или любой обеспеченный человек?

С конца XVIII века в деле разработки разнообразных меню особую активность стали проявлять французские рестораны. Каждый из них (а их в одном только Париже уже насчитывалось сотни!) старался создать особое, неповторимое, свое фирменное меню, отличающееся по всем параметрам от меню других, конкурирующих ресторанов. Это привело к тому, что меню ресторанов, разнящиеся между собой, в каждом отдельном ресторане перестали меняться и закрепились более или менее стабильно, порой на годы, ибо каждый ресторан старался культивировать свой, особый, изысканный, нигде более не встречающийся репертуар блюд.

Тем самым было положено *четкое различие между меню ресторанным, стабильным, и меню семейными,*



домашними, регулярно изменявшими свое содержание, стремившимися к разнообразию своего репертуара, к его неповторимости в течение каждой недели, месяца, ибо в семейном кругу пользовался столом один и тот же ограниченный и постоянный контингент лиц, а в ресторанах, наоборот, люди менялись, а меню сохранялось неизменным.

В XIX веке все эти принципы организации стола и составления ресторанных и семейных меню получили признание и распространение во всей Европе, в том числе и в России, где и среди господствующего класса, и среди профессионального поварского состава существовали наиболее ярые и последовательные приверженцы французской кухни и всех ее правил и канонов. В народе же все эти нормы никакого распространения не получили. Вплоть до Первой мировой войны русский народ широко употреблял лишь свою, национальную кухню, где основными и неприедаемыми блюдами оставались щи да каша (гречневая, отчасти пшенная и ячневая/перловая). Точно так же и другие народы, населявшие Россию, до Первой мировой войны и Октябрьской революции пользовались своими национальными кухнями, где хотя и было относительно мало блюд, но все они были составлены так, что по пищевому составу и вкусу обладали свойством неприедаемости. Так, народы Восточной Европы (русские, белорусы, татары, молдаване, мордва, марийцы, финны, карелы, калмыки), не говоря уже о народах Кавказа, создавали свои национальные системы питания, которые были в состоянии обеспечивать разнообразную еду путем особой композиции и кулинарной обработки относительно небольшого числа блюд, а не за счет искусственно-формальной, частой смены их большого числа.

В XX веке национальные кухни народов России подверглись эрозии, разрушению, в их продуктовый состав и в кулинарную обработку были внесены изменения, дополнения, искажения.

Причиной этого была прежде всего утрата навыков, так как многие национальные кухни не были письменно зафиксированы, а их мастера просто вымерли, не успев воспитать учеников.

(Сформировавшаяся с запозданием, лишь в середине 30-х годов, советская кухня общепита, с одной стороны, слишком поздно (лишь с конца 30-х годов) стала включать в свой репертуар национальные блюда народов СССР, да и то в чрезвычайно упрощенном, «адаптированном» кулинарном виде, а в своем, основном сложившемся «городском» меню (каши, котлеты, яичница, блины, пельмени, борщи, щи, рассольники, уха, крупяно-овощные супы), во-первых, повторяла лишь обеденный состав «сокращенной» национальной русской кухни, а во-вторых, также весьма ограниченно, частично, стала включать в себя некоторые общеевропейские блюда (бульоны, пюре, компоты), не восприняв принципов составления меню из французской кухни и превратившись в конце концов к 70-м годам XX столетия в эклектическую, непоследовательную, кулинарно малограмотную, лишенную твердых принципов кухню.

Такая кухня не могла, конечно, завоевать прочного авторитета и тем более не могла диктовать «правил хорошего тона» всему населению, вследствие чего она довольно легко сдала все свои прежние позиции современной космополитической американской кухне, хотя та не имеет даже таких достоинств, какие имела советская кухня, обладавшая по наследству от национальных кухонь народов СССР несколькими «великими» неприедаемыми блюдами: щами, борщами, пельменями, варениками, харчо, лагманом, гречневой кашей с грибами, не говоря уже о таких чисто российских деликатесах, как черная и красная икра, копченая севрюга, осетрина, соленая семга, квашеная капуста, моченые антоновские яблоки и кавказские рассольные сыры.

Не приучив народ оказывать внимание своему меню, не поднимая, а снижая непрерывно уровень качества приготовления блюд в общественном питании, не уделяя должного внимания популяризации и внедрению в народе фундаментальных кулинарных знаний, основанных на изучении всего международного опыта в этой сфере, советская кухня, как и многие другие сферы деятельности государства, обнаружила свою некультурность и некомпетентность в критический для страны момент и легко сдала все свои позиции в кулинарном отношении менее достойному «противнику», но зато хорошо подготовленному для системного и настойчивого продвижения своих кулинарно-общественных принципов.

Эта капитуляция нашей отечественной кухни перед американизированной космополитической может быть преодолена лишь чисто кулинарным путем: во-первых, обращением к подлинным основам национальных кухонь народов нашей страны, к их

многовековому кулинарному опыту, а во-вторых, усвоением передовых правил лучших представителей современной европейской кулинарии в области составления и организации меню.

В нашем современном меню, применяемом в рядовых столовых, должны быть учтены фундаментальные кулинарные принципы, в его состав должны быть внесены отечественные национальные блюда всех народов нашей страны. Именно этот путь может гарантировать и сохранение национального своеобразия российской кухни и всей системы питания и придать этой системе современный характер, обеспечивающий главную задачу питания – создание меню, способного стабильно поддерживать работоспособность и здоровье населения страны, и прежде всего его нового, молодого, будущего поколения.

Еда как-никак корень жизни. И если мы не восстановим и не сохраним этот корень или изменим его, то наверняка исторически погибнем.

Так что кулинария, а особенно национальная кулинария, – это вовсе не «проблема желудка», о которой якобы «просвещенному» человеку нечего ломать себе голову (пусть об этом заботятся повара!), а проблема сердца, проблема разума, проблема восстановления «национальной души». И это вовсе не преувеличение, а реальность.

{ ГЛАВА 2 }

ИЗМЕНЕНИЯ В МЕНЮ ПОВСЕДНЕВНОГО И ПРАЗДНИЧНОГО СТОЛА В РОССИИ НА ПРОТЯЖЕНИИ ДВУХ ПОСЛЕДНИХ ВЕКОВ

Для того чтобы быть на уровне решения любых задач современности, необходимо знать историю каждой проблемы, знать, как решались те же вопросы, которые интересуют нас ныне, в прошлом. Учет исторического опыта – основа стратегии в деятельности любого культурного человека.

В России это правило культуры никогда не выполнялось, а если и вспоминалось, то осуществлялось искаженно, шиворот-навыворот, или примитивно, грубо.

«Обращение к историческому опыту» у нас всегда, за исключением 20-х годов, понималось не диалектически, а метафизически, и вело только к двум результатам: либо все, что было в прошлом, начисто отвергалось и не признавалось, не использовалось, либо – бездумно и глупо – копировалось, повторялось точно так же, невзирая на то, что изменились эпоха, обстоятельства, условия, наконец, сами люди.

За примером недалеко ходить: достаточно взглянуть на итоги нашего последнего десятилетия и его результаты. На то, что из прошлого берется ныне.

Вместо изучения, глубокого осмысления истории прошлого и понимания тогдашней логики, тогдашних ошибочных или, наоборот, успешных действий и их причин выхватывают нечто внешнее, поверхностное, случайное, отмершее в прошлом, которое хотят восстановить в совершенно иных исторических условиях, или, наоборот, проявляют полное невнимание к тому важному, полезному, что дало, к чему пришло прошлое.

Если такое примитивное «обращение к историческому опыту» царит в общественно-политической и идеологической сфере, которая всегда остается в обществе на виду, то что же делается в бытовой сфере, где совершенно перепутываются традиции, где даже «исторический опыт» довольно плохо фиксируется, искажается и уже совершенно не изучается сколько-нибудь серьезно, критически.

Основная цель изучения прошлого – понять, какие изменения могут быть в нем реально сделаны, чтобы они адекватно соответствовали нашему времени, нашим нынешним историческим потребностям, а не просто были бы похожи или не похожи на то, что случалось в прошлом!

Этот подход полностью относится и к изменениям в области быта, в том числе и к определению того, что делать в сфере питания, как поступать в выработке современного меню.

Ознакомление с меню наших предков, с меню, существовавшими и принятыми в XIX веке и на протяжении XX века, необходимо не для того, чтобы взять из них что-то и механически перенести это в сегодняшний день, а только для того, чтобы понять, осознать, насколько тогдашние меню были тесно связаны и с классовым, социальным положением применявших их лиц, и со всеми иными историческими условиями того времени, а отсюда и решить, насколько отвечает нынешнее меню и своему времени, и потребностям современных людей и что надо сделать, чтобы оно так же отвечало им, как и меню, скажем, второй половины XIX века – тогдашним потребностям людей.

Речь идет не о копировании прошлого, а о понимании на материале прошлого, какова должна быть связь питания, состава и разнообразия пищи с потребностя-

ми человека в любую эпоху: что тут можно менять, что вводить нового, а от чего нельзя отказываться.

В царской России, в противоположность большинству стран Европы, вплоть до конца XIX века сохранялись сильные классовые и социальные различия в питании населения, которые зафиксированы различием меню разных сословий: дворян, духовенства, купечества, крестьянства и рабочих. Меню дворянства отличалось излишеством и смешением блюд русской кухни с блюдами иностранной – французской в первую очередь, а также немецкой, английской и голландской кухни и др.

В питании купечества господствовала русская кухня также с количественными излишествами, но сильно ограниченная, упрощенная в ассортименте, что делало меню купеческого стола однообразным.

Столь же однообразным, но в ином стиле, был стол духовенства, где меню было регламентировано религиозными предписаниями.

Стол крестьянства базировался на деревенских, добываемых лишь в своем хозяйстве, в поле, в лесу продуктах и потому был обусловлен сильными сезонными и региональными отличиями: так, в Архангельской области крестьяне ели много рыбы, в то время как в Курской и Белгородской ее почти не имели, но зато могли изредка питаться курятиной, мясом другой домашней птицы. На Украине селяне регулярно употребляли соленое сало и свинину, недоступную для крестьян Новгородчины или Вологодчины, а в Белоруссии крестьянство с середины XVIII века уже питалось картошкой, о которой не имели никакого представления даже в начале XX века где-нибудь в Заволжье или Предуралье.

Что же касается питания рабочего класса, то оно в целом было хуже качеством, хотя и не отличалось от крестьянского, а в меню горожан и рабочего люда уже с конца XIX – начала XX века все более стали входить промышленные продовольственные товары, и в первую очередь низкие, дешевые сорта колбасы (по праздникам), а также готовые базарные изделия: пирожки с требухой и капустой, чай, изредка – сахар, чего в то время практически совершенно еще не знала деревня, где употреблялся в основном мед.

Таким образом, некоего общерусского меню русской кухни до конца XIX века практически не существовало. Оно стало складываться лишь на пороге XX века.

Зато кухня господствующих классов получила полное развитие еще к 30-м годам XIX века.

Вот как выглядело ее меню согласно точному и талантливому описанию единственного в истории России чисто «кулинарного поэта» В. С. Филимонова:

ЗАКУСКИ:

Тут кюммель гданьский разнесли,
За ним, с тверскими калачами,
Икру зернистую, угрей,
Балык и семгу с колбасами.
Вот устрицы чужих морей,
Форшмак из килек и сельдей,
Подарок кухни нам немецкой,
Фондю швейцарский, сюльта шведский,
Англо-британский welch-rabbit,
Анчоус в соусе голландском,
Салакушка в рагу испанском,
Минога с луком à l'abbe
И Кольский лабардан отварной.

Как видим, среди закусок немало иностранных продуктов: польская тминная водка (кюммель), холодец по-шведски (сюльт), крольчатина по-уэльски (welch-rabbit), голландский соус, французская минога по-аббатски и норвежская треска (лабардан).

Однако первые блюда – супы – оставались исключительно русского происхождения, что и не могло быть иначе, ибо только в русской кухне супы – подлинно лучшие первые блюда.

СУПЫ:

Вот с кулебякою родной,
Кругом подернута янтарной,
Душистой, жирной пеленой,
***Уха стерляжья** на шампанском.*
*За ней – **ботвинья** с астраханским*
Свежепросольным осетром
И с свежей невской лососиной.
*Вот с салом **борщ, калья** с вином,*
*С желтками **красный суп** с дичиной,*
Морковный, раковый, грибной.

К русским супам обязательно подавались пироги:

И вот пирог с грибами русский,
Пирог с угрем, пирог с капустой,



*Вот **щи ленивые** в горшке и*
Расстегаи на лотке.

Вторые горячие блюда состояли из мясных, рыбных блюд и блюд из дичи, употребляемых одно за другим в одном и том же обеде.

МЯСО:

Быка черкасского хребет,
Огромный, тучный, величавый;
Вот буженины круг большой
С старинной русскою приправой;
Под хреном блюдо поросят,
Кусок румяной солонины,
И все разобрано, едят…

РЫБА И ДИЧЬ:

Вот, в жире плавая, большая,
В чужих незнаема водах,
Себя собой лишь украшая,
На блюде – стерлядь: ей
Не нужны пышные одежды.
Шекснинской гостье – цвет надежды
Зеленых рюмок двинут строй.
Вот сырти свежие из Свири,
И вот пельмени из Сибири.
Вот гость далекий, беломорский,
Парным упитан молоком,
Теленок белый, холмогорский
И подле – рябчики кругом,
Его соседи из Пинеги,
Каких нет лучше на Руси,
Налим с сметаной из Онеги,
С прудов Бориса – караси.
Вот из Архангельска – навага,
Вот жирный стрепет с Чатыр-дага,
С Кавказа красный лакс-форель,
С Ильменя сиг и нельма с Лены.
Из Рима а-ля бешамель –
Кабан. Вот камбала из Сены.
Мы, здесь чужим дав блюдам место,
Средь блюд, любимых на Руси,
Запьем свое, чужое тесто
Иль шамбертеном[3], иль буси[4].

Как видно из этого перечня, господствующие классы всегда, во все времена имели возможность употреблять широкий спектр еды и постоянно включали в свой национальный стол различные иностранные блюда. Так они делали и будут делать. В том числе и в наше время.

Ибо для этого служат не только их широкие материальные возможности, но и характер их занятий, а также то, что значительную часть времени они проводят за границей, либо на курортах, либо в деловых поездках, либо просто проживая, имея дом в двух, а то и в трех странах.

Ясно, что их поведение, их опыт не могут стать (или быть) примером для других, и их меню не может послужить ни в идеальном, ни в назидательном порядке образцом для людей иного класса, иного социального уровня.

Оно лишь может служить подтверждением общего закона о составлении меню, что чем оно разнообразнее, тем лучше. Но разнообразное в кулинарном отношении не всегда равнозначно богатому, дорогому, изысканному. Важно и то, что в меню господствующих классов легче соблюдать чередование блюд, ибо там больше для этого чисто материальных возможностей, которые опять-таки не всегда совпадают с кулинарными.

Вплоть до конца XIX века, практически до середины 90-х годов XIX века, меню обеденного стола господствующих классов включало от 6 (минимум) до 12 (максимум) блюд. В качестве их примера ниже приведены четыре обеденных меню, принятые у петербургского высшего чиновничества и титулованного дворянства второй половины 70–80-х годов XIX века.

К этому времени отечественная кухня прошла все этапы своего развития, восприняла разные влияния и сформировалась как две, по существу, кухни – кухня господствующих классов и кухня простолюдинов. И в них обеих присутствовали русские национальные блюда, но только неодинаковые.

Кухня господствующих классов лучше всего и полнее всего была представлена в быту петербургской (столичной) и московской дворянской верхушки, причем в Петербурге влияние иностранных кухонь

[3] Шамбертен – широко известное красное бургундское вино (Кот д'Ор).
[4] Буси (bouzi) – французское игристое красное вино, близкое шампанскому.

(французской, немецкой, шведской и английской) чувствовалось сильнее, в то время как в Москве превалировали русские московские, русские региональные и отчасти татарские, и даже мордовские блюда, принявшие частично русский облик, а из иностранных наиболее заметной оставалось воздействие французской кухни.

В приведенных ниже меню, где каждая подача состоит обязательно не менее чем из двух блюд (два первых, два вторых, два третьих!), явственно видно, как отечественные (русские) блюда сочетаются с иностранными, а также как отечественное пищевое сырье обрабатывается порой на иностранный манер или включается в иностранное блюдо. Последняя тенденция стала особенно характерна и для нашего времени, для последнего десятилетия, когда лучшие и исключительно свойственные России пищевые материалы, как, например, осетрина и черная икра, ныне широко включаются в качестве компонентов блюд американской и французской кухни с целью улучшить и удорожить их, сделать более экзотическими и более «сенсационными». Таково, например, «новое блюдо» французской кухни, придуманное швейцарской поварихой Розой Чуди в 1998 году и рекламируемое ею на гастролях в Москве: «Лососина с соусом из черной икры». Ничего чисто кулинарно нового, сложного, необычного в таком блюде нет. Оно примитивно именно в кулинарном отношении. И оно – эклектично, а именно это его самое уязвимое место, ибо все эклектические блюда недолговечны в истории кулинарии, они не приживаются и умирают, как бабочки-однодневки, с исчезновением кратковременной моды.

Для конца XIX века тоже была характерна эклектика, но она проявлялась в целом в меню, что делало ее более приемлемой, а не в одном и том же блюде.

При этом в конце XIX века для русской кухни господствующих классов и для тех поваров, которые ее формировали и определяли, *была характерна незыблемая вера в то, что основные блюда – первое и второе – должны оставаться* в меню *русскими*, ибо иных таких же кулинарно хороших в иностранных кухнях не всегда и сыщешь. Вот почему первые блюда оставались в основном отечественными или покоились на российском пищевом сырье. В то же время сладкие блюда, третьи, а также антреме (блюда промежуточные) всегда были иностранными. Причиной этого были естественные обстоятельства – неразработанность сладких блюд в русской кухне в течение веков, а также незнание и неумение иностранных кондитеров в России использовать специфическое русское сырье. Отставание в этом вопросе осталось вплоть до наших дней, поэтому к роли сладких блюд (десерта) в современном меню мы еще вернемся.

А теперь прочитайте внимательно четыре обеденных меню 80-х годов XIX века, обращая внимание на то, как достигается в них пищевое разнообразие, за счет каких сырьевых и чисто кулинарных компонентов оно формируется и какими путями строится.

МЕНЮ № 1

Первое:
Суп-пюре куриный с гренками
Ботвинья с огурцами
Пирожки слоеные
Второе холодное:
Филе говяжье, шпигованное каштанами
Сиги, фаршированные шампиньонами
Второе горячее:
Цыплята под шпинатным соусом
Паштет из рябчиков с трюфелями
Жаркое из тетерева
Антреме:
Горошек зеленый отварной
Третье:
Шарлотка яблочная из черного хлеба
Крем баварский с мараскином

МЕНЮ № 2

Первое:
Борщ по-польски с ушками
Суп-консоме с кашей из смоленских круп
Второе холодное:
Волованчики с пюре из дичи
Филе из цыплят в майонезе
Второе горячее:
Ростбиф по-английски с картофелем
Гатчинские форели отварные с провансальским соусом
Филейчики из куропаток с трюфелями
Жаркое: *пулярка и бекасы*
Антреме:
Спаржа под бешамелью



Третье:
Пудинг кабинетный горячий
Желе из барбариса

МЕНЮ № 3

Первое:
Суп-пюре картофельный с гренками
Консоме с кореньями и саго
Второе холодное:
Крокеты из яиц под бешамелью
Шофруа из куропаток по-французски
Второе горячее:
Телятина по-мещански
Судак отварной, обложенный раками
Суфле из рябчиков с шампиньонами
Жаркое: *молодые утки, цыплята*
Антреме:
Артишоки по-лионски
Третье:
Компот из персиков (горячий)
Бламанже миндальное

МЕНЮ № 4

Первое:
Щи белые и каша гречневая
Суп-консоме с равиолями
Второе холодное:
Бок серны маринованный
Окуни по-немецки
Паштет из жаворонков с шампиньонами
Второе горячее:
Буден Ришелье
(колбаса из цыплят горячая)
Жаркое: *куропатки, телятина*
Антреме:
Брюссельская капуста отварная
Третье:
Яблоки печеные с рисом, гарнированные бисквитами
Желе лимонное со свежими и отварными фруктами

Первая реакция современного едока на такое меню с его пятью подачами и десятью-двенадцатью блюдами обычна: «Ну как же они много ели!»

Но это – от незнания и непонимания того, как организовывался такой французский по своей структуре стол, ставший с начала XIX века общеевропейским дипломатическим. Весь перечисленный состав блюд был рассчитан на 6 или чаще – 12 человек. На стол подавалось каждого названия лишь одно блюдо, и, следовательно, даже если с него брали себе данный сорт еды не все, а только половина присутствующих, то порции оказывались небольшими. Зато разнообразие пищи обеспечивалось.

Главным достижением и особенностью такого меню было как раз не столько то, что бросается в глаза профанам, то есть вовсе не обилие количества еды, а то, что *разнообразие* состава этого меню *могло многообразно индивидуализироваться*. Это значит, что из 10–12 блюд каждый мог выбрать 8, 6, 5, 4 и быть сытым, причем выбрать совсем не то, что брал, скажем, его сосед по столу. Но каждый мог попробовать и все 12 блюд понемножку. И каждый раз, каждый день это индивидуальное поведение за таким застольем решалось по-иному. Вот эта-то возможность и создавала подлинное разнообразие каждого обеда, ибо его сюжет, его «интрига» решались каждым едоком неожиданно для себя, «сюрпризно», даже тогда, когда он заранее знал программу (т. е. меню) обеда. Ибо при реальном внешнем виде ряда блюд он имел возможность быстро изменить свой выбор, сделанный, скажем, в уме, при знакомстве с меню в начале обеда.

И именно эта полная свобода выбора, причем возможность в ходе обеда корректировать его и были главными достижениями французской организации стола, доставившей ей мировое признание, славу и превращение ее в международный дипломатический канон.

Ясно, что при таком меню обеда, когда каждый чувствовал свободу выбора, появлялась редкая возможность ощущать себя хозяином положения, даже будучи в гостях, а вовсе не возможность насытиться вкусной едой до отвала!

Другой важной отличительной особенностью указанных меню конца XIX века была их высокая кулинарная культура. Она проявлялась не только в последовательной смене мясных, рыбных, овощных, яичных блюд и блюд из дичи и домашней птицы, не только в строгом чередовании светлых и темных блюд, острых и нежных соусов, но и в том, что композиция блюд была строго выдержана в историко-кулинарном отношении. Что это значит?

Это значит, что, например, ни к одному истинно русскому блюду, возникшему и существовавшему

с XV – XVII веков или ранее, не подавалась на гарнир, например, картошка, ибо последняя появилась в собственно России лишь практически в XIX веке. Следовательно, отварная осетрина с картошкой была бы нонсенсом, блюдом, невозможным для русской кулинарии.

Вот почему картофельное сопровождение всегда сопутствовало лишь блюдам английской кухни, ибо именно из Англии и Ирландии вывозила Россия свою первую семенную картошку, и это знали, об этом помнили и все повара, и тем более все организаторы застолья. Подать судака – русскую рыбу – с жареной картошкой – на такое смешение французского с нижегородским русские и французские повара конца XIX века не шли, уровень их кулинарной культуры им этого не позволял. Зная также, что картофель в форме пюре был введен в европейский быт французскими кулинарами, русские повара не клали картошку, скажем, в щи, а делали в таком случае французское первое – суп-пюре картофельный с гренками.

В силу историко-кулинарной культуры русские супы всегда подавались с пирогами, которые менялись в зависимости от характера самих супов, либо же отдельные супы сопровождались кашами, подаваемыми к ним в отдельной посуде. К щам шла гречневая каша (ядрица), к бульонам мясным – «смоленские крупы» – искусственно обработанная и мелко сеченная гречка.

В то же время в выше приведенных меню очень слабо, неотчетливо выражен сезонный принцип, хотя формально меню № 1 относится к весенним, № 2 – к летним, № 3 – к осенним и № 4 – к зимним блюдам. При очень внимательном чтении это можно, конечно, заметить, но ни одного подлинно сезонного блюда там не представлено. Формально же сделаны намеки на сезонность, но они не столько кулинарные, сколько литературные.

Так, в меню № 1 таким намеком служит слово «зеленые» (шпинат, горошек) и упоминание свежих огурцов, которые во Франции появляются в парниках уже весной.

В меню № 2 упоминание борща, который возможен лишь в разгар лета, когда имеются все овощи, а также наличие спаржи, картофеля и желе из барбариса создают общий легкий намек на то, что такая еда возможна лишь в летний сезон.

В меню № 3 осенним признаком должно служить указание на забой молодняка домашних животных и птицы (телятина, молодые утки, цыплята), который во всей Европе совершался обычно до начала октября.

Наконец, в меню № 4 введение презервированных и консервированных, заранее заготовленных блюд (маринованных, паштетных, колбасных) должно намекать на то, что эта пища предназначена для зимы.

Однако все это нечетко, не резко и нарочито перемежается блюдами и пищевым сырьем, одинаковыми для всего годового цикла. И это не случайно. Организаторы стола знати хотя и делали элегантный экивок в сторону легкой сезонной окраски своего меню, все же помнили основную цель и стоявшую перед ними задачу: они должны были средствами стола ясно показать, что их господа являются людьми властными и независимыми, чей стол, да и другие жизненные удовольствия вовсе не подчиняются изменчивой конъюнктуре климата, погоды, рынка, настроения, а всегда стабильны, прочны, неизменны в своей основе, и их стол поэтому должен демонстрировать разнообразие в любое время года, слегка учитывая, конечно, но вовсе не подчиняясь сезонности.

Наоборот, подача, скажем, в разгар зимы на десерт парниковой клубники должна была демонстрировать экстраординарные возможности, недоступные другим.

А теперь посмотрим на меню, относящиеся к тому же самому времени, но рассчитанные на иной социальный слой – среднюю буржуазию, чиновничество не ниже 10-го и не выше 6-го класса, на офицерство от лейтенанта до подполковника. Это недельное меню (понедельник – суббота) в осенне-зимнее время. Оно повторялось каждую неделю и принадлежит частному пансиону, где клиенты питались в рабочие дни, а в праздничные и воскресные устраивали питание сами, либо дома, либо в ресторане.

ПОНЕДЕЛЬНИК

Рассольник
Мозги отварные
Цыплята жареные с грибами
Пирожное с кофе

ВТОРНИК

Суп-пюре из спаржи
Караси в сметанном соусе
Поросенок жареный
Оладьи с вареньем



СРЕДА

Суп раковый
Цыплята под белым соусом
Котлеты говяжьи рубленые
Кисель клюквенный

ЧЕТВЕРГ

Бульон мясной с гречневыми клецками
Лососина отварная под белым соусом
Жареная телятина
Пломбир сливочный

ПЯТНИЦА

Щи ленивые
Щука фаршированная под соусом
Баранина жареная с луком
Гурьевская каша сладкая

СУББОТА

Суп-пюре гороховый
Белые грибы в соусе
Рябчики жареные
Блинчики с мармеладом

Здесь всего четыре, а не 10 блюд. Разница заметна сразу, причем не только в резком сокращении числа блюд, но и в том, что они приготовлены гораздо проще, что ощущается в самом их наименовании, в той русификации, которой подвергнуты даже немногие иностранные блюда (суп-пюре из спаржи), сохраняемые в меню исключительно ради престижа. В то же время в целом меню на 80–90% русское. Пара супов-пюре и пара сладостей на третье (пирожное, кофе, пломбир) погоды не делают. Вместе с тем сохраняются еще два вторых (мясо-рыба, или мясо-птица, дичь-грибы), а также значительно увеличены порции на человека, так что по весу, количественно обед остается сытным и не отличается от аристократического калорийностью. Зато разнообразие исчезло, особенно если иметь в виду, что каждую неделю это меню будет повторяться.

Спустимся еще на одну социальную ступеньку ниже. Время осталось то же самое – последняя четверть прошлого века. Но это уже иная среда: мелкое чиновничество с 14-го по 11-й класс, разорившиеся дворяне, разночинцы, студенты, курсистки. В основном петербургская молодежь, которой посчастливилось питаться в частной маленькой столовке на 10 человек, где берут за обед всего 30 коп., то есть втрое дешевле, чем в любой средней петербургской кухмистерской, где обед стоит 1 рубль, но по вкусу и питательности намного хуже. Меню здесь круглонедельное, то есть включает и воскресенье, и действует в течение всего года не меняясь. Но клиенты этого заведения довольны: ведь они получают мясной суп ежедневно. Повторение сырья, одинаковость гарнира, сведение обеда до трех блюд, а фактически до двух, но с чаем или стаканом кофе – их не волнует. Главное, что за 30 коп. они имеют достаточно вкусную и сытную пищу.

ПОНЕДЕЛЬНИК

Гороховый суп с говядиной и гренками
Куропатка жареная с картофелем и брусникой
Кофе

ВТОРНИК

Суп с макаронами на мясном бульоне
Ростбиф с картофелем и соленым огурцом
Чай

СРЕДА

Суп овощной с манной крупой и говядиной
Битки говяжьи с брюквенным пюре
Кофе

ЧЕТВЕРГ

Рассольник из гусиных потрохов
Бифштекс с картофелем и свеклой в уксусе
Чай

ПЯТНИЦА

Щи из кислой капусты с говядиной и гречневой кашей
Курица с рисом
Кофе

СУББОТА

Суп рисовый с кореньями и говядиной
Телятина жареная с картофелем
Чай

ВОСКРЕСЕНЬЕ

Борщ с куском мяса и сосиской и с ломтем поджаренной пшенной каши
Говяжьи мозги с картофельным пюре
Компот из яблок с черносливом
Чай

Это меню хорошо продумано, как максимум еды за минимум платы (стоимости), и для своего времени было смелым и прогрессивным, ибо ломало многие русские представления, но в то же время сохраняло в основном русский стол, за одним существенным исключением: в нем отсутствовали рыба и грибы – эти главные пищевые компоненты русского стола. Меню это было выработано шведско-финской кухаркой в Петербурге, основывающейся на том «прогрессивном» мнении западных диетологов в тот период, что мясо – самый питательный продукт, а главное в еде – ее калорийность. И это мнение целиком разделяла та молодая студенческо-разночинная клиентура, которая питалась в такой столовой, где кормили двумя, но просто и вкусно приготовленными блюдами.

В кухмистерских не могли еще нарушить принятый порядок и делали обеды формально из четырех блюд, но гораздо худшего качества, не столь сытные и съедобные. Но нарушить формальности – на это пойти не решались.

До сих пор мы знакомились с питанием господ, хотя и стоящих на разных ступеньках социальной лестницы. Мы ясно видели, как спуск по этой лестнице вниз вел к зримому, наглядному изменению меню.

Спустимся теперь на целую классовую площадку ниже, на уровень простолюдинов. Тот, кто стоял на этом уровне 100–200 лет назад, пользовался также официально существовавшим и разработанным так называемым столом для прислуги. В него включались не только более низкосортные по своему пищевому качеству и кондиции продукты, но и меню его было крайне ограниченно, однообразно. Состав блюд, которые ели простолюдины в течение всего года, был следующим:

СУПЫ

1. *Щи из солонины с кислой капустой*
2. *Щи из свежей капусты со снетками (для постных дней)*
3. *Картофельная похлебка*[5]
4. *Суп из рубцов*
5. *Суп из легкого*
6. *Рассольник с потрохами*
7. *Свекольник на квасу*
8. *Суп из черных грибов на квасу*

ВТОРЫЕ ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

1. *Лапша*
2. *Ржаные блины*
3. *Саламата*
4. *Баранья голова с кашей*
5. *Жареная печенка*
6. *Кишки, начиненные кашей*
7. *Пампушки из творога, яиц и муки – отварные со сметаной*
8. *Яичница битая с молоком*
9. *Каши: гречневая, пшенная, овсяная, полбенная, зеленая, черная (ржаная), ячневая*

ВТОРЫЕ БЛЮДА В ПОСТНЫЕ ДНИ:

1. *Редька сырая тертая с квасом*
2. *Пареная репа*
3. *Свекла печеная*
4. *Капустник (квашеная капуста с луком, подсолнечным маслом и квасом)*

СЛАДКОЕ (ДЛЯ ВОСКРЕСНЫХ ДНЕЙ):

1. *Кулага*
2. *Соложеное тесто*
3. *Гороховый кисель с конопляным молоком*

Из этих в общей сложности 30 блюд и варьировалось меню для народа, то есть для питания крестьян, рабочих,

[5] Только в Петербурге и западных областях. В остальной России все еще – затируха.

прислуги, в течение всего года. К нему мог служить редкой добавкой чай с ситным (по праздникам), а также пряники, орехи, семечки – в дни редких народных гуляний (Новый год, Рождество, Масленица, Пасха, Троица, Рождество Богородицы (пожинки).

Указанные 30 блюд (включая как блюда все виды каш) относятся исключительно к русской кухне, но крайне упрощенной и обедненной.

Бросается в глаза отсутствие рыбных блюд, что стало характерным в период промышленного развития России в конце XIX века, особенно в городах, где у беднейшего, рабочего населения не было ни времени на возню с рыбной кухней (требующей к тому же много посуды и большого расхода воды), ни условий для хранения рыбного сырья[6]. Таким образом, рыба, как важный компонент русского национального стола, стала исчезать в городах из годового меню низших классов уже с конца XIX – начала XX века, хотя объективно она к этому времени все еще оставалась относительно дешевым продуктом. Как важная часть национального меню, рыба сохраняла свое значение лишь на региональном уровне, в русской глубинке, в районах крупных рек, озер, побережий морей, где население в основном занималось рыболовством. Кроме того, рыба и в XX веке, до революции, была главной составной частью меню духовенства, в то время как из меню не только низших классов, но и вообще городского населения рыбные блюда к началу XX века все более исключались. Отчасти это было связано и с тем, что среди мелкой буржуазии и интеллигенции в этот период, и особенно накануне Первой мировой войны, стали распространяться «новейшие теории» о необходимости сохранять и увеличивать калорийность пищи, а это подразумевало систематическое употребление мяса, а не рыбы.

В целом же к началу XX века глубинные процессы социального разложения старого общества, по существу, нашли самое отчетливое и яркое отражение в различном характере питания разных классов и социальных слоев в России и были зафиксированы в меню всех этих групп населения.

Главной тенденцией стало закрепление резких социально-кулинарных различий в меню, отличающихся числом, составом, ассортиментом и вкусом входящих в них блюд.

Второй тенденцией было общее ослабление позиций национальной русской кухни, национального русского традиционного питания, выбывание из него истинно русских компонентов. В господской, в буржуазной кухне сокращение русского элемента в питании шло за счет включения иностранных блюд, а в низшей среде, в кухне простолюдинов и городской бедноты, – за счет сокращения или даже исключения рыбы из повседневного меню.

Одной из причин этих негативных явлений было, наряду с сильными социальными и экономическими изменениями в обществе в связи с наступлением эпохи империализма, резкое искусственное разделение питания православного населения России согласно церковным предписаниям на скоромный (мясной, масляный) и постный стол, а особенно деление постного стола на рыбный стол (допускаемый в периоды нестрогого поста) и на овоще-грибной и сухоядение[7], предписанное в недели и месяцы строгого поста. Это деление, обременительное даже в условиях патриархального деревенского крепостного хозяйства, стало совершенно неприемлемым в условиях индустриального развития и интенсивного фабрично-заводского труда, особенно для городского, рабочего, населения, да и для служащих, мелкого чиновничества, вынужденного считаться со своей реальной затратой труда и своими реальными доходами, трудно соотносимыми со средневековой системой разделения годового цикла на постный (полуголодный) и скоромный (достаточный для активной работы) периоды.

Интенсивная затрата энергии, рабочий день, длящийся до 10–12 часов, требовали усиленного и регулярно-нормального в калорийном отношении питания.

Между тем именно в это время ведущей официальной кулинарной тенденцией стало фактическое разрушение пищевого разнообразия стола и утверждение однообразия меню в отдельные годовые периоды (месяцы, недели).

[6] Собственные погреба и ледники во дворах были только у богатых владельцев особняков в крупных городах и у части мещан, владевших отдельными избами и наделами в пределах городской черты.

[7] Под «сухоядением» в православной церкви подразумевались не только хлеб и квас, но и обязательные для духовенства – изюм, винные ягоды (фиги), финики, т.е. совсем не «сухая», а высокопитательная фруктовая пища, недоступная народу.

В одни периоды Церковь допускала мясное однообразие, в другие – преобладало рыбное однообразие, в третьи – требовалось лишь овоще-грибное однообразие.

Эта тенденция проводилась в большинстве кулинарных книг 90-х годов XIX века, став практически добровольно-принудительной нормой среди средней и мелкой городской буржуазии, среднего и мелкого чиновничества, купечества, мещанства, духовенства, то есть тех категорий населения, которые не решались нарушать общепринятые правила.

Одновременно для чисто внешнего преодоления однообразия раздельных меню в них включалось немалое число иностранных по названию блюд, хотя и кулинарно упрощенных и частично даже опошленных доморощенной, русифицированной обработкой.

Вот характерные образчики таких «раздельных» меню этого периода, рассчитанные на среднезажиточные слои городского населения (в основном купечество).

МЕСЯЧНОЕ МЕНЮ СЕРЕДИНЫ 90-Х ГОДОВ XIX ВЕКА

(для повторения каждый месяц)

СКОРОМНЫЙ СТОЛ

— № 1 —

1. Рассольник со смоленской крупой
2. Соус из телячьих ножек со свежими огурцами
3. Дрозды жареные
4. Пирожки с повидлом

— № 2 —

1. Суп из макарон с сыром
2. Каплун – жаркое
3. Пирожки растворчатые
4. Персиковое мороженое

— № 3 —

1. Суп с горошком и почками
2. Сосиски с картофельным пюре
3. Жареная телятина с салатом
4. Вафли со взбитыми сливками

— № 4 —

1. Суп из макарон с говядиной
2. Ветчина с яичницей и горчицей
3. Жареные овсянки (или воробьи) с квашеной клюквой
4. Яблочное бинье

— № 5 —

1. Красный суп[8] с фрикадельками
2. Пшенная крутая каша на молоке с яйцами и тыквой
3. Свинина жареная с чесноком
4. Желе лимонное

— № 6 —

1. Суп камерани[9]
2. Кишки свиные, чиненные печенкой и рисом
3. Телячьи мозги, жаренные с луком
4. Печеные пирожки слоеные с вареньем

— № 7 —

1. Суп зеленый с выпускными[10] яйцами
2. Соус из рябчиков с бешамелью и грибами
3. Баранина жареная
4. Пирожки сладкие жареные

— № 8 —

1. Суп из телятины с солеными огурцами
2. Хлеб жареный с морковным пюре
3. Цыплята жареные с гарниром из кресс-салата
4. Лапшевник сладкий с изюмом и корицей

— № 9 —

1. Суп-лапша молочная
2. Спаржа отварная под белым соусом
3. Заяц жареный с маринованными овощами
4. Блинчики с вареньем

— № 10 —

1. Солянка мясная
2. Макароны с картофелем и сыром

[8] Один из видов так называемых *цветных супов*, принятых во второй половине XIX века. См. ниже рецепты белого, желтого, зеленого, красного и черного супа.

[9] Суп из баранины с корнеплодами (морковь, репа) и макаронами. Так называемый домашний суп, заимствованный из итальянской кухни, но русифицированный.

[10] Так в России назывались поширированные яйца, то есть выпускаемые из тарелки на поверхность тихо кипящего супа и завариваемые «в мешочек».



3. Рябчики, жаренные в сметане
4. Франжипаны[11]

— № 11 —

1. Малороссийский борщ
2. Курица отварная под белым соусом
3. Колбаса жареная с маринованными овощами
4. Клюквенный кисель

— № 12 —

1. Суп с вермишелью
2. Голубцы из огурцов[12]
3. Жаркое из гуся с яблоками
4. Меренги[13]

— № 13 —

1. Борщ из поросенка и утки
2. Ветчина с грибами, кипяченная в малаге
3. Перепелки жареные со свежими огурцами
4. Пирожки сладкие

— № 14 —

1. Габер-суп[14]
2. Ростбиф
3. Соус из телячьих мозгов
4. Вафли сливочные

— № 15 —

1. Щи двойные, суточные
2. Солонина отварная с хреном
3. Цыплята жареные
4. Варенец

— № 16 —

1. Щи сборные (говядина, ветчина, гусь, курица) на кислой капусте
2. Поросенок холодный с горчицей
3. Молодой барашек жареный с гречневой кашей
4. Творог со сливками и сахаром

— № 17 —

1. Щи из сныти и крапивы на костном бульоне с крутыми яйцами
2. Буженина с крыжовником, тушенным в вине
3. Утка жареная с кочанным салатом
4. Блинчатый пирог

— № 18 —

1 Суп шпинатный с шампиньонами
2. Говядина отварная (бульи)
3. Перепелки жареные
4. Бисквит шоколадный

— № 19 —

1. Рассольник с почками
2. Соус из телячьих мозгов
3. Козленок жареный
4. Пирожки сладкие с повидлом

— № 20 —

1. Суп с клецками куриный
2. Котлеты говяжьи с кисло-сладким соусом
3. Бифштекс с огурцами
4. Блинчики молочные с сахаром и корицей

— № 21 —

1. Суп-жюльен с телятиной (овощной суп)
2. Зеленый соус из щавеля с яйцами[15]
3. Жареная утка с солеными огурцами
4. Крем померанцевый

— № 22 —

1. Борщ с колбасой и капустой
2. Язык говяжий с фасолью
3. Говядина жареная с картофелем
4. Компот из свежих фруктов

[11] Пирожки с яично-молочным заварным сладким кремом, имеющим одноименное название. Бывает также торт-франжипан или пирог-франжипан.
[12] Приготавливаются из крупных, перезрелых, пожелтевших огурцов, оболочка которых начиняется.
[13] Кондитерские изделия, приготавливаемые из яичных белков и сахарной пудры, без муки, и имеющие начинку (прослойку) из взбитых сливок и варенья.
[14] Овсяный суп. Заимствован из немецкой кухни. Был введен в русских войсках в эпоху Николая 1. Стал одним из символов тяжелой военной службы в 30—50-х годах XIX века.
[15] Яичница, запеченная в толстом слое щавелевой массы с луком и рисом на сковородке.

— № 23 —

1. Луковый суп на квасу с бараниной и пшеном
2. Жареная корюшка с салатом из свежих огурцов
3. Пудинг рисовый с изюмом
4. Меренги на розовой воде (дутые хлебцы)

— № 24 —

1. Суп с говядиной картофельный. К нему – кулебяка
2. Сальник, фаршированный печенкой и луком
3. Торт с вареньем

— № 25 —

1. Щи свежие с мясом
2. Поросенок жареный с мочеными яблоками
3. Телячьи котлеты с морковью и шпинатом
4. Ягодное желе

— № 26 —

1. Суп из стручкового гороха с бараниной
2. Студень свиной с хреном
3. Говядина тушеная
4. Хворост

— № 27 —

1. Окрошка мясная
2. Дрофа жареная с маринадом
3. Морковь, фаршированная[16] свиным фаршем с рисом
4. Миндальный кисель

— № 28 —

1. Суп немецкий[17]. К нему – пирожки печеные с рисом
2. Индейка тушеная с чесноком и мятой
3. Бекасы жареные с картофельным пюре

— № 29 —

1. Французский суп со спаржей[18]. К нему – пирожки царские (жареные) с телятиной
2. Свиная голова холодная
3. Жареный каплун

— № 30 —

1. Перемени (пельмени) в мясном бульоне
2. Суп говяжий с саго
3. Шпигованная баранина с луком тушеная
4. Крем малиновый

ПОСТНЫЙ РЫБНЫЙ СТОЛ

— № 1 —

1. Шар-уха[19]
2. Соте[20] из судака
3. Лещ печеный с тельными пирожками[21]
4. Крем из медового кваса

— № 2 —

1. Уха монастырская
2. Соус из осетрины
3. Навага жареная
4. Шарлотка яблочная

— № 3 —

1. Щи с головизной
2. Судак заливной
3. Снетки белозерские жареные
4. Пирожки из пресного теста с судаковым фаршем

— № 4 —

1. Борщ с жареными карасями. К нему – пирог с судаком и семгой
2. Осетрина заливная
3. Миндальные узелки (марципаны[22] печеные)

[16] Крупная, но короткая морковь сечением до 10 см, выскобленная изнутри и начиненная.
[17] Суп из говядины и курицы с репой и петрушкой.
[18] Суп из спаржи, цветной капусты и щавеля с добавлением небольшого количества костного двойного бульона. Спаржа фаршируется другими овощами.
[19] Уха, приготавливаемая в духовке на противне из нескольких сортов рыбы, сиговых пород, в сочетании с речной – судак, окунь, голавль. Распространена была в Восточной Сибири, особенно в Прибайкалье и Забайкалье. Региональное блюдо. Лучшая шар-уха из омулей.
[20] Соте – термин французской кухни, означающий зажаривание и тушение мяса или рыбы небольшими кусочками. Вид «рагу», но бескостного, с филейным, нежным мясом.
[21] Пирожки, в начинке которых применялось тельное.
[22] Орехово-сахарная смесь.

— № 5 —

1. Калья
2. Карп, фаршированный налимьими печенками с маслинами
3. Зеленый горошек с крутонами (жареный хлеб)
4. Компот из апельсинов

— № 6 —

1. Уха простая
2. Стерлядь разварная холодная с зелеными огурцами и белыми грибами
3. Осетрина жареная
4. Пирожки с морковью печеные

— № 7 —

1. Суп из квашеных бураков с соленой рыбой
2. Щука холодная отварная с тертым хреном
3. Караси жареные в черносливном соусе
4. Каша рисовая, запеченная с изюмом

— № 8 —

1. Судак отварной с лимоном под белым соусом
2. Ватрушки с зеленым луком
3. Жареные снетки в перловой каше-размазне
4. Кисель черничный

— № 9 —

1. Суп из осетровой и белужьей теши на квасу
2. Винегрет из рыбного ассорти с солеными огурцами, маслинами, каперсами
3. Щука паровая, запеченная
4. Молоки жареные

— № 10 —

1. Окрошка рыбная
2. Суп с рыбными фрикадельками
3. Караси, фаршированные рисом и вязигой, жареные
4. Самбук из яблок

ПОСТНЫЙ ОВОЩЕ-ГРИБНОЙ СТОЛ

— № 1 —

1. Пирожки с грибами и рисом
2. Суп-четырехугольник[23]
3. Рисовые котлеты в клюквенном соусе
4. Клюквенный кисель

— № 2 —

1. Суп грибной с гречневой кашей и с ушками (лапшой)
2. Икра грибная (мелко рубленные отварные белые грибы с луком)
3. Чечевица отварная и поджаренная
4. Рисовая каша с лимонным вареньем

— № 3 —

1. Суп из соленых груздей с солеными огурцами на грибном бульоне из белых грибов
2. Кулебяка из крутой пшенной каши с рыжиками
3. Тюря из ржаного тертого хлеба с французской горчицей и зеленью на крепком квасу
4. Кашка рисовая с изюмом сладкая

— № 4 —

1. Суп грибной с макаронами
2. Капуста, фаршированная грибами
3. Репа печеная с грибами
4. Левашники[24] с вареньем

— № 5 —

1. Щи зеленые постные с грибами и лапшой
2. Редька тертая с ржаным хлебом жареным
3. Котлеты картофельные в грибном густом соусе
4. Оладьи с медом

— № 6 —

1. Суп-лапша грибная
2. Картофель жареный с луком
3. Грибы сушеные отварные с квасом и хреном
4. Блинчики с патокой и изюмом

[23] Причина такого названия неизвестна. Особенностью супа является то, что свежие белые грибы варятся в густом грибном бульоне, сделанном предварительно из других грибов. Другим компонентом является рис. Четвертым слагаемым можно считать маковое масло, на котором обжариваются белые грибы перед закладкой в грибной бульон. Отсюда получается, что у данного супа четыре компонента: грибы, отдельно грибной бульон, рис и маковое масло. Лук, укроп, петрушка – не в счет, как обычная суповая приправа.

[24] Пирожки с очень тонкой тестяной оболочкой. Распространены были только в Костромской и Ярославской губерниях и отчасти в северо-восточной части Тверской губернии. Региональное кушанье.

— № 7 —

1. Суп из белых сушеных грибов с морковью и картофелем
2. Икра из соленых груздей и отварных рыжиков
3. Свекла жареная с белыми грибами
4. Миндаль толченый с сахаром

— № 8 —

1. Каша пшенная с грибами
2. Горох тертый
3. Черничный соус с медом
4. Вафли

— № 9 —

1. Суп грибной протертый (с рисом)
2. Отварной фарш из грибов с хреном
3. Грибы вареные в кляре с бобами вареными
4. Яблочный кисель

— № 10 —

1. Калья грибная (рыбно-грибная). К ней пирожки из пресного вытяжного теста
2. Рисово-грибные котлеты с гарниром из зеленого горошка
3. Вафли на виноградном вине

В этом меню бросаются в глаза по крайней мере три обстоятельства.

Во-первых, упор на общую сытность, а отсюда и на тяжеловесность скоромного стола, где даже среди сладких блюд, то есть десерта, как правило, присутствуют не легкие, а тяжелые блюда: лапшевник с изюмом, блинчики с вареньем, сладкие пирожки, гурьевская каша и т. п.

Во-вторых, наличие во всех трех меню – и в скоромных, и в постных – обязательно двух вторых и в то же время отсутствие кое-где третьего блюда.

И, наконец, в-третьих, удивительное, почти вызывающее несоблюдение основного правила составления меню – сохранение неповторяемости пищевого сырья в разных подачах одного и того же обеда.

Наоборот, повторяются не только одно за другим мясо или рыба в обоих вторых (например, котлеты и бифштекс (№ 20), язык говяжий и говядина жареная (№ 22) или стерлядь-осетрина (№ 6 рыбный), щука-караси (№ 7) и т. д.), но и даже все три блюда в постном столе включают совершенно одно и то же сырье (см. № 1 грибной, где рис присутствует в закуске, в супе и во втором блюде, или № 4, где фантазии составителя меню не хватает на большее, чем нафаршировать только грибами все три подаваемых блюда).

Эта поразительная некультурность рекомендуемых в 90-е годы XIX века меню поражает не только своим настойчивым, демонстративным однообразием, которое должно сделать просто неприятной такую пищу при ее культивировании из месяца в месяц, но и тем, что сам факт подобного меню стал возможен в конце XIX века, который как раз отличался и славился тем, что из десятилетия в десятилетие начиная с 1801 года настойчиво и последовательно воспитывал в кухне господствующих классов культуру рафинированного разнообразия в составлении меню, культуру, которая дала чисто русские плоды к середине 70-х годов, когда была сформирована так называемая петербургская русско-французская кухня, принятая как эталон в высшем обществе. Тот факт, что за двадцать – двадцать пять лет бурного развития капитализма в России от дворянской пищевой культуры к началу XX века не осталось даже отголоска, то есть никакого следа, который можно было бы заметить в кухне средней и мелкой буржуазии, говорит, по крайней мере, лишь об одном: либо об абсолютной изоляции дворянского общества и дворянского быта от культуры всей остальной России (что, в общем-то, невероятно), либо о возникновении за годы капиталистического, буржуазного развития России после отмены крепостного права совершенно иной генерации людей, о появлении двух поколений нуворишей и «плебеев-прохвостов» из социального слоя самого низшего пошиба (кулачество, прасолы, маклаки), которые влились в ряды вновь созданной средней буржуазии и не имели, не могли иметь никакой связи, никаких отношений с прежней культурой бывших дворянских господствующих классов, а привнесли с собой бескультурье в зажиточную среду и стали пользоваться (не обладая собственными установками) советами всевозможных шарлатанов и проходимцев, которые воспользовались возможностью подзаработать, обучая выскочек из низших социальных слоев якобы «господским манерам», потакая при этом, разумеется, самым грубым и примитивным вкусам этих «новых представителей среднего класса».



Таким образом, к началу XX века произошло в значительной степени разрушение тех достижений бытовой культуры, которых достигло русское общество в лице своих господствующих классов к 60–70-м годам XIX века.

Новый господствующий класс буржуазии лишь частично, в своих самых высших или в самых образованных верхних слоях, стал преемником дворянской культуры XIX века. В самых же широких, в самых массовых слоях средней и особенно мелкой русской буржуазии не только не осталось каких-либо следов господской культуры XIX века, но и с самого начала вносилось и культивировалось бескультурье и пошлость, чуждые даже простому народу, патриархальному крестьянству российской глубинки, не затронутому тлетворным влиянием капиталистического города. То, что несла с собой в новый XX век русская молодая буржуазия, возникшая на развалинах крепостничества в последнюю четверть XIX века, было в культурно-бытовом отношении, и прежде всего в области культуры питания, домашнего быта, кулинарных привычек и кулинарной практики, отсталым, косным, отрицательным, совершенно не связанным с предшествующей дворянской культурой и столь же не имеющим отношения к подлинным народным, национальным, чистым источникам патриархальной крестьянской культуры.

Вполне понятно, что эти социальные и культурно-бытовые изменения в обществе не могли быть совершенно не замечены теми, кто причислял себя на рубеже XIX и XX веков к культурной элите русского общества, то есть к нарождавшейся русской буржуазной интеллигенции, которая также была в социальном (и в национальном) отношении довольно пестрой, но где все еще значительным был слой людей, вышедших из дворянства.

Их основной реакцией на огрубение бытовых нравов была всемерная изоляция себя от влияния кулацко-торгашеско-плебейского слоя, стремление закрыть глаза на его существование и несомненный рост и не иметь с ним ничего общего. Отсюда рождалась и тактика поведения: предложить для своего социального слоя свои каноны, а не стремиться воздействовать на общество в целом и переделывать всю общественную культуру. В области кулинарии это выразилось в появлении таких руководств, таких поваренных книг, которые ставили своей задачей научить интеллигентов либо целиком обслуживать себя, не полагаясь на грубую, необразованную прислугу, либо контролировать своих слуг квалифицированно, имея рекомендованную и проверенную кулинарную программу и разработанные культурные недельные, месячные и годовые меню.

Вот образцы таких меню, опубликованных уже в первые годы XX века и принятые буржуазной интеллигенцией и образованной частью русской буржуазии в 1900–1913 годах.

Для тех, кто был победнее и решался самостоятельно вести хозяйство, начиная с 1900 года рекомендовалось строить обед только из трех блюд и придерживаться следующего месячного меню (затем повторяемого 12 раз).

— № 1 —

Бульон с пирожками
Ростбиф с гарниром
Сливочное мороженое

— № 2 —

Русский суп
Бифштекс натуральный
Бламанже

— № 3 —

Щи ленивые
Рыба жареная (окуни)
Компот

— № 4 —

Суп-пюре из цветной капусты со слоеным пирожком
Котлеты рубленые с картофельным пюре
Пломбир сливочный

— № 5 —

Борщ малороссийский с ватрушками
Курица отварная с рисом
Желе малиновое

— № 6 —

Суп-пюре из перловки с пирожками печеными
Мясо тушеное
Крем ванильный

— № 7 —

Щи из кислой капусты с гренками из гречневой каши
Тельное рыбное
Мусс земляничный

— № 8 —

Уха с расстегаями
Говядина отварная с хреном
Пудинг рисовый с изюмом

— № 9 —

Борщ по-польски
Заяц в сметане
Яблочный пирог с чаем

— № 10 —

Щи зеленые (щавелевые) с яйцом
Цыпленок жареный
Заварное суфле из яблок

— № 11 —

Рассольник с почками говяжьими
Плов из баранины
Мороженое фисташковое

— № 12 —

Суп с клецками
Антрекот говяжий
Самбук из яблок

— № 13 —

Щи зеленые из крапивы
Грудинка телячья фаршированная
Шарлотка с яблоками

— № 14 —

Суп-пюре из помидор с пирожками
Мясо по-гусарски
Трубочки со взбитыми сливками

— № 15 —

Суп куриный
Рулет мясной
Яблоки печеные

— № 16 —

Солянка рыбная
Рябчики жареные
Желе из красного вина

— № 17 —

Суп-лапша грибной
Гусь жареный с яблоками
Суфле из чернослива

— № 18 —

Рассольник из телячьей грудинки
Голубцы из капусты
Крем кофейный заварной

— № 19 —

Суп с фрикадельками
Шнельклопс
Сырники со сладкой подливкой

— № 20 —

Суп раковый с расстегаями
Цыплята тушеные
Пломбир малиновый

— № 21 —

Рассольник с гусиными потрохами
Зразы
Яблоки с рисом

— № 22 —

Суп-пюре гороховый с гренками
Рагу из телячьей грудинки
Трубочки слоеные с кремом

— № 23 —

Щи рахманные
Телятина под бешамелью
Вафли с вареньем, чай

— № 24 —

Солянка сборная мясная
Утка с репой
Пудинг с изюмом



— № 25 —
Рассольник с кулебякой
Поросенок жареный фаршированный
Желе фруктовое

— № 26 —
Суп Кресси[25] *с пирогом*
Котлеты пожарские
Шоколадное мороженое

— № 27 —
Суп рисовый с помидорами
Телятина жареная
Ореховое мороженое

— № 28 —
Борщок
Индейка, фаршированная каштанами
Гурьевская каша (горячая)

— № 29 —
Суп с пельменями
Мозги говяжьи жареные с гарниром
Оладьи с яблочным повидлом

— № 30 —
Ботвинья с соленой рыбой
Телячьи ножки вареные
Блинчики с суфле

— № 31 —
Окрошка мясная
Лещ, фаршированный овощами
Яблоки печеные

— № 32 —
Хлодник польский
Почки говяжьи, жаренные в сметане
Драчена

— № 33 —
Уха щучья с шафраном
Свиные отбивные котлеты
Яблочный крем

— № 34 —
Суп-пюре картофельный с пореем
Печенка телячья жареная
Вареники с вишнями

— № 35 —
Суп луковый с вермишелью
Цыплята в сметане с паприкой
Пудинг творожный с подливкой ванильной

Это в целом культурное, хорошо отрегулированное по калорийности блюд и разнообразию состава меню, не имеющее никаких резких отклонений и однобокого однообразия в сторону постного или скоромного стола, было вполне современно для начала XX века, и даже в известной степени прогрессивно, поскольку включало ненавязчиво небольшое число известных традиционных интернациональных блюд наряду с основными, русскими и русско-французскими, укоренившимися в России. Позднее, уже в советское время, такого рода меню были положены в основу советской кухни, принятой главным образом для санаториев общего типа и хороших домов отдыха.

Однако для начала XX века такое меню было все же слишком непривычным. В богатой среде, где еще имелась домашняя прислуга, его воспринимали как упрощенное. В среде же буржуазной интеллигенции, близкой к богеме, то есть среди артистов, художников, писателей, журналистов, а также среди учителей, врачей и адвокатов, усматривали практическую невозможность выдержать все это 35-дневное меню, а затем систематически повторять его десять раз в году с тем, чтобы на особо праздничные 15 дней (Рождество, Новый год, Масленица, Пасха, Троица, Рождество Богородицы) иметь особые, праздничные, отвечающие традиционному ритуалу меню.

Одни желали более точных и подробных рекомендаций на каждый день в году, с учетом сезонности продуктов питания, другие, наоборот, хотели лишь более общих рекомендаций с тем, чтобы оставалась

[25] Морковный суп, считался во французской кухне самым скудным. Назван так в честь битвы при Кресси, 25 августа 1346 г., когда французы потерпели самое жестокое поражение за всю историю до 1940 г. от англичан. В ней погибло 20 тыс. чел., в том числе союзник Франции чешский король Иоанн, 11 принцев и 1600 баронов. Суп Кресси считался супом траура.

возможность более свободного индивидуального выбора и индивидуальных комбинаций в обеденном меню, но в то же время не приходилось бы каждый раз мучительно решать, а что бы на сегодня такое приготовить.

Отвечая этим требованиям зажиточных и культурных потребителей, повара и гигиенисты начала XX века разработали следующие два варианта стола буржуазной интеллигенции, которые вошли в обиход в период после первой русской революции 1905–1907 годов и до Первой мировой войны.

Одно из этих меню ориентировалось более на дворянскую русско-французскую кухню XIX века и стремилось не утратить связи с кулинарными традициями XIX века, перенеся в XX век все, что, казалось, еще было возможным, учитывая наступившие изменения в экономике и домашнем хозяйстве. Оно было разработано скрупулезно на каждый день года, чтобы максимально не затруднять выбором потребителя. Оно оставляло также четырехблюдовый состав обеда, сохраняя два вторых, и тщательно стремилось никак и ни в чем не повторяться в пищевом сырье в пределах разных блюд одного и того же обеда, чем и отличалось в лучшую сторону от всех иных меню XX века.

Поскольку трудно и нецелесообразно приводить все 365 обедов за год, мы берем в качестве примера меню двух дней каждого месяца – первого и последнего дня, чтобы дать представление и об общем характере этого годового меню, и об учете в нем сезонности продуктов.

ЯНВАРЬ

— 1 —

Борщ с ушками
Зразы с кашей
Рябчики с брусникой
Печеные яблоки

— 2 —

Суп гороховый
Солонина отварная с хреном
Дрозды жареные с кислыми ягодами
Желе лимонное

ФЕВРАЛЬ

— 1 —

Суп перловый
Осетрина паровая
Жаркое из телятины
Апельсиновый крем

— 2 —

Суп с фасолью
Свиная грудинка с капустой
Судак отварной
Бламанже

МАРТ

— 1 —

Щи суточные из кислой капусты
Говядина отварная с картофелем
Караси в сметане
Желе клюквенное

— 2 —

Суп с фрикадельками и сельдереем
Карп, тушенный на сковородке
Баранина жареная с луком
Кисель яблочный

АПРЕЛЬ

— 1 —

Уха стерляжья
Индейка фаршированная
Тельное
Чай с миндальным пирожным

— 2 —

Суп куриный
Котлеты говяжьи рубленые с картофельным пюре
Сиг жареный
Мусс клюквенный

МАЙ

— 1 —

Раковый суп
Плов из баранины
Печень налимья в сметане
Мороженое

— 2 —

Щи зеленые из крапивы с яйцом
Цыплята тушеные с салатом



Лещ жареный
Бисквит с кремом, чай

ИЮНЬ

— 1 —

Рассольник грибной
Белорыбица по-новгородски
Голубцы
Кисель клубничный

— 2 —

Ботвинья со свежими огурцами
Бараньи биточки в сметане
Индюшьи потроха с брюквой
Желе из черной смородины

ИЮЛЬ

— 1 —

Окрошка мясная
Судак по-польски с молодым картофелем
Запеканка из лапши с творогом
Мороженое с клубникой

— 2 —

Суп-лапша из свежих грибов
Студень с гусиной печенью с хреном
Сиг жареный
Вареники с вишнями

АВГУСТ

— 1 —

Суп-пюре овощной с печеными мясными пирожками с рисом и яйцами
Грибы, жаренные в сметане
Рябчики с салатом
Крем яблочный

— 2 —

Суп фруктовый с рисом
Гусь, тушенный с антоновскими яблоками
Цветная капуста жареная
Компот из слив и груш

СЕНТЯБРЬ

— 1 —

Солянка сборная мясная
Зразы рыбные
Куропатка, жаренная в сметане
Желе из абрикосов

— 2 —

Щи ленивые
Утка фаршированная
Красноперка жареная с картошкой
Варенье из слив со взбитыми сливками

ОКТЯБРЬ

— 1 —

Калья куриная
Котлеты бараньи с рыжиками
Сосиски с капустой
Шарлотка яблочная

— 2 —

Суп-пюре из помидор
Тетерев жареный с мочеными яблоками
Телятина с кашей
Пудинг с изюмом и яблоками

НОЯБРЬ

— 1 —

Борщ украинский со свининой
Навага мезенская жареная
Говядина духовая с овощным гарниром
Шарлотка из черного хлеба с яблоками

— 2 —

Суп-рассольник из гусиных потрохов
Пельмени
Каплун жареный
Шоколадный крем

ДЕКАБРЬ

— 1 —

Суп из барашка с рисом
Форель разварная

Заяц жареный с салатом из кислой капусты и свеклы
Компот из груш и персиков

— 2 —

Консоме с клецками
Бигос по-польски
Тетерка со сливами маринованными
Пюре из каштанов с миндальным молоком
Чай крепкий

Как видим, это меню обращает особое внимание на сезонность пищи, на тесную связь и зависимость блюд от сезонных продуктов и от потребностей человека в калорийности пищи в разное время года. В нем обязательно фигурируют два вторых блюда в каждом обеде – мясное и рыбное.

А вот другие недельные меню в разные сезоны года, предложенные модной среди русской интеллигенции в начале XX века кулинарной писательницей А. Н. Тюфяевой-Толиверовой, автором «Домашнего стола».

НЕДЕЛЬНЫЕ МЕНЮ ДОМАШНЕГО СТОЛА РУССКОЙ БУРЖУАЗНОЙ ИНТЕЛЛИГЕНЦИИ

(адвокаты, артисты, писатели, художники, музыканты, врачи) (1905–1913 годы)

ЗИМНИЙ СЕЗОН

В рождественские дни
(два дня – послерождественский и крещенский)

1. Британский суп (суп с телятиной, говядиной и овощами), к бульону которого добавлена мадера.
2. Пирожки из слоеного теста с фаршем из мозгов.
3. Лососина отварная под соусом с каперсами.
4. Индейка жареная с маринованными вишнями и картофелем.
5. Зеленый горошек со сливочным маслом, натурально.
6. Мороженое-пломбир, сливочное.
7. Кофе, пастила, коньяк.

1. Суп из дичи.
2. Курник (пирог).
3. Мясо, тушенное в кисло-сладком соусе.
4. Ростбиф с кислой капустой.
5. Пудинг рисовый с изюмом.
6. Кофе, сыр, фрукты.

В скоромный день:

1. Пельмени по-сибирски (с супом мясным).
2. Мозги говяжьи жареные.
3. Телячьи отбивные, натуральные, жаренные на рашпере.
4. Салат из квашеных овощей (капуста, соленые огурцы, моченые яблоки, брусника).
5. Компот из апельсинов.
6. Десерт: кофе, сыр, вино.

В постный день:

1. Уха налимья. Пирожки-расстегаи к ней.
2. Судак фаршированный жареный с гарниром из картофельного пюре или с салатом картофельным.
3. Пирог с вареньем или с яблоками.
4. Чай, пастила, печенье, вино.

В Масленицу (две недели)

1. Блины.
К ним подаются: черная и красная икра, семга, копченая лососина, сметана, масло сливочное.
2. Бульон мясной с фрикадельками.
3. Навага мезенская жареная.
4. Курица (пулярка) жареная с салатом из моченых яблок, квашеных помидор и квашеной тыквы.
5. Компот из сухофруктов с ромом.
6. Чай, сыр, варенье. Кофе, ликеры, печенье.

ВЕСЕННИЙ СЕЗОН

1. Суп с омлетом.
2. Жареный фаршированный поросенок. Салат из квашеных капусты с луком, брусники и яблок.
3. Шпинат с гренками.
4. Клюквенное желе.
5. Чай, варенье, печенье.



1. Щи зеленые из щавеля. Ватрушки к ним.
2. Печенка телячья, жаренная в сметане. Салат из эндивия.
3. Миндальный кисель.
4. Кофе, кекс.

1. Солянка московская сборная.
2. Сиг жареный. Кресс-салат.
3. Пудинг творожный.
4. Чай, смоква, сыр.

1. Суп из сморчков.
2. Рыбные котлеты.
3. Осетрина жареная.
4. Салат из цветной капусты маринованной.
5. Кисель из сушеной черники.
6. Кофе или чай, повидло.

1. Борщок.
2. Лещ жареный фаршированный с картофелем и соленым огурцом.
3. Репа чиненная пареная.
4. Шарлотка из черного хлеба с яблоками.
5. Чай или кофе, сыр, вино.

ЛЕТНИЙ СЕЗОН

1. Щи из свежей капусты с фрикадельками.
2. Разварная говядина.
3. Осетрина жареная. Салат из свежих огурцов.
4. Желе лимонное. Ягоды (земляника).
5. Кофе, вино.

1. Ботвинья.
2. Битки говяжьи в сметане.
3. Утка жареная с капустой и каштанами.
4. Салат из свежей цветной капусты.
5. Кофейный пудинг. Ягоды (малина).
6. Кофе с ликером.

1. Суп молочный с саго или лапшой.
2. Телячьи отбивные. Салат из свежих огурцов.
3. Шарлотка из абрикосов.
4. Чай с вареньем вишневым.

1. Суп куриный с летними овощами.
2. Форшмак.
3. Беф а ля мод (духовая говядина).
4. Гурьевская каша.
5. Кофе, пастила.

1. Уха сборная из свежей рыбы. Кулебяка к ней.
2. Судак жареный фаршированный. Салат сборный из свежих овощей.
3. Пирог воздушный ягодный.
4. Сыр.
5. Чай, варенье.

1. Суп фруктовый из чернослива, изюма, малины, яблок.
2. Сиг, запеченный с грибами.
3. Сборный салат из разных овощей.
4. Мороженое. Ягоды с молоком.
5. Кофе.

ОСЕННИЙ СЕЗОН

1. Щи из кислой капусты с гусем и говяжьей грудинкой.
2. Ризотто (каша рисовая с мозгами и шампиньонами).
3. Говядина тушеная с луком и помидорами. К ней картофель вареный и огурцы малосольные.
4. Ягоды свежие (крыжовник, черная смородина с сахаром).
5. Кофе.

1. Суп грибной со сметаной.
2. Макароны с сыром.
3. Жаркое из баранины. Салат из свежих огурцов.
4. Желе клюквенное.
5. Кофе, сыр.

1. Суп овощной сборный мясной.
2. Клопс из телятины.
3. Салат из сельдерея и спаржа отварная.
4. Грибы жареные.
5. Пудинг из малины.
6. Кофе.

1. Щи из свежей капусты с антоновскими яблоками.
2. Сальник.
3. Цыплята жареные.
4. Салат из кислой кочанной капусты и цветной маринованной.

5. Суфле из ягод.
6. Кофе.

1. Потофэ[26].
2. Гусь жареный с яблоками, с рисом.
3. Артишоки.
4. Мусс дынный.
5. Кофе.

1. Суп из цветной капусты.
2. Почки телячьи в соусе.
3. Курица, фаршированная рисом и изюмом.
4. Салат из свежих овощей.
5. Арбуз или дыня.
6. Кофе, сыр, вино.

Итак, перед нами домашний стол, который в начале XX века решили возродить как эталонно-образцовый для цвета русской интеллигенции, включавшей в свои, особенно столичные, ряды преимущественно представителей родового, потомственного и личного дворянства. Просматривая это меню, нельзя отделаться от того впечатления, что оно, по сути дела, содержит в себе не какие-то новые черты, присущие новому, начинающемуся как машинный, технический, динамичный веку, а достаточно откровенный, хотя и неполноценный, частичный призыв к возврату к старой дворянской традиции – если уж не к 10–12-блюдному, то по крайней мере к 5–6-блюдному обеду.

Таким образом, подобно тому, как представители изобразительных искусств – художники, графики, декораторы, – объединившись в общество «Мир искусства» вокруг одноименного журнала, культивировали любование XVIII веком, с его помпезностью, вычурностью, салонной пышностью и чинностью и с его несомненной внешней красивостью и приятностью, как своего рода бегство от грубых реальностей наступающего машинного века, так и интеллигентные и галантные кулинары и гастрономы в среде творческой интеллигенции, по сути дела, повторяли, копировали ту же самую культурную тенденцию, рекомендуя для элиты Серебряного века возврат (хотя бы частичный, хотя бы отчасти декоративный и показной) к материальной культуре, к застолью, к кулинарно-гастрономическому быту XVIII столетия, имитируя век Золотой, или, вернее, ностальгически вспоминая стол русской, дворянской, богатой усадьбы.

Однако во многом эта имитация уже не способна была осуществиться. Она в большинстве случаев, на практике, становилась иллюзорной, оставаясь в ряде случаев всего лишь на бумаге, а не реализуясь на плите. Ибо коренным образом изменилась среда обитания и изменились сами носители культуры. Литературно-артистическая богема начала XX века, чаще всего бессемейная или с совершенно искаженной, трансформированной семейной жизнью, уже не в состоянии была освоить (и материально, и производственно) семейный, домашний стол, и если уж решалась имитировать его, то делала это довольно пародийно – отнюдь не в домашних, а в публичных заведениях, то есть в ресторанах. Об этом мы находим достаточно ссылок и в произведениях русских писателей. Это нашло отражение в пьесах А. П. Чехова, где кулинарной ностальгии предаются его герои, восхищающиеся рестораном Тестова, и в рассказах А. И. Куприна, который лично был великим любителем барской русско-французской кухни и уважаемым кутилой в лучших столичных ресторанах.

Таким образом, рекомендация расширенных и вкусных, благородных меню для питания интеллигентской элиты, задуманная как противовес тому упрощению и опрощению пищи (вегетарианские столовки Л. Н. Толстого), тому явному огрублению и кулинарной примитивизации стола, который вводили де-факто те, кто непосредственно имел дело с реалиями бурного и смутного начала XX века (Русско-японская война, революция 1905–1907 годов, крестьянские бунты и жестокий реванш реакции – новые имперские законы 1910 года и Ленский расстрел 1912 года), практически не достигала цели. Ибо все попытки облагородить и умиротворить интеллигентский быт вопреки окружающей действительности были не только утопичны в своей перспективе, но и, даже будучи вначале реализованы частично, являлись всего лишь «предсмертной вспышкой», нервическим подъемом перед агонией, последней отчаянной попыткой умирающей дворянской культуры спасти свое лицо, сохранить то, что, казалось, еще можно было сохранить.

[26] Овощной суп с картофелем, морковью, капустой, с мясом и курицей одновременно.

То, что духовное стремление «мирискусников» к возврату в прошлое, их ностальгия по XVIII веку в их художественном творчестве совпали с призывами «гастрономических и кулинарных практиков» из той же интеллигентной среды вернуться к образцам кухни и стола конца XIX века, – проявление *единства развития культуры в одну и ту же историческую эпоху*.

Таким образом, мы можем констатировать, что Серебряному веку в литературе, в изобразительном, сценическом и музыкальном искусстве соответствовал своеобразный серебряный век в материальной культуре тогдашней русской интеллигенции, в том числе и в гастрономическо-кулинарной сфере. Однако если Серебряный век в духовной культуре оказался заметным, то в области гастрономии и кухни он остался почти незамеченным. Причины здесь две. Во-первых, серебряный век в кулинарии никем и никогда не изучался. А во-вторых, все, что было создано в духовной сфере деятелями Серебряного века, оказалось зафиксировано и бережно сохранено для потомков: картины, гравюры, театральные декорации, костюмы и, наконец, книги, произведения поэзии, прозы, музыки (в нотах!). Наоборот, все, что касалось материальной культуры: обычная одежда, характер и предметы интерьера, планировка жилищ и их материал, а тем более пища, – исчезло в водовороте времени – мировых войн и революций, ибо разрушилось, истлело или же попросту было сразу же съедено.

От еды того времени весьма слабо сохранились даже меню – эти бесплотные, бледные тени былых пиров и обедов, лишенные всего реального и объективного: запаха, вкуса, цвета, не говоря уже о самой субстанции, которая одна лишь могла бы сообщить нам об истинном существе и виде тогдашних блюд.

Возродить по-настоящему в первое десятилетие XX века своеобразие дворянской кулинарной культуры столетней давности было, разумеется, невозможно, как и оживить поваров – создателей этой культуры.

Все, что удавалось сделать в ином историческом пространстве, – это имитировать, причем лишь частично, какие-то отдельные фрагменты былой дворянской кулинарной культуры, ее некоторые, наиболее заметные достижения или же только эффектные блестки.

И это было отнюдь не следствием «вырождения» или отсутствия таланта у тех, кто пытался выступить в роли «возродителей» кулинарно-гастрономического быта прошлого, а следствием того, что русская и русско-французская кухня начала XIX века была тесно привязана к крепостному праву, была густо замешена на крепостном хозяйстве, с его ручным, немереным, кропотливым трудом, с его полным безразличием к любым материальным затратам, всегда уступавшим желаниям заказчика, готового преодолеть все, любые преграды, ради удовлетворения даже минутной, но заветной прихоти. Ведь тогда не считалось чем-то чрезвычайным послать из Москвы тройку в Париж, чтобы доставить желанное пирожное! Причем точно к определенному обеду. И все это несмотря на гигантские расстояния и длительное время пути.

В XX веке, несмотря на существование телеграфа, телефона, поезда и самолета, тем не менее приходилось и приходится уже скрупулезно считать и подсчитывать, во что обойдется тот или иной пир или обед, даже тогда, когда он организуется всемогущим банком, финансовой или производственной корпорацией. Тем более отдельные, пусть и богатые персоны все равно вначале считают, сколько будет стоить тот или иной обед или экзотическое блюдо.

В этом и состояло то отрезвляющее различие между кулинарным творчеством в конце XVIII – начале XIX века и «тем же самым» процессом в начале XX века.

В XVIII веке любая кулинарная фантазия придворного или даже просто крепостного повара не знала никаких препятствий для своего осуществления, важно было лишь одно: наличие этой фантазии и заинтересованность знатного едока в ее реализации. И в этой ситуации французский король и русский помещик находились в абсолютно одинаковом положении – решали только они сами, сообразуясь со своими желаниями и наличием принадлежащего им как вещь повара.

В XX веке положение изменилось самым кардинальным образом: любая, даже самая гениальная фантазия повара-композитора неумолимо пресекалась лишь одним-единственным «техническим» соображением: а сколько будет стоить такая реализация задумки и кто конкретно будет ее оплачивать? Ибо повар, состоящий на службе в ресторане или при государственной столовой, прежде чем фантазировать на кулинарные темы и осуществлять эти фантазии, должен был доказать своим хозяевам рентабельность и целесообразность своего проекта с точки зрения рыночной экономики, учитывая не только возможности своей

собственной фирмы, но и все позиции фирм конкурирующих. А для этого недостаточно было быть лишь кулинарным гением, но и надо было иметь по крайней мере талант незаурядного экономиста.

Один из крупнейших и блестящих поваров-композиторов современной Европы, австриец Вернер Матт, лично до сих пор стоящий у плиты, то есть вполне «играющий повар-инструктор», добился не только признания своих чисто поварских талантов, но и высоких административно-поварских постов, в 27 лет став лучшим поваром Европы, только благодаря тому, что обладал гениальной способностью калькулировать стоимость блюд, задуманных и изобретаемых им еще до того, как они были реализованы.

Именно поэтому Вернер Матт был назначен в 1972 году, несмотря на свою молодость, главным поваром XX Олимпиады, и ему были подчинены десятки поварских бригад, которыми он умело дирижировал, обеспечивая приготовление 9 тысяч блюд каждые сутки. Он не только готовил виртуозно и вкусно сам, но не менее виртуозно и искусно умел считать, просчитывать каждый шиллинг, каждую марку, каждый доллар, превращавшиеся в пищу.

Таковы были требования XX века к повару-гению, к повару-артисту. И эта тенденция, хотя и не столь ясно выраженная, стала ощущаться с самого начала нашего столетия. XX век заявил о себе уже до Первой мировой войны как век контроля и учета людских действий и людских расходов и доходов, как время, когда невыполнение именно этих «технических» требований, дисциплинирующих наше существование, могло обернуться даже крахом определенной культуры, крахом страны, общества, причем материальная культура, и в первую очередь еда человека, имела тенденцию страдать при каждом финансовом крахе.

В этой новой исторической обстановке пришлось волей-неволей забыть о разных тонкостях меню, о дифференцированном его делении на домашнее, семейное, и на парадное, праздничное, официальное, а также на будничное и воскресное, гостевое и интимное. Все эти категории и их прежние различия были стерты, снивелированы.

Более определяющим критерием разницы между праздничным и будничным столом стали чисто количественные, а также стоимостные различия, а не кулинарные традиции и гастрономические тонкости.

В первое десятилетие XX века, накануне Первой мировой войны, почти во всех странах Европы, не только во Франции, но и в Англии, Германии, Австро-Венгрии и Италии, вышли сводные поваренные книги, в которых обобщался весь тот кулинарный репертуар, который был на начало XX века наиболее употребителен в той или иной стране. В него входили как сугубо национальные блюда каждой страны, так и блюда, распространенные вообще в Европе. Таким образом, в этих поваренных книгах содержались и национальные особенности, и что-то общее для всех европейских стран. При этом крен делался в сторону национальной кухни, что отражало усиление националистических тенденций во всех европейских странах накануне империалистической войны.

В России также имелась такая общеимперская поваренная книга, хотя она и не была создана непосредственно в начале XX века, а значительно ранее. Это была книга Е. И. Молоховец, 26-е издание которой, значительно дополненное и обновленное, было издано в 1909 году. К этому времени общий тираж книги Е. И. Молоховец составил свыше 750 тысяч, и она заняла в России и по распространенности, и по авторитету фактически место общеимперской поваренной книги, поскольку автор включила в ее состав рецепты не только блюд русской кухни, но и кухонь многих народов, населявших Российскую империю. Здесь были польские, украинские, еврейские, молдавские, латышские, литовские, татарские, армянские, грузинские блюда, а также блюда ряда европейских народов, распространенные с XIX века в России: французские, английские, немецкие, финляндские, шведские, датские, голландские и др.

В дополнение к рецептуре блюд Молоховец предприняла в последнем издании грандиозную попытку дать как бы наиболее приемлемое, рекомендательное меню на каждый день года, то есть на все 365 дней, тщательно расписав меню праздничных, торжественных, будничных дней, выделив в них скоромные и постные. Меню на постные дни в количестве 77 были приведены отдельно и разбиты на сезоны. В общей сложности было представлено свыше 600 недельных меню, из которых можно было делать еще и индивидуальные вариации. Все меню были тщательно разработаны с грамотных кулинарных позиций и представлены в четырех разрядах, из которых первые два носили характер праздничных, званых обедов высокой стоимости и были рассчитаны на аристократию, высшее

чиновничество и крупную буржуазию, а 3-й и 4-й разряды были рассчитаны на среднюю буржуазию с разным достатком и потому отличались лишь количественно. Для 3-го разряда сохранялся 4-блюдный обед, характерный для конца XIX века, а для 4-го разряда – 3-блюдный обед, принятый в начале XX века. Это была попытка создать некий эталон кулинарно грамотного непрерывного общегодового меню для господствующих классов и прежде всего для все еще слишком разнородной, разношерстной в культурном отношении российской буржуазии, попытка привести ее к единому по кулинарной грамотности, но разнообразному по характеру блюд, учитывающему индивидуальные вкусы, типичному для всей империи меню. Именно учет многонационального состава России и включение в массу русского кулинарного репертуара самых распространенных и выдающихся национальных блюд других народов, хотя и в адаптированном виде, и обусловили то, что книга Молоховец, несмотря на изменение исторической и социально-экономической обстановки в России за последние 100 лет, не только сохранила свое историко-кулинарное значение свода блюд российской общеимперской кухни начала XX века, но и оказалась практически не столь устаревшей спустя столетие, о чем свидетельствуют ее несколько переизданий в 90-х годах нашего века. Что же касается годового набора меню, то его продуманность может до сих пор служить образцом для составления современных меню, учитывающих новые блюда и новые пищевые продукты.

Поскольку годовое меню Молоховец занимает 52 страницы убористого текста и поскольку ее книги широко известны, мы не помещаем здесь это меню, а отсылаем читателя, более подробно интересующегося проблемами кулинарии, к изданию книги Е. И. Молоховец 1909 года.

Конечно, попытка кулинарно просветить всю русскую буржуазию была иллюзией, простительной для женщины, далекой от политики и не знавшей, что на носу империалистическая война, которая изменит мир и его взгляд на ценности жизни. Точно так же и расчеты на то, что средняя семья в России будет весь XX век состоять из 6–8 человек в среднем, оказались иллюзией. После войны все поваренные книги в Европе рассчитывали средний домашний обед лишь на 4 человек. Правда, близкое знакомство с рынком проявилось у Молоховец в том, что кое-что о новых веяниях она почувствовала даже в 1909 году. В примечаниях к своим меню она писала: «Вообще цены в России так разнообразны и так меняются, а главное, так на все возвышаются, что трудно уже сейчас определить даже приблизительную цену рекомендуемых мною обедов». Кажется, что эти строки написаны буквально в наши дни. Это говорит о том, что настоящие кулинары, даже если они целиком занимаются только своим кулинарным делом, через конъюнктуру кухни и продуктового рынка хорошо, правильно, адекватно могут чувствовать свое время. Так что когда кулинар занимается политикой или политик разбирается в кулинарии, то такое сочетание не только вполне естественно, но и весьма продуктивно!

Искусство составления меню, долженствующее проявляться прежде всего в подборе блюд таким образом, чтобы они не повторялись по пищевому сырью слишком часто и не надоедали по вкусу, особенно трудно достижимо в вегетарианской кухне, то есть именно там, где оно наиболее необходимо, потому что здесь только кулинарное разнообразие блюд может быть противовесом их продуктовому однообразию.

Вегетарианство, как модное направление в питании, пришло в Россию на рубеже XIX и XX веков из Англии, частично через Германию и Прибалтику и в целом, как типично англо-саксонская интеллигентская мода, было чуждо русским кулинарным традициям.

Однако и тогда, и позднее, в том числе и до сего времени, то есть до 90-х годов XX столетия, нередко можно было встретить мнения, что будто бы склонность к вегетарианству есть чуть ли не исконная черта русского народа.

Все эти убеждения были основаны либо на незнании фактов из истории народного питания и русской национальной кухни, либо на игнорировании различия между вегетарианским и постным столом и на подмене понятия «постная кухня» понятием «вегетарианская кухня».

Однако *вегетарианский стол* никак нельзя путать с *постным*. Ибо состав вегетарианской и постной пищи не только не одинаков, но и сами эти понятия глубоко различны и исторически возникли в Европе в совершенно разные эпохи, удаленные друг от друга на две тысячи лет. Ясно, что идеи, лежавшие в основе создания этих двух систем питания, не могли быть похожими, а тем более одинаковыми и равнозначными, ибо принадлежали людям разных эпох с разной психологией и логикой.

В основе *постного стола* лежали и лежат христианские догматы о греховности человека и исходящие из них религиозные принципы, состоящие в том, что пища значительное время года не должна включать мяса и жиров, которые, составляя радость жизни и сообщая телу энергию и сексуальные побуждения, уместны лишь в редкие праздники или могут распределяться ограниченно и скупо в рабочие дни, то есть занимать гораздо меньшую часть календарного года. Такой подход был связан с исторической, социальной и классовой ролью Церкви, а также в значительной степени с объективными историческими обстоятельствами: отсутствием условий для длительного хранения мяса и животных жиров в странах Средиземноморья, где возникло и распространялось христианство. Жаркий климат вынуждал приурочивать «мясные дни» только к периодам забоя скота, существовавшим с древнейших времен. Таким образом, постный стол православной, монофизитской, коптской, католической и других христианских церквей определялся в своем пищевом репертуаре с самого начала их деятельности исключительно религиозно-природным календарем, где некоторые обязательные религиозные предписания хотя и были искусственными, но делались с постоянной оглядкой на реальные природные условия стран Средиземноморья и Передней Азии.

Исключая из постного, то есть наиболее часто употребительного стола мясо, животные жиры, молоко, масло сливочное и тому подобные скоропортящиеся продукты, Церковь в то же время допускала ежедневно, то есть в пост, питание теми животными продуктами, которые не нуждались в хранении и могли появляться регулярно в свежем виде или же могли добываться эпизодически небольшими, быстро реализуемыми для нужд питания партиями в зависимости от конкретных потребностей. Такими продуктами были рыба, креветки, раки и даже саранча (акриды), а также все съедобные виды растений.

Многовековой опыт народов Средиземноморья подтверждал, что в климатических условиях этого региона человек мог поддерживать активное существование, питаясь большую часть года (примерно две трети) рыбой, растительными маслами, плодами, ягодами, в том числе такими питательными, как виноград, оливки, инжир, финики, а меньшую часть года – мясной, молочной и яичной пищей. Для средиземноморской и малоазийской географической зоны, не знавшей практически зимы, это было нормально. Посты стали создавать проблему для населения Средней и Северной Европы, с их более суровым климатом, примерно 500–800 лет спустя после возникновения христианства, когда оно стало распространяться среди германских и славянских народов.

Что же касается *вегетарианства*, то эта система питания возникла в Европе совершенно искусственно в середине XIX века и первоначально пропагандировалась только в Англии в период ее бурного промышленного и колониального развития. Она исходила совершенно из иных принципов, чем те, на которых основывался постный стол.

Ведущей идеей вегетарианства был моральный принцип, состоявший в том, что нельзя уничтожать, убивать все живое и особенно проливать кровь животных, «братьев наших меньших», а следовательно, нельзя ими питаться.

Этот моральный принцип подкреплялся еще и чисто медицинскими соображениями, поскольку они убедительнее действовали на европейского, особенно образованного человека. Медики того времени, то есть второй половины XIX века, утверждали, что мясо содержит не только мочевину, соли и другие «вредные для здоровья вещества», но и главное, что в мясе убитого животного происходит сразу же «трупный распад» и оно становится, таким образом, «падалью», а потому и способствует различным недугам человека.

Таким образом, основываясь на морально-медицинских принципах, вегетарианцы исключают из питания людей все животные «убойные» продукты, то есть мясо домашних животных и птицы, лесную дичь, рыбу морей и рек, ракообразных, моллюсков, мягкотелых, но в то же время весьма непоследовательно, с медицинской точки зрения, допускают питание яйцами, молоком, молочными продуктами, хотя те также имеют животное происхождение и состоят почти из тех же компонентов, что и мясо.

Английские последователи вегетарианства в значительной степени заимствовали свои идеи из древнеиндийской ведической религии. На многих англичан, проходивших годами службу в колониальной администрации в Индии, огромное впечатление производили беспрепятственно бродившие даже по улицам индусских городов «священные коровы», а также другие животные – павлины, фазаны, цесарки, которых никто не пытался зарезать, изжарить и съесть, хотя голодных, нищих, обездоленных людей в Индии хватало.



Для Индии с ее разнообразной и буйной тропической флорой, изобилующей массой съедобных и питательных растений, вегетарианское питание было, особенно в глубокой древности, в период собирательства, нормальным, естественным, а ведическая религия и культура, в основе которой лежала вера в переселение души человека в животных и наоборот, препятствовала убийству животных из морально-религиозных соображений.

В сырой, промышленно-задымленной, тесно заселенной Британии, где традиционной с древнейших времен была ярко выраженная животная (мясная и рыбная) пища, а национальными блюдами были бифштекс или ростбиф с кровью и тяжелые, на говяжьем жиру пудинги, а также свиной бекон, йоркширские окорока и т. п. и т. д., вегетарианство явилось своеобразной и в значительной степени типично ханжеской реакцией буржуазной интеллигенции на промышленный переворот и колониальное процветание, а главное, на последующее ухудшение экономического положения масс и мелкобуржуазных слоев метрополии, и удорожание традиционной мясной пищи, и возросшие к концу XIX века массовые эпидемические и хронические заболевания.

В этих условиях для части буржуазной интеллигенции, в основном не связанной с успехами и процветанием промышленности, проповедь вегетарианства казалась панацеей от всех тлетворных веяний эпохи, гарантией воздержанной, здоровой жизни и обращением к пуританским идеалам «золотого прошлого».

На самом же деле обеспечение себя хорошей, разнообразной вегетарианской пищей оказалось вовсе не таким уж дешевым удовольствием и практически могло быть достигнуто лишь с использованием многих колониальных продуктов, а потому стало доступным лишь буржуазии. В «народном варианте» вегетарианство свелось лишь к лицемерным попыткам «научно» обречь рабочий класс на питание картошкой и овсянкой и к призывам «добровольно» и «ради своей же пользы, ради здоровья» отказаться от недоступных ему окороков, бифштексов, форели, раков, дичи и шотландской селедки.

Между тем с годами под сильное сомнение было поставлено оздоровительное значение вегетарианского стола. Особенно вредным оказалось повышенное и систематическое употребление яиц. Даже комбинация яичных и молочных блюд оказалась вовсе не такой безобидной для здоровья, как это теоретически виделось вначале. (Ведь и то и другое – продукты, «дарованные самой природой»!)

Тем не менее вегетарианство стало распространяться, как «английская мода», в конце XIX – начале XX века по всей Европе и не оставило также своим влиянием Россию. Здесь его пропагандистом выступил сам Лев Толстой, ратовавший за внедрение вегетарианства в питание народных низов как присущей якобы народу здоровой пищи и исходивший при этом из христианско-аскетических соображений, а также из убеждения в том, что нравственное совершенствование приведет в конце концов и к социальным изменениям.

Моральная аргументация Л. Н. Толстого в пользу вегетарианства была поддержана частью петербургской буржуазной интеллигенции с чисто медицинских позиций, в то время как другая часть именитых медиков во главе с академиком князем И. Р. Тархановым (грузином по национальности) объявила вегетарианство «несусветной глупостью». Это мнение разделялось также московскими врачами и кулинарами. В то время как в Петербурге было открыто несколько вегетарианских столовых (кстати, они сохранились потом и в советском Ленинграде!), в Москве этот род питания не прижился, хотя Л. Н. Толстой и субсидировал два-три таких заведения.

Близость вегетарианских воззрений Толстого к индуизму (ведической морали) не случайно вызвала резкую реакцию Святейшего синода, отлучившего Л. Н. Толстого от церкви.

Это, между прочим, наглядно продемонстрировало принципиальное различие вегетарианства и постного стола, различие не только их теоретически-философских установок, но и чисто кулинарную и вкусовую разницу, различия в их пищевом составе и в композиционной структуре блюд этих двух направлений и систем питания.

Церковь, обладавшая тысячелетним опытом управления настроениями народных масс, прекрасно сознавала, что вегетарианство социально-избирательно и элитарно, по крайней мере в условиях такой страны, как Россия, а его упрощенное внедрение в массы способно лишь вызвать вначале пищевой, затем психологический и производственный дискомфорт, а потом и вовсе чревато социальным взрывом. *Чередование же постного и скоромного стола всегда сохраняет* или, во всяком случае, оставляет возможность сохранять *разумный физиологический баланс, обеспечивающий работоспособность*.

Церковь понимала, что переходить грань в столь важном и деликатном вопросе, как питание человека, как сохранение его коренных жизненных потребностей, нельзя. Все, что можно было сделать по «разумному» урезыванию этих потребностей, под видом их «греховности», Церковь уже сделала и идти в том же направлении еще дальше нельзя. Упрощенный вегетарианский стол «для масс» невозможен – это тупик. Разнообразный же в кулинарном отношении вегетарианский стол, с привлечением заморских продуктов и дорогих фруктов, крайне дорог, доступен лишь обеспеченной части буржуазии и к тому же рассчитан исключительно на лиц, не занимающихся физическим трудом. Важное значение имеет и личная склонность при избрании вегетарианского стола. Лица, которым такая пища не претит, которые не испытывают чувства ограничения, питаясь вегетариански, могут ею пользоваться. Но для большинства людей вегетарианские ограничения неприемлемы и тягостны. Особенно наглядно это проявилось при создании вегетарианских простых столовых с их тремя-четырьмя видами безмясного супа (борщ – свекла, щи – капуста, габер-суп – овсянка и картофельный суп), а также с тремя видами каш: гречневой, пшенной, перловой. Сотни толстовских столовок такого типа, созданных на рубеже XIX и XX веков для голодающего населения в России, могли существовать лишь временно, как пункты первой помощи, спасающие людей от голодной смерти. Но как постоянные пункты нормального народного питания они не выдерживали конкуренции даже с захудалыми провинциальными трактирами, с их плохой, низкокачественной, не гигиеничной, но все же более разнообразной мясной и рыбной пищей: дешевой колбасой, солониной, селедкой – и с их чаем, строго запрещенным и навеки изгнанным из вегетарианской кухни, как «вредное зелье», наряду с кофе.

Интересно, что даже такой искренний поклонник вегетарианской пищи, как Бернард Шоу, подчеркивал, что его склонность к вегетарианству носит сугубо индивидуальный характер, продиктована только личными мотивами: во-первых, на Шоу повлияла ранняя смерть отца (тот любил бифштексы с кровью и поглощал их, запивая неимоверным количеством пива и виски, так что в его смерти гораздо более повинен алкоголь, чем холестерин), а во-вторых, ему была приятна и нравилась молочная и растительная (особенно фруктовая) пища, он не испытывал тоски по чаю или кофе. (Во время своего пребывания в СССР в 1932 году Шоу на беседе в Гослитиздате ел с удовольствием поставленную на столе в большой миске малину и запивал ее молоком.)

В то же время Шоу весьма иронически смотрел на то, чтобы пропагандировать вегетарианство в массах, ссылаясь на свое долголетие (он прожил 94 года) и интеллект, то есть навязывать свою систему питания людям, которым такая система несвойственна! «Не надо думать, – говорил писатель, – что каждый, кто будет есть капусту и свеклу, может сравняться с неким Джорджем Бернардом Шоу. Это было бы чересчур оптимистично».

Другой видный ученый XX века – К. Э. Циолковский, размышляя о том, как и чем можно было бы прокормить растущее население нашей планеты в будущем, в XXI–XXII веках, подчеркивал несомненное значение растений в питании человека и предусматривал рост доли растительной пищи в общем пищевом балансе, но в то же время указывал, что ограничиваться только растениями нельзя с физиологической точки зрения, а кроме того, полноценное питание исключительно растениями обошлось бы слишком дорого, причем он сделал и кое-какие примерные расчеты. Так, Циолковский указывал, что теоретически человек может пропитаться в течение года, грубо говоря, одной тонной бананов, ибо это количество покрывает годовые потребности человека в энергии. Однако это было бы трудно практически осуществить, ибо, несмотря на хороший вкус, легкость усвоения и ненужность горячей обработки бананов, однообразная пища все равно надоела бы, а кроме того, обошлась бы весьма недешево. Действительно, даже если мы примем ту относительную дешевизну бананов, которая существовала на российском рынке в период 1996–1998 годов и составляла 7–8 руб. за 1 кг, то годовой бюджет одного человека в таком случае должен был бы равняться 12 тыс. руб., учитывая, что наряду с расходами на питание он должен был бы оплачивать квартиру, газ, стирку и другие услуги. А эта сумма была бы выше реального среднестатистического прожиточного минимума. Но и этим не исчерпываются недостатки, связанные с питанием одними растениями. Растительная пища дает гораздо большую нагрузку на пищеварительный тракт человека, и если она начинает превалировать или даже становится абсолютно доминирующей в питании, то, соответственно, возрастают нагрузки и на систему кровообращения, на сердечно-сосудистую деятельность. Дело в том, что калорийность ряда растений крайне низка, и их для

покрытия потребности в энергии надо перерабатывать много, большие объемы. Так, по расчетам того же Циолковского, 4 кг бананов соответствуют 1 кг муки и всего 87 г мяса. Отсюда понятно, сколь многократно возрастает нагрузка желудка, а затем и сердечно-сосудистой системы, если мы захотим эквивалентно восполнять за счет одной лишь растительной пиши громадные энергетические потребности нашего организма. Таким образом, одностороннее питание полезными растениями может спустя определенное время ударить по нашему здоровью с другой стороны: сердечно-сосудистая система пострадает не от холестерина, а от самой банальной изношенности.

Отсюда видно, что главная опасность заключается в однообразном питании, каким бы это однообразие ни было – «полезными» растениями или «неполезным» мясом. Вот почему здоровое меню, здоровый пищевой репертуар будет составлять любой набор блюд, где ясно и четко проведен и выдержан принцип разнообразия, как кулинарного, так и вкусового, то есть присутствует и мясная, и рыбная, и растительная, и иная пища в ее горячем, холодном, соленом, квашеном, вяленом и ином виде, причем пища, сдобренная пряностями, неодинаковая во вкусовом отношении – и пресная, и сладкая, и острая, и кислая, – словом, предельно разнообразная по продуктам, вкусу, кулинарной обработке. Такая пища и будет самой здоровой и полезной.

Не случайно восточное вегетарианство, культивируемое кришнаитами, придает огромное значение разнообразию вкуса, расширяя применением пряностей и специй, а также особых приправ, диапазон однообразного вегетарианского стола. Именно поэтому кришнаитское вегетарианство, а также вегетарианская кухня китайско-вьетнамского направления Сумы Чинг Хай делают последние годы гораздо большие успехи в своем распространении в Европе и Америке, чем традиционное английское (европейское) вегетарианство. Последнее, также учитывая некоторые негативные стороны растительной пищи, в своих наиболее тонко разработанных меню, предназначенных для людей состоятельных, старается всемерно подготовить блюда из растений к облегченному усвоению, чтобы сократить работу желудка. Именно поэтому в европейском вегетарианстве такое видное место занимают *протертые* овощные супы, пюреобразные вторые блюда из овощей (пюре картофельное, брюквенное, тыквенное), применение различных *муссов, суфле,* самбуков в сладких блюдах (вместо натуральных ягод). Все это дает возможность увеличить число обеденных блюд в небогатой вегетарианской кухне с трех до четырех или пятишести и таким образом сохранять нужный энергетический баланс. Но все это касается и остается возможным лишь для состоятельных вегетарианцев. В низовых же, простонародных вариантах так называемая вегетарианская кухня гибельна. Вот почему нельзя говорить о вегетарианстве вообще и рассуждать абстрактно – о его пользе или недостатках и преимуществах. Надо конкретно указывать, какое вегетарианство имеется в виду – богатое, элитарное, индивидуально ориентированное или массовое, простонародное, скудное и безотрадное во вкусовом отношении?!

Ниже приводятся образцовые вегетарианские меню, разработанные еще в первом десятилетии XX века в России петербургскими пропагандистами европейского вегетарианства. Прочтите их внимательно. Вглядитесь в них. Это поможет практически понять, в чем состоит вегетарианский стол, чем он отличается на практике от постного и сколь необходимы большие средства, чтобы последовательно поддерживать предложенный пищевой репертуар. Публикуются недельные меню для каждого сезона с целью показать связь и зависимость вегетарианской пищи от сезонных пищевых возможностей и понять, что и как надо взять из вегетарианской кухни для пополнения разнообразия нашего нормального российского современного стола.

МЕНЮ ВЕГЕТАРИАНСКОГО СТОЛА БУРЖУАЗНОЙ ИНТЕЛЛИГЕНЦИИ В НАЧАЛЕ XX ВЕКА (ПРИВЕДЕНЫ НЕДЕЛЬНЫЕ МЕНЮ, ХАРАКТЕРНЫЕ ДЛЯ КАЖДОГО СЕЗОНА)

ЗИМНИЙ СЕЗОН

Понедельник

Суп-пюре картофельный с гренками
Свекла тушеная с кислой капустой
Крем лимонный с вафлями

Вторник

Суп-пюре морковный с гренками
Каша перловая крутая с маслом
Желе из сухофруктов, бисквиты



Среда

Суп крестьянский (овощной)
Котлеты рисовые с томатным пюре и сметаной
Салат из зеленого горошка с яйцами
Компот из яблок с печеньем

Четверг

Борщ по-польски с гренками из гречневой каши
Котлеты из чечевицы
Салат из кислой капусты с прованским маслом
Крем сливочный, безе

Пятница

Суп-пюре из перловки с жареными гренками и пармезаном (сыром)
Репа пареная, обжаренная в масле и гратинированная сыром
Салат из тертой свеклы (сырой) с крессом
Пышки с клубничным вареньем

Суббота

Суп-пюре овощной. Пирожки с рисом и яйцами
Запеканка из моркови с горохом под голландским соусом
Меренги с ванильно-сливочным соусом

Воскресенье

Рассольник овощной со сметаной и сырными шариками
Бобы отварные в масляном соусе
Крем шоколадный с печеньем

ВЕСЕННИЙ СЕЗОН

Понедельник

Суп-претаньер с сырными гренками
Рис, запеченный с сыром
Отварной молодой картофель с маслом
Салат из редиски

Вторник

Суп из сморчков с макаронами
Суфле из брюквы
Салат из эндивия (цикория) с крессом
Компот из урюка и кураги

Среда

Суп зеленый из молодой крапивы с яйцом
Капуста жареная
Салат из свежих огурцов со сметаной
Каша манная на молоке с изюмом

Четверг

Суп-пюре рисовый с зеленью
Булочки жареные с начинкой из фасоли
Цветная капуста отварная с томатным пюре
Пудинг творожный с изюмом

Пятница

Суп зеленый из щавеля и шпината со сметаной и пирог блинчатый со смоленской кашей и яйцами
Сморчки, жаренные в сметане
Соус с молодым укропом и петрушкой
Крем молочный. Хворост

Суббота

Суп картофельный с манной крупой
Палочки, жаренные с сыром (хлебные)
Запеканка из моркови с яйцом
Крем фисташковый, печенье

Воскресенье

Суп овощной с вермишелью и тертым сыром (зеленым)
Пирожки со шпинатом и яйцами
Котлеты гороховые с подливкой
Спаржа отварная
Пирог шоколадный с горячим молоком

ЛЕТНИЙ СЕЗОН

Понедельник

Суп-пюре из свежих помидор
Пирог слоеный с рисом и яйцами
Цветная капуста, жаренная в кляре
Суфле из абрикосов со сливками

Вторник

Ботвинья-свекольник
Пышки картофельные



Фасоль зеленая стручковая отварная с крутыми яйцами
Салат из свежих огурцов
Клубника со сливками

Среда

Суп из свежего горошка
Пирожки печеные с морковью и яйцами
Котлеты рисовые с помидорами тушеными
Мороженое сливочное с земляникой

Четверг

Щи ленивые с гречневыми гренками
Грибы жареные со сметаной
Салат зеленый с заправкой провансаль
Шарлотка из белого хлеба с абрикосами

Пятница

Борщок. Пирожки с репой и яйцами
Зразы картофельные с грибами
Салат из малосольных огурцов
Кисель из черной смородины

Суббота

Суп молочный с клецками заварными
Вареники с капустой и грибами
Суфле из шпината с яйцами
Желе из свежей малины. Печенье

Воскресенье

Окрошка овощная со сметаной
Пельмени с грибами
Картофель молодой жареный со свежим укропом
Крем сливочный с клубникой

ОСЕННИЙ СЕЗОН

Понедельник

Борщ из свеклы квашеной с грибами сушеными белыми
Каша смоленская с луком
Оладьи из брюквы жареные
Суфле из яблок. Сливки, бисквит

Вторник

Суп-пюре из тыквы
Пирог с грибами и гречневой кашей
Чечевица с луком и помидорами тушеными
Пюре сладкое из груш с рисом

Среда

Суп с макаронами и сыром
Вареники с творогом
Каштаны печеные с маслом
Яблоки печеные с вареньем клюквенным

Четверг

Суп молочный с овощами
Запеканка из лапши с сыром
Пюре картофельное с груздями солеными
Рулет бисквитный с вареньем вишневым

Пятница

Щи кислые с грибами
Пирожки с репой и кашей
Яичница-глазунья с помидорами
Пюре из чернослива со сливками

Суббота

Суп-лапша грибная
Пирожки-расстегаи с морковью
Репа, фаршированная манной кашей
Плов фруктовый с рисом и дыней свежей

Воскресенье

Суп-пюре из цветной капусты
Пирожки с рисом и яйцами
Голубцы капустные с кашей гречневой и луком
Соус из шампиньонов
Каша гурьевская сладкая, горячая, со сливками
Маседуан из арбуза с виноградом
Бисквитное печенье

Итак, к исходу первого десятилетия XX века в России окончательно выработалось «образцовое» меню обеда, состоящего из четырех блюд у богатых людей (два вторых блюда) и из трех блюд у всех остальных. Постепенно обед из трех блюд стал всеобщей нормой в общественном питании – в столовых, в пансионатах, в гостиницах, в ресторанах.

Первая мировая война, две революции (Февральская и Октябрьская), а затем четыре года Гражданской войны вызвали резкое нарушение хозяйственной жизни России и вынудили часть народа в те-

чение наиболее тяжелых голодных лет (1918–1921 гг.) перейти практически на скудный рацион. Именно в эти годы в России стали привыкать к еде всухомятку и к обеду в одно блюдо[27].

Но изменения такого порядка были не специфически русскими, российскими, а носили глобальный характер. Они произошли не только в России, разоренной войнами, но и в еще большей степени в Европе, а также в разбогатевшей на двух мировых войнах Америке. Уже после кризиса 1929–1932 годов трудовое население США фактически перешло на совершенно упрощенное консервно-бутербродное массовое питание в индустриальных центрах и в крупных городских агломерациях.

В России же даже в 20–30-х годах патриархальные традиции деревни и общая «отсталость» страны явились теми объективными историческими препятствиями, которые не позволили ни при каких обстоятельствах отойти от традиционного горячего обеденного стола у большинства населения. На просторах тринадцати губерний Великороссии, а также на Урале, в Сибири и в Забайкалье эти традиции горячей обеденной пищи поддерживались коренным русским населением, в том числе особенно последовательно донским, астраханским, уральским (оренбургским), сибирским и семиреченским казачеством, крепко держащимся патриархального быта.

Горячая пища, щи да каша, любое горячее хлебово и мясо или рыба на второе рассматривались как непременные, обязательные условия нормальной жизни и труда, отступление от которых было бы катастрофой. Вот почему даже в самые тяжелые моменты русская деревня и русский городской рабочий люд без горячей пищи не обходились. Могла снижаться ее реальная калорийность, могло сокращаться ее фактическое количество, но ее основа – хлебово и каша, хлебово и жаркое – оставалась неизменной.

Советский общепит, с самого своего возникновения в период нэпа, старался учитывать и сохранять в целом эти каноны простонародных пищевых привычек и пристрастий. Вот почему организации фабрично-заводских столовых, а затем и гигантских фабрик-кухонь, производительностью в 100–150 тысяч обеденных порций в сутки, было уделено первейшее внимание. Горячая пища была максимально приближена к расположению производства. Конечно, при этом не могла не произойти значительная стандартизация и упрощение меню по пищевому составу, но в то же время оно выдерживалось на фабриках-кухнях в смысле правильной сменяемости характера блюд с целью создания рационального кулинарного разнообразия.

И это явилось шагом вперед в организации народного питания промышленного пролетариата, который в царское время, естественно, был абсолютно далек от таких понятий, как заботы о сколь-нибудь правильном меню. Для бывшей буржуазной интеллигенции, все еще составлявшей часть ИТР и не забывшей свои дореволюционные домашние меню, репертуар фабрично-заводского общепита был, наоборот, шагом назад, к менее нюансированному по составу и менее вкусному по своей органо-лептической оценке питанию.

Сохранение и упрочение горячего стола, как обязательного в обеденное время, явилось исторической заслугой советского общепита, в основном в пределах РСФСР.

На Украине и в Белоруссии, а также в Новороссии и на Кубани горячий стол стал закрепляться лишь в конце 30-х годов и в послевоенное время, когда окончательно сложилось общепитовское советское меню, чуть ли не одинаково стандартное от Бреста до Владивостока. На юге из непременно горячих блюд народного питания существовали и признавались лишь два – борщ и кулеш, в то время как значительную часть меню составляли традиционно холодные блюда: шматок сала, крутые яйца, соленые огурцы и соленые арбузы, творог, сметана, домашняя свиная колбаса, отварные рубцы, вяленая рыба – вобла, тарань, чехонь, кефаль, пузанок, фрукты – яблоки, груши и сливы – входили в разных сочетаниях в меню холодного обеда рабочих промышленного юга: шахтеров Донбасса,

[27] При этом наиболее стабильно сохранялось первое горячее суповое блюдо. И те, кто делал и ел супы, несмотря ни на что, все же пережили голодные годы, выжили. Легче перенесли голод также те, кто регулярно пил чай, сводя весь обед к чаепитию.

Этот феномен, между прочим, повторился и четверть века спустя, в годы Второй мировой войны, когда в блокадном Ленинграде, в условиях длительного голодания, выжили в основном лишь те, кто использовал весь свой скудный продовольственный паек в форме горячей жидкой пищи, то есть превращал любые получаемые продукты в «суп», в том числе и крохотные пайки хлеба в 50 г, не просто проглатывая их, а варя, разваривая их в кипятке или размачивая в чае.



металлургов Криворожья и Таганрога, хлеборобов и моряков Новороссии.

Во второй половине 20-х годов советская кухня и в домашнем, и в нарпитовском (общественном) питании окончательно стабилизировалась на трехблюдном обеде: суп, горячее второе, преимущественно мясное блюдо, и сладкое на третье. Сам по себе пищевой выбор блюд упростился, а отсюда упростились и меню. Но в общественном питании, на фабриках-кухнях, они стали разрабатываться более грамотно с кулинарной точки зрения, несмотря на сокращенный ассортимент блюд. Поэтому однообразия меню, по крайней мере в течение недели, удавалось избегать. И это стало правилом для общепита. Возобладал недельный тип меню, где блюда в течение недели довольно хорошо и грамотно менялись, но затем новая неделя опять повторяла тот же репертуар.

Такие меню разрабатывались в основном в домах отдыха и санаториях, где люди пребывали короткие сроки – две-четыре недели, а затем состав едоков менялся. При этой системе повторяемость недельных меню не была практически слишком заметной. В заводских же столовых, где состав питающихся был постоянным, прибегали все же к составлению месячных меню. Именно меню домов отдыха становились постепенно в 30-е годы своеобразным эталоном и образцом для домашнего питания трудящихся, старавшихся, насколько возможно, воспроизводить несложные композиции общепита. Надо сказать, что создание известного разнообразия меню при упрощении набора блюд и пищевого сырья облегчалось и достигалось в советской кухне (т. е. и в общепите, и в домашней кухне) ликвидацией деления стола на постный и скоромный. Это сразу открывало простор для более гибкого варьирования блюд в течение недели. Ниже приводится меню дома отдыха в его осенне-зимнем и весенне-летнем вариантах, характерных для середины 30-х годов.

ТИПИЧНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ СОВЕТСКОГО ДОМА ОТДЫХА СЕРЕДИНЫ 30-Х ГОДОВ

ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ СЕЗОН

Понедельник

Щи суточные из кислой капусты с мясом
Судак отварной по-польски с картошкой и огурцом соленым
Каша гурьевская сладкая

Вторник

Борщ украинский со шкварками
Котлеты рыбные с отварной картошкой
Блинчики с повидлом

Среда

Рассольник ленинградский
Сосиски с капустой тушеной
Компот из сухофруктов

Четверг

Суп рыбный с крупой перловой
Мясо духовое с кашей гречневой
Кисель клюквенный

Пятница

Суп крестьянский с мясом
Утка жареная с овощным гарниром
Мусс яблочный

Суббота

Суп-лапша куриная
Биточки в сметане
Кисель молочный

Воскресенье

Солянка мясная сборная
Котлеты куриные пожарские
Желе лимонное

ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ СЕЗОН

Понедельник

Щи ленивые со сметаной
Караси жареные
Яблоки печеные

Вторник

Свекольник холодный
Котлеты паровые мясные
Компот из свежих ягод

Среда

Суп молочный с клецками

Поджарка с молодым картофелем и свежим огурцом
Кисель из малины

Четверг

Уха из окуней
Зразы картофельные с мясом
Пирог с вареньем, чай

Пятница

Щи зеленые из щавеля с яйцом крутым
Курица отварная с рисом
Вареники с вишнями

Суббота

Суп-лапша грибной
Тефтели в томатном соусе с овощным гарниром
Творожная запеканка с изюмом и фруктовой подливкой

Воскресенье

Бульон с фрикадельками и пирожком
(В жаркие дни окрошка мясная)
Гусь жареный с картошкой и яблоками
Мороженое сливочное с вареньем

После окончания Великой Отечественной войны, в конце 40-х и в 50-е годы, почти на всей территории СССР установилось единое общесоюзное стандартное меню горячего обеденного стола, что было обусловлено двумя обстоятельствами: во-первых, одинаковым централизованным снабжением столовых одного типа (областных, районных, республиканских) сравнительно ограниченным ассортиментом продуктов, а во-вторых, установлением однообразных раскладок-меню в однотипных заведениях общественного питания, что как бы копировало армейский опыт военных лет. Все это было связано не только с тяжелым продовольственным положением в разоренной войной стране, но и с задачами более строгого и успешного контроля за расходом продуктов, с борьбой против расхищения их с пищеблоков.

Вот пример состава такого меню на неделю, практикуемого в Московском промышленном районе (т. е. в Москве и Подмосковье).

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ЗАВОДСКОЙ ФАБРИКИ-КУХНИ В 50-Е ГОДЫ, ОБСЛУЖИВАЮЩЕЙ РАБОЧИХ И ИТР АВИАПРЕДПРИЯТИЯ, А ТАКЖЕ И ШИРОКИЙ КРУГ МАССОВЫХ КЛИЕНТОВ «С УЛИЦЫ»

— 1 —

Щи мясные из кислой капусты
Сырники со сметаной
(Вариант: вареники с творогом)
Оладьи с повидлом сливовым

— 2 —

Борщ московский с колбасой и шкварками
Котлеты с картофелем отварным и огурцом соленым
Компот из сухофруктов

— 3 —

Рассольник ленинградский с куриными потрохами
Макароны по-флотски (с мясным жареным фаршем)
Мусс яблочный

— 4 —

Суп перловый с мясом и кореньями
Курица отварная с рисом
Кисель клюквенный

— 5 —

Суп куриный с рисом
Треска отварная с картофельным пюре
Кисель яблочный

— 6 —

Суп крестьянский овощной с мясом
Сосиски с капустой тушеной
Желе лимонное

— 7 —

Суп гороховый с ветчиной (или колбасой)
Свиная тушенка с гречневой (рисовой) кашей
Кисель молочный

С середины 60-х и в 70-е годы в меню советского общепита произошли некоторые изменения, выразившиеся в основном во включении ряда блюд национальных



кухонь народов СССР в повседневный репертуар городских столовых и ресторанов, а также санаториев и домов отдыха. Произошли изменения и в составе продуктов, что легко может заметить внимательный читатель.

ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ СЕЗОН

Понедельник

Щи капустные со свининой
Камбала, тушенная в томатном соусе
Кисель молочный

Вторник

Борщ московский с сосисками
Треска отварная с картофельным пюре и соленым помидором
Компот из консервированных персиков

Среда

Рассольник из куриных потрохов
Бифштекс рубленый с кашей рисовой
Кисель клюквенный

Четверг

Суп харчо из баранины
Сырники со сметаной
Самбук из яблок

Пятница

Суп перловый с мясом
Курица отварная с рисом
Компот из сухофруктов

Суббота

Суп с пельменями
Яичница-глазунья с колбасой
Оладьи с повидлом сливовым

Воскресенье

Суп с фрикадельками
Эскалоп из свинины
Желе апельсиновое

ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ СЕЗОН

Понедельник

Щи зеленые из шпината
Котлеты рыбные с картофельным пюре
Компот из свежих яблок

Вторник

Свекольник (хлодник)
Азу с соленым огурцом
Кисель черничный

Среда

Окрошка овощная
Люля-кебаб с томатной пастой
Блинчики с творогом и ванильно-молочным соусом

Четверг

Солянка рыбная
Голубцы с мясом
Мусс яблочный

Пятница

Суп рисовый молочный
Гуляш свиной с картофелем жареным
Мусс клубничный

Суббота

Суп грибной с вермишелью
Кабачки, фаршированные мясом
Компот из черной смородины

Воскресенье

Суп куриный с рисом
Бефстроганов с картофельным пюре
Виноград свежий

Это меню в пищевом отношении богаче, а в кулинарном отношении гораздо менее культурно, чем довоенное. Бросается в глаза его эклектичность. Здесь и общеевропейские (бифштекс, эскалоп, гуляш) и некоторые национальные блюда (азу, харчо, люля-кебаб), все они последовательно и односторонне усиливают мясной крен меню. Он проявляется в увеличении доли свинины в блюдах, причем за счет довоенного преобладания говядины, как подлинной мясной основы русской кухни.

Правда, появилась новая морская рыба – треска, камбала. В то же время чисто кулинарная безграмотность обнаруживает себя тем, что у мясных блюд

в качестве гарнирного сопровождения появляется каша, когда следует давать сборный овощной гарнир.

Колбаса, сосиски также новое явление в горячих блюдах обеденного меню. До войны они подавались лишь на завтрак или в ужин, а обед готовился из натуральных сырых продуктов, а не из полуфабрикатов.

Но особенно неприятны нарушения национального своеобразия мясных блюд. Сохраняя их национальные названия, авторы меню грубо изменяли их специфический национальный состав и вкус: харчо делалось из баранины, хотя оно должно было приготавливаться из говядины, а люля-кебаб состоял из свинины, хотя должен был состоять из баранины. Появился какой-то странный «московский» борщ, что должно было оправдать включение в него городских сосисок.

Словом, во всем обнаруживалась утрата тех остатков довоенной кулинарной культуры, которая все еще сохранялась в советской кухне в довоенные годы поварами старшего поколения, заставшими русскую кухню начала XX века.

К 80-м годам этот процесс культурной деградации официальной общепитовской советской кулинарии зашел настолько далеко, что даже при выработке меню для космонавтов разработчики из института питания и столовские повара, окончившие советские кулинарные техникумы, с превеликим трудом создали лишь недельные меню, которые должны были повторяться 52 раза в году, но не смогли обеспечить небольшую группу космонавтов даже месячным разнообразным меню. Отсутствие кулинарной фантазии и полное незнание достижений русской национальной и европейской кулинарии у этих «разработчиков» просто поразительны. Их кулинарная неграмотность и ограниченность почти неправдоподобны, в них трудно поверить, и только меню «космических обедов» убеждает действительно, что мы имеем дело с деградацией кулинарной культуры.

Вот это «заоблачное, божественное, космическое меню для избранных» людей, для редких «героев нашей планеты». Что в нем отличается от простой заводской столовой или столовой военного госпиталя? Да почти ничего! Кроме того, что большая часть пищи делается протертой.

— 1 —

Борщ
Сосиски-малютки
Кофе

— 2 —

Суп-пюре овощной
Язык говяжий заливной
Чай без сахара

— 3 —

Суп-пюре перловый
Паштет куриный (или перепелиный)
Мед

— 4 —

Щи капустные протертые
Говядина с картошкой
Кисель клюквенный

— 5 —

Суп-пюре помидорный
Ветчина консервированная
Суфле из смородины

— 6 —

Суп-пюре картофельный с шампиньонами
Котлеты говяжьи со свекольным пюре
Клубника протертая с сахаром

В подготовке питания для космонавтов советская кулинария сделала ту же ошибку, что и вся советская кулинария в целом: она исключила пряности, ограничила сладости и вообще лишила космонавтов в пище элементарных радостей жизни, исключив вначале даже все острое – перец, горчицу, хрен, лук, чеснок. Только настойчивые требования ряда экипажей смогли постепенно вернуть на орбиту эти обычные, но столь необходимые в кулинарии продукты. Причиной же такого безграмотного пренебрежения пряностями были известные «твердолобые» установки советской медицины, представители которой изгоняли все острое из пищи, не понимая ничего ни в физиологии питания, ни в психологии вкуса, ни тем более в основах кулинарии.

То, что врачи, медики, люди далекие от кухни, постоянно вмешивались в проблемы питания, было огромной трагедией для развития русской и советской кулинарии после 1917 года. Причина этого вмешательства, беспрецедентного для всей мировой кулинарии, состоит в том, что в период Гражданской войны, в связи с распространением различных эпидемических заболе-



ваний, врачи были мобилизованы в армию и во все пункты общественного, массового питания для надзора и *контроля за гигиеническим состоянием пищеблоков, посуды* (ее мытьем горячей водой), за личной гигиеной бойцов (мытьем рук с мылом) и тем самым были обязаны, следовательно, отвечать за состояние общей эпидемиологической работы. Но, *попав на кухню, эпидемиологи вышли за рамки своих прямых обязанностей, присвоили себе право осуществлять пробу пищи, а затем стали вмешиваться и в кулинарный процесс*, совершенно в нем не разбираясь. После окончания эпидемий врачи по инерции и ввиду обычной расейской бюрократической неразберихи остались на пищеблоках, хотя их надо было тогда оттуда гнать. Они-то и оказали основное негативное влияние на развитие советской кулинарии, они несут основную ответственность за бездарное приготовление пищи по антикулинарным правилам, за совершенно безмозглые стандарты и за изгнание из советской кухни пряностей, специй, приправ, без которых невозможна классическая кулинария, без которых нельзя получить вообще вкусной пищи.

Засилье медиков в общепите, и вообще в кулинарных учреждениях страны, стало возможным лишь потому, что собственно поварской состав оставался практически необразованным, имея лишь среднее специальное образование (кулинарные техникумы), в то время как врачи обладали высшим образованием и формально занимали положение кулинарного начальства, так что даже знающие кулинары-самоучки не могли перечить явно безграмотным и волюнтаристским действиям «образованных» медиков.

Именно эта ненормальная ситуация в советском общепите и была причиной деградации советской кухни к 90-м годам, что и послужило логическим поводом к сдаче всех кулинарных позиций русской национальной кухни перед западными специалистами, начавшими проникать на кулинарный рынок России. Советский общепит, возглавляемый не кулинарами, а медиками, полностью деградировав, капитулировал перед массовой, упрощенной, американской кухней с ее примитивным набором крайне однообразных дежурных блюд со стандартным, неизменным вкусом: гамбургеров, хот-догов, пиццы, – которые даже трудно считать «блюдами», а можно расценивать лишь как «объекты быстрой еды».

В 90-е годы, особенно начиная с их середины, происходит резкое размежевание американизированной «массовой кухни» (которую, кстати, трудно называть «народной» из-за ее относительно высокой стоимости, но которая тем не менее по своему характеру, содержанию и качеству является плебейской (низкой кухней) и дорогой господской кухни, которую начинают культивировать элитарные рестораны. Здесь за очень высокую плату богатым клиентам предлагают в большинстве случаев действительно настоящую, хорошую еду. Поэтому о*бъективно современные рестораны выполняют в целом прогрессивную роль восстановителей хорошего качества еды и возродителей прежних культурных кулинарных традиций.* Однако процесс этот идет пока не прямолинейно, не совсем гладко и не лишен ошибок и даже извращений, что наблюдается особенно явственно в вопросе выработки ресторанных меню.

Что же касается рядового, массового общепита, то он еще более упростился по своему составу и ассортименту блюд и является, по сути дела, сколком с наиболее примитивных «советских образцов». Примером может служить меню обычной городской столовой одного из райцентров в Подмосковье.

МЕНЮ РАЙОННОЙ СТОЛОВОЙ В ПОДМОСКОВЬЕ НА ОКТЯБРЬ 1998 Г.

ЗАКУСКИ:

Салат из свежей капусты с яблоками
Салат овощной
Салат из свеклы с сыром
Винегрет с сельдью
Сельдь с гарниром
Салат мясной
Икра свекольная
Яйцо под майонезом

ПЕРВЫЕ БЛЮДА:

Щи из свежей капусты с мясом
Борщ из свежей капусты с мясом (?)[28]
Суп гороховый с мясом
Суп вермишелевый с мясом

[28] Борщ из капусты (так неоднократно указано в меню) – кулинарно безграмотно.

Суп грибной
Суп молочный с гречкой
Суп молочный пшенный[29]

В целом состав супов крайне беден. Кроме того:

ВТОРЫЕ БЛЮДА:

Говядина отварная
Поджарка говяжья
Печень жареная с луком
Бифштекс рубленый
Тефтели
Азу
Люля-кебаб
Манты
Плов
Куры отварные
Рыба жареная
Голубцы
Кабачки фаршированные
Запеканка творожная
Каша геркулесовая молочная

Вторые блюда многочисленны и разнообразны, ибо их-то и считают основными, главными. Основа их сырья – говядина. Два блюда из цельного мяса, 2 блюда из молотого и 1 блюдо из субпродуктов. Всего 5 мясных (говяжьих) блюд европейской кухни. Затем 4 мясных блюда народов СССР – татарское, азербайджанское, 2 узбекских, 1 блюдо из домашней птицы, 1 рыбное, 2 фаршированных овощных, почти аналогичных, 2 молочных.

ГАРНИРЫ:

Картофельное пюре
Гречневая каша
Томатный соус

ТРЕТЬИ БЛЮДА:

Компот из сухофруктов
Компот из свежих фруктов
Фруктовые соки (фасованные)
Чай с сахаром

Гарниры крайне бедны, невыразительны.

Третьи блюда совершенно примитивны – компот и готовые соки.

В целом меню сохранило основные негативные черты меню советских столовых.

[29] Это не супы, а фактически каша с молоком, и должны находиться среди вторых блюд. Отсутствуют рассольники, солянки, сборные овощные супы и овоще-крупяные.

{ ГЛАВА 3 }

ЧЕМУ УЧИТ ИСТОРИЯ КУЛИНАРИИ И, В ЧАСТНОСТИ, ИСТОРИЯ МЕНЮ?

Итак, какие выводы можно сделать из обзора развития и смены обеденного меню разных классов населения России за последние 150–200 лет? Какие выводы можно извлечь из того сопоставления разных по составу блюд и по своему пищевому характеру меню, которые были приведены выше? Как можно было бы представить себе наиболее рациональное, целесообразное и полезное, но в то же время приятное, вкусное и относительно недорогое меню на будущее?

Вот вопросы, которые возникают после ознакомления с вышеприведенным обзором русских меню за 200 лет.

Самым *важным выводом* является *то, что повторить уроки истории*, в том смысле, чтобы *вернуться к прошлому*, к меню прежних эпох, *невозможно*. Попытки такого рода были, но они всегда оказывались неудачны. Следовательно, знать историю меню лишь для того, чтобы *копировать, воспроизводить то, что было прежде, просто бессмысленно*.

Но если любое копирование неких конкретных образцов прошлого, независимо от эпохи, бесперспективно, если смешно в современной обстановке буквально воспроизводить блюда прошлого, то *воспользоваться принципиальными кулинарными идеями, а также интересными и полезными* техническими *кулинарными приемами*, иногда незаслуженно забытыми, *не только можно, но и нужно* для дальнейшего развития кулинарного мастерства вообще и для выработки репертуара современных блюд в частности. И в этом состоит *еще один вывод* из изучения кулинарной культуры прошлых эпох.

При формировании своего современного питания *нельзя также никак абстрагироваться от нынешней исторической обстановки, от той социальной среды, в которой живешь и к которой принадлежишь*, а также необходимо учитывать и те конкретные задачи собственной жизни и деятельности, которые себе ставишь, и потому надо строить свое питание так, чтобы оно помогало, максимально содействовало выполнению этих задач, достижению поставленных целей. Всему этому также учит история кулинарии, всегда тесно связанной со своей эпохой, со своим временем.

Организуя свое современное питание, *нельзя* в то же время *игнорировать глубокие традиции национальной кухни* своего этноса и той *тесной связи, которая существует между национальной кухней, и национальной психологией, и природно-географической средой обитания* человека.

Иными словами, русский человек не должен (и даже не может) отказываться от русских национальных блюд, забывать их и их вкус, если он считает или ощущает себя действительно русским. То же самое относится и к татарину, немыслимому без употребления татарских блюд, или грузину без грузинских.

Примечательно, что еще в XIX веке классик грузинской литературы Акакий Церетели так писал по поводу грузин, переселившихся в Москву и желавших сохранять свою «национальную душу», не обрусеть в русском окружении:

А чтоб я остался грузином
И родину чтить не отвык,
Давайте мне женщин и вина
И розовый, сочный шашлык!

А другой знаменитый поэт – Игорь Северянин, оказавшийся в 1918 году случайным эмигрантом поневоле, отрезанным от России в Эстонии и вынужденный

жить там остаток жизни, так вспоминал национальную русскую еду и ее воздействие на его настроение:

Раньше паюсной икрою мы намазывали булки.
Слоем толстым маслянистым приникала к ним икра.
Без икры не обходилось пикника или прогулки.
Пили мы за осетрину – за подругу осетра.

Как бывало ни озябнешь, как бывало ни устанешь,
Как бывало ни втоскуешь – лишь в столовую войдешь:
На графин кристальной водки, на икру в фарфоре взглянешь –
Сразу весь повеселеешь, потеплеешь, отдохнешь!..

В русской истории было немало примеров, когда представители высшей знати, оторванные от народа уже самим фактом своего рождения и воспитания, часто проходившего в иностранных пансионах, или из-за своего длительного пребывания за границей, совершенно не знали русской кухни или забывали ее, поскольку редко пользовались ею с детства, и, заменяя ее в своем повседневном быту какой-либо иностранной – французской, итальянской, испанской или английской, становились в конце концов по своему духу и по своему менталитету совершенно чуждыми России. Дело в том, что с годами, постепенно, чисто якобы «техническое» изменение в характере питания тем не менее вело к серьезным изменениям и во всем образе жизни, а отсюда и к изменениям в психологии.

Так, Анатолий Демидов, потомок уральских горнозаводчиков и купцов, людей, что называется, из «перерусских-русских» и в своих двух поколениях даже грамоте как следует не учившихся, но затем ставших богатейшими людьми России и начавших отправлять своих детей учиться за границу, «в Европу», попав в молодости во Флоренцию, увлекся итальянками, итальянским вином, итальянской и французской кухней, затем обменял свои богатства на титул и поместье принца Сан-Донато, взял себе эту итальянскую фамилию, женился на племяннице Наполеона I и навсегда перестал быть русским человеком, оборвал все свои русские корни, и с ним угасла и вся демидовская фамилия. А началось-то с малого – понравилось французское и итальянское меню.

Аналогично сложилась судьба и одного из князей Гагариных – Ивана Степановича Гагарина, который, начав с увлечения французской и испанской кухней, принял в конце концов католичество, вступил даже в орден иезуитов, отчего был объявлен изменником родины и ему было закрыто возвращение в Россию.

Точно так же другой известный русский аристократ, дипломат, граф А. Р. Воронцов, будучи длительное время послом России в Англии, вначале пристрастился к английским бифштексам, ростбифам, пудингам, элю и виски, затем постепенно усвоил все английские бытовые привычки, стал завзятым англоманом, во всем – от кухни до политики, и стал деятельно содействовать участию России в войнах на стороне Англии, втянув ее в три крайне разорительные военные кампании, а потом вообще привязал русскую внешнюю политику к британской, обязав Россию, по существу, таскать для Англии каштаны из огня в ущерб своим национальным интересам. А началось с пустяка – с отлично зажаренного на рашпере полуфунтового бычьего бифштекса и кружки пенящегося крепкого темного эля. Не случайно А. С. Пушкин недолюбливал Воронцова и называл его не иначе как полумилордом-полукупцом.

Однако большинство русских людей в прошлом, попадая за границу, как правило, всегда тяжело переживали отсутствие характерных русских блюд, испытывали острую ностальгию по национальному русскому меню.

Так, в XV–XVII веках русские послы непременно везли в своем дипломатическом «багаже» бочки с квашеной капустой, солеными огурцами, рыжиками и черной икрой, которых ни за какие деньги нельзя было сыскать в «просвещенной Европе». Позднее, в XIX веке, дипломаты брали с собой более портативный, но также довольно весомый «пищевой багаж» – хотя бы по рыбине копченой осетрины, севрюги и малосольной семги. Те, кто не был столь же предусмотрителен, мучительно тосковали.

Граф Шереметев, современник А. С. Пушкина, живя во Франции около полугода, страшно страдал от отсутствия русской пищи. В своих письмах на родину он жаловался: «Скучно, брат, жить в Париже – черного ржаного хлеба не сыщешь!» И это ощущение наиболее характерно для всех русских людей, как



в прошлом, так и в наше время. Это – нормальная реакция, в то время как примеры поведения «принца» А. Демидова, князя И. С. Гагарина и графа А. Р. Воронцова – патология, отклонение от нормы.

Не порывая с национальными традициями, *необходимо* также *учитывать все то новое* и действительно дельное *и полезное, что способно повысить качество кулинарной обработки пищевого материала.* Это значит, что необходимо *следить за новыми продуктами*, новыми блюдами, оценивая их всегда объективно, критически и по заслугам. А это возможно лишь только при том условии, если человек хорошо знает предшествующее развитие кулинарии, знает сильные и слабые стороны в поваренном ремесле, а потому способен правильно оценить и определить, несет ли то новое, что появилось в данную эпоху, действительно обновление, способно ли оно улучшить то, что уже было достигнуто в кулинарной практике, в организации стола, в составлении меню, или нет.

Отсюда следует, что *надо изучать хорошо ошибки прошлого, чтобы их не повторять случайно, невольно.* Это особенно относится к составлению меню.

Наконец, *необходимо следить за современными международными тенденциями в кулинарной культуре*, в том числе и в составлении и пополнении уже сложившихся меню, ибо существуют общие, характерные для всех стран в нашу эпоху вопросы, без знания которых невозможно организовать правильного современного питания.

В этом отношении можно привести два примера. Во-первых, несомненное значение для современного городского жителя, независимо от его национальности и условий работы, приобретает регулярное включение в рацион проростковой пищи как живительного, активизирующего компонента. Положительный результат от употребления такой пищи доказан на примере населения ряда европейских промышленных стран, в частности в Швеции. Следовательно, эту не только полезную, но и приятную, вкусную пищу надо применять и в России. И начало этому уже положено. По крайней мере, в обеих столицах уже появились фирмы, поставляющие в торговлю проростки люцерны, пшеницы, сои, своего рода полуфабрикаты, к которым каждый может добавить те пряности и соусы, которые более подходят к указанным продуктам и улучшают их вкус, приспосабливают их к индивидуальным вкусовым потребностям.

Другой пример, наоборот, отрицательный. Знание международного опыта систематического употребления синтетических прохладительных напитков вроде кока-колы и разных ярко окрашенных «лимонадов» должно насторожить и предупредить наших людей от бездумного потребления всех этих «водичек», далеко не безобидных, особенно для детей. Эти пищевые продукты нельзя включать в рацион, их надо сознательно избегать.

Так что за событиями на международном кулинарном фронте надо систематически, вдумчиво и критически следить, а не отворачиваться от них и потому и не знать, не разбираться в том, что хорошо, а что плохо и даже опасно.

Только учитывая все это, вместе взятое, можно оставаться или – лучше сказать – *удерживаться на должном уровне информации и задач*, касающихся современного питания, его организации, качества и состава.

В 90-е годы XX века нет недостатка в различных рекомендациях в области питания. Буквально каждый год возникают все новые и новые «направления» и «школы», авторы которых рекомендуют очередную панацею, призванную якобы «сохранить» или даже «укрепить» здоровье поверивших им людей: вегетарианство, сыроедение, спасительное голодание, «фруктово-молочные» диеты, «раздельное питание», «метод Шаталовой» и т. д. и т. п. Нетрудно заметить, что все эти рекомендации, при всем их внешнем различии, строятся по одному и тому же шаблону: они односторонне выбирают что-то одно – ясное и понятное, упрощенное – и требуют беспрекословного выполнения этих предписаний, без всякого уклонения, на длительный срок, скажем – на год-два. Это – прием всех шарлатанов. Они прекрасно сознают, что обстоятельства современной жизни таковы, что любой человек не сможет, без малейшего пропуска, исполнить всех мелочных предписаний их «системы». Значит, провал системы будет отнесен на счет каждого «нерадивого» исполнителя, который, случайно пропустив пару раз «диету» или не выдержав ее до конца намеченного срока из-за ее неудобоваримости или однообразия, будет винить сам себя в неуспехе, а не тех шарлатанов, которые морочили ему голову своими «системами».

Обращая внимание на поразительную распространенность шарлатанства в США и в других странах, где ему, казалось бы, должны были бы препятствовать

общий уровень культуры и образования населения, американский ученый В. Герберт в предисловии к своей книге о пищевых культах пишет:

«Большинство людей полагает, что шарлатанство легко распознать и что поэтому они разбираются, кому доверять. Но это не так. Современный шарлатан носит научные одежды. Он оперирует «научными» терминами. Он даже пишет с научными ссылками. А на встречах с читателями или в прессе и в интервью на ТВ его представляют как ученого, «идущего нетрадиционным путем» или «впереди своего времени».

Но не только шарлатаны морочат голову доверчивой публике. История кулинарии за последнее столетие свидетельствует и о том, что вполне «добросовестные» медики, пытаясь давать советы и рекомендации в области рационального питания, неоднократно попадали впросак и принуждены были круто «менять фронты», признавая несостоятельность своих научных «теорий». Так, в начале XX века и вплоть до конца 30-х годов считалось, что все дело разумного питания заключается в точном расчете калорийности пищи, в обеспечении человека потребным ему количеством калорий, скажем, рабочему – одних, интеллигенту – других. Затем в 50–60-е годы эта теория была объявлена ошибочной, и медики пришли к выводу, что все дело не в калориях, а в витаминах, без которых «ни туды и ни сюды». Начались поиски и составление комбинаций наиболее витаминной пищи. Наконец, в 70-х – начале 80-х годов стали раздаваться голоса, что и витамины не спасают, и от них, дескать, бывает даже вред. А все дело в белках, в протеинах, в обеспечении человека полноценной белковой пищей. И началась новая погоня – за белками.

Но в конце 80-х – начале 90-х годов из-за океана пришла новая весть: важна грубая пища, особенно овсяная каша, а также всемерное потребление фруктово-ягодных соков, ибо только такое питание может сохранить стройную фигуру и хорошее настроение.

В эпоху «рыночной экономики» и всеобщего цинизма, погони за деньгами и прибылями часть «ученых» прямо оказалась вовлечена в «псевдонаучные» аферы и пропаганду. Так, в 80–90-х годах в США выпускали и продолжают выпускать препараты из водорослей как источника витамина B_{12}, используя химически сходное вещество, не обладающее биологической активностью витамина. То же самое делают и с пангамовой кислотой (витамин B_{15}), а также с лаэтрилом (витамин B_{15}). Они продолжают продаваться в аптеках, хотя настоящие ученые, видные биохимики мира давно признали эти соединения несостоятельными. Еще хуже обстоит дело в России и в странах СНГ, где стали открыто, в прессе, прибегать от имени науки к советам колдунов, астрологов, к каббалистике, вводя в области питания методы, которые были осмеяны еще в Средневековье.

Так, например, стойко продолжают иметь хождение рекомендации медиков, ведших работу в ряде НИИ в начале 90-х годов, о возможности якобы существования людей на ограниченном питании, с подпиткой так называемой «энергией Бижер-Беннера» (из сырой, невареной растительной пищи, сухого зерна), что привело к ряду смертельных исходов доверчивых последователей этого метода. А в Белоруссии некий «ученый» А. И. Вейник пошел и того дальше. В своей книге «Термодинамика реальных процессов» он, совершенно не стесняясь, пишет: «Чтобы пищу и питье сделать более полезными, достаточно несколько раз быстро махнуть на них указательным пальцем правой руки». И люди верят такой чуши только потому, что ждут от пищи не ее вкусноты, а привыкли искать во всем только «полезность». А это и привело к тому, что к кулинарии стали допускать людей, к кухне никакого отношения не имеющих – медиков, физиков, химиков и прочих «технарей», не способных приготовить даже себе самим яичницу, а берущихся поучать всех и вся, как следует питаться!

Вывод, который напрашивается сам собой из подобного обзора «научных» теорий питания, состоит в том, что все они не только односторонни, но и сконструированы искусственно, умозрительно, без знания и изучения конкретного опыта развития кулинарии, без знания национальных кухонь разных народов, которые и являются *подлинной концентрацией кулинарного опыта за много веков, причем опыта, учитывающего природно-географическую среду обитания и пищевое сырье каждого отдельного народа.*

Лучше и вернее такого опыта ничего быть не может. Ибо он – реальный опыт жизни и исторического развития любого народа. Его никто не пытался «выдумать», искусственно «создать из головы», он сложился естественно, сам собой, веками, и в нем отобрано и отсеяно то, что действительно ценно. Надо лишь его знать и уметь им правильно пользоваться.

И это – первый вывод, который можно и нужно сделать из знакомства с историей кулинарии. Значит, каждому народу надо *не слишком удаляться от своей*



национальной кухни, ибо это первое условие правильного питания. Второй вывод, который следует из нашего обзора истории меню за 200 лет, состоит в том, что *состав пищи,* и *особенно состав меню,* сильно *меняется в разные исторические периоды даже в одной и той же стране.* Причем это обычно проходит незаметно для людей одного поколения. Однако получается, что разные поколения – отцы и дети – питаются уже по-разному. Именно в этом отчасти и состоит одна из причин разных нарушений в области питания. Отсюда задача – *сохранять преемственность в питании разных поколений,* следить, чтобы в этой области не допускалось слишком резких расхождений и переходов.

Третий вывод, который также напрашивается из обзора истории меню и из практики ресторанов, из опыта каждого человека, состоит в том, что *выбор еды, состав блюд, разработка меню и питание каждого человека* в конечном счете *должны быть индивидуально обусловлены.* На этот счет даже русские пословицы не оставляют никаких сомнений. Они знают и учитывают этот факт.

«На одно солнце глядим, да не одно едим». Эта пословица говорит, конечно, больше о социальных, классовых различиях в питании, но также отчасти и об индивидуальных. А вот пословица «Что ни изба, то своя стряпня» явно относится к утверждению, что и вкусы людей и их умение готовить пищу в конечном счете *сугубо индивидуальны и не могут во всем совпадать.* Еще более и определеннее подчеркивает индивидуальную избирательность пищи, индивидуальный вкус следующая пословица: «Не тешь меня тем, чего я не ем». Именно на это следует ориентироваться при составлении своих собственных меню, а не на модные шарлатанские теории питания.

Итак, вполне естественно, без натяжки вырисовываются *три основных, фундаментальных принципа, на основе которых следует вырабатывать для себя наиболее рациональную систему питания,* наиболее разумные и вкусные меню: *блюда национальной кухни* (прежде всего своей, но также и «чужих», которые подходят и нравятся); *блюда* знакомые и любимые, *традиционные для предшествующих поколений семьи; блюда лично ценимые и приятные каждому.*

Именно этим линиям я и следовал, избирая для себя лично в разные периоды своей жизни различные меню. Главное, чтобы создавалось многообразие – как продуктово-пищевое, так и вкусовое, кулинарное, связанное в очень большой степени с различием кулинарной обработки. А это значит, что нельзя ограничивать свое питание только сырыми овощами или только отварными блюдами, а необходимо питаться по возможности кулинарно разнообразно, то есть употреблять и печеные, и гриллированные, и жареные, и тушеные блюда, *варьируя не только сам по себе пищевой материал, но и способы его обработки,* разумеется, *учитывая свои личные склонности и желания.* Вот это в комплексе и будет здоровой, естественной основой, подлинно полноценного во всех отношениях питания, в котором не придется искусственно считать калории, витамины, белки и жиры, ибо все будет верно складываться само собой. Лишь бы это было вкусно и съедалось с аппетитом. «Ешь, пока живот свеж!» То есть ешь правильно все, пока здоров, и не допускай, чтобы неправильное питание привело к возникновению разных болезней, которые могут навязать принудительный рацион, заставить питаться по навязанным медикам меню, что и является, пожалуй, самым страшным в жизни.

Недаром в народе говорят: «Мельница сильна водой, а человек – едой». Подразумевается, конечно, – *полноценной и вкусной.*

{ ГЛАВА 4 }

МОЙ ЛИЧНЫЙ ВЫБОР МЕНЮ – КАКИМИ КРИТЕРИЯМИ РУКОВОДСТВУЮСЬ

Вот теперь, когда все общие, теоретические, исторические вопросы, касающиеся всех и относящиеся к большим периодам, то есть затрагивающие целые поколения людей, говорящие о смене кулинарных возможностей и привычек отцов и детей, дедов и внуков, достаточно освещены, вынесены за скобки и в отношении их высказано объективное мнение, можно наконец перейти и к субъективным, конкретным, мелким, частным вопросам, относящимся к тому, как автор сам, для себя, подбирал то меню, которое отвечает его личным возможностям, потребностям и вкусам.

Иными словами, теперь мы можем перейти не к объективной, а к субъективной, чисто индивидуальной оценке того, как строить и выбирать себе меню. Конечно, эта позиция у каждого будет разная. И то, как она у каждого будет варьироваться, продиктовано не только объективными, но и в значительной степени личными, мешающими или содействующими делу, обстоятельствами. Автор излагает свои, сугубо личные соображения по выбору меню. И делает это для того, чтобы читатель более конкретно, более предметно мог судить, насколько можно «поступаться принципами», то есть «полезностью» еды, всякими «научными предписаниями» на этот счет, насколько надо безжалостно отвергать многие предрассудки о значении нашего питания, насколько надо «угождать собственному вкусу» и как действительно следует формировать «вкусность», «ароматность», приятность пищи, – этот важнейший компонент нашего питания, на мой взгляд, более важный, чем все калории и витамины, вместе взятые!

Но подчеркиваю еще раз, что все, что будет сказано в этом разделе, вовсе не следует рассматривать как нечто *рекомендательное для всех* и тем более как образцовое и достойное копирования другими. Нет, это сугубо личный выбор, который подойдет далеко не каждому, это даже не система питания, а просто сложившийся с годами набор пищевых привычек, кулинарной обработки, которые, как оказалось, более и лучше всего отвечают личному, индивидуальному вкусу автора и применение которых в конце концов привело к наиболее комфортному мироощущению. У других людей все может быть иначе, ибо понятия о комфорте могут быть иными. Главное, чтобы такое ощущение действительно наступало, чтобы оно становилось реальностью и, разумеется, не строилось бы на иллюзиях комфортности, не было бы суррогатом «комфортности», достигаемой искусственными, самообманными средствами, например алкоголем. В остальном каждый свободен варьировать свой выбор в пределах объективно существующего и дозволенного, и тут пример субъективного выбора меню автором может послужить лишь ключом к тому, как поступать самим: именно как выбирать, а не что выбирать!

Привычки, в том числе и пищевые, складываются в течение всей жизни или по крайней мере первой ее половины и, следовательно, не сразу, медленно и постепенно. Так было, конечно, и у меня. Но значительную роль играл в этом не только накапливавшийся жизненный опыт, но и получение конкретных кулинарных знаний, и опыт личной работы на кухне. Для меня лично расширение кулинарного образования сыграло решающую роль. Знания дали то, чего другим не мог дать никакой опыт – будь он даже длиною в 100 лет. И поэтому я старался интенсивно овладевать знаниями, понимая, что только для получения большого жизненного опыта – без усилий – никакой жизни не хватит.

Отсюда каждому должно стать ясно, что ныне, в 75 лет, я питаюсь и придерживаюсь неких кулинар-



ных правил совсем не так, как это было, когда мне было 25, 40, 50 лет. Каждое десятилетие, или, вернее сказать, каждый определенный отрезок времени, когда происходило расширение моих знаний, моего общего культурного и особенно кулинарного кругозора, что-то пополнялось, а что-то менялось в моем отношении к формированию собственного питания, к выбору мною своего повседневного или наиболее предпочтительного меню. Словом, менялось представление о жизни и наряду с этим видоизменялись чисто кулинарные, гастрономические представления. Но именно видоизменялись, уточнялись, нюансировались, дополнялись или очищались от случайного. Но коренные, фундаментальные, принципиальные положения не колебались. Они сложились у меня довольно рано, в школьные годы, и легли в основу моего общего жизненного поведения, а в частности, пригодились вполне и как принципиальная основа кулинарной культуры.

Во-первых, со школьных лет я категорически отверг в качестве жизненной потребности курение и употребление алкоголя. Мне никогда не хотелось покурить или выпить. Даже отдаленного желания совершить нечто подобное у меня не было. Одно лишь созерцание курильщиков или пьяниц вызывало у меня отвращение. Я презирал этих людей, вначале бессознательно, инстинктивно, а позднее – вполне осознанно, мотивированно. Когда я узнал, что некоторые люди *не могут существовать без курева*, *не могут обходиться* без алкоголя и даже попадают от этого в зависимость, это меня искренне удивило, поразило и еще крепче утвердило меня в моих принципах.

Я поражался, как порой здоровенные мужики, вдесятеро сильнее меня, вдвое большие по весу (мой вес в 1941 г. был 46,5 кг, в 1998 г. – 49,8 кг) и почти на голову-полторы выше меня, могут быть такими слабовольными, чтобы унижаться, выпрашивая горсть махорки или с вожделением смотря на 100 граммов водки. Я не понимал, как можно быть при таких физических превосходных данных столь психически хлипкими, мелкими, презренными по своей жизненной позиции. По молодости тогда я еще не знал, как важно было то окружение, в котором росли эти люди, та среда, из которой они вышли. В нашей семье никто и никогда не курил и не пил. В доме никогда я не видел водки и не знал вообще, что это такое, вплоть до призыва в армию. Позднее, после войны, я узнал от отца, что не только он, но и мой дед, которого я никогда не видал и который умер в 1911 году, также был непьющим, за что его в деревне называли «раскольником», хотя он таковым не был.

Конечно, среда имеет великое значение примера, особенно для детей. Но и на среду также можно влиять, служить для нее примером. В землянке на четверых, кроме меня, все были курящими и к тому же старослужащими, кадровыми красноармейцами. Но никто в моем присутствии никогда не курил, ибо я не выносил табачного дыма. Жаль, что умер наш старшина, старший сержант Куркин, который мог бы это подтвердить. Ибо ныне это кажется уже невероятным. Но ефрейтор Борис Петрович, кажется, еще живет где-то в Нижегородской области и при встречах он просит, по старой привычке, у меня разрешения закурить.

Нечего говорить, что на алкоголь и вовсе был наложен строжайший запрет. А когда в 1944 году была вновь введена в войсках «винная порция», то я ее уступал «в общий котел».

Всему этому я был обязан тем, что и в 30 и в 40 лет у меня сохранился звонкий голос (одно время я даже пел во фронтовом ансамбле красноармейской песни и пляски), а главное – тонкий, чуткий, неиспорченный вкус, возможность ощущать нюансы вкуса и запаха пищевых продуктов, что очень сильно помогло мне при проведении тестирования чаев, поскольку мои органолептические данные были на уровне того, что требовалось у профессиональных титестеров, а также оказало немалое влияние на мой интерес к различению разных ароматов и пряностей, помогло освоить науку о запахах (the science of smell), которая существует не только теоретически, но и, главное, покоится на чисто практическом, экспериментальном уровне, а следовательно, доступна лишь тому, кто фактически обладает «незамаранным» ощущением вкусов и ароматов, то есть чьи органы вкуса и обоняния остались физически и биологически чисты, не огрублены воздействием табака, алкоголя и т. п. сильных внешних раздражителей.

Только обладая таким «багажом», можно было отважиться в довольно позднем возрасте практически попробовать свои силы в кулинарии, встав лично у плиты, чтобы «проверить» все известные приемы и методы холодной и горячей обработки пищевых продуктов, «испробовать» и сопоставить процессы приготовления блюд в разных национальных кухнях и тем самым на деле почувствовать не только их преимущества и недостатки, но и понять их общий дух,

проникнуться глубоко, осознанно их внутренними тенденциями и идеями, чтобы в конце концов ощутить окрыляющую возможность готовить себе все, что хочешь и пожелаешь, не сверяясь ни с какими рецептами, не обращаясь уже более ни к каким справочникам и рекомендациям, а просто свободно, независимо стоя у разделочного стола и плиты.

Это – награда, приобретенная самим и выданная самому себе, а также ощущаемая по-настоящему только самим собой, и тем самым уже в известной степени «тайная награда» является результатом длительной, неустанной работы, непрекращающегося пополнения своих теоретических и практических знаний, каждодневно, из года в год и на протяжении всей жизни. И в этом ее своеобразие и неповторимость, а также и в некотором роде ее случайность. Ведь все это нельзя было заранее «сконструировать», «запланировать», как планируют, скажем, высшее образование или получение ученой степени. Здесь не было ни определенного отрезка времени, обозначающего четко начало и конец приобретения знаний. Не было очерчено сколь-нибудь ясно самих источников этих знаний. Да и само воплощение знаний в реальную практику могло бы вовсе не произойти, верные теории могли бы не превратиться во вкусную пищу, если бы не хватило терпения, настойчивости, воли, если бы обескуражили и заставили бы бросить все первые неудачи – сгоревшие, почти обуглившиеся печенья, передержанные всего одну минуту, не поддающееся размягчению мясо, не обработанное предварительно должным образом, подгоревшее варенье или оказавшиеся твердыми бобы, несмотря на длительную варку, лишь потому, что были слишком рано посолены. Но случайно все это было преодолено и не помешало хорошему, нормальному финалу. Собственно, финала еще нет, пока продолжается жизнь, пока все еще можно учиться, усваивать то, что появляется вновь, то есть можно совершенствоваться, развиваться, но быть уже уверенным, что идешь в верном, правильном направлении.

Но вначале многое в пищевом мире было просто неясно. Как, например, относиться к тем или иным продуктам? Какую систему питания выбрать – вегетарианство (внешне – дешевое и полезное), или мясоедение (вкусное, но дорогое и вредное)? Все эти вопросы, естественно, возникали перед человеком, обдумывающим вообще, как строить свою жизнь.

Здесь тоже помогло то, что я сумел выбрать с самого начала верный принцип, верный ориентир. *Еда должна быть доброкачественной, свежей и вкусной. Искусственно конструировать себе еду из так называемых полезных продуктов или блюд глупо.* Почему? Да потому, что я заметил довольно рано, что все «рекомендальщики» исключительно теоретически подходят к определению «полезности» и что если сравнить эти рекомендации и оценки между собой, то они даже путают, противоречат друг другу, а это верный признак того, что сами авторы рекомендаций ничего не готовили, на практике ничего не испытывали и не проверяли, а просто морочат другим голову, поскольку о еде вообще нельзя говорить «теоретически», ибо более практической «вещи», чем еда, на свете вообще нет. Да и цель еды чисто практическая: мы едим, чтобы жить и работать. А вот то, что еда должна быть вкусной, – это аксиома, ибо тогда от еды не только польза, но и радость, удовольствие, хорошее настроение, а следовательно, и нормальная работоспособность. А что же еще человеку нужно?

Вот почему я сразу решил: еда должна быть вкусной, из доброкачественных продуктов, и на нее не следует жалеть средств, на ней нельзя экономить. Сокращать свои потребности можно на другом: быть проще в одежде, не тратить на обстановку, мебель, развлечения. Вот источники экономии, не отражающиеся на здоровье и самочувствии. У меня по 20–30 лет одни и те же обои, один и тот же линолеум на полу. Не было и нет телевизора и т. п. А ведь есть люди, которые почти ежегодно меняют, извините, унитазы, только потому, что белые вышли из моды и «необходимо» приобрести голубые, или шоколадного цвета, или снова белые, но иной конструкции. А у меня вот уже 35 лет одна и та же газовая плита самой допотопной конструкции, но я готовлю на ней прекрасные, вкусные, даже порой экзотические блюда и кондитерские изделия и не намерен ее менять до смерти. Зачем? Красота дизайна на вкус блюд не влияет. Здесь важно лишь собственное умение. А новая плита стоит столько, сколько сотни хороших обедов. Так есть ли смысл тратить средства на «железки» и «деревяшки», приобретая стулья, комоды, когда еще и старые пока держатся или их можно подремонтировать, починить. Такова моя точка зрения, и практически она оправдана не только моим личным опытом, но и всей нашей общей и советской, и особенно послесоветской, нынешней, «рыночной» историей,

когда прежние представления о ценностях жизни подверглись коренным изменениям.

Итак, когда мое принципиальное отношение к пище и ее характеру теперь известно читателю, перейдем конкретно к той оценке, которую я даю каждому продукту (точнее, группе исходных продуктов), из которых и формируются блюда, а следовательно, типичный состав моего меню.

ХЛЕБ

«Хлеб – всему голова». Или, как говорят украинцы, – «хліб над усім пануе». Отсюда ясно, что выбор хлеба для меню – чрезвычайно важное дело, которым нельзя пренебрегать. Тем более, что во всех случаях нехватки любых продуктов их можно компенсировать употреблением хлеба, что весьма верно подмечено народом: «Без хлеба живот не проживет». Между тем мало кто выбирает хлеб специально, еще меньше людей, которые приспосабливают хлеб к остальному меню. Берут обычно то, что привыкли, что есть в ближайшем магазине, булочной, или то, что считают «лучше», то есть белее, пышнее, мягче. А надо выбирать то, что лучше подходит к вашему меню, что лучше гармонирует с пищевым составом блюд вашего обеда, стола.

Так, нельзя употреблять черный хлеб с паюсной икрой или с тушеной бараниной, ибо он только исказит, опростит, ухудшит вкус этих замечательных и ценных продуктов. Точно так же неграмотно с кулинарной точки зрения подавать белый хлеб к соленым огурцам или к селедке с зеленым луком, ибо только черный хлеб способен по-настоящему оттенить вкус этих острых блюд, смягчив, но не исказив их своеобразную остроту и пикантность.

В детстве мне посчастливилось жить в деревне, где каждое утро пекли свежий ржаной (житный) хлеб – огромные круглые караваи в русской печи. Поэтому я привык к хорошему, высококачественному хлебу и сохранил эту приверженность навсегда. С тех пор ржаной черный хлеб для меня обязателен. Но его качество сильно изменялось за последние десятилетия. Ныне я беру такие сорта черного хлеба: «Ржаной», «Саянский», а также до 1990 года любил «Тартуский» хлеб, выпекаемый в Эстонии. Одно время покупал также «Бородинский», пока он не испортился из-за резкого изменения рецептуры. Ныне, в 90-х годах, этот хлеб стал совершенно плохим. Вследствие того, что черный хлеб стал повсюду хуже, я перешел последнее время (в 1996–1998 гг.) на приготовление домашних ржаных лепешек из ржаной муки (без добавок других видов муки или пополам с пшеничной) на прессованных дрожжах.

Когда дрожжей нет, пеку тонкие пресные «листы» из чистой ржаной муки с добавлением подсолнечного масла и лука. Мне нравится. Очень вкусно, да и быстро: замесил – 5–6 минут, и испек – 15 минут на слабом огне. Итого – через 20–30 минут свежий, горячий, вкусный «хлеб». Вернее – сухие «хлебцы», пластины черного хлеба. Его можно использовать в основном для супов. Очень подходит и по вкусу, и по консистенции. Щи и борщи с таким «хлебом» – не заменимое ничем удовольствие.

Для закусочных блюд – селедки, капусты квашеной, соленых огурцов и грибов, а также любой солено-копченой рыбы – «жесткий» хлеб не подходит. Для этого необходимы ржаные лепешки, они – мягкие. Вот почему в зависимости от общего меню, и в первую очередь от характера супов и закусок, я меняю вид черного хлеба.

С белым хлебом тоже проблемы. Раньше я любил калачи. Потом они исчезли в 70-х годах, вновь появились в 80-х, потом снова исчезли и ныне преобразились в хлеб, не похожий на калачный. Особенность их теста исчезла, так как исчезла ручная его обработка, а машинное тесто при выпечке дает иной вкус. Таким образом, и калачи, и ситники отпали. В качестве белого хлеба я использую теперь лишь армянский лаваш (тонкий, листовой, т. е. именно лаваш), а также неправильно именуемый у нас «лавашем» другой кавказский хлеб – грузинские «мадаури», сравнительно небольшие, в обычную тарелку лепешки, и «тониспури» – большие, толстые лепешки, а также «чурек», очень похожий на «тониспури», но чуть меньших размеров. Все эти виды хлеба доброкачественны, и их можно (и нужно!) покупать горячими, если они изготавливаются в маленьких ручных пекарнях при московских рынках. В больших магазинах в центре города, к сожалению, встречаются почти всегда только подделки под эти виды хлеба, изготовленные из другого теста и машинным образом. Помимо кавказских видов белого хлеба, я покупаю еще и зерновой (бывший «Грехем», затем «Здоровье»), когда он изредка появляется. Но такие прежде вполне доброкачественные виды хлеба, как «Докторский» и «Отрубной», ныне уже не покупаю, ибо

их рецептура претерпела изменения к худшему. Стараюсь, когда есть время и возможность, печь домашние виды хлеба, то есть те лепешки, о которых сказано в первой части.

МЯСО

Первая половина моей жизни, то есть 1923–1958 годы, пришлась на период, когда с мясом в стране было не очень густо, ибо в течение почти четверти века из 35 указанных лет оно выдавалось по карточкам, не только в мизерных долях, но и главное – без всякой возможности выбора не только сорта, но и рода этого мяса. Было просто «мясо» – без всякого различия на говядину, свинину или баранину, о которых не думали, не вспоминали. Зато в этот период, то есть вплоть до начала 60-х годов, никакого гонения на «мясо» ни со стороны официальной советской медицины, ни со стороны, так сказать, «чистой науки», то есть с чисто теоретических позиций в интеллигентской среде, не существовало. Мясо никто не объявлял «вредным», «не полезным», «опасным» для здоровья. Его престиж, как источника питания, стоял высоко и в необразованных массах, и у творческой интеллигенции, и в вышестоящих официальных кругах.

Вторая половина моей жизни, наоборот, пришлась на период 60–90-х годов, когда мяса стало практически вдоволь или, по крайней мере, исчез всякий дефицит на этот пищевой продукт, который можно было достать всегда, если не в государственных магазинах, то на рынке, но зато именно в эти годы развернулась, причем по нарастающей линии, кампания за отказ питания мясом, как «вредным» продуктом.

Медики, причем даже не столько официальные, государственные, сколько «независимые» и даже явно диссидентские, доказывали, что мясо, как продукт, содержащий урокиназу и мочевину, вредно для наших почек, в которых оно создает камни, засоряет их и может привести к выводу их из строя. Но это не все. Как продукт, содержащий холестерин, мясо является источником сердечно-сосудистых заболеваний, оно может привести к инфаркту, инсульту, ишемической болезни, гипертонии и т. д. Как продукт, лишенный клетчатки, мясо может легко вызывать запоры, а запоры ведут к раку прямой кишки или уж, во всяком случае, к геморрою. Мясо вообще нечистый продукт, доказывали вслед за медиками биохимики. Оно источник всякого гниения, всяких инфекций, которые попадают в наш организм. При жарении мяса может возникнуть, дескать, такое химическое соединение, как метилхолантрен, а это – ужасный канцероген, возбудитель рака. Мыши, если им эту гадость вспрыснуть, сразу от нее дохнут. Словом, «наука» все более и более стала запугивать «мясом» людей как раз в то время, когда оно стало доступнее, появилась возможность, особенно в 60-е годы, покупать его на рынке свежим, парным, достаточно дешевым, а главное – иметь возможность различать безликое обобщенное «мясо», обращать внимание на его разные варианты, рода, от которых, собственно, и зависит все многообразное кулинарное использование этого продукта, то есть различать говядину, телятину, свинину, поросятину, баранину, ягнятину, крольчатину, зайчатину, медвежатину, оленину, изюбрину, не говоря уже о различном мясе домашней и лесной, полевой и водоплавающей дичи, которая – особая статья и в питательно-медицинском, и в кулинарном отношении.

Особенно усиленно и агрессивно выступают против мяса, за «вегетарианское питание» в последние годы, во второй половине 90-х годов, не только «чистые медики и химики», но и различные представители религиозных сект. Их аргументы просты и доходчивы: без всяких ссылок на непонятные народу «холестерины», без всяких названий сложных болезней, а просто на сногсшибательный эксперимент американского доктора Ирвинга Фишера. Тот взял 30 вегетарианцев и 15 мясоедов, поставил их в шеренгу и приказал вытянуть вперед руки и держать их до тех пор, пока хватит сил. И что бы вы думали? 30 вегетарианцев смогли продержать руки навытяжку полчаса. А из 15 мясоедов на такой подвиг оказались способны только двое. Остальные сдались даже ранее 15 минут! Вывод ясен – мясо не дает нам силы, его не надо есть. Ясно и понятно. Вот к таким трюкам прибегают сейчас религиозно-моральные противники мяса. Хотя это излишне. Такая точка зрения давным-давно известна. Еще в XVI веке на стене одного английского монастыря была сделана надпись монахами:

Хочешь быть здоров, как бык, –
Ешь траву, как он привык.
А захочешь съесть быка,
Станешь слабым, как трава.

По-моему, это проще, доходчивее, убедительнее, чем цирковой эксперимент очередного американского профессора-шарлатана с 45 неизвестно как подобранными мужиками, стоящими в шеренге с вытянутыми руками! Но для американцев цирк – «наглядное доказательство». Тут даже думать не надо. Просто видишь.

А я бы назвал этот эксперимент не столько «антимясной пропагандой», сколько прекрасным доказательством того, как именно средствами «наглядной агитации» можно манипулировать сознанием современной публики, привыкшей получать, как обезьяны, только зрительно-звуковую информацию, от радио и телевидения, а не разумную, аргументированную и мотивированную письменную информацию, которую надо еще и осмыслить, то есть доказать самому себе, что не забыл шевелить мозгами, если, конечно, они еще остались в тех головах, которые привыкли к ТВ.

Итак, я стал свидетелем двух противоречивых историко-бытовых ситуаций. В одной – мясо одобрялось, ценилось, но его не было. В другой – мясо стало доступно, его стало много, но оно не одобрялось, оно осуждалось. Как поступать в таких случаях? Кому верить? Никому. Себе самому. Почему?

Да потому, что это не изолированные ситуации, они не чисто кулинарные, а их надо «читать» или «рассматривать» в общем историко-социальном контексте нашего времени. Их нельзя «видеть» метафизически изолированными от эпохи, а надо смотреть на них диалектически, в контексте общего международного, социально-политического и экономического развития. Это – явления двух разных эпох, и потому они не могут быть одинаковыми. Они рассчитаны на разные поколения, порождены разными экономическими и социально-политическими условиями времени.

Просто получилось так, что я застал и ту и эту эпоху, то и это время и получил возможность их сравнить, а потому и разобраться в их сути. Но это не тема данной книги, а потому вернемся к чисто кулинарному решению вопроса с мясом, то есть к тому, что связано с приготовлением мяса на плите, к его вкусу, к его аромату и к тому, что мы испытываем, съедая кусок вкусно приготовленной баранины или свинины, то есть к нашей жизненной реакции на мясную пищу. А всю социально-политическую демагогию и использованную для ее прикрытия религиозную, медицинскую или еще какую-нибудь псевдонаучную завесу мы оставим тем простакам, которые вообще верят в любые басни и привыкли заполнять ими пустоту своего существования. Чем бы дитя ни тешилось…

В кулинарном отношении мясо мясу рознь. Наиболее распространенное и популярное в России мясо – говядина – как раз не принадлежит к числу «наилучшего мяса», с точки зрения кулинара. Оно долговаркое, и большая часть туши животного (коровы или быка) состоит из мяса второй категории. Лишь небольшая часть, и в первую очередь вырезка, весом всего до двух, максимум двух с половиной килограммов, принадлежит к мясу высшей категории, с которым легко и приятно работать повару и которое еще приятнее есть любому едоку. Вот почему в тех странах, где испокон веков было развито скотоводство и люди с первобытных времен привыкли иметь дело с очень разнообразным составом домашних травоядных животных, мясо именно крупного рогатого скота, и особенно *коров* (а не быков, у которых мясо более высокого кулинарного качества!), было исключено из состава питания. И практика, и интуиция не подвели необразованных людей древности, хотя они не знали, что в коровьем мясе много холестерина, но их не подвел, выручил вкус. И это именно то, чему и мы должны доверять в первую очередь. Весьма примечательно, что даже кришнаиты, которые совершенно не признают мясо как продукт питания, иногда, в исключительных случаях какого-либо заболевания человека, допускают эпизодическое приготовление для него мясной пищи. Но в таком случае это может быть только мясо дичи, барана, даже «нечистой свиньи», но никак, ни под каким видом – мясо коровы. Современное кришнаитское объяснение этого: корова – одна из «матерей человечества», животное, которое якобы было предком человека. Но это, разумеется, для того говорится, чтобы люди ни под каким видом это мясо (а оно – самое худшее из всех мяс по своему биохимическому составу!) не употребляли. А как еще прикажешь запретить что-то делать необразованным людям? Так-то надежнее. И эта «ложь» брахманов вполне оправданна. Она не вредит людям, *она не обманывает их в существе дела,* она говорит правильно, что *употреблять в пищу мясо коровы не следует.*

Но в России как раз этот род мяса самый общепринятый и уважаемый. И именно в этом кроется основная ошибка. Говядины надо избегать, ее надо поменьше употреблять, а не какого-то вообще «мяса». Называйте,

господа, грамотно и своими словами то, что хотите довести до сведения народа! Вместо этого, наоборот, пускают разного рода ложь. Так, например, ссылаются на то, что, дескать, русский народ никогда не любил мяса, всегда был якобы прирожденным, стихийным вегетарианцем, а в доказательство этого указывают на то, что у русских якобы нет ни одной пословицы о мясе. О каше – есть. О щах – есть. О грибах – есть. А о мясе – ни гугу. Значит, русский народ – вегетарианец, о мясе совсем позабыл и его не признает. И это – еще одна, очередная социально-политическая ложь, прикрывающаяся филологическо-фольклорной выдумкой.

Есть в русском народе пословицы о мясе, и среди них и такая, где мясо безоговорочно выступает как самый ценный и питательный продукт на фоне всех остальных:

«Рыба – вода, ягода – трава, только мясо – еда».

Существует она и в более сокращенном виде:

«Рыба – вода, а мясо – еда».

А в украинском варианте звучит так:

«Добры борщ да каша, як е шматок мъяса!»

И буквально ей вторит подтверждающая то же самое наблюдение русская пословица:

«Без мяса щи – хоть штаны полощи!»

Или ее вариант:

«Пустые щи, хоть кнутом хлещи, пузыри не вскочат, брюха не обкормят!»

Таким образом, мясо выступает как уважаемый продукт, гарантирующий питательность, сытность блюда, а его отсутствие расценивается как доказательство низкосортности еды.

И это – понятно. Для простого человека мясо вкусно и сытно, и это, разумеется, для него главное. Что же касается интеллигентских сомнений в моральной допустимости поедания животных, то для простолюдина такие представления просто смешны. Он о них никогда и не думает. Мясо он несомненно любит, но за всю русскую историю он мало его видел. И именно в этом состоит для него «мясная проблема». Ему этого продукта мало давали и цари, и помещики, и господа-буржуи. Да и Церковь запрещала есть мясо 216 дней в году! Вот из чего складывались «непопулярность мяса» в русском народе! Вот отчего даже самое низкое по кулинарному качеству говяжье мясо считалось в России праздничным блюдом. Да и готовить мясо в России умели плохо. Примитивно. В основном только отваривали. Русское национальное блюдо – разварная говядина с кашей. Все остальные «наши» мясные блюда – иностранные, начиная с котлет и кончая антрекотом или эскалопом. А почему так? Да потому, что при крепостном хозяйстве при забое скота на помещичьем дворе вся требуха, все субпродукты (голова, ноги, ниже колен, внутренности, но без печени) отдавались народу, крестьянам, дворне, которая и готовила из этого ограниченного материала народные блюда. Все они были из субпродуктов в русской национальной кухне, и все они исчезли после отмены крепостного права из русского питания, из русского обихода. Няня. Перепеча. Сальник. Где они теперь? Кто о них помнит? В каком ресторане сыщешь? Из всех народных мясных блюд до нашего времени сохранилось лишь одно – студень, холодец. Из ножек. Из остатков требухи. И все. Ибо саму тушу быка, теленка или коровы, освобожденную от субпродуктов, несли на господскую кухню, где из ее частей приготавливались исключительно иностранные блюда: беф-бульи, беф-а-ля мод, бефстроганов, бифштекс, ромштекс, антрекот, котлеты, тефтели, гуляш, фрикадельки, рагу, фрикасе и т. д. и т. п. Русским было только одно – разварная говядина с хреном и гречневой кашей. По этому поводу, между прочим, сохранилась одна пословица, причем в украинском обличье. Она довольно иронична: *«Хрін кажэ: я добрій з мъясом, а мъясо кажэ: я и біз хріну добрэ!»* По-русски эта же пословица теряет иронический подтекст: *«Хрен с мясом очень хорош, а мясо и без хрена неплохо!»* О том, что народ предпочитает мясо иной, менее существенной пище, ясно говорит опять-таки лучше сохранившаяся на Украине пословица – *«Нэхай борщ хлебае пан, а до мъяса пійду сам».* В русском варианте она несколько утрачивает чисто кулинарный смысл и приобретает более национально-социальный, почему и не попадает в сборниках пословиц в раздел бытовых, кулинарных. *«До борщу пусть пан, а до мяса – так сам!»*

Вообще «мясные» пословицы больше сохранились на Украине, где скотоводство всегда было более развито, чем в России, и где народ чаще и больше имел возможность есть мясо. То же самое было и в Белоруссии, и в Южной России. Но общая оценка мясной пищи как лучшей, по сравнению с другой, в народных низах сохранялась всегда достаточно прочно.

«Як був бы царем, дак сало б ів і пів!» – это чисто украинская. А вот южнорусская: *«Коли б ковбасе крыла, то лучшей птицы не было».*



Городское соответствие этой же пословицы бледнее, менее выразительно, а потому менее распространено: *«Колбаса и без крыльев вкуснее дичи»*. Эта пословица, кстати, родилась в мещанской, разночинной и отчасти интеллигентской среде. А вот другая: *«Хороша курочка перьями, а мясом – еще лучше»* – простонародная. И в ней чувствуется некоторое сожаление недостижимости этого «лучшего» мяса. Ведь курочка еще гуляет в перьях. Кому-то достанется ее мясо? Так что во всех «мясных» пословицах, созданных на территории царской России, так или иначе проскальзывает скрытый социальный смысл. И был он обусловлен недоступностью мяса для простого народа, а не «вегетарианской настроенностью трудящихся масс».

Тем не менее имеется и совершенно чисто кулинарная «мясная» пословица, которая весьма точно определяет верный вкус простых людей и объясняет особенности композиции русских блюд с мясом: *«Мясо в пирогах, что река в берегах»*. Вот что, оказывается, кулинарно соответствует друг другу, по мнению народа! Мясо и тесто! Недаром национальным русским блюдом в XVII – XIX веках оставались подовые пироги с мясом, которые пеклись только в русской печи, на поду. Их очень любил фонвизинский Митрофанушка, отчего и объелся ими. Более демократический и облегченный вариант пирогов с мясом – это пирожки (печеные и жареные) на базаре, к чему склонны вообще многие народы: вспомните татарские беляши, кавказские чебуреки, осетинский фыд-чин и балкарский хичин или дагестанское курзе. Все это – пироги с мясом. Все это – распространенные народные кушанья. И самые любимые.

Для русских именно поэтому и пельмени стали национальным блюдом, хотя они имеют и китайское, и финно-угорское происхождение. Но мясо и тесто, да еще не печеные, не жареные, а отваренные, – это полностью отвечало кулинарным представлениям русского народа об идеальной пище. Вот почему пельмени стали не только национальным русским блюдом, но и самым любимым, а также самым массовым, даже серийным в век преимущественно промышленного изготовления пищи. Пельмени приспособились к современности именно потому, что они оказались кулинарным изделием, наиболее отвечающим национальным идеалам: мясо в тесте – это так же естественно, как река в своих берегах. И образ-то взят типично русский!

Отсюда ясно, что я, например, не мог исключить такое блюдо, как пельмени, из своего меню никогда и тем самым должен был, как русский человек, оставить мясо в своем рационе. Но я стою за то, чтобы приготавливать пельмени по всем правилам, то есть не ограничиваться в них говяжьей начинкой, а готовить из трех видов мяса одновременно – из комбинированного свино-говяжье-бараньего фарша. Это не только вкусно, кулинарно грамотно, но и смягчает, умаляет отрицательные свойства чистой говядины.

Исходя из тех же соображений, я сохраняю в своем меню и допускаю в свой рацион мясные блюда из баранины и свинины, а если повезет, то не отказываюсь, конечно, от блюд из редких видов мяса, тем более что они могут встретиться один-два раза в году. Как же можно пренебречь таким кулинарным раритетом, такой счастливой случайностью. И какое реальное отрицательное воздействие может нанести кусочек оленины или изюбрины в 100–150 граммов один раз в году? А вот редкое кулинарное переживание, быть может, единственное в жизни, может оказаться безвозвратно упущенным. Разве правильно пропустить шанс? Ведь любое новое знание расширяет наши горизонты.

Но, используя в пищу мясо, причем достаточно сдержанно, изредка, для придания всему питанию акцента разнообразия и неповторимости, надо обращать внимание не только на использование наиболее вкусных и безвредных видов мясной пищи, но и производить правильную кулинарную обработку мяса и различать между видом, типом используемых блюд. Так, мясных супов, бульонов, куда вываривaются и мочевина, и холестерин, содержащийся в мясе всех родов, я не употребляю и практически почти не употреблял и в прошлом. Чисто инстинктивно. Но гриллированное мясо, особенно баранину, я считаю полностью безвредной и даже необходимой для хорошего самочувствия. Вспомните Ширали Муслимова, советского долгожителя из Азербайджана. Он никогда не отказывал себе в шашлыке из свежего, парного, пятимесячного барашка, запиваемого добрым сухим красным домашним вином. А ведь Ширали прожил 149 лет! И баранина ему нисколько не помешала в этом. А думаю, помогла. Ибо там есть некие непредельные жировые соединения, столь помогающие старикам преодолевать процессы распада, происходящие в глубоком возрасте в организме. Но главное то, что шашлык из молодого барашка – это очень вкусно. А это и вселяло в Ширали Муслимова

желание жить и дальше. О холестерине он не имел никакого понятия. И потому холестерин к нему не лип, тем более что в гриллированном мясе его почти не бывает, как, впрочем, и канцерогенов. Свинину также можно облагородить, сделать приятной и безвредной. При помощи сахара, например (см. с. 127).

А вот телятину, которую так любили русские аристократы и продолжают любить новые русские и представители творческой интеллигенции, я вовсе никогда не ел и не буду есть, даже если меня угостит ею лучший друг. Во-первых, не надо забывать, что это тоже говядина, но только молодая. А во-вторых, полезно знать, что именно у теленка, в его нежном, неплотном, насыщенном жидким субстратом мясе, сконцентрировано в течение первых 6–7 месяцев жизни все, что было максимум вредного в утробе его матери, коровы. Постепенно эта гадость рассасывается и выходит, по мере возмужания теленка, особенно если это бычок, а не телочка. Но у самых нежных, самых молодых телят, из которых и делают «телятину», концентрация «пережитков материнского прошлого» особенно высокая. Однако телятина слывет «дорогим мясом» и «диетическим продуктом» среди мещан потому, что она белая (светлая) и нежная. И потому многие преданные и любящие своих мужей жены нередко специально кормят любимых супругов только телятиной, особенно сразу после замужества, когда они еще плохо умеют готовить, а отварная телятина и наваристый суп из нее оказываются единственным блюдом, которое получается и имеет сравнительно хороший вкус.

Я знаю одного дипломата, который сразу после окончания института был отправлен в середине 50-х годов за границу. Там, служа в посольстве, он женился на такой же молодой сотруднице – машинистке, которая происходила из мещанской среды, много слышала о достоинствах телятины, но никогда ее даже не видела. Зато на заграничном базаре ее было вдоволь. И молодая чета с жаром неофитов принялась поглощать все телячьи супы, котлеты, отбивные, шницеля. Бывший студент быстро добрел на этом корме, на глазах превращался в дородного мужчину. Жена была довольна. Однако спустя 5 лет он (и она в меньшей степени) стали страдать почками. Пришлось ездить на курорты. Затем длительное лечение, наконец, операция. Все напрасно. Телятина – коварная штука. Вообще следует избегать заграничного мяса, при производстве которого часто используются стероиды, убыстряющие нагул веса. Эти стероиды не разрушаются ни в коровьем теле, ни потом в кастрюле и доходят до вашей тарелки, и именно в этом опасность.

ДОМАШНЯЯ ПТИЦА

Блюда из домашней птицы – вкусная вещь. Поэтому исключать их из своего рациона вообще было бы непростительной опрометчивостью. Зачем обрекать себя заранее на обеднение своего меню, на сокращение разнообразия пищевого сырья? Тем более что не так уж и часто случается есть блюда подобного рода. Но и здесь, как и в случае с мясом, надо подходить к выбору сырья дифференцированно.

Прежде всего не надо сводить все блюда из домашней птицы к куриным блюдам. Надо не забывать и индейку, и утку, и гуся – хоть раз-два в году. При этом помнить, что птица заграничного производства может быть заражена в большей степени, чем отечественная, и стероидами, и пестицидами, а потому предпочитать доморощенную. Но… обязательно снимать со всей и всякой птицы кожу, разумеется, до горячей обработки.

Какие блюда готовить из птицы? Лучше всего жареные, тушеные. И обязательно в правильном, то есть вкусном и приличествующем таким блюдам сопровождении из лесных ягод, солений и мочений.

А это означает, следовательно, что из птицы целесообразнее всего готовить блюда так, как они готовятся в разных настоящих национальных кухнях. Гуся по-литовски и по-белорусски, утку по-пекински или по-туркменски (огурджалинская ыштыкма), индейку по-грузински и, наконец, курицу – на любой манер, от французского до армянского, но только не по-столовски: отварной с рисом. Это уже кулинарная пошлость. Все это, повторяю, на мой личный вкус.

И еще одно важное замечание – жаркое из птицы, даже домашней, надо сопровождать хорошим, сухим, лучше всего красным вином. Иногда в таком вине тушат птицу в ходе приготовления. Но ей бывает этого маловато. Посему и в процессе еды что-нибудь из сухих кавказских или молдавских вин к птице не помешает. Тем более что для создания кулинарной гармонии достаточно всего каких-нибудь 100–150 граммов каберне, мерло или мукузани. Только в таком случае домашняя птица и тем более лесная пернатая дичь предстанут перед вами во всем своем кулинарном блеске. Сухое



и десертное натуральное первоклассное виноградное вино – не только равноправный, но и непременный участник сопровождения блюд из домашней птицы, дичи и баранины. Вина не употребляют только с гусем. Для этого он слишком жирен, а также не подходит к вину по запаху. Поэтому для гуся делают исключение: к нему подают водку, настоянную на анисе или еще лучше – на зверобое. Это очень «идет» жареному гусю. Вообще хорошая кухня, культурный кулинарный стол, не исключает, а как раз предполагает и культивирует употребление определенного минимума вин, а иногда и водки, коньяка в процессе застолья, как составную, неизменную часть кулинарного сопровождения. Но именно – сопровождения. А это значит, что вино не пьют до или в начале еды, а запивают им, после, жирную, жареную или тушеную пищу, причем для этого достаточно всего 50–100 граммов вина и не более 25 граммов водки или коньяку в соответственных случаях. Кулинарный, гастрономический эффект от этого получается полный. А вот алкогольного эффекта вовсе не наступает – абсолютно никакого. Зато усвоение пищи резко повышается. Человек чувствует себя легко, приятно, комфортно и бодро. Интересно, что проверка на алкоголь после такого кулинарно правильного обеда не дает совершенно никаких результатов. Алкоголь ликвидируется в течение 15–20 минут, впитавшись в жир и подливку птиц и нейтрализовавшись ягодно-фруктовыми квашениями и мочениями. Но надо пить после еды, а не до, не в связи с тостами. Это банкетно-трактирный, дурной стиль. А мы говорим о домашнем, семейном, приличном.

ДИЧЬ ПЕРНАТАЯ – ЛЕСНАЯ И ПОЛЕВАЯ

Тут и говорить много не надо: я всегда без рассуждений включаю в свое меню блюда из дичи, потому что они редки вообще, и оттого, что всякая дичь приятна и безвредна.

В 50–60-х годах достать дичь в Москве не было проблемой: она всегда имелась в магазинах потребкооперации и была крайне дешева.

Но ее никто не покупал. Теперь ее нет вообще: ни за какие деньги и днем с огнем не сыщешь. Да и стоит теперь рябчик не 1 рубль, как в 60-х годах, а, вероятно, в 50 раз больше. А то и в 100. Рябчики и серые куропатки – лучшая русская дичь. Кроме них, можно делать блюда из серых и черных дроздов (французская кухня), перепелок, голубей, вальдшнепов, кроншнепов (по-поварски – бекасов) и прочих куликов, а также фазанов, также исчезнувших из широкой продажи. Если всей этой «настоящей» дичи нет, а хочется вспомнить вкус блюда из дичи, то можно вполне использовать осенних воробьев. Только ловить их надо подальше от городов, где они сплошь больные. Но в далеких селах раздобревшие на осеннем зерне воробьи – отличное, вкуснейшее жаркое. И включение его в меню создает необычность и праздничность.

МОЛОКО И МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Чистого молока я не пил уже, кажется, более 30 лет. В детстве я пил, будучи в деревне, парное молоко. Пробовал его и в конце 40-х – начале 50-х годов, после окончания института, разъезжая по командировкам. Но в целом сырого молока в качестве объекта питания не употреблял практически никогда. Не тянуло. Редко, очень редко, пил я и «голое» кипяченое молоко. Иногда лишь с медом, при простуде. Таким образом, получается, что я фактически не имел в своем рационе систематически молока – этой пищи, приготовленной самой природой. И оказалось, что это не так уж плохо и совсем-совсем не страшно. Страшнее – наоборот, то есть систематическое употребление сырого молока. Зато я всегда испытывал тягу ко всякому *сброженному* молоку: к кефиру, к простокваше, к сметане, к катыку (мацони), который я готовил десятки лет сам, когда и в помине не было никаких йогуртов. Странное дело – когда я в 70–80-х годах пропагандировал катык как хорошую, вкусную и здоровую пищу, ни одно из молочных предприятий СССР не взялось за массовое приготовление этого полезного, дешевого и приятного продукта. А в 90-х годах XX века навезли со всего мира разных, в том числе и очень плохих, искусственных йогуртов и буквально привили людям их обязательное и массовое употребление. Ибо за этим стоит реклама ТВ, за этим стоят крупные иностранные фирмы Германии, Голландии, Польши, Франции. И мы везем пластмассовые стаканчики со всей Европы, хотя у нас самих не только залейся этого сырья, то есть молока, но и наш татарский катык – в тысячу раз вкуснее, плотнее, добротнее, чем хлипкие европейские жиденькие йогурты.

Обязательно постоянно ввожу я в свой рацион, в свое меню и все виды твердых фракций *сброженного* молока: творог и другие национальные виды творогов – ирим-шик, скир, брынзу (датскую, французскую, молдавскую, болгарскую и армянскую), а также всевозможные сыры и в первую очередь рассольные кавказские (чанах, чечил, сулугуни, тушинский, кобийский, осетинский, имеретинский) и все европейские с микрофлорой – стилтон, рокфор, данаблю, камамбер. К великому сожалению, все эти прекрасные продукты стали непомерно дорогими, хотя в СССР их цена была скромной и одинаковой. Она не подымалась выше 3 рублей за килограмм любого сыра. Из наших, еще оставшихся сыров я предпочитаю пошехонский и костромской, а из бывших советских – белорусский тильзитер, который намного лучше аналогичного западногерманского и польского.

И сыры, и творога приятно есть просто так, без всяких прикрас. Плавленые сыры – «Виолу», «Волну» и «Дружбу» – хорошо применять в супах для разведения в бульонах, о чем подробно, с рецептами, сказано в первой части книги (см. с. 101).

Из хорошего домашнего (а не из покупного, магазинного!) творога люблю готовить разные пасхи и творожные сладкие пасты, а также выпекать творожные торты с фруктами и вареньем («кондитерские пасхи»).

Таким образом, всем продуктам из молока, прошедшим стадию сбраживания, отведено постоянное место на моем столе, в моем меню. Из несброженных, но также «обработанных» вариаций молока я употребляю только топленое. Причем делаю его либо сам, либо покупаю готовое. Вкус у них, конечно, не одинаковый. Из топленого молока в процессе медленного выпаривания в воздух уходит до 1/3 жидкости, происходит то же самое, что и при сбраживании сырого молока – улетучивается все то, что затрудняет процесс пищеварения. И продукт становится приятнее на вкус и удобнее для потребления.

Из некоровьих видов молока я особенно ценю кобылье, в виде кумыса, тоже исчезнувшего из продажи вслед за исчезновением Советского Союза с географической карты. Кумыс – замечательная штука. Он предупредил у меня развитие туберкулеза, «промыл» легкие и весь организм как «стеклышко». К сожалению, мы, жители европейской части России, навсегда лишены теперь возможности не только попробовать, но и даже увидеть туркменский чал – верблюжье молоко – это подлинное чудо природы!

Все кислые, сброженные, жидкие виды молока прекрасно используются для приготовления летних холодных супов. (См. с. 102–103.)

А вот горячих блюд из молочных продуктов я не делаю или даже избегаю. Ибо это – порча продукта, ликвидация его достоинств. Ведь и творог и сыры при тепловом нагреве непременно коагулируются, то есть завариваются в прочный резинообразный сгусток, который даже самый крепкий желудок не сможет растворить за пару суток. Значит, нагревать творожно-сырные изделия – глупость. Это значит просто уничтожить их. Вот почему ресторанная мода запекать – «гратинировать» – сырную крошку над любым блюдом – мясным, рыбным, овощным, – просто-напросто бессмысленный декоративный прием. Он не приносит ни пищевой, ни пищеварительной пользы. Он портит желудок, а с ним и весь аппетит. Он переводит продукт впустую. Так зачем он мне нужен в моем вкусном меню?

В то же время такой промышленный продукт, как сухое молоко, к которому весьма скептически относится большинство наших домохозяек, я использую с большим успехом для приготовления кондитерских изделий, применение вместо натурального, жидкого молока – сухого, причем без всякого разведения, без добавления воды, а просто как дополнение к муке, дает совершенно иную консистенцию, внешний вид и вкус привычным кондитерским изделиям. Это очень интересный и удобный, приятный продукт для экспериментирования в кондитерском деле.

РЫБА

В русском языке почти 60 пословиц, где упоминается рыба. Ни один другой продукт, ни одно другое живое существо не удостоилось такого внимания у русского народа. И это вполне объяснимо: с IX по XIX век, или, иными словами, в течение тысячелетия, рыба была постоянным и чуть ли не основным продуктом питания населения России. Тем не менее то обстоятельство, что за последние 150 лет ее значение в рационе народа резко упало, а за последние 50 лет вообще практически сократилось до минимума, привело к почти полной утрате у современного русского человека представлений о былой роли рыбы и рыбных блюд в питании нации, а вследствие этого забвение национальных традиций русского стола и деградацию русской рыбной кулинарии.



Появление с середины 50-х – в начале 60-х годов совершенно новых, ранее неизвестных населению пород морской рыбы и абсолютное неумение использовать ее рационально и кулинарно грамотно еще более усугубило плачевную ситуацию в рыбной кулинарии, породив у новых поколений стойкое неприятие рыбных блюд, совершенно дискредитированных грубым, безграмотным исполнением в общепите. Между тем в 60-е годы по весьма низким ценам в продаже постоянно находились такие деликатесные породы морских рыб, как нототения (хищнически выловленная за 5–6 лет совершенно бесследно), сквама, замечательная исландская и шотландская (красная) сельдь, а также нежнейшая и чуть ли не бесплатная балтийская салака (знаменитый шведский «стрёмминг»!), на которую русские хозяйки не обращали внимания из-за ее небольших размеров и которой исключительно кормили своих кошек, оставляя подавляющую массу этой прекрасной рыбы залеживаться на прилавках и тухнуть. Никакой просветительно-кулинарной работы с населением о том, что и как можно готовить из этой рыбы, к сожалению, не велось. И период, который мог стать началом нового расцвета русской рыбной кулинарии, прошел даром, не оставив в бездарных, обленившихся и забывших свои национальные традиции, равнодушных ко всему массах ни малейшего следа. Превосходное, первосортное пищевое сырье тухло и гнило, затем привычно списывалось в мусор, захламляло мусоропроводы и городские свалки, распространяя зловоние и вызывая новые приступы недовольства ленивого народа «этой проклятой тухлой рыбой». Но покупать своевременно свежую рыбу, терпеливо готовить из нее вкусные блюда население упорно не хотело. Придиралось ко всему: к необычной форме и внешнему виду (почему круглая или очень длинная – это о солнечнике и рыбе-сабле), к цвету (почему такая черная – это об угольной рыбе), и особенно к «колючкам», отказываясь разделывать всякую морскую рыбу с острыми плавниками и с жесткой кожей. То, что плавники надо было отрезать ножницами (быстро и удобно!), и то, что кожу у морской рыбы надо обязательно снимать, никак не хотели понять и исполнять, предпочитая вовсе отворачиваться от незнакомого продукта. Так, по тупости и безграмотности, по лености и упрямству населения был упущен редкий исторический шанс возрождения русской рыбной кулинарии и рыбного русского стола.

Какие вкуснейшие, изысканные блюда я тогда готовил! И всего за какие-то ничтожные 80 копеек или 1 руб. 15 коп.! В конце 90-х годов нечто в пять раз более худшее можно получить у «Максима» или в «Метрополе» только за 100 долларов! Конечно, нототении вам не подадут и за 300 долларов. Ее нет, и я лишь во сне могу вспоминать ее неповторимый вкус, еще более нежный и душистый, чем у осетрины! А вот в 60-х годах нототению не брали, а брали (вот идиоты!) – тощего невкусного хека, только из-за того, что он по внешнему виду был похож на пресноводную рыбу, а нототения – не была. Как это было по-русски: не суть, не сущность была важна людям, а видимость! И именно эта психологическая черта русских конца XX века стала причиной всех бед страны: как мотыльки, люди не раздумывая полетели на яркий новый, еще не проверенный «свет» «демократии» и сразу же… сгорели, причем увлекли в этот пожар всю страну. Ибо привлекло «яркое и красивое внешне», а о том, что в своей сути – это гнилое и вредное, – даже не подумали. Так было и с морской рыбой: колючки и темный цвет кожи людей беспокоили, а о том, какого вкуса мясо – они и знать не хотели. Но ведь кожу и колючки сразу же выбрасывают после разделки, а мясо готовят и подают на стол. Но даже в такой простой ситуации люди не смогли разобраться, что же важнее – кожа или мясо?! Так чего же было ждать от такого народа? Как он мог разобраться в политиках? Конечно, выбирал по внешним признакам: статный рост, красивая укладка седых волос, манеры «своего мужика в доску». А о том, что скрывается под этой укладкой волос, какова сущность этого человека, совершенно не думали.

Надо ли после всего этого удивляться, что не заметили нототению?

Рыбные блюда принадлежат к любимым блюдам моего меню. В него входят все первые рыбные блюда – различная уха, калья, рыбные супы, солянки рыбные, рыбные молочные супы, а также юрма и шар-уха.

Рыбные вторые блюда также разнообразны в русской кухне.

Это – паровая рыба, отварная рыба, жареная, запеченная натурально в собственной чешуе и запеченная в сметане на сковородке.

Но это еще не все: в состав вторых рыбных блюд входит фаршированная рыба (один карп с грушами по-швейцарски чего стоит!), тельное, рыба, запеченная в молочно-яичной смеси по-эстонски, а также рыба, отваренная в белом сухом вине по-французски.

Все это – прекрасные блюда, которые я сохраняю в своем меню. Кроме того, изредка можно попробовать и восточные виды приготовления рыбы: шашлык из осетрины по-азербайджански и плов из рыбы с урюком и изюмом на кунжутном масле по-огурджалински (туркменски).

Однако рыбная кулинария на этом не кончается. Для закусок, а также в сочетании с горячей отварной картошкой можно использовать все виды рыбных копченостей: от леща и сельди до осетрины и севрюги горячего копчения. Однако многих видов рыбы мы, жители России, уже никогда не получим: они оказались после развала СССР за границей.

Это – крымские, черноморские бычки, азовские, керченские пузанки, каспийские заломы, закавказская шемая, армянский (севанский) ишхан, грузинская хромуля, азербайджанский шип.

К счастью для русской кухни, сохранился весь североморский регион, откуда зимой всегда поступает сезонная рыба, также не всегда замечаемая потребителем. Между тем я стараюсь не пропустить североморскую треску (мелкую и очень вкусную, особенно при зажаривании), мезенскую навагу, которую тоже жарят или приготавливают из нее особый наважный суп с кнелями.

Таким образом, при желании и при регулярном посещении крупнейших столичных рыбных магазинов – на Тверской и на проспекте Мира («Океан») – можно обеспечить себе достаточно разнообразный рыбный стол.

ОВОЩИ И ЗЕЛЕНЬ

Мое отношение к овощам и зелени всегда было позитивным, но это вовсе не означало, что я считал возможным ограничивать свое питание только ими. До войны, в 30–40-х годах, сам ассортимент овощей в государственной торговле был весьма ограничен: лук, картофель, свекла, огурцы, редис, капуста, морковь, петрушка, укроп. Поэтому главным применением овощей были супы – первые блюда. Из самостоятельных чисто овощных блюд существовали только картофельное пюре, винегрет, жареная картошка с луком и капуста тушеная. Но и они большей частью употреблялись как гарнир. Зелень – петрушка и укроп – также применялась исключительно в супах и для сдабривания отварной картошки.

Послевоенное время ознаменовалось сильным развитием огородничества, вследствие чего резко стал расширяться ассортимент поступавших в продажу овощей, в 60-е годы в основном на колхозных рынках. Массовым овощем стали помидоры. Появились кабачки, баклажаны, кольраби, стручковый перец-паприка, чечевица, фасоль. Это дало возможность расширить ассортимент и чисто овощных блюд, и гарниров: отварная фасоль с луком, фаршированные морковью, помидорами и рисом болгарские перцы, лобио, фаршированные мясом и рисом кабачки, жаренные в сметане, салат из свежих огурцов с помидорами в сметане.

Что же касается собственно зелени, то ее ассортимент остался прежним. Пришлось самому выращивать базилик, чеснок, чабер, кресс-салат, фенхель, сельдерей, благо с семенами этих культур дело обстояло благополучно: их мало кто покупал.

Пряную зелень я использовал и использую не только для ароматизации салатов, супов и вторых блюд, но и в чистом виде, как «сопровождение» хлеба и острых сыров. Для этого удобен именно армянский лаваш, в лист которого можно завернуть несколько стеблей пряных растений, тонкий кусочек брынзы или рассольного сыра и… откусывать от этой «трубочки». Получается острая и одновременно свежая закуска. Но основное применение сырых пряных трав в их натуральном виде возможно только как сопровождение мясных блюд, блюд из дичи и домашней птицы. Именно так эти пищевые растения применяются в восточных кухнях, откуда они и стали известны в Европе.

Поэтому возникает известная взаимозависимость: хочешь полноценно и вкусно ощущать своеобразие и свежесть сырого зеленого «корма» – готовь соответствующие ему жирные, острые мясные блюда. Просто так жевать траву, даже пряную, даже восточную и даже дорогую, – все-таки человеку мало свойственно. Удовольствия от этого не возникнет. Хоть ты тресни! Но совсем другое дело, когда вы складываете пучок «травы», состоящей из нежно-зеленых стеблей чеснока, темно-зеленых перьев лука, иссиня-бордовых веточек базилика, мясистых стеблей кресс-салата и остро-пахучих, суховатых – чабера, обертываете этот «букетик» двумя оборотами листа лаваша и, насадив на вилку другой рукой кусок ароматной, дымящейся, жирной и тающей во рту баранины, откусываете сразу после баранины от вашего «букетика» и ощущаете, как свежая, сочная и островатая зелень смешивается с ароматом жирной

баранины в непередаваемую никаким воображением гамму и, вбирая, поглощая, очищает собой жир, превращенный в нежную, ароматную эмульсию. Тогда очень хочется сделать глоток кисловатого, терпкого сухого вина и оросить, довершить им этот апофеоз запахов и вкусов.

Так что по-настоящему оценить вкус овощей может отнюдь не вегетарианец, а нормально питающийся всеми продуктами, исторически усвоенными людьми, человек.

В последнее десятилетие совершился подлинный переворот в области ассортимента овощей и трав, предназначенных для еды.

Сейчас на рынках и в магазинах столицы можно встретить практически любые овощи, применяемые в мировой кулинарии. Перестали быть экзотикой спаржа, мангби, брокколи, топинамбур, эндивий, шалот, цукини и другие «заграничные» овощи. Из пряной зелени также можно найти почти все, что пожелаешь. Но значение этих компонентов в реальном питании людей не следует переоценивать. Не только в количественном отношении экзотических овощей требуется весьма мало, но по своим вкусовым данным они будут всегда редкими гостями на нашем столе. Большинство из них притягивает внимание людей как «полезные», а не вкусные. Но я, например, просто не хочу использовать в своей кухне, в своем личном меню ни топинамбур, ни эндивий, ни даже брокколи, сколько бы их ни рекламировали. Пробовал. Приготавливал. Не понравилось. Невкусно. Все это пресное, «полезное» не идет ни в какое сравнение ни с нашей квашеной капустой (обязательно с антоновкой и клюквой!), ни с солеными по-русски огурцами (обязательно со смородиновым листом!), ни, наконец, с кавказскими маринованными острыми перцами, чесноком, виноградными листьями для долмы и с молдавскими квашеными баклажанами. Лучшее кулинарное использование овощей – в солениях и квашениях. Так я считаю на основе своего кулинарного опыта. Кроме того, не следует злоупотреблять и сырыми овощами. Сырой хороша только пряная зелень и в первую очередь лук и чеснок, крессы. Корнеплоды же надо отваривать, а также жарить, что у нас не принято. Между тем жареная свекла, морковь, кольраби, редька – это прекрасные, вкуснейшие блюда. В таджикской кухне они – постоянные и нормальные. Но и тут должно быть добавлено хоть чуть-чуть мяса или домашней птицы. Для акцента. Для пищевого оттенка, для создания радости от неожиданного вкуса. Иначе зачем тратить время на искусное приготовление, не получая взамен радости новизны?! Ведь именно в этом смысл создания разнообразного питания, разнообразного меню, где обязательно должно быть место для неожиданностей.

Существуют корнеплоды, которые у нас в России не появляются в продаже даже сейчас. Хотя они вовсе не относятся к экзотике. Это – брюква. Я обошел в 1997-м и 1998 годах все рынки Москвы и не нашел брюквы. Между тем во всей Восточной и Северной Европе – это рядовой, обязательный овощ. В Англии и Шотландии брюква также в большом почете. И это понятно. Из брюквы можно приготавливать одно из редких для овощей самостоятельных блюд: брюквенное пюре. Мы знали и знаем до сих пор лишь картофельное пюре, которое, кстати, у нас вырождается как кулинарный шедевр.

Брюквенное пюре обогащает овощной стол. Оно расширяет наши представления об овощном вкусе. Оно позволяет разнообразить наше меню и как нестандартный гарнир, и как главный компонент в мясных блюдах. А для поклонников вегетарианства оно может стать и хорошим основным блюдом.

В заключение скажу еще об одном «забытом» национальном русском овоще или, вернее, об ограниченности и неправильности его употребления.

Речь идет о хрене. Дело в том, что большинство потребителей приобретают хрен уже в готовом виде, в банках. Причем производителем такого продукта выступает не российское предприятие, а какое-нибудь заграничное – латвийское, литовское, польское, венгерское и т. п.

Короче говоря, хрен делает тот, кто его не ест, кто о его употреблении не имеет представления. Отсюда полное искажение характера этого продукта. Его разводят уксусом, окрашивают свеклой, ликвидируя полностью характерный аромат, вкус и саму сущность – питательность и остроту. Хрен должен быть «злым», то есть продирать до мозга костей в буквальном смысле этого слова. Но не ощущаться ни пищеводом, ни желудком. А это возможно лишь при его правильном приготовлении, каждый раз заново, из свежих корней. Такой хрен – обязательная приправа, неотъемлемая при еде любого рыбного блюда, особенно холодного, – отварной, заливной, запеченной и горяче-копченой красной рыбы. Есть севрюгу или осетрину без хрена – значит совершенно не понимать, что ты ешь. Это –

полное неуважение к осетрине, белуге и севрюге как к деликатесному и одному из главных национальных продуктов русской кухни.

Но попробуйте найти хороший хрен на наших рынках, где ныне торгуют вовсю импортной спаржей или брокколи! А если и найдете, то обязательно некондиционный, испорченный. Дело в том, что сейчас пошла мода на «культурное обслуживание» покупателей, на «цивилизованные формы» торговли. Поэтому все овощи теперь моют: картошку, морковку, свеклу, чтобы они были красивее, привлекательнее. Моют, между прочим, в унитазах платных уборных, расположенных при рынках. А где же еще? – как спросила меня торговка, которой я указал на недопустимость такой «гигиены» и «культурного обслуживания». Но мытая картошка это перетерпит, да и мы тоже: просто придется срезать кожуру потолще при чистке. Но хрен такой процедуры не выносит: промыть хрен в воде, а затем выставить его на воздух на прилавке – это означает полностью испортить продукт: весь его «дух», вся его прелесть, вся его «хреновина» просто улетучится! (О том, что он чутко воспримет аромат унитаза, я уже и не говорю, ибо снявши голову, то есть уничтожив суть хрена, нечего уже плакать о «волосах», то есть о его былом запахе.)

На этой скорбной ноте я и закончу обзор моего отношения к овощам и зелени. Я их люблю. Они занимают постоянное и почетное место в моем меню. Но они, к сожалению, проходят столько рук и пертурбаций, прежде чем попасть на мой разделочный стол, что я лично предпочитаю не употреблять их сырыми, а варить и жарить, тушить и квасить, сушить и мочить, превращать в пюре и кабачково-баклажанную икру.

К сожалению, это можно делать не со всеми. С хреном, например, невозможно. Ибо весь смысл его употребления в кулинарии состоит в том, чтобы он приготавливался сырым, свежим, незамаранным и не после того, как его промыли в базарном унитазе.

КРУПЫ, ЗЕРНО, МУКА

Изделия из этих продуктов занимают немалое место в моем меню. Они используются и для создания тестяных блюд и каш, а также как вспомогательные средства при создании ряда других блюд. Практически обойтись без зерна, круп и муки в кулинарии невозможно ни минуты. О комбинациях круп, об использовании различных видов муки подробно сказано в первой части книги. Все упомянутые там отдельные блюда постоянно входят в мое повседневное питание, в мое меню.

ЖИРЫ

Прежде чем говорить о своем отношении к жирам и к их использованию в собственном питании, а также в процессах кулинарного приготовления блюд, которыми я пользуюсь, необходимо рассказать о самом понятии «жиры» и о том отношении, которое существовало к жирной пище веками у русского народа. Иначе многое современному поколению «россиян» будет непонятно.

Самого понятия «жиры» до XX века не существовало. Оно возникло лишь в новейшее время. Зато существовали понятия «жирье» и «жирование», которых теперь нет.

«Жирье» означало в русском языке – раздолье, приволье, жизнь полной чашей. А «жирование», более употребительное в качестве глагола «жировать», значило отдыхать, покоиться, резвиться, жить в избытке, ни в чем не нуждаясь, роскошествовать, а также проматывать деньги, не считая их.

Сама же основа этих слов, их корень – «жир», писавшийся часто как «жыр», – означала первоначально в русском языке – «нажитое», причем то, что нажито сверх меры, или полное изобилие в доме и в пище. Остатком, рудиментом этих народных представлений о «жире» является сохранившаяся в нашем повседневном языке поговорка – «с жиру беситься», то есть быть чем-то недовольным, даже имея все, что необходимо.

Теперь, я думаю, должно стать понятным и современным людям, что в русском языке, и отсюда во всем русском менталитете прошлых эпох, со словом «жир», как в его абстрактном, переносном смысле, так и в его вполне конкретном, частном, понимании, например при оценке «сала», «масла», были связаны только положительные, одобрительные представления и эмоции, или, иными словами, все *«жирное»* оценивалось как *положительное*.

Ныне же и в языке, и в психологии наших современников произошли столь сильные, коренные изменения, что «жир», «жирное», «масляное» воспринимаются и в конкретном, фактическом, и в абстрактном, переносном, смысле как явно негативные, неприятные, отрицательные понятия.



Перелом трудно точно датировать, как и всякие изменения в языке, происходящие постепенно, но его надо отнести к 60-м годам, к их началу.

Что же касается слова и понятия «жиры», относящегося целиком к кулинарной сфере, то они появились только в конце Первой мировой войны, в начале 1917 года, – еще при царизме и буржуазном правительстве Керенского, а укоренились уже в период Гражданской войны и после нее. Слово «жиры» возникло впервые в интендантских ведомостях как «технический термин», во время введения ограничений на продовольственное снабжение армии и тыла, когда впервые определялись основные позиции, по которым следует вводить рационирование продуктов. Этими позициями были признаны хлеб и крупы (I), мясо (II), сахар (III) и жиры (IV).

В «жиры» было включено все то, что подпадало под категорию различных пищевых масел, как животного, так и растительного происхождения.

Такое объединение, которое не удивляет ныне нас, людей конца XX века, было в 20-х годах еще новым, неслыханным, чуть ли не «революционным», и с «кухонной» и с лингвистической точки зрения. Ибо слова «жиры», ни как объединительного понятия, ни как множественного числа от слова «жир», в русском языке никогда дотоле не существовало. Для простых же людей, а также для кулинаров представлялось диким в начале XX века объединять свиное сало, сливочное масло, говяжий жир, то есть твердые жиры, с растительными жидкими маслами – прованским (как тогда именовали оливковое масло), с редко используемым подсолнечным, неизвестным в Великороссии, с конопляным молоком, применяемым крестьянством в своем быту, и с церковным ореховым и маковым маслами, идущими в пищу, а также с деревянным маслом (оливковое горячего жома) для лампад.

Современному поколению даже трудно себе представить, насколько непривычным и диким было первоначально для обычных людей это объединительное понятие «жиры». Его считали временным, канцелярско-бюрократическим, складским термином. Ибо веками в русском сознании существовала целая «китайская стена» между скоромной жирной, масляной пищей (т. е. с салом, сливочным маслом) и тощей, постной пищей, использующей не масла, а олии, как по церковнославянской терминологии именовались растительные жиры.

Эти два вида пищевых продуктов были веками противопоставлены Церковью, как антиподы, как несовместимые противоположности, и их объединение казалось многим даже кощунственным и недопустимым, а потому как бы «временным».

Но последующие события – Октябрьская революция, Гражданская война и установление в России советской власти, – лишившие Церковь былого авторитета и влияния, реабилитировали и само употребление слова «жиры», сделав его и привычным, приемлемым, и… даже положительным и желанным.

Поскольку именно в период Гражданской войны, а особенно в период голода 1920–1921 годов, в жирах ощущался особый недостаток и поскольку именно их отсутствие затрудняло восстановление сил отощавшего населения, их престиж, желательность их приобретения достигли в первой половине 20-х годов своего пика, кульминации. Никогда еще прежде древнерусское значение «жир» в смысле «богатство» не воспринималось столь естественно и столь адекватно, как в 20-е годы. Интересно, что уже после Второй мировой войны норвежские помощники «миссии Нансена», снабжавшие продовольственными посылками русскую интеллигенцию в 20-е годы, вспоминали, что русские барышни из дворянской и буржуазной среды, которых, как «голодающих», подкармливали тогда благотворительные организации Европы, приходя за продовольственными посылками в распределительные пункты, первым делом спрашивали: «А жиры там есть?» И получив утвердительный ответ – просто расцветали.

Дело в том, что, не разбираясь в буржуазных благотворителях, русские получатели посылок (они давались по спискам) уяснили быстро одно: одни посылки включали разнообразные продукты – крупы, сахар, жиры (или молоко), а другие – только муку и кукурузные хлопья. Последние были американскими посылками АРА, принципиально не включавшими «жиры», как предметы роскоши.

Но русские получатели ценили только жиры! И за ними «охотились». Положительное, то есть традиционное для русского народа, отношение к жирам сохранялось и даже усиливалось все советские годы – в 30-х годах, когда они выдавались по карточкам, в 40-х и в 50-х, когда они стали совсем доступными и свободными для приобретения в любом количестве.

Но с 70-х годов начинается перелом. А затем в 80-х вообще медики начинают целую кампанию против

употребления жиров, и в 90-х развертывается и рекламируется последовательная борьба против ожирения, сопровождаемая и подкрепляемая социальной обстановкой: дороговизной и недоступностью для низкооплачиваемых слоев населения покупать достаточное количество жиров. Но теперь этот недостаток уже трактуется как благо, как счастливая возможность избежать ожирения, сердечных болезней. Отношение к жирам в обществе резко изменяется на отрицательное. Они кажутся противными, ненужными, вредными. Они сознательно исключаются из рациона, вычеркиваются из меню даже обеспеченных, богатых людей. Словом, начинается перегиб «палки» в противоположном направлении.

Мои личные отношения с жирами складывались так.

До войны я их получал в ограниченном количестве: вначале, до 1934 года, они были по карточкам, и по своей детской карточке я получал 250 граммов сливочного масла в месяц. Считал, что вполне достаточно. После 1934 года употреблял тоже только сливочное масло, которое во второй половине 30-х годов было просто замечательным. Тогда оно еще никак не называлось, но фактически Москва снабжалась только вологодским маслом (название это ему присвоили лишь в 70-х годах). Брали его немного, чуть больше того, что привыкли получать по карточкам, я думаю, по грамм 400 на месяц или максимум 500 граммов. Но покупали, в частности, в нашей семье только сливочное. Маргарина и маргогуселина, очень дешевых тогда, в нашей патриархальной семье не признавали. Лучше меньше, но только натурального масла.

Употребляли масло всегда одинаково – на хлеб, особенно когда ели соленую рыбу, и в каши, особенно в гречневую. На масле практически ничего не жарили. Варили и пекли. И когда пекли, то масло употребляли еще и в пироги. На сливочном масле делали тесто. Таким образом, растительное масло употреблялось сравнительно мало. Во-первых, в салаты и винегреты в качестве заправки. Да для заправки селедки с луком. На растительном масле не жарили, ибо, как в большинстве других семей, делать этого не умели. Теперь-то я знаю, что искусство жарить на растительных маслах никогда не было известно в России. И если кто это делал, то только татары, то есть татарские повара. Если же в русских семьях пытались жарить на растительных маслах, то делали это плохо, неграмотно и получали невкусную еду. В нашей семье этого никогда не пытались делать.

Растительное масло употреблялось только в сыром, натуральном виде, к определенному числу традиционных блюд. И это, думаю, спасло мое здоровье на многие годы вперед. Ибо ничего нет вреднее безграмотно приготовленной пищи. Важны, подчеркиваю, *не продукты, а характер приготовления*.

Таким образом, до войны я получал жиров немного, но зато всегда правильных. Причем изредка, на новогодние праздники, бывали и такие жирные блюда, как жареный гусь с антоновскими яблоками и крестьянское соленое свиное сало. Так что с этими видами «жиров» я был знаком, знал об их существовании, но употреблял лишь эпизодически – один-два раза в году!

Во время войны я познакомился с другими видами жиров, которых не знал прежде, но зато тех, которые знал до войны, более не встречал.

Обычно жиры клались в щи (суп) и кашу, так что, какими они были в армии, распознать было бы трудно, если бы, в связи с разными чрезвычайными обстоятельствами, не приходилось получать продовольствие сухим пайком или не вскрывать НЗ. Вот тогда старшина выдавал наряду с сухарями и сахаром еще банку тушенки или «жиры». Их характер менялся в зависимости от исторической и военной обстановки. В 1942 году я получил в сухой паек какие-то крепкие, тусклые, желтовато-серые куски. Это был комбижир. Я видел (и, конечно, съел) его впервые. В конце 1943 года в сухой паек выдавали баночку очень белого маслянистого мягкого вещества. Это был американский лярд, искусственный жир на базе переработки свиного жира. Воспринимался тогда как роскошь. Но в конце 1944 года я получил сухим пайком хороший кусок в 500 граммов копченого свиного сала. Именно не крестьянского соленого, а копченого, с коричневой красивой кожицей, аккуратного и пахучего. Думаю, что это было трофейное немецкое сало или, может быть, скорее венгерское, захваченное при разгроме какого-нибудь крупного соединения противника.

Конечно, все виды «армейского сала», независимо от их качества, в то время приветствовались и съедались с огромным аппетитом, их разделяли на мизерные доли, растягивая удовольствие, насколько это было возможно.

Таким образом, на практике я понял, что редкое появление жиров действует стимулирующе. Они, как

редкие гости, всегда желанны. Но не дай бог превратиться им в «постоянных гостей» на нашем столе! Они сразу же опротивеют. Этот вывод стал для меня руководящим в послевоенное время. С одной стороны, я не избегал, не сторонился жиров, когда это было необходимо с кулинарной точки зрения. С другой – избегал употреблять их часто и тем более излишне. В результате такого отношения я перезнакомился и перепробовал всякие виды жиров, и животных и растительных, причем в основном в их кулинарном, а не буфетном применении. Я стал учиться различать жиры по их чисто кулинарным достоинствам, по их способности помогать превращению сырых продуктов в жареные, печеные, гриллированные, научился понимать, как они могут содействовать достижению разнообразия вкуса уже привычных продуктов. И я понял, в конце концов, что жиры нужны в кулинарии не сами по себе, а как важнейший вспомогательный продукт грамотного кулинарного производства. И в таком качестве жиры уже не страшны, ими нельзя «запугать» культурного, высококвалифицированного повара и кондитера.

Скажу коротко: жиров очень много, и все они годятся только для определенных целей. Надо их применять очень избирательно. Свиной жир нельзя использовать там, где предписано арахисовое масло. На сливочном масле нельзя жарить ни одно приличное восточное блюдо. Китайскую кухню нельзя правильно воспроизвести без кунжутного и соевого масла и т. д. и т. п.

Вот почему я в своей кухне, в своем меню употребляю без всякой опаски любые жиры там и тогда, где и когда они необходимы для грамотной кулинарной обработки того или иного сырья, того или иного блюда. В целом рыбу лучше жарить на растительных жирах. В тесто можно смело добавлять животные и растительные жиры и их смеси.

Овощи, наоборот, пикантнее и приятнее жарить не только на растительных маслах, но и на животном жире. Наконец, мясо – любое – приобретает хороший вкус, если его жарят с добавлением к собственному жиру еще и небольшого количества разных растительных масел. В среднеазиатской кухне это будут подсолнечное и хлопковое масла, в африканской – арахисовое, в средиземноморской – оливковое, в китайской – кунжутное и соевое. В украинской же кухне к свиному салу никогда ничего не добавляют, и именно поэтому эта кухня воспринимается как особо «жирная», грубоватая и однообразная в своих мясных блюдах.

Таким образом, без жиров в кулинарии, особенно в высокой, не обойтись. Они необходимы, но надо знать, как ими грамотно управлять и куда применять. Вот тогда они полезны!

Но и в застолье бывают ситуации, когда отсутствие жиров только искажает и обедняет еду. Я уже не говорю о непременном применении сливочного масла к гречневой каше, без чего она не приобретает характерный для нее «русский» вкус. Но как, например, можно употреблять грибные кислые суточные щи без черного хлеба, намазанного сливочным маслом?

Без этого «антуража» почти половина вкуса самых распрекрасных щей просто пропадет, не будет четко выявлена.

А как обойтись без холодного, крепкого, ароматного, настоящего вологодского масла на русском закусочном столе, когда это масло крайне необходимо для акцентирования сразу двух продуктов – мягкого, свежего белого хлеба и всей рыбной закуски – икры, севрюги, семги, осетрины. Не говоря уже о том, что поскольку в этой ситуации обязательно должна присутствовать настоянная на лимонной цедре водка, то наличие сливочного масла необходимо и как умеряющее начало для смягчения алкогольного опьянения.

Я предвижу, что на все это мне одни скажут, что это снобизм, а завзятые пьяницы и вовсе не поймут, считая, что в таких ситуациях важно только пить, а ни о каком «вкусе» не думать. Но оба эти возражения я отведу простым указанием на то, что я признаю только культурную еду, а всякую пошлятину и элементарное нарушение гастрономических правил просто не признаю, как и вообще все ошибочное и вульгарное во всех иных областях жизни. Отведу я и третье возражение со стороны тех, кто возмутится, как это можно писать и рассуждать о вкусной, изысканной и правильной еде в октябре 1998 года, когда у многих людей вообще почти нечего есть.

Дело в том, что это самое ошибочное заблуждение, что в голодное время надо есть плохую и невкусную пищу. Как раз наоборот, когда еды мало, надо, чтобы вся она была как можно вкуснее и доброкачественнее.

Другое дело, что так не делают, что этому сопротивляются те, кто сбагривает как раз беднякам самое худшее по качеству, а бедняки с этим вполне соглашаются. На самом деле можно поступать и по-другому, если, конечно, обладать кулинарной грамотностью. Приведу совсем конкретный пример. У меня в кармане

всего 10– 15 рублей. Что можно купить на них сейчас, когда паршивый пирожок на рынке стоит чуть ли не 10 рублей? Но я не покупаю разную гадость. Я подхожу к продавцу красной рыбы и прошу отрезать мне ровно 50 граммов от семги стоимостью 130 руб. за кг. Это обходится мне в 6 руб. 50 коп. – ломтик величиной с ладонь, толщиной в 4 мм. Небольшая луковица и пучок петрушки – еще 1 руб., а 100 граммов сливочного масла – 3 руб. 10 коп. Итого на существенную еду я истратил 10 руб. 50 коп.

От 15 руб. остается еще 4 руб. 50 коп. Я покупаю хлеб (зерновой) или полбуханки черного (соответственно – 1 руб. 80 коп. или 1 руб. 40 коп.) и 100 граммов мармелада фабрики «Ударница» (1 руб. 80 коп. или 2 руб. 10 коп.), то есть трачу еще максимум 3 руб. 90 коп., а в общей сложности все обходится в 14 руб. 50 коп.

Дома есть еще картошка и чай. Я прихожу и устраиваю себе маленький «пир»: отвариваю картошку, густо сдабриваю ее луком, петрушкой и жирно намазываю 5–6 кусочков хлеба сливочным маслом. Все это ем с нежной, вкусной, свежей малосольной семгой, а затем запиваю густым ароматным чаем, сопровождая его мармеладом. Ведь на 100 граммов приходится целых 6 мармеладин. А мой сосед, не желая возиться и делать какие-либо усилия, покупает на те же самые деньги буханку черняшки за 3 руб. и 200–250 граммов самого дешевого сервелата за 46–49 руб. кг и ест их всухомятку.

Наедается он «досыта». Потом ищет, у кого бы стрельнуть на бутылку пива. И клянет судьбу, что ему не хватает на пол-литра, а вот «некоторые» хлеб с маслом едят! Каждому, как говорится, свое.

Вывод, по-моему, понятен: культурная еда, даже если в ней присутствуют «страшные» жиры, всегда будет вкусна, приятна, полезна, ибо она и доброкачественна, и разнообразна, и «малогабаритна», портативна.

От нее не «разжиреешь». А вот от неграмотной, плохой, обильной еды ожирение гарантировано.

ЯГОДЫ И ФРУКТЫ

О них скажу совсем кратко. До войны я очень любил собирать лесные ягоды. После войны лишь в 1971 году впервые съел клубнику. Как ни странно, но практически я очень мало и редко ем фрукты. Особенно сырые. Не ем и не ел, за исключением всего двух раз в жизни – в 1951-м и в 1972 годах – винограда. Сырыми употребляю только арбуз, дыни, гранаты и изредка антоновские яблоки и груши. Все остальное – в виде варенья и вяленых сухофруктов – изюм, инжир, курага, финики, чернослив. Варенье же варю круглый год – от одуванчиков в апреле – мае до фейхоа в декабре и грейпфрутовых корок в январе.

СЛАДОСТИ

Сладости играют великую роль в питании человека, и особенно в питании людей умственного труда. Они – непременный компонент нашего рациона, и совершенно не случайно, что у всех народов, во всех национальных кухнях они входят в меню обеда как непременный, обязательный третий член – третье блюдо. Между тем присутствие сладостей в суточном рационе, а также вообще в повседневном питании внеобеденного стола, за специальным чайным столом, а также в промежутках между едой, в качестве стимулятора во время работы, для весьма многих людей не выглядит совершенно необходимым. Считается, что без них вроде бы вполне можно обойтись, в то время как без других, так сказать, *существенных* продуктов не обойдешься. Отсутствие мяса, рыбы, овощей, не говоря уже о крупах и хлебе, воспринимается как сокращение, ущемление, нарушение нормального питания, в то время как без конфет или сахара вроде бы вполне можно просуществовать. Однако это впечатление обманчиво. Весьма часто оно покоится на том, что сладкое вводят в пищу вне обеда, между делом, но тем не менее оно включается в рацион. В то же время могут встречаться люди, которые либо трудно переживают отсутствие сладкого, либо почти не замечают такого отсутствия, слабо реагируют на него. Здесь проявляются отчасти особенности вкуса конкретных лиц, а отчасти – их чисто физиологическая специфика.

Сошлюсь на наиболее знакомый мне личный пример. Можно считать, что я люблю сладости. Правда, не с детства, когда я их и получал-то не очень много и не часто, да и сам не проявлял к ним никакой особой склонности, а скорее с юношества. В этот период я почувствовал заметную потребность в сладостях, что, между прочим, определило и то, что в этом возрасте я ни разу не попробовал курить, как многие мои сверстники, а наоборот, приобрел к курению, табачному дыму и смраду стойкое отвращение.



В возрасте 25–35 лет я чувствовал острую необходимость в сладостях, особенно при напряженной работе, и просто не мог без них жить. А поэтому, когда речь шла о рационе, то включал в него сладости, порой даже за счет чего-то более существенного, например, вместо того, чтобы употреблять бутерброды с колбасой, запиваемые чаем, как это делали почти все, предпочитал пить чай с хорошими пряниками и вареньем, благо пряники тогда делали замечательные (так называемые «московские» и еще лучше – «любительские», которые исчезли из ассортимента в 70-х годах).

Однако, любя сладости, я почти никогда не ел шоколад, а тем более всяких снабженных шоколадной оболочкой или начинкой кондитерских изделий, в том числе мороженое в шоколаде, мармелад в шоколаде и т. д.

Точно так же избегал я, вполне естественно, не делая над собой никаких усилий, употребления какао и кофе. (Хотя изредка – раз-два в год – очень люблю выпить крепчайшего кофе – без всяких добавок.)

Между тем такие сладости, как мармелад (пластовый, яблочный), пастилу, зефир, варенье всех сортов, разумеется домашнее, свое, засахаренные фрукты, просто сухофрукты (изюм, курагу, инжир), халву разного рода (подсолнечную, арахисовую, тахинную), кос-халву, ойлу, нугу, рахат-лукумы, а также молочно-сливочные сладости – помадки, тянучки, консервированное молоко с сахаром – я ел, не ставя себе никаких ограничений, а просто сообразуясь с желанием и возможностями: помалу, но регулярно и постоянно. Кроме того, всегда, часто даже помимо обеда, люблю делать себе всевозможные компоты, фруктовые гущи, узвары, желе, сочетания фруктов с заварным сливочным кремом, – словом, всячески кулинарно обработанные и подслащенные фрукты.

Что же касается выпечных кондитерских изделий, то я не ел и не ем до сих пор никаких покупных печений, плюшек, ватрушек, пирожных, тортов, а приготавливаю для себя сам, в основном разные национальные кондитерские изделия народных кухонь: пряники – от нюрнбергских до городецких, куличи, сырые и печеные пасхи, пахлаву, кяту карабахскую, овсяное печенье, венское тесто, датское кардамоновое печенье с изюмом, шотландский «мокрый торт» и т. д. и т. п.

В то же время практически никогда не употребляю бисквитных изделий, бисквитного, а также песочного теста, на которых базируются все «произведения» массовой кондитерской промышленности. И уверен, что систематическое употребление именно такого рода «сладостей» и порождает дурной, искаженный, примитивный массовый вкус. Люди привыкают, и их приучают к стандартности, однообразию «сладкой продукции» – либо шоколадной, либо бисквитно-песочной. Характерной особенностью обоих этих видов «сладостей» является наличие грубого, «направленного» вкуса изделий, обладающего способностью подавлять все тонкости и нюансы, а потому позволять людям нечувствительным *не различать кулинарного брака* или явной порчи продуктов, которые маскирует, «покрывает» примитивно-сладкий, «направленный» вкус.

Как нетрудно заметить, в мой рацион попадали лишь те сладости, которые базировались на фруктовом, ягодном, молочном и отчасти ореховом сырье, приготовленном кондитерскими методами на вываренном (кристаллическом!) сахаре.

Из такого сахара обычно уходят (испаряются или вытекают!) все вредные или побочные примеси сахарного производства.

Вот почему не случайно я «спокойно» ел эти сладости, а также конфеты леденцового типа, вроде «Барбариса», прозрачных монпансье, польских леденцов, фруктово-ягодных карамелек, а также таджикский кристаллический сахар – новот. Иными словами, вопрос о «национальном» или «производственном» происхождении таких сладких изделий для меня не стоял: все, что было изготовлено на основе кристаллического сахара и естественных продуктов растительного и молочного происхождения, было для меня в чисто пищевом и вкусовом, эстетическом отношении приемлемым. Отторжения в этих случаях не наблюдалось.

Как видно даже из этого беглого перечня, набиралась достаточно большая и разнообразная группа сладостей, где не было никакого присутствия шоколада, какао или кофе, и в них не ощущалось никакой естественной потребности. Я прекрасно обходился без шоколадных изделий.

Только с годами, впоследствии, когда можно было обобщить опыт 40–50 лет, оказалось, что систематическое сочетание всех естественных сладостей, построенных без применения алкалоидных начал, содержащихся в какао и кофе, а тем самым и во всех шоколадно-кофейных изделиях, полученных промышленным путем, дает себя знать, обнаруживает свою безвредность, и даже пользу, как мягкий, естественный

стимулятор жизненной активности, в то время как какао- и кофесодержащие сладости служат для нагнетания *временной*, а точнее – кратковременной, искусственной активности. Шоколадные сладости действуют как кнут, подстегивающий лошадь, в то время как фруктово-молочные сладости просто постепенно «подпитывают» организм и действуют, следовательно, длительно, постоянно, особенно при их систематическом употреблении. Поэтому весьма странно, что наши врачи настолько невежественны и просто невнимательны, как люди, что стандартно выступают против «вообще употребления сладостей», не различая даже их качественного отличия друг от друга и совершенно не понимая сути их далеко не одинакового воздействия на наш организм и особенно на нашу нервную систему и психику. Это лишь еще и еще раз доказывает, что попытки медицины вторгаться в область кулинарии абсолютно необоснованны и должны быть наконец хоть к концу XX века решительно отвергнуты как шарлатанские. Медики ничего не понимают в кулинарии и не могут в ней понимать, поскольку объектом их изучения является человек, его анатомия, а вовсе не свойства различных продуктов, а тем более их кулинарное превращение в совершенно новые сочетания веществ. Для того чтобы что-то понимать, разбираться в кулинарии, надо по крайней мере, как минимум, уметь хорошо готовить. Но укажите мне хоть одного-единственного врача в стране, который мог бы сам приготовить себе что-то, кроме яичницы! Да и то даже ее он сделает кулинарно неправильно.

Дилетантски распространяясь о «вреде сладостей» и давая совершенно пошлые обывательские рекомендации на этот счет, медики, как правило, даже не разбираются в существе разных сладостей, не понимают их различий. В то же время именно врачи начиная еще со студенческих лет не только употребляют, но и злоупотребляют куревом и алкоголем, хотя доказывать вредность для здоровья именно такого пристрастия даже не нужно. Все ясно и так, даже неграмотному. Именно в них – весь секрет человеческих слабостей, болезней и преждевременного старения. Вот и занимайтесь, господа врачи, их искоренением и не подавайте людям дурной пример.

А в кулинарию, в тонкое дело человеческого питания, в котором надо учитывать, а следовательно, и знать историю, общественные условия, влияющие на питание людей, разбираться в составе пищевых продуктов, знать и ботанику, и зоологию, и историю происхождения домашних животных, вам, медикам, лучше и не лезть, ибо в данном вопросе вы не разбираетесь, не говоря уже о том, что готовить не умеете, а опыта наблюдений за развитием приготовления у разных народов у вас и вовсе не имеется, ибо откуда ему взяться. Для этого надо путешествовать, изучать этнографию, разбираться в географической среде и традициях народов разных стран, знать, наконец, иностранные языки и следить за зарубежной литературой по специальности, то есть по кулинарии. Обо всем этом врачи даже и не слышали. Где уж им судить о правилах питания?

{ ГЛАВА 5 }

О СОСТАВЕ БЛЮД МОЕГО МЕНЮ И КОЕ-ЧТО ОБ ЭКЗОТИЧЕСКИХ БЛЮДАХ

Из подробного обзора пищевого состава моего меню достаточно ясно видно, что практически нет таких пищевых продуктов, которые я бы сознательно дискриминировал и исключал бы полностью из своего рациона.

Даже какао, шоколад, яйца, колбасу, свиное сало, то есть те продукты, которые я не употребляю в чистом виде и к которым не испытываю ни склонности, ни почтения, я могу употреблять в некоторых случаях в процессе кулинарного производства как вспомогательные, дополнительные, второстепенные компоненты, когда это тесно связано с кулинарной необходимостью, например при следовании определенному рецепту. Но такое случается не столь уж часто.

В то же время так же ясно, что я предпочитаю по возможности самую тщательную кулинарную обработку всякого пищевого сырья, прежде чем употребить его в пищу. Это значит, что я люблю и считаю необходимым варить, жарить, выпекать, гриллировать, то есть подвергать горячей обработке большую часть пищевого сырья, а также непременно кулинарно обрабатывать и те продукты, которые можно съедать сырыми, без горячей обработки.

Это значит, что, например, сырые корнеплоды я употребляю только в тертом виде и в смеси из не менее трех корнеплодов с фруктами (антоновскими яблоками), также тертыми, либо сырую рыбу, но кулинарно обработанную в маринадах, соусах, с применением различных трав, пряностей, специй. Именно в таком случае «сырое» уже не просто сырое, а приготовленное и превращенное в удобоваримое блюдо. То есть такое блюдо, с которым желудку будет ровно наполовину, а то и более, облегчена работа. В этом и заключается смысл всякой кулинарной обработки пищевого сырья. На то мы и человеки. А есть абсолютно сырую, необработанную пищу, будь то овощи или фрукты, рыба или сухое зерно, нам, людям, и нашим органам пищеварения вовсе не свойственно, неестественно, а следовательно, и в конечном счете – вредно.

Сохранение многообразия пищевого состава в рационе обеспечивает разнообразие питания – эту основу полноценного меню. Но кроме того, разнообразие пищи в еще большей степени, чем сырьем, обеспечивается композицией блюд и составом блюд конкретного меню.

Каков же состав блюд моего меню? Какова их преимущественная композиция?

Как уже неоднократно подчеркивалось выше, я считаю, что наиболее удачной композицией обладают национальные блюда большинства народов.

Поэтому я безоговорочно включаю лучшие блюда национальных кухонь народов России, бывшего СССР, а также Европы и Азии в состав своего меню.

В традиционных же европейских блюдах я стараюсь усложнить композицию на свой вкус и лад.

Так, например, я делаю различные овощные пюре (картофельные, кабачковые, гороховые, тыквенные, брюквенные), в состав которых, то есть в основу, включаю до 6–7 других растительных компонентов или добавок. Получается разнообразно, неповторимо и – главное – каждый раз по-новому вкусно, особенно потому, что пропорции я беру каждый раз произвольно, как выйдет.

Во-вторых, я употребляю все мыслимые виды каш, но также с разными растительными добавками. Идея берется от русских каш-заспиц, но состав в конкретных случаях видоизменяется, варьируется постоянно.

Так я делаю каши гречневую с грибами и с мясом, перловую – на молоке и сливках, а также на сале, кукурузную, в виде итальянской поленты, хорватской цицвары и молдавской мамалыги – с сыром и брынзой, с зеленью петрушки и сельдерея, а также нередко приготавливаю армянскую арису (пшеничная каша с курицей, искрошенной мелко), узбекские пловы и шавли (кашицы), пшенную кашу с тыквой и пшенную кашу по-казахски – с катыком и сметаной. Словом, от любой новой вариации я не отказываюсь, и потому понятие «каша» в моем меню вовсе не связывается с чем-то надоевшим или приевшимся, привычным и обычным. Ведь имеются сотни каш!

О разнообразии рыбных блюд не стоит даже вновь повторять.

Рыба у меня на первом месте, но наиболее часто употребляю закуски, начиная от закусок из сырой рыбы по-корейски и маринованной сельди по-шведски и по-китайски и кончая всеми сыро- и горячекопчеными рыбными деликатесами русской кухни.

Затем следуют суповые рыбные блюда – от ухи разного рода, включая и шар-уху, калью, ботвинью, рыбные солянки, а также рыбно-молочные супы. Отварная рыба (паровая) приготавливается всегда с картофельным или остро-хреновым пюре, равно как и заливная рыба и тельное. Жареной рыбы я употребляю меньше. Ибо не всякая для этого годится. Если морского окуня делаю преимущественно только отварным, то камбалу и судака предпочитаю есть только жареными. Точно так же не пропускаю случая сделать сезонное зимнее блюдо – жареную мезенскую навагу. Она ежегодно фигурирует два-три раза в моем меню.

Блюда из запеченной рыбы делаю тоже дифференцированно: лещей, особенно крупных, запекаю без всяких приправ, в соли. Они имеют свой, ничем не замутненный, непередаваемо приятный, естественный вкус.

Наоборот, карпа, рыбу нежную, но пахнущую тиной, сдабриваю десятками трав и перцев, а запекаю очищенным на сковородке, в духовке, полив обильно сметаной. Иногда делаю карпа по-швейцарски – начиненным грушами. Это тоже сезонное, позднеосеннее блюдо.

Из мяса и дичи предпочитаю делать жаркое. Баранину – тушить, запекая в герметически закрытой посуде в духовке.

Домашнюю птицу жарю и тушу по национальным рецептам. Из нее – только блюда разных национальных кухонь, преимущественно восточных.

Наконец, супы, составляющие непременный компонент моего меню, также предпочитаю либо рыбные, о которых уже упоминалось, либо национальные, и прежде всего русские.

Щи всех родов, кроме рыбных со снетками, у меня постоянно меняются. Особенно я люблю суточные щи из кислой капусты с грибами и копченой корейкой. Но без мясного бульона. Эти щи очень хороши осенью и зимой.

Борщи, свекольники, окрошки, мясные солянки также принадлежат к основному составу моего меню, в зависимости от сезона.

Наконец, летом я делаю в жару кисломолочные супы – чалопы, а также фруктово-ягодные супы и так называемые хлебные супы, по существу, особое кондитерское изделие.

Частыми и непременными блюдами моего меню являются разного рода русские пироги. Я делаю их не только на праздники, а практически ежемесячно – два-три раза. Тесто для своих пирогов я предпочитаю делать из ржаной муки или смеси ржаной и пшеничной и добавляю всегда в это тесто либо животное, либо растительное масло, что обеспечивает получение тонкостенного и хорошо пропеченного теста. Начинки же я стараюсь разнообразить так, чтобы они всегда были новыми и неожиданными. Наряду с традиционными русскими – из капусты, мяса, риса с яйцом – я постоянно сочиняю разные новые овощные, каше-рыбные и овоще-мясные комбинации начинок для пирогов и кулебяк, вроде гречневой каши с горбушей или манной каши с луком.

Все это составляет мое обычное месячное меню.

Кроме того, не очень часто, но довольно регулярно, и вовсе не по праздникам, а только по настроению, я люблю готовить для себя некоторые особо сложные или имеющие «многофигурную» композицию национальные блюда разных народов, где сохранились наиболее древнейшие кулинарные фантазии, связанные с мифологией.

Такие блюда обычно включают в свой состав либо мясо разных животных, не менее трех-четырех, либо не допускаемое в современной и всякой обычной классической кулинарии смешение в одном блюде таких непохожих продуктов, как «мясо и рыба», или «мясо,



рыба и птица», или же «домашняя птица и красная дичь» (в армянской кухне – курица и оленина).

Многие из этих блюд упомянуты и подробно рассмотрены с приведением рецептуры и указаниями о порядке и особенностях приготовления в моих книгах и, в частности, в «Национальных кухнях наших народов». Поэтому я здесь не буду их повторять.

В общем тексте поваренной книги такие блюда не бросаются в глаза, ибо их очень мало. Да и прочитав даже не весь рецепт, а просто состав: рыбу и курицу в одном блюде, мало у кого возникнет желание сделать такое блюдо. Ведь представить себе вкус подобного «сочетания» мало кто может, но кажется, что ничего, кроме безвкусицы, от этого не получится. Так вот, именно эти блюда я приготавливаю для себя как самые интересные и самые вкусные, ибо они доставляют радостное, неожиданное кулинарное переживание, их занятно готовить, а это помогает, когда нужно, менять настроение, придавая дополнительный импульс жизни, вселяя уверенность и интерес к будущему.

Какие же это блюда?

Это – старинный *карельский канунник* и *юрма*. Оба они относятся к национальным кухням финно-угорских народов России и с XVI века стали почти «русскими», по крайней мере в двух крупнейших регионах России: в Карело-Мурманском крае – на северо-западе России и в Предуралье – на северо-востоке России. (О приготовлении юрмы см. с. 741–742.)

Наряду с этими блюдами, я люблю делать аналогичное им по типу, но резко отличающееся по вкусу камбоджийское блюдо – «Суп трех принцев». Оно как бы подтверждает, что «смешение мяса, рыбы и птицы» зародилось в Центральной Азии, откуда вышли и урало-алтайские, а затем угро-финские народы, и с которой в религиозном отношении (буддизм) были связаны с глубочайшей древности и народы Юго-Восточной Азии, Индокитая. И хотя от Карелии и Чердыни, находящихся на далеком севере, до Камбоджи, берега которой омывает Индийский океан, пролегает огромное пространство двух континентов (Европы и Азии), тем не менее истоки наидревнейшей культуры народов этих «полюсов» совпадают. А что может быть древнее, какая культура способна быть древнее, нежели культура питания, культура пищи, культура еды, которая столь же стара, как и само существование человеческого племени?

Рецепт «Супа трех принцев», который я привожу ниже, взят из поваренной книги, написанной на французском языке принцессой Расми Собханой, родной сестрой Нородома Сианука, принца, премьер-министра, президента, а ныне короля Камбоджи (Кампучии). Книга, в которой отражена национальная кухня кхмеров, причем все ее парадные блюда, была составлена принцессой для «семейного пользования», то есть для потребностей королевского двора, и потому в нее были внесены все наиболее известные национальные блюда камбоджийского народа.

Принцесса написала свою книгу на машинке, но не издала ее ни в каком издательстве. Это было в начале 50-х годов.

В тяжелые для Камбоджи годы, когда ее охватили и эпидемии, и голод, принцесса Собхана продала эту книгу Красному Кресту США, который обещал за это оказывать Камбодже гуманитарную медицинскую помощь. Так, принцесса, находившаяся со своим братом, Нородомом Сианук, в изгнании, старалась, чем могла, помогать своему многострадальному народу. Американцы сделали перевод этой книги на английский, но также на машинке, а затем Служба информации США издала параллельные английский и французский тексты ротапринтированным способом в ограниченном количестве экземпляров и стала продавать их в качестве символического знака различным организациям за предоставление благотворительной помощи для Камбоджи.

Некоторые организации и фирмы платили за один экземпляр такой книги по нескольку тысяч, а порой и сотен тысяч долларов: кто сколько считал возможным. Разумеется, сама принцесса Собхана получила также несколько авторских экземпляров.

Позднее, когда Нородом Сианук вернулся в Камбоджу и стал президентом, вся королевская семья соединилась в Пномпене, и страна установила дипломатические отношения со многими странами, и в том числе с СССР, причем довольно тесные и дружественные. Именно тогда, в 1959 году, принцесса подарила один экземпляр своей книги жене первого советского посла в Камбодже – Екатерине Ивановне Абрамовой, с которой поддерживала отношения дружбы. Екатерина Ивановна завещала эту книгу после своей смерти мне, так как я был ее учеником, которому она преподавала еще в конце 40-х годов шведский язык, и она знала хорошо о моих кулинар-

ных интересах. (Ее муж, посол СССР Александр Никитич Абрамов, был до назначения в Камбоджу послом в Финляндии, а затем в Швеции и одно время заведовал Скандинавским отделом МИДа СССР, а потому знал меня как скандинависта, и мы поддерживали контакт в течение по крайней мере двух десятилетий.)

Так, этим долгим и сложным путем книга принцессы Расми Собханы попала в мою кулинарную библиотеку в конце 70-х годов. Это большая редкость, особенно в нашей стране, где этой книги нет даже в главнейших государственных библиотеках. Почти неизвестна она и на Западе, где попала не к специалистам-кулинарам, а в архивы различных фирм или к отдельным американским миллиардерам и мультимиллионерам, выступавшим в качестве благотворителей, и ими, конечно, не используется никак, и если не выброшена за ненадобностью, то пылится ныне где-то в чуланах. (Впрочем, я не уверен, имеются ли в американских небоскребах чуланы?)

Самое же несправедливое заключается в том, что книга принцессы Расми Собханы, – а это прекрасное и квалифицированное произведение кулинарной литературы, причем первое в истории камбоджийской кухни, – так и осталась не зафиксирована в книжной летописи ни США, ни Франции, поскольку она не печаталась в типографиях ни одним издательством этих стран, а была опубликована Службой информации США (U. S. Information Service) как служебный внутренний материал, на ротапринте. В Камбодже, конечно, книга известна и, вероятно, имеет все же камбоджийское издание, на кхмерском языке, хотя и это пока только вероятное предположение.

Из этой книги я хотел бы привести рецепт «Супа трех принцев», как пример очень древнего ритуального блюда. В основе композиции блюда лежит сказка, или, вернее, легенда о трех принцах, повелителях *трех миров*: мира лесов и полей, мира животных, млекопитающих; мира водной стихии – океанов и морей и их обитателей – рыб, креветок, крабообразных, моллюсков и т. д.; и мира воздуха и его обитателей – птиц, пернатых. Поэтому в этот суп попали бегающие по земле, плавающие в воде и летающие по воздуху или по крайней мере имеющие крылья.

В качестве «мяса» используется свинина.

В качестве «рыбы» – макрель (скумбрия) и креветки.

В качестве «птицы» хорошо бы использовать фазана или цесарок, но для европейцев принцесса разрешает заменять их цыпленком.

Итак…

«СУП ТРЕХ ПРИНЦЕВ» («САМЛА БЕЙ КРАСАТ»)

Мясная часть

1 **цыпленок**
300 г **свиной корейки** (свежей) – чистого веса
1 **макрель** (свежая)
3 **крупных креветки**
1–1,5 ст. л. с верхом нарезанного **чеснока** (кашка из чесноковыжималки)

Овощная часть

1/4 **кочана капусты**
3 ст. л. нарезанных **листьев петрушки**
3 ст. л. нарезанного **лука (зеленого)**

Другие компоненты

2 **яйца**
соль – по вкусу
черный и белый перец – по вкусу
вода – 1,25–1,5 л

ПОДГОТОВКА ПРОДУКТОВ

1. Цыпленка, даже покупного импортного и очищенного, все же обязательно обмыть, обтереть насухо мукой и опалить. Затем срезать все мясо с костей. Отложить в отдельные тарелки. Филейные части – в одну, кости с кожей – в другую.
2. Рыбу, креветки очистить от чешуи и кожи, филе – отложить, очистки – выбросить.
3. Филейные части цыпленка, рыбы, креветок нарезать одинаковыми по размерам маленькими, по возможности ровными кусочками. Сложить каждый сорт в отдельную чашку. Отставить в холодильник.
4. Нарезать лук и капусту. Лук – мелко-намелко, капусту – как обычно для супов, щей (можно на шинковке), но затем обязательно разрезать



длинные полосы на куски длиной не более 3–4 см.

5. Яйца взбить, поставить в холодильник.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Из костей и кожи цыпленка (курицы) плюс свинины сварить бульон.

2. Пока бульон варится, «обжарить» на заранее нагретой сковородке чеснок, не ставя эту сковородку на огонь.

3. Всыпать согретый чеснок в бульон сразу же после закипания воды.

4. Через 5 минут добавить петрушку в бульон, затем – лук.

5. Примерно минут через 20–25 после начала варки из бульона вынуть свинину. Варку бульона временно прекратить.

6. Нарезать сваренную (или полусваренную) свинину на одинаковые по размеру маленькие кусочки, аналогичные предварительно подготовленным кусочкам цыпленка и рыбы.

7. Поставить вновь бульон на огонь, положив туда нарезанные кусочки свинины, затем, когда бульон вновь закипит, ввести в него сырое мясо цыпленка, а через 5–7 минут – рыбу, и, наконец, еще через 3–4 минуты – креветки.

8. Проверить готовность кусочков мяса: свинины, цыпленка, рыбы, выловив из бульона по кусочку каждого. Если мясные компоненты сварились, засыпать капусту (заранее подготовленную). Одновременно положить черный перец, белый перец и посолить.

9. После готовности капусты огонь выключить, суп плотно закрыть и дать настояться 7–10 минут.

10. До того как закрывать суп, отделить от него чашку бульона, дать ему чуть остыть (но не ниже 40°) и затем смешать со взбитым яйцом, очень интенсивно размешивая и не давая яйцу коагулироваться (свернуться), чтобы получилась гладкая эмульсия.

Затем в яичную смесь добавить еще пару столовых ложек бульона, интенсивно размешивая, чтобы быть уверенным, что и при более высокой температуре яично-бульонная смесь не свернется.

Это можно повторить еще раз или два. (Поэтому чашка, а вернее – пиала, в которой приготавливается эта смесь, должна быть большой.)

11. Затем влить яичную смесь в бульон, быстро-быстро ее размешивая, и, убедившись, что она распустилась равномерно в бульоне, поставить его буквально на 2–3 минуты на очень слабый огонь, все время помешивая, чтобы полностью достичь единства суповой и яичной массы и по температуре, и по консистенции.

12. Затем огонь выключить, выдержать под крышкой суп еще 3–4 минуты и только после этого подавать на стол.

13. Едят этот суп не с хлебом, а с отварным рисом.

Конечно, как и юрма, такое блюдо, как «Суп трех принцев», весьма трудоемкое. Оно требует не только большого времени для приготовления, но и особой тщательности при обработке сырья, а также много вспомогательной посуды, и поэтому им можно заниматься лишь тогда, когда к этому есть особое расположение и ситуация, при которой знаешь, что тебе не надо никуда спешить и тебе никто не помешает спокойно и тихо заниматься этим блюдом.

Кстати, сложность и трудоемкость – характерная особенность всех блюд азиатских кухонь. Все они обычно готовятся всей семьей, а семьи в странах Азии всегда большие – порой до 12–16 и более человек.

Даже современные городские семьи азиатской интеллигенции насчитывают не менее 5–7 человек. Вот почему исторически так и сложилось, что кулинарные процедуры в азиатских кухнях сложные, рассчитанные на одновременную работу сразу нескольких членов семьи, а не одной хозяйки. Так, структура семьи наложила серьезный отпечаток на характер национальных кухонь и на всю психологию людей в странах Азии, являющихся наследниками великих древних цивилизаций и привыкших к тщательному, терпеливому, добросовестному исполнению, проникнутых смирением и уважением к тому делу, которым они занимаются.

Наоборот, в Африке психология людей совершенно иная. Здесь характерной чертой является как раз нетерпеливость, стремление сделать все как можно быстрее, ибо люди привыкли к тому, что все вокруг них,

в том числе и продукты питания, всегда бывает готовым. Где еще в мире, в каких странах, можно найти не только изобилие фруктовых деревьев с сочными, зреющими в любое время года, вкусными и питательными плодами, но и разнообразные злаки, корнеплоды, орехи в мягкой скорлупе, а также такие поистине сказочные растения, как хлебное дерево.

Неудивительно, что африканские кулинары проявляли нетерпеливость при изготовлении своих мясных блюд и стремились ускорить готовность мяса вопреки всем законам его длительной варки, изыскивая для этого свои, только ими применяемые приемы.

В качестве примера приведу второе мясо-овощное блюдо, распространенное во всей Западной, Экваториальной и Центральной Африке, независимо от национального состава населения этих стран. Это, между прочим, общеафриканское блюдо (исключая Северную Африку – страны Магриба и Южную Африку – ЮАР и другие территории, населенные банту, зулусами, бушменами и готтентотами). Оно принадлежит также к самому любимому блюду африканских студентов в России, ибо легко и быстро приготавливается, но, несмотря на это, имеет прекрасную консистенцию и вкус. Называется оно в Западной и Экваториальной Африке «тигадегена» и считается таким же национальным блюдом, как у украинцев борщ, в Мали, Сенегале, Гамбии, Гвинее и Чаде.

Иногда я готовлю его, и оно, так сказать, принадлежит тоже моему меню. Вот его рецепт.

ТИГАДЕГЕНА

1 кг **мяса**: допустима говядина, но лучше всего **баранина**, пусть даже очень жирная
0,5–0,7 стакана любого **растительного масла**
1–1,25 кг **разнообразных овощей: морковь, капуста, тыква, кабачки, цветная капуста, болгарский перец, помидоры, лук** (много лука)
пряности: **черный перец** (вместо положенного в Африке – гвинейского перца, которого у нас нет), можно добавить также чуть-чуть **ямайского перца** и сделать смесь обоих перцев. Вносятся всегда, исходя из вкуса едоков. Но не менее 1 ч.л. без верха (молотой смеси) как можно больше пряных трав: **укропа, базилика, петрушки**
кетчуп – от 0,5 стакана и выше (по вкусу)
соль и **лавровый лист**, **чеснок** – по вкусу
арахисовая паста – пакет (100–150 г) или 200 г
рис – 2–3 стакана

ПОДГОТОВКА:

1. Мясо нарезать на куски, чуть крупнее, чем для гуляша (вдвое), и обжарить в перекаленном растительном масле, не менее 10–12 минут, все время переворачивая.
2. Овощи нарезать также на примерно одинаковые кусочки, но морковь на тонкие, а кабачки (и другие быстроваркие) на более крупные куски.
3. Если нет готовой арахисовой пасты (в спецпакетах), то приготовить ее самостоятельно, пропустив через мясорубку с мелкой решеткой 2–3 стакана арахиса.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. К подготовленному мясу, после его обжаривания в течение 12 минут, добавить лук, помидоры, влить кетчуп, внести перец и соль (чуть-чуть) и, разогрев все это в течение 2 минут на сильном огне, влить сверху равномерно арахисовую пасту, так, чтобы она покрыла все ингредиенты тигадегены, а затем тщательно перемешать все содержимое котла равномерно.
2. Кипятить на умеренном огне, прикрыв неплотно крышкой хотя бы на первые пять минут. Затем следить, пока на поверхности смеси мяса и овощей не заблестит прозрачная, словно лакированная, масляная пленка.
3. Сразу же после появления этой пленки всыпать остальные заранее подготовленные овощи, перемешать, чуть прибавив огонь.
4. Затем сразу же влить горячей воды (кипяток) до покрытия равномерно всех продуктов в котле, но не более, и кипятить от 6 до 10–12 минут на умеренном огне (его снова чуть убавить).
5. Внести затем лавровый лист и чеснок и кипятить еще 6–10 минут до появления на поверхности продуктов прозрачного, блестящего масла (следить за этим!). Это признак, что блюдо сварилось. Но все же перед этим надо попробовать кусочек мяса и самый твердый из овощей (морковь, репу).



6. Готовую тигадегену прикрыть крышкой и выдержать перед подачей к столу 3–4 минуты. Посыпать петрушкой, укропом, базиликом.
7. Параллельно приготовлению тигадегены отваривается отдельно рис. Тигадегену едят не с хлебом, а с пресным, непосоленным рисом, который должен составлять приятный контраст с пряной, островатой, жирной тигадегеной. Рисом из другой чашки как бы «закусывают». Поэтому к тигадегене подаются две тарелки (или пиалы): одна – с мясо-овощной смесью, другая – с пресным отварным рисом. Запивают это блюдо пальмовым вином, а за неимением его – сухими красными или розовыми европейскими винами.

ПРИМЕЧАНИЕ:

В этом блюде решающую роль играет арахисовая паста. Она, во-первых, резко ускоряет приготовление мяса и всего блюда, которое бывает готово за полчаса, то есть вдвое быстрее, чем обычно требуется для приготовления мясных блюд. А во-вторых, арахис сообщает мясу и овощам совершенно своеобразный, неожиданный для европейцев и очень приятный вкус (или привкус). Конечно, *без арахисовой пасты это блюдо не выйдет*. Таким образом, использование арахиса и стало тем особым приемом, который «открыли» или «изобрели» африканские кулинары.

Изучая историю русской кухни, знакомясь постоянно с новинками французских современных кулинаров, а также с национальными кухнями разных народов, нередко встречаешь в попадающихся материалах оригинальные или сложные блюда, принципиально отличающиеся от основной массы известных или широко принятых, которые, конечно, стараешься воспроизвести либо потому, чтобы лучше уяснить себе логику их кулинарных изобретателей, либо просто из желания практически хоть раз ознакомиться с этими блюдами и как повар, и как едок. Так, многие своеобразные блюда хоть один раз попадают в мое меню, значительно обновляя и разнообразя его состав самым неожиданным образом. Они пролетают, впрочем, как кометы на моем кулинарном небосклоне, крайне редко возвращаясь, а как правило, навсегда исчезая из меню, удовлетворив либо мое любопытство едока, либо чисто профессиональный поварской и исторический интерес.

В качестве примера таких блюд я хотел бы привести в заключение данной части, посвященной проблемам меню, несколько видов супов, исторически существовавших в России и на русском столе, но затем почти бесследно исчезнувших из репертуара блюд XX века и из меню как семейного, так и общественного стола в России. Причиной исчезновения, я думаю, следует считать, во-первых, относительную трудоемкость этих супов по сравнению с другими, общепринятыми, а во-вторых, их относительную «невкусность» или, вернее, – принципиальное отличие во вкусе по сравнению с традиционными, исторически возникшими с древнейших времен русскими национальными супами – ухой, щами, солянками.

Супы, о которых я хочу рассказать и рецептуру которых хочу привести ниже, можно обозначить как «цветные супы». Они не принадлежат к национальной русской кухне, а были созданы в определенный исторический период, примерно между 1830-м и 1865 годами и «прожили», просуществовали в обиходе недолго – до начала 90-х годов XIX века, когда начали сходить на нет. Таким образом, «кулинарный век» этих блюд был крайне недолог – он продолжался в среднем всего около 40–60 лет.

По сравнению со щами, известными с IX века, или с тюрей, существовавшей еще ранее щей, на 200–300 лет, продолжительность жизни «цветных супов» ничтожна, почти несколько «исторических мгновений».

Правда, не всех их. Один из них – зеленый суп, или зеленые щи, дожил до наших дней и даже стал процветать в последнее время. Но это исключение, поскольку зеленые щи ближе стоят к прочим щам и от них берут свою стабильность, свое долголетие. Остальные же «цветные супы» – белый, желтый, красный и черный – не являются блюдами национальной русской кухни, а явились результатом поварской выдумки, продуктом русско-французской петербургской кухни середины XIX века, когда с расширением ресторанного и трактирного дела повара разных заведений стремились выдумать что-то внешне привлекательное, чтобы существенно и наглядно разнообразить свои меню, свой репертуар и отличаться чем-то ярким от других, конкурирующих заведений.



«Цветные супы» и были такой новинкой, которая должна была привлечь клиентов уже одной своей внешней декоративностью. О вкусе думали уже во вторую очередь. И именно этот просчет помешал «цветным супам» удержаться в репертуаре блюд русской кухни. Они явились лишь временными гостями в составе русской кухни XIX века, но затем сошли с кулинарной исторической арены.

Тем не менее именно для современных ресторанов, ищущих, чем бы удивить, они представляют известный интерес. Поучительны они и для любителей кулинарии, домашних кулинаров, и как кулинарное упражнение, и как вкусовая, и не в последнюю очередь зрительная новинка на обеденном столе.

Итак… «Цветные супы»! Белый. Желтый. Зеленый. Красный. Черный.

1. БЕЛЫЙ СУП

1 (один) **куриный хлуп** (кончик крестца, гузка, очищен от кожи)
200–250–300 г **шейной части телятины**
3–4 **желтка от крутых яиц**
1 горсть **миндальных орехов** (примерно 100 г очищенного миндаля)
корки белого хлеба, срезанные с 0,5 батона
50 г **сливочного масла**
1 л **мясного бульона**
5–6 **горошин белого перца**

ПОДГОТОВКА ПРОДУКТОВ:

1. Корки белого хлеба *размочить* в полстакане мясного бульона в течение 10–15 минут.
2. Все мясо с шейной части *соскоблить* постепенно острым ножом с костей, а не отрезать!
3. Миндаль *очистить* от кожицы (*ошпариванием!*)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В фарфоровую ступку поместить мясо, хлуп, желтки, корки хлеба, миндаль и истолочь все это в однородную кашицеобразную массу, до состояния гладкой эмульсии.
2. Залить эту кашицу мясным бульоном и варить на слабом медленном огне до уваривания мяса, его готовности.
3. Процедить все сваренное сквозь очень частое сито, а остаток протереть, вновь процедить и смешать с остальным бульоном.
4. Подавать к столу, предварительно положив сливочное масло.

2. ЖЕЛТЫЙ СУП

ПРОДУКТЫ:

1,25 л **мясного бульона**
7 **яичных желтков** (свежих, сырых!)
50 г **сливочного масла**, подкрашенного морковным соком
1–1,5 ст. л. **пшеничной муки**
1 ч. л. **молотого имбиря**
1 ч. л. 6%-ного **яблочного уксуса**
щепотка куркумы или **имеретинского шафрана**

ПОДГОТОВКА ПРОДУКТОВ:

1. Яичные желтки взбить, добавить уксус и развести в чуть-чуть тепленьком мясном бульоне: вначале только в стакане бульона, а затем влить этот стакан бульонно-яичной смеси в более теплый остальной бульон, непрерывно размешивая.
2. Масло растопить на слабом огне в сотейнике, не допуская отскакивания от него дурды, и на том же слабом огне слегка заколеровать в нем муку до светло-желтого цвета. Остудить.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Влить в сотейник с поджаренной мукой весь бульон с разведенными в нем желтками и при непрерывном помешивании довести все содержимое до кипения (точнее, до момента закипания, но не кипятить далее). Перед закипанием, в середине варки, добавить имбирь, куркуму, соль и 25 г масла. После подачи на стол посыпать укропом.

3. ЗЕЛЕНЫЙ СУП

Зеленый суп – это обычные зеленые щи. Рецепт их можно было бы здесь и не помещать, поскольку он имеется в других моих книгах среди рецептов щей, если бы не три чисто русских обстоятельства: во-первых, обычная лень наших людей, которые не станут разыскивать еще где-то то, что им нужно, а во-вторых, невнимательность очень многих, которые не обратят внимание на то, что для получения яркого зеленого цвета именно *зеленого супа* его, в отличие от обычных зеленых щей, надо готовить не из щавеля, резко темнею-

щего и сереющего при варке, и не на мясном бульоне, также глушащем яркость цвета, а исключительно на смеси молодой крапивы с молодой снытью.

Наконец, в-третьих, русского человека надо постоянно учить систематичности, комплексному подходу и умению сопоставлять явления, причем учить наглядно, практически. Сам, в уме, абстрактно, он не способен делать обобщения и сопоставления. Иначе его бы не обманывали вполне одинаковыми и стандартными байками, ПОВТОРЯЮЩИМИСЯ лишь в разное время. Вот почему я помещаю все цветные супы рядом, в одной обойме. Чтобы они были видны, сопоставимы и наглядно демонстрировали бы богатство кулинарной палитры русской кухни и русского кулинарного мышления XIX века.

1–1,5 стакана **мелко нарезанной молодой крапивы** (верхние 3–4 листа)
1 стакан **молодой сныти** (только что вылезшей из земли)
2 **крутых яйца**
2–3 ст. л. **густой сметаны** с верхом
0,5 ч. л. **лимонной кислоты**
1 **луковица**
по 1 небольшой **морковке, картофелине, корню петрушки**
черный перец горошком (по вкусу, 5–6 горошин)
чеснок (от 2 зубчиков до 6, по вкусу)
лавровый лист
соль

ПОДГОТОВКА ПРОДУКТОВ:

1. Крапиву и сныть промыть тщательно в 5–6 водах (холодной), затем пробланшировать быстро крутым кипятком, не давая выделиться фиолетово окрашенной воде и соку из растений. А затем, еще горячие, нарезать их намелко острым ножом и сложить в кастрюлю для варки.
2. Морковь, картофель, корень петрушки очистить и, промыв, нарезать крупно – на 2–4 части. Лук – мелко-намелко.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Все овощи сложить вместе с зеленью и залить 1,25 л кипятка. Варить недолго – 20 минут, до готовности картошки и моркови. После варки заправить свеженарезанным чесноком, закрыть крышкой и оставить на 5 минут. Варку вести *без* крышки, лимонную кислоту и соль внести за 5 минут до конца варки.
2. В разлитый по тарелкам суп уже на столе добавить разрезанное пополам крутое яйцо и ложку сметаны. Не размешивать!

4. КРАСНЫЙ СУП

0,5 кг **мяса** (говядины или баранины)
1 **крупная морковь**
2 **луковицы лиловых сортов**
3 крупных **помидора**
1 **пучок базилика** (примерно 3 веточки)
1 ч. л. **зиры**
1 ч. л. **молотого имбиря**
50 г **сливочного масла**

ПОДГОТОВКА:

1. Морковь нарезать соломкой, лук измельчить, базилик нарезать мелко-намелко.
2. Мясо отбить в куске деревянным молотком и нарезать затем узкими и тонкими жеребейками (полосками), тоньше, чем для бефстроганов.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Кастрюлю (сухую) смазать изнутри всю (дно и стенки) сливочным маслом, облепить сплошь кусочками мяса, засыпать морковью и луком и жарить на очень слабом огне до заколерования всех этих продуктов. В процессе поджаривания надо добавить имбирь, равномерно распыляя его порошок на все продукты, и все время следить, чтобы мясо не пригорело, а лишь приобрело красивый коричневый темный цвет.
2. Когда морковь станет мягче, добавить базилик и перемешать его с морковью. При этом надо следить, чтобы морковь при подогревании не почернела, а потому все время ее мешать, с самого начала варки.
3. После равномерного смешивания моркови с базиликом, минуты через 3–5 всыпать зиру, а затем внести мелко нарезанные помидоры и продолжать терпеливо, не увеличивая огня, но следя за кушаньем, тушить всю морковно-мясо-помидорную смесь.

4. Когда эта смесь хорошо уварится и от нее будет идти приятный аромат, *залить крутым кипятком*, довести до кипения, увеличив огонь до среднего, и уварить суп. Надо пробовать, мягкое ли мясо, и тогда прекратить варку. Посолить слегка.

ПРИМЕЧАНИЕ:

«Красный суп» наглядно свидетельствует, что в XIX веке шел процесс освоения русскими кулинарами кухонь восточных народов Российской империи, хотя об этом и нигде не говорилось. Ведь «красный суп» русской кухни 70-х годов XIX века, по сути дела, повторял «жареные супы» узбекской кухни по своей технологии и был своего рода кулинарным отражением завоевательной политики царизма в Средней Азии. Ведь он «возник» в петербургской кухне сразу после походов в Коканд и в Хиву русских войск, в обозе которых следовали не только армейские, но и придворные повара, поскольку в составе «завоевателей» были и русские великие князья, а один из них стал наместником вновь завоеванных территорий.

5. ЧЕРНЫЙ СУП

1 «Докторский» хлебец или четвертинка «Лефортовского»
50–75 г свиного почечного сала
3–4 луковицы средних
1–2 пучка петрушки-зелени
2 воробья
1,5 л воды-кипятка
1 ч. л. зиры памирской
имбирь, красный перец – по вкусу, от щепотки до 0,5 ч. л.
1 головка чеснока

ПОДГОТОВКА ПРОДУКТОВ:

1. Натереть «Докторский» хлебец на терке (половину). Вторую половину нарезать тоненькими ломтиками.
2. Луковицы и петрушку измельчить.
3. У воробьев отделить грудки от костей, без кожи, и обжарить в перекаленном подсолнечном масле, а затем потушить с луком и петрушкой до темного цвета. Отставить.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Обжарить тертый хлеб с салом дотемна.
2. В жаропрочную глубокую посуду уложить обжаренный тертый хлеб, поверх – необжаренный хлеб, затем слой рубленого лука и зелени петрушки, поверх прикрыть их тонкими ломтиками необжаренного хлеба, а на них насыпать слой обжаренных крошек, и снова слой лука и зелени, продолжая так перекладывать слоями, пока не наполнится вся кастрюля, не доходя до краев на 1 дюйм (2,5 см).
3. Заполненную посуду залить кипятком, поставить в горячую золу, закрыть плотно крышкой.
4. Через 15 минут положить грудки воробьев, абсолютно к этому времени изжаренных, готовых.
5. Держать в горячей золе 20–25 минут, затем добавить имбирь, чеснок, зиру, красный перец и подержать под крышкой еще 5–7 минут.
6. Перед подачей черный суп надо хорошо, тщательно, равномерно перемешать и только после этого разливать. На порцию положить по одной полной грудке воробья.

К этому набору из пяти цветных супов можно добавить еще два – *бордовый* и *коричневый*.

БОРДОВЫЙ СУП – это хороший, свежий, постный борщок, приготовленный на базе грибного бульона из сухих белых грибов. В нем следует использовать темную (черную) молодую, то есть некрупную свеклу и добавлять корень имбиря (сухой или свежий). В остальном поступать так, как и при варке обычного борща, но помнить, что *нельзя закрывать* его во время варки *крышкой*, нельзя кипятить овощи в холодной воде, а *сразу опускать* их *в кипяток* и *сдабривать* в конце приготовления *лимонным соком или лимонной кислотой*. Цвет такого супа-борща – ярко, пронзительно, глубоко-бордовый, и при всей своей густоте – прозрачный, как рубин.

КОРИЧНЕВЫЙ СУП – это хлебный суп эстонской кухни. Он обладает ровным, красивым светло-коричневым, ярким, приятным цветом, а по вкусу представляет собой замечательное сладкое блюдо.



Рецепт этого супа помещен в книге «Национальные кухни наших народов», с. 423.

Таким образом, наша кухня располагает семью разноцветными супами: *белым*, *желтым*, *зеленым*, *красным*, *бордовым*, *коричневым* и *черным*. Все они способны украсить любое меню – и в декоративном, и во вкусовом отношении, все они имеют основание на более активное использование в наших повседневных и праздничных меню, на то, что они не будут забыты и исключены из все более обедняющегося репертуара общественного питания, по крайней мере ресторанного.

На этом я и завершаю раздел книги, посвященный меню.

ПОСЛЕСЛОВИЕ

В завершение всего отвечу кратко и ясно на тот вопрос, который читатели ищут или хотят получить, едва раскрыв книгу, и ради ответа на который вообще такие книги читаются рядовыми читателями и всеми домашними кулинарами-любителями:

– Есть ли поварские особые секреты, которые известны только поварам, но неизвестны домохозяйкам? И как их узнать?

– Секретов нет!

– А что же есть?

– Есть, во-первых, поварской профессионализм и личный производственный и жизненный опыт, *которыми обладают далеко не все, но которые доступны и могут быть наработаны любым добросовестным, прилежным, терпеливым и культурным человеком.*

Во-вторых, есть или, вернее, должен быть, вдобавок к профессионализму, еще и талант, одаренность или по крайней мере *влечение, заинтересованность в своем ремесле,* чтобы оно поднялось на уровень искусства. Ибо невозможно творчески работать в любой области, не любя своего дела, не увлекаясь им и не находя в нем счастья.

Тот, у кого этот набор качеств в полном комплекте, и будет создателем и обладателем всех кулинарных тайн.

Вот и весь секрет!

Следовательно, любая еда хороша, если она исторически и национально обусловлена и в кулинарном отношении грамотно приготовлена.

Нет плохих продуктов – есть плохие повара.

Или только очень хорошие. Середины тут не бывает!



НАЦИОНАЛЬНЫЕ КУХНИ НАШИХ НАРОДОВ

{ ГЛАВА 1 }

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РЕЦЕПТАМИ

СОБРАНИЕ отдельных рецептов национальных блюд, как бы много их ни было, не дает, однако, полного представления о той или иной кухне до тех пор, пока не обобщены ее технологические особенности. Ведь главные отличия национальных кухонь заключаются не в том, что или из чего готовят, а в том, как, каким образом готовят, с помощью каких приемов, в какое время, при какой температуре, в какой среде, в какой посуде. Именно эти детали, эти технологические «мелочи» являются основными для формирования вкуса, консистенции и аромата блюда. Вот почему крайне важно, читая рецепты национальных блюд, обращать основное внимание на описание подготовки продуктов и технологию их приготовления, на особые национальные методы и приемы кулинарной обработки, которые зачастую являются более важными условиями успеха, чем состав продуктов.

Каждая глава раздела состоит из вступительной части, кратко излагающей историю и общие особенности той или иной национальной кухни, и из рецептов, которым в большинстве случаев предшествует вводное слово о специфике приготовления какой-либо группы блюд в целом. В том случае, когда речь идет о кухне, мало известной широким массам или недостаточно исследованной, ей, как правило, уделяется больше внимания в вступительной части, где подробно разбираются ее исторические, этнографические и технологические особенности. Там же, где рассказывается о хорошо известной, исследованной кухне, основное внимание уделяется обобщению ее особенностей и комплексной характеристике. Наконец, там, где основная характеристика блюд изложена в вводном слове, как, например, в главе «Русская и советская кухня», вступительная часть посвящена национальной кухне в целом, описанию процесса исторического развития данной кухни.

Блюда в рецептурной части сгруппированы по принципу подачи к столу: первые, вторые, десертные. Но внутри каждой группы они подразделены по видам продуктов: мясные, рыбные, мучные и т. д. Такое расположение помогает лучше ориентироваться в материале книги. Кроме того, для облегчения пользования книгой она снабжена алфавитным предметным указателем.

Прежде чем пользоваться рецептами, целесообразно, конечно, ознакомиться со вступительной частью соответствующей главы и – обязательно – с вводным словом к той или иной группе блюд. Следует учесть, что в вводном слове изложены основные принципы, правила и приемы (методы) приготовления данного вида блюд, например щей, блинов, пловов, вареников и т. п., а затем дается целое гнездо конкретных рецептов (обычно их несколько) с указанием норм продуктов и порядка приготовления. В рецептах оставлен тогда только минимум необходимых сведений, главное внимание обращено на порядок закладки продуктов. В то же время в них указаны используемый в каждом случае вид посуды (если это имеет существенное значение для формирования вкуса блюда), характер огня (слабый, умеренный, сильный), а также отмечена продолжительность приготовления блюда, как общая, так и отдельных операций.

В целом ряде случаев, особенно когда речь идет о малоизвестных блюдах, дается по возможности самый подробный рецепт с четким подразделением всех операций. Иногда хозяйки, увидев и даже не прочитав такой длинный рецепт, считают его слишком сложным и ищут рецепты покороче. Однако следует опасаться как раз слишком кратких рецептов.

Все рецепты рассчитаны, как правило, на 4 порции. Количество продуктов дано в двух измерениях: в весе и объеме – в зависимости от того, что удобнее для хозяйки в каждом конкретном случае (за исключением рецептов некоторых кондитерских и мучных изделий, где необходимо точное весовое соотношение всех компонентов).

Овощи, как правило, даны в штуках или долях клубней, корней, луковиц или кочанов, при этом обычно средних размеров.

Пряности в большинстве случаев указаны в немолотом виде – в зернах, бутонах, тычинках, листочках.

Однако перед закладкой в супы или вторые блюда зерна перцев и другие целые пряности рекомендуется раздавить, не превращая их в то же время в порошок. Чаще всего указана минимальная, непременная для сохранения национального колорита блюда норма пряностей, которую можно увеличить по вкусу.

Что же касается соли, то ее количество, необходимое для придания блюду общего вкуса, в рецептах, как правило, не указано, поскольку оно зависит исключительно от индивидуальных особенностей вкуса каждого человека. Точные указания нормы соли даны лишь в тех рецептах, где соль необходима в ходе приготовления блюда и связана со спецификой отдельных блюд. Такие определенные указания на дозировку соли не имеют отношения к созданию вкуса блюда – его все равно необходимо досаливать по вкусу. Тем не менее следует помнить общее правило, что мясо лучше всего солить после того, как оно сварено или изжарено хотя бы наполовину. Все блюда из бобовых (гороха, чечевицы, фасоли, маша) солят только после окончательной готовности, лучше всего непосредственно перед употреблением.

Даже те блюда, в которых состав продуктов не диктует строго определенного времени внесения соли, все же лучше подсаливать лишь в конце приготовления. Это особенно относится к супам и тушеным блюдам. Исключение из такого правила составляет рыба: при варке сырую рыбу закладывают в уже подсоленную и кипящую воду или иную среду, а при жарении солят до выкладывания на сковороду.

В ряде рецептов имеются специальные указания на тот или иной вид посуды для приготовления блюда. Однако следует иметь в виду некоторые общие принципы. Во-первых, блюда, в состав которых входят кислые среды (лимонный сок, кислая капуста, помидоры, кислое молоко и т. п.), нужно готовить в неокисляемой посуде, т. е. в эмалированной, фарфоровой, фаянсовой, глиняной, стеклянной. Супы также лучше готовить в неокисляемой посуде, независимо от состава продуктов. Обжаривать пищу в жирах и маслах следует в котлообразной металлической посуде с толстыми стенками и дном или на сковородках. Запекать, особенно рыбные, грибные и овощные блюда, лучше всего в неокисляемых (эмалированных) сковородках или в фольге (а также на фольге, без покрытия сверху).

Вид очага также имеет большое значение для правильного приготовления национальных блюд. Русская печь, закавказский и среднеазиатский тандыр или тындыр (танур, тонир), молдавский гратар, азербайджанский мангал дают возможность получать из одних и тех же продуктов (скажем, мяса) различные по консистенции и вкусу блюда, поскольку создаваемые этими видами очагов различные температурные условия и давление вызывают далеко не одинаковые физические, химические и биохимические процессы в продуктах.

Однако пользование подобными типами очагов возможно лишь в определенных условиях либо в специализированных учреждениях общественного питания (национальных ресторанах). В большинстве же случаев, особенно в городских условиях, используют европейскую плиту (дровяную, газовую или электрическую) с двумя видами теплового режима – наплитным огнем и духовым шкафом (духовкой). При этом чаще всего применяется наплитный огонь. С учетом этого обстоятельства в книге представлены преимущественно такие национальные блюда, которые можно приготовить на плите. Те же блюда, которые принято приготовлять в очагах других типов, рекомендуется готовить в духовке, причем использовать ее можно в одних случаях как открытый огонь типа мангала или тандыра, в других – как тепловую атмосферу типа русской печи. С этой целью в первом случае не защищенное ничем мясо следует помещать непосредственно на решетку духовки, как можно выше над огнем и создавать при этом исходно высокую температуру на короткое время; во втором случае продукты следует закладывать в плотно закрытую глиняную или чугунную посуду с толстыми стенками и помещать ее на нижней ступени духовки ближе к огню, делая его в то же время умеренным и выдерживая блюдо при этой температуре длительное время. Наконец, в городских условиях можно имитировать даже запекание в золе, используя с этой целью в качестве оболочки для продуктов пищевую фольгу и помещая плотно завернутые в нее продукты (картофель, овощи, мясо, рыбу) в духовку. Для томления можно использовать электрокастрюлю-тиховарку «Парёнка» Свердловского НПО «Машиностроительный завод им. М. И. Калинина», имитирующую нагрев русской печи. Таким образом, при правильном сочетании разных типов огня, посуды и современного кухонного оборудования (скороварка, тиховарка, электрогриль, манты-каскан, водяная баня, паровая баня и др.) в городских условиях можно приготовить свыше 90% национальных блюд народов России и ближнего зарубежья.

{ ГЛАВА 2 }

ПОЛЕЗНЫЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ СОВЕТЫ ДОМАШНИМ КУЛИНАРАМ

А. 15 ДОБРЫХ СОВЕТОВ

1. Что бы вы ни решили готовить (даже не зная еще точно – что именно), первым делом, войдя в кухню, поставьте кипятить воду. Выработав эту привычку, вы оцените всю пользу от нее по мере приобретения поварского опыта.

2. Никогда не начинайте готовить, не прочитав рецепта до конца. Прежде всего прочтите предварительные объяснения, а затем весь рецепт, уясните себе всю последовательность действий и только потом принимайтесь за дело.

3. Сразу взвесьте и отмерьте все продукты, необходимые по рецепту, расположите их на столе перед собой.

4. Подготовьте посуду и кухонный инструмент.

5. Строго соблюдайте последовательность операций, указанных в рецепте. Не спешите солить, но и не запаздывайте! НЕ ЗАБЫВАЙТЕ!

6. Никогда не оставляйте продукты, а особенно жиры, муку, крупы, открытыми в кухне во время варки – они теряют свой вкус, быстро горкнут, портятся, в них заводятся черви и насекомые.

7. Храните чай, пряности, кофе, соду и уксус в тщательно закрытой стеклянной посуде и каждый из этих продуктов изолированно.

8. Никогда не допускайте долгого бурления (кипения) воды, супов, компотов и т. п., а также скопления пара на кухне. Не кипятите масло, не пережигайте растительных жиров, это портит не только их вкус, но и вкус подвергаемых тепловой обработке продуктов.

9. Варите супы без крышки! Непременно тщательно снимайте пену! Молочные и рыбные супы (особенно уху!) никогда нельзя варить под крышкой!

Овощные супы также лучше варить без крышки, особенно те, которые включают массу надземных овощей и трав.

В мясных супах можно варить под крышкой только их мясную часть, а затем крышку снимать.

Только в таком случае супы будут прозрачны, душисты, вкусны.

10. Любой продукт для варки кладите всегда в крутой кипяток! Еще лучше – в кулинарно подготовленный кипяток, т. е. посоленный, поперченный, если это допускается и требуется рецептом.

11. Любой продукт, предназначенный для тепловой кулинарной обработки (варки, жарения, запекания и т. д.), тщательно и вновь перед закладкой проверьте на чистоту и отсутствие посторонних запахов и включений, скрытых изъянов. Это значит, что любой корнеплод, например, надо разрезать минимум на 4 части, чтобы убедиться в отсутствии дефектов внутри клубней.

12. Используйте для панировки только очень сухую (подсушенную) муку или очень тонко помолотые сухари (до пудрообразного состояния) – это предотвратит подгорание пищи, исключит появление чада на кухне.

13. Разумно используйте остатки доброкачественного пищевого сырья и готовой пищи: делайте из них начинки, винегреты, салаты, паштеты, используйте в соусах. Никогда не выбрасывайте образовавшейся в процессе выпечки кондитерской крошки и остатков сдобного теста: это хорошее сырье для начинок и панировки пирожных.

14. Работайте на кухне только сухими руками. Не допускайте их увлажнения, вытирайте при малейшем случайном смачивании!

Это не только улучшит производительность вашего труда, но и повысит качество приготовляемой пищи, оздоровит общую обстановку на кухне. Заметьте связь между этими указанными явлениями!

Пользуйтесь для работы с горячей кухонной утварью специально сделанными прихватками и рукавица-



ми, а не случайными тряпочками и полотенцами. Это сделает ваши действия уверенными, предотвратит случайные ожоги и травмы, битье посуды и потерю пищи.

15. Старайтесь не покидать кухню во время приготовления, внимательно следите за ходом всех тепловых процессов, знайте время, потребное на них. Это – основное условие для предупреждения подгорания и сплывов блюд.

Б. 10 НАПОМИНАНИЙ ОБ ОПЕРАЦИЯХ, КОТОРЫЕ ЧАСТО ЗАБЫВАЮТ ДЕЛАТЬ И КОТОРЫЕ СИЛЬНО ВЛИЯЮТ НА ВКУС ГОТОВЫХ БЛЮД

1. Перебирать крупу.

2. Опаливать птицу до мытья и приготовления.

3. Обсушивать на полотенце мытые сырые продукты перед закладкой их на горячую обработку (мясо, рыбу, птицу, овощи, фрукты).

4. Вытирать насухо мытую кухонную посуду перед наполнением ее жидкостями и сырыми продуктами.

5. Снимать и вынимать:

а) в мясе: пленки, сухожилия, фасции;

б) в птице: кожу;

в) в рыбе: кожу (у морской), чешую (у речной), жир, ость плавников;

г) в супах, отварах, варенье: пену.

6. Пробовать пищу несколько раз во время приготовления для корректировки вкуса.

7. Употреблять лишь абсолютно свежие продукты.

8. Рыбу обрезать ножницами (плавники, хвост), чистить – теркой, пластовать со спины, вспарывать брюхо с анального отверстия. Снимать изнутри черную пленку.

9. Рис промывать несколько раз холодной водой с солью!

10. Варенье варить с одним-двумя перерывами, не допуская изменения яркости цветовой окраски, характерной для данного вида ягоды или фруктов.

В. О СОСТАВЛЕНИИ МЕНЮ

Почти все обладатели поваренных книг практически готовят лишь малую часть указанных в этих книгах блюд, хотя и предпочитают приобретать толстые, «солидные» кулинарные руководства. Нередко, имея дома по три-четыре, а то и более поваренных «талмудов», хозяйки продолжают в своей повседневной жизни применять максимум восемь-двенадцать проверенных, освоенных или попросту привычных, знакомых рецептов.

Происходит это по целому ряду причин, но общим результатом является то, что домашний кулинарный репертуар крайне упрощается, становится однообразным, и это побуждает хозяйку время от времени принимать экстренные меры для пополнения и расширения своего привычного меню: лихорадочно листается одна поваренная книга за другой, случайно выбирается приглянувшееся по названию или несложности приготовления незнакомое блюдо, поспешно изготавливается в надежде порадовать близких, но… как правило, оно либо не удается, либо приходится не по вкусу всем домашним, включая хозяйку, – и все возвращается на прежнюю, проторенную колею – к привычным котлетам, борщу, щам и картофельной запеканке.

Те, кто решается в следующий раз быть осмотрительнее, обращаются обычно к рекомендательным меню, которые нередко сопровождают поваренные книги и составляются на неделю, месяц или даже на год.

Однако это далеко не для всех является выходом, поскольку заранее заготовленные меню удобны для больших, общественных кухонь, а не для домашнего приготовления, ибо трудно загодя ориентироваться на блюда, для которых в намеченный день нельзя достать необходимого сырья.

Но главное неудобство разработанных кем-то за вас меню состоит в том, что подбор блюд для обеда или завтрака, ужина, их состав, их вкус определяются обычно личными возможностями и склонностями каждого.

Согласовать свои вкусы с рекомендованной разработкой – уже проблема, и поэтому практически подготовленными в поваренных книгах меню мало кто пользуется систематически и регулярно.

Тем не менее иметь разнообразное меню домашнего стола – необходимо. Более того, это выгодно и с физиологической и с экономической точек зрения. Вот почему какие-то общие, непременные, обязательные правила смены и обновления состава пищи должен соблюдать каждый, кто заинтересован в том, чтобы иметь хорошее самочувствие, нормальный обмен веществ и получать от еды истинное удовольствие.

Прежде всего надо соблюдать сезонность питания, т. е. то, что ныне начинает утрачиваться, особенно жителями крупных городов.

Сезонность питания – это значит, что меню лета, осени, зимы и весны должны существенно отличаться друг от друга, и поэтому не стоит, скажем, стремиться зимой есть дорогие, но не свойственные этому времени зеленые огурцы и помидоры. Ничего полезного они не несут, но зато приводят к дисгармонии обмена веществ, особенно в условиях русского климата, ибо зимой крайне полезны и нужны квашеные, богатые ферментами овощи – соленые огурцы, капуста, моченые яблоки, соленые грибы и т. п. в сочетании с жирной мясной пищей, помогающей легко переносить русские морозы.

Весной, наоборот, как можно раньше надо стараться есть всякую свежую зелень и блюда из нее. Зеленые щи из сныти или крапивы, жареные корни лопуха в начале мая, ранние грибы в апреле – сморчки и строчки, – все эти новости и признаки весеннего сезона не следует пропускать. Они существенно оживляют меню.

Летом надо пользоваться всем диапазоном имеющихся отечественных овощей и фруктов, но быть абсолютно равнодушным к экзотическим, как правило, круглогодичным и потому во многом лишенным и пищевой ценности, и вкусового сезонного своеобразия.

Щи из свежей капусты, борщ из молодой свеклы, холодники и свекольники, окрошка, отварная молодая картошка с маслом и сельдью, жареные грибы, фруктовые и хлебные супы, жареная речная рыба в сметане, клубника или земляника с молоком, молодые огурчики с медом должны непременно быть попробованы, как специфические сезонные летние блюда, которые возможны только в это время года и которые просто грех пропустить.

Осенью можно позволить себе не только всевозможные тушеные овощи, особенно их сочетание, не только все бахчевые культуры от кабачков, тыквы и цукини и кончая дынями и арбузами, но и необходимо полакомиться домашней птицей (утки, гуси, индейка) и мясом, учитывая, что именно в это время легче и дешевле достать парное баранье и телячье мясо.

Поздней дождливой осенью вкусно, приятно и полезно есть горячие, заправленные жиром или маслом кашеобразные блюда – русские каши, узбекские пловы, украинские кулеши или таджикские шимы, представляющие сочетание жареных овощей и отваренных зерновых.

Зимой не покажутся тяжелыми жирные пироги с мясом и яйцами, блины, свиное соленое сало, жаркое из мяса в сочетании с квашениями и солениями из овощей, грибов, ягод и фруктов.

Так время года само регулирует и определяет главные ориентиры в меню и выборе меню, и если следовать этому разумно и последовательно, то никаких особых проблем с повторением или приедаемостью пищи не возникает.

Что же касается подбора меню определенного обеда, то здесь необходимо и важно соблюдать одно классическое правило: продукты, используемые в четырех или трех подачах, не должны повторяться. Это касается прежде всего основы блюд. Так, например, если закуски включают овощи и грибы, то первое должно быть мясным, второе – рыбным, а третье – мучным, яичным, молочным или фруктовым. Не должны повторяться и гарниры к основным блюдам. Например, меню, в котором на первое – куриный суп с рисом, на второе – котлеты с рисом и на третье – фруктово-ягодный компот с рисовыми крокетами, составлено плохо, и такой обед, несмотря на всю свою пищевую ценность, покажется невкусным. Точно так же следует избегать использования картофеля как компонента и в салате, и в супе, и в виде пюре ко второму блюду.

Кроме того, необходимо, чтобы тяжелые и легкие блюда сменяли друг друга, следовали бы попеременно.

Так, например, за вегетарианским супом из зелени хорошо подать жирное блюдо из баранины или, наоборот, за жирным, наваристым борщом или харчо лучше всего дать легкое рыбное второе блюдо, например тельное, после которого вновь можно дать плотное третье – гурьевскую кашу, яично-фруктовую бабку с киселем и т. п.

Стол, составленный последовательно из блюд *одной и той же национальной кухни* с соблюдением указанных правил, *обладает наибольшей и наилучшей гармоничностью.* Ибо в этом случае гармоничный отбор всех компонентов каждого блюда и их совокупности является результатом векового народного опыта.

Однако при подборе меню, состоящем из блюд разных национальных кухонь, достижение общей вкусовой гармоничности уже более сложно.

В то же время составленное правильно, со вкусом меню из блюд разных национальных кухонь не только

правомерно, но и крайне обогащает стол. Особенно уместен такой подбор при составлении меню праздничного стола.

При этом многое зависит от степени развитости кулинарного вкуса составителя меню, а не только от его личных вкусовых склонностей.

Иногда блюда разных национальных кухонь бывают просто несовместимы, и это надо уметь чувствовать.

Так, например, несовместимы в одном обеде русские кислые щи и узбекский плов как второе блюдо. Негармонично подавать после эстонского молочного супа грузинское сациви или молдавские кифтелуце; армянский бозбаш нельзя совмещать с литовским жареным гусем и т. д. и т. п.

Короче говоря, надо учитывать не только правила чередования легких и тяжелых блюд и правило неповторяемости пищевого состава, но и принимать во внимание некоторые национальные традиции в области кулинарии, несовместимость приправ, пряностей и т. п.

Так, например, если в меню присутствует одно или два блюда из закавказских кухонь, то в него нельзя вводить блюда литовской или белорусской кухонь из гусятины или эстонские и латышские блюда из сельди, поскольку такие продукты не употребляются в Закавказье и их вкусовая и ароматическая гамма противоречит гамме грузинских или армянских соусов и приправ.

Все это, вместе взятое, затрудняет составление меню из блюд разных национальных кухонь, требует для этого специальных кулинарных знаний и опыта.

Мы приведем как пример одно такое правильное меню, оставив читателям возможность затем самим поупражняться в составлении «интернациональных обедов», пользуясь этой книгой.

ПОЯСНЕНИЕ

ЗАКУСКИ. Выбраны отварные мясные и овощные закуски с мягкой слабомаринованной или нейтральной гаммой, без масляных и остро-пряных соусов. Поэтому сюда вошло не лобио, а мхали и чоги. Все виды закусок используются одновременно.

СУПЫ. Выбраны русские супы с рыбой и щи из свежей капусты с нейтральным или слабокисловатым бульоном, с мягкой нежной овощной гущей и нежным рыбным мясом, особенно приятными после слабоострых мясных студней.

ВТОРОЕ. Подобраны умеренно плотные мясные вторые блюда, некоторые из которых с тестяным компонентом, новым в данном обеде. Мясо также всюду иное, чем в закусках, – баранина.

АНТРЕМЕ. После мясо-тестяных вторых блюд уместно в качестве переходного блюда употребить еще фруктово-мясные или фруктово-масляные жареные блюда.

ДЕСЕРТ. На десерт можно, но не обязательно использовать сочетания нескольких национальных сыров в сочетании со свежими фруктами или же с легкими, прохладными и кисловатыми фруктовыми блюдами и напитками.

Такой подбор блюд обеспечивает сохранение на протяжении всего обеда слабо-кисленькой, мягкой, нежной вкусовой гаммы с нейтральными вкусовыми дополнениями.

В целом обед по составу весьма разнообразен, в нем присутствуют два вида мяса, рыба, птица, много овощей и фруктов, имеются богатые протеином молочнокислые изделия, и в целом, несмотря на большое количество блюд и значительную питательность, такой обед не тяжел.

ПРАЗДНИЧНЫЙ ОБЕД

ЗАКУСКИ:	Рэсол (молд.)	Мужужи (груз.)	Хефтя-беджар (азерб.)	Мхали, Чоги (груз.)
СУПЫ:	Ботвинья (русск.)	Щи рахманные (русск.)	Уха белая (или сладкая) (русск.)	
ВТОРОЕ:	Манты (узб.)	или Кололак (арм.)	или Чанахи (груз.)	или Щима (тадж.)
АНТРЕМЕ:	Толма эчмиадзинская, Кайсаба (азерб.)			
ДЕСЕРТ: I.	Сыры: Пишлок (узб.)	Яню-сиериньш (лат.)	Ежегей (казахск.)	Иримшик (казахск.)
ДЕСЕРТ: II.	Ревенная гуща, яблочная гуща (эст.)		Чриантели (груз.)	Холодец ягодный (укр.)

{ ГЛАВА 3 }

РУССКАЯ И СОВЕТСКАЯ КУХНИ

РУССКИЙ стол широко известен за рубежом главным образом своими деликатесами: копченой спиной осетра (балыком), севрюжиной с хреном, малосольной лососиной (семгой), красной, черной и розовой (сиговой) икрой, маринованными и солеными грибами (рыжиками и белыми), – составляющими не только прекрасный натюрморт вместе с кристально прозрачной московской водкой, но и тонко гармонирующими с ней во вкусовом отношении.

Однако эти отдельные готовые продукты, к тому же праздничные, несмотря на свою изысканность, не могут дать полного представления о русской кухне, о своеобразии вкуса ее основных горячих блюд, о составе русского национального стола в целом.

Русская кухня в том виде, в каком она дошла до наших дней, сложилась окончательно немногим более ста лет тому назад, во второй половине XIX века, когда была проведена ее неофициальная кодификация: именно в период с 40-х до 80-х годов XIX века появилось большое количество поваренных книг, составленных людьми разных сословий (от аристократов до крестьян) и из разных районов страны. Это позволило не только впервые увидеть в наиболее полном виде весь национальный репертуар русских блюд, но и начать его критическую чистку от разных инородных заимствований и наслоений.

Русская кухня прошла длительный, тысячелетний путь развития и пережила несколько этапов. Каждый из них оставил неизгладимый след (если говорить о том, что мы понимаем под классической русской кухней), причем довольно сильно отличался от других составом меню, композицией блюд и технологией их приготовления, то есть представлял своего рода отдельную кухню.

Таких этапов шесть: древнерусская кухня (IX–XVI века); кухня Московского государства (XVII век); кухня петровско-екатерининской эпохи (XVIII век); петербургская кухня (конец XVIII века – 60-е годы XIX века); общерусская национальная кухня (60-е годы XIX века – начало XX века); советская кухня (с 1917 года до недавнего времени).

ДРЕВНЕРУССКАЯ КУХНЯ

Насчитывающая 500 лет развития, древнерусская кухня характеризуется чрезвычайным постоянством состава блюд и их вкусовой гаммы на основе строгих (схоластических) канонов приготовления. Кухня этого периода зафиксирована в первой половине XVI века, в момент ее кульминационного развития, в письменном памятнике 1547 года (Домострой) советником царя Ивана IV Грозного Сильвестром, составившим список современных ему блюд, кулинарных изделий и напитков. Сохранившиеся с конца XVI века трапезные книги крупнейших русских монастырей дополняют наши сведения о репертуаре древнерусской кухни.

Основу ее составляли хлебенные, мучные изделия и зерновые блюда. Уже в IX веке появляется тот кислый ржаной черный хлеб на квасно-тестяной закваске, который становится национальным русским хлебом и любовь к которому подавляющего большинства народа оказывает решающее воздействие на позицию русской церковной иерархии в спорах об евхаристии на Вселенских соборах в середине XI века (где русские епископы отвергли опресноки!) и на последующую хозяйственно-политическую ориентацию Руси на Византию, а не на латинский Запад.

Все древнейшие мучные изделия создавались исключительно на основе кислого ржаного теста, под воздействием грибковых культур. Так были созданы мучные кисели – ржаной, овсяный, гороховый, а также блины и ржаные пироги. Русские методы закваски, применение теста из привозной (а затем и местной) пшеничной муки и ее сочетание с ржаной дали позднее, в XIV–XV веках, новые разновидности русских национальных хлебенных изделий: оладьи, шаньги, пышки (жаренные на масле), баранки, бублики (из заварного

теста), а также калачи – основной национальный русский белый печеный хлеб.

Особое развитие получили пироги, т. е. изделия в тестяной оболочке, с самой разнообразной начинкой – из рыбы, мяса, домашней птицы и дичи, грибов, творога, овощей, ягод, фруктов, из различного зерна в сочетании с рыбой, мясом и грибами. Само по себе зерно послужило основой для создания блюд из него – каш. Каши – полбяная, гречневая, ржаная, так называемая «зеленая» (из молодой, недозрелой ржи), ячменная (ячневая) – делались в трех видах в зависимости от соотношения зерна и воды: крутые, размазни и кашицы (полужидкие). Приготовлялись они с добавками тех же разнообразных продуктов, какие использовались в начинки для пирогов. В X–XIV веках каши приобрели значение массового ритуального блюда, которым начиналось и завершалось любое крупное мероприятие, отмеченное участием значительных масс народа, будь то княжеская свадьба, начало или завершение строительства церкви, крепости или иное общественно значимое событие.

Привычка сочетать преимущественно мучную основу с мясными, рыбными и растительными продуктами в едином кулинарном изделии или блюде была причиной того, что в конце периода древнерусской кухни (в XVI – начале XVII века) в нее органично вошли такие «восточные» блюда, как лапша (молочная, мясная, куриная, грибная) и пельмени, заимствованные соответственно у татар (тюрков) и пермяков (камских угро-финнов), но ставшие русскими блюдами как в глазах иностранцев, так и самого русского народа и даже давшие чисто русскую разновидность – кундюмы (жареные пельмени с грибами).

В средневековый период сложилось также большинство русских национальных напитков: мед ставленный (около 880–890 годов), приготовлявшийся по методу, близкому к производству виноградных вин, и дававший продукт, близкий к коньяку (выдержка от 5 до 35 лет); березовица пьяная (921 год) – продукт брожения березового сока; мед хмельной (920–930 годы) – с добавлением к меду хмеля, помимо ягодных соков; мед вареный – продукт, близкий по технологии к пиву (996 год); квас, сикера (XI век); пиво (около 1284 года).

В 40–70-х годах XV в. (не ранее 1448-го и не позднее 1474 года) в России появляется русская водка. Рано выразившиеся национальные технологические отличия ее изготовления сказались на более высоком качестве русской водки по сравнению с возникшей позднее горилкой – польской и черкасской (украинской) водкой. Русская (московская) водка производилась из ржаного зерна путем «сидения», а не дистилляции, т. е. посредством беструбного медленного выпаривания и конденсации в пределах одной и той же посуды.

Распространение водки начинается лишь с конца XV – начала XVI веков, когда она становится предметом государственной монополии; из России водка в начале XVI века (1505 г.) распространяется в Швецию. В 1533 году в Москве, на Балчуге напротив Кремля, открывается первый общественный «ресторан» – царев кабак. В конце XV в. (в 70–80-х годах) появляются первые профессиональные повара – не только у царя, но и у князей и бояр. Отдельно от поваров утверждается профессия хлебников, причем трех разрядов: греки – для вытяжного и пресного теста, русские – для ржаного и кислого, татары – для пшеничного сдобного.

Уже в раннем Средневековье сложилось четкое, или, вернее, резкое, разделение русского стола на постный (растительно-рыбно-грибной) и скоромный (молочно-яично-мясной), что оказало огромное влияние на все дальнейшее развитие русской кухни вплоть до конца XIX века. Это влияние не во всем было положительным и плодотворным. Проведение резкой грани между скоромным и постным столом, отгораживание их друг от друга «китайской стеной», изолирование одних продуктов от других, строгое недопущение их смешения или комбинации – все это лишь частично привело к созданию некоторых оригинальных блюд, но в целом не могло не вызвать известного однообразия меню.

Больше всего от этой искусственной изоляции повезло постному столу. Тот факт, что большинство дней в году – от 192 до 216 в разные годы – считались постными, а посты соблюдались весьма строго, способствовал естественному расширению постного стола. Отсюда обилие в русской кухне грибных и рыбных блюд, всевозможное использование различного растительного сырья – зерна, овощей, лесных ягод и трав (крапивы, сныти, лебеды и др.).

На первых порах попытки разнообразить постный стол выражались в том, что каждый вид овощей, грибов или рыбы приготавливался отдельно, самостоятельно. Капусту, репу, редьку, горох, огурцы – овощи, извест-

ные с IX века, – если не ели сырыми, то солили, парили, варили или пекли, причем отдельно одно от другого. Поэтому такие блюда, как салаты, никогда не были свойственны русской кухне, они появились в России уже в XIX в. как одно из заимствований с Запада. Но и тогда они первоначально делались преимущественно с одним овощем, отчего и назывались «салат огуречный», «салат свекольный», «салат картофельный» и т. п. Еще большему разделению подвергались грибные и рыбные блюда. Каждый вид грибов – грузди, рыжики, опята, белые, сморчки, маслята, сыроежки, шампиньоны и т. д. – солили или варили совершенно отдельно от других, что, кстати, практикуется и поныне. Точно так же обстояло дело и с рыбой, употреблявшейся только в отварном, вяленом, соленом, запеченном и лишь позже, в XIX веке, в жареном виде. Каждое рыбное блюдо готовилось особым для той или иной рыбы способом. Поэтому и уха делалась из каждой рыбы отдельно и называлась соответственно – окуневой, ершовой, налимьей (мневой), стерляжьей и т. п., а не просто рыбным супом, как у других народов.

Таким образом, количество блюд в XV веке по названиям было огромно, но по содержанию они немногим отличались одно от другого. Вкусовое разнообразие однородных блюд достигалось, с одной стороны, различием в тепловой обработке, с другой – применением различных масел, преимущественно растительных (конопляного, орехового, макового, деревянного, т. е. оливкового, и значительно позднее – подсолнечного), а также употреблением пряностей. Из последних чаще всего применялись лук и чеснок, причем в весьма больших количествах, петрушка, анис, кориандр, лавровый лист, черный перец и гвоздика, появившиеся на Руси уже в X–XI веках, а в XV – начале XVI века этот набор был дополнен имбирем, корицей, кардамоном, аиром и шафраном.

Наконец, в средневековый период развития русской кухни выявляется и склонность к употреблению жидких горячих блюд, получивших общее название «хлёбова». Самое большое распространение получают такие виды хлёбова, как щи, основанные на растительном сырье, а также различные виды мучных супов.

Что касается молока и мяса, то эти продукты до XVII века употреблялись сравнительно редко, причем обработка их не отличалась сложностью. Мясо (как правило, говядину, реже – свинину и баранину) варили в щах или кашицах и до XVI века почти не жарили. На употребление многих видов мяса был наложен строжайший запрет – особенно на зайчатину и телятину. Остается историческим фактом, что в 1606 году боярам удалось натравить на Лжедмитрия I толпу, побудив ее ворваться в Кремль только сообщением, что царь не настоящий, ибо ест телятину. Это был самый убедительный аргумент. Молоко пили сырое, томленое или скисшее; из кислого молока получали творог и сметану, а производство сливок и масла оставалось почти неизвестным вплоть до XIX века.

Мед и ягоды в древнерусской кухне были не только сладостями сами по себе, но и основой, на которой создавались сиропы и варенья. А будучи смешаны с мукой и маслом, с мукой и яйцами, мед и ягоды стали основой русского национального сладкого изделия – пряников. Поэтому пряники были вплоть до XIV века только медовыми или медово-ягодными, чаще всего медово-малинными или медово-земляничными. В XIV–XV веках возникает и другое русское национальное сладкое изделие – левишники, приготовляемые из тщательно протертых ягод брусники, черники, вишни или земляники, высушенных тонким слоем на солнце. К национальному русскому лакомству вплоть до XX века относились и орехи, вначале лесные и грецкие (волошские), а позднее, с XVII в., кедровые, и семечки (подсолнечные).

КУХНЯ МОСКОВСКОГО ГОСУДАРСТВА, ИЛИ СТАРОМОСКОВСКАЯ КУХНЯ

Древнерусской кухне, как и всему патриархальному быту Руси, был нанесен удар в начале XVII в. – польско-шведской интервенцией и крестьянской войной, приведшими к хозяйственному упадку в течение почти четверти века и к резкому изменению социальных условий в России. Именно этот период и служит демаркационной линией между древнерусской кухней и кухней Московского государства XVII века, или так называемой старомосковской кухней.

Основное ее отличие от древнерусской состояло в том, что наступило резкое размежевание русского общенационального стола по сословному признаку. Раньше стол знати отличался от стола простолюдина лишь количеством блюд, ибо натуральное хозяйство обусловливало качественное равенство пищевого сырья, производимого крестьянами, для всех сословий. За границей для двора закупались лишь вина – фран-



цузские и греческие (мальвазия, бургундские, романея) – и фрукты, в основном сушеные и вяленые, – фиги (инжир), финики, лимоны. Но с развитием интенсивной внешней торговли, введением монополии на ряд товаров (водка, икра, красная рыба, рыбий клей, мед, соль, конопля) и заменой натурального обмена денежным началось разграничение в ассортименте между теми пищевыми продуктами, которые поступали на стол знати, и теми, что имелись в наличии у крестьянина.

Эти же причины оказали сильное воздействие и на складывание с XVII века русских региональных кухонь (донской, уральской, сибирской, поморской), поскольку они стали отличаться от московской официальной кухни ассортиментом продуктов и блюд.

Наконец, своеобразие этого периода в развитии русской кухни заключалось и в том, что стол московского царя и знати, хотя и оставался сословно закрытым, оказывал влияние на всю московскую кухню в целом. Дело в том, что в Москве все пищевые товары, как бы они ни были редки и экзотичны, продавались на свободном рынке, следовательно, могли быть приобретены любым лицом (так, китайский чай впервые появился при дворе в 1638 году, а в свободной продаже – уже в 1674 году). Кроме того, колоссальный штат прислуги, обслуживавшей царский двор и многочисленные семейства знати, насчитывавший лишь в черте города десятки тысяч человек, содействовал тому, что новые застольные обычаи, новые блюда, их новая композиция и рецептура постепенно распространялись среди московского люда. Вот почему термин «московская кухня» хотя и означает прежде всего кухню знати XVII века, имеет и более широкое толкование. Речь идет о кулинарных принципах, ставших господствующими в XVII в. в столице и ее окружении. Не случайно «московская кухня» дожила в Москве, а особенно в Замоскворечье – этом оазисе древней Москвы и районе купечества, – вплоть до начала XX века, независимо от того, что господствующее кулинарное направление в стране сменилось за это время трижды.

В то время как народная кухня начиная с XVII века все более упрощается и обедняется, кухня дворянства и особенно знати (боярства) становится все более сложной и рафинированной. Она не только собирает, объединяет и обобщает опыт предшествовавших столетий, но и создает на его основе новые, более сложные варианты старых блюд, а также впервые заимствует и открыто вводит в русскую кухню ряд иностранных блюд и кулинарных приемов – преимущественно восточного и балканского происхождения. Заметно обогащается в это время скоромный праздничный стол. По-прежнему используются принятые в народе солонина и вареное мясо, но преимущественное место на столе знати начинают занимать «верченое» (т. е. приготовленное на вертелах) и жареное мясо, домашняя птица и дичь. При этом способы обработки мяса все более разнятся в зависимости от его вида. Так, говядина идет главным образом для приготовления солонины и для отваривания; из свинины делают ветчину, буженину для длительного хранения, употребляют ее также в обжаренном и тушеном виде, причем в России ценится только мясная, нежирная («постная») свинина; баранину, домашнюю птицу и дичь используют в основном для жаркого и только отчасти для тушения.

В XVII веке окончательно складываются все основные типы русских супов, причем появляются неизвестные для средневековой Руси солено-пряно-кислые супы – кальи, похмелки, солянки, рассольники, – обязательно содержащие квашения, лимон и маслины. Появление этих супов вызвано чрезвычайным распространением пьянства, потребностью в опохмеляющих средствах.

Обогащается и уже хорошо развитый к этому времени постный стол знати. Почетное место на нем занимают астраханский балык, черная уральская икра в двух ее разновидностях (паюсная и зернистая), соленая и заливная красная рыба, кольская семга, сибирская нельма и белорыбица, закавказская шемая, байкальский омуль.

На кулинарные нравы XVII века сильное влияние оказывает восточная и в первую очередь татарская кухня, что связано с включением в состав Русского государства во второй половине XVI века Казанского и Астраханского ханств, Башкирии и Сибири. Именно в этот период в общерусскую кухню попадают и делаются непременными, «своими», такие продукты, как изюм (виноград), урюк, смоква (инжир), дыня, арбуз, гранат, заморские лимоны и чай, употребление которых за русским столом становится традиционным. Тем самым существенно пополняется и сладкий стол, в его ассортименте – разнообразные коврижки, сладкие пироги, цукаты, яблочная пастила в двух видах (коломенская и белевская), многочисленные варенья, причем не только из ягод, но и из некоторых овощей (мор-

ковь с медом и имбирем, редька в патоке). В XVII веке в Россию стали завозить тростниковый сахар, из которого вместе с пряностями варили леденцы. Но все эти сладкие блюда можно было встретить в основном на столе знати.

Для боярской кухни того времени примечательным становится чрезвычайное обилие блюд – до 50 в один обед, а за царским столом их число возрастает до 150–200. Стремление придать столу помпезный вид проявляется в резком увеличении самих размеров блюд. Выбираются самые крупные лебеди, гуси, индейки, самые большие осетры или белуги. Порой они так велики, что их едва могут поднять три-четыре человека. Не знает границ украшательство блюд: из пищевых продуктов сооружаются дворцы, фантастические животные гигантских размеров. Тяга к нарочитой пышности сказалась и на продолжительности придворных обедов: 6–8 часов подряд – с двух часов дня до десяти вечера. Они включали в себя почти десяток перемен, каждая из которых состояла из полутора-двух десятков однотипных блюд, например из десятка сортов жареной дичи или соленой рыбы, из двух десятков видов блинов или пирогов.

Таким образом, в XVII веке русская кухня была уже чрезвычайно разнообразна по ассортименту блюд, но поварское искусство, искусство комбинирования продуктов и формирования вкуса блюд оставалось еще на весьма невысоком уровне.

Основной причиной невкусности многих блюд была неряшливость в приготовлении и полное незнакомство с технологией жареных блюд, заимствованных с Востока. Их приготовляли не в казанках, а на сковородках и на таких маслах, которые из-за неумелого применения, а еще более из-за плохого хранения быстро прогоркали и сообщали всему блюду неприятный запах и вкус. Вот почему русские и в XVII веке продолжали предпочитать вареные, квашеные и соленые блюда, приготовление которых никоим образом не связано с использованием масел. Что же касается комбинирования продуктов, то запрет, установленный на этот счет в древнерусской кухне, продолжал строго соблюдаться и в XVII веке. Столь же недопустимым было и измельчение, перемалывание, дробление продуктов. Особенно это относилось к мясному столу. Отрицательное отношение к измельченной пище объяснялось сильными опасениями, что к дробленой массе всегда возможен подмес недоброкачественных продуктов. Вот почему принципам русской кухни оказались чужды не только котлеты, паштеты и иные основанные на фаршах блюда, но и всевозможные запеканки и пудинги, т. е. любые конгломераты продуктов. Старинной русской кухне свойственно было противоположное стремление – к приготовлению блюда из целого, неделимого крупного куска, а в идеале – из целого животного или растения. Эти кулинарные идеалы были сохранены вплоть до XVIII века в неприкосновенности. Казалось бы, исключением были начинки – в пирогах, в целых животных и птице и в их частях – сычуге, сальнике. Однако в большинстве случаев это были начинки, как бы приготовленные самой природой, – зерно (каши), ягоды, грибы (отбирали мелкие и не разрезали). Рыбу в качестве начинки клали всегда целой – только пластовали, но ни в коем случае не измельчали. Значительно позднее – в конце XVIII и особенно в XIX веке – уже под влиянием западноевропейской кухни некоторые начинки стали измельчать специально.

КУХНЯ ПЕТРОВСКО-ЕКАТЕРИНИНСКОЙ ЭПОХИ

Новый этап развития русской кухни наступает на рубеже XVII и XVIII веков и длится до начала XIX века (1801 год). Происходит дальнейшее, и на этот раз радикальное, размежевание кухни господствующих классов и национальной кухни простого народа. Если в XVII веке кухня господствующих классов не только сохраняла, но и утрировала национальные особенности и ее отличие от народной кухни выражалось в том, что по качеству, обилию и ассортименту продуктов и блюд она резко превосходила последнюю, то в XVIII веке она все более утрачивает русский национальный характер, открыто, а подчас и демонстративно порывает с русскими кулинарными традициями.

Начиная с петровских времен русская знать, а за нею и все дворянство все более и более заимствуют западноевропейские кулинарные обычаи и нравы. Богатые вельможи, посещавшие Западную Европу, привозят с собой или выписывают иностранных поваров, вначале голландских и немецких, особенно саксонских и австрийских, затем, при Елизавете I, – шведских и французских, а во второй половине XVIII и в начале XIX веков – частично английских и преимущественно французских. С середины XVIII века вы-

писка иностранных поваров стала настолько регулярной, что вскоре они почти полностью вытеснили у высшего дворянства русских кухарок и крепостных поваров. Помимо этого, многие состоятельные вельможи и дворяне к концу XVIII века начинают выписывать из Парижа кондитерские изделия, которые доставлялись в Петербург и Москву через неделю. Некоторые даже специально ездили в Париж попить и поесть. Эти привычки и это пренебрежение к отечественной кухне переняло в той или иной степени во второй половине XVIII века, в екатерининскую эпоху, и все остальное дворянство. Именно в это время в русское меню проникают блюда из молотого мяса (котлеты, запеканки, паштеты, рулеты), появляются нерусские (шведские, немецкие, французские) супы (молочные, овощные, протертые).

Вполне естественно, что иностранные повара готовили не русские, а свои национальные блюда, и таким путем в русскую кухню были привнесены не только рецептура, но и посуда, технология и комбинации продуктов, характерные для немецкой, голландской, шведской, английской и французской кухонь.

Одним из новых кулинарных обычаев, появившихся в это время в русской кухне господствующих классов, становится употребление закусок как совершенно изолированных от обеда самостоятельных блюд. Пришедшие с Запада и дотоле неизвестные на русском столе немецкие бутерброды, сливочное (чухонское) масло, французские и голландские сыры были объединены со старинными русскими блюдами (холодной солониной, студнем, ветчиной, буженины, а также с икрой, балыком и другой просольной красной рыбой) в единую подачу или даже особый прием пищи – завтрак. Появились и новые алкогольные напитки – ратафии и ерофеичи. Влияние французской кухни проявлялось и через немецкую. Этому способствовал прежде всего царский двор, вначале в лице Петра I, а затем тех фактически немецких монархов, которые следовали за ним в течение XVIII века, – Екатерины I, Анны I (Курляндской), Анны II (Брауншвейгской), Петра III (Гольштейн-Готторпского), Екатерины II (Ангальт-Цербтской).

ПЕТЕРБУРГСКАЯ КУХНЯ

К концу XVIII века в основном завершается процесс односторонней инфильтрации западноевропейских блюд, посуды и технологии (наплитное, а не печное приготовление) и начинается освоение и приспособление этих новшеств к русским условиям. При этом все новое с придворного стола попадает сначала на столичный дворянско-чиновничий стол, затем в провинциальную дворянско-помещичью среду, а оттуда и в другие сословия. Процесс этот особенно заметен в столице империи, в Петербурге, который с последней четверти XVIII века становится наконец законодателем мод и в области кулинарии. С 90-х годов XVIII века появляются многочисленные поваренные книги, переведенные с немецкого и французского, в которых рецепты русских блюд тонут в массе иностранных.

Только после Отечественной войны 1812 года в связи с общим подъемом патриотизма в стране и борьбой славянофильских кругов с иностранным влиянием у некоторых представителей дворянства возрождается интерес к национальной русской кухне.

Однако в 1816 году тульский помещик В. А. Левшин, автор книги «Русская поварня», вынужден был признать, что «сведения о русских блюдах почти совсем истребились» и поэтому «нельзя уже теперь представить полного описания русской поварни, а должно удовольствоваться только тем, что еще можно собрать из оставшегося в памяти, ибо история русской поварни никогда не была предана описанию»[1]. В результате собранные В. А. Левшиным по памяти описания блюд русской кухни не только не были точны по своей рецептуре, но и по своему ассортименту далеко не отражали всего действительного богатства русского стола. В таком виде русская кухня не могла соперничать с французской, несмотря на все старания патриотов. Кухня господствующих классов и на протяжении первой половины XIX века продолжала развиваться изолированно от народной, под сильным влиянием французской кухни. Правда, в этот период сам характер иностранного влияния существенно изменился. В отличие от XVIII века, когда заимствовались

[1] Советская кухня – это культурологический термин, который определяет чисто кулинарные особенности той кухни, которая сложилась в Советском Союзе с середины 30-х годов (1934 г.) до начала 90-х годов (1992 г.). Эта кухня обладала такой технологией кулинарного производства и таким своеобразием композиции блюд, которые отличали ее и от национальной русской и от общеевропейской или азиатской кухонь, причем отличали явным различием вкуса. *(Примеч. автора.)*

иностранные блюда вроде котлет, сосисок, омлетов, муссов, компотов и т. п. и вытеснялись исконно русские, в первой половине XIX века происходит иной процесс – обработка русского кулинарного репертуара на французский лад, а во второй половине XIX века начинается даже восстановление русского меню, однако с внесением французских коррективов.

В России в этот период работает целый ряд блестящих французских поваров, радикально реформировавших русскую кухню господствующих классов. Центром этой реформации был Петербург, и, поскольку отсюда влияние нового кулинарного направления распространялось в течение XIX века на всю империю, русская кухня этой эпохи получила название петербургской, в отличие от продолжавшей существовать старой московской кухни.

Заметный след в истории создания петербургской русской кухни оставил легендарный французский повар Мари-Антуан Карем. В Россию Карем прибыл по личному приглашению знаменитого полководца князя П. И. Багратиона, потомка грузинских царей, тонкого ценителя кулинарного искусства. Багратион дал возможность Карему детально ознакомиться с русской кухней, собрав для него в качестве ассистентов выдающихся русских крепостных поваров. Карем сумел правильно оценить достоинства русской кухни и наметил путь для освобождения ее от всего наносного и отрицательного. Преемниками Карема в России были Жан и Мишель Жебон (отец и сын), Пети, Тю, Гильта, прожившие в России в общей сложности около полустолетия и продолжавшие реформу, начатую Каремом. Реформа коснулась прежде всего порядка подачи блюд к столу. Принятая в XVIII веке «французская» подача, когда все блюда выставлялись на стол одновременно, заменяется старинным русским способом подачи – с переменой блюд, однако в одну перемену стали подавать одно, а не несколько блюд, как в XVII веке. Вместе с тем количество перемен было сильно сокращено и была введена такая последовательность в сервировке обеденного стола, при которой тяжелые блюда чередовались с легкими и возбуждающими аппетит. На стол стали подавать уже не целое животное или птицу, а нарезанное готовое блюдо. При этом украшательство блюд как самоцель потеряло всякий смысл.

«Русские» французы выступали также за замену блюд из толченых и протертых продуктов, занявших большое место в кухне господствующих классов в XVIII веке, натуральными, более отвечающими характеру русской национальной кухни. Так появились всевозможные отбивные (бараньи и свиные) из целого куска мяса с косточкой, натуральные бифштексы, клопсы, антрекоты, эскалопы. Одновременно старания французов были направлены на то, чтобы ликвидировать тяжеловесность, неудобоваримость некоторых русских блюд. Из русских щей они исключили делающую их невкусными мучную подболтку, сохранявшуюся лишь в силу традиции, а не здравого смысла, стали широко употреблять в гарнирах картофель, появившийся в России в 70-х годах XVIII века. Для русских пирогов французы предложили использовать вместо ржаного кислого нежное умеренно дрожжевое слоеное тесто из пшеничной муки. Они же ввели безопарный способ приготовления теста на прессованных дрожжах, благодаря чему кислое тесто, на подготовку которого прежде требовалось 10–12 часов, стало поспевать за 2 часа.

Обратили внимание французские кулинары и на закуски, сделав из них одну из самых специфических особенностей русского стола. Если в XVIII веке преобладала немецкая форма подачи закусок – бутербродами, то теперь французы стали сервировать их на специальном столе, красиво оформляя каждый вид на особом блюде. Они настолько расширили ассортимент закусок, включив в их число целый ряд старинных русских мясных, рыбных, грибных и квашеных овощных блюд, что изобилие и разнообразие русского закусочного стола до сих пор вызывают удивление у иностранцев.

Наконец, французская школа ввела в рецепты блюд комбинирование продуктов (винегреты, салаты, гарниры) и точные дозировки, не принятые ранее в русской кухне, и ознакомила русскую кухню с неизвестными ей видами западноевропейской кухонной техники. На смену русской печи и приспособленных к ней горшков и чугунков пришли плита с ее духовкой, кастрюли, сотейники и т. п. Вместо сита и решета стали использовать дуршлаги, шумовки, мясорубки и пр.

Немаловажным вкладом французских кулинаров в развитие русской кухни было и то, что они подготовили плеяду блестящих русских поваров. Михаил и Герасим Степановы, Г. Добровольский, В. Бестужев, И. М. Радецкий, П. Григорьев, И. Антонов, З. Еремеев, Н. Ходеев, П. Викентьев и другие поддерживали и распространяли лучшие традиции русской кухни на про-

тяжении всего XIX в. Такие выдающиеся практики, как Г. Степанов и И. М. Радецкий, оставили после себя обширные руководства по русской кулинарии.

ОБЩЕРУССКАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ

Параллельно с процессом облагораживания и рафинирования русской кухни господствующих классов, происходившим «сверху» и сосредоточенным в дворянских клубах и ресторанах Петербурга и Москвы, шел и другой процесс – собирания, восстановления и развития забытого старинного русского кулинарного репертуара. Этот процесс протекал стихийно в провинции, в помещичьих усадьбах, вплоть до 70-х годов XIX века. Источником собирания была народная кухня, в развитии которой принимало участие огромное число безвестных талантливых крепостных поваров. После отмены крепостного права в 1861 году и ускорения дифференциации крестьянства, одним из результатов которых было образование кулачества и рост мелкого и среднего купечества, народная кухня стала усиленно культивироваться в этих социальных слоях, а ее национальный репертуар получил новое пополнение. Дело в том, что бурное развитие в 70-х годах XIX века железнодорожного строительства в России приблизило далекие окраины к центру. Это привело к «открытию» многих региональных старинных русских блюд, быстро признанных общенациональными. Таковы были уральские и сибирские пельмени, донские пироги-курники и блюда из крупной степной дичи (турача, дрофы, стрепета), дальневосточные горбуша и кетовая красная икра, каргопольские соленые рыжики и мурманская оленина, башкирский мед и кумыс. В совершенствовании русской национальной кухни в 70–80-х годах XIX века приняли участие и разнообразные рестораны России, привлекавшие талантливых поваров из народа.

В результате в последнюю четверть XIX века русская кухня приобрела столь обновленный и разнообразный вид, что не только по неповторимому ассортименту блюд, но и по изысканному и тонкому вкусу заняла одно из ведущих мест в Европе, поднялась на такую же высоту, как и французская кухня.

Несмотря на все изменения, привнесения, иностранные и региональные влияния, основа русской кухни, ее сущность оказалась незатронутой в течение веков, она стойко удержалась, сохранив наиболее характерные национальные черты. Так, русский национальный стол немыслим без хлеба, блинов, пирогов, каш, без первых жидких холодных и горячих блюд, без разнообразия рыбных и грибных блюд, солений из овощей и грибов; прекрасен русский праздничный стол с его дичью и жареной домашней птицей и русский сладкий стол с его вареньями, коврижками, пряниками, куличами и пр.

Еще в конце XVIII века русский историк И. Болтин подчеркивал, что обилие – одна из характерных особенностей русского стола, причем не только зажиточного. Он отмечал, что русские вообще едят больше и чаще, чем жители Азии, и вдвое-втрое больше, чем французы.

Главное место на русском столе, особенно на народном, занимал хлеб, по потреблению которого на душу населения наша страна всегда занимала первое место в мире. Со щами или другим жидким блюдом рабочий или крестьянин обычно съедал от полкилограмма до килограмма черного, ржаного, хлеба, что в XIX веке часто составляло весь обед трудового народа. Белый хлеб, пшеничный, фактически не был распространен в России до начала XX века. Причем, если у белого хлеба были региональные разновидности – московские сайки, калачи, смоленские крендели, валдайские баранки и т. п., – черный хлеб различался не по районам, а лишь по роду выпечки и сорту муки – пеклеванный, заварной, подовый, обдирный и т. д. Только после Октябрьской революции 1917 года белый хлеб стал наиболее употребительным хлебом народных масс, наряду с другими мучными изделиями из белой пшеничной муки, ранее не свойственными русской кухне, – вермишелью, макаронами и т. п.

Первенствующее значение в истории русской кухни сохраняли и первые жидкие блюда – супы. Предпочтение, оказываемое русскими людьми жидким и полужидким блюдам, наглядно отразилось в том, что ложка была всегда главным столовым прибором русских, без нее нельзя было обойтись. Она появилась в России раньше вилки почти на 500 лет. «Вилкою, что удой, а ложкою, что неводом» – гласит народная пословица, высказывающая пренебрежение к вилке.

Ассортимент национальных русских супов – щей, похлебок, ухи, рассольников, солянок, ботвиней, окрошек, тюрь – продолжал пополняться с XVIII по XX век различными видами западноевропейских

супов вроде бульонов, супов-пюре, так называемых заправочных супов с мясом и крупами, которые хорошо приживались благодаря любви русского народа к горячему жидкому вареву. Точно так же нашли свое место на современном русском столе и многие супы народов нашей страны – украинские борщ и кулеш, белорусские свекольники и супы с клецками, молдавские супы с курицей и овощами, среднеазиатские супы с бараниной. Многие современные супы, особенно овощные и овоще-крупяные, произошли от разжиженных древнерусских каши с овощной засыпкой. И все-таки не привнесенные, а старые, исконно русские супы вроде щей и ухи определяют до сих пор лицо русской кухни и русского национального стола.

В меньшей степени, чем супы, сохранили свое преимущество на русском столе к началу XX века рыбные блюда. Они заметно уступили место мясным блюдам, но об их былом значении и сегодня свидетельствует разнообразный ассортимент.

Рыба всегда употреблялась в русской кухне в бесчисленных видах: паровая или подпарная, вареная (отварная), тельная, т. е. изготовленная особым образом из одного филе, без костей, но с кожей, жареная, чиненая (наполненная начинкой из каши, лука или грибов), тушеная, заливная, печенная в чешуе, запеченная на сковороде в сметане, просольная (соленая), вяленая, сушенная на ветру и солнце (вобла) и сушенная в печи (сущик). В северо-восточных областях России рыбу квасили (кислая рыба), а в Западной Сибири ели мороженую сырую (строганина). Менее была распространена в русской народной кухне до середины XIX века копченая рыба, которая в последнее время, наоборот, широко используется в трех видах – холодного копчения, горячего копчения и копченовяленая.

В сходном положении с рыбными блюдами оказались и такие характерные для русской национальной кухни продукты, как грибы и дичь. И хотя их доля в современном повседневном меню также постепенно снижается, уступая место «космополитическим» продуктам, особенно колбасным изделиям – мясным фаршам, мясокопченостям и консервам, они попрежнему занимают почетное место на праздничном национальном столе.

Для понимания характера русских блюд, да и с чисто практической точки зрения (для умения их правильного приготовления), важно знать некоторые особенности технологии русской кухни.

В русской кухне издавна технологический процесс сводился к варке или к выпеканию продуктов в русской печи (жарение было заимствовано у татар позднее), причем обе эти операции велись обязательно раздельно. То, что было предназначено для варки, отваривалось с начала и до конца; то, что было предназначено для печения, только пеклось. Таким образом, народная русская кухня не знала ни что такое комбинирование продуктов, ни что такое комбинированная – совмещенная или двойная тепловая обработка. Вся тепловая обработка сводилась к нагреву блюда теплом русской печи, и это тепло могло быть трех степеней – «до хлебов», «после хлебов», «на вольном духу», – но всегда без непосредственного контакта посуды с огнем, только через посредство толстого слоя раскаленных кирпичей. Температура при этом могла быть все время постоянной, на одном уровне, либо падающей, убывающей, если печь постепенно остывала, но никогда не бывала возрастающей, что мы имеем при наплитном приготовлении. Оттого и кушанья старой русской кухни получались скорее томлеными или полутомленными, полутушеными и приобретали совершенно особый вкус. Поэтому русская печь (а точнее, создаваемые ею температурные условия) придавала народным блюдам то своеобразие, без которого они многое теряют. Многие кушанья старой русской кухни не производят должного впечатления, когда их готовят в иных температурных условиях, при современных способах нагрева. Утрата русской печи привела к ухудшению вкуса блюд народной кухни и даже к исчезновению целого ряда кушаний из обихода. Введение наплитного приготовления в кухне высших классов способствовало заимствованию новых технологических приемов и вместе с ними блюд западноевропейской кухни, а также реформированию блюд старой русской кухни, приспособлению их к новой технологии. Такое направление помогло спасти от забвения целый ряд блюд старинной русской кухни, но все же не смогло сохранить своеобразия их национального вкуса. Это обстоятельство надо иметь в виду, ибо, несмотря на все поварское искусство и самое скрупулезное следование классическим рецептам, невозможно преодолеть различие во вкусе между русскими блюдами XIX века и современными русскими блюдами, приготовляемыми на плите.

СОВЕТСКАЯ КУХНЯ

Советская кухня сложилась не сразу. За сравнительно небольшой отрезок времени в семь десятилетий она пережила по крайней мере пять этапов, отражая историю социально-экономического развития страны. Вместе с тем в советской кухне нашли отражение и общие исторические тенденции, проявившиеся в русской кухне на рубеже XIX и XX веков: вбирание в себя всего лучшего, что было в региональных кухнях русского народа на отдаленных от Москвы и Ленинграда окраинах государства.

Значительный толчок развитию этой тенденции дала уже Первая мировая война 1914–1918 годов, сильное влияние оказали революция 1917 года и Гражданская война 1918–1922 годов. Миллионы людей, всю жизнь проживших на одном месте, впервые оказались в другом, часто инонациональном районе страны, соприкасались с совершенно иным бытом, незнакомой им кухней, непривычными для них продуктами. Чего стоили только перемещения солдатской массы с востока на запад, а затем гигантская волна демобилизованных в обратном направлении через всю страну. Достаточно назвать такие миграции гражданского населения, как поток беженцев из западных губерний (Прибалтика, Белоруссия) в Центральную Россию в 1918 году в связи с наступлением немцев; выезд в 1920–1921 годы голодающего населения Поволжья на Украину, а городского населения промышленных центров России в Среднюю Азию за хлебом; возвращение ссыльных и участников борьбы за Советскую власть в Сибири и на Дальнем Востоке в европейскую часть России в 1917-м и в 1921–1922 годы. Началось проникновение провинциальных кулинарных особенностей в общероссийскую кухню, привнесение в нее нерусских явлений; значительно изменился и пополнился ее репертуар, причем на самом широком народном уровне, а не на узкоресторанном, как было в прежние времена.

Сибиряки и уральцы принесли в быт москвичей пельмени и шанежки, белорусы и украинцы – свиное соленое сало, ранее совершенно не принятое среди русского населения севернее линии Смоленск – Тула – Пенза – Куйбышев и тем более в наполовину мусульманском Поволжье и Заволжье; из Новороссии в русские города был занесен в 20-е годы обычай готовить куриный суп с лапшой, который со временем стал общесоюзным «столовским» блюдом; из одесских ресторанов был извлечен бефстроганов, превратившийся из узколюбительского блюда чуть ли не в общенациональное; петербургские новомихайловские котлеты (из меню ресторана Купеческого клуба), неведомым путем попавшие во времена гетмана Скоропадского (1918 год) на Украину и спустя несколько лет превратившиеся в «котлеты по-киевски», как «новое» блюдо прочно вошли в общесоюзное ресторанное меню. Из Прибалтики в повседневную кухню русских областей попали сырники и другие молочные блюда, с Украины – вареники и особенно борщ, кое-где даже вытеснивший среднерусские щи (правда, с добавлением к нему русской кислой капусты). Наконец, большинство яичных, молочно-мучных и молочно-растительных блюд, так называемые «диетические» блюда, под которыми с 20–30-х годов подразумевались все паровые, нежареные, протертые и отварные блюда из мяса, рыбы и овощей, пришли в общественное питание страны из немецкой (прибалтийской остзейской) и особенно из еврейской кухни, что было связано с широким проникновением евреев на восток от прежней «черты оседлости» (линия Рига – Могилев – Гомель – Киев – Херсон), за которой они не имели права жить при царском правительстве.

Но процесс не ограничивался только проникновением в русскую кухню инонациональных блюд или чуждых прежде приемов и методов приготовления: складывались новые кулинарные привычки и нравы, обусловленные социальными обстоятельствами. В годы Гражданской войны, несмотря на тяжелое продовольственное положение и вынужденное рационирование продуктов, центральные власти располагали значительными запасами китайского чая, конфискованного у крупнейших чаеторговых фирм Москвы, Петербурга, Одессы, Нижнего Новгорода, дополнив их позднее, в 1919–1920 годы, отбитыми у белых войск (Колчака) гигантскими чаехранилищами на Урале (Пермь, Екатеринбург, Ирбит, Оренбург). Это дало возможность регулярно и бесплатно снабжать чаем Красную Армию и флот, промышленных рабочих, т. е. значительные массы трудящихся, которые прежде смотрели на чай в известной степени как на предмет роскоши. За годы Гражданской войны они привыкли к нему как к предмету первой необходимости. Именно в начале 20-х годов родилась и закрепилась в широких массах привычка употреблять чай в течение всего дня,

связывать с ним прием любой пищи, в том числе и несладкой, в то время как до революции чай в тех кругах, где его имели возможность употреблять, всегда отделялся от основного стола в виде особого десерта или вечерней семейной церемонии. Примечательно, что с массовым внедрением чая и превращением чаепития в форму основного застолья в годы революции и Гражданской войны практически совершенно исчезла из русского обихода водка. Британская делегация тред-юнионов, посетившая Россию в ноябре – декабре 1924 года, отмечала как поразительный для всех тех, кто знал царскую Россию, факт – почти полное отсутствие пьяных в советских промышленных городах.

В те годы родилась и другая привычка, сохранившаяся до нашего времени: в больницах, санаториях и общественных столовых стали варить жидкую подслащенную манную кашу вместо крутой и подсоленной, как раньше. Положенное по карточкам небольшое количество крупы и сахара хозяйственники считали более целесообразным соединять в одно блюдо да еще сильно разбавлять водой для увеличения объема, нежели выдавать натурой каждый продукт в отдельности. Несмотря на попытки властей и лично Ленина пресечь это, новый обычай закрепился на практике и даже стал позднее «нормальным» явлением.

В 1921–1931 годах происходило быстрое восстановление русского семейного стола во всем его довоенном объеме. Значительное развитие получили в городах частные столовые, иногда совсем небольшие – всего на 10–15 человек. Их многочисленность, конкурентоспособность, а также профессиональные навыки, экономические возможности их содержателей дали хорошие результаты: значительно расширился ассортимент блюд, повысились требования людей к качеству и вкусу пищи. Другой тенденцией нового периода было сведение меню к стабильному составу из десятка «проверенных», устойчиво популярных блюд. Эта тенденция возобладала в общественном питании. Однако в 30-х годах по мере расширения масштабов общественного питания и строительства целых фабрик-кухонь на сотни посадочных мест приходилось идти не только на упрощение меню, но и на упрощение композиции и технологии блюд. Все, что казалось слишком сложным, отсекалось, экзотические компоненты (особенно пряности, приправы) просто-напросто исключались. В конце концов «победившей» технологией оказалась варка, первоначальный прием древнерусской кухни. Так, несмотря на радикальные изменения и новшества, основы русской кухни, по сути дела, остались незыблемыми, хотя об их сознательном сохранении в то время, конечно, никто не помышлял. Капустные щи, отварная говядина, гречневая каша со сливочным маслом, клюквенный кисель или чай с вареньем и лимоном стали наиболее частым и распространенным советским меню 20–40-х годов. Его отметили в 30-х годах Анри Барбюс и Лион Фейхтвангер после обеда в Кремле, оно же господствовало и в заводских столовых. Это было веками проверенное русское меню: щи и гречневая каша не приедаются (!), особенно если их готовят с небольшими вариациями. В праздник могли быть домашние пельмени, фаршированный кислыми антоновскими яблоками гусь или утка, куриная лапша и, конечно, пироги – кулебяки с грибами, яйцами, рисом и вязигой. Речная рыба была в изобилии, в том числе и рыбопродукты – копченая рыба (балык), икра черная и красная, соленая семга. Правда, рыба не местного вылова из-за перевозки ее в живорыбных садках несколько подорожала.

В целом домашний стол продолжал сохранять национальные черты, особенно в восточных районах страны и на Кавказе, а также там, где в семьях все еще жили рядом три поколения. Вместе с тем, отвечая идеалам времени, стол был скромен.

В годы Великой Отечественной войны все профессиональные поварские кадры, в том числе высококвалифицированные, полностью влились (независимо от возраста) в армию и флот – и это обеспечило в ряде частей и соединений приготовление пищи на таком высоком уровне, что она для большинства солдат оказалась не хуже, а лучше домашней. Это обстоятельство имело существенное значение для поддержания хорошего физического состояния и морального духа войск и внесло, по сути дела, важный вклад в обеспечение победы над врагом. Даже в сложных условиях наступления, а не только в периоды позиционной войны, советские воины получали горячую пищу из двух блюд непосредственно на передовых рубежах – до и после боя.

Война не только приучила десятки миллионов людей к общественной кухне, она породила и доверие к ней. Поэтому сразу после войны услугами общественного питания стало пользоваться неизмеримо больше людей, чем в довоенные годы, а к началу 60-х годов общественное питание как направление победило домашнее.

Однако в 60–70-х годах уровень поварского искусства в общественном питании значительно снизился: сказывалась утрата старых профессиональных кадров. В кулинарию пришли случайные люди, произошла резкая замена мужского персонала преимущественно женским, овладевшим лишь элементарными навыками в приготовлении нескольких простейших блюд. Отрицательно сказалось на развитии советской кулинарии в послевоенные десятилетия исключение из общественного питания традиционных русских продуктов (а следовательно, и блюд из них!), которые всегда признавались национальными и обычно заготавливались домашним способом: квашений, солений, сушеных грибов, лесных ягод, варений.

То же самое можно сказать и о рыбе. До войны, когда не было холодильников, речную рыбу традиционно держали живой в бассейнах при базарах, предприятиях, магазинах, фабриках-кухнях. После войны это правило было нарушено. По разным причинам исчезли некоторые традиционные сорта речной рыбы: каспийская сельдь-залом, волжская вобла, керченская сельдь-пузанок, судак, балтийская сырть (рыбец), чудской снеток, невская корюшка, сурская стерлядь и другие. Вместе с ними исчезли и специфические блюда старой русской кухни, рассчитанные только на это пищевое сырье.

Переход к лову морской (океанической) рыбы, продажа ее в замороженном и брикетированном, филированном виде долгое время (в течение полутора десятков лет) не находили отклика в народе. Более того, неумелое приготовление морской рыбы в столовых обусловило отрицательное отношение к рыбным блюдам у молодого поколения потребителей, не связанного с кулинарными традициями и уже привыкшего в основном к мясной пище. Одной из характерных особенностей советской кулинарии 50–70-х годов стало очевидное преобладание мясных блюд в меню общественного питания. Поскольку русская национальная кухня фактически не знает мясных вторых блюд, в меню столовых и ресторанов прочно вошли западноевропейские блюда: котлеты, лангеты, эскалопы, бифштексы, гамбургеры, шницели, рулеты и другие изделия с фаршем, ставшие за последние 30–40 лет «русскими». Вот почему современное поколение уже не связывает с понятием «русский стол» исключительно рыбные и грибные блюда.

Другим новшеством было появление на русском (советском) столе в массовом масштабе, наряду с традиционными солениями и квашениями, гораздо большей, чем хотелось бы, доли не принятых ранее маринадов и консервированных овощей и фруктов. Домашнее консервирование в последние десятилетия развивается под влиянием композиций консервной промышленности Болгарии, Венгрии и Югославии, поставляющих на отечественный рынок овощные и фруктовые консервы, в которых уксус, разные ингибиторы, перец, да и сама стерилизация используются в качестве консервирующих средств вместо обычного для нашей кухни заквашивания и соления в открытой посуде. Вкус, а равно и состав этих овощных фабрикатов, применяемых ныне в гарнирах (паприкаш, помидоры, перец-капсикум, зеленый горошек, стручковая фасоль и другие), значительно отличаются от вкуса и состава изделий русской кухни, отчего блюда и домашнего, и тем более общественного стола приобретают часто далеко не русский вкусовой оттенок.

В 70–80-е годы у нас резко увеличилось также потребление яичных блюд, использование домашней птицы (особенно бройлеров, кур, индеек, уток) и колбасных изделий как полуфабрикатов вторых горячих блюд. Одновременно в домашнем быту на протяжении 60–80-х годов упрощались состав и технология блюд, главным образом из-за нежелания современного горожанина долго возиться с приготовлением пищи. Так, птица отваривается или жарится целиком (реже частями), но почти вовсе не фаршируется яблоками, картофелем, луком, рисом, изюмом, как было прежде, когда она реже появлялась на столе и становилась маленьким событием в семье.

Вместе с тем уже с середины 70-х годов и особенно с начала 80-х возникла новая тенденция в развитии советской кухни – интерес как в профессиональных, поварских, так и в широких народных кругах к древнерусской и московской кухне XVII века, к русским национальным традициям, а также к национальным кухням народов, лучше других сохранивших самобытность, – к закавказским и среднеазиатским. В общественном питании широко распространились такие блюда, как шашлык, цыплята табака, лагман, плов, правда, в сильно упрощенных вариантах и часто без учета традиционного пищевого сырья (свинина вместо баранины в шашлыке!). Об истинном вкусе этих блюд сегодня нельзя судить по их ресторанному приготовлению в русских районах страны.

Современное увлечение кухней-ретро в большинстве случаев сводится к чисто внешним фор-

мам: в ресторанах восстанавливается старинный или псевдонациональный интерьер, приобретается или имитируется старая столовая посуда, вводятся национальные наименования блюд (не всегда, впрочем, корректные). Однако технология и композиция современных русских блюд много теряют из-за утраты истинной рецептуры и навыков приготовления.

С целью восстановить репертуар национальных кухонь основных наций нашей страны в том виде, в каком он сложился к началу XX века (без последующих модернизаций, дополнений или сокращений), была проделана исследовательская работа по составлению свода «Национальные кухни наших народов» (1978 год). Основываясь на результатах своего историко-этнографического и кулинарного исследования, автор предлагает специально отобранный, рекомендательно-показательный перечень рецептур и технологии наиболее замечательных, оригинальных и характерных блюд русской кухни, а также наиболее достойные образцы блюд других народов, которые вошли в общую современную советскую кухню. При этом дается по возможности классическая, а не адаптированная рецептура, гарантирующая сохранение оригинального вкуса.

Если кратко охарактеризовать советскую кухню, можно сказать, что ее отличают, во-первых, интернационализм, терпимость, уважение и интерес к кулинарным традициям всех народов нашей страны, а во-вторых, стремление к бережному сохранению и реконструкции кулинарной старины там, где это практически возможно.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Ни в какой другой национальной кухне нет такого разнообразия типов супов, как в русской. Их можно разделить по крайней мере на семь больших групп.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ с использованием кваса как основной жидкости. Сюда относятся **ТЮРИ, ОКРОШКИ И БОТВИНЬИ.**

Легкие супы, или **ПОХЛЕБКИ,** основу которых составляют вода и овощи.

СУПЫ-ЛАПША с мясной, грибной и молочной гаммой.

ЩИ – основной тип русских супов.

РАССОЛЬНИКИ И СОЛЯНКИ – тяжелые супы на мясном (курином, рыбном) бульоне и солено-кислой основе.

УХА И КАЛЬЯ – две главные разновидности русских рыбных супов.

И, наконец, собственно СУПЫ НА КРУПЯНОЙ И КРУПЯНО-ОВОЩНОЙ ОСНОВЕ.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ

ТЮРИ

ТЮРЯ – это жидкое холодное блюдо, приготавливаемое без помощи огня, наскоро. То, что тюря проста по сравнению с остальными супами, а также отсутствие в тюрях мяса и жиров создало им «славу» блюда для бедняков, а это, в свою очередь, привело к тому, что тюрь стала чуждаться ресторанная кухня. На самом деле тюря – дешевое, вкусное и удобное в домашнем быту блюдо, которое надо уметь готовить тщательно и с соблюдением определенных правил. Основные компоненты в тюрях – хлеб и квас. Хлеб при этом должен быть всегда свежим, мягким, обрезанным от корок и лучше всего подогретым в духовке и затем нарезанным мелкими кубиками. Квас должен быть кислым, т. е. белым или светлым хлебным квасом, предназначенным для первых блюд. Сменный компонент в тюрях – овощи, либо мелко-намелко нарезанные, либо натертые на терке. Нарезка должна быть очень тонкой, аккуратной, натерка только на мелкой терке. По этим овощам тюри и носят свои названия – тюря с луком, тюря с хреном, тюря с редькой и т. д. Тюря – типичное домашнее блюдо: ее надо съедать сразу же после приготовления и нельзя приготавливать загодя и впрок. Кроме того, тюрю необходимо сдабривать свежими пряными травами – укропом, сельдереем и т. п. Только при этих условиях тюря будет вкусным, приятным блюдом. Употребляют тюри обычно летом, в жаркие дни, при отсутствии аппетита, когда требуется аперитив, а также при усталости, после бани, при насморке. Тюри поэтому можно рассматривать как своего рода жидкие закуски. По типу тюрь можно приготавливать супы-закуски на основе различных овощных соков – морковного, томатного и т. п. Один из рецептов такой современной тюри мы даем.

ТЮРЯ С ЛУКОМ

1 л **кваса**
0,5 стакана **мелко нарезанного зеленого лука**
1 **луковица** (мелконарезанная)
1 стакан **мелконарезанного ржаного хлеба**
4 **зубчика чеснока** (растолченного с солью)
1 ст. л. **укропа**
2 ст. л. **сметаны**
1 ч. л. **соли**

Все компоненты, кроме сметаны, перемешать равномерно в эмалированной посуде, залить квасом и заправить сметаной.

ТЮРЯ С ХРЕНОМ

1 л **кваса**
4 ст. л. **свеженатертого хрена**
1 стакан **мелко нарезанных кубиков ржаного хлеба**
0,5 стакана **зелени сельдерея, петрушки и укропа**
1 ч. л. **соли**

Все компоненты перемешать, залить квасом.

ТЮРЯ С РЕДЬКОЙ

1 л **кваса**
1 **черная редька** (величиной с яблоко 200 г)
1 стакан **мелко нарезанных кубиков ржаного хлеба**
1 ст. л. **зелени петрушки**
1 ст. л. **зелени сельдерея**
1,5 ч. л. **соли**

Приготовить, как и тюрю с хреном.

ТЮРЯ ТОМАТНАЯ

1 л **томатного сока**
0,75 стакана **мелко нарезанного черного хлеба**
0,5 стакана **корня сельдерея**, натертого на терке
0,5 **головки чеснока**
1 ч. л. **кориандра**
1,5 ч. л. **соли**

Чеснок и кориандр растереть с солью, перемешать с остальными компонентами, залить томатным соком.

ОКРОШКИ

ОКРОШКА – холодный суп на квасу, в котором основным компонентом является не хлеб, как у тюрь, а овощная масса. К этой массе могут быть подмешаны холодное отварное мясо или рыба в пропорции 1:1. В зависимости от этого окрошка называется овощной, мясной или рыбной. Подбор овощей, а тем более мяса и рыбы, к окрошке далеко не случаен. Очень важно подобрать наилучшее вкусовое сочетание овощей, мяса и рыбы с квасом и друг с другом. При этом все продукты должны быть свежими и высококачественными. Эти условия, к сожалению, часто не выполняются. В результате в домашнем и общественном питании в окрошку идут случайные, не свойственные ей и огрубляющие ее овощи вроде редиса, а также плохие части мяса или даже колбаса, чуждая окрошке.

В настоящей окрошке должны быть овощи двух родов: одни нейтральные или пресные по вкусу, другие – пряные и острые. Подходят для окрошки, во-первых, отварные картофель, репа, морковь, брюква и свежие огурцы. Их нарезают мелкими кубиками. Они должны составлять примерно половину овощной основы в овощных окрошках и от четверти до трети объема в мясных и рыбных окрошках. Пряная часть должна состоять из мелко нарезанного зеленого лука (причем лук преобладает в этом наборе), зелени укропа, петрушки, кервеля, сельдерея, эстрагона.

Мясо для окрошки желательно подбирать разных сортов, а еще лучше сочетать мясо разных животных и домашней птицы. Это всегда объяснялось тем, что на окрошку шло не специально для нее приготовленное мясо, а остатки от других мясных блюд, преимущественно мясо, срезанное с костей, кстати, наиболее мягкое и нежное. В старинной русской окрошке предпочитали сочетать мясо поросенка, индейки и тетерева, т. е. нежную свинину, домашнюю птицу и дичь. Позднее в окрошку стали класть отварную говядину с примесью домашней птицы или без нее.

Из рыбы годятся в окрошку линь, судак, поскольку их мясо сладкое, нейтральное и не очень костистое, из морских – только треска, наиболее нейтральная по вкусу и нежирная и хорошо сочетаемая с овощами

и квасом. Отваривать рыбу для окрошки надо, как для тельного (см. с. 469–470), только предварительно нарезать филе кубиками по 1×1 см. Вообще же рыбная окрошка стала выходить из употребления как менее вкусная, чем овощная или мясная.

Условием для получения хорошей окрошки является также выбор для нее жидкой основы, т. е. кваса, и заправка его пряностями. Обычно для окрошки идет так называемый белый окрошечный квас (см. с. 498), более кислый, чем обычный питьевой хлебный. В овощной окрошке он должен составлять не менее трети всей жидкой основы, в мясной окрошке его можно употреблять пополам с питьевым, а в рыбной он незаменим. Рыбную окрошку следует дополнительно подкислить еще лимонным соком или лимонной кислотой. Что касается пряной заправки, то она состоит либо из огуречного рассола хорошего качества, либо из горчицы и черного молотого перца, разведенных предварительно в полстакане кваса, либо из сочетания того и другого. Оба вида заправки смешивают вначале с нейтральными по вкусу овощами, луком и мясом, слегка разминают их деревянной ложкой, дают настояться 30 мин., чтобы рассол впитался в мясо, и только затем заливают квасом.

Заправка овощной окрошки может содержать вместо горчицы чайную или десертную ложку свеженатертого хрена, а также как можно больше разнообразной пряной зелени – укропа, петрушки, сельдерея, кервеля и т. п.

Заправка должна составлять примерно 1/6–1/5 жидкости окрошки, или от 0,5 до 1 стакана на 1 л кваса. Необязательные, но обогащающие мясную и овощную окрошки компоненты – соленые грибы (но только не маринованные), моченые яблоки, сливы.

И, наконец, обязательные компоненты всех видов окрошки – крутые яйца и сметана, которыми окрошку заправляют в самую последнюю очередь.

ОКРОШКА ОВОЩНАЯ ЛЕТНЯЯ

1 л **кваса**
0,5 стакана **огуречного рассола**
2 **репы**
1 стакан нарезанного кубиками **отварного картофеля**
2 свежих **огурца**
1 стакан **зеленого лука**
2 ст. л. **укропа**
0,5 ст. л. **петрушки**
1 ст. л. **хрена**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**
3 **крутых яйца**

Приготовить, как указано выше.

ОКРОШКА ОВОЩНАЯ ОСЕННЯЯ

1,25 л **кваса**
0,75 стакана **огуречного рассола**
1 **морковь**
1 **репа**
0,75 стакана **нарезанного кубиками отварного картофеля**
0,75 стакана нарезанных **соленых грибов**
1,5 **свежего огурца**
1 стакан **зеленого лука**
1 **луковица**
1 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **сельдерея** или **кервеля**
1 **яблоко**
2 **крутых яйца**
0,5 ст. л. **горчицы**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

Отваренные и нарезанные кубиками по 0,5 см корнеплоды, так же нарезанные огурцы, яблоки, грибы, мелко нарезанные пряную зелень и лук соединить с пряной заправкой, разведенной в огуречном рассоле, дать постоять 20–30 мин. Залить квасом, посолить, размешать, заправить рублеными яйцами.

ОКРОШКА МЯСНАЯ

1,25 л **кваса**
0,75 стакана **огуречного рассола**
1 стакан **мяса вареного**, мелко нарезанного
1 **брюква**
0,75 стакана **вареного картофеля**, мелко нарезанного
1 **луковица**
0,75 стакана **зеленого лука**
1,5 **свежего огурца**
1 **соленый огурец**

2 **крутых яйца**
по 1 ст. л. **зелени петрушки, сельдерея, укропа**
1 ст. л. **горчицы**
0,5 ст. л. **зелени эстрагона**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

О порядке приготовления см. на с. 444.

ОКРОШКА РЫБНАЯ

1,25 л **кваса**
1 стакан **огуречного рассола**
1 стакан **мелко нарезанной рыбы**
2 **моркови**
0,75 стакана нарезанного кубиками **отварного картофеля**
1 стакан **зеленого лука**
1 **луковица**
2 **свежих огурца**
1 ст. л. **петрушки**
по 2 ст. л. **эстрагона** и **укропа**
3 **крутых яйца**
0,5 **лимона**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**.

О порядке приготовления см. на с. 444.

БОТВИНЬИ

БОТВИНЬЯ – чрезвычайно характерное для русской кухни первое холодное блюдо, постепенно почти исчезнувшее и вследствие своей дороговизны, и главным образом из-за утраты способа приготовления этого относительно трудоемкого по сравнению с другими холодными супами блюда. Встречающиеся иногда в современных поваренных книгах рецепты ботвиньи, предлагающие «облегчить» ее приготовление или заменить нужные для нее продукты другими, ведут к искажению этого блюда, лишают нас представления об истинном его вкусе. Между тем ботвинья как праздничное блюдо до сих пор имеет право на существование в своем неизменном виде.

Полная ботвинья состоит из трех частей: 1) собственно супа – ботвиньи, 2) отваренной красной рыбы (осетра, севрюги, лосося), подаваемой отдельно от супа, 3) мелко нарубленного льда, сервируемого также на отдельной тарелке или в чашке. Таким образом, ботвинью подают сразу в трех посудах с двумя ложками одному лицу.

Однако ботвинью можно приготовить и без дорогой рыбы. Тогда это будет так называемая неполная ботвинья, попросту холодный летний зеленый суп.

По характеру суповой части ботвиньи делят на простые и запарные. Оба вида готовят на квасной основе. При этом запарная ботвинья отличается от простой тем, что кроме кваса в ней присутствует кислая запарная закваска из муки и квасной гущи. Выбор и подготовка квасной основы имеют здесь еще большее значение, чем в тюрях и окрошках. Кислота кваса должна приятно дополнять пресный или солоноватый вкус рыбы, а не противоречить ему. Поэтому квас не должен быть ни сладковатым, ни чрезмерно кислым. Точнее, кислота должна быть тонко-нежно-острой. Она достигается в ботвиньях не только с помощью собственно кваса, но и благодаря нежной растительной кислоте таких трав, как щавель, а в запарной ботвинье – с помощью ржаной закваски. Кроме того, для остроты и аромата в квас добавляют тертый хрен и лимонный сок. Квасной основой для ботвиньи может быть темный хлебный квас, смешанный менее чем с третью белого окрошечного.

Что касается рыбной части ботвиньи, то лучше, если она состоит из разных видов красной рыбы и небольшого количества мяса раков или крабов и креветок (криля).

БОТВИНЬЯ ПРОСТАЯ ПОЛНАЯ

1 л **хлебного кваса**
0,25 л **белого кваса**
1 стакан **крапивы**
1 стакан **щавеля**
3 **молодые свеколки с ботвой**
1–1,5 **свежего огурца**
1–2 ст. л. **тертого хрена**
0,5 **лимона**
1 ч. л. **горчицы**
0,5–0,75 стакана **зеленого лука**
1 ч. л. **соли**
1 ч. л. **сахара**
1,5 ст. л. **укропа**
0,4 кг **рыбы**
4 **рака** (или 1 баночка **криля**)
0,5 стакана **свекольного отвара**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ БОТВИЧНОЙ МАССЫ

Ботву молодых свеколок целиком и отдельно корешки слегка припустить до мягкости. Точно так же слегка отварить (не более 3 мин) целые листья щавеля. Крапиву промыть тщательно в холодной воде, затем ошпарить кипятком и откинуть в дуршлаг. Всю зелень порезать мелконамелко острым ножом и отмерить по рецепту. Ни в коем случае не протирать и не пропускать через мясорубку, иначе ботвинья превратится в суп-пюре и изменится ее вкус. Затем добавить к зеленой массе мелко нарезанные корешки свеклы, а также мелко нарезанный зеленый лук, перетертый с солью и укропом.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КВАСНОЙ ОСНОВЫ И СОЕДИНЕНИЕ ЕЕ С БОТВИЧНОЙ МАССОЙ

Соединить оба вида кваса. Срезать цедру с лимона, растереть ее с сахаром в чашке, добавить туда лимонный сок, горчицу, хрен, немного кваса, свекольный отвар, перемешать и влить в основную массу кваса.

Квасную основу соединить с ботвичной массой, добавить туда нарезанный мелкими кубиками огурец и дать постоять на холоде 15–20 мин – смесь должна настояться, а кислая основа впитаться в ботву. Тем временем приготовить рыбную часть ботвиньи.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ РЫБЫ ДЛЯ БОТВИНЬИ

Набор кусочков (по 50 г) красной рыбы разных видов (осетра, севрюги, лосося) отварить в небольшом количестве кипящей подсоленной воды с луком, укропом, черным перцем и лавровым листом: свежепросольную и соленокопченую рыбу – в течение 2–3 мин, сырую – 10 мин. Применение неотваренной соленой, а тем более солено-копченой рыбы исключается, так как она не сочетается с кислой основой и портит вкус этого дорогого и трудно приготовляемого блюда.

ПОРЯДОК ЕДЫ БОТВИНЬИ

Ботвинью подают либо как первое блюдо, либо после горячего первого как жидкую закуску перед жарким. К ней подают две л. и вилку: вилкой берут рыбу, первой ложкой прихлебывают ботвинью, а второй из чашки со льдом периодически подкладывают в ботвинью кусочки льда, чтобы она все время оставалась холодной. Хлеб к ботвинье идет только свежий ржаной.

БОТВИНЬЯ ЗАПАРНАЯ

2–3 ст. л. ржаной муки
1–1,5 стакана холодной воды
0,5–1 стакан квасной гущи
5 молодых свеколок с ботвой
1–1,25 л хлебного кваса
остальные продукты те же, что и для простой ботвиньи

К описанному выше способу приготовления добавляется один процесс – подготовка запарки. Делают ее за сутки до приготовления самой ботвиньи.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЗАПАРКИ

Ржаную муку развести водой, залить в небольшой глиняный горшок и, закрыв, поставить в нагретую духовку примерно на 20–30 мин. Когда смесь хорошо упреет, процедить ее сквозь сито в эмалированную посуду, добавить отваренную и мелко нарубленную свекольную ботву, залить все квасной гущей и оставить закисать на сутки, после чего развести квасом и соединить с другими компонентами.

ГОРЯЧИЕ СУПЫ

ЩИ

ЩИ – основное жидкое горячее блюдо на русском столе вот уже более тысячелетия. Оно устойчиво сохранялось в разные эпохи, хотя вкусы менялись, и никогда не знало социальных преград, его употребляли все слои населения. Разумеется, щи были не для всех одинаковыми: одни, более полные по составу, так и назывались – «богатые», про другие говорили – «пустые», так как их порой варили из одной капусты да лука. Однако при всех многочисленных вариациях

от «богатых» до «пустых» и при всех региональных (областных) разновидностях щей всегда сохранялся традиционный способ их приготовления и связанный с ним вкус и аромат. Огромное значение для создания неповторимого вкуса щей имело то, что они приготовлялись, а затем томились (настаивались) в русской печи. Не истребимый ничем аромат щей – «щаной дух» – всегда стоял в русской избе. Со значением щей в повседневной жизни были связаны русские поговорки: «Щи – всему голова», «Щи да каша – пища наша» и др.

Поразительное долголетие щей можно объяснить, пожалуй, их неприедаемостью. Щи не надоедают при частом употреблении. Их можно есть чуть ли не ежедневно в любое время года.

Щи в их наиболее полном варианте состоят из шести основных компонентов: капусты (или заменяющей ее ведущей овощной массы), мяса (или, в очень редких случаях, рыбы, грибов – сушеных или соленых), кореньев (моркови, корня петрушки), пряной заправы (лука, сельдерея, чеснока, укропа, перца, лаврового листа) и кислой заправы (сметаны, яблок, капустного рассола). Из этих шести компонентов первый и последний, т. е. овощная ведущая масса и кислая заправа, совершенно обязательны. Самые простые щи могут состоять только из них, продолжая оставаться щами.

Что касается ведущей овощной массы в щах, то чаще всего ею бывает капуста – свежая или квашеная. Но это отнюдь не означает, что щи – это суп с капустой. Признаком щей является кислота, создаваемая чаще всего рассолом квашеной капусты (либо в составе капусты, либо в чистом виде) или, вместо нее, щавелем (зеленые щи), разваром зеленых, диких или антоновских яблок, солеными грибами, а также сметаной (в щах из свежей капусты). Вот почему капусту можно заменять в щах различной зеленой, кислой или нейтральной массой (щавелем, снытью, крапивой, борщевиком – в так называемых зеленых борщевых щах), а также овощной нейтральной массой, хорошо впитывающей кислоту (репой или редькой – в так называемых репяных щах).

Технология приготовления всех видов щей одинакова. Вначале отдельно с кореньями и луком отваривают мясо или грибы. Затем в готовый бульон добавляют капусту или ее заменители и кислоту. Если для щей используют кислую капусту, то ее варят отдельно от мясного бульона и соединяют с ним после его готовности. В обоих случаях лишь после разваривания овощной массы до необходимой мягкости добавляют соль и пряную заправку. Сметаной заправляют готовые щи, чаще всего во время их подачи.

Первоначально в щи вводили еще и мучную заправку (вместе с капустой), чтобы сделать бульон щей более плотным. Это было принято обычно в западных и южных областях России. Однако такая заправка ухудшает вкус щей, огрубляет их аромат. Поэтому с появлением картофеля в целях крахмализации бульона в щи стали добавлять одну-две картофелины – в целом виде, до закладки капусты и кислой основы. Причем часто картофель затем изымают из щей, так как от кислоты он затвердевает. Уплотнению консистенции бульона в постных и зеленых щах способствует также добавление небольшого количества крупы, обычно гречневой (1 ст. ложка на всю кастрюлю), которая полностью разваривается.

Чем проще овощной состав щей, чем постнее они, тем больше умения требуется для их приготовления. Настоящие щи немыслимы без пряной заправы, которая играет немалую роль в создании «щаного духа». Прежде всего огромное значение имеет внесение лука в щи. Наилучшим способом является его двойная закладка: первый раз – целой луковицей вместе с мясом, кореньями и грибами (затем эту луковицу вынимают) и второй раз – мелко нарезанным луком (крошеным) вместе с капустой. В щи нельзя вносить пережаренный отдельно на масле лук – в таком виде он не свойствен настоящим щам.

Точно так же дважды вносят в щи и другую пряную заправу – петрушку и сельдерей: первый раз – корешком, который вынимают затем вместе с луковицей, вторично – в конце варки, в виде зелени. Остальные пряности – лавровый лист, черный перец горошком (раздавленный), укроп и чеснок – вносят так: первые два вида – за 15 мин до готовности, вторые два – вместе с зеленью петрушки в конце варки. После этого щи должны обязательно постоять под крышкой, помлеть, чтобы настояться, минут 10–15 как минимум. Именно в это время щи «доходят до настоящего вкуса»: капуста становится мягкой, кислота и аромат пряностей передаются овощам. Поэтому прежде оставляли щи млеть и томиться после приготовления в легком духу русской печи, где они не остывали, или же отставляли на край плиты, где тепло сохранялось, но кипение прекращалось. Особенно нуждаются в этом щи из кислой капусты. Их хорошо ставить в слабо на-

гретую духовку на 10–15 мин, а то и более. Иногда настаивание щей может длиться несколько часов (от 12 до 24), отчего они приобретают лучший и более своеобразный вкус. Такие щи называются суточными, их готовят загодя, за сутки.

Наконец, надо обратить внимание еще на два обстоятельства, влияющие на качество щей, – это выбор мяса и подбелка или забелка. На щи идет говядина, преимущественно жирная – грудинка, тонкий и толстый край, огузок. Для создания особого запаха к говядине можно добавлять небольшое количество ветчины: десятую-восьмую (а на юге России даже третью) часть от массы говядины. При этом говядину в щах всегда отваривают целым куском, а ветчину измельчают. Только в сборных щах измельчению подвергают все мясные компоненты. Щи из одной свинины, встречающиеся главным образом в пограничных с Украиной областях России, не типичны для русской кухни. То же можно сказать и о встречающихся в отдельных областях России щах с рыбой вместо мяса. Для таких щей когда-то непременно требовались особый подбор рыб (сочетание соленой красной – белужины и осетрины с речной – окунями, карасями и линями) и их раздельная тепловая обработка. Приготовление щей с другой рыбой дает не столь вкусное блюдо, которое потому и не получило распространения.

Что касается забелки, то хорошие щи не могут обойтись без нее. Роль забелки и одновременно подкислителя обычно выполняет сметана. Иногда сметану заменяют простоквашей или просто молоком. В богатых щах из кислой капусты забелкой служит смесь сметаны и сливок в пропорции 4:1. Это очень вкусная забелка.

Несколько слов о консистенции щей. Щи всех видов могут быть густыми либо жидкими, в зависимости от соотношения воды и массы вложенных продуктов. Когда-то идеальными считались густые щи, в которых «ложка стоит», или «щи с горкой», т. е. когда кусок мяса возвышается над поверхностью налитой в тарелку жидкости и гущи. Наши рецепты рассчитаны на щи более чем средней густоты; это означает, что количество жидкости на 1 порцию не должно превышать 350 мл. Холодной воды надо заливать не более 2 л на 4 порции, а лучше 1,5 л, чтобы готовый бульон составлял 1,25–1 л (после выкипания). Варить следует 2 ч. Пряности вносят в щи за 5–10 мин до готовности.

Едят щи обычно с черным ржаным хлебом.

ЩИ БОГАТЫЕ (ПОЛНЫЕ)

750 г **говядины**
500–750 г или 1 пол-литровая банка **квашеной капусты**
4–5 **сухих белых грибов**
0,5 стакана **соленых грибов**
1 **морковь**
1 **крупная картофелина**
1 **репа**
2 **луковицы**
1 **корень** и **зелень сельдерея**
1 **корень** и **зелень петрушки**
1 ст. л. **укропа**
3 **лавровых листа**
4–5 **зубчиков чеснока**
1 ст. л. **сливочного** или **топленого масла**
1 ст. л. **сливок**
100 г **сметаны**
8 горошин **черного перца**
1 ч. л. **майорана** или **сухой ангелики** (зори)

1. Говядину вместе с луковицей и половиной кореньев (моркови, петрушки, сельдерея) положить в холодную воду и варить 2 ч. Через 1–1,5 ч после начала варки посолить, затем бульон процедить, коренья отбросить.
2. В глиняный горшок положить квашеную капусту, залить 0,5 л кипятка, добавить сливочное масло, закрыть, поставить в умеренно нагретую духовку. Когда капуста начнет мягчать, вынуть ее и соединить с процеженным бульоном и говядиной.
3. Грибы и разрезанную на 4 части картофелину сложить в эмалированный сотейник, залить 2 стаканами холодной воды и поставить на огонь. Когда вода закипит, грибы вынуть, нарезать соломкой и опустить в грибной бульон довариваться. После готовности грибов и картофеля соединить с мясным бульоном.
4. К соединенным бульонам и капусте добавить мелко нарезанную луковицу, все остальные коренья, нарезанные соломкой, и пряности (кро-

ме чеснока и укропа), посолить и варить 20 мин. Затем снять с огня, заправить укропом и чесноком и дать настояться в течение примерно 15 мин, закутав чем-нибудь теплым. Перед подачей на стол заправить крупно нарезанными солеными грибами и сметаной прямо в тарелках.

ЩИ СБОРНЫЕ

250 г **говядины**
200 г **баранины**
100 г **ветчины**
100 г **курицы**
100 г **утки** или **гуся**
500–700 г **квашеной капусты**
2 **луковицы**
1 **морковь**
1 **репа**
1 **петрушка**
1 ст. л. **укропа**
1 ч. л. **майорана**
3 **лавровых листа**
4 **зубчика чеснока**
10 горошин **черного перца**
100 г **сметаны**

Готовить по предыдущему рецепту, т. е. мясную и капустную части варить вначале раздельно, затем, доведя мясо до полуготовности, соединить. Каждый вид мяса разрезать на 4 кусочка. Пряности закладывать за 10 мин до готовности щей.

ЩИ ПОСТНЫЕ

500–750 г **квашеной капусты**
5–6 **сухих белых грибов**
1 ст. л. **гречневой крупы**
2 **луковицы**
1 **картофелина**
1 **морковь**
1 **репа** или **брюква**
1 **петрушка**
1 ст. л. **укропа**
3 **лавровых листа**
4 **зубчика чеснока**
8 горошин **черного перца**
100 г **сметаны**
1–2 ст. л. **макового, подсолнечного** или **оливкового масла**

1. Квашеную капусту залить 0,5 л кипятка и поставить в глиняном горшке в духовку на 20–30 мин. Затем отвар слить в отдельную эмалированную или фаянсовую посуду, а капусту посолить, смешать с мелко нарезанным луком, смочить подготовленным ароматизированным[1] растительным маслом и растирать в эмалированной миске деревянной ложкой так, чтобы полностью втереть масло. Затем вновь соединить с отваром и продолжать варить на плите.
2. Подготовить 1 л грибного бульона, как указано на с. 460 (п. 1), соединить бульон с капустой, добавив в него гречневую крупу, и продолжать варить до готовности капусты.

ЩИ ПРОСТЫЕ МЯСНЫЕ

500 г **говяжьей голяшки**
100 г **ветчины**
500–750 г **квашеной капусты**
100 г **сметаны**
1 **морковь**
1 **петрушка**
2 **луковицы**
1–2 **картофелины**
3 **лавровых листа**
4 **зубчика чеснока**
1 ст. л. **укропа**
8 горошин **черного перца**

Говядину и ветчину залить кипятком, добавить луковицу, картофель и часть кореньев (целиком), варить 1,5 ч до полуготовности мяса. Затем заложить перетертую с солью и крошеным луком капусту, остальную часть кореньев, нарезанных соломкой, и продолжать варить еще 1 ч.

[1] Для ароматизации масло нагревают (но не жарят) в сковородке или сотейнике и к нему добавляют семена кориандра, аниса, фенхеля, укропа или зелень сельдерея, петрушки.

ЩИ СУТОЧНЫЕ

Готовить так же, как щи простые мясные, но без картофеля. Пряности закладывать частично – без зелени петрушки, укропа и чеснока. После приготовления щи закутать в теплое, а через 3–4 ч поставить на холод на одни сутки. На следующий день разогреть, добавить пряную зелень и чеснок, сметану.

ЩИ ЛЕНИВЫЕ (ИЛИ РАХМАННЫЕ[1])

500 г **говяжьей грудинки** (но больше распространен вегетарианский вариант)
750 г **свежей капусты** (кочан)
3 **луковицы**
1 **морковь**
1 **картофелина** (пополам)
1 **петрушка** (корень и зелень)
1 **сельдерей** (корень и зелень)
2 ст. л. **укропа**
1 ч. л. **майорана**
2 **лавровых листа**
10 горошин **черного перца**
8 **зубчиков чеснока**
200 г **сметаны**
1 **помидор**

1. Сварить из мяса бульон, как обычно для щей, с луком и кореньями, картофелем в течение 2 ч, процедить.
2. Очистить кочан капусты от внешних листьев, вырезать кочерыжку, не нарушая целостности кочана, положить его на 30 мин в холодную, слегка подсоленную воду. Затем вынуть, ошпарить кипятком и нарезать крупными квадратами (2×2 см).
3. Положить подготовленную капусту, крошеный лук, разрезанный на 4 части помидор и нарезанные соломкой остальные коренья в готовый мясной бульон, посолить и продолжать варить до готовности капусты и кореньев на умеренном огне. Заправить пряностями и сметаной.

ЩИ КИСЛЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ

500–750 г **говяжьей грудинки**
500–750 г **свежей капусты** (небольшой кочан или полкочана)
6–8 маленьких зеленых **недозрелых яблок** любого сорта
2 **луковицы**
0,5 **репы**
2 ст. л. **укропа**
3 **лавровых листа**
8 горошин **черного перца**
100 г **сметаны**

Сварить обычный для щей мясной бульон (см. предыдущие рецепты). Когда мясо будет почти готово, положить капусту, нарезанную квадратиками (1×1 см), мелко нарезанный лук, коренья, через 15 мин варки добавить нарезанные соломкой яблоки, а еще через 5 мин – пряную зелень и варить до тех пор, пока яблоки полностью не разварятся.
Яблоки можно разварить и отдельно в эмалированном сотейнике и влить этот отвар (1 стакан) в уже почти готовые щи.
Эти щи можно готовить и без мяса.

ЩИ СЕРЫЕ (РАССАДНЫЕ)

500 г **говядины**
100 г **ветчины**
750 г **капустной рассады**
1 стакан **крапивы** (ошпаренной)
2 **крутых яйца**
2 **луковицы**
1 **петрушка**
2 ст. л. **укропа**
6 горошин **черного перца**
4 горошины **душистого перца**

[1] Иногда неверно употребляют название «рахмановские». На самом деле слово «рахманный» означает «ленивый, простоватый, нерасторопный» (по-древнерусски). В старину рахманные щи варили из свежей зелени (сныти) или капусты, иногда с рыбой, затем рахманными стали называть любые щи, приготовленные наскоро из некислых зеленых компонентов; с конца XIX – начала XX в. их стали называть ленивыми и варить только из свежей капусты.

100 г **сметаны**
0,5 ч. л. **лимонной кислоты**

1. Подготовить мясной бульон для щей (см. выше).
2. Листья рассады освободить от корешков и стеблей, мелко порезать, ошпарить крутым соленым кипятком, закрыть и оставить в нем на 10–15 мин. Затем откинуть на дуршлаг и засыпать в мясной бульон.
3. Крапиву промыть холодной водой, обдать крутым кипятком, откинуть на дуршлаг и быстро, не давая ей выделять сок, порезать мелко и засыпать в мясной бульон.
4. Варить щи после закладки капусты и крапивы вместе с пряностями еще 10–15 мин. Затем снять с огня, заправить укропом, чесноком, лимонной кислотой, дать настояться. Подавать со сметаной и крутым яйцом (по половинке на порцию).

ЩИ ЗЕЛЕНЫЕ

500 г **говяжьей грудинки**
0,75-литровая банка **щавеля**
2 **луковицы**
1 **морковь**
1 **петрушка**
1 **сельдерей**
1 ст. л. **укропа**
10 горошин **черного перца**
3 **лавровых листа**
4 **зубчика чеснока**
2 **крутых яйца**
100 г **сметаны**

1. Сварить мясной бульон, как указано в предыдущих рецептах.
2. Щавель тщательно промыть в холодной воде, освободить от стеблей, мелко нарезать и положить в готовый кипящий мясной бульон. Одновременно добавить мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой коренья, пряности, за исключением чеснока и укропа, и варить 10–15 мин до потемнения щавеля. Чеснок и укроп внести за 2 мин до конца варки. При подаче на стол заправить сметаной и мелко нарезанными яйцами.

ПРИМЕЧАНИЕ.
Щи зеленые можно готовить и без мяса. В этом случае щавель, коренья и пряности вносят в 1,25 л кипящего подсоленного лукового бульона, в который засыпают еще 1 ст. ложку риса и 1 ст. ложку гречневой крупы. Варят 15 мин.

ЩИ КРАПИВНЫЕ

4 стакана **ошпаренной крапивы**
2 ст. л. **гречневой крупы** (ядрицы)
1 ст. л. **риса**
1 **картофелина**
2 **яйца**
0,5 ч. л. **лимонной кислоты**
1 **петрушка**
1 **сельдерей**
1 ст. л. **укропа**
8 горошин **черного перца**
100 г **сметаны**
1,25 л **воды**

1. В кипящую подсоленную воду или готовый мясной бульон положить пряные овощи, мелко нарезанный лук, крупу и кипятить 10–12 мин.
2. Затем положить крапиву, подготовленную следующим образом. Листья молодой крапивы (верхние три-четыре листа) освободить от стебельков, тщательно промыть несколько раз в холодной воде, ошпарить крутым кипятком, быстро откинуть на дуршлаг, не давая крапиве пустить сок, и сразу же нарезать мелко-намелко. Варить крапиву в бульоне 10–12 мин.
3. Снять щи с огня, заправить чесноком, укропом, лимонной кислотой, дать настояться.

ЩИ РЕПЯНЫЕ

500 г **говяжьей грудинки**
100 г **ветчины**
500 г **репы**
1 **брюква**
1–1,5 стакана **капустного рассола**
2 **луковицы**
1 **петрушка**
8 горошин **черного перца**
1 ч. л. **майорана**

4 **зубчика чеснока**
2 ст. л. **укропа**
100 г **сметаны**

Готовить, как простые мясные щи. Репу и брюкву, нарезанные соломкой, закладывать в готовый мясной бульон вместе с капустным рассолом и варить до мягкости овощей.

ПОХЛЕБКИ

ПОХЛЕБКИ – первые горячие блюда, по существу крепкие овощные отвары. В отличие от супов и щей, приготовляемых на мясных бульонах, похлебки – легкие супы, основу которых составляют вода и овощи[1].

В похлебках преобладает всегда один овощной компонент, по имени которого они называются: луковая, картофельная, репяная, брюквенная, чечевичная и т. д. Предпочтение оказывается овощам нежным, не требующим длительной варки, обладающим характерным ароматом.

Никогда не используют в похлебках фасоль, свеклу, кислую капусту.

В состав похлебок обязательно входят лук и пряности, подбор которых неодинаков для каждого вида похлебки. Пряная зелень петрушки, укропа и сельдерея, а также чеснок – наиболее частые компоненты.

Солить похлебки надо осторожно и по-разному, в зависимости от основного овощного компонента: картофельную – в начале варки, чечевичную – после окончания варки, остальные – в процессе приготовления.

Характерным для технологии приготовления похлебок является то, что овощи закладываются не в холодную воду, а обязательно в крутой кипяток (можно также распустить в нем мелко нарезанный лук).

При кажущейся легкости и быстроте (они варятся примерно 20–30 мин) приготовление похлебок требует особого внимания и навыков, тщательности при обработке овощей.

Надо сохранить и донести до стола легкий аромат похлебки, запаху которой могут повредить недостаточно отмытые или плохо очищенные от кожуры овощи. Надо знать порядок закладки и время варки овощей и пряностей. Похлебку нельзя переваривать, ибо тогда весь аромат улетучится, а бульон помутнеет. Настоящие похлебки всегда прозрачны, причем каждая имеет свой цвет. В отличие от собственно супов их готовят без жиров, без масла, как чистые овощные отвары. Допускается последующая подбелка сметаной, а чаще сливками. Но подбелка, а тем более прибавление масла, хотя бы и сливочного, все же изменяет вкус похлебки.

Едят похлебки с черным ржаным хлебом, лучше совсем свежим, и тотчас же после их приготовления, горячими. Оставлять похлебку на другой день и подогревать нельзя.

ПОХЛЕБКА ЛУКОВАЯ

1,25 л **воды**
4–6 **луковиц**
1 **лук-порей**
1 **петрушка**
1 **сельдерей**
1 ст. л. **укропа**
4–6 горошин **черного перца**
1 ч. л. **соли**

Коренья нарезать соломкой, положить в кипящую воду. Репчатый лук и лук-порей порезать мелко-намелко (но только не колечками), перетереть с солью в фарфоровой посуде и засыпать в кипящий бульон. Положить перец. Когда лук распустится и бульон окрасится в зеленый цвет, досолить, засыпать измельченную пряную зелень и через 3 мин снять с огня. Закрыть, дать настояться в течение 5 мин.

ПОХЛЕБКА КАРТОФЕЛЬНАЯ

1,5 л **воды**
5–6 **картофелин**
1 **луковица**
0,5 **головки чеснока**
3 **лавровых листа**
1 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **зелени петрушки**
6–8 горошин **черного перца**

[1] Поэтому в принципе неверно встречающееся иногда ресторанное название первого блюда – похлебка мясная (или куриная).

В подсоленный кипяток положить измельченный лук, нарезанный кубиками картофель и варить до готовности картофеля. Пряности и пряную зелень внести соответственно за 5–7 и 2 мин до готовности.

ПОХЛЕБКА РЕПЯНАЯ (РЕПНИЦА)

1,5 л **воды**
5–6 **реп**
1 небольшая **брюква**
1 **луковица**
2 горошины ямайского (душистого) **перца**
2 бутончика **гвоздики**
4 горошины **черного перца**
2 **лавровых листа**
1 ст. л. **петрушки**
1 ст. л. **укропа**
4 зубчика **чеснока**

Варить так же, как и картофельную похлебку. Пряности вносить за 10 мин, а пряную зелень – за 2–3 мин до готовности.

ПОХЛЕБКА ЧЕЧЕВИЧНАЯ

1,5–1,75 л **воды**
1 стакан **чечевицы**
1 **луковица**
1 **морковь**
1 **петрушка**
3 **лавровых листа**
6 горошин **черного перца**
0,5 головки **чеснока**
1 ст. л. зелени **чабера**

Чечевицу замочить на сутки в холодной воде. Перед приготовлением еще раз промыть, залить холодной водой и поставить на умеренный огонь. Когда закипит, внести измельченные коренья и варить до полного разваривания чечевицы (должно остаться 1,25–1 л жидкости). Затем добавить лук и остальные пряности, кроме чеснока и чабера, посолить и варить на очень слабом огне еще 10–12 мин, после чего заправить чесноком и чабером, снять с огня и дать настояться 5–8 мин.

УХА

УХА[1] – жидкое горячее рыбное блюдо, которое, однако, неправильно было бы называть рыбным супом. Название «уха» закрепилось исключительно за рыбным бульоном только с конца XVII – начала XVIII в. В XI–XII вв. «ухой» называли также навар из мяса, в XVI–XVII вв. – из курицы. Однако уже с XV в. уху все чаще начинают делать из рыбы, которая лучше других продуктов давала возможность создать блюдо, принципиально отличающееся от остальных жидких блюд русского стола. Уха превратилась в блюдо быстрого приготовления, с прозрачной жидкостью, похожей на бульон, поэтому ее нельзя заправлять, как рыбный суп, маслом, крупой, мукой, пережаренным луком и т. п.

В течение веков сложились совершенно определенные правила приготовления ухи, касающиеся подбора рыбы, посуды, количества и состава овощей и пряностей, порядка закладки и времени варки.

Так, варить уху следует в неокисляемой посуде (эмалированной, глиняной). Классическую русскую уху варят из тех рыб, которые дают прозрачный навар, отличаются клейкостью, нежностью и «сладостью». Это судак, окунь, ерш, сиг – из них получается лучшая, так называемая белая уха. К ним добавляют обычно одну треть налима, сома, линя или язя. На втором месте по вкусу – уха из жереха, сазана, голавля, сырка, карася, карпа, красноперки. Уха из этих рыб называется черной. Наконец, уха из красной рыбы – осетра, белуги, севрюги, нельмы, лосося – называется красной ухой, или янтарной, когда она особенно жирна и сделана с шафраном. Кроме этих видов ухи, классическая русская кухня знает уху рядовую, опеканную, вялую, пластовую, сладкую и мневую[2].

Уху варят обычно не из одного какого-либо вида рыбы, а из двух, как минимум, и из четырех, как максимум. Исключением может быть уха из красной рыбы, которую варят и из одного вида рыбы. Особое место занимают региональные разновидности ухи – уха из стерлядей (стерляжья, волжская), уха из снетков

[1] От «юха» – животный сок, кровь, навар.
[2] Из печени налимов, приготовлялась только в Новгородской Руси. В Архангельске и на Кольском п-ове – также из печени трески.

(чудская, псковская) и уха из сущика[1] вместе с солеными рыжиками – так называемая уха лачская (лажская), или онежская.

Не годятся для ухи плотва, лещ, пескарь, уклейка, вобла, тарань, а также сельдевые всех видов, скумбрия, чехонь, бычки. Их лучше использовать для приготовления рыбных супов.

Бытует мнение, что хорошую уху нельзя приготовить из морской рыбы. Это неверно. Многие из морских рыб по своим качествам хорошо подходят для варки ухи. Это треска, палтус, макрурус, нототения, угольная рыба, вомер, ледяная рыба, сквама, морской окунь. Треска и палтус, например, использовались и ранее для приготовления поморской (архангельской) ухи. Обычно уху из пресноводной рыбы стараются приготовить сразу же после ее вылавливания. Чем свежее рыба, тем вкуснее уха. Это полностью относится и к морской рыбе. Поэтому если она заморожена, то для лучшего сохранения свежести ее не следует размораживать перед закладкой в уху. Причем лучше выбирать для ухи более молодую, мелкую рыбу, стараясь к тому же брать менее подверженную порче хвостовую часть. Наиболее удачно для ухи сочетание нежирной рыбы (трески, ледяной, макруруса, вомера) с жирной (палтусом, морским окунем, сквамой, нототенией).

В уху кладут минимум овощей – небольшое количество картофеля (причем нерассыпчатого, сладких сортов), моркови и обязательно лук. Если уху готовят из живой рыбы, то в нее кладут только лук. Если же используют свежую, но уже уснувшую рыбу, то овощи кладут обязательно. Кроме того, вносят довольно большой набор пряностей: петрушку (корень и зелень), лук-порей, зеленый лук, укроп, черный перец, лавровый лист, эстрагон, пастернак, а в некоторые виды ухи добавляют шафран, мускатный орех, имбирь, анис, фенхель. Обычно ассортимент пряностей зависит от сорта рыбы – чем жирнее рыба, тем больше требуется для ухи пряностей.

Чрезвычайно важно для создания своеобразного вкуса и аромата ухи соблюдать правильный режим варки. Прежде всего для ухи необходимо подготовить бульон – кипящий подсоленный овощной отвар, куда на короткое время (от 7 до 20 мин) опускают рыбу. Основная цель подготовки бульона – создать такую среду для рыбы, в которой бы она не выварилась полностью, т. е. оставалась бы вкусной и сочной. Прежде с этой целью в бульоне сначала полностью выварили мелкую рыбу, а также головы и кости, которые затем выбрасывали, а бульон процеживали и осветляли яично-белковой оттяжкой. И только потом в этом рыбном бульоне отваривали куски более крупной рыбы или ее филе, предназначенные для еды с ухой. Позднее уплотнения консистенции бульона стали достигать, отваривая в нем картофель.

Такой прием более подходит к приготовлению ухи из морской рыбы.

Продолжительность варки рыбы целиком зависит от ее вида: пресноводная рыба варится 15–20 мин (а рыба сибирских рек 25–30 мин), морская – 8–12 мин. Переваривание морской рыбы ухудшает качество рыбного мяса, делает его жестким и ухудшает вкус самого бульона, который становится менее сладким, менее ароматным.

Уха получится значительно вкуснее, если ее варить без крышки, в открытой посуде и на умеренном или слабом огне.

Показатель готовности ухи – легкое отставание мяса рыбы от костей, а показатель хорошего качества – прозрачность бульона, его тонкий аромат, белизна мяса рыбы. Уха не должна иметь специфического рыбного запаха, каким нередко обладают рыбные супы, при варке которых допускается сильное разваривание рыбы.

Едят уху с черным хлебом или с рыбной кулебякой, пирогами, начиненными вязигой, саго, рисом и яйцами, луком либо рыбой (расстегаи). Ниже приводятся современные рецепты рядовой ухи – из речной и из морской рыбы, а также разновидности старинной русской ухи: сборная, карасевая, опеканная, сладкая, раковая. Различия в их приготовлении незначительные, но все же имеются.

УХА РЯДОВАЯ (ИЗ РЕЧНОЙ РЫБЫ)

1,5 кг **рыбы**
1,75 л **воды**
2 **луковицы**
0,5 **моркови** (небольшой)
1 **петрушка** (корень и зелень)

[1] Сущик – сушенные в русской печи мелкие окуньки, ерши, снетки.

1 **корень пастернака**
2 **картофелины**
1 ст. л. **укропа**
3 **лавровых листа**
8 горошин **черного перца**
1 ст. л. **эстрагона**
2 ч. л. **соли**

В подсоленный кипяток положить картофелины, разрезанные на четвертушки, головы и хвосты рыбы, мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой морковь и петрушку и варить на слабом огне 20 мин, затем снять пену, при желании – процедить, затем положить лавровый лист, перец, прокипятить еще 5 мин, усилить огонь и опустить в готовый бульон вычищенную и разрезанную на крупные куски (шириной 4–5 см) рыбу, варить ее на умеренном огне 15–17 мин, не давая сильно кипеть. В конце, если надо, досолить, засыпать зеленью петрушки, укропа и эстрагона, снять с огня, закрыть крышкой и дать настояться в течение 7–8 мин.

УХА РЯДОВАЯ (ИЗ МОРСКОЙ РЫБЫ)

1,5 кг **рыбы** или 1,25 кг **филе** (примерно по 0,5 кг **трески, палтуса, морского окуня**)
1,75 л **воды**
2 **луковицы**
0,5 **моркови**
3 **картофелины**
4 **лавровых листа**
10–12 горошин **черного перца**
1 **лук-порей**
1 **петрушка**
2 ст. л. **укропа**
4–5 тычинок **шафрана**
2 ч. л. **соли**
4 ломтика (кружочка) **лимона**

В подсоленный кипяток положить нарезанный кубиками картофель, соломкой нарезанные морковь и петрушку, мелко нарезанный лук, прокипятить 10–15 мин на умеренном огне до полуготовности картофеля, затем заложить все пряности, кроме укропа и части порея, а через 3 мин – нарезанную крупными кусками рыбу и продолжать варить еще 8 мин на умеренном огне. Если надо, досолить. За минуту до готовности засыпать укроп, лук-порей. Дать настояться, положить лимон (см. предыдущий рецепт).

УХА СБОРНАЯ

В состав рыбной части ухи входят речная и красная рыба в соотношении 2:1 или 1:1. Порядок приготовления такой же, как для рядовой ухи. Из пряностей, помимо тех, что используются в рядовой ухе из речной рыбы, можно добавить шафран и имбирь (на кончике ножа).

УХА ОПЕКАННАЯ

Набор продуктов тот же, что для рядовой ухи. Опеканную уху можно варить двумя способами.
1. Головы, хвосты, кости от разделанной рыбы сварить в течение 20–30 мин на умеренном огне, бульон процедить и отварить в нем в течение 5 мин крупные куски филе рыбы. Затем рыбу вынуть, обмакнуть во взбитое с 1 ч. ложкой муки яйцо, слегка обжарить (опечь – отсюда «опеканная») в сковороде на сливочном масле и вновь погрузить в кипящий рыбный бульон для доваривания еще на 3–5 мин.
2. Рыбу, овощи, пряности положить в глиняный горшок, залить кипятком, закрыть, поставить в нагретую духовку на большой огонь на 15 мин. Когда уха начнет кипеть, вынуть из духовки, добавить 1 ст. ложку сливочного масла, поверх налить хорошо взбитые 1–2 яйца и вновь поставить в духовку на 15 мин – до полного запекания (опекания) яиц.

УХА КАРАСЕВАЯ

Готовить так же, как уху рядовую из речной рыбы (см. выше), но вместо картофеля положить 2 ст. л. промытого риса. Сначала отварить головы карасей отдельно, а затем бульон процедить и положить в него самих карасей, не разрезая их на куски.
Эту уху не солят.

УХА ПЛАСТОВАЯ

Готовить так же, как уху рядовую, но из соленой и провяленной рыбы, распластанной вдоль. Первоначально такую рыбу надо ошпарить кипятком, в котором варился анис или фенхель. После этого ее можно класть в уху, но не 1,5 кг, как для рядовой ухи, а 1 кг.

УХА ВЯЛАЯ

Готовить так же, как и рядовую, но из сушеной на солнце мелкой рыбы или из сущика. В нее можно добавлять сухие или свежие грибы.

УХА СЛАДКАЯ

Варить как рядовую уху из речной рыбы, но моркови брать вдвое больше (целая морковь вместо половины) и нарезать ее мелкими кубиками. Увеличить также долю пастернака, а в качестве добавочных пряностей в бульоне в марлевом мешочке отварить в течение 5–7 мин (а затем вынуть) 1 ч. ложку семян аниса или фенхеля.

УХА РАКОВАЯ

В рыбную часть этой ухи входят 2 части мяса рака и 1 часть мяса рыбы, лучше всего щуки или другой пресноводной рыбы. Из этой смеси сделать тельное (см. с. 469–470) с добавлением лука, черного перца и 1 ст. л. пшеничной муки (на 1 кг рыбы). Уху варить из свежей мелкой речной рыбы, которую после разваривания вынуть, после чего бульон процедить и опустить в него тельное, которым предварительно наполнить раковые панцири. Закладка овощей и пряностей та же, что для рядовой ухи, за исключением укропа, которого взять вдвое больше.

КАЛЬЯ

КАЛЬЯ – распространенное в XVI–XVII вв. рыбное жидкое первое блюдо. Впоследствии оно постепенно почти вышло из употребления, а кое-где его неправильно стали называть рыбным рассольником. Готовят его в основном так же, как и уху, но в бульон для кальи добавляют соленые огурцы, огуречный рассол, лимоны и лимонный сок, либо каждый в отдельности, либо вместе взятые. Отличительным признаком кальи прежде являлось то, что для нее использовали обычно только жирную рыбу, преимущественно красную, и наряду с рыбой в нее клали икру.

Хорошую калью можно приготовить из морской рыбы, традиционно применявшейся на Русском Севере, например из палтуса, зубатки, достаточно жирных и к тому же хорошо сочетающихся с соленокислой основой. В калью, как правило, идет больше пряностей, чем в уху. Калья гуще ухи, бульон в ней острее и плотнее по консистенции, а по количеству его всегда меньше, чем в ухе. Раньше калья считалась праздничным блюдом.

1,5 кг **рыбы**
1,5–1,75 л **воды**
2 **соленых огурца**
1 стакан **огуречного рассола**
3–4 **картофелины**
0,5 **лимона**
2 **луковицы**
1 **лук-порей**
1 **петрушка** (корень и зелень)
1 **морковь**
10 горошин **черного перца**
3 **лавровых листа**
1 ст. л. **укропа**
5–6 тычинок **шафрана**
1 ст. л. **свежего** или 1 ч. л. **сухого эстрагона**

Готовить вначале, как уху: подготовить овощной бульон (см. с. 447), затем долить в него отдельно прокипяченный огуречный рассол, добавить нарезанные кубиками соленые огурцы, после чего опустить рыбу, нарезанную крупными кусками. Варить от 8 до 20 мин в зависимости от сорта рыбы (см. с. 454). Заправлять пряностями так же и в том же порядке, как уху. В заключение положить укроп, часть порея, эстрагон, выдавить сок лимона в уже снятую с огня калью и дать ей настояться.



РАССОЛЬНИКИ

РАССОЛЬНИК – жидкое горячее первое блюдо на кисло-соленой огуречной основе. Окончательно сложилось это блюдо в русской кухне довольно поздно – лишь в середине XIX века, примерно к этому же времени относится и закрепление за ним названия «рассольник». Между тем применение огуречного рассола как основы для приготовления супов было известно уже по крайней мере с XV века. Количество рассола, его концентрация и соотношение с остальной жидкостью, а также сочетание с другими основными продуктами супа (рыбой, мясом, овощами и крупами) были, однако, столь различны, что породили различные блюда с разными названиями: кальи, похмелки, солянки и, наконец, рассольники. Последними стали называть умеренно кисловато-солоноватые супы только на огуречной основе – вегетарианские или чаще с субпродуктами; под кальями принято было понимать только рыбные слабокислые супы, а в похмелки и солянки выделились более кислые и более концентрированные.

Так как рецептура рассольников сложилась довольно поздно, в их составе оказались картофель и рис, в то время как входившая в старые рассольники вареная свекла была впоследствии полностью исключена. В современные рассольники входят соленые огурцы, картофель и другие корнеплоды нейтрального вкуса (морковь, репа, брюква), крупа (гречневая, ячневая, перловая или рисовая), большое количество пряных овощей и пряной зелени (лук-порей, сельдерей, петрушка, пастернак, укроп, эстрагон, чабер) и немного классических пряностей (лавровый лист, душистый и черный перец). В рассольники идут преимущественно субпродукты – либо одни только говяжьи или телячьи почки, либо все годные в пищу потроха (желудок, печень, сердце, легкие, шейка, ножки) домашней птицы (куриные, индюшачьи, утиные и гусиные). При отсутствии субпродуктов их заменяют говяжьим мясом – обычно завитком либо голяшкой (рулькой). Крупу для рассольника подбирают в соответствии с используемым в нем мясом: перловую – в рассольник с почками и говядиной, рисовую – в рассольник с потрохами курицы и индейки, ячневую – к утиным и гусиным потрохам, гречневую и рисовую – в вегетарианский рассольник. Точно так же по-разному подбирают и пряности к разным видам рассольников. Чтобы рассольники отличались нежным, слабокислым и слабосоленым вкусом, в них должен соблюдаться баланс между соленой частью (огурцами) и нейтральными поглотителями (крупами, картофелем, корнеплодами). Поэтому чистый рассол добавляют в рассольники редко и в малых дозах (по 0,5 стакана на 1,5 л супа), да и то лишь если сами огурцы недостаточно соленые. В этом случае до заливки в бульон рассол кипятят.

Как и большинство русских супов, рассольники забеливают сметаной.

РАССОЛЬНИК МЯСНОЙ

250–300 г **почек**
3 **соленых огурца**
0,5 стакана **огуречного рассола**
2–3 **картофелины**
1 **морковь**
1 **луковица**
2 ст. л. **перловой крупы**
1 ст. л. **укропа**
1 **петрушка** (корень и зелень)
1 **сельдерей** (корень и зелень)
3 **лавровых листа**
6 горошин **черного перца**
2 горошины **ямайского (душистого) перца**
100 г **сметаны**

ПОДГОТОВКА ПОЧЕК

Почки обрезать от пленок и жира, замочить в воде на 6–8 ч, меняя воду, отварить в течение 20–30 мин в кипятке, вынуть, нарезать небольшими ломтиками.

ПОДГОТОВКА КРУПЫ

Крупу промыть холодной водой, залить кипятком в сотейнике и поставить распариваться на 30–45 мин, меняя кипяток.

ПОДГОТОВКА ОГУРЦОВ

С огурцов срезать кожу, залить ее 1–1,5 стаканами кипятка и прокипятить на слабом огне 10–15 мин, затем отбросить вываривщуюся кожицу. В рассол опустить мякоть огурцов, разрезанных вдоль на 4 части, а затем поперек на мелкие дольки, припустить еще в течение 10 мин.

ВАРКА РАССОЛЬНИКА

Подготовленные почки положить в 1,5 л кипятка, проварить около 30 мин, добавить нарезанные соломкой коренья (морковь, петрушку, сельдерей), подготовленную крупу, через 10–15 мин – картофель, мелко нарезанный лук и варить на умеренном огне до готовности картофеля. Затем добавить подготовленные огурцы, попробовать, достаточно ли посолен бульон, долить, если надо, рассол или подсолить, ввести пряности и продолжать варить еще 10–15 мин, после чего, убедившись в готовности почек, заправить пряной зеленью и поварить еще 3 мин. Сметаной заправить при подаче на стол.

РАССОЛЬНИК КУРИНЫЙ

Потроха от 2 кур
4 **соленых огурца**
1 **морковь**
1 **репа**
3 ст. л. **риса**
1 **луковица**
1 **лук-порей**
1 **петрушка** (корень и зелень)
2 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **эстрагона**
1 ст. л. **зелени чабера**
8 горошин **черного перца**
2 **лавровых листа**
2 **зубчика чеснока**
25–30 г **сливочного масла**

В 1,5 л кипятка положить тщательно промытые и нарезанные на мелкие кусочки потроха курицы и варить около 1 ч, после чего заправить кореньями, промытым несколько раз рисом и варить до его полуготовности, снимая пену. Затем заправить мелко нарезанными луковицей и пореем, а также перцем, лавровым листом и варить до готовности риса, добавить подготовленные огурцы (см. рецепт выше), варить 5–7 мин, ввести пряную зелень и варить еще 3 мин, после чего снять с огня и заправить растертым с маслом и солью чесноком.

РАССОЛЬНИК ОВОЩНОЙ

3–4 **соленых огурца**
1 **картофелина**
1 **морковь**
1 **репа**
3 ст. л. **гречневой или рисовой крупы**
1 **пастернак** (корень и зелень)
2 **луковицы**
1 **лук-порей**
1 **петрушка**
1 **сельдерей** (корень и зелень)
8 горошин **черного перца**
2 **лавровых листа**
1 ст. л. укропа
0,5 ст. л. **эстрагона**
25 г **сливочного масла**
100 г **сметаны**

В 1,5 л кипятка сварить овощи и крупу, заправить отдельно подготовленными огурцами (см. рецепт «Рассольник мясной») и пряной зеленью.

СОЛЯНКИ

СОЛЯНКИ – густые острые супы, соединяющие в себе компоненты щей (капуста, сметана) и рассольников (соленые огурцы, огуречный рассол), со значительно усиленной кисло-солено-острой основой в результате добавления таких приправ, как маслины, каперсы, помидоры, лимон, лимонный сок, квас, соленые или маринованные грибы. Иногда в солянки добавляют еще и уксус, но это огрубляет их вкус, такая приправа свидетельствует о плохой кухне.

Солянки бывают трех видов: мясные, рыбные (с набором различных видов мяса, птицы и рыбы) и простые (или грибные). Первые два вида готовят соответственно на крепком мясном или рыбном бульоне, последние – на грибном или овощном. Бульоны эти разводятся огуречным рассолом.

Солянки-супы в отличие от сходных с ними по рецептуре солянок-вторых блюд, не имеющих жидкости и запекаемых на сковородках, называются жидкими солянками. Однако жидкости в жидких солянках мало (на 1/3 меньше, чем в супах других видов), причем жидкость эта концен-

трированная и острая. Жидкую и густую части солянки готовят совершенно отдельно и соединяют за 5–10–15 мин до подачи на стол, и не столько для варки, сколько для прогревания и создания аромата.

СОЛЯНКА МЯСНАЯ

1,25 л **мясного** или **костного крепкого бульона**
1–2 стакана **огуречного рассола**
200 г **отварной говядины**
200 г **жареной говядины** или **телятины**
100 г **ветчины**
100 г **сосисок**
1/4 **курицы**
2 **соленых огурца**
200–250 г **свежей капусты** (около 1/4 небольшого кочана)
2 **помидора**
100 г **сметаны**
12 **маслин**
1–1,5 стакана **соленых грибов**
1–2 ст. л. **каперсов**
1 **луковица**
1 ст. л. **петрушки**
1 ст. л. **укропа**
2 ст. л. **зеленого лука**
10 горошин **черного перца**
3 горошины **ямайского (душистого) перца**

1. Огуречный рассол прокипятить, снять накипь. Соединить рассол с мясным бульоном, довести до кипения.
2. Мясо, ветчину, сосиски, филе курицы нарезать небольшими кубиками.
3. Соленые грибы и свежую капусту обдать кипятком, после чего нарезать кубиками.
4. Помидоры, огурцы и лук нарезать небольшими кубиками.
5. Продукты, указанные в пунктах 2, 3, 4, вместе с пряностями и сметаной положить в глиняный горшок, залить кипящим бульоном и поставить в духовку на 10–15 мин. За неимением горшка сложить в эмалированную посуду и прогреть (припустить) на слабом огне, не давая кипеть, в течение 10–15 мин.

СОЛЯНКА РЫБНАЯ СБОРНАЯ

1,25 л **рыбного бульона**
1 стакан **огуречного рассола**
0,5–1 **лимон**
500 г **рыбного филе**
10–12 **раков**
250 г **отварной соленой горбуши, кеты**
250 г **свежей осетрины**
2 **луковицы**
2 **соленых огурца** (или 10–12 корнишонов)
2 **помидора**
2 ст. л. **каперсов**
12 **маслин**
1,5 стакана **соленых грибов**
1 **морковь** (крупная)
1 **петрушка** (корень и зелень)
10 горошин **черного перца**
2 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **зеленого лука**
4 **лавровых листа**
2 ст. л. **подсолнечного масла**

1. Рыбный бульон соединить с отдельно прокипяченным огуречным рассолом, положить нарезанные соломкой морковь, петрушку и вскипятить на слабом огне.
2. Мелко нарезанный лук и помидоры пассеровать на масле. Соленые грибы ошпарить, нарезать кубиками.
3. Огурцы нарезать кубиками, свежую рыбу – кусочками и вместе с нарезанными соленой рыбой, мякотью раков и пряностями соединить с продуктами, указанными в пунктах 1 и 2.
4. Поставить посуду в духовку или на слабый наплитный огонь на 15 мин.
5. Перед подачей на стол выжать в солянку лимонный сок (можно нарезать лимон дольками, без зерен, и раздавить ложкой).

СОЛЯНКА ГРИБНАЯ

1,5 л **воды**
6–8 **сухих белых грибов**
2 стакана **соленых грибов**
12 **маслин**
2 стакана **мелко нарезанной капусты**

1,5 стакана **квашеной капусты**
1 **морковь**
1 **петрушка**
2 ст. л. **укропа**
0,5 стакана **сметаны**
1 **сельдерей**
2 **луковицы**
2 ст. л. **сливочного масла**
2 **помидора**
3 **лавровых листа**
10 горошин **черного перца**
0,5 **лимона** или 0,5 стакана **кислого кваса**

1. Подготовить грибной бульон: отварить сухие грибы, вынуть их, когда размякнут, нарезать соломкой, вновь положить варить, добавив морковь, петрушку, сельдерей, нарезанные соломкой.
2. Свежую и квашеную капусту потушить вместе с помидорами и луком на масле до мягкости.
3. Соленые грибы ошпарить, нарезать мелкими кусочками.
4. Соединить продукты, указанные в пунктах 1, 2, 3, добавить пряности и варить 15 мин на умеренном огне. Готовую солянку заправить сметаной и соком лимона.

СУП-ЛАПША

СУП-ЛАПША – тип супа, заимствованный русскими у татар, но получивший русскую обработку и распространение в России.

Суп-лапша встречается чаще всего в трех видах: лапша куриная, лапша грибная, лапша молочная. Приготовление всех трех видов крайне несложно, оно состоит из подготовки лапши, варки соответствующего бульона и отваривания лапши в бульоне. Лапша для всех трех видов делается по одному и тому же рецепту, как правило, из пшеничной муки, а также из смеси пшеничной и гречневой. Лапша из смешанной муки лучше сочетается с грибным или молочным бульоном.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЛАПШИ

1 **яйцо**
1,25 стакана **пшеничной муки** (из них 0,25 на подсыпку) или 1 стакан **пшеничной**, 0,25 стакана **гречневой**
2–4 **яичные скорлупки воды** (в зависимости от сорта муки – на гречневую идет больше воды)
0,5 ч. л. **соли**

Замесить крутое тесто, дать ему полежать, завернуть в салфетку на 10 мин, раскатать скалкой или бутылкой в пласт как можно более тонкий (до 1 мм), свернуть в трубку, предварительно протерев мукой, чтобы не слипалось при свертывании, и нарезать поперек трубки узенькими полосками (1–2 мм) – лапшой; затем рассыпать ее, дать слегка подсушиться на воздухе, пока варится бульон.

ЛАПША КУРИНАЯ

1,5–2 л **куриного бульона**
лапша из пшеничной муки и 1 **яйца** (см. выше)
2 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **петрушки**
1 **луковица**
2 **лавровых листа**
6 горошин **перца**
3–5 тычинок **шафрана**
4 зубчика **чеснока**

Отварить курицу, вынуть из бульона, дать ему вскипеть, заправив мелко нарезанным луком, перцем, лавровым листом, шафраном, и засыпать в кипящий бульон лапшу. Варить на умеренном огне до готовности лапши. В конце варки заправить пряной зеленью и чесноком.

ЛАПША ГРИБНАЯ

1,5–2 л **воды**
лапша (рецепт см. выше)
6 сухих **белых грибов**
1 **сельдерей** (корень и зелень)
1 **луковица**
1 **морковь**
4–5 зубчиков **чеснока**
3 **лавровых листа**
6 горошин **черного перца**
100 г **сметаны** (0,5 стакана)
1 ст. л. **укропа**
1 ч. л. **соли**

В холодную подсоленную воду положить грибы и поставить на огонь; когда вода закипит, грибы вынуть, нарезать соломкой, вновь положить, варить, добавив мелко нарезанные овощи. Когда грибы будут готовы, засыпать лапшу в кипящий бульон, положить перец, лавровый лист и варить до готовности лапши на умеренном огне. В конце варки заправить пряной зеленью, чесноком и сметаной.

ЛАПША МОЛОЧНАЯ

1,25–1,5 л **молока**
0,5 стакана **сливок**
лапша (рецепт см. с. 460)
0,5 ч. л. **семян аниса** или **кориандра**
1 ч. л. **соли**

В 2–2,5 л кипящей подсоленной воды опустить в марлевом мешочке семена аниса или кориандра, всыпать лапшу и варить ее до полуготовности. Затем откинуть ее на дуршлаг, переложить в кипящее молоко и варить до готовности. В конце варки заправить сливками (не доводить до кипения).

ВТОРЫЕ БЛЮДА

МЯСНЫЕ БЛЮДА

В русской народной кухне можно выделить три основные разновидности мясных вторых блюд:

отварное мясо крупным куском, приготовляемое в супах и кашицах, а затем используемое как второе блюдо или как закуска в холодном виде;

блюда из субпродуктов (печени, сальника, сычуга), запекаемые вместе с крупами в горшках;

блюда из целого животного (птицы), или из части его (ноги), или из крупного куска мяса (огузок, кострец), зажариваемые в духовой печи на противне, так называемое жаркое.

Различные котлеты, биточки, фрикадели, кнели, приготовляемые из молотого мяса, заимствованные и получившие распространение лишь в XIX–XX вв., для классической русской кухни не характерны и потому здесь не приводятся.

В качестве гарниров к мясным блюдам русского стола в прошлом обычно использовались каши и кашицы, в которых варилось мясо, затем отварные, а точнее пареные и или печеные, корнеплоды (репа, морковь), а также грибы; к жаркому независимо от используемого мяса, кроме того, подавали также соленья – квашеную капусту, моченые и кислые яблоки, моченую бруснику, взвары.

В современных условиях печеные овощи для русских мясных блюд удобно приготовлять в алюминиевой пищевой фольге. Роль подливы играет обычно сок, образуемый при жарении, а также топленая сметана и топленое сливочное масло, которыми поливают отварные овощи или сдабривают каши, т. е. гарнир. Соусы для мясных блюд, т. е. подливки на муке, масле, яйцах и молоке, не свойственны исконно русской кухне.

БЛЮДА ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА

СТУДЕНЬ

1 **голова** (телячья или свиная)
4 **ножки** (телячьи или свиные)
1 **морковь**
1 **петрушка** (корень)
10 горошин **черного перца**
5 горошин **ямайского (душистого) перца**
5 **лавровых листьев**
1–2 **луковицы**
1 **головка чеснока**
на 1 кг **мяса** – 1 л **воды**

Ноги и голову опалить, вычистить, разрубить на равные куски, залить водой и варить от 6 до 8 ч на очень слабом огне, без кипения так, чтобы объем воды уменьшился наполовину. За 1–1,5 ч до окончания варки добавить лук, морковь, петрушку, за 20 мин – перец, лавровый лист; чуть посолить. Затем вынуть мясо, отделить от костей, нарезать на мелкие кусочки, переложить в отдельную посуду, перемешать с мелко рубленным чесноком и небольшим количеством молотого черного перца. Бульон с оставшимися костями проварить еще полчаса-час (чтобы его объем не превышал 1 л), досолить, процедить и залить им отваренное подготовленное мясо. Застудить в течение 3–4 ч.

Желатин не применяется, так как в молодом мясе (телятине, поросятине, свинине) содержится достаточное количество клейких веществ.
Студень подавать с хреном, горчицей, толченым чесноком со сметаной.

ГОВЯДИНА РАЗВАРНАЯ

Говядина разварная крупным куском (1,5–2 кг) отваривается в кашицах (тихвинской, костромской – см. с. 474–475) и реже – в костных бульонах (бульон из костей готовят заранее и затем в кипящий бульон погружают мясо). Для разварной говядины используются в основном лопаточная и подбедерная части, а также покромка, тонкий край. Продолжительность варки – 2,5 ч на умеренном огне.

БЛЮДА ИЗ СУБПРОДУКТОВ (ЗАПЕЧЕННЫЕ)

НЯНЯ

1 **баранья голова**
4 **бараньи ноги**
1 **бараний сычуг**
2 стакана **гречневой крупы**
4 **луковицы**
100 г **сливочного** или **подсолнечного масла**

1. Баранью голову и ноги разварить так, чтобы мясо само отстало от костей. Мясо отделить. Мозг из головы вынуть.
2. Сварить крутую гречневую кашу.
3. Баранье мясо мелко изрубить вместе с луком, смешать с кашей и маслом.
4. Бараний сычуг тщательно выскоблить, вымыть, начинить подготовленным фаршем (пункт 3), в середину его положить мозги, зашить сычуг и поместить в глиняную посуду (в корчагу – широкий глиняный горшок), которую плотно закрыть.
Поставить упревать в слабо нагретую духовку на 2–3 ч.

САЛЬНИК

1 **бараний сальник**
1 кг **бараньей печенки**
1,5–2 стакана **гречневой крупы**
3 **яйца**
3 **луковицы**
5–6 сухих **белых грибов**
1 стакан **сметаны**

Печенку вымочить в течение 2 ч в воде или молоке, отварить, изрубить намелко, смешать со сваренной с луком крутой гречневой кашей и истолченными сухими грибами и замесить на сметане в густую массу. Наполнить ею сальник, уложенный предварительно в корчагу (широкий глиняный горшок), так, чтобы края сальника плотно перекрывали эту массу сверху. Горшок закрыть.
Запекать сальник в духовке 1–1,5 ч на умеренном огне.

ПЕРЕПЕЧА

1,5 кг **бараньей печенки**
1 **бараний сальник**
4 **яйца**
1–1,5 стакана **молока**
1 **головка чеснока**
2 **луковицы**
10 горошин **черного перца**

1. Сырую печенку промыть, обварить кипятком, очистить от пленки, мелко изрубить, а затем истолочь с мелко нарезанным луком, чесноком и перцем.
2. Два полных яйца и два желтка взбить, смешать с молоком.
3. Соединить продукты, указанные в пунктах 1 и 2, влить в бараний сальник, помещенный в глиняный горшок, закрыть краями сальника сверху, смазать взбитыми белками и запечь в печи или духовке за 2–3 ч на слабом огне.

БЛЮДА ИЗ ЖАРЕНОГО МЯСА

ПОРОСЕНОК ЖАРЕНЫЙ

1 **молочный поросенок** (1,5 кг)
500 г **гречневой крупы**
50 г **сливочного масла**
2 ст. л. **подсолнечного** или **оливкового масла**



ПОДГОТОВКА ПОРОСЕНКА

Упитанного поросенка вымыть холодной водой, подержать в ней 3–4 мин, затем опустить в кипяток на 2–3 мин, выщипать осторожно щетину, не повреждая кожу, натереть мукой, опалить, затем распороть, выпотрошить, вымыть внутри и снаружи, после чего желательно изнутри вырезать все кости (ребра, хребет), за исключением головы и ножек, ни в коем случае не прорезая мяса и кожи насквозь.

ПОДГОТОВКА ФАРША

Приготовить крутую гречневую кашу, но не сдабривать ничем, кроме сливочного масла. Перед варкой крупу обжарить с маслом, обварить кипятком, отделить всплывшие зерна. Готовую кашу умеренно посолить. Добавить к ней обжаренный и нарубленный ливер поросенка, перемешать.

ФАРШИРОВАНИЕ ПОРОСЕНКА

Кашу закладывать вдоль поросенка равномерно на всем протяжении, чтобы не исказить его форму, не допуская утолщений в отдельных местах, в то же время достаточно туго. Затем зашить поросенка суровой ниткой, выправить форму, подогнуть ножки, положить на противень боком на расположенные крест-накрест березовые палочки так, чтобы кожа поросенка не касалась противня. Солить или сдабривать пряностями нельзя.

ОБЖАРИВАНИЕ ПОРОСЕНКА

Обмазать поросенка растительным маслом, сверху облить растопленным сливочным и поставить в предварительно нагретую духовку до зарумянивания. Затем перевернуть и зарумянить другую сторону. После этого уменьшить огонь и продолжать жарить, поливая поросенка стекающим соком каждые 10 мин в течение 1 ч и попеременно переворачивая; 15–20 мин жарить спинкой вверх.

Когда поросенок будет готов, сделать вдоль его спины глубокий надрез, чтобы из поросенка вышел пар и он не отпотевал. В этом случае корочка станет сухой и хрустящей. Дать постоять 15 мин, разрезать на куски (или оставить целым), облить оставшимся после жарения соком и подавать к столу с клюквенным взваром (см. с. 464).

ЖАРКОЕ

2–2,5 кг **упитанной говядины** (толстый край)
1 **морковь**
2 **луковицы**
1 **петрушка** или **сельдерей**
6–8 зерен **черного перца**
3–4 **лавровых листа**
2 ч. л. **имбиря**
0,5 стакана **сметаны**
1 ч. л. **соли**
1–1,5 стакана **кваса**

Говядину обмыть, очистить от пленок, костей, срезать с нее жир, нарезать его мелкими кусочками, положить на предварительно разогретую сковороду или противень, растопить, прокалить, обжарить в нем говядину целым куском, чтобы покрылась коркой, посыпая мелко нарезанными морковью, луком, петрушкой и толчеными пряностями, затем поместить в духовку, поливать каждые 10 мин понемногу квасом, все время переворачивая. Жарить примерно 1–1,5 ч. За 5–7 мин до конца жарения собрать весь сок в чашку, добавить к нему 0,25 стакана холодной кипяченой воды, поставить в холодильник. Когда сок остынет, снять слой жира с поверхности, сок разогреть, процедить, добавить сметану. Подавать как соус к жаркому. Готовую говядину вынуть из духовки, посолить, дать ей слегка остыть (15 мин), затем нарезать поперек волокон на куски, облить горячим мясным соком и подавать.

Жаркое не подают холодным и не разогревают. Гарниром может быть жареный картофель, отварная или тушеная морковь, репа, брюква, жареные или тушеные грибы.

ВЗВАРЫ К ЖАРКОМУ

ВЗВАРЫ имеют растительную основу – овощную или ягодную. Дополнительными компонентами в них часто

бывают уксус и мед. Самые традиционные взвары – луковый, капустный, клюквенный.

ЛУКОВЫЙ ВЗВАР

5–6 **луковиц**
2–3 ст. л. **уксуса**
1–2 ст. л. **меда**
1 ст. л. **топленого масла** (или 2 ст. л. **растительного**)
0,5–1 ч. л. **молотого перца**

Лук нашинковать, смочить уксусом, дать постоять 5–10 мин, затем слегка обжарить на масле до мягкости, подсластить медом, уварить до загустения жидкости на слабом огне, поперчить, посолить.
Подавать к жареной баранине, гусю, индейкам.

КАПУСТНЫЙ ВЗВАР

1 пол-литровая банка **квашеной капусты**
2 **луковицы**
50 г **топленого масла**
2 ст. л. **уксуса**
2 ст. л. **меда**
1 ч. л. **черного молотого перца**

Капусту нарезать как можно мельче, обжарить на масле в сковороде вместе с мелко нарезанным луком до мягкости, хорошо перемешать с уксусом, перекипяченным с медом (в отдельной эмалированной посуде – кружке, сотейнике), все тщательно перетереть, чуть-чуть припустить, заправить перцем, посолить.
Подавать к гусю, разварной и жареной говядине.

КЛЮКВЕННЫЙ ВЗВАР

1 пол-литровая банка **клюквы**
75–100 г **меда**
1 ст. л. **муки** (лучше ржаной или самой дешевой пшеничной)

Из клюквы отжать сок. Выжимки залить 1 стаканом кипятка, уварить хорошо в сотейнике, еще раз отжать, остудить и развести в этой клюквенной воде муку. Сок уварить с медом до легкого сгущения, подлить в момент закипания клюквенную воду с мукой и вновь уварить. Подавать к жареному поросенку, индейке.

ДИЧЬ

ПЕРНАТАЯ ДИЧЬ

ПЕРНАТАЯ ДИЧЬ – это летная дичь наших лесов, рек, озер, болот и лугов. Блюда из нее всегда были и по сей день остаются праздничными, парадными.

Среди пернатой боровой, болотной и полевой дичи, которая до сих пор является предметом охоты и подается к столу в разных областях и районах нашей страны, насчитывается почти три десятка видов. Это преимущественно средняя и мелкая пернатая дичь. К крупным относятся лишь фазан, глухарь и тетерев. Тетерка же, которая иногда вдвое меньше тетерева-самца, вместе с дикой уткой, рябчиком и белой куропаткой относится к средней пернатой дичи. Остальные, начиная с серой и горной куропатки и кончая воробьями, считаются мелкой дичью. Из них: лесные (боровые) – куропатка, вальдшнеп, дупель, дикие голуби, свиристели; тундровые – подорожники и ржанки; полевые – сивки, перепелки; болотные, самые многочисленные, – кулики, гаршнепы, кроншнепы, песочники, травники, чернозобки, бекасники, поручейники, фифи; речные – зуйки[1].

Выбор дичи. Лучше выбирать молодую и правильно застреленную дичь, т. е. чтобы были прострелены лишь крылья и ножки, а не грудка. Такая дичь называется банкетной. У банкетной дичи мясо и вкуснее, и нежнее, и белее. Молодая дичь распознается по тонкой коже под крылышками. Молодую куропатку можно отличить по перьям: у молодой они на концах остроконечные, у старой – закругленные. Если под крылышками заметны зеленоватые или синеватые пятна или перо птицы начинает мокнуть – значит, дичь несвежая.

[1] Надо иметь в виду, что зоологические, охотничьи и кулинарные наименования дичи не всегда совпадают. Так, например, большая часть болотной дичи зовется у охотников куликами, а у поваров – бекасами.

Разделка. Приступая к разделке, надо помнить следующее:

1. Потроша дичь, не забывать вынуть из нее зоб, набитый зернами и почками, и стараться не раздавить желчный пузырь. Если это все же произойдет, надо быстро промыть дичь несколько раз в очень холодной воде, а если желчный пузырь лопнул до чистки и птица была заморожена, надо просто вырезать пропитанное желчью место. Вынимая внутренности из мелкой полевой дичи, надо стараться не затрагивать при этом жир, выстилающий внутреннюю полость птичек. Если жир все же по неосторожности вынут вместе с внутренностями, надо отделить его и положить обратно внутрь тушки.

2. В русской кухне, в противоположность французской, не используют головки и внутренности дичи.

3. Дичь не опаливают, как обычную домашнюю птицу (за исключением диких уток), а лишь тщательно ощипывают перо, а мелкий пух и остатки ости удаляют, обтерев птицу мукой. Если и после этого ость вынимается плохо, птицу слегка опрыскивают водкой и поджигают. Такая процедура радикально очищает птицу и значительно улучшает ее вкус.

4. Стараясь не намочить поверхность дичи, тщательно промывают ее изнутри, вытирают холщовым полотенцем и уже после этого опускают на несколько часов (крупную на 6–7, мелкую на 2–3 ч) в специальный раствор – маринад (см. с. 468) либо просто в холодную воду с луком и чесноком, а рябчиков и куропаток – в молоко.

Приготовление. Дичь в русской кухне только жарят. Крупную пернатую дичь – глухаря, фазана, тетерева – жарят на противне или в широкой мелкой кастрюле в духовке, предварительно обжарив птицу на сковороде с маслом на плите. Мелкую пернатую дичь, а также куропаток и рябчиков жарят (пряжат) в кастрюльке на плите на очень небольшом огне. Их как бы припускают, но в масле (можно в растительном), и время от времени поливают образующимся при этом соком, а в конце приготовления – подогретой сметаной.

Куропаток и рябчиков можно жарить и в духовке.

Просто в сметане часто жарят среднюю дичь – рябчиков и куропаток. Рябчики от такого пряжения получаются очень мягкими и вкусными.

Глухарей жарят по полтора часа, тетеревов и тетерок – по часу или около часа, белых куропаток – от 30 до 45 мин, серых и горных – 25–30, рябчиков – 20–25, бекасов и перепелок – 15–20, еще более мелкую дичь – около 15 мин.

Крупную дичь надо, кроме того, обертывать листиками свиного сала или шпиговать им и после этого жарить. Остальную дичь жарят в собственном жиру и соку с добавлением масла, можно и растительного, если в нем предварительно обжарен лук.

Готовность дичи проверяют толстой иглой – она должна свободно, без усилия входить в мясо.

Часто дичь жарят на вертеле или над углями. Иногда на охоте жарят дичь прямо в перьях: обмазав в глине и выпотрошив, кладут либо в жаркие угли, золу, либо, если обмазка очень толста, просто в огонь догорающего костра; когда глина высыхает и начинает давать трещины – дичь готова; перья пристают к глине, а тушка птицы легко отделяется; внутрь в этом случае кладут лишь масло и соль.

Обычно крупную и среднюю дичь начиняют кислыми яблоками, иногда предварительно обжаренными в масле, а гарнируют жареной картошкой, тушенной с грибами морковью, маринованными, мочеными яблоками и грибами и обязательно какими-нибудь лесными ягодами – брусникой, черникой, черемухой, морошкой или клюквой.

ТЕТЕРЕВ ИЛИ ТЕТЕРКА ЖАРЕНЫЕ

1 **тетерев** или **тетерка**
50–100 г **шпика**
100 г **сметаны**
2 ст. л. **растительного масла**
12–16 **можжевеловых ягод**
0,25 ч. л. **соли**

Ощипанную и очищенную птицу замочить в маринаде (тетерева – в маринаде для крупной дичи на 1 сутки, тетерку – в маринаде для средней дичи на 8–10 ч). Затем обтереть отрубями или мукой, нашпиговать (см. выше), натереть изнутри смесью соли с толчеными можжевеловыми ягодами и жарить на противне, поливая вначале маслом, затем стекающим с птицы соком, а в конце – сметаной. Жарить вначале на большом, затем на умеренном огне около 1 ч, большей частью грудкой вниз, но все время переворачивая для равномерного подрумянивания.

КУРОПАТКИ ЖАРЕНЫЕ

2 **куропатки**
75 г **сливочного масла**
2 ст. л. **сметаны**
12–14 ягод **можжевельника**
0,25 ч. л. **соли**

Куропаток ощипать, замочить на 3–4 ч в маринаде для средней дичи, затем обтереть насухо, натереть изнутри смесью соли и толченого можжевельника, положить в невысокую кастрюлю с кипящим маслом и жарить на небольшом огне, не закрывая кастрюли, вначале больше на грудке, 25–30 мин. Периодически поливать стекающим соусом, а в конце – подогретой сметаной.

РЯБЧИКИ ЖАРЕНЫЕ

2 **рябчика**
50 г **сливочного масла**
2 ст. л. **сметаны**
0,5 ч. л. **соли**

Ощипанных и очищенных рябчиков замочить в холодной воде (или смеси молока с водой) на 2 ч, обтереть насухо мукой, посолить, положить в невысокую посуду с кипящим маслом и жарить так же, как куропаток (см. выше).

РЯБЧИКИ МОЛОЧНЫЕ ЖАРЕНЫЕ

2 **рябчика**
1 л **молока**
50 г **сливочного масла**
0,5 ч. л. **соли**

Рябчиков ощипать, замочить в холодной воде на 2–3 ч, обтереть насухо, затем положить в холодное молоко, вскипятить в нем, тотчас вынув после закипания, переложить в невысокую кастрюлю с разогретым маслом и обжаривать 20–25 мин, время от времени поливая полученным соком и подсаливая.
Этим способом жарят замороженных и долго лежавших рябчиков, особенно подвергавшихся оттаиванию.

РЯБЧИКИ ПРЯЖЕНЫЕ В СМЕТАНЕ

2 **рябчика**
1,5 стакана **сметаны**
2 ст. л. **растительного масла**
0,25 ч. л. **соли**

Рябчиков ощипать, очистить, замочить на 1–2 ч в холодной воде, затем насухо обтереть полотенцем и мукой, натереть солью изнутри, обжарить быстро в масле на сковороде до образования корочки, затем положить в неглубокую кастрюлю грудками вниз, залить сметаной, плотно закрыть крышкой и жарить на умеренном огне.

ПЕРЕПЕЛКИ ТУШЕНЫЕ

4–6 **перепелок**
50–75 г **шпика**
1 ст. л. **сливочного масла**
2–3 ст. л. **зелени петрушки**
1 **луковица**
2 ст. л. **сухого виноградного вина**
0,5 стакана **горячей воды**
0,25 ч. л. **соли**

Неглубокую кастрюлю смазать маслом, уложить на дно тонкие ломтики шпика, засыпать их мелко нарезанными луком и петрушкой, положить поверх предварительно слегка обжаренных перепелок, облить их вином, сбоку осторожно, не задевая тушек, подлить воду, плотно закрыть крышкой и тушить на умеренном огне.

КРАСНАЯ ЛЕСНАЯ ДИЧЬ

Значительно реже, чем пернатая дичь, употреблялась в русской кухне крупная красная лесная дичь, т. е. медвежатина, оленина и лосятина, и еще реже – зайчатина. Вся эта дичь стала входить в употребление сравнительно поздно, в XVIII в., да и то была в основном исключительной принадлежностью дворянского праздничного стола. Правда, в течение XVIII в. и особенно в XIX в. сложились русские национальные приемы приготовления крупной лесной дичи, и ее начали чаще подавать к столу.

Так, медвежий окорок, как правило, после маринования запекали в ржаном тесте. Из оленины, изюбрины и лосятины, а также из более доступной зайчатины делали жаркое. Дичь выдерживали после забоя до трех недель (потрошеную, но часто в шкуре, особенно зайчатину), а затем вымачивали в квасу или в настоянном на травах уксусе (см. с. 937) от нескольких часов до недели в зависимости от величины кусков мяса и вида животного.

Для приготовления обычно использовали заднюю часть дичи. Лучшей зайчатиной считалось мясо русака, беляк стоял на втором месте. Оленину из-за специфического запаха подвергали более тщательной предварительной обработке, длительному маринованию. И наоборот, мясо изюбра, имеющее особые приятный запах и вкус, никогда не приправляли пряностями и жарили на собственном жиру, без использования сала.

Процесс жарения в основном был аналогичен жарению крупной пернатой дичи с применением шпигования салом, которое проделывалось следующим образом: сало нарезали на узенькие брусочки, обваливали их в смеси толченого перца, гвоздики, майорана и можжевеловых ягод, взятых поровну; делали в мясе глубокие надрезы – проколы и всовывали в них брусочки сала. Жарили дичь обычно в печи на противне в течение 2–3 ч. Иногда применяли комбинированную обработку: обжаривали на вертеле, а затем на противне. Так приготовляли чаще всего лишь филейную часть. В качестве специфических русских пряностей к красной лесной дичи шли ягоды можжевельника и молодые сосновые шишечки, собранные ранней весной, тотчас после образования завязи, высушенные и смолотые в порошок. Кроме того, использовали обычную для русской кухни пряную зелень петрушки, сельдерея, лука, а из пряностей – прежде всего гвоздику и розмарин, лавровый лист.

Гарнирами к лесной дичи так же, как и к пернатой, служили моченые и соленые фрукты и лесные ягоды, жаренные в масле кислые (антоновские) яблоки, лимоны, а позднее – тушенный в выделившемся из дичи соке картофель. Вместо красного вина, принятого в западноевропейских кухнях, к дичи в России принято было подавать брусничный или клюквенный крепкий квас.

Конечно, приготовление дичи отнимает много времени. Однако процесс этот вносит в наш быт ту атмосферу необычности, праздничности, в которой всегда нуждается человек.

ОЛЕНИНА – ЖАРКОЕ

1,5–2 кг **оленины** (одним куском, задняя часть)
100 г **шпика**
1 ч. л. **душистого (ямайского) перца**
0,5 ч. л. **молотой гвоздики**
2–3 ч. л. **молотых можжевеловых ягод**
2 ч. л. **соли**

Мясо вымыть, очистить от пленок, слегка отбить, натереть смесью молотых пряностей и соли, положить на 1–2 дня в маринад для крупной дичи (см. ниже), затем на один день в квас, держа все время в холодном месте и переворачивая ежедневно. Нашпиговать (см. выше), обложить сверху тонкими, но широкими пластами шпика, обвязав их ниткой, и жарить на противне в духовке около 2 ч, поливая стекающим соком каждые 10 мин. Вначале огонь должен быть очень большим, чтобы мясо быстро покрылось корочкой, затем жар надо все время постепенно уменьшать.

ИЗЮБРИНА – ЖАРКОЕ

1–2 кг **изюбрины** (одним куском)
1,5–2 л **кваса**
2–3 ст. л. **сливочного масла**

Мясо вымыть, очистить от верхних пленок и заветренных мест, залить на 2–3 дня квасом, переворачивая дважды в сутки, затем вынуть, обтереть насухо, обжарить в масле на сильном огне, в сковороде, затем поместить в духовку на умеренный огонь, поливать стекающим соком, жарить 1,5–2 ч.

ЗАЙЧАТИНА – ЖАРКОЕ

1 **заяц**
50 г **шпика**
50 г **сливочного масла**
100 г **сметаны**
3 ст. л. **воды**

2–3 ч. л. **соли**
2 ч. л. **молотых можжевеловых ягод**

Зайца вымыть, очистить от пленок, не задевая мяса, разрубить поперек, вымочить в течение 1–1,5 суток в квасу или в маринаде для крупной дичи (см. ниже), затем натереть смесью соли с толчеными можжевеловыми ягодами, нашпиговать (см. с. 467), обмазать маслом, положить на противень, политый водой, и поставить в предварительно хорошо нагретую духовку с сильным огнем на 10–15 мин, чтобы заяц покрылся румяной корочкой. Затем уменьшить огонь и через каждые 10 мин в течение 1–1,5 ч поливать стекающим соком, а в конце – сметаной.

МАРИНАДЫ ДЛЯ ДИЧИ

МАРИНАД ДЛЯ ВЫМАЧИВАНИЯ КРУПНОЙ ДИЧИ

1 стакан **3%-ного уксуса**
2 стакана **воды**
2 ст. л. **соли**
1 корень **петрушки**
1 **морковь**
1 **сельдерей** (корень)
1 **луковица**
12 зерен **душистого (ямайского) перца**
6 **лавровых листьев**
6 бутонов **гвоздики**
3 капсулки **кардамона**
0,5 **головки чеснока**

Коренья и лук мелко нарезать, смешать с пряностями (кроме чеснока), залить уксусом и водой и вскипятить. В горячий маринад засыпать мелко нарезанный чеснок. Горячим маринадом заливать старое мясо, остуженным – молодое.

МАРИНАД ДЛЯ ВЫМАЧИВАНИЯ СРЕДНЕЙ ДИЧИ

2 стакана **кипятка**
0,5 ч. л. **лимонной кислоты**
2 ч. л. **соли**
1 ст. л. **сухой мяты**
1 ст. л. **можжевеловых ягод**
5–6 бутонов **гвоздики**
1 горсть веточек **майорана** (без зелени)
6 зерен **душистого (ямайского) перца**
1 **луковица**
0,5 головки **чеснока**

Пряности поместить в марлевый мешочек, лук мелко нарезать и вскипятить, затем, пока маринад не остыл, положить мелко нарезанный чеснок, лимонную кислоту, закрыть, дать настояться, затем остудить на холоде. В холодный маринад класть дичь.

ЯГОДНАЯ ПРИПРАВА К ДИЧИ

0,5 стакана **сушеной брусники**
0,5 стакана **сушеной черники**
1,5 стакана **кипятка**
0,5–1 ч. л. **лимонной кислоты**
4–5 кусков **сахара-рафинада** или 5 ст. л. **сахарного песка**

Сушеную ягоду залить крутым кипятком, закрыть, подождать, пока разбухнет и остынет, затем добавить лимонную кислоту и сахар, размять, размешать. Добавить, если потребуется, еще кипяченой воды и дать этой смеси постоять 2–3 дня при комнатной температуре, чтобы она слегка закисла.

РЫБНЫЕ БЛЮДА

В РУССКОЙ кухне можно выделить шесть разновидностей вторых рыбных блюд:

отварная рыба (в старину ее называли разварной), отвариваемая (а точнее припускаемая) в воде целиком или крупными кусками;

паровая рыба (по-старинному подпарная), отвариваемая на пару, как правило, целиком;

тельная рыба, приготовляемая в филированном (бескостном) виде и защищенная при этом какой-нибудь оболочкой – мучной, яичной, тканевой;

жареная рыба, приготовляемая, как правило, целиком (рыба небольших размеров) с использованием мучной панировки и сметаны;

запеченная рыба;

томленая рыба, приготовляемая путем длительного томления в духовке в сметанной среде.

РЫБА ОТВАРНАЯ И ПАРОВАЯ

РЫБА ОТВАРНАЯ

1 кг **рыбы**
0,5 **луковицы**
0,5 **корня петрушки**
6 горошин **черного перца**
2–3 стакана **огуречного рассола**
3–4 тычинки **шафрана**

Для приготовления блюд из отварной рыбы лучше всего использовать крупную малокостистую рыбу – осетрину, щуку, треску, сома и т. п., – которую нарезают крупными кусками, очищая только от чешуи и плавников и при этом обязательно сохраняя кожу и хребтовую кость.

Для отваривания берут небольшие низкие эмалированные кастрюли или сотейники, укладывают в них куски рыбы тесно в один ряд и заливают так, чтобы жидкость не вполне покрывала рыбу. Отваривать лучше всего в огуречном рассоле или в воде с добавлением рассола и пряностей. Продолжительность варки зависит от сорта рыбы и величины кусков. Красную рыбу варят 20–25 мин, речную и озерную рыбу из рек Сибири 25–30 мин, рыбу из рек европейской части страны 12–15 мин, морскую рыбу 8–12 мин. Без крышки и на сильном огне варят мелкие куски рыбы либо морскую рыбу, остальные виды рыбы варят под крышкой и на умеренном огне, при первых признаках отставания хребтовой кости от мяса варку прекращают.

В рассольно-водной смеси с пряностями можно отваривать последовательно несколько порций рыбы.

На гарнир к отварной рыбе можно подать отварной картофель с укропом и луком, хрен, маслины, отварные грибы в сметане.

РЫБА ПАРОВАЯ

Для приготовления паровой рыбы имеется специальная посуда – рыбный котел с решеткой, отделяющей примерно четверть его объема. Уровень воды в таком котле должен быть ниже решетки, а на решетку кладут рыбу – крупными кусками, а иногда и целиком. Котел плотно закрывают крышкой и держат рыбу на сильном огне примерно 25–30 мин с момента закипания. В воду кладут лук и лавровый лист. Готовую рыбу посыпают черным или белым перцем и укропом. Гарниры для паровой рыбы те же, что для отварной (см. выше).

ТЕЛЬНОЕ

По виду используемого филе – целое или измельченное – различают тельное целиковое и тельное тяпанное. Для обоих видов тельного идет речная и морская рыба, причем для тельного целикового следует брать не особенно крупную рыбу – лучше длиной до 30–35 см, для тельного тяпанного можно использовать любую рыбу, а также готовое рыбное филе. Приготовление состоит из двух операций – подготовки тельного и отваривания его в кипятке с пряностями.

ТЕЛЬНОЕ ЦЕЛИКОВОЕ

750 г **рыбы**
2 ст. л. **пшеничной муки**
0,5 **луковицы**
0,5 **корня петрушки**
2–3 **лавровых листа**
7–8 горошин **черного перца**
0,25 ч. л. **семян аниса** или **фенхеля**
2 ч. л. **соли** с верхом
1,25 л **воды**

1. Рыбу очистить от чешуи и плавников, распластовать вдоль хребта на две половинки, не снимая кожу, освободить каждую половинку от костей и туго свернуть в виде рулета, перевязать ниткой, чтобы не разворачивалась. Свернутые половинки рыбы хорошо обвалять в муке и уложить плотно в марлевую или бязевую салфетку или в специальный мешочек, туго перевязав его суровой ниткой или шпагатом.
2. Подготовить подсоленный кипяток с луком и пряностями и опустить в него тельное в салфетке на 15 мин.

3. Дать тельному остыть в салфетке в течение 5 мин, затем вынуть и подавать в теплом виде с теми же гарнирами, что и отварную рыбу (см. с. 469). Можно подать тельное и в холодном виде с хреном, для чего поставить его предварительно на холод и дать застыть.

ТЕЛЬНОЕ ТЯПАННОЕ

500 г **рыбного филе**
1 **яйцо**
2 **луковицы**
1 ст. л. **укропа**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**
2 ст. л. **пшеничной** или **ржаной муки**
1 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 ч. л. **соли** для тельного
2 ч. л. **соли** для отвара
1 л **воды**

Филе нарубить кусочками размером не более 0,5×1 см, размять деревянной ложкой, перемешать с мелко нарезанным луком и пряностями, затем добавить взбитое яйцо, 1 ст. ложку муки, все перемешать в однородную массу, сформовать ее в виде толстой колбасы, обвалять в оставшейся муке и туго обернуть салфеткой (марлевой, бязевой, льняной), перевязав суровой ниткой или шпагатом. Отварить так же, как тельное целиковое (см. с. 469).

ТЕЛЬНОЕ ЖАРЕНОЕ

Тельное можно не только отваривать, но и жарить. Для этого из массы тельного (см. рецепт выше) надо сформовать небольшие тефтели, обвалять их в муке (лучше всего в рисовой) и обжарить в кастрюльке или в глубокой сковородке на растительном масле. Подавать с лимоном и жареным картофелем.

РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ И ЖАРЕНАЯ

ЩУКА В СМЕТАНЕ

Рыба со специфическим запахом (например, щука, некоторые виды морской рыбы) требует особых методов обработки и приготовления.

1–1,5 кг **щуки**
1–2 ст. л. **подсолнечного масла**
300–450 г **сметаны**
1–2 ч. л. **черного молотого перца**
1 **лимон** (сок и цедра)
1 щепотка **мускатного ореха**

Щуку очистить, натереть перцем снаружи и внутри, облить маслом и целиком положить в глубокую сковороду на керамическую подставку (можно блюдце) и открытой поставить в духовку на 7–10 мин, чтобы рыба зарумянилась. Затем переложить в более тесную посуду, залить сметаной, наполовину покрыв ею щуку, закрыть крышкой и поставить в духовку на слабый огонь на 45–60 мин. Готовую рыбу выложить на блюдо, облить лимонным соком, а образовавшуюся подливку прогреть на плите до загустения, посолить, сдобрить тертым мускатным орехом и цедрой и подать отдельно к рыбе в соуснике или облить ею рыбу.

ОКУНИ ИЛИ КАРАСИ, ЖАРЕННЫЕ В СМЕТАНЕ

1 кг **рыбы**
2–3 **луковицы**
50 г **сливочного** или **оливкового масла**
1,5 **стакана сметаны**
2 ст. л. **муки**

Рыбу очистить, посолить, запанировать в муке, положить на разогретую сковороду с маслом и луком, обжарить с обеих сторон слегка, до появления колера, переложить в эмалированную сковороду, обмазать сметаной, поставить в духовку и, когда зарумянится, облить новой порцией сметаны и вновь поставить в духовку, где ее следует жарить, неплотно прикрыв крышкой, примерно 25–30 мин. Подать на стол в сковороде.

ГРИБНЫЕ БЛЮДА

В РУССКОЙ кухне используются сушеные, соленые, жареные, тушеные и отварные грибы. Особенно распространено употребление соленых и жареных грибов.

При этом каждый вид грибов солят отдельно: рыжики, волнушки, грузди, белые, маслята и т. д. Для жарения, наоборот, стараются соединить разные виды грибов, обычно добавляя к небольшому количеству благородных грибов (белых, подосиновиков) сыроежки, маслята, моховики, лисички, опята и другие, обладающие разным вкусом и свойствами (сухостью, мягкостью и т. д.). Поэтому чем разнообразнее набор жареных грибов, тем они вкуснее.

Соленые грибы употребляют чаще всего в качестве закусок, добавок в щи, окрошки, солянки и как гарниры ко всем рыбным и к большинству мясных блюд. Жареные грибы, как правило, составляют отдельное блюдо или идут на начинки в пироги и гарниры ко всем мясным блюдам. Что касается сушеных грибов, то они применяются в основном в супах, реже в кашах и отчасти в начинках, когда отсутствуют свежие грибы. Тушеные грибы приготовляют обычно в сочетании с мясом, рыбой, овощами и иногда как самостоятельное блюдо. Отварные грибы в русской кухне употребляют реже всего, в отличие от французской и белорусской.

Отдельных чисто грибных блюд в русской кухне сравнительно мало. В основном это различные закуски из соленых грибов, где последние составляют от 70 до 90% массы, жареные в разных видах грибы (тяпанные, целики), тушеные грибы с капустой и картофелем и грибы в тесте.

ГРИБНАЯ ЗАКУСКА

500 г **соленых грибов**
2 **луковицы**
0,5 стакана **мелко нарезанного зеленого лука**
0,5 **головки чеснока**
0,5 ч. л. **черного перца**
1–2 ст. л. **подсолнечного масла**

Соленые грибы крупно порезать (мелкие оставить целыми), лук нарезать мелко, чеснок измельчить или растолочь, все перемешать, добавить перец, масло, размешать.

ГРИБЫ ТУШЕНЫЕ

500 г **очищенных белых грибов** и **подосиновиков**
2 ст. л. **муки**
50 г **сливочного масла**
1 стакан **сметаны**
1 **луковица**
1 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **петрушки**
6 горошин **черного перца**

Грибы очистить, вымыть, крупно порезать (мелкие шляпки оставить целыми), еще раз промыть, обвалять в муке, сложить в сотейник, закрыть, поставить на сильный огонь. Появившуюся жидкость (сок) слить, добавить масло, отдельно обжаренный мелко нарезанный лук, зелень укропа и петрушки, перец, посолить и потушить на умеренном огне. Постепенно подливать слитый ранее сок и добавлять сметану, чтобы соус постепенно загустел. Тушить 30–40 мин. Подавать с отварным картофелем.

ГРИБЫ ЖАРЕНЫЕ

4 стакана **очищенных грибов** (разных)
100–150 г **подсолнечного масла**
2 **луковицы**
1 ст. л. **укропа**
2 ст. л. **петрушки**
0,5 стакана **сметаны**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

Грибы очистить, промыть, нарезать соломкой, положить на разогретую сухую сковороду, прикрыть крышкой и жарить на среднем огне до тех пор, пока выпущенный грибами сок не выкипит почти полностью; затем посолить, добавить мелко нарезанный лук, подлить масло, перемешать и продолжать жарить на более умеренном огне до образования коричневатого колера около 20 мин. После этого поперчить, посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки, перемешать, прожарить 2–3 мин, добавить сметану и довести ее до кипения.

ГРИБЫ ЦЕЛИКИ

500 г **очищенных белых грибов** (шляпок)
1 яйцо
0,5 стакана **ржаных толченых сухарей**

100 г **подсолнечного масла**
1 ст. л. **сметаны**
1 ст. л. **укропа**
0,5 головки **чеснока**
1 ч. л. **соли**

Шляпки белых грибов обварить крутым кипятком, обсушить полотенцем, обвалять в хорошо взбитом яйце, затем в сухарях и пожарить на сильно раскаленной сковороде в масле. Укроп, чеснок и соль растереть в ступке до получения однородной массы, прибавить сметану и размешать с поджаренными грибами.

ГРИБЫ, ЖАРЕННЫЕ В ТЕСТЕ

20 **сухих белых грибов**
0,25 стакана **кваса** или **пива**
2 ч. л. **подсолнечного масла** + 0,25 стакана **масла** для жарения
0,25 ч. л. **соли**
2–3 ст. л. **муки**
3 **лавровых листа**
8 горошин **черного перца**

Сухие грибы отварить в 0,5 л воды с лавровым листом и перцем (отвар использовать для супа). Грибы обсушить. Из кваса, подсолнечного масла, соли и муки сделать жидкое тесто. Обмакивать в нем подготовленные грибы и поджаривать в масле на сковороде.

КУНДЮМЫ[1]

КУНДЮМЫ, или КУНДЮБКИ, – старинное русское блюдо (XVI век), своего рода пельмени с грибной начинкой.

От обычных пельменей кундюмы отличаются не только особой начинкой. Тесто для кундюмов замешивается на растительных маслах (подсолнечном или маковом) и горячей воде и представляет собой, таким образом, сочетание заварного и вытяжного теста. Начинка может быть приготовлена как из свежих, так и из сухих грибов в сочетании с крупой (гречневой, рисом) и пряностями.

И, наконец, в отличие от пельменей кундюмы не отваривают, а вначале пекут, затем томят в духовке.

ДЛЯ ТЕСТА:
2 стакана (320 г) **пшеничной муки**
0,75 стакана **кипятка**
4 ст. л. **подсолнечного масла**

ДЛЯ ОТВАРА:
0,5 л **воды**
3 **лавровых листа**
4–5 горошин **черного перца**
2–3 **зубчика чеснока**
1 ст. л. **зелени петрушки**
1 стакан **сметаны**

ДЛЯ НАЧИНКИ:
20 **сухих белых грибов**
1 стакан **крутой гречневой каши** или **отварного риса**
4 ст. л. **подсолнечного масла**
1 **яйцо**

ПОДГОТОВКА НАЧИНКИ

Грибы отварить в воде, отвар слить в отдельную посуду, а грибы мелко порубить и обжарить вместе с мелко нарезанным луком в масле; перемешать с кашей и рубленым крутым яйцом, хорошо размять в однородную массу.

ПОДГОТОВКА ТЕСТА

В подсолнечное масло залить крутой кипяток, всыпать в эту смесь муку и быстро замесить тесто, хорошенько размяв его руками, а затем раскатать в очень тонкий пласт (почти до прозрачности), не подсыпая при этом муки, так как это тесто не прилипает к доске.

ПОДГОТОВКА КУНДЮМОВ

Раскатанное тесто нарезать квадратами 5×5 см, положить на каждый квадратик небольшой кусочек начинки и сформовать пельмени. Из указанного количества теста и начинки должно получиться примерно 100 пельменей.

[1] Рецепт кундюмов полностью реконструирован автором. Приводится впервые.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КУНДЮМОВ

Лист, противень или широкую сковороду смазать маслом, уложить на нее одним слоем кундюмы и испечь их в духовке на умеренном огне в течение 12–15 мин. Затем переложить кундюмы в горшочек, залить горячим грибным отваром, посолить, добавить пряности и поставить на 15 мин в духовку, после чего залить сметаной и выложить в тарелки.

КАШИ

КАША – одно из самых распространенных русских национальных блюд, второе после щей по своему значению на русском столе.

Длительное время каша была любимым блюдом в России, а первоначально даже торжественным обрядовым. Она употреблялась на празднествах, в том числе на пирах, свадьбах, крестинах. Вот почему в XII–XIV веках слово «каша» было равнозначно слову «пир». Так, летопись сообщает, что в 1239 г. князь Александр Невский устроил большую кашу в Торопце, а затем другую в Новгороде. Позднее каша стала постоянно употребляться при всяких коллективных работах, особенно во время взаимной выручки при жатве, когда действовали сообща, артелью. Поэтому артель нередко стали называть «кашей». «Мы с ним в одной каше» означало – в одной артели, одном отряде, одном коллективе. Особенно долго сохранялось это значение «каши» на Дону и в других местах, где селилась русская вольница.

Разнообразие видов русских каш базировалось прежде всего на многообразии сортов круп, производимых в России. Почти из каждого вида зерна делалось несколько видов круп – от целых до дробленных различным образом. Больше всего любили крупы из гречихи. Помимо крупной крупы – ядрицы, идущей для крутых, рассыпчатых каш, делали и более мелкую – велигорку и совсем мелкую – смоленскую (они не дробились, как современный «продел», а окатывались круглыми). Кроме того, из гречихи получали так называемую обварную крупу, которую, завернув в ткань, быстро обваривали в кипятке, а затем высушивали и только после этого употребляли в каши. Из ячменя делали крупу трех видов – перловую крупную, голландку, помельче, но побелее, и ячневую, совсем мелкую, вроде манной. Ячневые каши были любимым кушаньем Петра I. Широко были распространены полбенная каша из полбы (ныне возделывается только в Закавказье, где называется «зандури»), пшенная (из проса), манная (из твердых пшениц), овсяная (из целого и дробленого овса) и зеленая (из молодой, недозрелой, вполовину налившейся ржи). В XIV–XV веках вошла в употребление рисовая каша из привозного, а затем своего, русского, так называемого акулининского или суходольного риса, выращиваемого в Астраханской и Саратовской областях. Позднее, в XIX веке, появились в России и привозные или искусственные виды круп – саго и розовая крупа из крахмала, которые, однако, употребляли довольно редко.

В русской кухне каши издавна делились по консистенции на три основных вида – кашицы (или жиденькие кашки), размазни (или вязкие каши) и крутые, рассыпчатые. Больше всего любили в России рассыпчатые каши, в старину охотно ели также кашицы (особенно с рыбой), заменявшие суп, размазни же недолюбливали: считалось, что это ни то ни се, словом, смотрели на них как на испорченные каши.

Каждый из перечисленных видов отличается количеством жидкости, в которой варится каша. Чем больше воды (молока, бульона), тем жиже каша. Кроме того, в более жидких кашах есть еще и слизь, которая при приготовлении крутых каш либо сливается, либо не успевает свариться из зерна. Наличие или отсутствие этой слизи придает кашам в целом различный вкус. Надо еще иметь в виду, что изменить соотношение между крупой и жидкостью уже после того, как каша начала вариться, нельзя. Иными словами, нельзя выпарить воду после соединения ее с крупой так, чтобы это не отразилось на консистенции (как это можно сделать с корнеплодами или бобовыми), нельзя превратить жидкую или вязкую кашу в крутую, рассыпчатую. Вот почему так важно правильно залить крупу водой для получения каши того или иного вида. При этом удобнее руководствоваться соотношениями объемов воды и круп (столько-то стаканов крупы на столько-то стаканов воды).

В прошлом почти все каши готовили одинаково: крупу и воду помещали в глиняный горшок и распаривали в русской печи. Это требовало большого времени, 4–5 часов, хотя и давало неплохие результаты. С переходом к наплитному приготовлению продолжительность варки каш сократилась примерно до 1–1,5 часа,

однако ненамного, если ее после этого распаривают в духовке или тепло укутывают. Между тем, изменив привычную технологию и соблюдая определенное соотношение воды и крупы, можно сократить время варки каш на газовой плите до 15–20 минут. Для этого надо, например, менять среду, в которой варится крупа, дважды: вначале легко отваривать крупу в большом количестве подсоленного кипятка, затем лишнюю воду со слизью сливать и доваривать кашу в молоке. Такой прием можно использовать для рисовой, пшенной и ячневой каш. А для гречневой каши важно точно отмерить воду: ровно вдвое по объему больше, чем крупы, и выпарить эту воду, не мешая кашу, за 15 минут. Для овсяной каши соотношение иное: на 2 стакана овсяной крупы 3 стакана воды. Воду быстро выпаривают, заливают кашу 0,5–1 стаканом мясного бульона и уваривают, обязательно помешивая.

В процессе варки кашу нужно все время помешивать (кроме гречневой и рисовой), следить, чтобы не подгорела, сливать излишнюю воду, доливать молоко и т. д.

Надо обращать внимание и на состояние крупы: ее спелость, засоренность и т. п. Рассыпчатую гречневую кашу, например, можно сварить только из спелой гречихи без зеленоватого отлива, в противном случае каша получится вязкой, как бы правильно ее ни варили.

Однако каша в чистом виде еще не каша. Вкус ее будет во многом зависеть от того, чем ее сдобрили и приправили. Для этого надо хорошо знать и чувствовать, что подходит к данному виду крупы и каши, с чем она лучше сочетается.

Конечно, прежде всего к кашам идет масло. «Кашу маслом не испортишь» – гласит пословица. Но масло отнюдь не единственная и, главное, не первая добавка в кашу, а заключительная. Самыми же распространенными добавками в каши являются молочные продукты – молоко, простокваша, пахта, сметана, творог и сливки. Фактически они идут во все виды каш и часто составляют шестую, а то и четвертую часть их объема. Второе место по частоте применения в качестве добавок занимают мясо, рыба, горох, яйца и грибы. Первые три продукта используются чаще всего в кашицах (особенно рыба), последние два – в рассыпчатых кашах. Лук идет во многие виды каш. К некоторым кашам подходят подмешиваемые в небольших количествах тыквенное пюре (к пшену) и мак (к ячневой каше). Для создания же сладкой гаммы, кроме сахара, используют варенье, мед, изюм, урюк, курагу, орехи, свежие фрукты, шоколад, подходящие к белым кашам (манной, рисовой, саго). Из пряностей в каши идут черный и красный перец, петрушка, сельдерей, пастернак, чеснок, корица, бадьян, цедры, мускатный орех, ваниль.

Что же касается, наконец, масел, то здесь годятся почти все животные и растительные масла. Свиное нутряное сало и бараний жир идут в основном в горячие кашицы.

Для рассыпчатых каш исстари использовали сливочное и топленое масла, а из растительных – подсолнечное, конопляное, маковое, ореховое, в том числе и миндальное.

В печи и духовке кашу лучше всего варить в глиняных горшках и чугунах, а при наплитном приготовлении – использовать металлическую посуду, преимущественно алюминиевую с закругленным дном, типа котелков. Только жидкие кашицы можно варить в эмалированной посуде, но все время следить, чтобы не пригорели.

КАШИЦА СМОЛЕНСКАЯ

1,5 стакана **мелкой гречневой крупы** (продела)
1 л **воды**
2 **луковицы**
2 **корня пастернака**
2–3 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**
0,5 стакана **сметаны**
2 ст. л. **топленого** или **сливочного масла**
1 ч. л. **соли**

В подсоленный кипяток положить целую луковицу, мелко нарезанные корни пастернака, проварить 5 мин, затем засыпать крупой и варить на медленном огне, помешивая, до полного разваривания крупы. После этого луковицу вынуть, снять кашицу с огня, заправить перцем, петрушкой, сметаной, маслом, досолить и дать постоять под крышкой 15 мин для распаривания.

КАШИЦА КОСТРОМСКАЯ (ЗАСПИЦА ГЛАЗУНЬЯ)

1,5 стакана **ячневой крупы**

2 л **воды**
0,25 стакана **гороха**
1 **луковица**
2 ст. л. **тимьяна** или **чабера**
3 ст. л. **сливочного** или **подсолнечного масла**
1 ч. л. **соли**

Ячневую крупу промыть в нескольких водах и отварить в подсоленной воде в течение 15–20 мин (с момента закипания) на умеренном огне, обязательно снимая образующуюся сверху пену, затем лишнюю, свободно отделяющуюся воду слить, добавить заранее замоченный и разваренный в воде горох и мелко нарезанный лук и продолжать варить на слабом огне до полного размягчения кашицы. Заправить маслом, тимьяном, размешать, проварить 5 мин.

КАШИЦА ТИХВИНСКАЯ (КАШИЦА ГОРОХОВАЯ С ЗАСПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ)

0,5 стакана **гороха**
1,5 л **воды**
1 стакан **гречневого продела**
2 **луковицы**
4 ст. л. **топленого** или **подсолнечного масла**

Горох промыть, разварить в воде, ни в коем случае ее не подсаливая, и, когда вода на 1/3 выпарится и горох будет почти готов, засыпать продел и варить его до готовности. Затем заправить мелко нарезанным луком, поджаренным на масле, и посолить.

КАШИЦА БЕЛЕВСКАЯ (ОВСЯНАЯ СЛАДКАЯ)

2 стакана **овсяных хлопьев «Геркулес»**
1 л **воды**
0,5 л **молока**
0,5 ч. л. **бадьяна**
0,5 ч. л. **корицы**
0,5 ч. л. **кориандра**
4 бутона **гвоздики**
1 **лимон** (свежая цедра с лимона)
0,5 стакана **сливок**
5–6 ст. л. **сахара**
1 ч. л. **соли**

В слегка подсоленной воде разварить «Геркулес» до вязкой каши, снимая все время появляющуюся на поверхности пену, даже когда еще не начнет кипеть. Затем кашу залить молоком, размешать, довести до кипения, отделить неразварившиеся твердые хлопья и вновь варить на очень слабом огне, все время помешивая; добавить через 10–15 мин сахар, а когда он разойдется, заправить пряностями, проварить 5–7 мин, влить сливки, размешать, снять с огня.

КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ

3 стакана **воды**
1,5 стакана **гречневой крупы ядрицы**
2 **луковицы**
2 **яйца**
3–4 **сухих белых гриба**
6–7 ст. л. **подсолнечного масла**

Ядрицу перебрать, отсеять от мучной пыли (но не мыть), залить водой, засыпать растертыми в порошок грибами и поставить на сильный огонь, закрыв крышкой. Когда закипит, огонь убавить наполовину и продолжать варить 10 мин до загустения, затем вновь убавить огонь до слабого и варить еще 5–7 мин до полного выпаривания воды. Снять с огня, завернуть в теплое на 15 мин. Одновременно в другой кастрюле разогреть масло, обжарить в нем мелко нарезанный лук, посолить. Крутые яйца мелко порубить и всыпать вместе с поджаренным в масле луком в кашу, равномерно размешать.

КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ

4,5 стакана **молока**
2 стакана **гречневой крупы ядрицы**
0,5 стакана **сливок**

Ядрицу перебрать, залить молоком, варить до полного его выкипания, затем залить сливка-

ми, чуть-чуть посолить и поставить на 10–15 мин в духовку.

КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПУХОВАЯ

2 стакана **ядрицы**
2 **яйца**
4,5 стакана **молока**
3 ст. л. **сливочного масла**
2 стакана **сливок**

Крупу перетереть со взбитыми яйцами, рассыпать на противне и высушить в нагретой предварительно духовке, но с выключенным огнем. Затем залить молоком, заправить маслом и варить, как кашу гречневую молочную (см. с. 475). Когда будет готова, посолить по вкусу, дать остыть, затем протереть через дуршлаг и есть со сливками.

КАША ЯЧНЕВАЯ РАЗМАЗНЯ

2 стакана **ячневой крупы**
3 л **воды**
1 стакан **молока**
1,5 стакана **творога**
2 ст. л. **сливочного масла**
1 ч. л. **соли**

Крупу засыпать в холодную подсоленную воду и варить на умеренном огне, все время снимая пену. Как только начнут появляться признаки выделения из крупы густой белой слизи, лишнюю воду сцедить и продолжать варить кашу в другой посуде, долив молока и все время помешивая, до получения густой размазни. Когда каша станет мягкой, заправить ее творогом, досолить, размешать равномерно, дать постоять 5 мин под крышкой, не нагревая, затем заправить маслом.

КАША ОВСЯНАЯ

2 стакана **овсяных хлопьев «Геркулес»**
0,75 л **воды**
0,5 л **молока**
2 ч. л. **соли**
3 ст. л. **сливочного масла**

Крупу залить водой и варить на слабом огне до вываривания воды и полного загустения, затем в два приема долить горячим молоком и, продолжая помешивать, варить до загустения, посолив. Готовую кашу заправить маслом.

КАША РИСО-ОВСЯНАЯ РАССЫПЧАТАЯ

1,5 стакана **риса**
0,75 стакана **овса**
0,7 л **воды**
2 ч. л. **соли**
1 **луковица**
4–5 **зубчиков чеснока**
4–5 ст. л. **подсолнечного** или 75–100 г **сливочного масла**
1 ст. л. **укропа**

Рис и овес промыть отдельно, равномерно перемешать, затем засыпать рисо-овсяную смесь в кипящую воду и плотно закрыть кастрюлю крышкой, чтобы пар не выходил (этим способом можно готовить только в плотно закрытой посуде). Держать на сильном огне 10 мин, затем убавить огонь до среднего и держать еще 5–6 мин, после чего снять с огня, укутать теплым и лишь через 15–20 мин открыть крышку. Готовую кашу заправить обжаренным на масле луком и мелко нарезанными чесноком и укропом. Прогреть в сковороде на слабом огне 3–4 мин.

КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СЛАДКАЯ

1,5 стакана **риса**
0,5 л **воды**
0,5 стакана **молока**
3 ст. л. **сахара**
0,5 ч. л. **корицы** или **бадьяна**
3–4 ст. л. **сливочного масла**

Приготовить рис так же, как для каши рисо-овсяной несладкой, но, отварив рис, переложить его в другую посуду, долить горячее молоко и дать ему впитаться в рис (без подогрева); за-



править сахаром, пряностями и маслом и прогреть еще 3–4 мин в духовке или на водяной бане.

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ

1 стакан **пшена**
2 стакана **воды**
2 стакана **молока**
2 ст. л. **сливочного масла**

Пшено перебрать, промыть 5–6 раз в кипятке, пока вода после промывки не станет чистой, затем залить горячей водой, поставить на огонь, посолить, снять пену, быстро выпарить всю воду, пока пшено еще не успело свариться, затем долить горячее молоко и продолжать варить кашу на умеренном и затем слабом огне до полного загустения. Готовую кашу заправить маслом, размешать.

КАША ПШЕННАЯ – ТЫКОВНИК

1 стакан **пшена**
2 стакана **воды**
2 стакана **молока**
1 стакан **тыквенного пюре**
3 ст. л. **сливочного масла**
0,5 стакана **сливок**
1 **яйцо**

Сварить пшенную молочную кашу (см. выше), смешать ее со сваренным на молоке тыквенным пюре, мелкорубленым крутым яйцом, половиной порции сливочного масла и переложить в глиняный горшок, обмазанный изнутри маслом. Поставить в духовку на 15 мин.

КОЛИВО

2 стакана **ячневой крупы**
3 л **воды**
1 стакан **молока**
0,75–1 стакан **мака**
2–3 ст. л. **меда**
2 ст. л. **клюквенного** или **смородинового** варенья

Крупу промыть, отварить в воде на умеренном огне, снимая все время пену. Как только крупа начнет выделять слизь, лишнюю воду слить, кашу переложить в другую посуду, добавить молоко и варить до мягкости крупы и загустения, все время помешивая.
Отдельно подготовить мак: залить его крутым кипятком, дать распариться, через 5 мин воду слить, мак промыть, вновь залить крутым кипятком, сразу же слить его, как только начнут появляться капельки жира на поверхности воды. Затем распаренный мак перетереть в ступке (фарфоровой), добавляя по половине чайной ложечки кипятка к каждой столовой ложке мака. Подготовленный мак смешать с загустевшей, размягченной ячневой кашей, добавив мед, прогреть на слабом огне 5–7 мин, непрерывно помешивая, снять с огня, заправить вареньем.

ГУРЬЕВСКАЯ КАША

1,25 л **молока**
0,5 стакана **манной крупы**
0,5 кг **орехов (лещины, кедровых, грецких)**
10 **орехов горького миндаля** или 4–5 **капель миндальной эссенции**
0,5 стакана **сахара**
0,5 стакана **варенья (клубничного, земляничного, вишневого без косточек)**
2 ст. л. **сливочного масла**
1 капсулка **кардамона**, или 3–4 ч. л. **молотой лимонной цедры**, или 2 ч. л. **корицы**
0,25 ч. л. **молотого бадьяна**

ПОДГОТОВКА ОРЕХОВ

Орехи, очищенные от скорлупы, залить кипятком на 2–3 мин, очистить от тонкой кожицы, подсушить и истолочь в ступке, подливая по 1 ч. ложке теплой воды к каждой полной столовой ложке орехов. Сложить в чашку.

ПОДГОТОВКА ПЕНОК

Молоко вылить в плоскую посуду (чугунную эмалированную сковороду), поставить в нагретую духовку и снимать образующиеся крепкие пенки, когда они начнут румяниться, складывая их в отдельную посуду. Собрать 12–15 пенок.

ПОДГОТОВКА МАННОЙ КАШИ

На оставшемся молоке или сливках сварить густую, хорошо разваренную манную кашу, всыпать в нее толченые орехи, сахар, масло, растертые пряности, перемешать.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ГУРЬЕВСКОЙ КАШИ

В огнеупорную эмалированную сковороду с высокими краями или широкий плоский сотейник налить немного подготовленной манной каши слоем 0,5–1 см, закрыть его пенкой, вновь налить слой каши потоньше, вновь переслоить пенкой и т. д. В предпоследний слой добавить немного варенья и бадьян. Поставить на 10 мин в предварительно хорошо нагретую духовку, но со слабым огнем. Затем вынуть, залить сверху оставшимся вареньем и толчеными орехами, подать в той посуде, в которой готовили кашу.

БЛИНЫ

БЛИНЫ – одно из самых древнейших изделий русской кухни, появившееся еще до IX века, в языческие времена. Слово «блин» – искаженное «млин» от глагола «молоть». «Мелин», или «млин», означает изделие из намеленного, т. е. мучное изделие. Это едва ли не самое экономное мучное блюдо, для которого требуется минимум муки при максимуме жидкости (воды, молока), поскольку для блинов употребляется весьма разжиженное тесто. Еще более увеличивают объем этого теста дрожжи. Встречающееся кое-где ныне использование соды для блинов заимствовано с Запада сравнительно недавно и не свойственно русской кухне. Русские блины отличаются совершенно особой консистенцией, они мягки, рыхлы, ноздреваты, пышны, легки и при этом как бы полупрозрачны, с четко различимым рисунком многочисленных пор. Такие блины как губка впитывают в себя растопленное масло, сметану, отчего делаются сочными, лоснящимися и вкусными.

Известно несколько видов блинов, различающихся между собой главным образом используемым для них сырьем (мукой, водой или молоком, маслом, яйцами), технология же приготовления для всех видов в основных чертах почти одинакова.

ПОДГОТОВКА ТЕСТА ДЛЯ БЛИНОВ

БЛИННОЕ ТЕСТО замешивается за 5–6 часов до выпечки – опарным способом. Это значит, что вначале в воде или молоке с дрожжами растворяется только часть муки, а затем, когда опара подойдет, добавляется остальная мука, соль, сахар, масло; все это иногда еще обваривается молоком (заварные блины), а затем подмешиваются взбитые яичные белки, сливки, после чего тесто должно еще подойти, и только тогда его используют для выпечки.

Количество и вид муки, идущей на опару и на вторую засыпку, варьируют. Кроме того, меняется порой и количество подъемов теста – от двух до трех. К моменту выпечки блинное тесто по консистенции должно напоминать густую сметану. Для этого соотношение жидкости и муки в тесте должно быть примерно одинаковым: объем жидкости должен соответствовать объему муки. При этом в понятие «жидкость» в блинном тесте входит вода (или молоко), растопленное масло, яйца, сливки, разведенные дрожжи. Лучшие, испытанные соотношения: 4–5 стаканов муки на 4–5 стаканов «жидкости». Правда, поскольку мука может быть разного вида (гречневая, пшеничная) и разной сухости и поскольку ее можно смешивать в разных пропорциях (треть, половина, две трети), то в каждом конкретном случае бывают небольшие отклонения в ту или иную сторону, но эти отклонения никогда не превышают десятой или даже двенадцатой части общего объема взятых продуктов.

При подготовке теста надо обращать внимание на следующие три фактора: во-первых, дрожжи должны быть свежими и в достаточном, но не избыточном количестве; во-вторых, тесто на всех стадиях (при растворении опары, добавлении муки, молока, яиц и т. д.) надо взбивать и растирать очень тщательно (в нем не должно быть ни единого комочка); в-третьих, обваривать опару (если это требуется по рецепту) надо не крутогорячим и не полностью вскипевшим молоком, а лишь доведенным почти до кипения, а затем слегка остуженным, но не менее чем до 40 °С. В случае если опара не обваривается горячим молоком, то перед самой выпечкой в тесто осторожно добавляют белково-сливочную смесь, для получения которой взбивают немного сливок и в них вводят взбитые белки (но не наоборот!). Эту смесь добавляют для повышения рыхлости, нежности и ноздреватости блинов.

ПОДГОТОВКА ПОСУДЫ ДЛЯ ВЫПЕЧКИ БЛИНОВ

Настоящие блины можно выпекать только на черных чугунных сковородах небольших размеров. Такие сковороды никогда не следует мыть водой. Чистят их так: ставят на огонь, наливают немного растительного масла, насыпают 1 ст. ложку крупной соли и дают хорошенько накалиться, а затем слегка остыть. Еще горячую сковороду быстро, но тщательно протирают чистой ветошью или бумажными салфетками, чтобы снять весь нагар, затем вновь посыпают сухой солью, протирают еще раз и, наконец, когда соль убрана, вновь протирают мягкой сухой тряпочкой. Если тряпочка при этом осталась чистой, значит, сковорода хорошо подготовлена. Если сковорода вычищена недостаточно тщательно, то первый же блин не удается (отсюда выражение «первый блин комом»). В этом случае вновь надо налить масла на сковороду, насыпать соли и почистить еще раз. Иначе можно испортить и все остальные блины.

ВЫПЕЧКА БЛИНОВ

Процесс выпечки внешне прост: готовое тесто берут осторожно, не давая ему опадать, большими деревянными ложками или половниками и льют на раскаленные, смазанные маслом сковороды. При этом количество взятого каждый раз теста должно быть таково, чтобы оно могло разлиться тонким ровным слоем по всей сковороде. Этот навык дается практикой. Кроме того, имеет значение и количество масла, которым смазана сковорода. Если масла мало – блин будет пригорать, если много – будет толстым, неровным, так как излишнее масло препятствует тесту разливаться по сковороде равномерным слоем.

Чтобы получить ровный и одинаковый для всех блинов слой масла, его не льют на сковороду, а смазывают ее перед выпечкой каждого блина. Смазывать сковороду можно перышком, предварительно погруженным в масло. Но перышко неудобно тем, что его надо часто менять: оно быстро выходит из строя. Кроме того, масло слишком впитывается в перо и ложится на сковороду не совсем ровным слоем. Поэтому лучше всего смазывать сковороду маслом половинкой луковицы (или сырой очищенной картофелины), разрезанной поперек и наколотой на вилку. Ровной срезанной поверхностью луковицы, обмакнув ее в масло, налитое в блюдечко, смазывают сковороду, как щеточкой. Если луковица постепенно обжарится слишком сильно, ее можно сменить.

Когда сковорода предварительно разогрета, правильно смазана и на нее налито достаточное количество теста, то блин печется недолго. Как только он начнет подыматься и румяниться, его можно смазать сверху маслом с помощью той же луковицы и сразу же перевернуть на другую сторону, иначе блин можно засушить.

Готовые блины складывают стопкой в хорошо нагретую глубокую посуду, стоящую на плите, и смазывают маслом, а сверху прикрывают полотенцем, чтобы не остывали.

ВИДЫ БЛИНОВ

Блины различают и называют по тому виду муки или крупы, которые идут на их изготовление: ржаные, гречневые, гречнево-пшеничные, пшеничные, пшенные, манные. Таким образом, разнообразной может быть сама основа блинов. Но этого мало. Отличны по технологии, например, заварные блины. Кроме того, разнообразие в ассортимент блинов вносят и различные способы употребления их. Один из них широко известен – это обычай есть готовые блины с жирными или острыми добавками, либо макая их в масло или сметану, либо заворачивая в них соленую рыбу (селедку, кету, семгу, горбушу) или икру. Реже употребляется еще один способ – это введение в блины припеков в момент их выпечки. Классическими припеками служат лук, крутые яйца, творог, сушеные снетки. Припек делают так: насыпают на середину сковороды рубленый лук, крутые яйца и заливают их тестом; можно иначе – уже почти испеченный блин, не снимая со сковороды, намазывают сверху тонким слоем творога, стертым с сырым яйцом, и затем, обмазав его маслом, быстро переворачивают на другую сторону, прижимая к накаленной поверхности сковороды (это называется «прижарить в пылу»).

Одной из разновидностей блинов (а не пирогов!) следует считать и так называемые блинчатые пироги, т. е. несколько блинов, наслоенных стопкой один на другой и переложенных между собой различной начинкой, чаще всего из мясного фарша, пережаренного с луком, с рублеными крутыми яйцами. Такие

стопки блинов смазывают с боков смесью яиц, муки и молока, чтобы фарш не вываливался, и обжаривают слегка в духовке.

ГРЕЧНЕВЫЕ БЛИНЫ НА ВОДЕ

4 стакана **гречневой муки**
1 стакан **холодной воды**
3,5 стакана **горячей воды**
25 г **дрожжей**
1 ч. л. **сахара**
1 ч. л. **соли**
0,5 стакана **подсолнечного масла** (для жарения).

Холодную воду развести с таким же объемом муки и заварить это тесто горячей водой, размешать, остудить, добавить дрожжи, дать подойти.
Добавить остальную муку, сахар, соль, дать подойти и печь блины.

ГРЕЧНЕВЫЕ БЛИНЫ НА МОЛОКЕ

4 стакана **гречневой муки**
4,5–5 стаканов **молока**
25 г **дрожжей**
2 **яйца**
25 г **сливочного масла**
1 ч. л. **соли**
1 ч. л. **сахара**
0,5 стакана **подсолнечного масла**

Две трети нормы молока, дрожжи, муку, сливочное масло, желтки вымешать, дать подойти. Добавить соль, сахар, обварить остальным молоком, взбить, ввести взбитые белки, дать подойти вторично и сразу же печь.

ГРЕЧНЕВО-ПШЕНИЧНЫЕ БЛИНЫ

3,5 стакана **гречневой муки**
1,5 стакана **пшеничной муки**
2,5 стакана **теплой воды**
2 стакана **кипящего молока**
25 г **дрожжей**
25 г **сливочного масла**
2 **яйца**
1 ч. л. **сахара**
1 ч. л. **соли**
0,5 стакана **растопленного масла**

В воде развести дрожжи, прибавить всю пшеничную муку и равный объем гречневой, дать подойти.
Всыпать оставшуюся гречневую муку, вновь дать подойти.
Заварить тесто горячим молоком, остудить, положить сахар, соль, масло, дать подойти и затем печь.

ГРЕЧНЕВО-ПШЕНИЧНЫЕ БЛИНЫ СДОБНЫЕ (ПОЛОВИННЫЕ)

2 стакана **гречневой муки**
2 стакана **пшеничной муки**
4 стакана **молока**
25 г **дрожжей**
50 г **сливочного масла**
2 ч. л. **сахара**
1 ч. л. **соли**
5 **яиц**
0,5 стакана **подсолнечного** или **топленого масла**

Гречневую муку развести в 1 стакане холодного молока и заварить 2 стаканами горячего, остудить.
Ввести дрожжи и дать подойти тесту в теплом месте.
Тесто взбить, добавить соль, пшеничную муку, масло, желтки, растертые с сахаром, оставшееся молоко, взбитые белки, дать подойти и затем печь.

ПШЕНИЧНЫЕ БЛИНЫ (КРАСНЫЕ)

4,5 стакана **пшеничной муки**
4 стакана **молока**
25 г **дрожжей**
25 г **сливочного масла**
100 г **сливок**
2 **яйца**
2 ч. л. **сахара**
1 ч. л. **соли**

Половину муки, дрожжи, масло растворить в молоке, дать подойти.

Тесто взбить, добавить остальную муку, соль, желтки, растертые с сахаром, вновь взбить, ввести взбитые белки и сливки, дать подойти и затем печь.

ПШЕННЫЕ БЛИНЫ

1 л **воды**
400 г **пшена**
400 г **пшеничной муки** высшего сорта
400 г **гречневой муки**
25–30 г **дрожжей**
2 ч. л. **сахара**
2 ч. л. **соли**

Пшено промыть 5–7 раз в кипятке, залить водой, сварить жидкую кашицу, хорошо разварив пшено, остудить. (Объем кашицы должен быть равен 1 л.) Добавить в кашицу пшеничную муку, дрожжи, дать подойти. Затем добавить гречневую муку, сахар, соль, размешать, дать подойти. Обварить тесто горячей водой, развести его до консистенции сметаны и через 15 мин начать печь блины.

ПИРОГИ

ПИРОГИ занимают на русском столе видное и притом всегда почетное место. Эти подлинно национальные изделия дошли до нас из глубокой древности, избежав какого бы то ни было иностранного влияния.

Пироги приготовлялись и употреблялись на Руси вначале исключительно по праздникам. Само слово «пирог», происшедшее от древнерусского слова «пир», указывает на то, что ни одно торжественное застолье не могло обходиться без пирогов. При этом каждому празднеству соответствовал особый вид пирогов, отсюда разнообразие русских пирогов как по внешнему виду, так и по тесту, начинкам и вкусу.

Длительное существование пирогов как излюбленного кушанья в значительной степени объясняется не только их высокими вкусовыми достоинствами, но и тем, что они оказались, можно сказать, удобной формой концентрированного питания. Часто в пироге в буквальном смысле заключался привычный домашний обед русского человека, т. е. хлеб, щи, каша, так как пироги начинялись чаще всего капустой, репой, кашей, грибами. Поэтому с расширением различных форм внедомашнего труда пироги стали брать с собой на работу, в дорогу. Именно в этот период родилась пословица: «В пирог все завернешь».

В классическом национальном русском обеде пироги идут всегда после рыбы, рыбного блюда, так что за ними следует еще одно второе – жаркое или каша; в более простом русском обеде они следуют либо сразу после супа, либо после второго блюда.

С середины XIX века вошло в обычай, особенно в ресторанах, подавать кулебяки, пироги с кашей или расстегаи к соответствующим первым блюдам – мясному бульону, щам или ухе. В конце XIX – начале XX века слоеные пироги стали подавать также как закуску к завтраку или как самостоятельное блюдо к полднику и ужину. Сладкие пироги подаются к чаю.

В настоящее время для пирогов используется пшеничная мука. Первоначально же, в XII–XIV веках, русские пироги делались преимущественно из ржаной муки, впоследствии с небольшой примесью пшеничной, а еще позднее к пшеничной муке низшего сорта стали примешивать небольшое количество муки высшего сорта. Постепенно сложилась традиция делать тесто для пирогов из своего рода мучного «коктейля», что оказало влияние на особенности вкуса и консистенции теста.

Тесто русского пирога должно быть всегда кислым, дрожжевым, или живым, жилым, как его образно называли в старину. В качестве закваски могут использоваться наряду с дрожжами простокваша, сметана, пиво, брага, сыворотка. Нередко кислые компоненты соединяются в разных сочетаниях, и это дает возможность разнообразить консистенцию и вкус кислого теста. В прошлом в качестве закваски для пирогов очень часто применяли отрубяно-дрожжевую опару: отруби заваривали кипятком, давали немного постоять, затем разводили теплой водой, добавляли дрожжи и оставляли на ночь. Считалось, что пироги из теста, приготовленного на опаре, вкуснее, лучше, а теста получается больше. В настоящее время в быт вошел и укрепился безопарный, более быстрый способ приготовления теста.

Разнообразны и сдобные компоненты, входящие в состав теста для русских пирогов. Это прежде всего молоко, а затем различные виды жиров (растительные,

сливочные, говяжий жир) и в гораздо меньшей степени – яйца. Выбор жира обычно связан с выбором начинки. Так, в пироги с растительной начинкой и рыбой традиционно используются растительные масла, в пироги с мясной начинкой – говяжий почечный жир, в пироги из птицы и в кулебяки – сливочное и топленое масло.

Свобода в выборе основных компонентов теста – муки, заквасок, жидкости, сдобы – привела к появлению многочисленных вариаций, вследствие чего пироги почти у каждой хозяйки носят известный отпечаток индивидуальности. Вместе с тем сложились и определенные традиции, устанавливающие пропорции основных частей теста.

Тесто для несладких пирогов должно быть не слишком плотным по консистенции, проховым, как говорили встарь, т. е. рыхлым. Для этого готовят густое, но не крутое (за исключением теста для колобовых пирогов) тесто, чаще всего сдобное, причем сдобность достигается с помощью молока или масла и в меньшей степени – с помощью яиц, способствующих плотности и сухости теста. Так, на 1 кг муки должно приходиться примерно 0,5 л жидкости, включая воду, молоко, все жиры и яйца. Что же касается яиц, то обычная их доля в тесте для пирогов весьма невысока – 1 яйцо на каждые 800 г муки, или 1,25 яйца на 1 кг муки.

В тесто для сладких пирогов кладут больше яиц и масла, чем в тесто для несладких пирогов, и, кроме того, делают его несколько круче по консистенции и раскатывают в более толстый пласт, чтобы воспрепятствовать разъеданию теста сахаром и сладкой начинкой (вареньем). В несладких пирогах, наоборот, достоинством является большое количество начинки и тонкая, сухонькая корочка. Исключение составляют лишь кулебяки, где тесто снизу пирога делается несколько толще, чтобы увеличить слой начинки, но по консистенции остается таким же некрутым, как и для прочих несладких пирогов.

Тесту для пирогов дают подняться порой трижды и уже обязательно дважды, каждый раз вновь взбивая и уминая его. Это гарантирует хорошую пропекаемость теста и отличный вкус изделия, а при высоком проценте дрожжей и вообще кислого начала в тесте делает кислоту незаметной после выпечки пирогов.

Начинку для русских пирогов готовят чаще всего из одного какого-либо продукта. Это может быть начинка из овощей (капусты, гороха, моркови, репы, картофеля, лука, щавеля), грибов (сухих, свежих отварных, жареных и соленых всех видов), разнообразных крутых каш с большим содержанием масла (чаще рисовой), вязиги и рыбы, мяса, домашней птицы (чаще курицы), творога, яиц, дичи. Традиционные начинки – каши с луком и яйцами, капуста с яйцами, грибы с луком и, наконец, мясо или рыба (или вязига) с рисом и яйцами.

Пироги со сложной начинкой называются кулебяками. Иногда начинка накладывается в несколько рядов. В этом случае, чтобы предотвратить отлипание (закал) нижней корки кулебяки и сохранить четкие разделения между рядами начинки, их перекладывают тонкими тестяными блинчиками, выпекаемыми заранее. При этом в нижний слой всегда кладут ту или иную кашу, а в верхний – рыбу или мясо, грибы, лук.

Начинку всех видов (кроме рыбы) кладут в пироги только вареной, остуженной. Рыбная же начинка может быть и из сырой рыбы, отчего такие пироги пекутся примерно вдвое дольше остальных. Используют в пироги и соленую красную рыбу, обычно в сочетании с тремя видами каш – рисовой, гречневой и саговой. Начинка из вязиги нуждается в предварительной специальной подготовке, о которой будет сказано ниже. Что касается начинок для сладких пирогов, то большую часть их делают из варенья (яблочного, смородинового, малинового, вишневого, клубничного, земляничного, черничного, брусничного), из изюма с рисом, чернослива и инжира, из мака с сахаром, из сушеной черемухи с сахаром и медом. Реже в русской кухне (да и то в последнее время) делаются пироги со свежими фруктами и ягодами, преимущественно с яблоками, вишней, земляникой, черникой.

Начинки должны быть сочными, жирными, по вкусу более острыми, более резкими, более выразительными, чем диктует нормальный вкус. Это означает, что несладкие начинки должны быть чуть солонее, чуть пикантнее, чуть жирнее, а сладкие – чуть слаще. Такая «накидка» необходима, так как тесто поглощает часть соли и сахара и нормально посоленная начинка в пироге может оказаться слишком пресной.

Внешний вид пирогов характеризуется размерами, формой, конфигурацией и цветом. Ориентиром для размеров пирога служит лист газеты. Чаще всего делают пироги размером в четверть листа или в восьмую его часть. Пироги размером меньше шестнадцатой части называются уже пирожками. Кулебяки делают размером в пол-листа в длину и в четверть листа в ши-

рину, т. е. длинными, но узкими. Большие кулебяки, не уменьшающиеся на противне и в силу своих размеров и толщины требующие более длительной выпечки и высокой температуры, прежде обычно пекли на поду, т. е. на том месте в русской печи, куда кладут дрова. После сгорания дров угли выгребали и на раскаленный под клали пироги, которые поэтому назывались подовыми пирогами, или подовиками. У подовиков нижняя корка обычно была более плотной и толстой, чем у других пирогов.

Прямоугольник с соотношением сторон 3:2 – преимущественная форма русских пирогов, но бывают также пироги и другой формы – круглые, квадратные, треугольные, длинные вытянутые (или долгие), а также фигурные.

Различаются пироги и по типу наложения теста. Они могут быть закрытыми, или глухими, когда тесто окружает начинку со всех сторон; полузакрытыми, или решетчатыми, когда тесто на верх пирога накладывают в виде решетки или лесенок, и, наконец, открытыми, когда тесто окружает начинку лишь снизу и с боков, а верх остается полностью открытым.

Пироги с начинкой из мяса, рыбы, птицы, а также со сложной и сыпучей начинкой (грибы, лук, рис, яйца) никогда не оставляют открытыми. Такие пироги всегда надо тщательно защипывать со всех сторон, чтобы начинка не высохла и пирог не потерял свою прелесть. Кроме того, открытый пирог со сложной начинкой трудно и резать, и подавать – он крошится, ломается, внешний вид его быстро портится. Но простую начинку, к тому же содержащую достаточно собственной влаги, например творог, капусту, варенье, яблоки, можно либо вовсе не закрывать, если пирог невелик, либо перекрывать плетенкой из теста, чтобы начинка держалась покрепче.

Есть еще одна категория полузакрытых пирогов, своего рода исключение из правила: они закрыты тестом и сверху, но защипаны не полностью, так что в середине пирога остается узкая щель, которая во время выпечки немного расширяется, и поэтому кажется, что пирог как бы расстегивается. В эту прорешку должна быть видна часть начинки (кусочек рыбки, морковки), что придает пирогу забавный вид. Такие пироги – их обычно делают очень маленькими – называют расстегайчиками.

Наконец, внешне пироги различаются и по цвету. Они могут быть темные, т. е. глянцевитого коричнево-кожаного цвета, белые, т. е. светлые или сероватые (в зависимости от муки), почти нетронутые огнем и лишь слегка подрумяненные с исподу, румяные или хорошо зарумянившиеся, золотисто-коричневатого оттенка, но без блеска, матовые, с небольшими светлыми прогалинами, и, наконец, обсыпные – с толстым слоем белой муки на горбушке и на боках, сквозь которую проступает нежный золотистый румянец поджаренной корочки.

Все эти внешние отличия связаны с соответствующими изменениями в температуре печи, времени выдержки в ней и внесением дополнительных компонентов до посадки в печь – обмазкой сверху водой (блестящие), яичным желтком (темные), маслом с желтком и одним маслом (румяные), обсыпанием мукой (обсыпные) и исключением всякой смазки и закрыванием сверху бумагой или обсыпанием сахаром (белые, матовые).

Пироги заполняют начинкой и окончательно оформляют непосредственно на противне, который смазывают маслом и протирают промасленной бумагой, а если пирог сладкий из слоеного, масляного теста, то противень только смачивают слегка водой или посыпают тонким слоем муки; при этом он должен быть всегда холодным. Еще один важный момент: подготавливают пироги для выпечки не в том помещении, где нагревается печь или духовка. Пирогам из дрожжевого теста дают всегда после приготовления слегка подняться на листе (выстоять 15–20 мин), а затем смазывают желтком или маслом и тотчас же ставят в печь. Пироги из масляного, слоеного теста сразу после формования выносят вместе с листом на холод примерно на 10–15 мин, после чего смазывают и ставят в духовку.

Что касается температурного режима печи, то он характеризуется обязательным постепенным падением температуры к концу печения, причем исходная, первоначальная температура должна быть высокой. Для этого духовку нужно предварительно согревать. При первых же признаках зарумянивания пирога жар уменьшают до умеренного, а к концу печения – до слабого. У крупных пирогов по краям можно проткнуть заостренной спичкой отверстия, чтобы пар выходил и верхняя корка не вздувалась и не отпотевала.

Время выпечки пирогов обычно зависит от их размеров и толщины начинки. Крупные пироги, особенно кулебяки и пироги с рыбой, выпекают в течение 1 ч,

небольшие – 20–30 мин, остальные – в промежутке между получасом и часом.

Чтобы проверить, испекся ли закрытый пирог, его надо проткнуть спичкой: если тесто к ней не прилипает – пирог готов. Признак готовности рыбного пирога – выход фонтана пара через прокол.

Готовый пирог из духовки перекладывают на блюдо, подложив снизу бумагу, смазывают сверху сливочным маслом и закрывают холщовым или полотняным (льняным) полотенцем. Есть пироги можно как горячими (точнее теплыми, через 15–20 мин после выемки из печи), так и холодными. Не рекомендуется оставлять их на третьи сутки, поскольку вкус резко ухудшается. В этом случае, правда, можно обновить пироги, прогрев на слабом огне в духовке в течение 5–6 мин.

ТЕСТО ДЛЯ ПИРОГОВ

БЕЗОПАРНОЕ ТЕСТО НА ВОДЕ (ДЛЯ РЫБНЫХ И ОВОЩНЫХ ПИРОГОВ)

750 г **муки**
1,5 стакана **холодной (ледяной) воды**
150 г **сливочного масла**
1 **яйцо**
25 г **дрожжей**
1 ч. л. **соли**

Все компоненты замесить вместе (сливочное масло предварительно растереть), закрыть полотенцем и дать тесту подойти. Разделывать, как только подойдет.

БЕЗОПАРНОЕ ТЕСТО НА МОЛОКЕ (ДЛЯ ПИРОГОВ С КАШЕЙ, ЯЙЦАМИ, ТВОРОГОМ)

750–800 г **муки**
1,25 стакана **молока** (теплого)
0,25 стакана **воды** (теплой)
100 г **сливочного масла**
1 **яйцо**
1 ч. л. **соли**
1 ч. л. **сахара**
25–30 г **дрожжей**

Развести дрожжи, сахар, 1 ч. ложку муки в теплой воде, оставить на 15 мин. Затем развести молоком половину муки, смешать с дрожжами, дать подойти. Когда тесто поднимется, добавить муку, соль, растертое масло, яйцо и тщательно вымесить, пока не начнет отставать от рук.
Разделать тесто под пирог (раскатать, наложить фарш, защипать).

БЕЗОПАРНОЕ ТЕСТО С ГОВЯЖЬИМ САЛОМ (ДЛЯ ПИРОГОВ С МЯСОМ)

750 г – 1 кг **муки**
1 стакан **топленого говяжьего почечного сала**
1 стакан **горячей воды**
50 г **дрожжей**
2 ч. л. **соли**

Натопить говяжьего жира: нарезать его мелкими кусочками в глубокую сковороду, поставить в духовку и сливать все время натапливающийся жир в отдельную посуду. Небольшое количество жира удобнее вытопить на слабом наплитном огне, слегка наклонив сковороду в одну сторону.
В 0,25 стакана воды распустить дрожжи, подсыпать 1 ч. ложку муки, дать постоять 10 мин. Остальную воду смешать с жиром, замесить на этой смеси крутое тесто, прибавив муку и разведенные дрожжи, все хорошо вымесить, дать подойти, посолить, вновь вымесить и дать вновь подойти, после чего разделывать на небольшие пироги (1/16 листа).

ОПАРНОЕ ТЕСТО ДЛЯ ПИРОГОВ-УТОПЛЕННИКОВ (С РАЗНОЙ НАЧИНКОЙ)

750 г **муки**
1 стакан **молока**
2 **яйца**
50 г **сливочного масла**
0,25 **стакана воды**
50 г **дрожжей**
1,5 ч. л. **соли**
1 ч. л. **сахара**



Дрожжи, 2–3 ст. л. муки развести водой, оставить на ночь. Утром влить в опару молоко, растопленное масло, муку (0,5 стакана муки оставить для обвалки), яйца, сахар, соль, замесить тесто, тщательно разминая его не менее получаса, и поместить в полотняный мешочек, вдвое больший, чем объем теста; погрузить его в ведро с холодной водой. Когда тесто всплывет, умять его и затем разделать под пироги. Выпекать не менее получаса.

ДРОЖЖЕВОЕ СЛОЕНОЕ ТЕСТО (ДЛЯ НЕСЛАДКИХ И СЛАДКИХ ПИРОГОВ)

600 г **муки**
1,25–1,5 стакана **молока** (1,25 для сладкого пирога)
125 г **сливочного масла**
25–30 г **дрожжей**
1–2 **желтка** (2 желтка для сладкого пирога)
1,5 ч. л. **соли**

В СЛУЧАЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭТОГО ТЕСТА ДЛЯ СЛАДКИХ ПИРОГОВ В НЕГО ДОБАВЛЯЮТСЯ:

1 ст. л. **сахара**
1 ч. л. **лимонной цедры, бадьяна, корицы** или **кардамона** (в зависимости от начинки: к ореховой, маковой – кардамон, к яблочной – корица, к вишневой – бадьян, к смородиновой, клубничной – цедра).

Муку, молоко, дрожжи, желтки, соль и 25 г масла замесить в тесто, тщательно вымесить и дать подняться при прохладной комнатной температуре. Подошедшее тесто перемесить, раскатать в пласт толщиной около 1 см, смазать тонким слоем масла, сложить вчетверо, после чего поставить на 10 мин на холод. Затем вновь раскатать и смазать маслом, складывая слои и повторяя эту операцию трижды, после чего дать подняться тесту в холодном месте. После этого, не уминая, разделывать тесто под пирог.

ПОСТНОЕ ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО (ДЛЯ ПИРОГОВ С КАПУСТОЙ, МОРКОВЬЮ, ЛУКОМ)

600 г **муки**
1–1,25 стакана **воды** или **молока**
100 г **подсолнечного масла**
25 г **дрожжей**
2 ч. л. **соли**
1 ч. л. **сахара**

Дрожжи, сахар, 1–2 ч. л. муки развести в четверти стакана воды, оставить на 15 мин. Разведенные дрожжи, воду (молоко) и масло смешать с мукой, замесить некрутое тесто, оставить подойти в тепле. Когда подойдет, разделать под пироги, подпыляя слегка мукой.

РУБЛЕНОЕ ТЕСТО (БЕЗДРОЖЖЕВОЕ МАСЛЯНОЕ ТЕСТО ДЛЯ СЛАДКИХ ПИРОГОВ)

500 г **муки**
250 г **сливочного масла**
0,5 ч. л. **соли**
1 **яйцо**
1 стакан **воды**

Холодное, нерастопленное масло, муку и соль замесить в тесто и изрубить его острым ножом в мелкую «крупу» вроде риса.
Взбить яйцо вместе с водой в однородную жидкость, залить ею «крупу», вымесить тесто, раскатать и тотчас же разделать под пироги, которые перед выпечкой выдержать 20 мин на холоде.

СМЕТАННОЕ ТЕСТО ДЛЯ ПИРОГОВ С ГРИБАМИ И КУРЯТИНОЙ

400 г **муки**
200 г **сметаны**
100 г **сливочного масла**
2 **яйца**
0,5 ч. л. **соли**

Замесить тесто из всех компонентов, дать постоять 10 мин, накрыв полотенцем, затем раскатать в пласт толщиной 0,5–1 см и разделать под пироги.

КУЛЕБЯЧНОЕ ТЕСТО

600 г **муки**
200 г **сливочного масла**
3 **желтка**
1 стакан **молока**
25 г **дрожжей**
1 ч. л. **соли**

Из половины муки, молока, дрожжей замесить тесто, дать подойти. Когда поднимется, замесить с остальной мукой, маслом, желтком, солью, дать подойти, после чего разделывать под пироги.

ТЕСТО ДЛЯ БЛИНЧИКОВ-ПРОКЛАДОК МЕЖДУ СЛОЯМИ КУЛЕБЯКИ

ДЛЯ МЯСНЫХ КУЛЕБЯК:

3 стакана **молока**
2 стакана **муки**
2 **яйца**
25 г **сливочного масла**
0,5 ч. л. **сахара**
0,5 ч. л. **соли**

Желтки растереть с солью, сахаром и маслом и развести постепенно молоком, а затем также постепенно смешать с мукой в жидкое тесто, процедить сквозь дуршлаг и добавить взбитый белок. Печь на тонкой алюминиевой сковороде, смазав ее свиным шпиком (несоленым). Теста наливать мало, чтобы оно разлилось по всей сковороде как можно более тонким слоем. Блинчики поджаривать 1–2 мин с обеих сторон.

ДЛЯ РЫБНЫХ И ГРИБНЫХ КУЛЕБЯК:

0,25 стакана **молока**
0,25 стакана **растительного масла**
1 ст. л. **воды**
1,5–2 стакана **муки**
0,25 ч. л. **соли**

Замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт, растянуть до 1 мм толщины, нарезать по размерам кулебяки (или пирога) и выпечь на листе в духовке на очень слабом огне 3–4 мин (фактически подсушить).

НАЧИНКИ ДЛЯ ПИРОГОВ

МЯСНАЯ НАЧИНКА

Говядину сварить до полуготовности, нарезать кусочками, как для гуляша, обжарить в говяжьем топленом сале с большим количеством лука, затем мелко нарубить[1], прибавить перец, мускатный орех, соль, при желании – рубленые крутые яйца.

В пироги с этой начинкой вливают еще 1–2 ст. л. (в зависимости от величины пирога) крепкого мясного бульона или кладут плоский кусочек льда величиной с пятикопеечную монету (перед защипыванием верхней крышки пирога).

ЛИВЕРНАЯ НАЧИНКА

Одинаковые по весу части сердца, печени, легкого отварить, изрубить, пережарить в масле или говяжьем жире с луком, черным перцем, зеленью петрушки, добавить толченый чеснок и майоран, хорошо посолить.

КУРИНАЯ НАЧИНКА

Курицу отварить до полуготовности (30 мин), мясо снять, нарезать тонкими плоскими пластинками, но мелко не рубить; потроха отварить до полной готовности, мелко изрубить, слегка обжарить на топленом масле или курином жире с луком, перемешать с рублеными крутыми яйцами, посолить. Массу из яиц, лука и потрохов положить вниз, сверху покрыть ее пластинками из куриного мяса.

[1] Мясо, пропущенное через мясорубку, делает начинку суховатой, а тесто под ней – кляклым.

НАЧИНКА ИЗ РЯБЧИКОВ, КУРОПАТОК, ТЕТЕРЕВОВ И ДРУГОЙ ДИЧИ

Жареное мясо пернатой дичи снять с костей, освободить от жил, сухожилий и пленок, изрубить, обжарить на слабом огне в топленом или сливочном масле с луком-шалотом или другим неострым луком, поперчить черным перцем, сдобрить лимонной цедрой (сухой или свеженатертой). Добавить к подготовленной начинке из дичи рубленые крутые яйца и отваренные и мелко нарубленные грибы (только шампиньоны или белые). Эта добавочная начинка должна составлять по объему не более половины начинки из собственно дичи. Обе начинки либо перемешать, либо положить дичь сверху.

В пироги с начинкой из дичи обязательно кладут внутрь поверх начинки кусочек сливочного масла – перед самым защипыванием пирога.

НАЧИНКА ИЗ ВЯЗИГИ[1]

Целую вязигу залить холодной водой на 8–10 ч. Затем, сменив воду, сварить с луком, петрушкой, укропом, лавровым листом на умеренном огне до мягкости в закрытой посуде, периодически подливая кипяток, если вода будет выкипать. Варить не менее 3 ч. Когда вязига станет мягкой, промыть ее холодной кипяченой водой, обсушить, мелко изрубить. В пирог вязигу класть вместе с рисом или саго – либо перемешав с ними, либо слоем поверх них. К рису подмешать немного рубленых крутых яиц, лука, петрушки, укропа, хорошо посолить.

Пирогов с одной вязигой не делают – они не пропекаются, требуют слишком много вязиги и невкусны. Добавляемые к вязиге саго и рис вбирают лишнюю влагу, оттеняют вкус вязиги.

РЫБНАЯ НАЧИНКА

Рыбная начинка бывает нескольких видов: из соленой или свежей красной рыбы, из свежей частиковой рыбы, из тельного или из сущика.

1. Красную соленую рыбу нарезать тонкими пластами и класть либо поверх начинки из гречневой или рисовой каши, либо между двумя слоями начинки. Такими тонкими пластами кладут и свежую красную рыбу, но снизу или сверху нее кладут сложный фарш из лука, рубленых яиц, грибов и очень небольшой части риса, сдобренных черным молотым перцем.
2. Филе из мелкой или плоской рыбы (например, камбалы) снять целиком одним пластом и положить, не разрезая на части, в пирог, посолив и посыпав черным молотым перцем и положив сверху жареный или сырой рубленый лук.
3. Тельное парное нарезать на мелкие кусочки, смешать с мелкорубленым луком, перцем, сырым яйцом, солью и размять в миске деревянной толкушкой. Класть в пирог слоем не более 0,5 см.
4. Тельное жареное (см. с. 470) размять толкушкой, присыпать мукой, обжарить слегка в подсолнечном масле, изрубить и смешать с луком, перцем и солью. Класть в пирог слоем 0,5–1 см.
5. Сушеную рыбу – сущик – отварить и выбрать кости, мелко изрубить, смешать с мелкорубленым луком, гречневой или рисовой кашей (треть объема) и поджарить на подсолнечном масле.

ГРИБНАЯ НАЧИНКА

Грибная начинка может быть нескольких видов: из соленых грибов одного вида – груздей, шампиньонов, рыжиков, опят, белых; из свежих отварных грибов смешанных (белые, подосиновики, подберезовики) и из сушеных белых.

Соленые грибы изрубить мелко, добавить в них свежий рубленый лук и масло.

Сушеные грибы отварить, мелко нарезать или изрубить, смешать с мелкорубленым луком и гречневой кашей (треть объема), обжарить на масле.

Свежие грибы, крупно нарезанные, потушить без воды на масле с зеленью петрушки в течение 2 ч, посолить, добавить лук, перец, крутые яйца

[1] Вязига выпускается в двух видах: целая нитями около 1 м, связанная в пучки, и полуфабрикат – хлопья вязиги. Способ приготовления хлопьев указан на упаковке. Обычно их замачивают водой на 1–2 ч, затем варят около 1 ч. Целая вязига вкуснее.

и сметану – так, чтобы фарш был слегка жидковат.

КРУПЯНАЯ НАЧИНКА

Каши для начинки должны быть рассыпчатыми, с большим содержанием масла. Рис и пшено варят на молоке. К гречневой каше добавляют жареный лук, крутые яйца, иногда грибы, к рисовой – лук, крутые или сырые яйца, сахар, изюм, к пшенной – творог; манной крупой в небольших количествах посыпают лук во время жарения, чтобы она впитала в себя излишнее масло.

КАПУСТНАЯ НАЧИНКА

Можно приготовить начинку как из свежей, так и из тушеной капусты.

Свежую капусту изрубить, посолить, дать постоять около 1 ч, слегка отжать сок, добавить сливочное масло и мелкорубленые крутые яйца и тотчас же употреблять на начинку.

Свежую капусту изрубить, положить в кастрюлю под крышку, тушить на слабом огне, пока не станет мягкой, затем добавить подсолнечное масло, усилить огонь, обжарить капусту слегка так, чтобы она осталась светлой, добавить лук, зелень петрушки и черный молотый перец, перемешать с крутыми рублеными яйцами.

МАКОВАЯ НАЧИНКА

Мак просеять, промыть в холодной воде, заварить крутым кипятком, дать постоять 5–7 мин, воду слить, заварить вторично, оставить еще на 3 мин, затем воду слить, мак отжать и растолочь в ступке, добавить сахар, мед или патоку и вскипятить.

НАЧИНКА ИЗ ВАРЕНЬЯ

В начинки идет вишневое, смородиновое, яблочное, сливовое, клубничное, земляничное, черничное, брусничное и клюквенное варенье. Варенье для начинок должно быть хорошо сваренным, густым, без сиропа и косточек.

Пироги с вареньем делают, как правило, решетчатые, в варенье иногда добавляют пряности: в косточковое – бадьян, в яблочное – корицу.

НАЧИНКА ИЗ СУХОФРУКТОВ

В качестве сухофруктов для начинки русских сладких пирогов используют изюм, чернослив и винные ягоды (инжир). Их моют в холодной и теплой воде, заливают небольшим количеством кипятка на 5–7 мин, чтобы распарить, нарезают или секут намелко (из чернослива удаляют косточки), добавляют сахар, мед или патоку, немного молотой гвоздики и корицы, слегка проваривают в течение 2–3 мин с 1 ст. ложкой виноградного вина, дают остыть и употребляют в начинку в чистом виде или в смеси с небольшим количеством (четверть объема) рассыпчатого отварного риса.

НАЧИНКА ИЗ ЩАВЕЛЯ

Свежий щавель промыть в холодной воде, мелко изрубить, пересыпать сахаром, растереть и использовать в начинку в небольшие пирожки с толстым слоем теста.

НАЧИНКА ИЗ СУШЕНОЙ ЧЕРЕМУХИ

Спелую черемуху высушить на солнце, смолоть из нее муку в кофемолке, затем сварить ее в небольшом количестве кипятка, чтобы получилась густая тестообразная масса, добавить в нее сахар или мед, можно то и другое.

НАЧИНКА ИЗ СЫРЫХ ЯБЛОК

В начинку из сырых яблок используются спелые яблоки, преимущественно кисло-сладких и кислых сортов (анисовка, грушовка, коричное, антоновка). Их следует очистить от кожицы и семечек, нарезать плоскими дольками, пересыпать сахарной пудрой и корицей, можно добавить и немного меда; дать постоять 15–20 мин, а затем использовать как начинку в закрытые или полузакрытые пироги со слоеным тестом.

СЛАДКИЕ БЛЮДА И КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

ТВОРОЖНЫЕ ПАСТЫ

Среди сладких блюд русской кухни совершенно особое место занимают творожные пасты, носящие старинное название – пасхи. Наибольшее количество вариантов пасхи было разработано в конце XVIII–XIX веков, причем появлялась она прежде всего за богатым столом. Простые люди могли позволить себе такое дорогое по тому времени блюдо чрезвычайно редко, практически один раз в год, приурочивая его к большому церковному празднику, да еще к тому времени, когда появлялось молоко. На самом деле творожные пасты никакого отношения к религиозной обрядности не имеют и в настоящее время изготовляются повсеместно круглый год.

Различают два типа творожных паст – сырые и заварные, или гретые, есть еще промежуточный тип – так называемые кондитерские пасты. Все они похожи по составу основных продуктов, но каждый тип отличается своей технологией.

Основными продуктами в пастах являются творог, сливочное масло, сметана, сливки, сахар, яйца; дополнительными – орехи, цукаты, изюм и различные пряности (чаще всего ваниль и лимонная цедра). Творог и сахар присутствуют во всех пастах. Сливки, сметана и масло не всегда встречаются одновременно, а яйца используются еще реже – то целиком, то один желток, то отдельно белки.

Технология сырых паст внешне проста, она состоит в механическом смешивании всех ингредиентов, упомянутых в рецепте. Однако установлена строгая последовательность, в которой смешиваются продукты, и, кроме того, смешивание или перетирание ведется очень тщательно и длительное время, в отдельных случаях в течение часа.

Для получения заварной пасты продукты смешивают, а затем варят на очень слабом огне в течение 1 часа, причем часть продуктов иногда добавляют потом в сыром виде.

Пасты называют кондитерскими, если варят только творог, а все остальные продукты смешивают сырыми. К кондитерским относятся и сырые пасты, запеченные затем в духовке, как мучные изделия. После изготовления кондитерские пасты не подвергают прессованию, как сырые и заварные.

Вообще же надо сказать, что во время прессования сырой пасты часть питательных веществ теряется, поэтому с точки зрения рационального использования продуктов лучше обходиться без прессования.

Наоборот, заварные пасты должны обязательно подвергаться прессованию (из-за выделения сыворотки).

ПРАВИЛА ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЫРЫХ ПАСТ

1. При выборе творога отдавать предпочтение не имеющему зернистости домашнему творогу, приготовляемому холодным способом, а из покупных – обезжиренному творогу, обладающему очень слабой зернистостью.

2. Все продукты растирать не вместе, а по частям – либо совершенно отдельно друг от друга, либо в определенной последовательности.

3. Сначала растереть творог. К нему добавить частично сахарную пудру, затем ввести масло и сметану. Основную часть сахара растереть с яйцами, чаще всего отдельно с желтками, добела.

4. Сахарно-яичную смесь добавить к творожно-масляной и растереть вместе, несмотря на то что каждая из них уже была растерта по отдельности.

5. Третьей закладкой являются пряности в порошке, смешанные с небольшим количеством сахарной пудры.

6. Последними в пасту добавлять круто взбитые сливки или взбитые в плотную пену белки, а иногда и то и другое.

7. Заключительная стадия – введение в пасту изюма, цукатов, орехов. При этом пасту не растирают, а только слегка перемешивают, чтобы изюм и другие компоненты распределялись по всей массе равномерно.

ПРАВИЛА ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЗАВАРНЫХ ПАСТ

1. Смешивать все компоненты по схеме, указанной для сырых паст. В каждом конкретном рецепте указано,

какие продукты подлежат смешиванию (иногда часть продуктов – сахар, масло, пряности и даже известную долю творога – вводят дополнительно в почти готовую пасту на поздней стадии).

2. Полученную смесь поставить в кастрюле на слабый огонь и, непрерывно помешивая, варить в течение 1 часа.

3. Затем к массе добавить указанные в рецепте продукты, вновь размешать, остудить (иногда ставят на лед), завернуть в чистую полотняную салфетку, лучше всего неоднократно стиранную (т. е. менее плотную), положить под пресс между двумя деревянными дощечками или в специальную деревянную форму-ящик и выдержать так от 12 часов до 2 суток.

СЫРЫЕ ПАСТЫ

Название пасты	Состав продуктов										Примечание
	творог	сметана	масло	сливки взбитые	сахар	яйца	орехи	пряности		изюм, цукаты	
								цедра	ванилин		
Творожная	600 г			0,25 стакана	200 г	3 желтка	100 г + 10 г	2 ч. ложки	1/2 ч. ложки		+ 10 г горького миндаля
На скорую руку	600 г			0,75 стакана	0,75 стакана	1 ст. ложка пены белка			1/2 ч. ложки		
Сырая I	800 г		200 г	1 стакан	1 стакан				1/2 ч. ложки		
Сырая II	800 г		2 стакана	2 стакана	400 г	6 желтков			1/2 ч. ложки		
Полная творожная	1 кг		200 г	1,5 стакана	400 г	50 г белков		1 ч. ложка		100 г изюма, 50 г цукатов	
Простая	1 кг	100 г	100 г			1 желток					
Обыкновенная	1 кг	1/2 стакана	100 г		0,75 стакана	1 желток					
Ореховая	1,2 кг	1 стакан	1,5 стакана		400 г грецких орехов						
Фисташковая	1,2 кг		200 г	4 стакана	300 г	4 яйца	200 г фисташек				
Миндальная	800 г		400 г	1 стакан	200 г	3 крутых яйца	200 г миндаля		1/2 ч. ложки		+ 10 г горького миндаля
Превосходная	2 стакана		400 г	2 стакана	2 стакана	3 желтка		2 ч. ложки	1/2 ч. ложки	100 г цукатов	Выдержка 2–3 суток
Яичная	800 г		600 г	1 стакан	600 г	20 крутых желтков			1/2 ч. ложки		Растирать 1 ч
Цукатная	1 кг		200 г	1,5 стакана	1 стакан	3 желтка		1 ч. ложка	1/2 ч. ложки	200 г цукатов	
Масляная	2 стакана	2 стакана		1,5 стакана	2 стакана	2 желтка		1/2 ч. ложки			



ЗАВАРНЫЕ ПАСТЫ (ПАСХИ)

СУТОЧНАЯ ПАСТА

1 кг **творога**
200 г **сливочного масла**
300 г **сметаны**
2 **яйца**
1–1,25 стакана **сахара**
0,25 ч. л. **ванилина**

Творог, масло, сметану и яйца растереть в указанной последовательности, постоянно помешивая, сварить.
В подготовленную массу ввести остальные компоненты, остудить и поместить под пресс на 1 сутки.

ЦУКАТНАЯ ПАСТА

800 г **творога**
125 г **сливочного масла**
1 стакан **сметаны**
5 **желтков**
0,75–1 стакан **сахара**
0,5 стакана **цукатов**
0,25 ч. л. **ванилина**

Творог, масло, сметану, желтки растереть и подогреть, помешивая. Снять с огня, как только закипит, поставить на лед, продолжая размешивать, пока не остынет.
Добавить остальные продукты, поместить под пресс на 2 суток.

ВАНИЛЬНАЯ ПАСТА

800 г **творога**
100 г **сметаны**
100 г **сливочного масла**
1 **яйцо**
200 г **сахара**
0,25 г **ванилина**

Творог, сметану, масло, яйца, сахар соединить, подогреть, помешивая до тех пор, пока не покажутся пузыри.
Добавить ваниль, поместить под пресс на 15 ч.

ЛИМОННАЯ ПАСТА

1,4 кг **творога**
100 г **сливочного масла**
3 **яйца**
200 г **сахара**
1,5 стакана **сливок**
цедра с 2–3 лимонов

Творог (домашний) отжать в течение 6 ч под прессом, затем растереть с остальными компонентами, поставить на 1 ч на очень слабый огонь, не переставая помешивать и не давая закипеть. Остудить на льду, положить под пресс на 16–20 ч.

ИЗЮМНО-ОРЕХОВАЯ ПАСТА

600 г **творога**
200 г **сливочного масла**
400 г **сметаны**
4 **яйца**
2 стакана **сахара**
0,5 стакана **миндаля**
1 стакан **изюма**
6 ч. л. **цедры**
0,25 ч. л. **ванилина**

Последовательно растереть все продукты от творога до сахара, прибавить ошпаренный кипятком и очищенный миндаль и изюм (то и другое измельчить), поставить на очень слабый огонь, прикрытый рассекателем пламени, на 1 ч, мешать, не давая закипеть. Затем переставить на лед (в холодильник), прибавив перед этим пряности, остудить и поместить под пресс на 20 ч.

КОНДИТЕРСКИЕ ПАСТЫ (ПАСХИ)

ЯИЧНАЯ ПАСТА

10 **желтков**
400 г **сахара**

2 стакана **сливок**
400 г **сливочного масла**
1,6 кг **творога**
2 ч. л. **цедры**
2 бутона **гвоздики**
куркума на кончике ножа
0,25 ч. л. **ванилина**

Желтки, сахар, сливки смешать, проварить до густоты мороженого, положить в горячую массу ложечками, растирая, масло и растереть с остуженной массой творог и пряности. Положить под пресс на 12 ч.

ЦУКАТНО-ИЗЮМНАЯ ПАСТА

1,4 кг **творога**
400 г **сливочного масла**
5 **яиц**
400 г **сметаны**
400 г **сахара**
0,5 стакана **цукатов**
1 стакан **изюма**
0,25 ч. л. **ванилина**
2 ч. л. **цедры**
0,5 ч. л. **мускатного ореха**
0,25 ч. л. **ванилина**

Творог залить водой так, чтобы он плавал в ней (4–5 л), прокипятить, отжать, растереть. Добавить все остальные продукты и последовательно растереть. Поместить на 12 ч в холодное место под пресс.

КОНДИТЕРСКАЯ ПЕЧЕНАЯ ПАСТА

800 г **творога**
6 **яичных желтков**
1–1,5 стакана **сметаны**
1 стакан **сахара**
2 ч. л. **корицы**
4 ч. л. **цедры**
1 стакан **изюма**
0,5–0,75 стакана **муки**
0,25 ч. л. **соды** или **пекарского порошка**

Замесить все в густое тесто, выпечь в форме, смазанной маслом, обмазав смесь сверху взбитым белком.

ПРЯНИКИ И КУЛИЧИ

Если не считать варенье, смокву, пастилу и трубец, относимые по русской кулинарной терминологии к сладостям, то основными русскими национальными кондитерскими изделиями являются пряники и куличи.

Разработано множество их разновидностей, достаточно сказать, что ассортимент русских куличей насчитывает почти два десятка видов, а пряников – вдвое больше.

Как для пряников, так и для куличей характерно уплотненное тесто с большим количеством вкусовых и ароматических добавок (орехов, меда, изюма, цукатов, варенья) и разнообразных пряностей, смесь которых, включающая до десятка наименований, называется в кондитерском деле «сухими духами». Все это делает русские кондитерские изделия очень вкусными, душистыми, сытными, высококалорийными. В то же время по консистенции теста и ароматической гамме пряники резко отличаются от куличей.

Впрочем, есть и другие различия между этими изделиями. Пряники появились в глубокой древности как разновидность хлеба и всегда были легко приготовляемыми изделиями. Куличи были завезены «из-за моря», из Византии, и всегда считались торжественными, дорогими и трудоемкими кондитерскими изделиями.

ПРЯНИКИ

Первые пряники появились на Руси еще в IX веке как простая смесь ржаной муки с медом и ягодным соком. Это были самые простые и, быть может, самые вкусные пряники, поскольку мед составлял в них почти 50%. Правда, тогда они именовались медовым хлебом. Пряниками они стали называться позднее, в XI–XII веках, когда в них стали все более и более добавлять пряности и когда именно наличие пряностей (и их запаха), а не меда, стало постепенно наиболее характерным признаком пряничного теста.

Пряники означают изделие с большим количеством пряностей. В русские пряники входят обычно такие пряности, как корица, гвоздика, кардамон, померанце-

вая или лимонная цедра, ямайский перец, мускатный орех, бадьян, мята, анис, имбирь; раньше в пряниках применялись также галгант, мацис, кориандр, изредка ваниль.

Другие обязательные и характерные компоненты пряников: кондитерская патока – черная или белая, карамелизованный сахар (жженка) и мед, который входит в рецептуру не только медовых пряников, но и большинства других. В некоторые виды пряников используют варенье, сушеные ягоды, повидло, мармелад, которые либо служат прокладками, склейками между двумя пряничными поверхностями, либо замешиваются прямо в тесто.

Без упомянутых выше пряновкусовых компонентов само по себе пряничное тесто не представляет собой ничего особенного: в его состав входит лишь мука, и только в некоторые виды пряников добавляется крайне небольшое количество яиц и молока (1–2 желтка или 1 стакан молока на 0,5–1 кг муки). Причем образуют пряничное тесто, связывают муку прежде всего не яйца и молоко, даже если они имеются, не вода и не жидкость вообще, которая в классическом пряничном тесте почти отсутствует (иногда 0,5 стакана молока на 0,5 кг муки), а мед, патока и сахар. Такой состав пряничного теста объясняет его особую плотность: это тесто без припека и без «подхода», поскольку в нем не применяются разрыхлители – ни дрожжи, ни сода.

Приготовление пряничного теста крайне несложно, оно состоит в простом перемешивании всех входящих в рецепт компонентов, чаще всего одновременном, иногда (в заварных пряниках) двукратном – в два приема. Однако вымешивать пряничное тесто в однородную массу нужно крайне тщательно. Тесто должно быть хорошо промято, особенно в крупных кусках (несколько килограммов), а затем ему нужно дать «отдохнуть», но не более 15 мин.

В прошлом городецкие «битые пряники» приготовляли из целого пудового куска теста. Такое тесто нельзя было промять руками, и его поэтому били, отбивали специальными деревянными битами или колотушками, отчего эти пряники и получили свое название.

Сейчас в пряничное тесто в качестве разрыхлителя стали иногда добавлять соду, аммоний или пекарский порошок. В старинной русской кухне разрыхлителями в пряничном тесте обычно служили мед и сметана, которую вводили в небольших количествах – примерно 100–200 г на 1 кг муки. В сочетании с медом сметана дает небольшое брожение, сопровождающееся незначительным газообразованием, умеренно, почти незаметно разрыхляющим тесто. Именно такое слабое разрыхление и создает особую консистенцию пряничного теста.

Применение сахара вместо меда, введение в состав пряничного теста большей дозы сдобы (т. е. яиц и молока, а также и масла) при современном производстве пряников привело к существенному изменению пряничного теста, например, в таких новых пряниках, как «Российские», «Москва», «Сказка», «Подарок из Тулы», в которых оно превращено в некое подобие песочного.

Как уже говорилось, пряники отличаются большим разнообразием видов, которое достигается варьированием вкусо-ароматических компонентов. Совершенно особые отличия свойственны пряникам в разных краях России. Широко известны тульские, московские, вяземские, городецкие, ржевские пряники. Для любого вида пряников обязательно характерен основной какой-либо компонент. Таковы медовые, ржаные, пшеничные, миндальные, лимонные, мятные, малиновые, паточные, сахарные и другие. В названиях некоторых отражен дополнительный технологический прием (сырцовые, заварные, битые) или внешний вид (писаные, печатные, фигурные, жемки, т. е. отжатые, отштампованные трафаретом).

Русские пряники (за исключением мятных и вяземских) покрывают глазурью, иногда разноцветной, розовой, но чаще всего белой. Многие пряники имеют к тому же рельефный рисунок (тульские, вяземские, городецкие).

Глазирование пряников. Глазировать пряники можно двумя способами: упрощенной и настоящей глазурью.

Упрощенную глазурь получают из 500 г сахара и 0,75 стакана воды. Сахарный сироп уваривают «до средней нитки», тщательно сняв пену и другие примеси.

Пряники размещают в широком эмалированном тазу одним слоем и равномерно обливают их сахарным сиропом, а затем перемешивают деревянной ложкой, чтобы глазурь покрыла их равномерно. Пряники кладут на лист и просушивают в духовке не более 1 мин.

Настоящую глазурь получают из 400 г сахара, 5 яичных белков, 0,25 стакана воды. Иногда в глазурь добавляют красители и пряности (цедру).

Сахар распускают в воде и варят до состояния помады (кипящий сахар, взятый ложкой и остуженный в воде, должен быть густым, как сметана). Одновременно взбивают белки в плотную пену. Медленно, частями вливают горячий сахар в белки, которые при этом продолжают непрерывно взбивать (эту операцию должны делать два человека). Белково-сахарной массой при помощи кисточек или перышек намазывают пряники, а затем просушивают их в жарко натопленной духовке с выключенным огнем до появления сухой корочки.

Пряники с настоящей глазурью выглядят красивее и более приятны на вкус.

МЕДОВЫЕ ПРЯНИКИ (ДОМАШНИЕ)

400 г **пшеничной муки**
100 г **ржаной муки**
2 **желтка**
0,75–1 стакан **молока** или **простокваши**
125 г **сметаны**
500 г **меда**
1 ст. л. **сахара-жженки**
1 ч. л. **корицы**
2 капсулки **кардамона**
4 бутона **гвоздики**
0,5 ч. л. **бадьяна**
1 ч. л. **лимонной цедры**
0,5 ч. л. **соды**

1. Мед сварить в сотейнике на слабом огне докрасна, сняв пену, затем заварить частью его ржаную муку и размешать с остальным медом, остудить до чуть теплого состояния и взбить добела.
2. Жженку стереть с желтками, добавить молоко и замесить на яично-молочной смеси пшеничную муку, предварительно перемешав ее и смешав со стертыми в порошок пряностями.
3. Соединить медово-ржаную смесь со сметаной и вышеуказанной смесью, тщательно взбив их. Готовое тесто поместить в смазанную маслом форму (или противень) слоем 1–2 см и выпечь на небольшом огне. Готовую пряничную пластину нарезать прямоугольниками 4×6 см.

Эти пряники не глазируют.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ САХАРА-ЖЖЕНКИ

Сделать густой сахарный сироп и нагревать его на умеренном огне в небольшой толстостенной металлической посуде, все время помешивая, до пожелтения, после чего слегка уменьшить огонь и продолжать помешивать до приобретения бежевого или светло-коричневого оттенка. При этом сахар не должен подгорать, запах должен быть специфически карамельным, а не горелым. Это достигается тщательным, непрерывным помешиванием и регулированием огня. Полученный светло-коричневый леденец и используется для подкраски и придания «карамельного» аромата изделиям.

МАЛИНОВЫЕ ПРЯНИКИ

4 стакана **сухой малины**
3 стакана **меда**
1–1,5 стакана **ржаных сухарей в виде пудры**
2–3 ст. л. **сахарной пудры**
1 ч. л. **ванильного сахара**

3 стакана сухой малины залить 4 стаканами кипятка и разварить на слабом огне до закипания и полной мягкости, после чего отжать 3 стакана густого сока. Сок смешать с медом, прокипятить.

Стереть в пудру хорошо просушенные сухари и смешать ее с порошком сухой малины, приготовленным из оставшегося 1 стакана сухой малины, а затем соединить эту смесь с медово-малиновой смесью в густое тесто, которое поместить в эмалированную посуду (низкую кастрюлю, тазик) и поставить в кипящую воду, чтобы прогреть до разваривания сухой малины и полного разбухания сухарной массы. Проваренное таким образом тесто разделать на лепешки и просушить их на листе либо в предварительно нагретой, но выключенной духовке, либо на верху плиты, в которой зажжена духовка. Подсушенные пряники обвалять в сахарной пудре с ванильным сахаром.

ЧЕРНЫЕ ПРЯНИКИ

3–4 стакана **ржаных толченых сухарей** (сухарной пудры) или **ржаных сухарей наполовину со сдобными – крошка от печенья**
2–3 стакана **сиропа варенья (смородинового, клюквенного, брусничного)** или **смеси смородинового и малинового сиропа**
2–4 ст. л. **меда**
1 ч. л. **корицы**
0,5 ч. л. **бадьяна**
0,5 ч. л. **имбиря**
3 бутона **гвоздики**
1 щепотка **мускатного ореха**
0,5–1 ч. л. **аммония** или **пекарского порошка**
2 **желтка**
1 ст. л. **муки**
2 ст. л. **концентрата кваса**

Сироп от варенья и мед перемешать и прогреть, не доводя до кипения, добавить молотые пряности и замесить на этой смеси все остальное в крутое тесто. Хорошо промесить его, намазать слоем 1 см на кондитерский лист и просушить на плите, как и малиновые пряники. Из полученной заготовки, пока она теплая, вырезать выемкой пряники и глазировать (см. с. 493).

КОВРИЖКА «МОСКОВСКАЯ МОСТОВАЯ»

К тесту для черных пряников (см. выше) добавить изюм, промытый в горячей воде и нарезанный пополам. Тесто раскатать в жгут, нарезать кусочками, раскатать из них шарики величиной с грецкий орех и плотно уложить на листе, обрамляя жгутиком из теста каждые 10–20 шт. (блок). После выпечки эти блоки покрыть глазурью (см. с. 493).

КУЛИЧИ

КУЛИЧ напоминает в известной степени английский кекс, но готовое тесто в куличах более упругое, не столь рассыпчатое, как у кексов, плотноватое, волокнистое. Оно никогда не бывает излишне сухим и потому гораздо более приятно по консистенции, чем все другие виды сдобных изделий.

Прежде куличи пекли два-три, а то и один раз в году, по самым большим праздникам, связанным с переменой времени года: либо в Новый год, либо ранней весной (начало сельскохозяйственного года), либо осенью, по случаю урожая (завершение сельскохозяйственного года). Это объяснялось не только сравнительно высокой стоимостью куличей, для приготовления которых требуется много ценных пищевых продуктов, но и трудоемкостью и длительностью процесса их изготовления – только на созревание и выпечку теста уходит более 6 ч.

Основные компоненты куличного и любого сдобного теста одинаковы. Это прежде всего пшеничная мука высших сортов: крупчатка, высшего сорта, особая и т. п. Главное требование к качеству муки: она должна быть как можно более сухой. Поэтому ее следует тщательно хранить и перед приготовлением теста дважды просеивать сквозь самое мелкое сито.

Остальные компоненты – сливочное масло, яйца, молоко или сливки, сахар и особенно дрожжи – должны быть свежими, очень высокого качества. Нельзя приготовлять куличи на сухих или лежалых дрожжах. Сахар лучше всего использовать колотый или рафинированный, содержащий наименьшее количество примесей.

В настоящем классическом куличе обязательно должны содержаться какие-либо вкусовые добавки (изюм, цукаты, засахаренная сухая цедра лимона или апельсина), и его обязательно подкрашивают шафраном. Указанные компоненты нельзя считать поэтому дополнительными, без которых будто бы можно обойтись. Они могут меняться (изюм можно заменить цукатами или миндалем), но в той или иной мере всегда должны присутствовать в куличе. Помимо указанных вкусовых и ароматических добавок, в куличное тесто используют и пряности: шафран, ваниль, цедру, кардамон, гвоздику, но в гораздо более умеренных количествах, чем в пряники, и, главное, в иных сочетаниях, когда подчеркивается обычно доминирующий аромат одной пряности, а не букет нескольких пряностей, как в пряниках. Пряности в куличах не должны «забивать» особый куличный аромат теста и его характерный вкус, они рассчитаны лишь на то, чтобы придать ему небольшой ароматический оттенок. Чаще всего этот оттенок кардамонный, цитрусовый или ванильный, иногда же – только шафранный.

Куличи разнятся между собой не только по вкусу и ароматическому оттенку теста, но и по его насыщенности. Так, соотношение муки и остальных компонентов в куличах подвержено значительным колебаниям (например, от 10 до 100 яиц на 2 кг муки). Однако даже такие колебания не меняют особенности кулинарного теста, поскольку она зависит не столько от его состава, сколько от технологии изготовления, от его обработки.

Как ни меняются в рецептах куличей количество и соотношение масла, яиц, молока, порядок замеса теста и внесения в него различных компонентов, основные стадии приготовления остаются при всех разновидностях куличей одинаковыми. Эти стадии следует знать, иначе рецепты куличей могут показаться слишком сложными.

Вот эти стадии в их обычном порядке:

1. Приготовление опары.
2. Приготовление дрожжевой смеси – жидкого теста.
3. Приготовление заливки – смеси яиц и молока.
4. Составление предварительного, первого теста.
5. Составление основного, второго теста.
6. Составление завершающего, третьего теста.
7. Выпечка.

Каждая из этих стадий отличается от предыдущей тем, что в тесто вносится какой-либо дополнительный компонент или сумма компонентов. Тесто для куличей составляется постепенно, нарастая буквально как снежный ком. Между стадиями имеются интервалы, в которых тесто должно подходить. Таким образом, тесто в куличах подходит многократно. В этом его основная технологическая особенность. Ею прежде всего и объясняется длительность приготовления куличей.

Особенностью приготовления куличного теста является и то, что его нужно тщательно вымешивать, в противном случае получается простое сдобное тесто рыхловатого, «саечного» типа, а не уплотненно-волокнистое – куличное.

Готовое куличное тесто чрезвычайно капризно. Чтобы куличи удались, необходимо соблюдать строго определенный температурный режим. Тесто и все его компоненты нужно приготовлять в очень теплом месте, при этом остерегаться сквозняков и любой разности температур. Лучше всего куличное тесто поднимается при температуре помещения 25 °С. В то же время нельзя ставить куличное тесто в такое место, где тепло исходило бы снизу. В этом случае тесто не будет расти вверх, а станет расплываться и при подходе, и при выпечке.

Духовка перед посадкой в нее кулича должна быть предварительно хорошо нагрета, ибо только в этом случае она будет сохранять равномерную температуру во время выпечки, что очень важно. Порядок и продолжительность выпечки также имеют свои правила.

Во-первых, куличи выпекают в формах из тонкой жести с подвижным (съемным) дном. Форму эту обязательно нужно выкладывать бумагой, промасленной сливочным маслом, а не просто смазывать маслом.

Во-вторых, куличное тесто всегда закладывают в форму до половины ее объема или максимум до 2/3, ибо оно вырастает и в самой форме до выпечки, и в процессе ее почти вдвое.

В-третьих, продолжительность выпечки куличей зависит в основном от их величины (веса). Так, при одинаковом огне и прочих равных условиях (размер духовки, степень ее нагрева, температура помещения) кулич весом 1 кг выпекается за 45 мин, весом 1,5 кг – за 1 ч, 2 кг – за 1,5 ч. Кулич весом меньше 1 кг (но не менее 500–600 г) выпекается за 25–30 мин. Не рекомендуется делать куличи меньшего веса, поскольку они легко пересушиваются в духовке, теряют значительную часть аромата, вкус их от этого ухудшается.

Правильно приготовленные куличи сохраняются в течение недели, а то и более.

КУЛИЧ ДОМАШНИЙ

1 кг **муки**
50 г **дрожжей**
1–1,5 стакана **молока**
10 **желтков**
3 **белка**
250 г **сахара**
200 г **сливочного масла**
100 г **изюма**
25 г **коньяка**
25 г **цукатов**
3 ч. л. **лимонной цедры** или 1 ч. л. **кардамона (молотого)** и 0,5 ч. л. **мациса** или **тертого мускатного ореха**
1 ч. л. **шафрановой настойки**
3–4 ч. л. **ванильного сахара**
1 г **соли**

1. Приготовить опару: в 0,5 стакана кипящего молока заварить 100 г муки, быстро размешав деревянной ложкой до получения эластичной массы.
2. Одновременно дрожжи развести в 0,5 стакана тепловатого молока, смешать со 100 г муки и оставить на 10 мин.
3. Приготовить дрожжевую смесь: соединить смеси, указанные в пунктах 1 и 2, накрыть и поставить для подъема на 1 ч и более.
4. Приготовить заливку: желтки, сахар, соль стереть в однородную массу, взбить добела.
5. Половину заливки влить в дрожжевую смесь, добавить 250 г муки, вымесить и дать подойти в течение 1 ч, затем долить другую половину заливки, добавить 500 г муки и месить тесто, пока не будет отставать от рук.
6. В готовое тесто влить постепенно небольшими порциями теплое жидкое сливочное масло, вымесить, добавить пряности, коньяк, дать тесту подойти вторично.
7. После вторичного подъема теста осадить его до первоначального положения, добавить в него 2/3 изюма и цукатов, предварительно обваляв их в муке, и дать тесту в третий раз подойти.
8. Разделить на две части (на два кулича), залить тесто в формы до половины, засыпать сверху оставшимися изюмом и цукатами и дать подняться на 2/3 формы, затем обмазать яичным желтком и поставить в печь на небольшой огонь на 45 мин.

НАПИТКИ

Почти все русские национальные напитки оригинальны и не повторяются ни в одной другой национальной кухне. Это сбитень, квасы, меды, морсы, водицы, уваренный капустный сок, сыворотка с изюмом. Многие из них вышли из употребления. Издавна использовали эти напитки как застольные, т. е. для запивания блюд из мяса и дичи, сладких каш, а также как десерт. Совершенно самостоятельный напиток – сбитень, заменявший чай до его появления в России.

Древнейшими напитками являются меды, или медки, которые не следует путать с так называемыми ставленными медами: медки приготовляются на воде с добавлением небольшого количества меда и хмеля, ставленные меды – это крепкие алкогольные напитки, в состав которых входят ягодный сок, большое количество меда и хмель.

Водицы и морсы готовят на основе ягодного сока, смешанного в различных пропорциях с водой, доводя эти смеси до легкого забраживания. Сыворотка настаивается на изюме и также дает легкое сбраживание. Капустный сок (можно свежий, но чаще кислый, от квашеной капусты) уваривают с небольшим количеством сахара. Это нестойкие напитки, используемые в небольших количествах в домашних условиях.

А вот квасы и сбитни всегда были массовыми напитками. Наибольшее распространение получили квасы, насчитывающие несколько десятков разновидностей.

Сущность приготовления квасов состоит в том, что из воды, муки и солода вначале готовят жидкое тесто – затор, который подвергается ферментации, а затем этот ферментированный затор вновь разводят водой, к нему добавляют дрожжи, сахар и другие вкусовые и ароматические добавки, и он подвергается брожению. Чаще всего как вкусовую добавку вносят соки различных фруктов и ягод. Таковы брусничный, вишневый, малиновый, лимонный, смородиновый, изюмный, яблочный, грушевый квасы. Ароматические добавки также можно варьировать (имбирный, мятный, душистый квасы).

По сравнению с квасами сбитни совсем просты в приготовлении. Их получают путем уваривания меда, заваривания или даже варки сбитневых приправ (пряностей, соков) и последующего соединения и кипячения этих двух частей. Сбитни пьют только горячими – это зимний напиток. Само слово «сбитень» происходит от глагола «сбивать», но только в значении «соединять, собирать воедино разнородные части», а не «взбивать».

МЕДОК

6 л **воды**
250–270 г **меда**
5 г **хмеля**
1 капсулка **кардамона**
1 ч. л. **сахара-жженки**
10 г **дрожжей**

Мед прокипятить в 2 л воды, снять пену. Хмель прокипятить отдельно в 0,5 л воды. Соединить

вместе, влить остальную воду (кипяток). Охладить до теплого состояния, добавить дрожжи, жженый сахар, кардамон и оставить для открытого брожения (закрыв лишь марлей или бязью) при температуре не выше 8–10 °С до появления пены на поверхности. После удаления пены процедить и либо употреблять, либо оставить для хранения в бутылках на 1–2 недели.

СБИТЕНЬ

150 г **меда**
1,5–2 л **воды**
100 г **сахара**
2–3 ч. л. **сухой травы зверобоя**
2 бутона **гвоздики**
5–6 зерен **черного перца**
0,25 ч. л. **порошка имбиря**
1 ч. л. **корицы**
2 ч. л. **мяты**

Мед прокипятить в сотейнике, разведя 1 стаканом воды, снять пену. Отдельно прокипятить сахар, разведя 1 стаканом воды. Соединить обе части, проварить вместе в однородную массу так, чтобы выпарилось побольше воды (но на слабом огне, не допуская заметного кипения).
В остальной воде отварить пряности в течение 15–20 мин в закрытом сосуде, дать настояться еще 10 мин, затем процедить, добавить медово-сахарную смесь и подогреть, не доводя до кипения. Пить только в горячем виде.

КВАС БЕЛЫЙ ОКРОШЕЧНЫЙ

750 г **солода** (500 г ржаного, 250 г ячменного)
2 кг **ржаной муки**
500 г **гречневой муки**
500 г **пшеничной муки**
0,25 стакана **жидких свежих дрожжей**
40 г **пшеничной муки** для закваски
2 ст. л. **сухой кудрявой мяты** (не перечной)

1. Приготовить закваску: муку развести в воде, добавить дрожжи, дать смеси подойти.
2. Солод смешать с теплой водой до получения жидкого теста. Все три вида муки смешать в однородную смесь. Затем добавлять мучную смесь в жидкий солод небольшими порциями, все время подливая горячую воду и непрерывно размешивая. Воды по объему должно быть вчетверо больше, чем смеси солода и муки. Полученное тесто переложить в другую посуду и поставить в тепло на 5 ч, затем долить к нему 7 л кипятка, тщательно размешивая, чтобы не было комочков, и ввести заранее подготовленную закваску. Одновременно ввести мяту.
3. Полученное сусло поставить на 12 ч в теплое место для сбраживания. Выбродивший квас процедить и разлить в бутылки.

КВАС СУХАРНЫЙ ДОМАШНИЙ (СКОРЫЙ)

1 кг **ржаных сухарей** (лучше всего разных – из орловского, ржаного и бородинского хлеба, но не обдирного)
750 г **сахара**
50 г **изюма**
10–15 **черносмородиновых листьев**
2–3 ст. л. **жидких пивных дрожжей** или 25 г **хлебопекарных дрожжей**
2 ст. л. **сухой мяты** (не перечной)

Подсушенные в духовке до легкой корочки сухари залить 1 ведром кипятка и настоять в течение 12 ч. Отдельно заварить мяту, отдельно смородиновый лист литром кипятка и настоять 5 ч. Настой кваса перелить в другую посуду после выдержки, добавить к нему сцеженный настой мяты и смородинового листа, сахар, прокипяченный в 0,5 л воды, и дрожжи, размешать и оставить для сбраживания на 4 ч. Затем снять пену, процедить, разлить в бутылки, добавив в каждую по нескольку изюминок, и оставить на 2 дня для выдержки на холоде.

{ ГЛАВА 4 }

УКРАИНСКАЯ КУХНЯ

СРЕДИ славянских кухонь украинская пользуется широкой известностью. Она давно получила распространение далеко за пределами Украины, а некоторые блюда украинской кухни, например борщи и вареники, вошли в меню международной кухни.

Украинская национальная кухня сложилась довольно поздно, в основном к началу – середине XVIII века, а окончательно – к началу XIX века. До тех пор ее с трудом можно было отграничить от родственных ей польской и белорусской кухонь. Это объясняется длительностью и сложностью процесса формирования украинской нации и украинского государства.

После монголо-татарского нашествия на Киевскую Русь Украина испытала агрессию литовских, венгерских, польских феодалов, в результате чего различные части ее территории входили в состав разных государств (Литвы, Польши, Венгрии, Румынии).

По существу, формирование украинской нации началось лишь с XVII века.

Поскольку отдельные украинские территории были долгое время разобщены, общеукраинская кухня создавалась крайне медленно, лишь после объединения украинского народа. В XVII веке в состав России вошли Левобережная Украина, Киев, в конце XVIII века – Правобережная Украина. С конца XVIII века южная часть Украины – Причерноморье и Новороссия – стала заселяться выходцами из южных губерний России, которые затем ассимилировались с коренным населением.

Таким образом, к началу – середине XIX века сформировалась в основном территория Украины, большая часть украинской нации была воссоединена и получила возможность консолидироваться в одном государстве.

Это значительно облегчило создание и распространение характерных особенностей общеукраинских блюд, хотя различия между блюдами Черниговщины и Галичины, Полтавщины и Волыни, Буковины и Харьковщины, Подолья и Закарпатья сохранились до наших дней.

Позднее формирование украинской кухни обусловило целый ряд ее особенностей.

Во-первых, она была создана на базе уже сложившихся в каждой из региональных частей Украины элементов кулинарной культуры.

Во-вторых, несмотря на то что эти элементы были весьма разнородны вследствие огромности территории, раскинувшейся от Карпат до Приазовья и от Припяти до Черного моря, различия природных условий и исторического развития отдельных частей ее, соседствования множества народов (русские, белорусы, татары, ногайцы, венгры, немцы, молдаване, турки, греки), украинская кухня оказалась на редкость цельной, даже несколько односторонней как по отбору характерного национального пищевого сырья, так и по принципам его кулинарной обработки.

В-третьих, в национальную украинскую кухню не вошли традиции древнерусской кухни, связь с которой была утрачена после монголо-татарского нашествия. Это отличает украинскую кухню от русской и белорусской, где древние традиции хотя и видоизменялись, но тем не менее сохранялись в течение многих веков.

Вместе с тем украинская кухня восприняла некоторые технологические приемы не только немецкой и венгерской кухни, но и татарской и турецкой, посвоему частично видоизменив их. Так, обжаривание продуктов в перекаленном масле, свойственное тюркским кухням, было превращено в украинское «смажение» (т. е. пассерование овощей, идущих в борщи или во вторые блюда), что, например, совершенно не свойственно русской кухне. Пельменеобразное блюдо турецкой кухни дюшвара превратилось сначала в вараники, а затем уже в украинские вареники с характерными национальными наполнителями – вишнями, творогом, луком (цыбулей), шкварками. Из немецкой кухни было воспринято дробление про-

дуктов, что нашло конкретное выражение в различных украинских «сичениках» – котлетообразных блюдах из фаршей (сеченых, дробленых мяса, яиц, моркови, капусты, грибов и т. д.).

Что же касается пищевого сырья, то оно отбиралось для украинской кухни по контрасту с восточными кухнями. Так, например, в пику «басурманам» украинское казачество стало культивировать в XVI–XVIII веках употребление свиного сала. В то же время употребление говядины, распространенное среди русского населения, было сравнительно незначительным у украинцев, так как волы на Украине представляли собой не продуктивный, а рабочий, тягловый скот, и их мясо было не только менее вкусным и более жестким по сравнению со свиным, но и считалось не вполне чистым (отдающее потом).

Одновременно получили распространение некоторые иностранные продукты, например растительное масло – олие. Оно считалось ценнее коровьего масла, поскольку происходило из Греции, страны, с которой украинские земли были связаны религиозными узами. В то же время баклажаны, употреблявшиеся в турецкой кухне и прекрасно вызревавшие в условиях юга Украины, не находили употребления в украинских национальных блюдах как «басурманские» (но вошли в донскую кухню!).

Эти принципы отбора пищевого сырья, общие для всех украинцев в XVII–XIX веках независимо от мест их расселения, сделали украинскую кухню в итоге поразительно единообразной и вместе с тем неповторимой, своеобразной.

Своеобразие национальной украинской кухни выражается, во-первых, в преимущественном использовании таких продуктов, как свинина, сало, свекла, пшеничная мука, и некоторых других; во-вторых, в таких особенностях технологии приготовления пищи, как комбинированная тепловая обработка большого количества компонентов блюда на фоне одного главного и определяющего, чему классическим примером служит борщ, где к свекле добавляют два десятка компонентов, не подавляющих свекольный вкус, а лишь оттеняющих и развивающих его.

Любимым и наиболее употребляемым продуктом служит свиное сало как в виде самостоятельного кушанья, главным образом в обжаренном виде, в виде так называемых шкварок, так и в виде компонентов приправы и жировой основы самых разнообразных блюд. Такое отношение к свинине роднит украинскую кухню с кухнями западных славян и венгров и соседей украинцев – белорусов, однако использование сала в украинской кухне чрезвычайно разнообразно.

Сало не только едят соленое, вареное, копченое и жареное, на нем не только готовят, им не только шпигуют всякое несвиное мясо, где сало отсутствует, но и используют его даже в сладких блюдах, сочетая с сахаром или патокой.

Например, такое массовое кондитерское изделие, как вергуны, жарят, а вернее обваривают или пряжат, в сале.

Украинской кухне свойственно и не менее обильное использование яиц, которые служат не только и не столько для приготовления самостоятельного блюда – разного рода «яэшен», сколько для таких же непременных, как и сало, добавок в мучные, мучно-яичные и яично-фруктовые (сладкие) блюда.

Весьма характерно для украинской кухни обилие мучных изделий. Причем из всех видов теста украинцы предпочитают пресное – простое пресное, пресное полувытяжное, заварное пресное, пресное сдобное с использованием соды как разрыхлителя, а для кондитерских блюд – преимущественно песочное. Национальными блюдами считаются изделия из простого бездрожжевого теста[1]: вареники, галушки, шулики, лемишки, гречаники, коржи и более новые по времени кондитерские изделия – вергуны и ставбицы. В мучных блюдах почти исключительно используется пшеничная мука, реже – гречневая в сочетании с пшеничной, а из круп популярностью пользуется пшено, а также рис (между прочим, рис под названием «сорочинское пшено» – искаженное сарацинское, т. е. турецкое, арабское пшено, употребляется в украинской кухне с XIV века и занесено в нее с Запада, через венгров, отсюда понятно и западное его название «сарацинское»).

Наряду с мучными изделиями важная роль отводится овощам. Их употребляют в виде гарниров к жирной мясной пище или подают как самостоятельные блюда с салом. Из овощей на первом месте стоит, ко-

[1] Дрожжевое тесто употребляется только для приготовления хлебных изделий – паляницы (пышного каравая пшеничного хлеба), пампушек, калинника (белый хлеб, где четверть муки составляют сухие ягоды, растертые в порошок) и знаменитых украинских бубликов из заварного теста.

нечно, свекла, которую можно считать национальным овощем и которую употребляют не только в свежем, но и в квашеном виде. Так, из квашеной свеклы готовят борщи с осени до весны, т. е. большую часть года.

Для украинской кухни характерно также употребление бобовых – бобов, чечевицы и особенно фасоли (но только не в стручках). Бобовые широко используются в качестве добавок к другим овощам.

Из других предпочитаемых овощных и растительных культур следует назвать морковь, тыкву, кукурузу, картофель и помидоры. Кукуруза, как и фасоль, чаще играет роль добавок. Она получила распространение в украинской кухне уже в XVIII веке, особенно в Южной и Юго-Западной Украине. С XVIII века началось и проникновение в Украину картофеля, который, однако, не приобрел здесь самостоятельного значения, как в Белоруссии, и, подобно другим овощным культурам, стал использоваться в качестве хотя и важной, но одной из многих других «приправ» (т. е. гарниров) ко вторым блюдам. Картофель в виде пюре нашел широкое применение при добавлении к пюреобразным фасоли, моркови, творогу, яблокам, маку. Кроме того, картофель является хорошим поглотителем сала во вторых блюдах и сырьем для получения крахмала, используемого для приготовления сладких блюд, особенно фруктовых киселей и кондитерских изделий.

Хотя украинская кухня почти окончательно сложилась уже в XVIII веке, два таких характерных для нее растительных продукта, как помидоры и подсолнечное масло, без которых нельзя представить себе современный украинский стол, вошли в широкое употребление и оказали заметное влияние на меню в XIX веке. Надо сказать, что растительные масла – различные олии – применялись в украинской кухне наряду с животным жиром (свиным салом) издревле, и все же подсолнечное масло получило распространение лишь в последнем столетии, причем почти вытеснило все остальные растительные масла. Оно употребляется ныне в двух видах: масло горячего жима, с сильным, своеобразным, столь любимым украинцами запахом жареных семечек, и холодного жима, наиболее известное за пределами Украины.

Масло горячего жима идет обычно в холодные блюда – салаты, винегреты, масло холодного жима чаще употребляется для жарения, пряжения, т. е. для приготовления на нем вторых горячих блюд.

Из пряностей и приправ используются преимущественно лук, чеснок, укроп, тмин, анис, мята, любисток, дудник, чабер, красный перец, из привозных пряностей – лавровый лист, черный перец и корица (для сладких блюд). Большую роль как приправа к мясным, холодным и овощным блюдам играет уксус, которым, однако, нередко злоупотребляют.

Из фруктов и ягод, любимых в Украине мочеными, свежими, сушеными и копчено-вялеными, национальными можно считать вишню, сливу, грушу, смородину, арбуз и в меньшей степени яблоки и малину.

Наряду с фруктами современная украинская кухня чрезвычайно обильно использует сахар и патоку – и в чистом виде, и в виде составных частей узваров, варений и особенно повидла и кондитерских изделий.

Как уже было сказано, наиболее отличительной чертой технологии украинской кухни является комбинированная тепловая обработка продуктов. Она состоит в том, что сырой продукт – будь он животного или растительного происхождения – сначала подвергается легкому обжариванию и относительно быстрому пассерованию, или «смажению», как говорят украинцы, и только после этого – более длительной тепловой обработке, т. е. варке, запеканию или тушению.

С этими особенностями приготовления украинских блюд издавна связаны и особенности украинской посуды – казанки для варки, сковороды для смажения – глубокие и полуглубокие, невысокая глиняная посуда для последующего полутушения – разного рода глечики, миски, чашки, макитры.

Из технологических приемов приготовления пиши обращают на себя внимание шинкование, сечение и другие способы измельчения пищи, в частности мяса. Отсюда наличие в украинской кухне различных рулетов (завиванцев), фаршированных блюд, запеканок, крученików с мясными фаршами и «сичениковъ», т. е. разнообразных мясных блюд типа битков и котлет, заимствованных из немецкой кухни через польскую и чешскую.

Как и всякая кухня с богатым историческим прошлым, украинская кухня в значительной степени региональна. Так, западноукраинская кухня заметно отличается от восточноукраинской; влияние турецкой кухни на буковинскую, венгерской на гуцульскую и русской на кухню Слободской Украины не подлежит сомнению; наибольшим разнообразием отличается кухня Центральной Украины, особенно областей цен-

тра Правобережья. Популярный на Украине борщ имеет массу разновидностей, практически в каждой области его готовят по своему, особому рецепту.

Ниже приведены наиболее интересные, заметно отличающиеся один от другого варианты борща.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

БОРЩИ

Непременная составная часть борща – свекла. Она дает ему основной вкус и окраску.

Как правило, борщи готовят на мясном, костном или смешанном мясокостном бульоне. Правильно подготовленный бульон – основа хорошего борща. Бульон для борща обычно готовят из грудинки, реже из тонкого и толстого края или завитка. Кости всегда предварительно дробят вдоль, а хрящевые части разнимают. Продолжительность варки костей 4–6 ч, мяса – 2–2,5 ч. После того как вода закипит, бульон продолжают варить на слабом огне. При варке мясокостного бульона вначале варят кости, а потом, за два часа до окончания их варки, закладывают мясо и варят до готовности, после чего мясо вынимают из бульона и начинают приготавливать на бульоне овощную часть борща, куда вновь закладывают мясо лишь за 10–15 мин до полной готовности борща. К концу варки в борще должно оставаться не более 1,5 стакана чистого бульона в расчете на порцию, поэтому воды в начале варки следует наливать по крайней мере вдвое больше, чем предполагается получить бульона.

Несколько слов о соотношении мяса в борщах. Говяжью грудинку и свинину обычно закладывают в пропорции 2:1 или 1:1. Кроме того, уже после окончания варки основного бульона в некоторые виды борщей иногда добавляют небольшие количества баранины, ветчины, сосисок, домашней колбасы в мелко нарезанном виде из расчета 1:4 по отношению к основному мясу борща.

Борщ может быть изготовлен также на гусином или курином бульоне (полтавский и одесский). В этом случае добавление другого мяса исключается.

Особенностью подготовки овощной части борща является предварительная раздельная обработка овощей. Свеклу, например, тушат всегда отдельно от других овощей. Предварительно ее сбрызгивают уксусом (или добавляют лимонной кислоты, лимонного сока), что необходимо для сохранения красного цвета, кладут в разогретый жир (сало, масло) и тушат до готовности. Иногда свеклу пекут или варят до полуготовности в кожуре и только затем очищают, режут и опускают в бульон.

Мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой морковь и петрушку пассеруют вместе 15 мин, при этом овощи должны быть покрыты жиром. Перед окончанием пассерования в овощи добавляют томат-пюре или мелко нарезанные помидоры и продолжают пассеровать до тех пор, пока жир не окрасится под цвет помидоров.

Очень важно последовательно закладывать овощи в бульон – в строгой зависимости от продолжительности их варки. Картофель закладывают за 30 мин до готовности борща, капусту – за 20 мин, свеклу в подготовленном тушеном виде – за 15 мин, пассерованные овощи (лук, морковь, петрушку) – за 15 мин, пряности – за 5–8 мин, чеснок (отдельно от остальных пряностей) – за 2 мин.

Основной вид жира, используемого для борщей, – свиное сало. Его толкут или растирают в ступке с чесноком, луком и зеленью петрушки до образования гладкой массы и заправляют ею борщ за 2–3 мин до готовности.

Большинство борщей для придания им своеобразного кисловатого вкуса готовят не только на воде, а на квасе-сировце, на соке квашеной свеклы и на свекольной закваске (настоях), добавляя их в основном после варки мяса в готовый бульон, стараясь не подвергать длительному кипению.

Доведенный до готовности борщ ставят на очень слабый огонь газовой плиты, чтобы он не очень остыл, и дают настояться еще 20 мин, после чего подают на стол.

Таким образом, приготовление борща занимает минимум 3 ч, а при варке на костном бульоне – даже 5–6 ч.

Различные варианты борщей чаще всего носят название местности, в которой они появились: борщ киевский, полтавский, львовский, волынский, черниговский, галицкий и др. В чем же заключается разница между ними? Во-первых, в характере бульона: костный, мясной, мясокостный, из различных сортов и сочетаний мяса (говядина, свинина, домашняя птица); во-вторых, в способе тепловой обработки свеклы (тушеная, печеная, полусваренная). Кроме того, набор



овощей для борща может быть различным. Обязательными ингредиентами в борще, помимо свеклы, являются капуста, морковь, картофель, петрушка, лук, помидоры, дополнительными – фасоль, яблоки (кислые, лучше всего незрелые), кабачки, репа. Овощи в борщ режут соломкой, за исключением кабачков и картофеля, нарезаемых соответственно кубиками и крупными кусочками. Фасоль отваривают предварительно отдельно, так как она варится долго – более часа, и заправляют ею борщ за 15 мин до готовности. Репу пассеруют с морковью. Яблоки и кабачки не пассеруют, их закладывают после остальных овощей как наиболее скороварные, но не позднее чем за 10 мин до готовности.

Наконец, некоторые виды борщей заправляют еще поджаренной мукой для придания жидкости борща более густой консистенции. Однако это не обязательно и даже нежелательно для хорошей кухни, так как может испортить при неумелом поджаривании аромат борща. А вот заправка борща сметаной после подачи на стол обязательна.

В представленных здесь нескольких рецептах борщей указаны примерные нормы и ассортимент используемых продуктов. Количество бульона в готовом борще везде составляет 1,5–1,75 л. Это значит, что надо брать 3 л воды первоначально.

БОРЩ УКРАИНСКИЙ ПРОСТОЙ

500 г **говядины**
1/4 кочана **капусты**
4 **картофелины**
1 **крупная свекла**
25 г **свиного сала**
25 г **сливочного масла**
0,5 стакана **томатной пасты** или 2 **помидора**
0,5 стакана **сметаны**
1 **морковь**
1 корень **петрушки**
2 **луковицы**
1 ст. л. **3%-ного уксуса**
2 ч. л. **сахара**
3 **лавровых листа**
4–5 **зубчиков чеснока**
3 горошины **душистого перца**
5–6 горошин **черного перца**
1 ст. л. **зелени петрушки**

Борщ готовят на костном и мясном бульоне, мясо подают вместе с борщом.

1. Свеклу потушить с уксусом, частью сала (или с жиром, снятым с поверхности бульона), сахаром и томатной пастой.
2. Лук, морковь, коренья петрушки, нарезанные соломкой, обжарить на сливочном масле.
3. Картофель и капусту варить в бульоне 15 мин, затем добавить к ним продукты, указанные в пунктах 1 и 2, варить еще 10 мин, добавить масло и пряности, а затем заправить борщ зеленью петрушки и чесноком, тертыми с салом. Перед подачей на стол заправить сметаной.

БОРЩ УКРАИНСКИЙ СБОРНЫЙ

500 г **говядины**
200 г **свинины**
100 г **ветчины**
50 г **сала**
2 л **кваса-сировца** (см. с. 505)
2 **свеклы**
1/4 **кочана капусты**
3 **помидора**
0,5 стакана **сметаны**
0,5 стакана **отварной фасоли**
4 **картофелины**
1 **репа**
1 **морковь**
1 **петрушка**
2 **луковицы**
3 **лавровых листа**
2 горошины **душистого перца**
6 горошин **черного перца**
4 **зубчика чеснока**
по 1 ч. л. **сельдерея, укропа, майорана, зелени петрушки**
1 ч. л. **соли**

Бульон из говядины и свинины приготовить на квасе-сировце полностью или частично. Затем в него вместе с первыми овощами заложить мелко нарезанную ветчину. Последовательность закладки та же, что для борща простого (последней закладывается фасоль). Свеклу не тушить, а печь отдельно в кожуре, а затем почистить и нашинковать.

БОРЩ КИЕВСКИЙ

250 г **говядины**
250 г **баранины**
1/4 кочана **капусты**
4 **картофелины**
1 **крупная свекла**
0,5 л **свекольного кваса** (см. с. 505)
2 ст. л. **фасоли**
2 **кислых яблока**
2–3 **помидора**
2 ст. л. **масла**
1 ст. л. **мелко нарезанного сала**
1–2 **луковицы**
1 **морковь**
1 **петрушка**
1 ст. л. **зелени петрушки**
1 ч. л. **зелени сельдерея**
3 **лавровых листа**
3 горошины **душистого перца**
1/4 ч. л. **красного молотого перца**
0,5 головки **чеснока**

Говядину опустить в кипяток, залить свекольным квасом и сварить бульон. Отдельно тушить: 1) свеклу вместе с бараньей грудинкой, нарезанной мелкими кусками; 2) помидоры на масле; 3) лук, морковь, корень петрушки.
Затем отварить в бульоне до полуготовности капусту и картофель, добавить тушеные овощи и варить еще 10–15 мин, заправить вареной фасолью, а в самом конце – тертыми с нутряным салом чесноком и нарезанной зеленью петрушки.
Если к концу варки борщ окажется недостаточно кислым, добавить еще один стакан свекольного кваса.

БОРЩ ПОЛТАВСКИЙ

600 г **гуся** или **утки**
1 **свекла**
1/4 кочана **капусты**
3 **картофелины**
50 г **сала**
25 г **масла**
0,5 стакана **гречневой муки**
1 **яйцо**
0,5 стакана **томатной пасты** или 2–3 **помидора**
1 **морковь**
1 **петрушка**
1–2 **луковицы**
1 ст. л. **уксуса**
2–3 **лавровых листа**
1 **головка чеснока**
5 горошин **черного перца**
0,5 стакана **сметаны**

Борщ полтавский готовят на бульоне из домашней птицы, от других украинских борщей он отличается еще тем, что его заправляют не только овощами, но и галушками.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ГАЛУШЕК

В четверти стакана кипятка развести 1 ст. ложку муки, тщательно растереть ее, охладить, добавить яйцо, остальную муку и замесить тесто; если оно получится крутоватым, добавить немного воды – тесто должно быть не круче, чем густая сметана. Это тесто брать чайной ложкой и опускать в кипящую подсоленную воду; варить в ней галушки до тех пор, пока они не всплывут, затем откинуть на дуршлаг. Заправить борщ галушками за 5–7 мин до готовности.
В остальном порядок варки полтавского борща тот же, что и простого украинского (см. с. 503).

БОРЩ ЧЕРНИГОВСКИЙ

500 г **говядины** или **свинины**
1/4 кочана **капусты**
1 **свекла**
1 **небольшой кабачок**
0,5 стакана **вареной фасоли**
3–4 **помидора**
2 **кислых яблока**
2 ст. л. **сливочного масла**
1 **луковица**
1 **корень петрушки**
1 **морковь**
5–6 горошин **черного перца**
2–3 **лавровых листа**
4 **зубчика чеснока**
0,5 стакана **сметаны**



Борщ готовить на мясокостном бульоне. Свеклу тушить на масле. Сальной заправки в этом борще нет.

Особенностью черниговского борща является наличие кабачков, которые, как и помидоры, не пассеруют. Уксус и мука для заправки также отсутствуют. Вся кислота поступает от помидоров и яблок. Порядок заправки овощами обычный (см. с. 502). Помидоры, кабачки и яблоки кладут в борщ последними, перед пряностями.

БОРЩ ЛЬВОВСКИЙ

0,5–1 кг **костей** (мозговых, «сахарных»)
2 **крупные свеклы**
5 **картофелин**
2–3 **сосиски**
2 **луковицы**
2 ст. л. **томата-пюре**
2 ст. л. **3%-ного уксуса**
1 **морковь**
1 **петрушка**
1 ст. л. **сливочного масла**
1–2 ч. л. **сахара**
6 горошин **черного перца**
2 **лавровых листа**
1 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 стакана **сметаны**

Готовить на костном бульоне. Свеклу отварить до полуготовности в кожуре, затем добавить уксус, очистить, нарезать соломкой и тушить с томатом-пюре 20–30 мин на масле. Морковь, лук, петрушку пассеровать отдельно. В бульон положить картофель, затем свеклу и остальные коренья, пряности и сахар. В почти готовый борщ добавить обжаренные на масле или сале сосиски, нарезанные маленькими кусочками.

КВАСЫ И СВЕКОЛЬНЫЕ НАСТОИ ДЛЯ БОРЩЕЙ

Лучшие украинские борщи готовят на свекольных настоях и квасах. Ниже приводятся несколько рецептов таких квасов и настоев.

СВЕКОЛЬНЫЙ НАСТОЙ ПРОСТОЙ

Очищенную свеклу натереть на терке, залить кипяченой водой и поставить в теплое место на 3–4 дня. Соотношение свеклы и воды (по весу) 1:2.

СВЕКОЛЬНЫЙ НАСТОЙ ЗАВАРНОЙ

Очищенную свеклу натереть на крупной терке, залить стаканом горячего мясного бульона, добавить лимонной кислоты и довести до кипения на сильном огне. Дать настояться 30 мин.

КВАС СВЕКОЛЬНО-ХЛЕБНЫЙ

0,5 кг черного хлеба нарезать кусочками, залить 1,5 л теплой кипяченой воды, положить 6 шт. очищенной и нарезанной ломтями свеклы, дать настояться 2 дня (днем на солнце, ночью в теплом месте), часто помешивать. На третий день процедить, после чего квас будет готов для употребления в борщ.

КВАС-СИРОВЕЦ

Для приготовления этого кваса на 2 л воды берут 0,5 кг ржаной муки и 10 г дрожжей. 1–2 ст. л. муки развести с дрожжами в теплой воде (примерно 1–1,5 стакана) и дать перебродить (закваска). Оставшуюся муку залить горячей водой, замесить тесто до густоты сметаны и поставить в теплое место.

Добавить закваску в тесто, развести теплой водой (до консистенции густого кваса). По мере использования доливать водой (0,5 л на 1 л использованной жидкости).

КУЛЕШ

Менее распространенным, чем борщ, национальным украинским блюдом является кулеш – полупервое-полувторое. Он принят в основном в восточных и юго-восточных областях Украины. Набор продуктов для кулеша:

6 **картофелин**
0,5 стакана **пшена**

250 г **сала**
3–4 **луковицы**
2 ст. л. **зелени петрушки**
1,5–2 л **воды**
2 ч. л. **соли**

В кипящую подсоленную воду засыпать пшено, сварить до готовности, добавить нарезанный мелкими кубиками картофель, который варить еще 30 мин, затем заправить кулеш пережаренным на сале мелко нарезанным луком, образовавшимися при этом шкварками, зеленью петрушки и кипятить еще 5 мин.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

Для украинских мясных блюд характерно не только то, что готовят их в основном из свинины, но и то, что сочетают при этом два вида тепловой обработки мяса – предварительное обжаривание и последующее тушение с овощами и пряностями. Другой особенностью украинского мясного стола является широкий выбор блюд, приготовленных из рубленого мяса, фарша.

Блюда из домашней птицы используются чаще всего как праздничные. Как и мясо, птицу готовят преимущественно тушеную.

ПЕЧЕНЯ ЖИТОМИРСКАЯ

500 г **свинины**
10 **картофелин**
100 г **сала** (для обжаривания)
3 **луковицы**
1–2 **моркови**
4–5 **сушеных грибов**
3 ст. л. **томата-пюре**
3 **зубчика чеснока**
5–6 горошин **черного перца**
2–3 **лавровых листа**

Свинину разрезать на 3–4 куска, обжарить в сале (50 г) до золотистой корочки, затем потушить с томатом. Картофель и морковь нарезать кубиками, обжарить в оставшемся сале, затем перемешать с нарезанным кружочками сырым луком, заправить перцем, солью. Подготовленные овощи и свинину заложить в кастрюлю рядами, начиная и заканчивая рядом овощей. Грибы отварить в 1 стакане воды, мелко нарезать, еще поварить, уварив бульон наполовину, а затем залить им подготовленную свинину с овощами, добавить лавровый лист, еще немного посолить и тушить до готовности. Перед подачей посыпать измельченным чесноком, дать постоять 3–4 мин с закрытой крышкой, затем подавать.

ВЕРЕЩАКА

500 г **свиной грудинки**
50 г **сала**
2 стакана **свекольного настоя** или **кваса** (см. с. 505)
2 ст. л. **ржаных сухарей**
2–3 **луковицы**
2–3 горошины **душистого перца**
5–6 горошин **черного перца**
1 ст. л. мелко нарезанной **зелени петрушки** (**кервеля** или **любистока**)

Свиную грудинку нарезать крупными кубиками, обжарить на сковороде в сале до румяной корочки, переложить в кастрюлю, залить свекольным квасом или свекольным настоем с уксусом, приправить луком и пряностями, посолить и тушить до полуготовности. Затем засыпать тертыми ржаными сухарями, размешать и продолжать тушить до готовности. При подаче посыпать зеленью петрушки.

ШПУНДРА

500 г **свиной грудинки**
1,5 ст. л. **топленого свиного сала**
500–750 г **свеклы**
4–5 **луковиц**
1 стакан **свекольного кваса** (см. с. 505)
1 ст. л. **муки**
1 ст. л. **зелени петрушки**

Свиную грудинку нарезать мелкими кусочками, обвалять в муке, обжарить в сале с луком, за-

ложить в кастрюлю, перемешать с нарезанной кусочками свеклой, залить квасом, посолить и тушить до готовности.

ЗАВИВАНЕЦ УЖГОРОДСКИЙ

500 г **мякоти говядины**
100 г **шпика**
3 **яйца**
1 ст. л. **топленого сала**
1 **соленый огурец**
1 крупная **картофелина**
1 ст. л. **зелени петрушки**
1 ст. л. **зелени укропа**
0,5 ч. л. **молотого перца**
2 ст. л. **муки**

Из мякоти задней части нарезать 4 плоских куска величиной с ладонь (можно использовать полуфабрикаты – антрекоты), очистить их от пленок, отбить, посолить, посыпать перцем, а затем на каждый кусок мяса положить по нескольку долек соленого огурца и крутого яйца, полоски шпика и нарезанную соломкой в длину сырую картошку.
Все это завернуть рулетом, перевязать ниткой, обмазать яйцом и запанировать в муке, обжарить на большом огне в топленом сале, переложить в кастрюлю, залить кипящей водой или бульоном так, чтобы покрыть мясо, и тушить до готовности.
Подавать на стол с тушеной картошкой, полив ее образовавшимся при тушении завиванца соусом.

КЕНДЮХ

1 **свиной желудок** (сычуг)

ДЛЯ НАЧИНКИ:
500 г **свиной грудинки** или **мяса головы свиньи**
200 г **свиного фарша из мяса, срезанного с костей**
2 **яйца**
3 **луковицы**
1 **головка чеснока**
10 зерен **черного перца**
0,5 ч. л. **майорана**

Свиной желудок несколько раз промыть в холодной и горячей воде. Из жирной свиной грудинки удалить кости, нарезать ее мелкими кубиками, добавить свиной фарш, лук, яйца, пряности, перемешать, начинить этой смесью подготовленный свиной желудок, зашить его и запечь в духовке до готовности.

КУРИЦА ТУШЕНАЯ С ГАЛУШКАМИ

1 **курица**
1 стакан **воды** или **бульона**
100 г **сливочного масла**
0,25 стакана **сока зеленого крыжовника** или **лимона**
2 стакана **готовых галушек** (см. с. 511–512)

Курицу разрезать на 4 части, положить в кастрюлю, залить водой и соком крыжовника (который предварительно выдержать на солнце в закрытой посуде 1–2 недели), добавив масла, посолить и тушить 1 ч на небольшом огне.
Тем временем приготовить галушки из пшеничной муки, отварить их отдельно.
Когда курица будет готова, засыпать ее готовыми галушками, перемешать, добавить еще масла. Поставить в духовку на 10–15 мин, закрыв крышкой.

ИНДЕЙКА ТУШЕНАЯ С РИСОМ

1 **индейка средней величины**
1 стакан **риса**
0,5 стакана **изюма без косточек (сабзы)**
1–2 **яйца**
3 ст. л. **сливочного масла**
1–2 ч. л. **молотого имбиря**
1 **луковица**
1 **морковь**
1 **петрушка**
1 **сельдерей**
3–4 **лавровых листа**
6 горошин **черного перца**

Индейку опалить, отрезать первое звено у крылышек (использовать отдельно на суп), промыть птицу внутри и натереть изнутри имбирем, затем

начинить подготовленным рисом (рис отварить до полуготовности, промыть холодной водой, обсушить, перемешать с маслом, яйцами и изюмом, предварительно промытым в горячей воде). Начиненную индейку зашить, положить в кастрюлю, обложить мелко нарезанными овощами и пряностями, налить немного кипятка (не более 1,5 стакана, если индейку тушат на плите) и тушить на плите на слабом огне 1,5 ч. После этого снять крышку и поставить индейку на 15 мин в духовку открытой, чтобы она подрумянилась.
Если же индейку хотят тушить в духовке, надо к воде подлить 4 ст. л. растительного масла и тушить с закрытой крышкой примерно 1 ч (иногда больше, в зависимости от качества мяса индейки).

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

В украинской кухне яйца в качестве одного из компонентов блюд употребляются столь же широко, как и сало. Они идут в большом количестве, и в первую очередь в мучные блюда. Из специальных яичных блюд надо назвать прежде всего различные яичницы. Особенность украинских яичниц состоит в том, что они исключительно болтанные (в отличие от русских, преимущественно глазуний), и в них непременно входят такие компоненты, как мука и довольно большое количество сметаны или сливок, т. е. они, по существу, представляют собой жирные омлеты. Другая особенность украинских яичных блюд – комбинация вареных и сырых яиц в одном блюде, а также использование в них сливочного масла, а не сала, как это ни покажется странным тому, кто знает приверженность украинцев к свиному салу.

ЯЙЦА В СМЕТАНЕ

4 **крутых яйца**
0,5 стакана **сметаны**
1 ст. л. **укропа**

Сваренные вкрутую яйца нарезать крупными кольцами, положить на сковороду, посолить, залить густой сметаной и поставить в духовку на 10–15 мин. При подаче на стол посыпать измельченным укропом.

ЯИЧНЫЕ СЕЧЕНИКИ

4 **крутых яйца**
1 **сырой желток**
1 ст. л. **пшеничной муки**
0,5 стакана **молока**
5 горошин **черного перца**
1 ст. л. **панировочных сухарей**
1 ст. л. **сливочного масла**
2 **мелкосеченые луковицы**

На масле слегка поджарить муку, развести молоком, довести до кипения, снять с огня, всыпать мелкосеченые крутые яйца и лук, осторожно влить хорошо взбитый желток, непрерывно помешивая, добавить перец, соль, вновь довести до кипения, остудить, сделать из полученной массы котлеты, обвалять в сухарях и обжарить.

ЯИЧНИЦА ГУЦУЛЬСКАЯ

4 **яйца**
1 стакан **сливок**
1 стакан **сметаны**
0,5 стакана **кукурузной муки**
1 ст. л. **зелени петрушки**
50 г **сливочного масла**

Все продукты, кроме петрушки, перемешать, взбить и вылить на сильно разогретую сковороду с маслом.
За минуту до готовности посыпать яичницу зеленью петрушки.

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ, СОЛЕНИЯ

В украинской кухне овощи широко используются в борщах, а также в тушеном виде как гарниры к мясным блюдам или в солениях. Отдельные овощные блюда чаще всего представляют собой пюреобразную массу одного из овощей с луком, подсолнечным маслом и уксусом (таковы свекольная икра, кабачковая кашка и т. п.), или же смесь разных овощей, или (реже) смесь овощей с крупами, своего рода овощную кашу.

ТОЛЧОНКА

5 **картофелин**
0,5 стакана **фасоли**
2 ст. л. **мака**
1–2 **луковицы**
2 ч. л. **сахара**
1 ст. л. **зелени петрушки** и **любистока**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

1. Мак замочить на 10 ч, слить воду, отжать и растереть в ступке.
2. Фасоль замочить на 10 ч, отварить в течение 2 ч и отварную растереть в пюре. К горячему фасолевому пюре добавить растертый мак, картофельное пюре, мелко нарезанный лук, сахар, перец, петрушку, любисток и растереть.

ЛЕЖНИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

6 **картофелин**
500 г **лука**
100 г **сала**
1,5 стакана **квашеной капусты**
4 **яйца**
2 ст. л. **муки**
0,5 стакана **сметаны**

1. Приготовить картофельное пюре и перемешать с сырыми яйцами в однородную массу.
2. Квашеную капусту потушить и в конце тушения заправить луком, обжаренным на сале.
3. Картофельную массу выложить на доску, обсыпанную мукой, разровнять, положить на нее фарш из капусты с луком, закрыть его частью картофельной массы; переложить на лист, смазанный салом, и запечь в духовке. Подавать кусками со сметаной.

КВАШЕНАЯ СВЕКЛА

На 1 кг **свеклы** – 1 л **воды**, 30 г **соли**

Для квашения берется только здоровая (невялая, без повреждений) свекла малой и средней величины, темно-красного (бордового) цвета. Свекла светлоокрашенная, с белыми прожилками и кольцами совершенно непригодна для квашения. Лучшими для квашения считаются сорта Египетская и Бордо.
Свеклу тщательно очистить, снимая довольно толстым слоем кожу, вымыть, сложить в бочку (или банку) и залить 3%-ным рассолом, который должен покрывать свеклу слоем не менее 10–15 см после того, как она будет придавлена гнетом.
Квашение при комнатной температуре заканчивается примерно через 2 недели. В течение этого времени надо регулярно удалять с поверхности рассола и гнета вначале пену, а затем плесень. Готовая квашеная свекла приобретает бледный цвет и становится мягкой настолько, что ее можно сжать в кулаке. Рассол же становится темно-бордовым, кисло-сладким и чуть солоноватым на вкус.

СОЛЕНЫЕ АРБУЗЫ

На 10 кг **целых арбузов** –
5 кг **арбузной мякоти**,
4 л **рассола**,
40 г **корицы**,
30 г **гвоздики**,
25 г **красного перца**

Для соления и мочения выбирают свежие, спелые, неповрежденные арбузы небольших размеров (диаметром не более 15 см), с тонкой кожей, лучше всего сорта Медовка и Стокса киевский, и тщательно моют их щеткой в чуть теплой кипяченой воде.
Приготовленные арбузы осторожно уложить рядами в бочку, залить рассолом (0,5 кг соли на 10 л воды) и добавить пряности (20–25 г корицы и гвоздики на каждые 10 кг арбузов). Накрыть деревянным кругом и небольшим гнетом, оставить на 1–2 дня при комнатной температуре, а потом выдерживать в подвале при температуре от 0 до +5 °С. Через 40–50 дней арбузы готовы к употреблению.
Есть и другой способ соления арбузов – в арбузной мякоти. Арбузную мякоть спелых разбитых (но не испорченных) арбузов раздробить и заложить слоем 10 см на дно бочки, затем положить слой целых арбузов, затем снова тонкий слой

арбузной массы и снова слой арбузов и так далее, следя за тем, чтобы слои арбузов не касались друг друга. После этого бочку залить рассолом (1 кг соли на 10 л воды). Через 2 месяца арбузы будут готовы. В пищу используются только целые арбузы, мякоть превращается в рассол.

МОЛОЧНЫЕ БЛЮДА

МОЛОЧНЫЕ БЛЮДА относительно мало распространены в украинской кухне. Они характерны для Северной и Левобережной Украины.

Тем не менее три приведенных ниже метода закваски молока типичны для большей части Украины.

ГУСЛЯНКА

1 л **молока**
1 ст. л. **сметаны**

Молоко вскипятить, немного охладить (примерно до 40–35 °С) и в еще теплое добавить сметану. Хорошо размешать и поставить в холодное место.

РЯЖЕНКА

5 стаканов **молока**
1 стакан **сметаны**

Молоко кипятить в толстостенной эмалированной или керамической посуде на очень слабом огне до тех пор, пока оно не станет кремовым по цвету. При этом надо следить, чтобы оно не пригорело, и непрерывно помешивать его. Затем молоко охладить, влить в него сметану. Равномерно размешать и поставить на 2–3 ч для загустения.

МОЧАНКА

500 г **свежего домашнего творога**
0,5–1 стакан **сметаны**
3 ст. л. **зеленого лука**
1 ст. л. **укропа**
Все продукты хорошенько перемешать в однородную массу.

МУЧНЫЕ БЛЮДА

Украина богата разнообразными зерновыми культурами, и в первую очередь пшеницей и гречихой. Поэтому понятно, какое место занимают в украинской кухне мучные блюда и мучные изделия.

Самые распространенные мучные блюда, которые едят как второе блюдо в обед или как главное блюдо на завтрак или ужин, – лемишки и гречаники (оба блюда из гречневой муки, но одно бездрожжевое, другое дрожжевое) и знаменитые галушки и вареники.

Из мучных изделий, подаваемых к другим блюдам, известны пампушки, употребляемые вместе с борщом, а также коржики со шкварками.

ЛЕМИШКИ, ГРЕЧАНИКИ, ПАМПУШКИ, КОРЖИКИ

ЛЕМИШКИ

2 стакана **гречневой муки**
0,75 стакана **воды**
100 г **сала**

Гречневую муку слегка обжарить в духовке на листе, ссыпать в эмалированную посуду, заварить подсоленным крутым кипятком до густоты вязкой каши и добавить нарезанное соломкой и слегка обжаренное сало. Все тщательно размешать, переложить в форму и поставить запекать в духовку на 20–25 мин. Подавать только в горячем виде.

ГРЕЧАНИКИ

2 стакана **гречневой муки**
20–25 г **дрожжей**
1 **яйцо**
0,5 стакана **молока**
2 ст. л. **подсолнечного масла**

В подогретом до 35 °С молоке развести дрожжи, соль, сахар; взбить яйцо, всыпать гречневую муку, замесить густое тесто. Поставить в теплое место на 1,5–2 ч, дать подойти, вымесить, затем вторично дать подойти.

Из теста сформовать длинные тонкие батончики, выложить их на смазанный маслом лист, дать подойти, надрезать поперек через каждые 2–3 см смазанным в подсолнечном масле ножом и выпечь в духовке.

Еще горячие гречаники смазать слегка обжаренным подсолнечным маслом и разломать по линии надрезов. При подаче полить сметаной.

ПАМПУШКИ С ЧЕСНОКОМ ГРЕЧНЕВЫЕ

4 стакана **гречневой муки**
50 г **дрожжей**
1,5 стакана **воды**
0,25–0,5 стакана **подсолнечного масла**
0,5–1 средняя **головка чеснока**
1,5–2 ч. л. **соли**

Муку, воду, дрожжи, соль замесить в крутое тесто, поставить на 1,5–2 ч в теплое место подойти. Из теста сформовать пампушки (маленькие булочки-шарики диаметром 3 см), отварить их в кипятке, переложить в нагретую кастрюлю с маслом. Растереть чеснок с солью и подсолнечным маслом и смешать в кастрюле с горячими пампушками.

Пампушки едят с борщом.

ПАМПУШКИ С ЧЕСНОКОМ ПШЕНИЧНЫЕ

400 г **пшеничной муки**
25–30 г **дрожжей**
0,75 стакана **воды**
1 ст. л. **сахара**
2–3 ст. л. **подсолнечного масла**

ДЛЯ ПОДЛИВКИ:
2–3 ст. л. **кваса**
1 головка **чеснока**
2–3 ст. л. **подсолнечного масла**

В теплой воде (треть стакана) развести сахар, дрожжи, соль, всыпать 100 г муки и замесить густое тесто. Дать подойти, затем добавить остальную воду, муку, подсолнечное масло, хорошо вымешать и вновь дать подойти. Из теста сформовать пампушки размером с грецкий орех и выпечь на листе в духовке на слабом огне.

Из смеси растертого с солью чеснока, кваса и подсолнечного масла сделать подливку и полить ею пампушки перед подачей на стол.

КОРЖИКИ СО ШКВАРКАМИ

400 г **шкварок**
2–3 **яйца**
2 стакана **пшеничной муки**
1 ч. л. **соды**
1 ч. л. **тмина**
1 ч. л. **соли**

Готовые шкварки мелко насечь, добавить к ним желтки, соль, соду, муку и вымесить крутое тесто. Раскатать в пласт толщиной 0,5 см и вырезать из него стаканом круглые лепешки, смазать их сверху взбитым яичным белком, посыпать тмином, наколоть вилкой и поставить на листе в духовку на слабый огонь примерно на 15–20 мин.

ГАЛУШКИ

ГАЛУШКИ – это комочки теста, сваренные в воде, молоке или бульоне. Их делают чаще всего из муки (пшеничной, гречневой и их смеси), а также из манной крупы и из сочетаний муки с картофелем, творогом и другими продуктами (например, с луком, яблоками). Галушки – нехитрое кушанье, оно считалось и считается к тому же специфическим домашним блюдом, рецепты которого обычно передаются из поколения в поколение и довольно редко упоминаются в поваренных книгах. Простота, несложность приготовления галушек обеспечила им прочное и длительное существование в меню украинского народа.

Тесто для галушек раскатывают в пласт толщиной от 0,5 до 1,5 см (в зависимости прежде всего от муки, из которой приготовляют галушки), затем из этого теста нарезают «ремешки» шириной 1–1,5 см или скручивают жгутики сечением 0,5 см и из них нарезают квадратики размером 1×1 или 1,5×1,5 см. Затем галушкам дают полежать 20–40 мин, чтобы они «завяли», и только потом варят в кипящей подсоленной воде, молоке, бульоне и т. п. Варят обычно до тех пор,

пока галушки не всплывут на поверхность, но у отдельных видов галушек есть иные признаки готовности (см. ниже в рецептах).

После этого галушки вылавливают шумовкой и опускают в небольшое количество масла или сметаны, а иногда и сала со шкварками в отдельный сотейник, следя за тем, чтобы галушки не слипались (для этого их потряхивают слегка в этом масле) и не остыли до подачи на стол.

Галушки можно есть только очень горячими, иначе они невкусны.

ГАЛУШКИ ПШЕНИЧНЫЕ

3 стакана **пшеничной муки**
2 ст. л. **сливочного масла** (**распущенного**)
2 **яйца**
0,25 стакана **воды**
1 ч. л. **соли**

Замесить тесто чуть-чуть круче, чем для вареников (см. с. 513), хорошо вымесить его, закрыть на 15–20 мин полотенцем или опрокинутой предварительно согретой кастрюлей, затем раскатать в жгутики диаметром 1 см, нарезать галушки. Подвялить их в течение 1 ч, после чего отварить – сначала до всплытия, а потом еще 10–15 мин.

Едят пшеничные галушки с маслом или чаще с салом со шкварками, а также с ветчиной, нарезанной мелкими кубиками. С этой целью уже сваренные галушки перемешивают с ветчиной и растопленным салом и подогревают в духовке на сковороде 3–5 мин.

ГАЛУШКИ ГРЕЧНЕВЫЕ

2 стакана **гречневой муки**
2 **яйца**
2–3 **луковицы**
100 г **сала**

Тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см и нарезать из него галушки. Сало и лук мелко нарезать, поджарить до золотистого цвета, посолить, влить три стакана воды, вскипятить и в кипящий бульон засыпать галушки. Варить 30 мин. Подавать с тем же бульоном, в котором варились.

ГАЛУШКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

5 **вареных картофелин**
1–1,5 ст. л. **муки**
1–1,5 ст. л. **сырого тертого картофеля**
2 **яйца**
1 ст. л. **подсолнечного масла**
1 **луковица мелко нарезанная**
красный перец на кончике ножа

В пюре из смеси вареного и сырого картофеля взбить яйца и смешать с остальными продуктами в эластичную массу. Чайной ложкой отделять от массы небольшие галушки и опускать в соленую кипящую воду. Варить 7–8 мин.

ГАЛУШКИ ТВОРОЖНЫЕ

0,5 стакана **муки**
600 г **творога**
4 **яичных белка**
25–30 г **сливочного масла**
1,5 ст. л. **сахарного песка**

Творог растереть, прибавить масло, сахар, соль, муку и последними – взбитые белки, все хорошенько растереть, полученное тесто раскатать в жгут толщиной 1,5 см и нарезать галушки шириной 1–1,5 см. Варить в подсоленном кипятке 15 мин. Подавать со сметаной.

ГАЛУШКИ ЯБЛОЧНЫЕ

3 стакана **пшеничной муки**
0,75 стакана **молока**
4 **яйца**
10 **яблок**
1 ст. л. **сахара**
0,5 ч. л. **соли**

Сырые яблоки очистить от сердцевины и кожуры, нарезать тонкими дольками, затем смешать с молоком, взбитыми и растертыми с сахаром яйцами и солью и постепенно добавлять к этой смеси небольшими порциями муку, вымешивая тесто. Чайной ложкой брать кусочки теста с яблочными дольками и бросать их в кипящую,

слегка подсоленную воду. Варить яблочные галушки до тех пор, пока они не окажутся сухими при разрезании (это устанавливается пробой), т. е. пока яблочная начинка не разварится и не впитается в окружающее ее тесто.

ВАРЕНИКИ

ВАРЕНИКИ – одно из самых специфических украинских блюд – ныне известны в нашей стране везде. Приготовление их в целом несложно, они представляют собой бездрожжевое тесто, начиненное каким-нибудь фаршем. Однако по-настоящему вкусные вареники можно приготовить, только тщательно соблюдая всю технологию.

Приготовление теста. Тесто для вареников получают из муки (из пшеничной или из пшеничной пополам с гречневой), яиц, воды и соли. При этом воду берут как можно более холодную, ледяную (летом в городских условиях можно охладить ее в холодильнике), так как это способствует меньшему высыханию теста во время изготовления вареников и повышает его клеящие свойства. Мука должна быть как можно более тонкого помола и не слишком сухой, чтобы вареники не разваривались. На 3 стакана пшеничной муки берут от 0,5 до 0,75 стакана воды, 2 яйца и 0,5 ч. ложки соли. Месят тесто средней густоты, чтобы удобней было раскатывать его в пласт толщиной 1–1,5 мм (для вареников с вишнями вдвое толще). Пласт режут на квадраты размером 5×5 см (из них получают треугольные вареники, складывая противоположные углы квадрата) или вырезают тонким стаканом круги (из них лепят полукруглые вареники). Последний способ менее удобен, так как отходы теста быстро сохнут и их трудно использовать для вареников.

Начинку для вареников укладывают точно в центре каждого квадратика или кружка теста, причем не более 1 ч. ложки, чтобы вареник не переполнялся и тесто не слишком натягивалось. Места соединения (шов) надо стараться делать не толще остального теста вареников, иначе они плохо проварятся, будут толсты и, главное, грубы на вкус.

Варка вареников. Подготовленные вареники варят в большом количестве кипящей подсоленной воды, чтобы им не было тесно. Воду подсаливают из расчета 1 ч. ложка соли на 3 стакана воды. Через 8–10 мин (в зависимости от начинки) готовые вареники должны всплыть на поверхность, после чего их выбирают шумовкой, перекладывают в кастрюлю и поливают разогретым сливочным маслом, чтобы они не слипались. При подаче на стол вареники, кроме того, обливают сметаной, за исключением вареников с вишнями, маком, яблоками и сливами, которые подают либо в особом сиропе (см. рецепт на с. 514), либо в меду. Подают вареники очень горячими, так как даже чуть остынув, они становятся невкусными.

Самые распространенные виды вареников, особенно типичные для всех областей Украины, – вареники с вишнями или творогом. Однако украинская кухня знает и вареники с печенкой, картофелем, капустой, фасолью, грибами, а из сладких – с маком, яблоками, черносливом, сливами.

Ниже, в рецептах вареников, приведены лишь способы приготовления начинок для них.

ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ

ДЛЯ НАЧИНКИ:

600 г **свежего отжатого в марле или бязи творога**
1–2 ст. л. **сметаны**
1–2 **яйца**
1 ст. л. **сахара**
щепотка **соли**

Все тщательно растереть в однородную, эластичную пасту.

ВАРЕНИКИ С ПЕЧЕНКОЙ И САЛОМ

ДЛЯ НАЧИНКИ:

600 г **печенки**
100 г **сала**
3 **луковицы**
10 горошин **черного перца** (смолоть)

Печенку отварить, предварительно освободив от пленок, пропустить через мясорубку с отваренным свиным салом, добавить жареный лук, перец, соль.

ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ

ДЛЯ НАЧИНКИ:

4 стакана **кислой капусты** (или 1 кг **свежей**)
2–3 **луковицы**
1 **морковь**

1 **корень петрушки**
1,5 ст. л. **томата-пюре**
2 ст. л. **подсолнечного масла**
1–2 ч. л. **сахара**
6–7 горошин **черного перца**

Для приготовления капустного фарша капусту измельчить, в том числе и квашеную, потушить с 1 ст. ложкой масла, соединить с поджаренными петрушкой, морковью и луком, добавить перец, сахар и соль по вкусу и снова тушить, чтобы фарш немного подсох.
Вареники с капустой едят с поджаренным луком, поливают маслом, на котором этот лук жарился.

ВАРЕНИКИ С ФАСОЛЬЮ И ГРИБАМИ

ДЛЯ НАЧИНКИ:
1 стакан **фасоли**
2–3 ст. л. **топленого сала**
2–3 **луковицы**
100 г **сушеных грибов**

Фасоль отварить, сделать из нее пюре, растереть его с поджаренным в сале мелко нарезанным луком, с тонко нарезанными отваренными грибами, красным перцем и солью (по вкусу).

ВАРЕНИКИ С ВИШНЯМИ

ДЛЯ НАЧИНКИ:
1 кг **вишни**
200 г **сахара**
Освободить вишню от косточек, положить в эмалированную, фарфоровую или стеклянную посуду, засыпать сахаром, дать постоять на солнце 2–3 ч и даже дольше, чтобы сахар хорошо впитался в мякоть вишен, затем слить сок в отдельную посуду и сухими вишнями начинить вареники.
Косточки залить 0,75 стакана воды и кипятить в эмалированной посуде, причем 5–7 косточек крупно растолочь. Затем отвар процедить, добавить сахар, вновь довести до кипения, охладить, смешать с вишневым соком. Этот сироп подать к готовым варениками.

ВАРЕНИКИ С ЯБЛОКАМИ

ДЛЯ НАЧИНКИ:
1 кг **яблок**
0,75 стакана **сахара**

Очень спелые, мягкие яблоки, лучше всего папировку, очистить от кожицы, семечек и сердцевины, нарезать соломкой, пересыпать сахаром, размешать, дать постоять 15 мин, после чего начинить ими вареники.
При подаче полить вареники медом.

ВАРЕНИКИ С МАКОМ

ДЛЯ НАЧИНКИ:
1,5 стакана **мака**
0,5 стакана **сахара**
1 ч. л. **засахаренного меда** или 2 ч. **л. повидла**

Мак залить кипятком, хорошо промыть, вторично залить кипятком и дать постоять 15 мин. Затем воду слить, мак обсушить полотенцем, чтобы в нем не осталось воды (иначе начинка не получится), и растереть его в ступке. Растертый мак смешать с сахаром и медом (или повидлом) и продолжать растирать до образования однородной массы, которой и начинить вареники.
В отличие от других видов варенников вареники с маком немедленно по изготовлении каждого вареника опускают в кипящую воду, иначе тесто расползется.

СЛАДКИЕ МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (УКРАИНСКИЕ НАРОДНЫЕ ЛАКОМСТВА)

УКРАИНСКИЕ НАРОДНЫЕ КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ, используемые как третьи блюда, весьма незатейливы. Как правило, это сделанные на скорую руку мучные изделия с большим количеством яиц и жиров, т. е. преимущественно состоящие из песочного теста. Для придания сладости их сдабривают уже после изготовления либо сахарной пудрой, либо повидлом,

либо подливкой из меда в сочетании с маком или маковым молоком – характерным компонентом украинских лакомств. Широко известны вергуны, а также шулики и коржики. Разрыхлителем в этих изделиях всегда бывает сода или алкоголь, а не дрожжи.

Самостоятельным третьим блюдом могут служить соложеники – полумучное-полуяичное блюдо, приготовляемое без всякого разрыхлителя.

ВЕРГУНЫ

ВЕРГУНЫ – излюбленные украинские кондитерские изделия из бездрожжевого теста, типа хвороста, куда входят мука, масло, яйца, сахар и в качестве обязательной добавки спирт (ром, коньяк, водка) или в крайнем случае уксус (иногда уксус сопутствует алкоголю). Как заменитель масла, а чаще как добавочный компонент к вергунам примешивается очень малое количество молочных продуктов – молока, сметаны или сливок. Тесто для вергунов делают крутое, обычно в следующем порядке: яйца растирают с сахаром, затем добавляют масло (или другие молочные продукты), спиртные или ароматические компоненты и в эту массу понемногу всыпают муку, замешивая довольно крутое тесто. Воды прибавляют около четверти стакана, максимум полстакана, причем постепенно.

Тесто раскатывают в пласт толщиной не более 2–3 мм и нарезают полосками шириной 2,5 см и длиной 10–12 см. Эти полоски складывают пополам, переплетают в косицу, а концы слепляют.

Тесто может быть нарезано также полосками произвольной формы.

Затем вергуны погружают в кипящий смалец (свиной жир) и обжаривают, а точнее, обваривают в нем за 1–2 мин до золотистого цвета.

Необходимо иметь 1 кг или, по крайней мере, 750 г смальца, который разогревают в низкой и широкой кастрюле, чтобы вергуны плавали в ней свободно.

Когда вергуны обжарятся, их выкладывают на блюдо и посыпают сахарной пудрой. Едят как горячими, так и холодными.

В таблице приведено несколько вариантов состава вергунов, употребляемых в различных районах Украины.

От хвороста, приготовляемого в России, вергуны отличаются гораздо большим содержанием яиц, меньшим содержанием сахара и тем, что жарят их только на смальце.

Примечание. Для вергунов *волынских* тесто надо месить не менее получаса. Тесто для вергунов *конотопских* после замешивания ставят на 15–20 мин постоять, прикрыв полотенцем. Тесто для *троянды* не должно быть слишком крутым. Отличие троянды от вергунов – чисто внешнее: из пласта теста вырезают стаканом кружки, накладывают по 3–4 кружка один на другой, надавливают в середине, чтобы слепить их, а края надрезают ножом по радиусу в 4–5 местах.

ВАРИАНТЫ СОСТАВА ВЕРГУНОВ

Вергуны	Мука	Яйца	Масло	Молочные продукты	Сахар	Ром	Пряности и другие дополнительные компоненты
Простые	3 стакана	3 желтка		0,5 стакана сметаны	1 ст. ложка	2 ст. ложки	0,5 ст. ложки уксуса, 0,5 ч. ложки соли
Киевские	2,5 стакана	3 яйца	2 ст. ложки сливочного	3 ст. ложки молока	3 ст. ложки	0,5 ст. ложки	12-15 шт. горького миндаля
Суботивские	4 стакана	3 яйца, 15 желтков		1 ст. ложка сметаны	100 г	2 ст. ложки	
Конотопские	1,5 стакана	2 яйца		1 ст. ложка молока	1 ст. ложка		Сок 0,5 лимона, 1 ч. ложка цедры
Львовские	2 стакана	4 желтка	100 г сливочного		1 ст. ложка	1 ст. ложка	1 ст. ложка уксуса, ванилин
Волынские	2 стакана	5 яиц	2,5 ст. ложки растительного		50 г		
Троянда	3 стакана	2 яйца, 2 желтка	25 г сливочного		0,5 ст. ложки	0,5 ст. ложки	

ШУЛИКИ

ШУЛИКИ – украинское народное лакомство из сдобного бездрожжевого теста. В состав теста для шуликов входят следующие продукты:

2 стакана **муки**
4 ст. л. **молока**
1 **яйцо**
1 ст. л. **меда**
1 ст. л. **мака**
1 ст. л. **сливочного масла**
0,5 ч. л. **соды**

ДЛЯ СИРОПА:
3 ст. л. **мака**
0,5 стакана **меда**
0,25 стакана **кипяченой воды**

Приготовление шуликов несложно. Яйца растирают с медом, добавляют промытый и запаренный мак (его заливают кипятком и, дав постоять 15 мин, обсушивают) и вместе с остальными компонентами замешивают крутое тесто.

Раскатывают тесто в пласт толщиной 3–4 мм, кладут на лист и накалывают вилкой. Выпекают в духовке.

Отдельно приготовляют так называемое маковое молоко. Мак заливают кипятком, дают хорошо набухнуть, воду сцеживают, обсушивают мак в льняной салфетке, после чего растирают в фарфоровой ступке, постепенно подливая очень маленькими дозами (по чайной ложечке) кипяченую воду.

Когда выпеченное изделие остынет, его разламывают на кусочки неправильной формы и заливают сиропом, приготовленным из смеси макового молока, меда (или сахара) и кипяченой воды. Надо дать смеси хорошо впитаться в сухое тесто шуликов. Шулики можно есть сразу после приготовления, полуразмягшими, или после того, как подсохнут.

СОЛОЖЕНИКИ

СОЛОЖЕНИКИ – это сладкие блюда, которые лишь условно можно отнести к мучным. Скорее всего их можно назвать яичными, поскольку яйца наряду со сливками преобладают над мукой в количественном отношении.

Принцип приготовления соложенików несложен. Яичные желтки, сливки, сахар и масло (если оно входит в рецепт), а также пряности растирают в массу, которую затем смешивают с мукой или ее заменителем в жидкое, льющееся тесто. Для еще большего разжижения к нему в последний момент перед выпечкой добавляют небольшое количество взбитых белков. Из этого теста выпекают на сковороде несколько блинчиков, которые начиняют или переслаивают сладким наполнителем – вареньем, яблоками, маком, а затем обливают взбитыми белками и запекают в духовке. Иногда блинчики отдельно не выпекают, а все компоненты замешивают в однородную массу, которую затем заливают белками и выпекают в духовке.

СОЛОЖЕНИК ЯБЛОЧНЫЙ

1,5 стакана **муки**
10 **яиц**
1 стакан **сливок**
1 стакан **сливочного масла**
1 стакан **сахара**
500 г **яблок**
2 ч. л. **сухой лимонной цедры** или **цедра двух лимонов**

1. Выпечь 4 одинаковых блинчика.
2. Яблоки очистить от кожи, нарезать соломкой, обжарить в масле с сахаром и потушить до мягкости.
3. Подготовленными яблоками начинить блины, свернуть их в трубки, положить по две трубки одна на другую на сковороде, залить взбитыми белками и запечь в духовке.

СОЛОЖЕНИК ПОЛТАВСКИЙ

1,5 стакана **муки**
8–10 **яиц**
1 стакан **сливок**
1 стакан **сливочного масла**
1 стакан **сахара**
200 г **варенья**
300 г **яблок**
2–3 ч. л. **цедры лимона**
1. Из приготовленного теста выпечь 4 или 5 одинаковых блинчиков.



2. На блины, чередуя, положить варенье и яблоки, подготовленные по предыдущему рецепту, таким образом сложить блины цилиндром.
3. Залить взбитыми белками, обсыпать сахаром и запечь в духовке (примерно 10 мин).

СОЛОЖЕНИК ВИШНЕВЫЙ

1,5 стакана **тертых сухарей**
2 **желтка**
8 **яиц**
200 г **сливочного масла**
200 г **сладкого миндаля**
1 стакан **вишен из варенья без сиропа**
1 ч. л. **корицы**
1 ч. л. **цедры лимона**

Все продукты растирать полчаса до образования однородной массы. Миндаль следует предварительно обварить кипятком, снять с него кожицу и растереть очень мелко в ступке. Вишни в массу положить последними. Готовую массу влить в смазанную маслом форму и выпечь в духовке.

СОЛОЖЕНИК СМЕТАННЫЙ

1/3 стакана **муки**
6 **яиц**
1,25 стакана **сахара**
3 стакана **густой сметаны**
25 г **масла** на смазку формы
0,5–1 ч. л. **ванильного сахара** или **ванилин** (по вкусу)

Сметану сильно взбить и смешать с другими продуктами. Ванильный сахар положить последним. Выложить в форму и запечь в духовке.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ЗАВАРНОГО ТЕСТА

Для украинской кухни характерны также изделия из заварного теста, преимущественно бездрожжевого. Приготовление заварного теста требует известной сноровки и навыка. Оно состоит из двух стадий: заваривания муки и замешивания теста. Чтобы правильно заварить муку, в посуду наливают точно указанное в рецепте количество воды и кипятят ее вместе с солью, маслом и сахаром. В этот кипяток всыпают всю муку одновременно и быстро размешивают ее 1–2 мин (если в рецепте не оговорено иное время), стараясь, чтобы она не прилипала к краям кастрюли, и не допуская образования комочков в тесте. Заваренную таким образом муку снимают с огня, дают остыть до 70–60 °С (не менее) и, непрерывно помешивая, добавляют в несколько приемов яйца (не менее 5–6), обычно вначале одни желтки, а затем отдельно взбитые белки, если рецептом не предусмотрен иной порядок. Все искусство состоит в том, чтобы тесто не было заварено и замешано слишком круто или слишком жидко.

Крутое тесто плохо подходит, а жидкое – расползается в печи, «садится».

Приготовленное заварное тесто ложкой или с помощью кондитерского мешка выкладывают, вернее, выливают на лист небольшими порциями разной формы, после чего выпекают в духовке или же обжаривают в жире (фритюре).

Состав заварного теста в разных изделиях меняется, но технология приготовления остается той же.

Ниже приводятся рецепты двух наиболее типичных для украинской кухни изделий из заварного теста: бубликов и пухкеников.

БУБЛИКИ-СВИСТУНЫ

4 стакана **муки**
12 **яиц**
1,5 стакана **масла**
2,75 стакана **воды**
50–75 г **сахарной пудры**
щепотка **соли**

Из заварного теста сформовать бублики толщиной в полпальца, диаметром 4–5 см и выпечь их на листе в духовке.
После изготовления посыпать бублики сахарной пудрой.

ПУХКЕНИКИ ПРОСТЫЕ

1,5 стакана **муки**
1,5 стакана **воды**
1 ст. л. **масла**
0,25 стакана **сахара**
6 **яиц**

100 г **жира**
100 г **варенья** или **повидла**
2 ч. л. **ванильного сахара**

Кусочки заварного теста ложкой опускать в растопленный жир и обжаривать до золотистого цвета. Готовые пухкеники сразу посыпать ванильным сахаром и обмазать повидлом или вареньем. Едят пухкеники только горячими.

ПУХКЕНИКИ С ВАРЕНЬЕМ

1,25 стакана **муки**
1 стакан **воды**
100 г **масла**
1 ст. л. **сахара**
3 **яйца**
1,5 стакана **варенья**

Муку заварить, вымешать, прокипятить 4 мин и после этого добавить взбитые целиком яйца. После полного охлаждения теста и его загустения сформовать из него круглые пирожки (закрытые) с начинкой из варенья, дать им чуть подойти и обжарить в кипящем масле.

СЛАДКИЕ ТРЕТЬИ БЛЮДА (УЗВАРЫ, ЯГОДНЫЕ ХОЛОДЦЫ И ФРУКТОВЫЕ БАБКИ)

САМОЕ распространенное в Украине третье блюдо – узвары, род компота из сушеных или свежих фруктов. Узвар значительно гуще, концентрированнее обычных компотов. Для его приготовления используют яблоки, груши, сливу, вишню (как сушеные, так и свежие), изюм, чернослив (только сушеные), чернику, клубнику и малину (только свежие).

Чаще всего узвары готовят только из одного вида фруктов или ягод с добавлением изюма. Таковы, например, узвары яблочный, грушевый, сливовый, вишневый, черничный. Классический набор фруктов и ягод для сборного узвара – сухие яблоки, груши, вишня, чернослив и изюм или же свежие яблоки, груши, слива, вишня и изюм.

Для получения вкусного и ароматного узвара очень важна предварительная подготовка фруктов и ягод. Сухофрукты должны быть самым тщательным образом перебраны и промыты в холодной и теплой воде, свежие – только в холодной. Не менее важно соблюдать правильное соотношение воды, фруктов и сахара. На 1,25 л воды берут 500 г свежих фруктов или 300–400 г сухих, от 0,75 до 1 стакана сахара и 1 ст. ложку меда. В старинных узварах мед вообще полностью заменял сахар.

Из пряностей в узвар употребляют гвоздику, корицу и цедру. На указанное количество воды берут 3–4 бутончика гвоздики, 0,5 ч. ложки корицы, 1 ч. ложку цедры, а также 0,5 ч. ложки лимонной кислоты или половинку свежего лимона (сок и цедра), который закладывают в самом конце варки, перед снятием с огня, причем сок выжимают, а с оставшейся кожуры снимают цедру и измельчают. Кроме узваров из свежих ягод (клубники, малины и вишни), готовят еще ягодные холодцы из тех же ягод, а также виноградного или фруктового вина и фруктовые бабки, в которых одно какое-либо фруктовое пюре сочетается с яйцами, мукой, сахаром и пряностями (вся эта масса выпекается в духовке).

УЗВАР ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ

В нагретой, но еще не кипящей воде распустить сахар, дать прокипеть и снять пену, какой бы незначительной она ни была. В очищенный таким образом сироп положить вначале груши, через 5 мин – яблоки и еще через 5 мин – вишню, сливу и изюм. Эта раздельная последовательная закладка фруктов необходима потому, что для разных сухих фруктов требуется разное время варки. Когда фрукты будут мягкими (через 15–17 мин после начала закладки), добавить мед и пряности, кипятить 5–7 мин, а потом настаивать в холодном месте от 2 до 5 ч.

УЗВАР ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД

Ягоды пересыпать сахаром, выдержать 20 мин, залить кипятком, закрыть и поставить в духовку на 30 мин.

ЯГОДНЫЙ ХОЛОДЕЦ

500 г **ягодного пюре**
1 стакан **сахара**
1 стакан **сухого вина**

по 0,5 ч. л. **молотых корицы, гвоздики, цедры**
0,5–1 ч. л. **лимонной кислоты** или 2 ст. л. **лимонного сока**
1 стакан **воды**

Из свежих ягод сделать пюре, протерев их сквозь сито. Оставшуюся неперетертой массу сварить в воде вместе с сахаром, вином и пряностями. Отвар процедить, добавить в него лимонный сок или лимонную кислоту и залить этим сиропом пюре из свежих ягод, обязательно в фарфоровой или эмалированной посуде. Ягодный холодец должен остыть, накрытый полотенцем, а затем настояться на холоде от 3 до 5 ч.

ФРУКТОВЫЕ БАБКИ (ЯБЛОЧНАЯ И ВИШНЕВАЯ)

ДЛЯ ЯБЛОЧНОЙ БАБКИ:
500 г **яблок**
0,5 стакана **сметаны**
3 **яйца**
4–5 ст. л. **сахара**
2,5 ст. л. **муки**
1 ч. л. **молотой корицы**

ДЛЯ ВИШНЕВОЙ БАБКИ:
500 г **вишни**
0,5 стакана **сметаны**
5 **яиц**
6 ст. ложек **сахара**
0,75 стакана **муки**
1 ч. л. **корицы** или **бадьяна**

1. Сахар растереть с яичными желтками и сметаной и постепенно прибавлять муку.
2. Приготовить пюре из фруктов или ягод (натереть их на терке или протереть сквозь сито; для яблочной бабки половину яблок трут на терке, другую половину нарезают мелкими кубиками без кожицы) и заправить его молотыми пряностями.
3. Смешать обе массы (пункты 1 и 2), прибавить к этой смеси взбитые белки.
4. Поместить полученную массу в жестяную форму, смазанную маслом и обсыпанную мукой, и выпечь в духовке на небольшом огне примерно в течение 1 ч.

ПРИМЕЧАНИЕ
Бабки следует готовить не раньше чем за полчаса до еды – в остывшем виде они невкусны.

ПРАЗДНИЧНЫЕ КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

В украинской кухне очень редко употребляется дрожжевое тесто. Оно применяется в основном для изготовления праздничных кондитерских изделий, сложившихся под сильным влиянием русской кухни, но видоизмененных и переделанных в Украине. Одно из таких изделий – украинский папошник, имеющий ряд разновидностей. Папошник – это украинский вариант русского кулича. Однако от кулича папошник отличается большим содержанием жиров (вместо молока – сливки) и яиц. Кроме того, обязательным в рецептуре папошника является заварное тесто. Папошник надо готовить при температуре в кухне выше 23 °С.

ПАПОШНИК УКРАИНСКИЙ

3 стакана муки обварить 3 стаканами кипящих сливок, тщательно размешать, накрыть, оставить на 10 мин.
Влить в это тесто, растирая его, 0,5 стакана теплого молока, 1 стакан растопленного масла, всыпать 5 стаканов сахарного песка, 6 стаканов взбитых до густоты желтков и, наконец, 200 г дрожжей, разведенных в 2 стаканах теплого молока. Растирать, пока на тесте не покажутся пузырьки. Затем накрыть и оставить на 2–2,5 ч.
Когда тесто подойдет, добавить 1 ч. ложку кардамона и немного муки, чтобы тесто оставалось жидковатым и его можно было бы выбивать. Растирать и выбивать в течение 1 ч. Затем досыпать муку, замесить тесто до нормальной густоты (чтобы оно отставало от рук) и распределить его по формам до половины их объема.
Когда тесто подойдет в формах до 3/4 их объема, поставить в горячую духовку со средним жаром на 1 ч 15 мин.

{ ГЛАВА 5 }

БЕЛОРУССКАЯ КУХНЯ

СВОЕОБРАЗИЕ исторических судеб белорусского народа оказало глубокое влияние на формирование и развитие его культуры. Лишенный до Октября 1917 г. своей национальной государственности, испытавший перекрестное влияние православной, униатской и католической церквей, белорусский народ в сложных и противоречивых условиях вынужден был отстаивать свои национальные особенности и обычаи, в том числе и материальную культуру, к которой относится национальная кухня.

В этих условиях белорусская кухня, с одной стороны, продолжала сохранять близость к кухням окружающих белорусов славянских народов – русских, украинцев, поляков, а с другой стороны, испытала известное влияние кухонь своих неславянских соседей – литовцев и латышей. Кроме того, кулинарное искусство в восточной и западной частях Белоруссии, долгое время изолированных друг от друга, развивалось неодинаково, подвергалось разному влиянию. Все это мешало закреплению уже сложившихся специфических черт белорусской кухни, тормозило разработку национальных кулинарных приемов и отдельных блюд, свойственных только белорусской кухне.

Особенно сильно препятствовали складыванию единой национальной кухни сословные различия, тесно переплетавшиеся с национальными и религиозными различиями. В то время как крестьянство было белорусским и православным, шляхта – белорусской, но преимущественно униатской, привилегированное дворянство в национальном отношении являлось польским, литовским, а в религиозном – исключительно католическим. Отсюда, естественно, возникла разница не только между кухнями сельского, местечкового и городского населения, но и между «магнатской», «господской», «панской», «шляхетской» кухнями и кухней простого люда. Кухня господствующих классов и тянущейся за ними шляхты в сильнейшей степени складывалась под влиянием великопольской, а отчасти и немецкой кухни, в то время как на кухню мещан, ремесленников и всего местечкового люда оказала влияние корчемная кухня евреев, массовое переселение которых в Белоруссию началось в XVII веке.

Крестьянская белорусская кухня вплоть до конца XIX – начала XX века стойко сохраняла свои самобытные черты, уходящие корнями в XIII–XIV века и порой даже глубже – в древнерусскую кухню кривичей и дреговичей.

Вместе с тем в крестьянской кухне были довольно заметны региональные различия. Так, кухня крестьян Витебщины и Могилевщины отличалась от кухни западных белорусов Гродненского края, а обе они, в свою очередь, разнились от кухни полещуков, или пинчуков, – жителей менее затронутого чужими влияниями Полесья.

Замечательно, однако, что, несмотря на все противоречия, белорусская кухня к концу XIX века все же обрела свою самостоятельность.

Основой современной белорусской кухни стала, таким образом, кухня сельского населения восточных и западных областей, в которую вошли наиболее распространенные и длительно существовавшие на территории Белоруссии блюда городского населения, сложившиеся в основном под влиянием польской кухни, но получившие белорусскую обработку. В результате в белорусской кухне появился свой круг преимущественно используемых, излюбленных продуктов и свои особые приемы приготовления пищи, предварительной и тепловой обработки пищевого сырья. Это привело к подбору таких блюд в белорусской кухне, которые в своей совокупности не встречаются у народов, соседствующих с белорусами, хотя принципы приготовления отдельных блюд белорусской кухни вовсе не чужды ни русским, ни украинцам, ни полякам, ни литовцам.

Однако сходство используемых тремя этими кухнями пищевых продуктов, а также общий тип очага (русская печь, в которой создавались блюда белорусской кухни) при поверхностном взгляде производили

впечатление, что белорусская кухня есть одно из ответвлений общерусской кухни.

Между тем это далеко не так. Возьмем хотя бы продукты, наиболее часто используемые в белорусской кухне. Прежде всего это различные виды «черной муки» – овсяная, ржаная, ячменная, гречневая и гороховая, причем для хлеба в Белоруссии шла ржаная мука, а для всех других мучных изделий – овсяная.

Преимущественное использование овсяной муки в прошлом и незнание дрожжей привели к тому, что белорусской кухне не известны фактически ни блины, ни пироги, – этому препятствовали свойства овсяной муки (а также принятая в Белоруссии ее подготовка и обработка путем самозакисания). Вот почему белорусские «блины», так называемые расчинные, приготовленные из овсяной муки, совершенно не похожи на русские, их делают непосредственно из расчина, т. е. раствора муки с водой, самопроизвольно закисшего. Пироги же вообще не были свойственны белорусской кухне ни в какой форме.

Другой особенностью использования муки является весьма частое смешивание различных ее видов, подмес к какому-либо основному виду муки (ржаной, овсяной) других видов – ячменной, гречневой или пшеничной, гороховой.

Конечно, за годы Советской власти в Белоруссии, как и во всей стране, широко распространилось применение пшеничной муки (а вместе с ней пришли и другие, ранее не свойственные белорусской кухне изделия), но там из пшеничной муки стали чаще всего приготовлять изделия без дрожжей, используя в качестве разрыхлителя соду.

Из овощей наиболее характерны для белорусской кухни капуста, горох, морковь и, конечно, картофель – последнему принадлежит особое место.

Действительно, для белорусской кухни характерно не только то, что она знает около двух с половиной десятков блюд из картофеля, каждое из которых непохоже на другое, но и то, что эти блюда прочно закрепились в меню, составляют непременную, существенную часть национального стола. Объясняется это историческими причинами – проникновением картофеля в Белоруссию примерно на 75–90 лет раньше, чем в Россию, а также природно-климатическими условиями, облегчавшими выведение и развитие высококрахмалистых вкусных сортов картофеля. Вот почему иногда чисто белорусские картофельные блюда не получаются такими же вкусными за пределами республики, если для их приготовления используют водянистые, содержащие мало крахмала сорта картофеля.

Природно-географические условия Белоруссии способствовали широкому использованию таких продуктов, как грибы, лесные ягоды и травы (сныть, щавель), яблоки, груши, речная рыба, раки, молоко, творог, сметана. Эти продукты характерны и для русской национальной кухни, однако формы и приемы их использования в белорусской кухне несколько иные.

Например, грибы только отваривают и тушат, а блюд из жареных грибов белорусская кухня не знает (так же, как не знала она маринования и засола грибов до начала XX века). Вообще, грибы не употребляются как совершенно самостоятельное блюдо, а всегда используются в качестве добавки – «закрасы», придающей вкус какому-нибудь основному блюду. Поэтому белорусская кухня использует не только и не столько сами грибы, сколько порошок из сухих грибов, который засыпают и в юшку, и во второе тушеное овощное или мясное блюдо. Также не жарят и рыбу, а либо запекают ее целиком с чешуей, либо сушат особым образом после легкого обжаривания, либо используют в виде фаршей, добавляя в клецки, галки и т. п.

Что касается молочных блюд, то опять-таки чисто молочных блюд в белорусской кухне нет, но зато разнообразные производные молока (творог, сметана, сыворотка, масло) используются как обязательные добавки – «забелки», «закрасы» и «вологи» – во многие блюда, в состав которых входят мука, картофель, овощи или грибы.

Лесные ягоды, груши, яблоки не сочетают друг с другом. Блюда из них – кулаги, кисели, квасы, пюре, запеканки – готовят только из одного вида ягод или фруктов.

Употребление и приготовление мяса в белорусской кухне тоже имеют ряд особенностей. Употребление свиного сала, свинины роднит белорусскую кухню с украинской. Однако сало в Белоруссии едят почти исключительно зимой, слабо посоленное, обязательно с кожным слоем. Едят его с картофелем, вприкуску, оно играет как бы роль мяса. А вот в качестве жира для приготовления большинства блюд помимо сала и даже чаще него используют сметану, топленое масло и растительные масла – прежде конопляное, теперь подсолнечное. Свинина в качестве мяса идет в основном на приготовление домашних колбас и вяндлины – сла-

бокопченой ветчины или корейки. Нежирную свинину, а также баранину запекают крупными кусками (обычно всю заднюю часть) – национальное белорусское блюдо пячисты. Из домашней птицы предпочитают гуся, также в запеченном виде.

Для старой белорусской кухни характерна также солка мяса и домашней птицы (гусей) – приготовление из них солонины и полотков – и употребление субпродуктов, особенно блюд из желудка, вымени в разваренном виде.

Уже этот беглый перечень основного пищевого сырья и его использования позволяет заметить, что излюбленные кулинарные способы тепловой обработки в Белоруссии – запекание, отваривание, томление, тушение. К этому следует добавить два как бы диаметрально противоположных приема предварительной обработки продуктов: либо использование крупных, неделимых масс – запекание целой ноги (окорока), целого желудка, целого гуся, целой рыбины, – либо, наоборот, измельчение, дробление, растирание продукта, т. е. превращение его еще до тепловой обработки в рубленую массу, фарш, пюре, порошок – независимо от того, мясо это, овощи или грибы. Первый способ идет от древнейших времен, второй характерен для более позднего времени, заимствован из польской кухни, но именно он получил наибольшее развитие.

Использование фаршеобразных и пюреобразных масс из одного какого-либо продукта (мяса, рыбы, картофеля) и особенно из сочетаний основного продукта с небольшими примесями некоторых других дало в белорусской кухне большинство картофельных блюд (драники, цыбрики, гульбишники и т. д.), многие мясные (фляки, моканина, вантробки, колбасы), а также целый ряд комбинированных (клецки, галки, зразы), получивших распространение и за пределами Белоруссии.

Наряду с измельчением в белорусской кухне принято также разваривание кушаний, для чего применяют продолжительную варку, длительное распаривание и томление продуктов, которые в конце концов должны образовать густое кашицеобразное блюдо. Известен даже способ искусственного загущения блюда, когда в него добавляют муку, крахмал – так называемые заколоты.

Разваренность, бесформенность блюда признавалась идеалом в старинной белорусской кухне, она обусловливала одновременную закладку всех составных частей блюда в посуду (горшок, чугунок) и заливку их водой почти доверху посуды. При этом сплывы жидкости предотвращались тем, что тепло, используемое для подогрева, постепенно убавлялось, а не увеличивалось, и таким образом блюдо уваривалось очень медленно, постепенно, иногда в течение целых суток. Поскольку подобный тепловой режим можно получить только в русской печи, современная белорусская кухня, использующая новые источники нагрева – с возрастающей, а не падающей температурой, – отказалась от некоторых традиционных в прошлом блюд, в частности от загущенных супов с заколотой. Отпала в них необходимость и потому, что теперь имеется возможность готовить одновременно первые и вторые блюда, не прибегая к искусственному загущению супов тяжелыми мучными наполнителями. Вот почему мы не даем устаревших супов с заколотой. Но упомянуть о них все же необходимо, ибо сложившаяся в прошлом в белорусской кухне традиция готовить одно общее блюдо, обладающее качествами и второго, и первого одновременно, наложила отпечаток на многие кулинарные приемы и кулинарную терминологию белорусов, сохранившиеся до сегодняшнего дня. В частности, прочно закрепилось разделение продуктов на группы в зависимости от роли, которую они играют в блюдах. Это приварки, закрасы, заколота, волога и присмаки.

ПРИВАРКИ – это основные продукты, составляющие основу блюда по количеству, по своей решающей роли в нем и часто дающие имя всему блюду. Их роль обычно выполняют такие овощи, как капуста, брюква, морковь (каждая в одиночку), та или иная крупа (пшенная, перловая, гречневая).

ЗАКРАСЫ – продукты, украшающие блюдо, придающие ему основной вкус и питательность. К ним относятся мясо (свинина или баранина) или вяндлина (комбинация ветчины, колбасы, корейки, сала), а также рыба, грибы. Закрасы также выступают каждая в отдельности в данном блюде.

ЗАКОЛОТА – продукт, служащий для загущения блюда. Обычно это та или иная мука в зависимости от характера блюда, или комбинации разных видов муки, либо, наконец, картофель, крахмал. Муку добавляют только к жидким блюдам – супам, а картофель – ко вторым, более плотным, особенно жирным, как поглотитель жира.

ВОЛОГА – жиры в жидком виде, роль которых состоит не только в том, чтобы увеличить калорийность блюда, но и сделать его менее сухим. Роль вологи может выполнять молоко (свежее и скисшее), но чаще всего это сметана, топленое сливочное масло, топленое нутряное сало, конопляное и льняное масло, заменяемые ныне подсолнечным.

ПРИСМАКИ – продукты, незначительная добавка которых придает аромат, оттеняет вкус блюда, делает его более привлекательным и своеобразным. В число употребляемых в Белоруссии присмаков входят следующие пряности: лук, чеснок, укроп, тмин, черный перец, лавровый лист, семена кориандра.

Из этих пяти групп продуктов, исключая разве в некоторых случаях заколоту, состоят и по сей день основные первые и большинство вторых блюд белорусской кухни.

Традиционную для белорусской кухни полужидкую-полугустую консистенцию имеют не только овощные по преимуществу блюда, но и те, что считаются преимущественно мясными, например бигос, и особенно популярные до сих пор многочисленные виды мыканин (моканин, или мочанок), а также такие полусладкие блюда, как солодуха и кулаги, представляющие собой смесь муки и сладкого (ягод, меда).

Главное в традиционных национальных белорусских блюдах – не особый состав продуктов, а сам процесс их обработки, использование какого-нибудь очень простого, заурядного и притом одного-единственного продукта, например овса, ржаной муки, картофеля, подвергнутого довольно сложной, всегда длительной и часто комбинированной холодной и тепловой обработке. Классическим примером этого может служить овсяный кисель, блюдо, получаемое из одного компонента – овсяного зерна, но в результате более десятка операций в течение трех суток. Другой пример, когда из одного и того же сырья – картофеля – в результате различного дозирования жидкости (добавления ее или, наоборот, отцеживания), прибавления жиров и кое-каких присмаков получается более двух десятков различных по вкусу и технологии блюд.

Длительная и сложная обработка, которой подвергали в народной кухне зерно или отруби (в том числе закисание, соложение, ферментация), вызывала такие биохимические процессы в этих простых продуктах, которые в несколько раз усложняли их состав, повышая тем самым и пищевую ценность блюда, и его усвояемость.

Что касается чисто вкусовых качеств блюд белорусской кухни, то они весьма высоки, особенно если их употребляют свежеприготовленными (например, блюда, содержащие картофель и муку), горячими – «с пылу, с жару», а не остывшими и тем более разогретыми.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА (СУПЫ)

Как и в других славянских кухнях, в белорусской супы представлены двумя видами: холодные и горячие.

Горячие супы – большей частью мучные, овощные, овоще-крупяные с использованием кислой основы (кваса или сыворотки), свинины и сала. При этом преобладают загущенные супы. К ним относится, в частности, весьма распространенный суп «капуста» – среднее между русскими щами и украинским борщом. В его состав, кроме капусты, входят свекла, репа, щавель, сныть.

В качестве кислой основы в «капусте» часто используется молочная сыворотка.

С помощью сыворотки приготовляют и смешанный крупенно-овощной жидкий суп – поливку.

Другие виды загущенных супов – несколько разновидностей крупени (или крупника), грыжанка, гарбузок и морква (три последние соответственно на основе брюквы, тыквы и моркови).

На мучной основе готовят специфический белорусский суп жур, в котором основу составляет овсяная цежа, придающая журу характерную консистенцию жидкого киселя и особый кисловатый привкус.

Холодные супы – хладник и грибной квас – готовят на кислой основе.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ

ХОЛОДНИК (ХЛАДНИК)

500 г **молодой свеклы с ботвой**
1,5 л **свекольного кваса** (см. с. 505)
3 **свежих молодых огурца**
4–5 **маленьких луковичек** (трибульки)

4 **яйца**
2–3 ст. л. **укропа**
1 ч. л. **зелени сельдерея**
1 стакан **сметаны**
2–3 ч. л. **соли**
0,25 ч. л. **красного молотого перца**
5–6 зерен **кориандра**

Свеклу очистить и отварить так, чтобы осталось не менее 2 стаканов отвара.
Отвар слить в отдельную посуду.
Свеклу с ботвой мелко нарезать.
Приготовить жидкую часть хладника: свекольный квас вскипятить, охладить, смешать со свекольным отваром, в котором предварительно развести сметану, и поставить в холодное место.
Приготовить густую часть: к отваренной свекле добавить мелко нарезанные лук и укроп, перетертые с солью, огурец, нарезанный соломкой, сельдерей, черный перец, растертый кориандр.
Соединить густую и жидкую части, размешать.
В тарелки с хладником положить по крутому яйцу, разрезанному на четвертушки.
Хорошо добавить еще пищевой лед и ломтик лимона.

ГРИБНОЙ КВАС

ГРИБНОЙ КВАС – суп, употребляемый в основном в холодном, но также и в горячем виде (зимой). Готовят его на основе хлебного кислого кваса с добавлением четвертой части воды.

1,5 л **кваса**
7–8 **белых сухих грибов**
2–3 **луковицы**
1 **корень петрушки**
2–3 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **петрушки**
0,5 ч. л. **кориандра**
2–3 **лавровых листа**
1 небольшой **корень сельдерея с зеленью**
5–6 горошин **черного перца**

Грибы размочить в течение получаса в воде комнатной температуры в глиняной или эмалированной посуде, затем измельчить, добавить туда квас, нарезать лук, петрушку, сельдерей, закрыть и поставить на слабый огонь на 1 ч.
Затем добавить остальные пряности, дать постоять 15–20 мин на горячей плите или в духовке на слабом огне, после чего заправить разогретой сметаной, перемешать и дать остыть под крышкой.

ГОРЯЧИЕ СУПЫ

ЖУР

ЖУР – специфический вид супа. Чтобы приготовить любой из вариантов жура (постный, молочный или мясной), необходимо прежде всего приготовить основу – овсяную цежу, т. е. жидкий процеженный раствор овсяной муки.

Цежу используют как полуфабрикат для приготовления жура.

Примерно из 1 л воды получается около 0,5 л цежи.

Готовый жур всегда подают только горячим вместе с отварным картофелем, сдобренным в зависимости от вида жура разной вологой, т. е. соответствующим видом жиров – конопляным соком (молоком), сливочным маслом или свиным топленым нутряным салом (здором).

ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ОВСЯНОЙ ЦЕЖИ:
150–200 г овсяных высевок или овсяной муки (можно использовать также подсушенный, растолченный в ступке и просеянный «Геркулес»),
1 л теплой кипяченой воды

Муку или высевки развести водой в керамической посуде, перемешать и поставить на 8–12 ч (с вечера на ночь) в очень теплое место. (Иногда для этого требуется более длительное время.)
Когда вода приобретет кисловатый вкус и приятный запах, процедить раствор через очень мелкое сито, чтобы крупные нерастворившиеся части овсяных высевок и наиболее плотная часть мучной гущи остались на дне сосуда.

ЖУР ПОСТНЫЙ

0,75 л **цежи**
0,25 л **воды**
2–3 ст. л. **конопляного масла**
1 **луковица**
0,5 ч. л. **тмина**

1 ч. л. **соли**

Воду вскипятить с мелко нарезанной луковицей, тмином и солью. Влить цежу, быстро размешать и еще раз довести до кипения. В горячий, слегка загустевший жур влить конопляное масло, хорошо размешать. Подавать с отварным картофелем, облитым конопляным молоком.

ЖУР МОЛОЧНЫЙ

0,75 л **цежи**
0,5 л **кипяченого молока (теплого)** или 1 стакан **сливок**
0,25 л **воды**
0,5 стакана **сметаны**
1 ч. л. **тмина**
1 ст. л. **зелени укропа**
1,5 ч. л. **соли**

В кипящую воду с тмином влить цежу, прокипятить, посыпать укропом, посолить. Сметану взбить с молоком, влить эту смесь в жур, размешать. Подавать с отварным картофелем, политым топленым сливочным маслом. Жур на молоке можно готовить также из незакисшей, молодой цежи. Тогда туда достаточно влить лишь половину нормы молока. Такой жур едят с клецками из гречневой муки.

ЖУР С ВЯНДЛИНОЙ

0,5 л **цежи**
1 л **воды**
200 г **вяндлины** (по 50 г ветчины, свиной колбасы, копченой корейки, грудинки или сала)
1 **луковица**
2 **репы** или **брюквы**
2 **моркови**
0,5 **корня петрушки**
4 **зубчика чеснока**
1 ст. л. **укропа**

В воде сварить вяндлину, нарезанную мелкими кусочками, с луком (мелко нарезанным), репой и морковью (целиком или крупными кусками). Когда овощи сварятся, бульон слить (или вынуть вяндлину и овощи), прокипятить с цежей, посолить, заправить мелко нарубленным, перетертым с солью чесноком и укропом, заложить вновь вяндлину. Отварные овощи подать отдельно с отварным картофелем, политым разогретым салом.

ГРЫЖАНКА

1,5 л **воды**
2–3 **брюквы**
2 **крупные картофелины** (или 3/4 стакана готового пюре)
1 **морковь**
1–2 **луковицы**
50 г **сала**
100 г **вяндлины**
0,5 ч. л. **кориандра**
1 ст. л. **укропа**

В кипящую подсоленную воду засыпать мелко нарезанный лук, другие овощи, нарезанные кубиками, слегка обжаренные кусочки вяндлины и поставить в духовку на 30–45 мин.

ГАРБУЗОК

1 **небольшая молодая тыква**
2 **луковицы**
1,25 л **воды**
0,5 л **сыворотки**
150 г **вяндлины** (или **свинины**)
50 г **сала**
0,5 стакана **сметаны**
1 **петрушка**
3 ст. л. **укропа**
0,5 ст. л. **кориандра**

В воде отварить вяндлину; когда закипит, посолить и добавить часть лука. Тыкву нарезать мелкими кубиками, засыпать в бульон, варить на слабом огне до готовности тыквы, заправить салом, слегка пережаренным с луком, залить сыворотку, дать вскипеть, добавить пряности, залить сметаной. Дать постоять под крышкой 10 мин.

ПОЛИВКА

3 **крупные картофелины**

1 **морковь**
2 **луковицы**
1 **корень петрушки**
3–4 ст. л. **гречневой крупы**
0,5 ст. л. **укропа**
50 г **сала топленого**
1 л **кваса**
1–1,5 стакана **сыворотки**
0,75–1 л **воды**

В воде отварить овощи, затем влить квас и сыворотку, добавить крупу, сало, пряности, соль и вновь довести до кипения или поставить упревать в духовку на 20–30 мин.

КРУПЕНЯ ГРИБНАЯ

6–8 **белых сухих грибов**
2 **луковицы**
3–4 **картофелины**
0,5 **моркови**
1 **корень петрушки**
0,5 стакана **гречневой крупы**
1 ст. л. **зелени укропа**
50 г **топленого сала** (или **масла**)
2,5 л **воды**

Сухие белые грибы отварить в воде, вынуть, нарезать соломкой. В грибной отвар положить картофель, крупу, овощи, нарезанные соломкой и слегка обжаренные с луком и с грибами на сале, варить на слабом огне до полуготовности, посолить, затем поставить в духовку на 10–15 мин.
Эту крупеню делают беленой, т. е. добавляют к ней 1 стакан топленого молока или 0,5 стакана сметаны после ее полной готовности или перед тем, как поставить в духовку.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ

Немалое место в пище белорусов занимают мясные блюда, особенно свинина, свиное сало, после них – баранина и только на третьем месте – говядина. Народная поговорка гласит: «Як няма рыбы смачней лининки, так няма мяса добрей свининки». Просоленное свиное мясо – самостоятельное блюдо в белорусской кухне. Сало же любят слегка прикопченное, со шкуркой. Едят его преимущественно зимой, замерзшее, холодное, – режут тонкими ломтиками, закусывая луковицей или чесноком. Шкварки употребляют реже, в противоположность украинцам. Распространена также полукопченая домашняя колбаса, в том числе и кровяная. Ее делают только из крови кабана. Широко используются внутренности (ливер, или вантробки). Праздничным мясным блюдом является пячисто, изготовляемое из крупных кусков мяса лучших частей. Праздничные блюда готовят также из домашней птицы, главным образом из гусей. Мясо среднего качества используют небольшими кусочками в мясо-овощных и мясо-грибных блюдах.

ЮЦ (СТРАВНИК) С НАЧИНКОЙ

1 **желудок** (овечий, телячий, свиной)
250 г **мяса** (того же животного, что и желудок)
100 г **свиного сала**
1–1,5 стакана **гречневой крупы**
3 **луковицы**

Желудок вычистить, обмыть.
Сварить крутую кашу. Мясо и сало нарезать кусочками (1 $см^3$), обжарить до золотистой корочки на сковороде в течение 10–12 мин и перемешать с кашей и рубленым луком.
Туго набить желудок приготовленной начинкой, зашить и запечь на противне, смазанном салом, в духовке с двух сторон – по 20–30 мин с каждой.
В середине запекания проткнуть иглой, чтобы выпустить лишний пар.

ПЯЧИСТО

ПЯЧИСТО – это крупные куски мяса, чаще всего окорок, поясничная часть крупного животного, а иногда и тушки мелких животных и птицы, приготовленные целиком.

Пячисто готовят из говядины, кабаньего мяса, молочного поросенка, телячьей задней части, из целого зайца, гуся, индейки.

Пячисто может быть тушеное (в закрытой посуде), смаженое, или жареное (на открытой сковороде или листе), а также отварное (вынутое из супа и помещенное на некоторое время в жаркую печь).

Для пячисто берут такое мясо, которое после забоя отвисало не менее недели, и его после этого не моют, а прямо кладут на глубокую сковороду (латку), присаливают, посыпают пряностями (майораном, кориандром, луком, перцем, чесноком), поливают затем несколькими ложками кипятка и ставят, закрыв крышкой, в жаркую печь или духовку.

Вокруг пячисто пустоты на латке обычно засыпают картофелем. Этот способ приготовления – тушение – излюбленный в белорусской кухне.

ГУСЬ СМАЖЕНЫЙ

1 **крупный гусь**
1 кг **антоновских яблок**
1 ч. л. **ягод можжевельника**
2 **головки чеснока**

Гуся выпотрошить, опалить, обмыть, обсушить, натереть изнутри смесью соли, чеснока и можжевеловых ягод, начинить туго антоновскими яблоками, лучше всего не совсем спелыми, разрезанными на четвертушки, зашить и поставить на противне или в латке в нагретую духовку. Запекать, поливая стекающим жиром в течение 2–3 ч.

ТУШАНКА СВИНАЯ (ИЛИ БАРАНЬЯ)

0,5–1 кг **свинины**
1,5 кг **картофеля**
3 **луковицы**
1 **морковь**
1 **корень сельдерея**
1 **корень петрушки**
3 **лавровых листа**
2–3 **стакана воды**
1 **головка чеснока**
8 горошин **черного перца**

Свинину разрезать на четыре куска, обжарить на сковороде до золотистой корочки, положить в кастрюлю, засыпать корнем сельдерея, петрушки и морковью, нарезанными соломкой, и пряностями (кроме чеснока), залить водой и поставить на средний огонь. Когда вода почти выкипит, засыпать картофель, мелко нарезанный чеснок и тушить на слабом огне до полной готовности.

ТУШАНКА МЯСО-ГРИБНАЯ

500–750 г **мяса**
0,5–1 кг **свежих очищенных грибов**
3 **луковицы**
1 **корень сельдерея**
1 **корень петрушки**
3 **лавровых листа**
10 горошин **черного перца**
1 головка **чеснока**
1 стакан **кипятка**

Мясо нарезать кусочками, как для гуляша. Грибы измельчить. Засыпать мясо грибами, пряностями, залить кипятком, посолить и поставить в духовку в закрытой глиняной посуде на 1–1,5 ч.

БИГОС

500 г **постной свинины** (или говядины)
150 г **ветчины**
3 ст. л. **нутряного сала**
750 г **капусты**
4 **луковицы**
2 **помидора**
3–4 **антоновских яблока**
10 горошин **черного перца**
3 **лавровых листа**
1 **головка чеснока**

Мясо нарезать на 4–6 кусков, положить в кастрюлю с разогретым кипящим салом, обжарить со всех сторон, засыпать перцем, рублеными луком и чесноком, лавровым листом, сверху заложить капустой, нарезанной соломкой, луком и рубленой ветчиной, затем луком и помидорами, яблоками, затем вновь капустой и еще раз посыпать остатками пряностей, посолить и поставить тушить в духовке на 1 ч или на плите на слабом огне на 1,5 ч. Если к концу тушения

на плите жидкость в бигосе начнет сильно выкипать, долить немного кипятка и довести тушение до готовности.

МОКАНКА ВЯНДЛИЧНАЯ, ИЛИ ПРИЖАНИНА

Моканку вяндличную готовят обычно из разнообразных мясных изделий – копченых, полукопченых, соленых: из свиного сала, бекона, ветчины, корейки, копченой грудинки, свиной полукопченой колбасы и т. п. Как правило, на моканку идут обрезки этих продуктов, оставшиеся после приготовления других блюд, и особенно обрезки с костей, которые нельзя использовать иначе. Поэтому даже тогда, когда используют целые продукты, мясо в моканку нарезают очень мелко – маленькими кусочками, мелкими кубиками или тонкой соломкой. Остальные компоненты моканки – топленое нутряное сало, мука и вода. А из присмаков, т. е. сдабривающих добавок, – лук, грибы, укроп, реже перец и майоран. Если моканку готовят как самостоятельное блюдо, то допускается введение в нее заколоты – картофеля, капусты, репы. В этом случае овощи сначала отваривают припусканием, а затем в мелко нарезанном виде вводят в горячую моканку.

Заколоту можно подавать к моканке совершенно отдельно. В этом случае овощи могут быть печеными, и подают их целыми или крупными кусками, политыми иногда топленым салом или маслом.

Пропорции вяндличной моканки довольно разнообразны, произвольны, и это иногда приводит к искажению вкуса блюда, особенно если злоупотребляют салом, мукой или водой. Наиболее правильной пропорцией вяндличной моканки будет следующая:

100 г **ветчины**
100 г **свиной колбасы**
100 г **копченой грудинки**
100 г **корейки**
50 г **топленого свиного сала** (нутряного)
50 г **бекона** или **соленого свиного сала**
1,5–2 стакана **воды**
3 ст. л. **ржаной муки** (или в крайнем случае пшеничной)
2 **луковицы**
2 ст. л. **отваренных рубленых сухих грибов** или
1 ст. л. **порошка сухих грибов**
6 **раздавленных горошин черного перца**
0,5 ч. л. **майорана**
1 ст. л. мелко нарезанного **укропа** или 1 ч. л. **сухого укропа**

В глиняный горшок накрошить вяндлину и сало мелкими кубиками, положить топленое сало, мелко нарезанный лук и, плотно закрыв, поставить на 15 мин в духовку на слабый огонь. Затем вынуть, засыпать грибы, пряности, залить теплой водой, в которой предварительно разведена мука, хорошо размешать содержимое горшка и вновь поставить в духовку со средним жаром на 20–25 мин. После этого вынуть, перелить в кастрюлю и, все время помешивая, доварить на плите на слабом огне несколько минут, добиваясь, чтобы подливка моканки имела консистенцию жидкого киселя, в противном случае добавить немного муки и варить еще 3–4 мин.

Наиболее простой вид моканки – моканка шкварочная, представляющая собой топленое сало со шкварками, заправленное мукой и разведенное водой с луком и перцем.

РЫБНЫЕ БЛЮДА

Хотя рыбу в Белоруссии едят довольно часто, рыбные блюда национальной кухни не отличаются разнообразием. Они чрезвычайно просты. Помимо юшки, т. е. по своему составу обычной ухи с картофелем, рыбу отваривают (припускают), запекают целиком, сушат (в Полесье) без особых приемов и приправ. Оригинальным рыбным блюдом можно считать рыбные галки – вид клецок величиной с грецкий орех.

РЫБНЫЕ ГАЛКИ

500 г **мелкой рыбы**
3 ст. л. **пшеничной муки**
2 **яйца**
1 ч. л. **черного перца**
1 ст. л. **укропа**

1 ст. л. **зелени петрушки**
1–2 **луковицы**
1,5 ч. л. **соли**
1 ч. л. **сливочного масла**

Освободить рыбу от костей, мелко насечь (но не пропускать через мясорубку), размять.
Мелко нарезанный лук, укроп, перец, соль растереть в ступке, соединить с приготовленным рыбным пюре.
Муку развести осторожно в молоке до получения эластичной массы, влить взбитое яйцо, перемешать, соединить с рыбным фаршем, перетереть и взбить в однородную массу.
Подготовить рыбный отвар из голов, плавников и костей, подсолить и отварить в нем галки на слабом огне.
Затем вынуть их и подать вместе с ухой или отдельно с маслом и картофелем.

РЫБА ПЕЧЕНАЯ

Речную рыбу, обычно леща или линя, не потроша и не очищая от чешуи, посолить с обеих сторон крупной солью, положить на противень и запечь в духовке с обеих сторон по 15–20 мин.

РЫБА ОТВАРНАЯ

Национальный набор для этого блюда – линь, ерш, щука и красноперка, которых берут приблизительно поровну.
Рыбу очистить, нарезать на крупные куски, залить небольшим количеством воды, чтобы только покрыть рыбу, засыпать укропом, петрушкой, лавровым листом и припустить на слабом огне.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ БЛЮДА

Особенностью картофельных блюд белорусской кухни является, во-первых, преимущественное использование в них тертого, а не целого картофеля, во-вторых, несколько способов приготовления тертой картофельной массы и, в-третьих, применение обязательно комбинированной тепловой обработки. Целый картофель употребляют лишь в двух видах – отваренный в мундире (по-белорусски он называется солоники, так как его едят, густо посыпая солью) и тушеный.

Блюда из тушеного картофеля называются тушанкой или смаженики. Смаженики вкуснее и нежнее, потому что готовят их, как правило, только из молодого картофеля. На востоке Белоруссии, в Витебской области, это различие не соблюдается – там все блюда из тушеного картофеля называют тушанкой.

Основное внимание тех, кто впервые знакомится с белорусской кухней, следует обратить на различные виды картофельной массы, свойственные белорусской кулинарии, из которых получают большинство картофельных блюд. Различают таркованную, клинкованную и варено-толченую картофельные массы и их комбинации с мукой, дрожжевым тестом, друг с другом и с содой.

ТАРКОВАННАЯ МАССА – это сырой картофель, натертый на терке и не отжатый после этого, а используемый в дальнейшем приготовлении вместе с выделившимся соком.

КЛИНКОВАННАЯ МАССА – тертый сырой картофель, тщательно, полностью отцеженный в клинке, т. е. в мешочке конусовидной формы из тонкого холста (полотна) или из тройного слоя марли. Клинковый мешочек рассчитан на 2–2,5 кг массы.

ВАРЕНО-ТОЛЧЕНАЯ МАССА – обычное пюре из отварного картофеля.

Таркованную массу чаще всего применяют в комбинации с варено-толченой или же с мукой, а также с дрожжевым тестом; к клинкованной массе, наоборот, чаще добавляют соду и небольшое количество муки.

Тепловая обработка масс включает обычно две, а иногда и три стадии – сначала легкое (первичное) отваривание или обжаривание, а иногда и то и другое, затем тушение или томление уже отваренных (или обжаренных) изделий. В результате простые и, в сущности, совершенно одинаковые по исходному сырью картофельные блюда приобретают различный вкус, иногда заставляющий совершенно забыть их «картофельное происхождение».

Ниже приводятся рецепты нескольких блюд из целого (не тертого) картофеля, а также пять типов блюд из тертого картофеля.

БЛЮДА ИЗ ЦЕЛОГО КАРТОФЕЛЯ

ТУШАНКА ПРОСТАЯ

1 кг **картофеля**
50 г **сала**
1 ст. л. **зелени петрушки**
1 ст. л. **зелени укропа**
1 **луковица**
0,5 стакана **воды**

Сырой картофель порезать на бруски или крупные кубики и на противне или широкой сковороде, смазанных салом, как можно быстрее (на сильном огне) и равномерно со всех сторон (часто переворачивая) обжарить до золотистой корочки. Как только корочка образуется, еще полусырой картофель сложить в глиняный горшок или кастрюлю, засыпать мелко нарезанной зеленью, луком и остатками сала, посолить, долить кипяток, закрыть крышкой и поставить в духовку примерно на 15 мин. Готовую тушанку едят с огурцами (свежими и солеными), квашеной капустой.

ТУШАНКА ГРИБНАЯ

1 кг **картофеля**
150–200 г **растопленного сала**
1 ст. л. **порошка сухих грибов** или 1 стакан **мелко нарезанных свежих грибов** (если используют сухие грибы, то подливают 0,5 стакана **воды**)
1 крупная **луковица**
1 ст. л. **зелени сельдерея** или **петрушки**
1 ст. л. **укропа**
6 горошин **черного перца**

Сырой картофель нарезать дольками, положить в глиняную посуду, засыпать пряностями и грибами, залить салом, перемешать, закрыть плотно крышкой и поставить в умеренно нагретую духовку на 40–60 мин.

БЛЮДА ИЗ ТАРКОВАННОЙ МАССЫ

ТАРКОВАНКА

1 кг **таркованной массы**
100–150 г **свиного сала**
2–3 **луковицы**
0,5–0,75 стакана **сухих фруктов** (яблок, груш, вишен)
50 г **сливочного масла**
2 стакана **молока**
6–7 горошин **черного перца** или 1 **щепотка красного**
1 ст. л. **укропа** и **петрушки**

Из крупного картофеля приготовить таркованную массу (см. с. 529), добавить в нее соль, перец, слегка обжаренные мелкие кусочки сала (но не шкварки) и мелко нарезанный и обжаренный на этом сале лук, а также промытые в горячей воде сухофрукты. Все сложить в казанок или кастрюлю с толстым дном и поставить в духовку. Через 15–20 мин вынуть, перемешать и вновь поставить в духовку, повторяя затем перемешивание через меньшие промежутки времени еще 2–3 раза, чтобы таркованка не подгорела.
Едят таркованку со сливочным маслом и молоком.

ДРАНИКИ (ДЕРУНЫ)

1,25 кг **картофеля**
0,5 стакана **муки** (ржаной или пшеничной)
1–2 **яйца**
1 ст. л. **ржаных отрубей** или **сухарей**
3 ст. л. **подсолнечного масла**
0,5 стакана **сметаны**

Приготовить таркованную массу, перемешать ее с мукой, яйцами, разделать на оладьи и, обваляв в отрубях, муке или сухарях, обжарить с обеих сторон. Готовые драники сложить в нагретую посуду со сметаной и поставить в духовку на 10 мин.

ТАРКОВАННЫЕ БЛИНЫ

1,25 кг **картофеля**
1/3 стакана **ржаной муки** (или гречневой)
3–4 ст. л. **подсолнечного масла** или 100 г **топленого сала**
молоко, сметана
менее 0,5 ч. л. **соды**

Приготовленную из картофеля таркованную массу перемешать с мукой, содой, солью, дать постоять 10 мин, взбить и на разогретой, смазанной маслом сковороде выпечь блины, сложить в кастрюлю с растопленным салом и сметаной и поместить на 5–7 мин в духовку.

КАПЫТКА

1 кг **картофеля**
0,75–1 стакан **муки** (пшеничной или ржаной)
50–100 г **сала**
0,5–1 ч. л. **соды**

Приготовленную из картофеля таркованную массу перемешать с мукой, содой, солью так, чтобы получилось крутое тесто (муки можно добавить), которое тонко раскатать, нарезать прямоугольниками размером 4×5 см и выпечь на сковороде, густо смазанной салом. Затем испеченное тесто 2–3 мин выдержать в подсоленном кипятке, после чего откинуть и есть с растопленным салом, маслом, сметаной или молоком.

БЛЮДА ИЗ КЛИНКОВАННОЙ МАССЫ

ГАЛКИ БУЛЬБЯНЫЕ

1–1,5 кг **картофеля**
0,75–1 стакан **пшеничной муки** (можно подмешать **ржаной** или **гречневой**)
100 г **сала**, или 100 г **мясного фарша**, или 100–200 г **творога**, или 2–3 **луковицы**
по 1 ст. ложке **укропа** и **петрушки**
6–7 горошин **черного перца**
50 г **растительного масла** или **топленого сала**

Из клинкованной массы (см. с. 529), муки и соли сделать крутое тесто, сформовать из него шарики величиной со сливу, каждый из них размять руками в плоский кружок, внутрь которого положить какую-либо начинку – мясной фарш, творог, сало или жареный лук, вновь закатать шарики и отварить их в подсоленном кипятке в течение 3–4 мин, а затем поджарить в сковороде на масле или сале. Поджаренные галки сложить в кастрюлю или горшок, облить маслом, салом или сметаной в зависимости от характера начинки и подержать в духовке 7–10 мин.

ЦЫБРИКИ

1 кг **картофеля**
2–3 ст. л. **муки**
2–3 ст. л. **растительного масла** или 50 г **топленого сала**

Приготовить клинкованную массу (см. с. 529), скатать из нее шарики величиной с вишню, хорошо обвалять их в муке и обжарить на сковороде (можно к клинкованной массе добавить 1–2 ст. л. муки).
Обжаренные цыбрики едят с молоком, сметаной, подогретым растительным маслом.

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЬНОГО ПЮРЕ (ВАРЕНО-ТОЛЧЕНОЙ МАССЫ)

Среди этих блюд наиболее характерны толча, комы и гульбишники.

ТОЛЧА. Толченый отварной картофель заправляют салом, а также растительным маслом, сырым или жареным луком, кислым или свежим молоком в произвольных пропорциях. Едят такое пюре (в отличие от классического в него не добавляют яиц) с кислой капустой, солеными огурцами, пахтаньем, сметаной. Иногда толчу выкладывают на сковороду, смазывают сверху сметаной и ставят в духовку для образования корочки.

КОМЫ. Отварной картофель готовят, как для толчи, но добавляют творог, мак, вареную тыкву, а затем из такой толчи делают шарики величиной с небольшое яблоко, смазывают слегка взбитым белком, обваливают в муке и слегка поджаривают (подрумянивают) на сковороде с маслом.

ГУЛЬБИШНИКИ (БУЛЬБИШНИКИ). Гульбишники – картофельное пюре, отличающееся от обычного прежде всего тем, что в него вводят для повышения клейкости муку (ржаную или пшеничную); кроме того, гульбиш-

ники сдабривают либо молочными, либо растительными жирами, а также яйцами. Пропорции добавок всегда бывают произвольными. Сейчас гульбишники не отличить от обычного картофельного пюре, поскольку в него тоже добавляют жиры или молочные продукты. Однако в белорусской кухне есть три основных типа гульбишников, заслуживающих внимания, они имеют вкусовые отличия и могут употребляться как самостоятельные блюда и гарниры к мясным блюдам.

Подготовленное картофельное пюре выкладывают на смазанную маслом сковороду, слегка запекают в духовке (около 10 мин), затем смазывают сверху сметаной или маслом и закрывают на 2–3 мин крышкой для упревания.

ГУЛЬБИШНИК МОЛОЧНЫЙ

1 кг **картофеля**
1 стакан **молока**
50 г **нутряного сала** или **сливочного масла**
1 **яйцо**
1 **луковица**
1 ст. л. **ржаной** или **пшеничной муки**
0,5 ч. л. **соли**

1. Сало распустить в отдельной посуде (сотейнике или кастрюльке), засыпать мелко нарезанным луком, потушить на слабом огне, добавить муку. Размешать до получения однородной подливки.
2. Молоко вскипятить, держать в горячем состоянии. Яйцо взбить.
3. Картофель отварить, быстро размять толкушкой, не снимая со слабого огня, залить горячей подливкой из муки, лука и сала, хорошо размешать и быстро вливать небольшими порциями горячее молоко, все время размешивая пюре. Затем добавить в него взбитое яйцо, еще раз перемешать.
4. Выложить в глубокую сковороду и запечь, как сказано выше.

ГУЛЬБИШНИК ТВОРОЖНЫЙ

1 кг **картофеля**
0,5 стакана **творога**
0,5 стакана **сметаны**
1 **луковица**
1 ст. л. **укропа** или 0,5 ч. л. **тмина**
1 ст. л. **пшеничной муки**
0,5 ч. л. **соли**

Картофель отварить, размять в пюре. Ввести в пюре творог, предварительно смешанный и растертый со сметаной и мукой. Добавить сырой, очень мелко нарезанный лук и пряности. Хорошо размешать. Выложить в сковороду и запечь.

БЛЮДА ИЗ КОМБИНИРОВАННЫХ КАРТОФЕЛЬНЫХ МАСС И МУКИ

БУЛЬБЯНЫЕ ЗРАЗЫ

500 г **таркованной массы**
500 г **варено-толченой массы** (пюре)
0,5–1 стакан **муки**
0,5 ч. л. **соды**

Из картофельных масс и муки сделать тесто, раскатать в пласт, нарезать на квадраты или прямоугольники, разложить на них начинку: морковную, луковую, рыбную, грибную, тыквенную, мясную, оформить как пирожки и обжарить либо на сковороде, либо в духовке на противне, смазанном маслом.

БУЛЬБЯНАЯ ЗАПЕКАНКА

1,5 кг **варено-толченой массы** (пюре)
0,5 стакана **молока**
2 **яйца**
1 стакан **крутой пшенной каши**
100 г **сала**

Все компоненты перемешать в крутую массу и наполнить ею смазанную салом сковороду. Верх запеканки загладить смоченной в холодной воде ложкой. Не закрывая крышкой, поставить в духовку на очень слабый огонь на 30 мин.

ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

Чисто овощные блюда слабо разработаны в белорусской кухне, хотя различных овощей в сыром и отварен-

ном виде в качестве добавок к мясным блюдам и самостоятельно, на закуску, употребляется достаточно.

Излюбленными овощами, не считая картофеля, являются капуста, морковь, горох, брюква, редька.

КАПУСТА ТУШЕНАЯ

1 кг **квашеной капусты**
2 стакана **воды**
1 **луковица**
6 **сухих белых грибов**
0,5 ч. л. **черного перца**
50–75 г **сала**

Грибы размочить и нарезать или растереть сухими. Сало обжарить кусочками. Сложить все компоненты в глиняную посуду, поместить в духовку со средним жаром на 1 ч. Следить, чтобы не было сплывов.

МОРКОВНАЯ БАБКА

1–1,5 кг **моркови**
3–4 **яйца**
2 ст. л. **сахарного песка**
3 ст. л. **сливочного масла**
20–25 г **дрожжей**
3 ст. л. **пшеничной муки**

Сырую морковь натереть на терке. В четверти стакана теплой воды развести дрожжи и 1 ст. ложку муки. Смешать морковь с этой опарой и поставить на полчаса-час в теплое место. Когда морковная масса подойдет, добавить в нее яйца, перетертые с сахарным песком добела, остальную муку, масло, тщательно перемешать и вновь поставить в теплое место. Подошедшую массу выпечь в смазанной маслом форме в духовке на легком огне.

ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ

Горох отварить до полной мягкости, тщательно растереть.

На 1 кг горохового пюре добавить 1–1,5 ст. л. пшеничной муки и полстакана поджаренного с луком (2–3 луковицы) топленого сала.

МУЧНЫЕ БЛЮДА

Среди мучных блюд, пожалуй, надо выделить солодуху, клецки и, конечно, драчены. Драчена – мучное блюдо белорусской кухни, распространенное также среди русского населения северо-западных областей России.

СОЛОДУХА

1 кг **ржаной муки**
0,25–0,5 стакана **меда**
закваска (кусок теста величиной с яйцо)

Муку самого тонкого помола заварить горячей водой и размешать до получения очень жидкого теста (до консистенции жидкой сметаны). Затем взбить и поставить на полчаса-час в теплую печь, чтобы температура раствора поддерживалась приблизительно на уровне 35–40 °С. За это время несколько раз помешать его и, дав слегка остынуть, вылить в дежу (квашню), где на стенках имеются остатки прежнего ржаного теста, или положить кусок старой закваски, добавить мед, размешать, сверху присыпать слегка мукой, закрыть полотенцем и поставить в теплое место. Когда тесто начнет бродить, разлить его по горшкам, плотно закрыть и поставить в вольный печной дух на 10–12 ч (с вечера до утра). Затем вынуть из печи горячие горшки, быстро и как можно более резко охладить, выставив на сильный мороз или погрузив в снег. Потом снова горшок с солодухой поставить в печь. Операцию по нагреву и последующему охлаждению солодухи повторить три раза, после чего она считается готовой.

ДРАЧЕНЫ

В прошлом драчена считалась лакомым, не повседневным, а праздничным блюдом. В отличие от других мучных блюд, на нее шла не только черная мука (ржаная), но и половина белой (пшеничной). Кроме того, в драчену входило гораздо больше яиц, молока и масла, чем в другие мучные блюда.

Драчена отличается не только особым соотношением муки, молока и яиц, но и особой, лишь ей при-

сущей технологией. Настоящую белорусскую драчену пекут из уторного теста, т. е. не полностью подошедшего, а лишь слегка закисшего. Оно-то и заменяет у драчен дрожжи. Готовят его предварительно из ржаной муки с небольшим количеством воды. Если уторной кислоты к концу выдержки теста, т. е. через 3–4 ч или более, недостаточно или драчену хотят сделать быстрее, то к тесту добавляют опять-таки не дрожжи, а либо немного кваса, либо молочной сыворотки, т. е. делают тесто слабокислым. Это одна из основных особенностей драчен. После такой предварительной подготовки ржаное драченовое тесто разводят цельным молоком и к нему прибавляют какую-либо дополнительную муку – ячменную, гречневую или пшеничную.

Правда, возможны и пресные драчены, не на уторном тесте, но в этом случае их всегда делают из пшеничной муки с большой долей молока и яичными белками. В этом случае на первый план выступает другая технологическая особенность приготовления драчен. Дело в том, что входящие в нее компоненты не просто механически смешивают, а каждый из них предварительно обрабатывают – тщательно растирают, а затем все вновь растирают или взбивают вместе с тестом. Чем тщательнее, дольше и тоньше растерт каждый компонент драчены, тем она лучше, пышнее и вкуснее.

Готовое для драчены тесто по консистенции немного плотнее блинного. Его свободно берут ложкой, выливают на сковороду (глубокую). При этом толщина налитого слоя теста 1–1,5 см, а во время выпечки тесто подходит до толщины 3–4,5 см, т. е. примерно втрое.

Тепловая обработка драчены также имеет свои особенности – она требует ровного, легкого жара, поэтому драчену следует выпекать в русской печи, преимущественно на вольном духу. Однако можно выпекать драчену и в духовке газовой плиты, на умеренном или, еще лучше, на слабом огне примерно 20–30 мин (колебания во времени выпечки могут составлять 5–10 мин в ту и другую сторону в зависимости от состава драчены и температуры печи).

Каждую испеченную драчену смазывают сверху салом или маслом и накладывают одну на другую в глубокую посуду до тех пор, пока не испечены все. Едят драчены с маслом, сметаной, медом в зависимости от состава теста драчены.

ДРАЧЕНА БЕЛОРУССКАЯ (НАСТОЯЩАЯ)

1 стакан **ржаной муки**
0,5 стакана **гречневой муки**
3–4 **яичных желтка**
1 **белок**
0,5 стакана **кислой молочной сыворотки** (для утора)
1,5–2 стакана **молока**
75 г **сливочного масла**
0,5 ст. л. **сахарной пудры**

1. Приготовить уторное тесто из ржаной муки – развести водой, а затем добавить сыворотки или сразу размешать муку с сывороткой и оставить на 3–4 ч в теплом месте.
2. Добавить гречневую муку, растереть, взбить.
3. Растереть в разных посудах масло и желтки с сахарной пудрой добела. Соединить с тестом, осторожно ввести масляную и яичную смесь и взбить тесто.
4. Подлить в тесто молоко, развести, затем ввести взбитый белок.
5. Накаленную сковороду смазать сливочным маслом (1 ст. л.), вылить в нее тесто и выпечь в хорошо прогретой духовке в течение получаса.

ДРАЧЕНА ДЕРЕВЕНСКАЯ

1 стакан **ржаной муки**
1 стакан **пшеничной муки**
2 стакана **молока**
50 г **сливочного масла** (в тесто)
1 ст. л. **сливочного масла** (на сковороду для смазки)
3 **яичных желтка**
3,5 ст. л. **сахарной пудры** (а не сахарного песка)
0,5 ч. л. **соли**

1. Тщательно растереть в разной посуде отдельно вначале масло, затем желтки с сахарной пудрой (то и другое добела).
2. Соединить обе растертые части, посолить, перемешать.



3. Постепенно подсыпать в полученную смесь предварительно перемешанную и просеянную муку и подливать понемногу молоко, все время размешивая, до получения эластичного жидкого теста.
4. Накалить глубокую сковороду, распустить на ней масло, влить тесто и тотчас же поставить в хорошо прогретую духовку на умеренный огонь примерно на полчаса.
Если нет ржаной муки, ее можно заменить тем же количеством пшеничной.

ДРАЧЕНА ГОРОДСКАЯ

1,5 стакана **пшеничной муки**
10 **яичных желтков**
5 **яичных белков**
3–4 ст. л. **сахарной пудры**
1 стакан **сливок**
1 ст. л. **сливочного масла** (с верхом)
0,5 ч. л. **соли**

1. Растереть желтки с сахаром.
2. В смесь постепенно досыпать муку и долить сливки. Растереть смесь в эластичное тесто.
3. Посолить и взбивать тесто в течение получаса.
4. Ввести в тесто взбитые в пену белки, все еще раз перемешать.
5. На разогретую сковороду с маслом влить тесто, поставить в хорошо разогретую духовку на слабый огонь на 15–20 мин.

КЛЕЦКИ

КЛЕЦКИ – мучные изделия, в которые в качестве дополнительных компонентов входят обязательно масло, яйца и иногда молоко. Они напоминают галушки. Первоначально их готовили, как и галушки, из довольно плотного теста. Эти клецки носили название «катаных»: тесто резали на кусочки величиной с лесной орех, катали из них в руке шарики, оставляли эти шарики на полчаса-час вянуть и только затем бросали в кипяток.

Однако большее распространение получил другой вид клецок – с начинкой, или «клецки с душами», когда в каждую катаную клецку вдавливали маленький кусочек сала.

Городская кухня, особенно на западе Белоруссии, пошла, однако, дальше по пути разработки клецок как особого кушанья. Их стали приготовлять также из мелких круп и картофеля. Но главное – тесто для клецок получило более разреженную консистенцию, поэтому они стали не только значительно нежнее галушек, но и отличаются иным вкусом. Близко к клецкам стоят «галки», т. е. клецки, в состав которых входят творог, рыбный или раковый фарш, замешиваемые непосредственно в тесто, отчего последнее получается чуть более плотным по консистенции (при разреженном тесте фарш может выпасть).

Что же касается своеобразной консистенции клецок, то она достигается, во-первых, более жидким разведением теста и наличием в нем не воды, а молока, сливок, масла, делающих тесто особенно нежным и эластичным, а во-вторых, рядом технологических приемов, которые в основном и создают неповторимый вкус клецок, их отличие от других видов мучных изделий. Главный из этих приемов – тщательное растирание и взбивание теста и его компонентов, особенно яиц, которые вводят раздельно, желток и белок, и не одновременно, а в определенной последовательности. Другим приемом, увеличивающим объем клецок, служит варка их в подсоленной воде обязательно под крышкой, на слабом огне. Это дает возможность клецкам «разрастись» и в то же время не развалиться.

В белорусской национальной кухне клецки делают из смеси ржаной и гречневой муки, ржаной и ячменной, взятых в равных частях. Иногда используют либо только гречневую муку, либо сочетание картофельного пюре с мукой, либо манную крупу.

Клецки могут быть простыми и заварными. Для заварных клецок муку заваривают. Этот прием требует несколько иных пропорций муки и других компонентов и вносит дополнительное разнообразие во вкусовую гамму клецок.

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПРОСТЫХ КЛЕЦОК. Масло (или топленое сало), а иногда и молоко или сливки растирают с яичными желтками добела, в эту массу постепенно, все время продолжая растирать, добавляют маленькими порциями муку и воду. Затем тесто солят, сдабривают пряностями, вводят в него взбитые яичные белки, все еще раз растирают и из полученного теста с консистенцией кашицы-размазни отделяют небольшие кусочки, обычно в половину чайной ложки, смоченной в воде, опускают их в ки-

пящую подсоленную воду (2 ч. ложки соли на 1 л воды) и отваривают на слабом огне под крышкой около 5 мин. Готовые клецки всплывают на поверхность.

В зависимости от общего состава, характера муки и внесенных пряностей, соли или сахара клецки могут быть использованы как наполнители в различные супы, гарниры к мясным блюдам, а также как самостоятельные вторые блюда.

В белорусской кухне их чаще всего используют как самостоятельное блюдо и подают облитыми топленым салом со шкварками и посыпанными жаренным на сале луком.

Клецки, предназначенные для еды с бульоном (супом), лучше всего отваривать непосредственно в соответствующем бульоне: мясном, грибном или овощном. В этом случае в тесто для клецок примешивают лук, укроп, тмин или майоран в разных сочетаниях в зависимости от вида супа. Гречневые клецки с укропом и тмином, например, хорошо гармонируют с журом на молоке (см. с. 525), в который их опускают после отваривания в отдельной посуде.

КЛЕЦКИ МУЧНЫЕ

5–6 ст. ложек **муки** (без верха)
4–5 ст. ложек **молока** (или 4 ч. л. **сухого молока** и **воды**)
2 **яйца**
2 ч. л. **сливочного масла**, **топленого сала** или **конопляного масла** (в крайнем случае подсолнечного)
1 ст. л. **мелко нарезанного лука**
0,5 ч. л. **тмина** (для ржаной и ячменной муки)
2 ч. л. **укропа** (для гречневой муки)

Эти клецки можно готовить из смеси ржаной муки с ячменной и гречневой, взятых в любых пропорциях, или из одной гречневой муки. Порядок приготовления указан выше.
Молоко можно заменить водой, сливками или сухим молоком с водой. Ввиду различного характера используемых муки и масла в количестве жидкости можно делать небольшие изменения, добавляя или сокращая ее в зависимости от консистенции теста клецок.

Все это дает возможность на основе данного рецепта получать различные по вкусу клецки.

КЛЕЦКИ МУЧНЫЕ ЗАВАРНЫЕ

0,25 стакана **муки**
3 ст. л. **сливочного масла**
5 ст. ложек **молока**
2 **яйца**
2 ч. л. **рубленой зелени петрушки**
1 ч. л. **укропа**
0,5 ч. л. **соли**

Молоко и масло вскипятить в сотейнике, всыпать муку и, продолжая держать на слабом огне, быстро и тщательно размешать до получения эластичной массы (пока она не начнет отставать от стенок). После этого снять с огня и, непрерывно мешая, добавить соль, пряности, а когда остынет, ввести предварительно растертые желтки и взбить все тесто. Затем по частям ввести взбитые белки, вновь тщательно размешивая тесто.
О дальнейшем приготовлении см. выше.

КЛЕЦКИ МАННЫЕ

0,5 стакана **манной крупы**
1 стакан **молока**
4 **яйца**
2 ч. л. **сливочного масла**
0,5 ч. л. **соли**

Молоко вскипятить с маслом, всыпать манную крупу, разварить, размешивая, посолить и, закрыв, поставить на 10–15 мин в умеренно нагретую духовку или в водяную баню на 20 мин, чтобы крупа как можно более разопрела. Затем охладить, вбить 4 желтка, растереть, ввести по частям 4 яичных белка, предварительно взбитых в пену.
Клецки варить, как обычно, в подсоленной воде (см. выше).

КЛЕЦКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

1,5 стакана **картофельного пюре**
0,5 стакана **ржаной муки** (можно заменить пшеничной)

50–75 г **топленого свиного сала**, **сливочного масла** или **конопляного масла**
2 **яйца**
1 ч. л. **соли**
1 ч. л. **тмина**
1 **луковица**

В подготовленное горячее картофельное пюре (размятый отварной картофель) ввести масло вместе со слегка обжаренным в нем мелко нарезанным луком, растертые желтки, затем постепенно, небольшими порциями, муку и, наконец, слегка взбитые белки. Всю массу посыпать тмином, посолить и тщательно перемешать. Клецки отваривать, как обычно, в подсоленной воде (см. с. 535–536). Подавать с топленым салом или маслом и с жареным луком.

КЛЕЦКИ СЛАДКИЕ

2–2,5 ст. л. **манной крупы**
10–12 **лесных орехов**
1/3 стакана **молока** или **сливок**
3 **яйца**
1,5 ст. л. **сахарной пудры** или **сахарного песка**

Желтки растереть добела с сахарной пудрой, добавить истолченные в ступке ядра орехов, снова растереть до образования эластичной массы, влить молоко, размешать, осторожно добавлять слегка растертую в ступке манную крупу, после чего оставить в прохладном месте на 15–20 мин, чтобы крупа разбухла. Затем ввести в тесто взбитые белки, размешать. Клецки варить, как обычно, в слегка подсоленной воде (см. с. 535–536).
Сладкие клецки подают с молочным супом, или с черничным супом, или киселем.

МОЛОКО И МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

МОЛОКО широко и в значительных количествах применяется в белорусской кухне для забеливания супов, для добавок к овощным и мучным блюдам после их готовности. В то же время совершенно самостоятельных молочных блюд в белорусской кухне нет, если не считать молочной моканки.

Что же касается молочных изделий, то они просты и обычны. Это простокваша, творог, пахта, сливочное масло. Реже употребляется сметана и тем более сливки, характерные для русской кухни. Белорусы говорят, что «с молока не снимают вершка» (т. е. сливок), и предпочитают употреблять цельное молоко. Этот обычай отразился на некоторых особенностях приготовления в Белоруссии простокваши, творога и так называемого клинкового сыра.

Простоквашу, или сыраквашу, сырапеню, готовят из цельного сырого молока, просто оставляя его в теплом месте, причем после готовности с нее не снимают сметану, а равномерно перемешивают и в таком виде употребляют с картофелем и другими овощными блюдами.

Из простокваши делают также творог, но в Белоруссии различают два его вида – собственно творог и клинковый сыр.

Творог готовят из сырой простокваши простым сцеживанием сыворотки через марлевый или полотняный мешочек.

Клинковый сыр – тоже творог, но приготовляемый из томленой простокваши, которую ставят в теплую (но не горячую) печь на ночь (при отсутствии печи можно погрузить сосуд с простоквашей в ведро с горячей водой), а затем отцеживают в полотняных мешочках (клинках) под прессом (5–6 кг на клинок), предварительно слегка посолив и положив тмин (1 ч. ложка соли и 2 ч. ложки тмина на 5 л простокваши); через 1–2 суток клинковый сыр готов. Причем через 5–6 ч после первичного отцеживания сыворотки груз (пресс) увеличивают вдвое. Отпрессованный клинковый сыр должен представлять собой монолитный (не сыпучий) брусок.

МОКАНКА МОЛОЧНАЯ

МОЛОЧНАЯ МОКАНКА используется как самостоятельная закуска, как предварительное блюдо и как среда для холодной закуски в смеси с картофелем и огурцами, а также как подливка для блинов. Обычно соотношение четырех молочных элементов моканки – творога, сметаны, молока и пахты – более или менее произвольное. Отсюда моканка может быть то гуще, то жиже, то жирнее, то постнее, то преснее, то кислее. Но наиболее частая и правильная пропорция творога и жидкости 1:1, соотноше-

ние молока, сметаны и пахты соответственно 2:1:1.
При отсутствии пахты ее доля заменяется молоком или простоквашей.

2 стакана **творога**
0,5 стакана **сметаны**
1 стакан **молока**
0,5 стакана **пахты**
0,5 ч. л. **соли**

Для моканки лучше всего использовать свежий домашний некислый творог или покупной обезжиренный, но только ни в коем случае не жирный, имеющий крупчатую структуру.
Творог сначала растереть со сметаной до образования однородной эластичной массы, а молоко смешать с пахтой. Затем жидкость постепенно добавлять в массу, растирая и взбивая ее до однородной консистенции. При этом моканка должна постепенно вобрать в себя всю жидкость и сделаться воздушной и нежной, похожей по консистенции на густую сметану.
В молочную моканку надо добавить отварной картофель, репчатый или зеленый лук, укроп, молодой тмин.
Пропорции этих добавок произвольны, но на приведенную выше норму лучше всего брать не более 1 картофелины, I луковицу или перья зеленого лука с двух луковиц, 1 ст. ложку укропа, 0,5 ч. л. тмина.
Картофель режут мелкими кусочками, лук – мелко-намелко.

СЛАДКИЕ БЛЮДА И НАПИТКИ

В классической белорусской кухне почти нет сладких блюд. Их роль выполняют отчасти напитки (различные фруктовые квасы), отчасти соложеное тесто (солодуха) и кулага. Ягоды и фрукты употребляют обычно в их естественном, свежем виде. Любят в Белоруссии летом и осенью печеные яблоки с сахаром, а также землянику и малину с молоком и с сахаром. Весной пьют соки березы и клена. Эти соки (берька и кляновик) и квасы из них, а также крепкий яблочный квас – белорусские напитки.

БЕРЬКА И КЛЯНОВИК

СПОСОБ 1

Сок собрать в бочку, поставленную в темное, прохладное место, дать чуть закиснуть, добавить поджаренные на противне ячменные зерна или сухари из ржаного хлеба, через сутки после этого сцедить и употреблять как квас.

СПОСОБ 2

Сок собрать в бочку и закопать ее в песок на 6 дней.
Этот квас вкуснее.

ЯБЛОЧНЫЙ КВАС

СПОСОБ 1

Спелую, но крепкую антоновку залить холодной артезианской водой и дать чуть закиснуть.
На 1 кг яблок 7–8 л воды.

СПОСОБ 2

Яблоки, недоспелую падалицу, вымыть, очистить, нарезать на дольки и сварить в большом котле. Затем яблочную кашу вместе с водой, в которой она варилась (10–20 л), перелить в бочку (185–200 л), долить кипяченой холодной водой, положить полпачки дрожжей, разведенных в воде с 0,5 стакана ржаной муки.
Оставить на 3 суток для закисания.

КУЛАГА БЕЛОРУССКАЯ

1 кг **ягод**
1 л **кипятка**
3–4 ст. л. **ржаной муки**
1–2 ст. л. **меда**
1 стакан **сахара**

В кулагу идут любые свежие лесные ягоды – земляника, черника, малина, черемуха, брусника, голубика, калина. Для приготовления кулаги могут быть использованы также слива и вишня, очищенные от косточек. Сосуд под кулагу (гли-



няный горшок) заполняется наполовину ягодами, наполовину водой (1:1). Варить ее можно и в печи, и на плите, т. е. при возрастающей температуре.

Когда ягоды разварятся, к ним подсыпают ржаную муку и помешивают все время до тех пор, пока кулага не приобретет консистенцию киселя.

Но прежде чем кулага будет готова, в середине варки после муки ее заправляют сахаром и медом.

Сахар может быть целиком заменен медом, в этом случае доля муки увеличивается на 1–3 ст. л. в зависимости от консистенции кулаги, которая должна напоминать кашицу-размазню.

{ ГЛАВА 6 }

МОЛДАВСКАЯ КУХНЯ

МОЛДАВИЯ – край богатых природных возможностей, край винограда, фруктов и разнообразных овощей, а также овцеводства и птицеводства. Неудивительно, что молдавская кухня издавна использует все эти богатства.

Но, кроме природных условий, на развитие молдавской кухни огромное влияние оказали исторические судьбы молдавского народа, расположение Молдавии на стыке стран с разной культурой, на одном из древнейших и оживленнейших торговых путей «из варяг в греки».

Связь глубокой древности с эллинской, а затем и с византийской культурой продолжала культивироваться и традиционно сохраняться и в период вхождения Молдавии в состав древнерусского государства в X–XIII веках, и в период ее почти 180-летней самостоятельности (1359–1538 годы), и позднее – в XVII–XIX веках. Эта связь отразилась не только в том, что в молдавскую кухню вошел ряд греческих блюд (плэчинты, вертуты), ставших давно молдавскими, но и главным образом в том, что молдаване усвоили приемы и технологию, характерные для большинства средиземноморских, южноевропейских кухонь с их любовью к масляному, вытяжному и слоеному тесту, к растительному (оливковому, подсолнечному) маслу, к применению виноградного сухого вина при изготовлении овощных и мясных блюд, к созданию пряно-пикантных соусов.

Вместе с тем на формирование молдавской кухни большое влияние оказало трехсотлетнее порабощение Молдавии Турцией. Турецкое влияние сказалось и в комбинированной обработке, и в склонности к использованию бараньего мяса, и в одинаковых названиях ряда блюд, общих для всех балканских народов, входивших в состав Турецкой империи (гивеч, мусака, чорба и др.). Не чужды молдавской кухне и древнейшие славянские (русские и украинские) влияния. Об этом свидетельствуют и разработанная система соления и квашения овощей, и капустные пироги, и молдавские куличи.

Но при всем этом молдавская кухня сформировалась в очень цельную, самобытную кухню со своими ярко выраженными признаками, сумела сплавить, органически сочетать разные, порой противоречивые влияния, нашла наиболее удачные вкусовые комбинации продуктов и выделила свои излюбленные пищевые материалы. Так, весьма характерно для молдавской кухни применение брынзы и кукурузы.

БРЫНЗА – один из видов рассольного сыра из овечьего молока; она требует крайне малой выдержки (1–1,5 недели), приготовляется в Молдавии с древнейших времен в больших количествах, базируется на традиционном здесь овцеводстве, получившем наибольшее развитие в XVII–XIX веках, когда оно было ведущей отраслью молдавского хозяйства. Брынза употребляется не только как повседневная закуска в натуральном виде, но и в тертом виде в качестве добавок к овощным, яичным, мучным и мясным блюдам.

По сравнению с брынзой кукуруза стала характерным для молдавской кухни продуктом недавно – всего 200 лет тому назад. Она была завезена в Молдавию лишь в XVII веке и широко распространилась в XVIII веке, став прежде всего повседневной пищей бедняков. С течением времени в Молдавии научились приготовлять из кукурузы разнообразные блюда. Знаменита национальная каша мамалыга, широко используется кукуруза в супах и гарнирах, ее отваривают и пекут (в стадии молочно-восковой спелости), делают из кукурузной муки кондитерские изделия. В то же время в Молдавии традиционно употребляют пшеничный, а не кукурузный хлеб.

В молдавской кухне огромную роль играют овощи. Из них готовят гарниры и самостоятельные блюда. Чаще всего их отваривают, пекут, фаршируют, тушат и солят, реже – жарят. Излюбленными и специфичными для молдавской кухни овощами являются зерновая и зеленая (стручковая) фасоль, чечевица, помидоры, гогошары, сладкий перец, баклажаны, кабачки.

Бобовые часто употребляют в пюреобразном виде, взбитыми с луком и растительным маслом. Остальные овощи, особенно перцы, баклажаны, гогошары, как правило, фаршируют либо другими овощами, либо рисом с овощами и мясом. Очень часто овощи употребляют с соусами, маринадами и другими заправками, приготовленными из вина, сметаны, пряных овощей и пряной зелени. Из различных овощей, тушенных на медленном огне с растительными и животными жирами и пряностями, приготовляют разнообразные овощные рагу – гивечи и мусаки, обладающие приятным слабопикантным вкусом. В такие овощные блюда часто добавляют брынзу, сметану, придающие им особую кислотность и легкую солоноватость.

Из пряной зелени и пряных овощей наибольшим спросом пользуются лук-порей (праж) и сельдерей, которые используют в Молдавии в больших количествах не только в качестве приправ, но и в качестве самостоятельных блюд, и на квашение.

Из других пряностей применяют кориандр в семенах, черный и душистый перец, гвоздику, лавровый лист, эстрагон, особенно в соленьях. В большом употреблении также чеснок, составляющий основу для двух распространенных национальных молдавских подливок – муждея и скордоли, а также идущий во все мясные и овощные блюда, особенно в бобовые. В молдавском фольклоре и в поверьях чеснок наделен чудодейственной силой. В прошлом в маловодной Молдавии с ее жарким летом и сырой зимой он был народным лечебным средством, применяемым вместе с пищей.

Молдавской кухне, как уже отмечалось выше, свойственна терпимость к восприятию кулинарных обычаев соседних народов. Это легко заметить на примере мясных блюд. Молдаване используют в своих национальных блюдах в одинаковой степени и баранину (чорба, гивеч, мусака), и свинину (кырнэцей, костица, мушка), и говядину (мититей), и домашнюю птицу (зама, рэсол и др.), находя для каждого вида мяса наиболее соответствующее ему овощное и пряное окружение. При этом явное предпочтение оказывают молодому, нежному мясу телят, ягнят, молодых петушков и цыплят. Мясо приготовляют обязательно в сочетании с овощами, по отношению к которым оно составляет в таких блюдах небольшую часть (четверть, треть, изредка половину в гивече и мусаке), а также в сочетании с фруктами (телятину – с айвой, индейку – с абрикосами). Характерным для молдавской кухни является сочетание в мясных блюдах и соусах к ним сухого виноградного вина и томатного сока. Это придает мясу особую нежность и вместе с тем делает его более пикантным, что роднит молдавскую кухню с кухнями других романских народов, в том числе и с французской.

Для технологии приготовления мясных национальных блюд характерно использование открытого огня и гратара – толстой железной решетки, расположенной над раскаленными углями из твердых лиственных пород деревьев (кизила, ореха, бука). Гратар предварительно смазывают маслом, салом или животным жиром, кладут на него мясо или птицу либо куском, либо в рубленом и затем спрессованном виде (дроб, мититей, кырнэцей). Для тушения обычно используют духовку, а не наплитный огонь.

Интересен и молдавский сладкий стол. Для него в основном используется богатое виноградное и иное фруктовое сырье – прежде всего айва, яблоки, слива, черешня, вишня, абрикосы. Широкое применение находят грецкие орехи. Стремление переработать это сырье в наиболее концентрированном виде повлекло за собой изготовление мармелада, пастил и смокв (густых полусухих, бессиропных варений), а также особых желе (пелти) из уваренных фруктовых и ягодных соков. Используется и промежуточный продукт, получаемый при производстве виноградного вина, – виноградный муст, т. е. густой, неосветленный и непрофильтрованный виноградный сок, на котором варят некоторые фрукты и овощи. Фрукты и вино применяются и при приготовлении кондитерских изделий – пирожных и печений из масляного слоеного теста. Любят молдаване и такие лакомства, как молдавская халва (альвица) и ореховая нуга, и в этом обнаруживается влияние ближневосточной, турецкой кухни.

Молдавскую кухню в прошлом считали бедной, неразнообразной. Это неверное мнение объяснялось отчасти слабым знакомством с ней, отчасти искусственным исключением из этой кухни блюд, сложившихся под турецким влиянием, а также недооценкой овощей, брынзы и фруктов как источников самостоятельных блюд. Между тем молдавская кухня, по современным представлениям, именно благодаря своему богатому овощному и фруктовому ассортименту относится к числу чрезвычайно вкусных и полезных для здоровья кухонь.

Богатство кухни оценивается не по числу имеющихся в ней блюд, а по богатству их вкусовых оттенков, по искусству комбинации различных продуктов. Молдавская кухня, обладающая большим историческим опытом и превосходной продуктовой базой, принадлежит к одной из самых интересных национальных кухонь.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

ЧОРБА

ЧОРБА – кислый суп с мясом или птицей, в состав которого входит квас из отрубей, заменяемый теперь обычным хлебным квасом. Соотношение кваса и воды в чорбе постоянно – 1:2 (т. е. на каждый литр воды – пол-литра кваса). Для настоящей молдавской чорбы квас обычно готовят особый – из пшеничных отрубей, но в крайнем случае можно воспользоваться и покупным квасом. Этот квас кипятят отдельно и вливают в чорбу за 5 мин до полной готовности. Набор продуктов в чорбах в основном постоянен, меняется только мясо – говядина, молодой барашек, петух, куриные потроха – и в связи с этим какой-нибудь один овощной компонент. В чорбу непременно входят морковь, лук, петрушка, сельдерей, помидоры и пряная зелень – порей, укроп, любисток или эстрагон. Сменные компоненты: фасоль, картофель, капуста, сладкий перец, рис (заменяющий в некоторых чорбах картофель).

Овощи в чорбу закладывают свежие, преимущественно молодые и ни в коем случае не обжаренные. Этим чорбы принципиально отличаются от украинских борщей и других так называемых заправочных супов.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЧОРБ

1) На воде варят мясной бульон; 2) опускают в него нарезанные тонкой соломкой основные овощи чорбы; 3) через 10–15 мин опускают сменные компоненты чорбы, указанные в рецепте, за исключением фасоли, которую кладут в бульон вместе с основными овощами или даже раньше их; 4) когда овощи сварятся, заливают в чорбу перекипяченный квас; 5) заправляют чорбу пряной зеленью, красным перцем, чесноком, иногда лавровым листом и солят; 6) готовой чорбе дают настояться 15–20 мин. Добавляют лимонную кислоту или сок лимона, если она недостаточно кислая. Иногда заправляют сметаной.

КВАС ДЛЯ ЧОРБЫ (ИЗ ОТРУБЕЙ)

Глиняную посуду на 4–6 л наполняют до 1/4 объема пшеничными отрубями, смешанными с горстью кукурузной муки, слегка смачивают холодной водой, затем заливают крутым кипятком, чтобы посуда наполнилась на 3/4, хорошо размешивают и прибавляют 1,5–2 стакана закисших отрубей от прежнего кваса. Если их нет, то смачивают отруби не холодной водой, а простым квасом, если же нет кваса, можно взять молодую веточку вишни, крупно нарубить ее, перемешать с отрубями. Покрывают полотенцем и ставят на сутки в теплое место. Перед употреблением процеживают. Квас можно доливать на четверть или половину отливаемого объема.

ЧОРБА ДЕРЕВЕНСКАЯ

500 г **говядины**
20 стручков **зеленой фасоли**, порезанные на кусочки
1–2 **картофелины**
1/8–1/4 кочана **капусты**
1 **луковица**
1 **морковь**
1 **петрушка** (корень и зелень)
0,5 **сельдерея** (корень и зелень)
1 ст. л. **укропа**
0,5 стебля **любистока** или 1 ст. л. **сухой зелени любистока**
1 **лук-порей**
0,25 ч. л. **красного молотого перца**

ЧОРБА С БАРАШКОМ

500 г **молодой баранины, грудинки**
2 ст. л. **промытого риса** (вместо картофеля)
1–2 **сладких перца** (вместо капусты)
2 **луковицы**
5 **зубчиков чеснока**
2 ст. л. **сметаны** для заправки
остальные продукты те же, что и в чорбе деревенской, но **петрушки** и **моркови** вдвое меньше

ЧОРБА ИЗ ПЕТУХА

1 **петушок**
остальные продукты те же, что и в чорбе с барашком, только без сладкого перца

ЧОРБА ИЗ ПОТРОХОВ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

500 г **потрохов** (крылышки, шейка, желудок, сердце, печень) **индейки**, **гуся**, **курицы**
остальные продукты те же, что и для чорбы из петуха

ЧОРБА УВАРЕННАЯ

500 г **телятины**
0,5 л **воды**
1–1,5 стакана **кваса**
4–5 **картофелин**
1/4 кочана **капусты**
3 **луковицы**
4 **помидора**
0,5 стакана **сметаны**
1 **морковь**
0,5 **петрушки**
0,5 **сельдерея**
3–4 **лавровых листа**
4–5 **зубчиков чеснока**
1 ст. л. **укропа**
0,5 ст. л. **любистока**
1 **лук-порей**
0,25 ч. л. **красного молотого перца**

Чорбу уваренную готовят обычно из одного куска телятины. Порядок ее приготовления несколько иной.

Капусту, картофель, лук, морковь, петрушку нарезать кубиками или сравнительно крупными дольками и уложить на дно кастрюли, лучше всего казана с толстыми стенками. Поверх положить кусок телятины, залить 1–1,5 стакана кипятка, плотно закрыть и поставить в духовку примерно на 1 ч. Затем добавить еще 1 стакан кипятка, перекипяченный квас, сметану, помидоры, соль и снова поставить в духовку на 15 мин. Перед подачей на стол заправить пряной зеленью и чесноком.

ЗАМА

ЗАМА от чорбы отличается прежде всего тем, что в ее состав входит сырое яйцо, взбитое вместе со сметаной. Кроме того, овощной набор замы гораздо у́же: только морковь, лук, петрушка, сельдерей, иногда зеленая фасоль, картофель – но их по количеству больше. Вместо кваса для замы используют лимонный сок.

Наконец, заму приготовляют только из курицы, цыпленка, потрохов птицы.

Овощи нарезают тонкой соломкой.

Заправляют заму зеленью укропа и петрушки, красным перцем.

ЗАМА С ЦЫПЛЕНКОМ

1 **цыпленок**
2 стакана **зеленой фасоли**
4 **луковицы** (возможен зеленый лук)
2 **моркови**
1 **петрушка**
0,5 **сельдерея**
4 ст. л. **сметаны**
1 **яйцо**
1–1,5 **лимона** (сок и мякоть без косточек)
по 1 ст. ложке **укропа** и **зелени петрушки**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**

Приготовить бульон из цыплят, опустить в него овощи (фасоль, морковь, петрушку, лук, сельдерей), проварить 15–20 мин на среднем огне, добавить лимонный сок, посолить, довести до кипения, снять с огня. Тщательно взбить яйцо со сметаной в пену, влить порциями в еще не остывший суп и хорошо вымешать, не давая завариться белку. Заправить пряностями.

СЫРБУШКА

СЫРБУШКА – постный суп из молочной сыворотки, которой берут вдвое больше, чем воды.

В Молдавии в настоящую сырбушку используют сыворотку от овечьего молока.

0,5 л **воды**
1 л **сыворотки**
1 **морковь**
1 **луковица**
3–4 **средние картофелины**
1,5–2 ст. л. **кукурузной муки** (или манной крупы)
0,5 ч. л. **семян кориандра**

Сварить в воде целую или разрезанную вдоль пополам морковь и мелко нарезанный лук. Когда вода закипит, положить нарезанный крупной соломкой картофель и, когда он сварится, медленно засыпать через сито кукурузную муку, проварить 5–7 мин, затем влить сыворотку, посолить и добавить кориандр. Через 5 мин сырбушка будет готова.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

ДРОБ (ГОЛУБЦЫ ИЗ БАРАНЬЕГО САЛЬНИКА)

500 г **ливера**
бараний сальник
2 **яйца**
6 **луковиц**
3–4 ст. л. **тертой брынзы**
10–12 горошин **черного перца**
1 ст. л. **укропа** и **петрушки**

Сердце, легкие, печень барашка обжарить на масле с луком и потушить до полной готовности, а затем пропустить через мясорубку или мелко изрубить. В фарш добавить сырые яйца, соль, молотый перец, пряную зелень и хорошо вымешать. Затем промыть сальник, разрезать его на квадраты размером 15×15 см и на каждый положить фарш, завернув затем как голубцы. Каждый «голубец» обжарить с обеих сторон, после чего уложить все плотно в ряд на противень, посыпать тертой брынзой и поставить в духовку на 10–15 мин.

Дроб подается только горячим, с отварным картофелем и свежими помидорами.

ДРОБ В ТЕСТЕ

150 г **муки**
1 **яйцо**
1 ст. л. **масла** (**растительного** или **топленого**)
остальные продукты те же, что и в предыдущем рецепте

Замесить пресное тесто. Очень тонко раскатать его, нарезать на крупные квадраты, на каждый положить фарш и завернуть тесто так, чтобы края его не заходили один за другой, а были бы слеплены тонким швом.
Далее готовить, как дроб из сальника.

ГИВЕЧ ИЗ БАРАШКА

500 г **баранины**
1 стакан **кипятка**
1–2 ст. л. **масла**
1,5 стакана **томатного сока**
2 **картофелины**
2 **луковицы**
2 **помидора**
2–3 стручка **сладкого (болгарского) перца**
1 **морковь**
1 **петрушка**
0,5 **кабачка**
0,5 **баклажана**
0,5 кочана **цветной капусты**
10 стручков **фасоли**
8 горошин **черного перца**
1 щепотка **красного перца**
4 **зубчика чеснока**
по 1 ст. ложке **укропа** и **петрушки**

Баранину нарезать кусочками, как для гуляша, обжарить на смеси сливочного и подсолнечного масла, положить в кастрюлю, залить кипятком, прокипятить молодую баранину 20 мин, старую – 50 мин. Добавить нарезанные дольками и предварительно обжаренные картофель, морковь, петрушку, баклажаны. Потушить 10 мин,



залить томатным соком, добавить фасоль, сладкий перец, цветную капусту, посолить и довести до кипения на медленном огне. Положить помидоры, чеснок, пряную зелень, поперчить и поставить в духовку на 15–20 мин.

МУСАКА

МУСАКА – наиболее распространенное в Молдавии мясное блюдо, половину которого, а иногда и более, составляют овощи. Возможны и совершенно овощные, вегетарианские мусаки.

Особенность приготовления мусаки состоит в том, что все продукты закладывают в нее одновременно, а затем тушат, причем во время тушения за кушаньем не надо следить, поскольку время тушения строго определено. Главное – правильно подготовить и заложить в кастрюлю продукты, предназначенные для мусаки. После этого в течение 1 ч хозяйка может быть совершенно свободна: печь сама сделает свое дело.

Мясо, используемое в мусаку, – баранина, но может быть и телятина. Основные и обязательные овощи в мусаке – лук, баклажаны, помидоры; дополнительные и сменные – капуста, картофель, кабачки. Обычно в мусаке наряду с основными присутствует один из сменных овощей. Пряности для мусаки – чеснок, лавровый лист, черный или красный перец, зелень укропа и петрушки; жиры – подсолнечное масло и сметана.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ МУСАКИ

Мясо режут на кусочки, как для гуляша, и слегка отбивают. Овощи, за исключением капусты, режут кружками, капусту – соломкой. На дно широкой и неглубокой кастрюли, смазанной сливочным маслом, кладут слой баклажанов, затем слой лука, помидоров, кабачков, на них – слой мяса. Затем слои повторяют. Через каждые 2–3 слоя мусаку пересыпают пряностями. Особенно сдабривают мясной слой в середине, а также верхний овощной слой. Сверху мусаку заливают подсолнечным маслом и сметаной. В духовке мусаку выдерживают 1 ч. Посыпают зеленью. Подают горячей, с соусом, в котором варилась.

ДЛЯ МУСАКИ С БАРАШКОМ:

500 г **баранины**
2 **баклажана**
2 **помидора**
1 **кабачок**
3–4 **луковицы**
1/4 кочана **капусты**
1–1,5 стакана **сметаны**
2 ст. л. **подсолнечного масла**
3–4 **лавровых листа**
6–8 горошин **черного молотого перца**
1 ст. л. **зелени петрушки**
1 ст. л. **укропа**
1 **головка чеснока**

Мусаку можно делать также с мясным фаршем.

ДЛЯ ФАРША:

500 г **баранины**
2 **луковицы**
1 **крупная картофелина**
0,5 **моркови**
0,5 стакана **сметаны**
1–2 **яйца**

Баранину пропустить вместе с луком, морковью и сырым картофелем через мясорубку, перемешать, поперчить, посолить и слегка обжарить на подсолнечном масле, после чего смешать со сметаной и сырым яйцом. Этот фарш положить слоями вперемешку с остальными овощами, входящими в мусаку.

КИФТЕЛУЦЕ

ДЛЯ ТЕФТЕЛЕЙ:

500 г **говядины**
3 **луковицы**
0,5 **головки чеснока**
0,5–1 ст. л. **молока** или **сливок**
1–2 ст. л. **муки**
3–4 ст. л. **подсолнечного масла**

ДЛЯ СОУСА:

1 стакан **томатного сока** или 3 ст. л. **томатного пюре**

0,5 стакана **бульона**
4–5 ст. л. **красного или белого сухого вина**
0,5 **моркови**
0,5 **корешка петрушки** и **зелень**
0,5 **корешка сельдерея** и **зелень**
0,5 **лука-порея**
6 горошин **черного перца**
красный перец по вкусу
1 ч. л. **сахара**
0,5 ст. л. **винного уксуса**

ПОДГОТОВКА ТЕФТЕЛЕЙ

Мясо дважды пропустить через мясорубку с луком, перцем, чесноком (половина указанной нормы), добавить молоко, вымешать, разделить чайной ложкой на маленькие шарики диаметром 1,5 см, запанировать их в муке и обжарить на масле в кастрюльке в течение 3–4 мин.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ СОУСА

Морковь, петрушку, порей, сельдерей нарезать тонкой соломкой, добавить томатный сок или томат-пюре с бульоном, поджаренную муку, уксус, соль, сахар, пряности и тушить на слабом огне 10–15 мин. В конце тушения влить вино и снять с огня.

ТУШЕНИЕ

Тефтели сложить в сотейник в два-три слоя, залить соусом и тушить 20–25 мин на слабом огне. В конце тушения всыпать мелко нарезанный чеснок (половину нормы), зелень петрушки и сельдерея, снять с огня и дать постоять 5–6 мин под крышкой. Подавать тефтели в глубоких тарелках вместе с соусом.

МИТИТЕЙ

500 г **говядины**
2–3 ст. л. **крепкого мясного бульона**
8–10 горошин **черного перца**
0,5 головки **чеснока**
0,5 ч. л. **тмина**
сода на кончике ножа

Мясо без пленок пропустить через мясорубку. В фарш добавить соль, перец, половину тертого чеснока, бульон, соду, вымешать и поставить на 4 ч в холодильник. Затем пропустить через мясорубку с трубкой сечением 1–2 см, из которой будет идти масса в виде колбасы. Нарезать эту массу на колбаски длиной 10–12 см (за неимением трубки разделывать на колбаски руками, смоченными в холодной воде) и жарить их на гратаре на сильном огне. Во время жарения смазывать мититеи перышком, смоченным в соленом мясном бульоне и в подсолнечном масле. Мититеи подают со свежими помидорами, огурцами и луком, посыпают тертым чесноком и зеленью петрушки и сельдерея.

КЫРНЭЦЕЙ

КЫРНЭЦЕЙ готовят так же, как и мититеи, но не из говядины, а из обезжиренного свиного мяса, и фаршем наполняют тонкие свиные кишки. Соотношение мяса и пряностей то же самое, только количество чеснока немного увеличивается.
Соду в фарш не кладут.

ЦЫПЛЕНОК НА ГРАТАРЕ

1 **цыпленок**
1 ст. л. **сливочного масла**
1 ч. л. **красного перца**
6 **зубчиков чеснока** или 1 ст. л. **муждея**
(см. с. 541, 550)
1 **луковица**
1 ст. л. **сухого белого вина**
1 ст. л. **зелени петрушки**

Цыпленка очистить, опалить, разрубить пополам, промыть и положить в посуду разрубленной частью кверху. Посыпать мелко нарезанным луком, половиной перца, зеленью петрушки, посолить, облить вином и оставить на 1 ч. Затем положить каждую половину цыпленка на разогретый и смазанный маслом гратар и обжарить с обеих сторон попеременно, смазывая маслом. Готового цыпленка обсыпать оставшимся перцем и облить муждеем. Это блюдо можно приготовить не только на углях, но и на решетке в духовке газовой плиты.

ИНДЕЙКА С АБРИКОСАМИ

500–750 г **индейки**
1 стакан **абрикосов без косточек**
2–3 **луковицы**
2 ст. л. **сливочного масла**
0,5 ст. л. **муки**
0,5 стакана **томатного сока**
0,5 стакана **сухого белого вина**
1 ч. л. **сахара**
0,25 ч. л. **красного перца**
0,5 ч. л. **корицы**
0,5 **головки чеснока**
3 **лавровых листа**
1 ч. л. **винного уксуса**
1 ст. л. **зелени укропа** и **петрушки**

1. Индейку нарезать кусками 3×4 см, обжарить на масле, сложить в кастрюлю.
2. Лук нарезать, пассеровать, смешать с томатным соком, сахаром, перцем, корицей, вином.
3. Перемешать индейку с луком, тушить 30 мин.
4. Добавить свежие абрикосы, слегка пассерованную муку, разведенную в виноградном уксусе, лавровый лист, соль и тушить еще 10–12 мин на слабом огне.
5. За 1–2 мин до конца тушения добавить мелко нарезанный чеснок и зелень, снять с огня и дать постоять 5–6 мин. Так же можно приготовить и курицу по-молдавски, но не с абрикосами, а с айвой, кизилом или сливой.

ВИЦЕЛ (ТЕЛЯТИНА С АЙВОЙ)

500 г **телятины**
2–3 **айвы**
4 ст. л. **подсолнечного масла**
0,75 стакана **томатного сока**
4 **луковицы**
2 ст. л. **сухого вина**
0,5 ч. л. **сахара**
1 **корень сельдерея**
5 **зубчиков чеснока**
щепотка **красного перца**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

Телячью грудинку нарубить средними кусками, как для рагу (с косточками), посолить, поперчить черным молотым перцем, обжарить в масле до образования золотистой корочки. Затем добавить томатный сок, красный перец, нарезанный соломкой сельдерей, обжаренный в масле лук вместе с маслом и кипятить 15–20 мин (после закипания) на среднем огне. Добавить нарезанную дольками и обжаренную на масле айву, соль, сахар, вино и кипятить еще 6–7 мин. За 1 мин до готовности всыпать мелко нарубленный чеснок.

РЭСОЛ (СТУДЕНЬ ИЗ ПЕТУХА)

1 **петушок** (примерно 1 кг)
1–1,5 ст. л. **желатина**
1 **морковь**
1 **петрушка**
2 **луковицы**
0,5 головки **чеснока**
щепотка **красного перца**
3–4 **лавровых листа**
6 горошин **черного перца**

Петуха разделать: опалить, вынуть потроха, отрубить шейку, крылышки и лапки, с которых снять кожу, предварительно ошпарив их кипятком, а затем отбить деревянным молотком. Оставшуюся тушку разрубить на 4 части. Все продукты сложить в кастрюлю так, чтобы лапки и другие субпродукты были внизу, а крупные куски петуха сверху, добавить мелко нарезанные овощи, залить водой так, чтобы она покрывала мясо не менее чем на 5 см, и варить на очень слабом огне 2,5 ч. Затем крупные куски петуха вынуть из бульона, а субпродукты продолжать варить еще 1 ч – 1 ч 20 мин, добавив за 10 мин до готовности лавровый лист и перец. После этого горячий бульон посолить, затем процедить, заправить мелко сеченным чесноком, желатином и залить им разложенные в тарелки куски петуха с субпродуктами. Поставить на несколько часов в холодильник.

КОСТИЦА

500–750 г **свинины** (поясничная часть)
0,5 стакана **сухого белого вина**
1 **головка чеснока**
по 2 ст. л. **зелени укропа** и **сельдерея**

Свинину нарезать поперек волокон кусками толщиной 1,5 см (с косточкой или без нее), со всех сторон зачистить от пленки, слегка отбить деревянным молотком, не нарушая структуры мяса и не истончая его, обмакнуть в вино, чуть-чуть посолить, поперчить, дать полежать 15 мин в открытой тарелке и затем, положив поверх листик сала, обжарить на решетке в духовке в течение 15–18 мин. Затем уложить костицу в один ряд в плоскую фаянсовую или эмалированную посуду, посолить, поперчить, обмазать тертым чесноком или полить муждеем, посыпать пряной зеленью, прикрыть крышкой на 3–4 мин и подавать с гарниром из помидоров.

МУШКА

МУШКУ готовят из целых, нерезанных кусков отборного, первосортного мяса, обычно это вырезка или задняя часть (окорок). Мушка может быть тушеная, жаренная на гратаре и солено-копченая. В первом и во втором случаях используют говяжью вырезку, в последнем – свиной окорок.

1 **свиной окорок** (задняя часть)
10 л **саламура** (на 10 л **воды** 1 кг **соли**)
25 зерен **душистого перца**
5 бутонов **гвоздики**
8 **лавровых листьев**
3 ч. л. **кориандра**

Пряности и соль залить кипятком, размешать, остудить.
Из окорока вырезать кости, а мякоть разрезать на прямоугольные куски толщиной 8–10 см, оставив на них слой сала в 1–1,5 см. Куски уложить в глубокую посуду (фарфоровую, керамическую, эмалированную), залить подготовленным заранее саламуром и оставить в холодном месте на 85–90 ч. Затем мясо вынуть из саламура, подвесить на крючке или веревке, чтобы стек весь саламур, и 2 ч коптить дровами твердой породы при температуре 70–80 °С. Прокопченную мушку опустить в горячую воду (85 °С) и прогревать в течение 2 ч. После этого вынуть, подвесить, охладить и употреблять не ранее чем через 6 ч.

ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

Ниже приводятся виды молдавских овощных блюд: 1) из целиком отваренных или печеных овощей; 2) из жареных измельченных овощей; 3) из фаршированных тушеных овощей; 4) из пюреобразных, взбитых овощей.

Все эти блюда употребляются обязательно с национальными молдавскими соусами – саламуром, винно-овощным маринадом, сметанно-томатными заливками, муждеем или скордолей. Рецепты соусов даются отдельно (см. с. 549–550).

ОВОЩНЫЕ ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

ПОПУШОЙ (КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ)

Молодые початки кукурузы очистить от листьев, промыть, уложить в кастрюлю, залить кипятком, хорошо укрыть листьями, снятыми с початков, и варить при тихом кипении до мягкости. Готовую кукурузу полить сливочным маслом и посыпать солью.

ПОПУШОЙ С САЛАМУРОМ (КУКУРУЗА ПЕЧЕНАЯ)

Початки кукурузы испечь на углях, быстро смыть струей горячей воды остатки золы и облить саламуром (см. с. 550).

АРДЕЙ (ПЕРЕЦ ЖАРЕНЫЙ)

Сладкий перец (стручки, разрезанные на четвертинки) обжарить в подсолнечном масле до золотистого цвета, переложить в тарелку, полить винным уксусом, посыпать солью, накрыть крышкой и дать постоять 15 мин.



Точно так же готовят гогошары, кабачки, баклажаны.

ПЕРЦЫ. БАКЛАЖАНЫ. КАБАЧКИ ФАРШИРОВАННЫЕ

Перцы, баклажаны, молодые кабачки очистить от плодоножек и семян (с молодых кабачков срезать также верхнюю кожуру) и начинить овощным фаршем, в состав которого входят мелко нарубленные лук, морковь, капуста, взятые в равных долях, и десятая от их общего объема часть петрушки и сельдерея. Все овощи и пряные коренья, идущие на фарш, предварительно обжарить в масле. Обжарить также баклажаны, перцы и кабачки в начиненном виде. Затем сложить их в глубокую металлическую или керамическую посуду, залить соответствующими заливками и поместить в духовку на 30–45 мин для запекания.

ЗАЛИВКА ДЛЯ БАКЛАЖАНОВ
сухое белое вино (0,5 стакана на 8 баклажанов) и соус-маринад (1,5 стакана).

ЗАЛИВКА ДЛЯ КАБАЧКОВ
томатный сок (0,5–1 стакан на 4 кабачка) и тертая брынза (0,5–0,75 стакана).

ЗАЛИВКА ДЛЯ ПЕРЦЕВ
соус из сметаны пополам с томатным соком (2 стакана соуса на 12–15 перцев).

ФАСОЛЬ (ИЛИ ЧЕЧЕВИЦА) ОТВАРНАЯ

2 стакана **фасоли**
1 **луковица**
1 **петрушка**
1 **морковь**
0,5 **корня сельдерея**

Фасоль промыть, залить холодной кипяченой водой на 10–15 ч, воду слить, снова промыть, залить водой в объеме размокшей фасоли и варить на медленном огне, не мешая, пока вся вода не выкипит.

Солить можно лишь тогда, когда фасоль сделается мягкой. После этого доваривать еще 10 мин, следя за тем, чтобы не разварилась.
Вместе с фасолью, независимо от того, как она будет использоваться в дальнейшем, отварить целиком луковицу, петрушку, морковь, сельдерей, которые в конце варки вынуть из фасоли.
Отварную фасоль едят с горячим подсолнечным маслом и жареным луком.
Так же готовят и чечевицу, но она варится значительно быстрее.

ФАСОЛЬ, ВЗБИТАЯ С МУЖДЕЕМ

2 стакана **фасоли**
2 ст. л. **подсолнечного масла**
2 **луковицы**
1 ст. л. **муждея** (см. с. 550) или 6 **зубчиков чеснока**
по 1 ст. л. **зелени укропа** и **петрушки**

Отваренную, еще не остывшую фасоль протереть сквозь сито, а затем взбивать вилкой, постепенно добавляя в нее горячее подсолнечное масло, мелко нарезанный лук, чеснок или муждей, до образования легкой эластичной массы. После этого посыпать зеленью укропа и петрушки и подавать.
Можно использовать и жареный лук. Тогда его норму надо увеличить вдвое.

СОУСЫ И ЗАПРАВКИ

СОУС-МАРИНАД

4 **луковицы**
1 **морковь**
1 **петрушка**
0,5 **сельдерея**
4 ст. л. **подсолнечного масла**
4 ст. л. **томатного сока** или 2 ст. л. **томатного пюре**
0,75–1 стакан **мясного бульона**
0,5–1 ст. л. **винного уксуса** или сок 0,5 **лимона**
1 ч. л. **сахара**
0,25 ч. л. **красного перца**
2 **лавровых листа**

Лук, морковь, петрушку, сельдерей нарезать тонкой соломкой, пассеровать на масле, добавить томатный сок или пюре, бульон, потушить 10–12 мин, заправить сахаром, уксусом, посолить, дать вскипеть и охладить в стеклянной или фарфоровой посуде.

САЛАМУР

Раствор соли из расчета 1:10 (на 1 стакан воды – 1 ч. л. соли)
15–20 зерен **кориандра** (1 ч. л.)
1 зерно **душистого перца**
1 бутон **гвоздики**
1 **лавровый лист**

Пряности растереть с солью, сделать раствор, дать настояться трое суток.

МУЖДЕЙ (ЧЕСНОЧНАЯ ЗАПРАВКА ИЛИ ПОДЛИВКА)

1 **головка чеснока**
0,25 ч. л. **соли**
0,5 стакана **мясного бульона**

Чеснок истолочь с солью в ступке до образования однородной массы и развести мясным или овощным бульоном.
Муждеем заправляют овощные блюда, его подают к блюдам из мяса и домашней птицы, особенно если они готовились на гратаре.

СКОРДОЛЯ (ОРЕХИ С ЧЕСНОКОМ)

20 **грецких орехов**
100 г **белого хлеба**
0,5 стакана **подсолнечного масла**
1 ч. л. **уксуса** или сок 0,5 **лимона**
0,5 **головки чеснока**

Орехи истолочь в фарфоровой ступке, прибавить чеснок, растереть, добавить намоченный в воде и отжатый хлеб (без корочек) и растирать эту массу в эмалированной посуде, постепенно добавляя понемногу растительное масло. Когда масса загустеет, влить лимонный сок или виноградный уксус и вновь перемешать.
Если скордоля слишком густа, а ее подают в качестве соуса, то можно разбавить ее бульоном. Скордоля идет к отварным блюдам – отварному мясу, ракам, овощам. Иногда ее едят со свежими огурцами, как салат.

СОЛЕНИЯ

КАБАЧКИ СОЛЕНЫЕ

10 кг **кабачков**
15–20 **стеблей укропа**
20 **листьев хрена**
3–4 **головки чеснока**
2–3 стручка **красного жгучего перца**
20 **листьев сельдерея**
100 **листьев вишни**
50 **листьев черной смородины**
80 **стеблей эстрагона**
5 л **воды**
1,5 стакана **соли**

Кабачки промыть с щеткой в теплой воде, срезать хвостики и плодоножки, сделать наколы острой деревянной палочкой толщиной в спичку. Уложить в бочку рядами. Пряности уложить на дно, в середину бочки и поверх кабачков. Залив рассолом, оставить для брожения на 2 дня, затем долить рассол так, чтобы он хорошо покрыл овощи, и поставить в холодное место (погреб) на 1 месяц, после чего кабачки готовы. Крышку обернуть в холстину. Кабачки крайне нежны и быстро портятся. Поэтому солеными их долго не держат, стараясь употреблять в пищу быстрее, чем огурцы.

БАКЛАЖАНЫ КВАШЕНЫЕ

10 кг **баклажанов**
5–7 шт. **моркови**
4–7 шт. **петрушки**
5–7 **стеблей сельдерея**
10 шт. **сладкого перца**
2 пучка **укропа**
2–3 **головки чеснока**

5 л **воды**
1,25 стакана **соли**

Отобрать баклажаны (лучше всего поздних сортов) одинаковой величины, зрелые, без повреждений, промыть их в холодной воде, срезать плодоножки и погрузить на 5 мин в кипящую воду, после чего охладить и разрезать вдоль, но не полностью, а так, чтобы у завязи и плодоножки баклажаны оставались целыми. Затем хорошо вымытую и пропаренную бочку выложить листьями капусты, на капусту посыпать нарезанные соломкой овощи и измельченные пряности, уложить два ряда баклажанов, вновь посыпать овощами и так чередовать до верха бочки. Сверху положить пряности, укрыть холстом и крышкой и придавить грузом. Залить соленым рассолом и оставить на сутки для брожения. Потом долить рассол и поставить в погреб на 1 месяц.

БАКЛАЖАНЫ КВАШЕНЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ

Квашение баклажанов можно несколько видоизменить. Все овощи и пряности уложить не между рядами баклажанов, а в разрез каждого из них, причем, чтобы фарш держался, каждый баклажан обвязать стебельком сельдерея. Бочку выложить капустными листьями более плотно, причем поверх также положить капустные листья.

Для приготовления рассола следует взять 1,5 стакана соли на 5 л воды. В остальном поступать так же, как указано в предыдущем рецепте. Норма продуктов та же.

МОЛОЧНО-ЯИЧНЫЕ БЛЮДА

БРЫНЗА С ЯЙЦОМ

250 г **брынзы**
1–2 **яйца**
100 г **шпика**
1 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **зелени петрушки**
0,25 ч. л. **красного молотого перца**

Брынзу нарезать прямоугольниками толщиной 1 см, залить кипятком. Шпик нарезать пластинками, поджарить на сковороде. Яйца взбить. Брынзу вынуть из кипятка, опустить во взбитые яйца и обжарить на сковороде с салом. Пересыпать пряностями.

СКРОБ С БРЫНЗОЙ

СКРОБ – род омлета, но без муки, а с различными наполнителями, чаще всего с брынзой или овощами – помидорами, баклажанами, картофелем.

4 **яйца**
0,5 стакана **молока**
4 ст. л. **подсолнечного масла**
0,5 стакана **тертой брынзы**
0,5 **головки чеснока**
1 ст. л. **укропа**
1 ст. л. **зелени петрушки**
0,25 ч. л. **красного молотого перца**

Яйца взбить, развести молоком, вылить на разогретую сковородку с маслом и помешивать, чтобы ускорить загустение. До того, как скроб загустеет, засыпать в него тертую брынзу.

СКРОБ С ОВОЩАМИ

2 **помидора**, или 2 **картофелины**, или 1 **баклажан**
1–2 **луковицы**
4–5 ст. л. **подсолнечного масла**
остальные продукты те же, что и в предыдущем рецепте

Помидоры или баклажаны нарезать кружочками, обвалять в муке и поджарить в масле с мукой, после чего залить их начинающим густеть скробом с другой сковороды, посыпать тертой брынзой.

Картофель предварительно натереть на крупной терке, обжарить с луком в масле на сковороде, выровнять в пласт и залить взбитыми с молоком яйцами, после чего готовить, как обычный скроб (см. выше).

Огонь в начале жарения скроба большой, затем по мере загустения массы убавляется, чтобы дно скроба не зажарилось. Когда же дно скроба загустеет, а верх будет еще жидковат, скроб следует поставить на 2–3 мин в разогретую духовку (или собрать с боков сковороды к середине горкой – при наплитном приготовлении).

МАМАЛЫГА

МАМАЛЫГА – традиционное молдавское национальное блюдо. Оно вошло в употребление с конца XVII века в связи с распространением посевов кукурузы в Молдавии. Широко бытует мнение, что мамалыга якобы заменяет в Молдавии хлеб. Это неверно. Молдаване искони употребляют в пищу пшеничный хлеб. Мамалыга же является наиболее распространенным и любимым блюдом. Молдаване называют ее мамалигуцэ.

Приготовление настоящей мамалыги требует определенных навыков и точного знания всех операций. Немалое значение имеет и качество муки, и количество воды.

Для мамалыги следует брать только кукурузную муку мелкого помола, предварительно хорошо просушенную в духовке и просеянную через сито. Посудой служит обычно казанок – чугунный котелок с толстыми стенками и дном. В казанке нагревается подсоленная вода, в которую, когда она закипает, всыпают кукурузную муку. Идеальное соотношение муки и воды обычно достигается в результате многократного опыта и зависит в ряде случаев от их качества в каждой конкретной местности. Примерное, самое стандартное соотношение: 400 г муки на 1,2–1,25 л воды, т. е. по весу 1:3. Соотношение по объему менее точно, но примерно то же самое: 2 стакана кукурузной муки на 6 стаканов воды.

Муку всыпают в кипящую подсоленную воду разными способами: 1) тонкой струйкой, непрерывно помешивая; 2) через сито, непрерывно помешивая; 3) вначале всыпают не более горсти муки, которая несколько сбивает кипение воды, а затем, когда вода закипает вновь, всыпают сразу всю остальную муку.

Чтобы не образовались комки, в центр казанка ставят деревянную мешалку (лопаточку, скалку). Варится мамалыга при медленном кипении в течение 25–30 мин, причем ее все время следует размешивать, прижимая мешалку к стенкам казанка. Затем огонь уменьшают и, непрерывно помешивая, варят мамалыгу еще 10–15 мин до полного загустения. Для определения готовности мамалыги в нее опускают вертикально скалку и быстро вращают ее ладонями. Если мамалыга не пристает к скалке – она готова.

Когда мамалыга загустеет, ее отделяют смоченной в воде ложкой от стенок казанка и оставляют еще на некоторое время на огне, чтобы она пропеклась со дна и лучше отставала от казанка. Затем казанок хорошенько встряхивают несколько раз и опрокидывают мамалыгу на разделочную доску или на чистую скатерть, но не на блюдо, иначе мамалыга отпотеет и станет невкусной. Правильно сваренная мамалыга должна точно сохранять форму казанка и не разваливаться при вытряхивании. Затем мамалыгу режут на куски суровой ниткой или деревянным ножом и сдабривают брынзой, молоком, яйцами, чесноком. Иногда мамалыгу варят вместе с молоком (это блюдо называется балмуш) или начиняют брынзой шарики из мамалыги (курс).

МАМАЛЫГА С БРЫНЗОЙ

400 г **кукурузной муки**
1,2 л **воды**
1 ч. л. **соли**
1–1,5 стакана **тертой брынзы**
4 **луковицы**
100 г **сливочного масла**

Сварить мамалыгу (см. выше), разрезать на куски, подать отдельно тертую брынзу и жаренный в масле лук.

МАМАЛЫГА С МОЛОКОМ

400 г **кукурузной муки**
1,2 л **воды**
1 ч. л. **соли**
1 л **молока**

Сварить мамалыгу (см. выше), разрезать на мелкие кусочки, залить молоком.

МАМАЛЫГА С ЧЕСНОКОМ

400 г **кукурузной муки**
1,2 л **воды**

1 ч. л. **соли**
4 ст. л. **сливочного масла**
1 **головка чеснока**

Сварить мамалыгу (см. с. 552), разрезать на мелкие кусочки и еще горячую залить растопленным маслом с толченым чесноком.

МАМАЛЫГА С ЯЙЦОМ

400 г **кукурузной муки**
1,2 л **воды**
1 ч. л. **соли**
3 ст. л. **сливочного масла**
2 **яйца**

Сварить мамалыгу (см. с. 552), дать ей совершенно остыть, нарезать на небольшие плоские квадратики, обмакнуть их во взбитые яйца и обжарить с обеих сторон на сливочном масле.

УРС (ШАРИКИ ИЗ МАМАЛЫГИ)

400 г **кукурузной муки**
2 л **воды**
1 ч. л. **соли**
1 стакан **тертой брынзы**

Сварить более жидкую, чем обычно, мамалыгу, разделать ее ложкой на куски величиной с небольшое яблоко, сделать в каждом куске выемку, заполнить ее 1–2 чайными ложками брынзы, скатать в руках в шарик и испечь (точнее, допечь) в золе.
Урс готов, когда он подрумянится сверху, а внутри брынза расплавится.

БАЛМУШ (МАМАЛЫГА МОЛОЧНАЯ)

400 г **кукурузной муки**
1,25 л **молока**
0,25 л **воды**
1 ч. л. **соли** (если брынза соленая – 0,5 ч. л.)
1 стакан **тертой брынзы**

Молоко разбавить водой, вскипятить и сварить на нем мамалыгу жиже обычной. Затем прибавить тертую брынзу и тщательно размешать до образования однородной массы. Подавать горячей со сметаной.

ПЛЭЧИНТА

ПЛЭЧИНТА – это пироги из пресного вытяжного теста с различной начинкой, преимущественно с брынзой, творогом или отварным картофелем.

ПРОДУКТЫ ДЛЯ ТЕСТА:

500 г **пшеничной муки**
1 стакан **теплой кипяченой волы** (35 °С)
1 ч. л. **соли** (без верха)
3 ст. л. **подсолнечного масла**

1. Из указанных компонентов замесить не очень крутое тесто. Если окажется крутым, добавить немного воды. Тесто хорошо вымешать: сначала 15–20 мин ложкой в посуде, затем руками на доске, после чего выбить тесто о стол (доску) и поставить на 10 мин в теплое место, накрыв подогретым полотенцем или теплой кастрюлей.
2. Разрезать тесто на несколько кусков величиной с яблоко или яйцо, раскатать каждый кусок скалкой.
3. Каждый кусок растянуть осторожно во все стороны на доске или на столе, покрытом скатертью, так, чтобы тесто стало тонким, как бумага. Дать тесту полежать несколько минут.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПЛЭЧИНТЫ

Несколько кусков растянутого теста (обычно 3–5) уложить один на другой, смазывая каждый маслом, и в середину образовавшегося слоеного коржа положить начинку (брынзу, творог, лук и яйцо, черешню или вишню, можно мясо), разровнять ее, завернуть плэчинту, свободно перекрыв края коржа над начинкой, не защипывая, положить плэчинту на противень швами вниз, смазать маслом, смешанным с яйцом, и выпечь в духовке на умеренном огне в течение 15–20 мин. Готовую плэчинту обильно смазать сливочным маслом.
Есть горячую, с пылу с жару.

ПЛЭЧИНТА С БРЫНЗОЙ[1]

1 стакан **тертой брынзы**
6–7 **картофелин**
1 **луковица**
1 **яйцо**
3 ст. л. **подсолнечного масла**
0,25 ч. л. **красного молотого перца**

Картофель отварить, сделать пюре, смешать с пережаренным на масле луком, вбить яйцо, перемешать, всыпать брынзу, тщательно растереть в однородную массу. Стараться сделать это как можно быстрее, пока картофельное пюре горячее.

ПЛЭЧИНТА С ТВОРОГОМ

500 г **творога**
50 г **сливочного масла**
3–4 **яичных желтка**
0,5 стакана **молока**
1 ст. л. **муки**
0,5 ч. л. **соли**

Творог растереть с маслом, посолить, вбить яйца, добавить молоко и муку, также растерев.

ПЛЭЧИНТА С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ

1 стакан мелко нарезанного **зеленого лука**
4 **яйца**
по 2 ст. л. **укропа** и **зелени петрушки**
6 горошин **черного перца**
2 ст. л. **сливочного масла**

Крутые яйца и зеленый лук мелко изрубить, смешать со сливочным маслом, перцем, солью и мелко рубленной зеленью укропа и петрушки.

ПЛЭЧИНТА С ЧЕРЕШНЕЙ ИЛИ ВИШНЕЙ

2 стакана **черешни** или **вишни**
1,5 ст. ложки **сахара**

Из ягод удалить косточки, пересыпать сахаром, дать постоять 15–20 мин, слить сок, после чего начинять плэчинты.

ВЕРТУТА

ВЕРТУТА – пирог-рулет из вытяжного теста. Иногда для вертут используют то же тесто, что и для плэчинты, но чаще готовят тесто с добавлением яиц при обратном соотношении масла и воды (по сравнению с тестом плэчинты).

ПРОДУКТЫ ДЛЯ ТЕСТА:

2 стакана **муки**
1 **яйцо**
0,5 стакана **подсолнечного масла**
2 скорлупки **теплой воды**
0,5 ч. л. **соли**

Яйцо взбить, масло и воду слегка подогреть. Из указанных компонентов замесить тесто. Тесто месить до тех пор, пока оно не будет эластичным и не перестанет прилипать к рукам. Затем скатать в шар, накрыть теплым полотенцем и дать постоять 30 мин. После этого разрезать на 2–4 части и на чистой скатерти, посыпанной мукой, вначале слегка раскатать каждый колобок, а потом растянуть руками во все стороны до толщины бумаги.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ВЕРТУТЫ

Каждый растянутый «блин» смазать сливочным маслом, покрыть тонким слоем начинки и завернуть довольно туго в жгут-рулет, который, в свою очередь, свернуть спиралью, смазать яйцом. Выпечь вертуту на противне в духовке. После выпечки смазать маслом.

НАЧИНКИ ДЛЯ ВЕРТУТ

Обычные начинки для вертут: брынза, творог, мясо, лук, яблоки.

ПРОДУКТЫ ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ НАЧИНОК. ДЛЯ БРЫНЗОВОЙ:

1 стакан **тертой брынзы**
2 ст. л. **сливочного масла**

[1] В рецептах плэчинты даны указания только по приготовлению начинки. О приготовлении теста и плэчинты см. выше.



ДЛЯ МЯСНОЙ:
150 г **мясного фарша** (из вареного мяса)
2 ст. л. **сливочного масла**
3 **луковицы**
8 горошин **черного перца**
1 ст. л. **зелени укропа**
соль по вкусу

ДЛЯ ЛУКОВОЙ:
5–6 **луковиц**
3 ст. л. **сливочного масла**
перец и **соль** по вкусу

ДЛЯ ЯБЛОЧНОЙ:
300 г **яблок** (натереть на терке)
50 г **сахара**
25 г **сухарей** из **белого хлеба**

ВЭРЗЭРЕ

ВЭРЗЭРЕ – пирог с квашеной или свежей капустой. Тесто для вэрзэре замешивают на воде и масле, взятых в равных количествах. Количество муки при этом не устанавливается: ее берут столько, сколько потребуется для некрутого теста на определенное количество жидкости. Поэтому муку постепенно подсыпают в жидкость. Обычно на стакан жидкости (масла с водой) идет примерно 2 стакана муки. Тесто для вэрзэре долго вымешивают до гладкости, выстаивают под теплой салфеткой 15–20 мин, после чего раскатывают, как для лапши, и нарезают на квадраты 20×20 см, каждый из которых начиняют капустным фаршем, защипывают в форме конверта, соединяя противоположные углы квадрата, смазывают яйцом. Выпекают на противне в умеренно нагретой духовке. После выпечки смазывают сливочным, топленым или подсолнечным маслом.

ДЛЯ ТЕСТА:
0,5 стакана **воды**
0,5 стакана **подсолнечного масла**
приблизительно 2 стакана **пшеничной муки**

ДЛЯ НАЧИНКИ:
2 стакана **квашеной капусты** или 1 небольшой **кочан свежей капусты**
3 **луковицы**
2 ст. л. **подсолнечного масла**
2 **крутых яйца**
0,5 ч. л. **молотого черного перца**
1–2 ч. л. **сухого шалфея** (порошком)
2–3 ч. л. **змееголовника молдавского** (мелиссы)
0,5–1 ч. л. **розмарина** (порошка)

Из квашеной капусты отжать сок. Свежую капусту посечь. Затем и ту и другую обварить кипящим квасом, отжать, обжарить на масле, добавив розмарин, смешать с пассерованным луком, рубленым яйцом, молотым черным перцем и солью, ввести остальные пряности в виде порошка.

КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

КУКУРУЗНОЕ ПИРОЖНОЕ

1 стакан **кукурузной муки**
100 г **сливочного масла**
150 г **сахарной пудры** (или **песка**)
10 **яиц**
1–2 ч. л. **корицы**

Желтки, масло, сахар растереть добела. Белки взбить в пену. Соединить все, постепенно добавлять муку и корицу и все хорошо вымесить. Полученную массу выложить на противень, смазанный маслом, разровнять и выпечь в духовке на очень слабом огне в течение нескольких минут. Готовую, еще мягкую запеченную массу нарезать на куски и залить горячим медом, сделав наколы вилкой.

ГОГОШЬ (ПЕЧЕНЬЕ)

240 г **пшеничной муки**
150 г **сливочного масла**
100 г **сахарной пудры**
4 **желтка**
100 г **очищенных грецких орехов**

Желтки, масло, сахар растереть добела, смешать с мукой. Тесто хорошо вымесить, раскатать в пласт толщиной 1 см и вырезать круглой фор-

мочкой печенье диаметром 2,5 см, в центре каждого продавить пальцем небольшое углубление.

Печенье смазать яйцом, посыпать дроблеными орехами и выпечь в духовке на среднем огне, а затем положить в углубления по 1 ягодке вишневого варенья.

СЕМИЛУНЭ (ПЕЧЕНЬЕ)

320 г **муки**
280 г **сливочного масла**
280 г **сахарной пудры**
10 **желтков** (крутых)
200 г **мармелада**
1 **лимон** (**сок и цедра**)

ДЛЯ ГЛАЗУРИ:

100 г **сахара**
десять капель **лимонного сока**
2 ч. л. **сухой лимонной цедры** или **цедра с 1 лимона**

Муку, растопленное масло, сахар, крутые яйца, предварительно протертые сквозь сито, а также лимонный сок и тертую цедру смешать и растереть ложкой до образования однородного теста. Тесто раскатать в пласт толщиной 3–4 мм, стаканом вырезать из него печенье в форме полумесяца и выпечь на противне в духовке на слабом огне. Затем печенье по двое склеить мармеладом и покрыть лимонной глазурью (см. выше).

ЯБЛОКИ В СЛОЕНОМ ТЕСТЕ

ДЛЯ ТЕСТА:

400 г **муки**
400 г **сливочного масла**
4 **желтка**
100 г **сухого белого вина**
0,5 стакана **сметаны**
1 ч. л. **соли**

ДЛЯ НАЧИНКИ:

6–8 **яблок**
6 ч. л. **сахарной пудры**
1 ч. л. **корицы молотой**
6 ч. л. **варенья**

Некрупные яблоки сладких сортов очистить от кожуры и семян, но не вырезать сердцевины насквозь. Варенье, сахар, корицу смешать и каждое яблоко начинить 1,5–2 ч. ложками этой смеси. Затем раскатать слоеное тесто в пласт толщиной 2–3 мм, нарезать его квадратиками, соответствующими величине яблок, и в каждый квадрат завернуть по яблоку. «Кульки» положить швом вниз на противень, смоченный водой, смазать яйцом, выпечь в духовке до зарумянивания и обсыпать сахарной пудрой.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ СЛОЕНОГО ТЕСТА

Муку, сметану, желтки, вино, соль вымешивать до тех пор, пока тесто не начнет отставать от рук. Оставить тесто укрытым на 15–20 мин. Затем раскатать в пласт толщиной 0,5 см, на середину пласта положить половину подготовленного масла, размазать его, сложить пласт вдвое, сверху положить другую половину масла и вновь сложить пласт, после чего края со всех сторон защипать и раскатать его как можно тоньше, следя, однако, за тем, чтобы масло не прорвало края теста. Затем пласт теста сложить в 4 слоя, дать ему «отдохнуть» 10 мин и снова раскатать. Эту операцию повторить 4 раза, причем каждый раз давать тесту «отдыхать» до 10 мин. В последний раз раскатать пласт теста до толщины 2–3 мм.

Слоеное тесто следует раскатывать в прохладном помещении, а не в нагретой кухне.

АЛЬВИЦА

500 г **сахара**
250 г **патоки**
1,5 стакана **отвара мыльного корня**
200 г **очищенных грецких орехов**
0,25 палочки **ванили** или **ванилин** на кончике ножа

Приготовление альвицы состоит из четырех самостоятельных операций, каждая из которых имеет свои правила: приготовление карамели,



отвара мыльного корня, соединение и уваривание их в альвичную массу и, наконец, соединение альвичной массы с орехами и ванилью.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КАРАМЕЛИ

В кастрюле вскипятить ровно 170 г воды (треть от веса сахара), всыпать сахар, довести до кипения, снять пену, добавить патоку, вновь довести до кипения, процедить сквозь сито и уварить до карамельной пробы, т. е. до такого состояния, когда взятая проба – комочек карамели – при охлаждении в воде легко дробится.

ОТВАР МЫЛЬНОГО КОРНЯ

Мыльный корень разрезать на куски по 3–4 см, промыть в холодной воде, а затем заполнить им посуду на 1/3, остальные 2/3 залить водой. На медленном огне уваривать 4 ч до получения отвара темно-коричневого цвета. Процедить сквозь сито, взбить.

АЛЬВИЧНАЯ МАССА

Во взбитый отвар мыльного корня тонкой струйкой влить разогретую карамель, все время помешивая деревянной лопаточкой, затем поставить смесь на огонь и, не переставая мешать, доварить до готовности, которую определить следующим образом: на кончик деревянной лопаточки взять немного сваренной альвичной массы так, чтобы образовалась сосулька; если через несколько минут застывшая сосулька легко дробится от удара ножом, то альвичная масса готова.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ АЛЬВИЦЫ

Альвичную массу снять с огня, добавить в нее орехи, ванилин, быстро и хорошо перемешать и выложить в деревянный плоский ящик, застеленный пергаментом. Когда альвица окончательно застынет, нарезать ее прямоугольниками.

НУГА ОРЕХОВАЯ

500 г **сахара**
25 г **сахарной пудры**
1 стакан **меда**
1 стакан **воды**
300 г **очищенных грецких орехов**
10 **белков**
0,25 **палочки ванили** или **ванилин** на кончике ножа либо 1 ч. л. **сухой лимонной цедры** или **цедра с 1 лимона**

Сахар, мед сварить почти до карамельной пробы (см. рецепт выше). Белки взбить в плотную пену, перемешать с сахарной пудрой и залить медово-сахарной карамелью, а затем, непрерывно помешивая по дну деревянной лопаточкой, уварить на слабом огне до состояния полутвердого шарика. (В чашку с холодной водой влить несколько капель массы и соединить ее в шарик. Если шарик твердый – масса готова.) К массе добавить дробленые орехи, ваниль или цедру, перемешать, выложить на пергамент, раскатать в пласт толщиной 1,5–2 см и после охлаждения нарезать на кусочки.

КИТОНОАГЭ (ПАСТИЛА ИЗ АЙВЫ)

1,8 кг **айвы**
4 **яблока**
400 г **сахара**
1 **лимон (сок, мякоть и цедра)**
1 стакан **сахара**
0,5 стакана **воды**

Некрупную айву нарезать на четвертушки, очистить от сердцевины и припустить на очень слабом огне. Через несколько минут добавить яблоки, так же разрезанные на четвертушки и очищенные от косточек. Варить до первых признаков мягкости (когда легко входит спичка), затем протереть сквозь сито, прибавить сахар, лимонный сок, цедру и снова варить до загустения, все время помешивая. Густую пастилу выложить на доску, слегка смоченную водой, разровнять ножом в пласт толщиной 1 см, прикрыть марлей так, чтобы она была на 0,5–1,5 см над поверхностью пастилы, и поставить в сухое, проветриваемое место на 2 дня.

Когда пастила высохнет, нарезать кусками (3×2 см), обвалять в сахарной пудре.

ПЕЛТЯ – особый вид варенья, изготовляемого не из ягод и фруктов, а из их соков или отваров. Сок используется тогда, когда ягоды кости сты (малина и ежевика). Отвар используется в тех случаях, когда фрукты содержат большое количество пектина, т. е. желирующего вещества (обычно это айва и яблоки).

Варят пелтю осторожно, на слабом огне, чтобы не переварилась, иначе она не загустеет как надо. Горячая пелтя жидка, но при остывании густеет и прозрачна, как желе. Ее переливают из таза в банки в горячем состоянии.

ПЕЛТЯ МАЛИНОВАЯ ИЛИ ЕЖЕВИЧНАЯ

1 л **ягодного сока**
1 кг **сахара**

Сок из ягод отжать небольшими порциями сквозь двойную марлю или бязь, дать ему отстояться, затем распустить в нем сахар из расчета 1:1 и варить, как варенье, снимая пену.

ПЕЛТЯ ЯБЛОЧНАЯ

2 кг **очищенных яблок**
1,75 л **воды**
1–1,75 кг **сахара** (1 кг сахара на 1 л яблочного отвара)

Отобрать яблоки твердые, но сладкие.
Фрукты вымыть, затем разрезать на четвертушки, каждую четвертушку – поперек пополам. От семечек и кожуры яблоки не очищать. Чтобы яблоки не темнели во время чистки, положить их в холодную воду. Варить под крышкой на слабом огне. При этом яблоки нельзя мешать, иначе они разварятся. Через 15 мин слить отвар через сито в другую посуду, накрыть ее ситом и высыпать на него яблоки, чтобы стекли самые густые фракции отвара. Держать так в течение получаса. Отстоявшийся отвар вновь процедить сквозь чистую марлю. На 1 л очищенного отвара взять 1 кг сахара, распустить постепенно в отваре и варить пелтю, причем пока сахар не распустится, огонь сделать очень слабым.

{ ГЛАВА 7 }

ЗАКАВКАЗСКИЕ КУХНИ

ЗАКАВКАЗЬЕ – край разнообразный по растительности и по насыщенности сельскохозяйственными культурами. Виноград, лимоны, мандарины, чай, гранаты, инжир, грецкие орехи, десятки видов и сортов абрикосов, персиков, слив, тута, миндаля и в то же время кукуруза, чумиза, полба, бобовые, эфироносы, пряные травы, овощные и бахчевые культуры. И вместе с этим – овцеводство, птицеводство, мясное и молочное скотоводство, пчеловодство, развитое сыроделие.

Горный характер всего края, влияние Черного моря с запада и Каспийского с востока, цветущие долины и предгорья, высокогорные альпийские луга – все это отличает и выделяет Закавказье с его субтропической природой средиземноморского типа. Эти общие черты объединяют и влажные субтропики Колхиды и Ленкорани, и сухие субтропики Куринской и Ереванской низменностей, и идеальный средиземноморский климат Алазанской долины, похожий на климат южного подножия Итальянских Альп. Для всех районов характерны продолжительное жаркое лето, обилие солнца, мягкая зима. Вот почему можно считать, что грузины, азербайджанцы и армяне в целом в сходных природных условиях имеют много общих черт в направлении сельского хозяйства своих республик и потому, вполне естественно, используют в своем питании во многом сходное и даже одинаковое растительное и животное сырье. Этим, конечно, объясняется сходство их национальных кухонь.

Но не только природные условия, но и историческая обстановка, в которой на протяжении десятков веков шло развитие народов Закавказья, была во многом сходной.

Раннее возникновение государственной самостоятельности Армении, Грузии и Азербайджана и высокое развитие национальной культуры закавказских народов, их связи с древнейшими государствами Ближнего Востока и Средиземноморья, в частности с Римом и Византией, а затем разрушение древнейшей цивилизации и национальных традиций в результате завоеваний и длительное порабощение со стороны соседних мусульманских государств – арабских халифатов, Ирана и Турции – все это оказало серьезное влияние на материальную культуру армян, грузин и азербайджанцев. Часть блюд грузинской и армянской кухонь получили тюркские наименования, распространенные и в соседнем Азербайджане, а также в Иране и Турции, что нередко затрудняет определение истинной национальной принадлежности того или иного блюда, вынуждая формально, по названию, относить его к турецким, иранским или азербайджанским, в то время как оно является, быть может, грузинским или армянским по происхождению и содержанию.

Размежевание закавказских кухонь по национальным признакам затрудняется еще и тем обстоятельством, что целый ряд одинаковых блюд приобрел распространение по всему Закавказью независимо от национального или историко-географического района. Возьмем, например, всем известные шашлык или пловы. Хотя последние под именем «палав» распространены у армян, а под названием «шилаплави» у восточных грузин, тюркское название, а также происхождение и особенности технологии указывают на определенный тюркско-иранский источник пловов, что позволяет отнести их к ассортименту азербайджанской национальной кухни. Иначе обстоит дело с шашлыком. Это блюдо, считающееся в России и во всем мире типичным кавказским, знакомо вообще многим пастушеским, скотоводческим народам, особенно горным. Что же касается названия – шашлык, то, несмотря на его несомненное тюркское происхождение, никто на Кавказе, в том числе и в тюркоязычном Азербайджане, не сможет объяснить это слово, исходя из словарного запаса своего языка. В Грузии шашлык называют мцвади, в Армении – хоровац, а в Азербайджане – кебап. Слово «шашлык» употребляют только русские, которые заимствовали его у крымских татар еще в XVIII в. («шишлик» от «шиш» – вертел) для обозначения блюд, при-

готовляемых на вертеле, и из русского это слово перешло в европейские языки. В Закавказье для каждого народа шашлык является национальным блюдом и потому имеет не только свое название, но и готовят его у азербайджанцев, грузин и армян разными способами, что дает основание относить это блюдо ко всем трем закавказским кухням.

Если с пловом и шашлыком все же можно разобраться, отыскав их корни, то гораздо сложнее обстоит дело с такими распространенными в Закавказье блюдами, как долма (толма), пити (путук, чанахи), хаши (хаш), кята (гата, када), табака (тапака), бозбаш, борани, пахлава, и целым рядом других, имеющих к тому же не только сходные, но и совершенно одинаковые звучания у разных народов. Определить в этом случае национальную принадлежность блюда нередко не помогает ни филологический анализ его названия, ни факт распространенности среди того или иного народа, так как известно, например, что кулинарная терминология для обозначения даже национальных блюд нередко заимствовалась народами Закавказья и друг у друга, и у своих завоевателей. Особенно часто заимствовалась соседями армянская кулинарная терминология, поскольку в древности у армян раньше сложилась развитая материальная культура, в том числе и кулинарное искусство, а в новое и новейшее время армяне чаще других выступали в Закавказье, в том числе в Грузии и Азербайджане, в качестве устроителей и содержателей постоялых дворов (караван-сараев) и духанов и, таким образом, распространяли достижения армянской кухни по всему Закавказью.

Однако, несмотря на ряд общих для всех народов Закавказья блюд, на некоторые общие излюбленные виды сырья, приправ, а также кухонной техники, наконец, несмотря на сходство застольных нравов и обычаев, сближающих кулинарию грузин, армян и азербайджанцев в глазах европейских народов, нельзя говорить о существовании единой закавказской кухни. Наоборот, совершенно определенно можно утверждать, что народы Закавказья обладают каждый своей собственной национальной кухней, сохраняют каждый свой особый кулинарный колорит, проявляемый не только и не столько в названиях национальных блюд, сколько в особенностях национальной кулинарной технологии и в ароматическо-вкусовой гамме.

Различия в историческом развитии каждой из наций Закавказья проявились в сохранении национальных особенностей и в области пищи, и кулинарного искусства. Вот почему мы, подчеркивая общие черты в кухнях закавказских народов, рассмотрим все же каждую из этих кухонь отдельно.

Но помимо того, что все три кухни народов Закавказья отличаются одна от другой, внутри каждой из них существуют еще и региональные различия. Это объясняется как природно-географическими, так и историческими причинами, типичными для всего Закавказья. Ведь недоступные горные хребты или глубокие ущелья нередко изолировали разных представителей одной и той же нации, как, например, сванов, хевсуров, пшавов, тушинов от остальных грузин. В то же время каждая из современных республик Закавказья была разделена в прошлом на довольно большое число мелких государств – княжеств или ханств, иногда самостоятельных, а иногда находившихся в зависимости от своих более крупных соседей – Турции, Ирана, России. В каждом из природно-географических и историко-этнических районов складывались, естественно, свои кулинарные обычаи, различавшиеся в деталях.

Таким образом, региональность закавказских национальных кухонь, хотя она и не особенно резко выражена, сохраняется довольно прочно вплоть до наших дней.

{ ГЛАВА 8 }

ГРУЗИНСКАЯ КУХНЯ

НА ДВЕ географические части делит Грузию Сурамский перевал. Все, что расположено к западу от Сурама, – это Западная Грузия, меньшая по территории, но с большей природной, этнографической и исторической пестротой. К востоку от Сурамского перевала в иной природной зоне расположена Центральная и Восточная Грузия.

Говоря о грузинской кухне, нельзя не сказать об основных различиях кухонь Западной и Восточной Грузии, обусловленных не только разными природными условиями этих двух больших районов, но и известным турецким влиянием на кухню Западной Грузии и иранским – на кухню Восточной Грузии. В результате установилась разница в использовании некоторых основных продуктов (хлебных, мясных) и отчасти в характере излюбленной ароматическо-вкусовой гаммы – разница, сохранившаяся вплоть до нашего времени.

Так, в Западной Грузии широко распространен хлеб и особые лепешки из кукурузной муки – мчади, в то время как в Восточной Грузии предпочитают пшеничный хлеб. В некоторых частях Западной Грузии – Мегрелии и Абхазии – в качестве хлеба используют также чумизу (вид проса), из которой варят кашицеобразную массу – гоми, применяемую вместо хлеба с супами, мясными и овощными блюдами. Что же касается мяса, то в Восточной Грузии наряду с основным для грузин мясом – говядиной едят и баранину, употребляют довольно много животных жиров, в то время как в Западной Грузии гораздо меньше едят мяса, предпочитая домашнюю птицу, т. е. в основном кур и индеек (гусей и уток в Грузии в пищу не употребляют). Наконец, в Западной Грузии используют более острые блюда, несколько иные соусы.

Все это, однако, не дает оснований проводить непреодолимую грань между западной и восточной грузинскими кухнями, ибо не затрагивает, не меняет основных, характерных особенностей грузинской национальной кулинарии. И в области использования подавляющего большинства продуктов, и тем более в области технологии грузинской кухне в целом присущи свои особенности.

Возьмем хотя бы мясные блюда, столь распространенные в Закавказье. Длительное существование грузинской нации на стыке многих культур и влияний привело к тому, что в целом в грузинской кухне ни один из видов мяса не имеет преобладающего значения. Грузинские мясные блюда могут быть сделаны из свинины (мужужи), из баранины (чанахи), из говядины (харчо) и из домашней птицы (чахохбили). Такая терпимость обычно не свойственна другим народам Востока. Она довольно наглядно иллюстрируется, между прочим, одним старинным блюдом грузинской кухни, называемым «бык на вертеле». Композиция его чрезвычайно проста: внутри целой туши быка помещают теленка, в теленка кладут барашка, в барашка – индейку, в индейку – гуся, в гуся – утку, в утку – цыпленка. В промежутках между этими животными и внутри них во все уголки набивают пряные травы – кинзу, базилик, эстрагон, лук-порей, мяту, сдобренные и пересыпанные красным перцем, чесноком, шафраном, корицей и орехами. Все это гигантское жаркое жарят на вертеле, прямо на улице, над угольной кучей в течение нескольких часов. Снаружи довольно толстый слой его обугливается, так что часть мяса пропадает. Зато внутри такое обилие сока, такой неповторимый аромат, что по сочности и тонкости вкуса мяса с ним не может сравниться ни одно мясное блюдо в мире.

Однако терпимость ко всем видам мяса не мешает грузинам все же больше всего любить говядину и домашнюю птицу – индейку и курицу.

По сравнению с мясом рыбные блюда занимают в Грузии сравнительно скромное место, да и то лишь в отдельных районах, расположенных вблизи рек. При этом следует подчеркнуть, что типичными для Закавказья видами рыб являются усач, храмуля, шемая, подуст, принадлежащие к семейству карповых и от-

личающиеся исключительно нежным и жирным мясом. В высокогорных прозрачных и быстрых речках Абхазии, Сванетии, Хевсуретии и Верхней Карталинии распространена форель, мясо которой тоже изысканно вкусно и не имеет специфического «рыбного» привкуса. Эти особенности местного рыбного сырья в сочетании с относительно редким и незначительным использованием рыбы по сравнению с мясом в грузинской кухне наложили отпечаток на характер приготовления рыбы у грузин. Ее употребляют преимущественно в отварном и тушеном виде и сдабривают теми же соусами и приправами, что и мясные или овощные блюда.

Формирование постного стола в грузинской кухне, в отличие, например, от русской, пошло по линии разработки не рыбных и грибных блюд, а в основном овощных и фруктовых. На это наталкивала сама природная среда. В результате овощные блюда стали занимать в грузинской кухне большое и чуть ли не доминирующее место, если иметь в виду разнообразие их видов. Большинство их готовят из фасоли, баклажанов, кочанной и цветной капусты, свеклы, помидоров. Это так называемые основные овощи. Наряду с огородными овощами в большом употреблении дикие травы – крапива, чина, мальва, джонджоли, портулак и другие, а также молодая ботва огородных культур – свеклы, цветной капусты. К растительным блюдам следует причислить также и различные виды изделий из зерновых культур: полбы – зандури, чумизы, риса, кукурузы.

Овощные блюда грузинской кухни могут быть сырыми, типа салатов, но чаще всего они вареные, печеные, жареные, тушеные, маринованные или соленые. Наиболее часто применяется сочетание какого-нибудь одного основного овоща (например, фасоли, баклажанов) с разнообразными меняющимися приправами. Таковы, например, десятки видов лобио. В других случаях, наоборот, основные овощи (капуста, фасоль, баклажаны, свекла, шпинат) в блюде меняются, а приправы, соусы, подливки остаются неизменными. Таковы овощные блюда типа мхали и борани.

Большое место в грузинской кухне занимают орехи – лещина, фундук, буковые орешки, миндаль, но чаще всего грецкие орехи. Это специфическое сырье – неизменный компонент различных приправ и соусов, одинаково хорошо подходящих к блюдам из домашней птицы, из овощей и даже из рыбы. Орехи идут в мясные супы и в кондитерские изделия, в холодные салаты и в горячие вторые блюда. Без них, короче говоря, немыслим грузинский стол.

Наконец, огромное значение в грузинской кухне приобрели пряные травы, употребляемые в течение всего года. Это кинза, эстрагон, базилик, чабер, порей, зеленый лук, отчасти мята.

Другой отличительной чертой грузинского стола является частое и обильное употребление сыров. Прежде всего обращает на себя внимание состав сыров. Это исключительно сыры рассольного типа, приготовляемые в основном кувшинным и отчасти бурдючным способом. В Западной Грузии сосредоточено производство неострых, пресноватых сыров с кисломолочным вкусом – сулугуни и имеретинского, широко используемого в кулинарии. В высокогорных северных районах Восточной Грузии делают острые и соленые сыры – кобийский, тушинский, грузинский, гуда, чанах, осетинский.

Не только вкусовая гамма, но и способы применения грузинских сыров сильно отличаются от европейских. Если в европейских кухнях разнообразные сыры составляют принадлежность в основном либо закусочного, либо десертного стола, то в грузинской кухне их используют при приготовлении горячих блюд, как вторых, так и первых (гадазелили). В грузинской кухне сыр отваривают или разваривают в молоке, жарят на вертеле и на сковороде в масле, запекают в тесте, вымачивают, толкут, сдабривают маслом и пряностями. Эти особенности употребления сыров в значительной степени связаны с тем, что закавказские сыры очень часто не проходят полного процесса созревания и представляют собой типичные полуфабрикаты, а также с общим у ряда древних горных народов стремлением перенести приемы тепловой обработки мяса на другие продукты животноводства, приспособить их, например, к сыру. Так, варка и обжаривание сыра свойственны швейцарской кухне, грузинской кухне столь же свойствен способ обжаривания сыра на вертеле.

Широкое использование вплоть до наших дней открытого огня и вертела для приготовления не только мясных, но и овощных, рыбных и даже сырных блюд, а также применение глиняной кувшинообразной печи торне для выпечки мучных изделий в целом типично, разумеется, не только для грузинской, но и для других закавказских кухонь. Более специфичны применяемые грузинами для жарения и запекания кеци – небольшие глиняные и большие каменные сковородки, а также

широкие металлические сковородки тапа для жарения домашней птицы под прессом. И хотя последний прием был заимствован в древности у армян, в грузинской кухне он получил гораздо большее распространение. Все эти технологические методы служат, однако, лишь одним из элементов создания национального кулинарного колорита в грузинской кухне.

Другой, внешне менее привлекающей внимание, но зато более существенной и подлинно национальной особенностью грузинской кулинарии является использование специальных приемов для создания разнообразных блюд. Из таких приемов следует назвать два: использование кислой, кисло-жирной и кисло-яичной среды для создания своеобразного вкуса и консистенции грузинских супов и применение соусов для обогащения ассортимента вторых блюд.

Грузинские супы почти лишены овощной гущи. Зато консистенция их намного плотнее других супов. Очень часто это достигается введением в них яичных желтков или целых яиц. Чтобы яйца не свертывались при нагревании, применяется следующий способ: их предварительно смешивают в единую эмульсию с какой-либо кислой средой – натуральным кислым фруктовым соком, кислым молоком (мацони) или с уксусом. Особенно часто используется в качестве кислой среды загущенное и высушенное пюре сливы ткемали, называемое тклапи. Кислая среда применяется в супах и тогда, когда отсутствуют яйца, но имеется довольно много жиров и мяса. Это не только облагораживает и разнообразит вкус блюд, но и значительно повышает их усвояемость.

Подобно французской кухне, грузинская немыслима без соусов. При этом грузинские соусы принципиально отличаются от европейских как составом, так и технологией. Для грузинских соусов всех видов в качестве основы используется исключительно растительное масло. Чаще всего это кислые ягодные и фруктовые соки или пюре из ткемали, терна, граната, ежевики, барбариса, иногда из помидоров. Большое распространение имеют также ореховые соусы, где основой служат толченые орехи, разведенные либо бульоном, либо простой водой или винным уксусом. Реже используется в качестве основы для соусов толченый чеснок (но он входит как дополнительный компонент в большинство соусов). Во многих соусах и подливах все указанные основные растительные элементы (кислый сок, орехи, чеснок) соединяются в разных пропорциях. Наряду с основой в состав грузинских соусов входит также большой набор пряностей, в основном пряной зелени, пряных трав, к которым добавляется небольшое количество сухих пряностей. В состав пряной зелени входят кинза, базилик, эстрагон, чабер, петрушка, укроп, мята; в состав сухих пряностей – красный перец, семена кориандра, корица, кардобенедикт (имеретинский шафран), гвоздика. В каждом соусе используется свой набор пряностей, т. е. не все указанные пряности вместе, а обычно три-четыре из них. Именно такой набор в каждом отдельном случае придает соусам в сочетании с различной основой разнообразный вкус и аромат.

Технология приготовления грузинских соусов сводится обычно к двум основным операциям: к увариванию фруктового сока или пюре и к толчению орехов, чеснока, пряностей. Уваривают на треть или наполовину, а толкут до получения гладкой пасты или эмульсии.

После уваривания и толчения остается лишь смешать все компоненты, входящие в данный соус. Обычно смешивание сводится к разведению сухих компонентов жидкими: соками, винным уксусом, бульоном или водой. Большинство грузинских соусов по консистенции жидкие, в противоположность, например, соусам европейским, имеющим густую консистенцию, иногда более плотную, чем густая сметана.

Своеобразно и применение соусов в грузинской кухне: один и тот же соус может применяться к совершенно разным основам (мясной, овощной и даже рыбной) и в зависимости от этого давать разные блюда. Таково, например, использование соуса сациви. Иногда же диапазон применения соуса может ограничиться лишь овощными блюдами, но при этом такие блюда должны быть разными по составу основных овощей, т. е. и в этом случае принцип остается прежним – одинаковый соус к разным основам. Так, к капусте, баклажанам, свекле, фасоли может быть использован один и тот же соус – ткемали. С другой стороны, к одной и той же основе могут быть применены разные соусы. Этот прием также дает разные по названию блюда. Например, к совершенно одинаково зажаренной курице можно подать соусы сацибели, сациви, гаро, ткемали, чесночно-винный, ореховый, барбарисовый и др.

Именно варьированием соусов и, в общем-то, небольшого числа основных продуктов достигается в значительной степени разнообразие вторых блюд

грузинской кухни. Чаще всего в качестве основы выступают такие продукты, как фасоль, баклажаны, домашняя птица, которые способны создать близкий к нейтральному, но не совсем нейтральный вкусовой фон, благоприятный для проявления на нем аромата, вкуса, пикантности грузинских соусов.

Иногда грузинские соусы выступают в роли самостоятельных блюд и употребляются в этом случае с хлебом. Достаточная калорийность, значительное содержание витаминов, высокие вкусовые качества вполне объясняют такое их использование.

Несколько слов о вкусовой гамме грузинских соусов. Самая отличительная ее черта – это терпкая кислинка, создаваемая естественными фруктово-ягодными соками. Очень часто ее ошибочно принимают за «остроту» и связывают с якобы неумеренным употреблением пряностей, особенно перца. Между тем кисловато-терпкий вкус не имеет ничего общего с «остротой». Конечно, он усиливает аромат и привкус, который сообщают грузинским соусам используемые в них пряные травы, но сам характер их кисловатой основы и этих пряностей не острый.

Естественная кислинка фруктовых соков ничего общего не имеет с остротой уксуса, которым иногда заменяют эти соки при приготовлении грузинских блюд в ресторанной практике. Что же касается пряностей, используемых грузинской кухней как в соусах, так и непосредственно при приготовлении пищи, то они также отличаются ароматичностью, а вовсе не остротой: не только пряная зелень, как, например, кинза, базилик, чабер, эстрагон, мята, но и любимые грузинами сухие пряности – хмели-сунели, корица и кардобенедикт – смягчают, умеряют резкость вкуса и также отличаются в первую очередь не жгучестью, а высокой ароматичностью.

Набор пряностей в грузинской кухне, как, кстати, и в остальных закавказских, преследует создание не столько жгучего, сколько ароматически-пряного, освежающего эффекта. Отсюда в грузинской кухне преобладает употребление свежих, а не сушеных пряностей, и не столько классических, сколько местных, поскольку свежие пряные травы действуют более мягко.

Единственная подлинно жгучая пряность в грузинской кухне – это красный перец, но он, как и чеснок, употребляется грузинами довольно умеренно, хотя и постоянно. И красный перец, и чеснок всегда употребляются как дополнительный, а не главный компонент в пряных смесях, и, кроме того, их жгучесть всегда умеряется тем, что им обязательно сопутствуют такие пищевые продукты, как толченые орехи и мацони, которые призваны ослабить первоначальную жгучесть.

Правда, между различными районами Грузии существуют некоторые различия в применении пряностей: в Западной Грузии, особенно в Абхазии, находившейся почти два с половиной столетия (1578–1810) под владычеством Турции, употребление красного перца (турецкого) распространено значительно шире, чем в Восточной Грузии. Так, в Абхазии употребляют пряную смесь аджику, в которой красный перец составляет четвертую (!) часть, в остальных районах Грузии доля красного перца в общем составе пряных смесей постепенно падает (с запада на восток), доходя иногда до 5%, т. е. одной двадцатой части, но обычно в среднем не превышает десятой части.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА СУПЫ

ХАРЧО

ХАРЧО – суп из говядины с рисом и грецкими орехами на специальной кислой основе – тклапи (полуфабрикат, приготовляемый из сливы ткемали, – загущенное на солнце сливовое пюре). Сочетание мягкого, нежного вкуса говяжьего бульона и нейтрального вкуса риса с нерезкой естественной кислотой тклапи, пряной зеленью заправки и слегка вяжущим ароматом орехов создает характерный вкус и запах супа-харчо. Летом тклапи можно заменить свежей алычой (ткемали), а говядину – грудинку и рульку – нельзя уже ничем заменить, ибо само полное грузинское название харчо – «дзрохис хорци харшот» – означает «суп из говядины», или, точнее, «говяжье мясо для харчо».

При недостатке тех или иных продуктов для харчо возможны лишь естественные замены: вместо кислоты тклапи и алычи – помидоры или сок лимона; вместо базилика и кинзы – зелень сельдерея и укропа. Эти замены допустимы, ибо они не изменяют самого характера харчо. Только пряной зелени должно быть много, по крайней мере 0,25 стакана. Следует помнить, что любые заменители тклапи, кроме соков, т. е. свежие помидоры и алычу, вводят в харчо за 15 мин до готов-

ности. Пряности закладывают трижды в процессе приготовления.

СОСТАВ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ХАРЧО:

2–2,5 л **воды**
500 г **говяжьей грудинки** или **рульки**
4 **луковицы**
0,5 стакана **риса**
1–1,5 стакана **растертого тклапи**, или 2 ст. л. **соуса ткемали**, или 10 шт. **свежей алычи**, или 100 г **свежего гранатового сока** (четверть стакана)
2 ч. л. **хмели-сунели**
0,5 ч. л. **семян кориандра**
4–5 **зубчиков чеснока**
1 **корень петрушки**
2 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 ст. л. **зелени базилика** или **сельдерея**
10 **раздавленных горошин черного перца**
0,5 ч. л. **красного перца**
0,5 стакана **грецких орехов**
1 ст. л. **кукурузной** или **пшеничной муки**
3 **лавровых листа**
1 ст. л. **зелени кинзы**
1 шепотка **кардобенедикта (имеретинского шафрана)**

Приготовление харчо состоит из трех операций: варка мяса, засыпка риса и закладка тклапи. Вместе с рисом и тклапи закладывают пряности.

1. Говядину нарезать на куски размером 3×4 см, промыть, залить 2–2,5 л холодной воды и варить около 2 ч на умеренном огне.

2. Мясо вынуть, бульон процедить, довести до кипения, засыпать в него хорошо промытый рис, вновь положить мясо, посолить и через 10 мин засыпать часть пряностей. Рис варить до готовности (20 мин), за 5 мин до готовности риса положить толченые грецкие орехи.

3. Заложить тклапи, для чего кусок тклапи размером 3×20 см разломать на мелкие части, залить 0,5 стакана бульона или кипятка в отдельной чашке или эмалированной посуде, дать размякнуть, затем протереть сквозь волосяное сито или эмалированный дуршлаг и полученную массу опустить в харчо. Одновременно засыпать новую партию пряностей и варить не более 5 мин, после чего настаивать под закрытой крышкой 3–5 мин.

ПРЯНОСТИ В ПЕРВОЙ ЗАКЛАДКЕ ВМЕСТЕ С РИСОМ:

мелко нарезанный лук, обжаренный с **кукурузной мукой**, **петрушка (корень), кориандр (семена), лавровый лист, черный перец**.

ПРЯНОСТИ ВО ВТОРОЙ ЗАКЛАДКЕ ВМЕСТЕ С ТКЛАПИ:

зелень петрушки, хмели-сунели, красный перец, корица, имеретинский шафран.

ПРЯНОСТИ В ТРЕТЬЕЙ ЗАКЛАДКЕ ПОСЛЕ СНЯТИЯ ХАРЧО С ОГНЯ:

толченый чеснок, зелень кинзы и базилика.

ЧИХИРТМА

ЧИХИРТМА – суп из баранины или чаще всего из мяса домашней птицы (курицы, индейки) на яично-кислой основе. Эта основа делает жидкую часть чихиртмы гораздо более загущенной, чем у харчо, а также придает супу вкусовое своеобразие. Однако в чихиртме полностью отсутствует овощная и крупяная гуща. Подготовка бульона в целом похожа на подготовку бульона для харчо, но имеет свои особенности. По составу пряностей чихиртма отличается от харчо присутствием мяты и шафрана и отсутствием хмели-сунели. Остальная пряная зелень в основном та же, но в целом аромат и вкус чихиртмы резко отличаются от других грузинских супов.

ЧИХИРТМА ИЗ БАРАНИНЫ

1,5 л **воды**
500–750 г **бараньей грудинки** и **мяса задней части**
2–3 **яйца** (лучше только 3–4 **желтка**)
4 **луковицы**
1 ст. л. **сливочного** или **топленого масла**
3 ч. л. **кукурузной** или **пшеничной муки**
0,25 стакана **лимонного сока**, или 2 ст. л. **гранатового экстракта наршараби**, или 2 ч. л. **винного уксуса**, или 1,5–2 ст. л. **пюре тклапи** (50 г)

2 ст. л. **зелени кинзы**
1 **сельдерей (корень и зелень)**
1 **петрушка (корень и зелень)**
10 горошин **черного перца**
0,5 ч. л. **корицы**
1 ст. л. **базилика**
0,5 ст. л. **семян кориандра**
0,5 ст. л. **укропа**
5–6 тычинок **шафрана** или л. их настоя
1 ст. л. **зелени мяты**

Баранину порубить на куски размером 3×5 см, залить 1,5 л холодной воды и варить на среднем огне в течение 1,5–2 ч почти до полной готовности мяса, дав выкипеть почти 0,5 л жидкости. Затем мясо вынуть, промыть кипятком и слегка обжарить с маслом и мелко нарубленным луком, не допуская его поджаривания до коричневого цвета. Процедить бульон, вновь положить в него баранину, посолить, положить перец и, пока мясо доводится до полной готовности, приготовить мучную заправку и яично-кислую смесь.

Когда заправка и смесь готовы, вынуть баранину из бульона, ввести в него заправку, прокипятить 5–7 мин, затем снять с огня бульон и ввести в него осторожно и постепенно яично-кислую смесь, все время помешивая чихиртму деревянной ложкой. Одновременно ввести пряности и, продолжая помешивать, поставить бульон вновь на слабый огонь и прогреть, не давая закипеть. Перед самой подачей на стол вновь опустить баранину в бульон и прогреть его 2–3 мин.

МУЧНАЯ ЗАПРАВКА

Отлить полстакана бульона, слегка остудить, развести в нем 2–3 ч. л. муки, добавить к этой смеси обжаренный лук, размешать и дать постоять.

ЯИЧНО-КИСЛАЯ СМЕСЬ

Яйца или яичные желтки взбить, добавить к ним 1–2 ч. л. муки, 0,5 стакана теплого бульона, размешать, долить кислоту, вновь размешать.

БОЗАРТМА

БОЗАРТМА – суп из жирной баранины или из домашней птицы (курицы, цыпленка, индейки) с небольшим количеством жидкости, с легкой кислинкой. Основные и единственные овощи в бозартме – это лук и помидоры, а бозартма из птицы может быть и без помидоров: их кислота заменяется частично или полностью гранатовым соком. Бульон в бозартме из-за большого количества лука и малого количества воды весьма концентрированный и воспринимается скорее как жидковатый луковый соус. Набор пряностей в бозартме сильно меняется в зависимости от вида (нежности) мяса.

БОЗАРТМА ИЗ КУРИЦЫ ИЛИ ИНДЕЙКИ

1,25 л **воды**
1 **курица** или 1–1,5 кг **мяса индейки**
6 **луковиц**
4 **помидора**
1 стакан **гранатового сока**
3 ст. л. **сливочного** или **орехового масла**
1 ст. л. **зелени кинзы**
1 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 ст. л. **зелени чабера**
1 ст. л. **зелени укропа**
1 ч. л. **мяты**
1 щепотка **кардобенедикта (имеретинского шафрана)**
4–5 **зубчиков чеснока**
1 ч. л. **красного молотого перца**

Курицу или часть индейки разрезать на 12 кусков, залить кипятком и дать прокипеть на умеренном огне 10–20 мин (в зависимости от жесткости мяса птицы), затем вынуть из бульона, обжарить в жире, снятом с поверхности бульона, вместе с мелко нарезанным луком и тушить в течение 10 мин.

Затем залить процеженным бульоном, проварить еще 10 мин, заправить тушеными или отдельно разваренными в пюре помидорами, гранатовым соком и пряностями и через 5 мин прекратить варку.

БОЗАРТМА ИЗ ЦЫПЛЯТ

1,25 л **воды**
1–2 **небольших цыпленка**
4–5 **луковиц**
6 **помидоров**
остальные продукты те же, что в предыдущем рецепте

Готовят так же, как и бозартму из кур, но цыплят, разрубив на небольшие куски, следует обжаривать и тушить сразу, сырыми, без предварительной варки, а затем уже заливать кипятком и варить всего 10–12 мин, заправив в конце варки приготовленными, как указано в предыдущем рецепте, помидорами и пряностями.

ШЕЧАМАНДЫ

ШЕЧАМАНДЫ – вегетарианские супы без овощей и круп, загущенные мучной заправкой и приготовляемые на молочнокислой, фруктовокислой и орехово-зеленной основе. Шечаманды на молочнокислой основе заправляют яйцами.

ШЕЧАМАНДЫ С МАЦОНИ

1 л **мацони**
0,5 л **воды**
2 ст. л. **пшеничной муки**
3–4 **луковицы**
50 г **сливочного масла**
2–3 **яйца**
1 ч. л. **мяты**
1 ст. л. **кинзы** или **эстрагона**
1 ст. л. **укропа**

1. Развести мацони водой, постепенно подливая ее, взбить до получения однородной массы. В части этой смеси развести муку, посолить, соединить с остальной жидкостью.
2. Мелко нарезанный лук потушить в масле.
3. Соединить продукты, указанные в пп. 1 и 2, поставить варить на 15 мин (после закипания), помешивая. В конце варки заправить пряностями.
4. Заправить яйцами одним из двух способов: а) яичные желтки развести в чашке остуженного супа и влить их в остальной суп, снятый с огня, быстро размешивая; б) яйца взбить, влить их в суп, непрерывно помешивая и не доводя до кипения шечаманды, снять его с огня, как только яйца начнут свертываться.

ШЕЧАМАНДЫ С КИЗИЛОМ

500–750 г **кизила**
1 л **воды**
2 **луковицы**
2 ст. л. **пшеничной муки**
4–5 **зубчиков чеснока**
1 ст. л. **мяты**

Кизил протереть через эмалированный дуршлаг и сок с мякотью поместить в эмалированную, фарфоровую или стеклянную посуду. Выжимки и косточки залить водой и прокипятить в эмалированной посуде в течение 5–7 мин. Отвар процедить, добавить мелко нарезанный лук, разведенную в части отвара муку и проварить 15 мин. За 1 мин до готовности заправить мятой и чесноком и прибавить сырой кизиловый сок с мякотью.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

МУЖУЖИ

МУЖУЖИ – блюдо из отварной полумаринованной свинины. Готовят его ныне либо из свиных ножек и хвостов, либо из молодой мясной свинины, чаще всего поросенка. Однако настоящее мужужи должно обязательно сочетать оба сорта мяса, каждый из которых приготовляется несколько отличным от другого способом, после чего они соединяются в блюдо. В обоих случаях используется винный уксус (как правило, прокисшее сухое вино, предварительно настоянное 1–2 недели на эстрагоне и базилике). Винный уксус должен составлять десятую часть от объема мясного

бульона, полученного в результате варки свинины, или 0,5 стакана на 1 л бульона. Приготовление (варка) обеих частей мужужи идет параллельно в эмалированной посуде.

СОСТАВ ПРОДУКТОВ ДЛЯ МУЖУЖИ:

10 **свиных ножек**
5 **свиных хвостов**
1–1,5 кг **молодой мясной свинины** или **поросенка**
2 **моркови**
3 **луковицы**
8 **лавровых листьев**
20 горошин **душистого перца**
10 горошин **черного перца**
около 2 стаканов **винного уксуса**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ СВИНЫХ НОЖЕК

Ножки разрубить вдоль пополам, хвосты нарезать кусочками по 3 см; уложить плотно в кастрюлю, залить водой так, чтобы она чуть-чуть покрывала мясо, и варить без соли под крышкой на умеренном огне, не допуская кипения, около 1,5 ч с момента закипания. Затем бульон процедить, добавить к нему уксус из указанного выше расчета, залить этой смесью ножки, проварить еще на слабом огне около 1,5 ч, добавить лук, морковь, половину пряностей, посолить и варить еще 30–40 мин, после чего мясо вынуть, а отвар вновь процедить. К этому времени должна быть готова и вторая половина мужужи.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ СВИНИНЫ

Свинину нарезать на куски размером 4×5 см, опустить в 1,5 л слегка подсоленного кипятка и варить в течение 2,5 ч на умеренном огне, добавив за полчаса до готовности пряности. Сваренное мясо вынуть, плотно уложить в стеклянную банку, залить примерно 1 стаканом винного уксуса и продержать в нем 1–1,5 ч. Затем вновь положить в кастрюлю, залить процеженным бульоном, в котором варилось мясо, быстро довести до кипения и тотчас же снять с огня. Мясо вынуть, соединить с подготовленными к тому времени ножками, залить либо одним процеженным отваром от ножек, либо обоими отварами, если их мало, а блюдо поставить на холод.

Подавать холодным, с зеленым луком, пряной зеленью.

МЦВАДИ (ШАШЛЫК)

МЦВАДИ в Грузии делают преимущественно из говяжьего (бычьего) мяса. Распространен он чаще всего в трех следующих видах:

собственно мцвади, т. е. шашлык из целой бычьей вырезки, так называемый целиковый или длинный шашлык, чрезвычайно редко встречающийся ныне в ресторанной кухне;

шашлык из бастурмы, т. е. из предварительно подготовленного маринованного говяжьего мяса (этот вид получил наибольшее распространение за пределами Грузии);

шашлык из баранины с баклажанами (что свойственно домашней кухне).

МЦВАДИ В БАКЛАЖАНАХ

Баранину (корейку или заднюю часть), предпочтительнее молодую, нарезать кусками одинаковых размеров. Баклажаны надрезать глубоко вдоль и в разрез поместить куски баранины, посыпав их слегка солью и молотым черным перцем, после чего нанизать на вертел так, чтобы он захватил оба конца баклажана и все куски баранины. Обжарить над углями, вращая вертел. Баранину и баклажаны, как и другие виды мцвади, во время обжаривания смазывают маслом (перышком птицы).

ЧАНАХИ

ЧАНАХИ – мясо-овощное блюдо, получаемое в результате томления мяса вместе с овощами в глиняных горшочках в духовке.

В качестве мяса для чанахи используется только жирная баранина, составляющая около 1/5 чанахи; остальное приходится на овощи – баклажаны, помидоры, картофель, лук, взятые примерно в равных долях. Иногда в чанахи добавляют также рис (в середине приготовления блюда), и в этом случае доля овощей несколько снижается в основном за счет картофеля, но их состав не меняется.

Для чанахи необходимы такие пряности, как зелень петрушки, кинзы, базилика, черный и красный перец.

Технология чанахи несложна.

Мясо и овощи закладывают в глиняную посуду, плотно закрывают и ставят в духовку на 1,5–2 ч. При этом мясо может быть либо нарезано на куски, либо его закладывают в посуду одним куском.

Овощи, как правило, кладут поверх мяса, причем картофель и лук нарезают, а помидоры и баклажаны кладут целиком.

Баклажаны предварительно надрезают вдоль до середины, перчат, солят, начиняют пряной зеленью.

В случае использования риса (на 500 г мяса – 0,5 стакана риса) долю картофеля сокращают вдвое и баклажанов кладут на две штуки меньше.

Рис закладывают после 1 ч варки в середину горшка с чанахи, где для него делается углубление.

СОСТАВ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ЧАНАХИ:

500 г **баранины**
500 г **помидоров**
500 г **картофеля**
5 **баклажанов**
5 **луковиц**
8–10 горошин **черного перца**
0,5 ч. л. **красного перца**
2 ст. л. **кинзы**
1 ст. л. **базилика**
1 стакан **томатного сока** или **воды**
25 г **курдючного сала** или **сливочного масла**

Мясо посолить, дать полежать 5 мин, положить в горшок.

Подготовить, как указано выше, лук, помидоры, картофель, баклажаны, положить в горшок рядами вперемешку с пряностями, посолить сверху.

Положить мясо, залить чанахи томатным соком или кипятком, закрыть плотно крышкой, поставить в духовку.

ЧАХОХБИЛИ

ЧАХОХБИЛИ – мясо-овощное блюдо, приготовляемое из говядины или баранины, а еще чаще из домашней птицы, обычно из курицы. Наиболее подходит для чахохбили мясо хорошей упитанности, с жирком, обязательно молодое. Его нарезают небольшими кусочками, как для гуляша.

Особенность приготовления мяса в чахохбили состоит в том, что его вначале обжаривают в кастрюле без дополнительного жира. В заключение этого сухого обжаривания обязательно добавляют лук (для мясного чахохбили) или лук, обжаренный отдельно на масле (для чахохбили из курицы). После обжаривания мясо варят также «сухим» способом (без воды), но с овощами, а значит, в содержащейся в них жидкости. При этом овощей берут по весу ровно столько, сколько мяса. Обычно для чахохбили используют помидоры, реже – картофель, иногда – то и другое вместе. Помидоры предварительно ошпаривают и кладут очищенными от кожицы. Картофель иногда наполовину отваривают до закладки. Если чахохбили готовят из нежирного мяса (например, вырезки) или из молодой нежирной курицы, допускается прибавление небольшого количества сливочного масла при обжаривании мяса, но не сразу, а лишь после того, как мясо заколеровалось, а птица пустила сок во время тушения. При этом сок птицы сливают в отдельную посуду в начале тушения, а затем прибавляют понемногу в процессе тушения.

В конце варки, точнее тушения, в чахохбили добавляют пряности: обязательный набор и дополнительный. Солят чахохбили дважды – перед закладкой овощей слегка и затем досаливают незадолго до закладки пряностей.

Процесс «сухого обжаривания» длится обычно 12–15 мин. Тушение с овощами занимает около 30 мин.

В отдельных случаях, когда заметен недостаток жидкости, в чахохбили в процессе тушения можно добавить воду, в которой отваривали картофель (но не более 1 стакана на 1 кг мяса).

В обязательный набор пряностей для чахохбили входят зелень петрушки, чабера, кинзы, базилика, красный перец, чеснок.

Дополнительными пряностями могут служить зелень укропа, мяты, эстрагона, добавляемые к чахохбили из баранины и курицы, а также сухие пряности – сунели, кориандр (семена), имеретинский шафран, добавляемые к чахохбили из курицы. Различные сочетания обязательных пряностей с дополнительными дают региональные варианты чахохбили, которое, нисколько не отличаясь составом и композицией на всем протяжении Грузии, сильно разнится в разных районах страны по своему аромату.

ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУРИЦЫ

1 **курица** (примерно 1–1,25 кг)
4–6 **луковиц**
4 **картофелины**
750 г – 1 кг **помидоров**
25 г **сливочного масла**
по 1 ст. л. каждого сорта из обязательного набора **пряной зелени** (см. выше)
по 0,5 ст. л. **мяты, эстрагона**
1,5 ч. л. **красного молотого перца**
1 ч. л. **семян кориандра**
1 ч. л. **сунели**
1 ч. л. **имеретинского шафрана**

1. Курицу нарубить на куски, сложить в разогретую кастрюлю, тушить под закрытой крышкой на слабом огне 5 мин, затем слить появившийся сок в отдельную посуду. Продолжать обжаривать в течение 10 мин с открытой крышкой, добавляя сок, чтобы курица не подгорела. В конце обжаривания добавить лук, масло (постепенно), пассеровать еще около 5 мин.
2. Картофель нарезать на четвертинки, отварить отдельно. Помидоры подготовить так же, как для мясного чахохбили. Положить в чахохбили вначале помидоры, затем картофель. В середине тушения добавить, если потребуется, картофельного отвара.
3. Подготовленные пряную зелень и сухие пряности добавлять в блюдо так же, как в чахохбили из мяса.

САЦИВИ

САЦИВИ – холодное кушанье из домашней птицы, чаще всего курицы, а в редких случаях даже из мяса, но настоящее сациви делают только из индейки. Существенной частью сациви наряду с мясом птицы является соус сациви, давший название всему блюду. Наиболее сложно и ответственно приготовление соуса, который имеет более полутора десятков разновидностей. Однако основная схема приготовления соуса и набор продуктов для него более или менее постоянны. Соус готовят на бульоне, в котором варилась птица или мясо.

СОСТАВ ПРОДУКТОВ ДЛЯ САЦИВИ:
1 **курица средних размеров**
1,5 л **воды**
2 **луковицы**
3 **лавровых листа**
0,5 ст. л. **эстрагона**
0,5 ст. л. **чабера**
3 стакана **соуса сациви**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПТИЦЫ
Тушку курицы (или любой другой домашней птицы) отварить целиком в течение получаса после закипания в указанном количестве воды на умеренном огне, без сильного кипения. Затем вынуть, посолить, положить на противень грудкой вниз и обжарить в духовке вместе с небольшим количеством бульона (1–2 ст. л.) до готовности, причем время от времени поливать стекающим соком и переворачивать, чтобы она одинаково зарумянилась со всех сторон, но не очень сильно.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ СОУСА
(см. с. 576).

ЗАЛИВКА ПТИЦЫ СОУСОМ
Курицу нарезать на небольшие куски вместе с костями, залить горячим соусом, остудить. Подавать сациви только холодным.

ГУРУЛИ

1 **курица**
2–3 **луковицы**
2 ст. л. **толченых грецких орехов**
0,5 стакана **винного уксуса, настоянного на чабере**
25 г **топленого масла**
1 ч. л. **имбиря**
1 ч. л. **красного молотого перца**
2 ст. л. **зелени петрушки**
2 ст. л. **кинзы**
1 ч. л. **корицы**
1 ч. л. **соли**
6 бутонов **гвоздики**

Курицу тщательно вымыть, нарезать на куски, обжарить в смеси топленого масла и срезанного

заранее куриного жира до образования румяной корочки в течение 10–15 мин.

Все пряности растереть, мелко порубленную пряную зелень перемешать с орехами и уксусом, соединить все с кусками обжаренной курицы и тушить на слабом огне под крышкой до готовности примерно 20–30 мин.

ЦЫПЛЯТА ТАПАКА

ЦЫПЛЯТА ТАПАКА – это цыплята, жаренные на широкой сковороде тапа под крышкой и гнетом. Такое блюдо представляет собой чаще всего полуфабрикат для других блюд грузинской кухни, например для борани из цыплят. Поэтому тапака, как правило, жарят без приправ, если не считать соли и добавляемого иногда красного перца. Но затем, в зависимости от того, в какое блюдо и в каком районе Грузии используют этот полуфабрикат, ему придают соответствующие гарнир и соус. Если цыпленка тапака используют как самостоятельное блюдо, что чаще всего практикуется за пределами Грузии, то его сопровождают толченым чесноком и пряной зеленью (кинзой, базиликом, эстрагоном, зеленым луком или пореем).

СОСТАВ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ТАПАКА:

1 **цыпленок**
2–2,5 ст. л. **топленого масла**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**

Выпотрошенного цыпленка разрезать вдоль грудки, развернуть, сплющить, для чего слегка отбить деревянным молотком (тяпкой), концы ножек и крылышек заправить в надрезы в коже, чтобы они не приподнимались во время обжаривания, затем посолить и поперчить с обеих сторон, положить на предварительно разогретую сковороду с маслом, накрыть сверху плоской тарелкой, придавить ее камнем или другим грузом, чтобы цыпленок плотно прилегал к сковороде (можно использовать специальную сковороду). Жарить на умеренном огне с обеих сторон около получаса. Перевертывать, когда на одной стороне образуется румяная корочка.

БОРАНИ

БОРАНИ – второе блюдо, представляющее собой сочетание отдельно приготовленных цыплят по типу тапака с большим количеством тушенных отдельно от птицы овощей, заливаемых мацони. Поскольку овощная часть является в борани основной по объему (да и усилий на ее приготовление затрачивается больше), очень часто собственно борани называют только эту овощную часть. В качестве овощной основы для борани используют шпинат, стручковую фасоль и баклажаны. Характерно также применение большого количества пряностей.

При традиционной сервировке готового борани овощи делят на две равные части, одну помещают на дно тарелки, затем на нее кладут разрубленного на 8–10 кусков цыпленка, сверху покрывают второй половиной овощей, все вместе заливают мацони с настоем шафрана и посыпают корицей.

БОРАНИ БАКЛАЖАННОЕ

1 **цыпленок**
10 **баклажанов**
6–7 **луковиц**
0,5 **стакана масла**
2 ст. л. **кинзы**
2 ст. л. **базилика**
2 ст. л. **мяты**
2 ч. л. **соли**
1 ст. л. **настоя шафрана** (5–6 тычинок)
3 ч. л. **корицы**

Баклажаны очистить от кожицы, нарезать тонкими кружками, посолить, дать постоять 5 мин, затем отжать, удалив лишнюю соль. Нарезать кольцами лук, обжарить его с подготовленными баклажанами в масле, смешать со свежей пряной зеленью. Сервировать, как сказано выше.

БОРАНИ С ЗЕЛЕНОЙ ФАСОЛЬЮ

1 **цыпленок**
750 г **стручковой фасоли**
4 **луковицы**
0,5 стакана **масла**
0,5 л **мацони**

2 ст. л. **базилика**
2 ст. л. **кинзы**
2 ст. л. **укропа**
3 ч. л. **корицы**
4–5 тычинок **шафрана** (настой в десертной ложке водки или коньяка)

Фасоль отварить в подсоленной воде, нарезать, обжарить в масле с мелко нарезанным луком, смешать с рубленой свежей пряной зеленью, потушить 2 мин, посолить.

ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

МХАЛИ

МХАЛИ – своеобразный салат, приготовляемый из какого-либо основного овоща, составляющего около 90% массы всего блюда, и из одинаковой, почти неизменной для всех видов мхали заправки. В качестве основных овощей для мхали используют обычно капусту, свеклу, шпинат, сладкий перец, зеленый и репчатый лук. По ним и называют мхали: мхали капустный, мхали свекольный, мхали луковый и т. д.

В состав заправки обязательно входят грецкие орехи, винный уксус (или сок незрелого винограда, гранатовый сок), чеснок, кинза, красный перец, зелень петрушки, соль. Иногда добавляют кориандр, сунели, укроп, а также лук – в зависимости от характера основного овоща. Лук входит в заправки только свекольного и шпинатного мхали.

Отличие мхали от обычных салатов в том, что основные овощи обязательно подвергаются тепловой обработке. Их чаще всего слегка отваривают, точнее, припускают в небольшом количестве воды (шпинат, капусту, свеклу, сладкий перец, зеленый лук), либо пекут (свеклу, сладкий перец, репчатый лук), либо, наконец, просто ошпаривают (молодую капусту, зеленый лук), после чего измельчают и перемешивают с заправкой, не подвергаемой тепловой обработке. Сочетание отварных или печеных овощей со свежей пряной зеленью и орехами создает особый вкус, отличающий мхали от других овощных блюд.

СОСТАВ ПРОДУКТОВ ДЛЯ МХАЛИ:

500 г **основного овоща**
0,5–1 стакан **очищенных орехов**
1 ст. л. **винного уксуса** или 0,25 стакана **гранатового сока**
по 2 ст. л. **зелени кинзы, петрушки, укропа**
2–3 **луковицы** (**при свекле и шпинате**)
0,5–1 ч. л. **красного молотого перца**
2–3 **зубчика чеснока**
1 ч. л. **сунели**
0,5 ч. л. **семян кориандра**

1. Отварить основные овощи в эмалированной посуде или испечь их на листе в духовке.
2. Подготовить заправку: истолочь орехи с чесноком, смешать их с мелко нарезанной пряной зеленью и сухими пряностями, заправить винным уксусом, посолить по вкусу, тщательно перемешать.
3. Перемешать заправку с мелко нарезанными овощами.

ЧОГИ

500 г **свеклы**
0,5 стакана **сушеного кизила**
2 **луковицы**
3 ст. л. **кинзы**
2 ст. л. **петрушки**
1 ст. л. **мяты**

Свеклу отварить в кожуре или испечь в фольге в духовке. Очистить. Нарезать мелкой соломкой. Отварить в 1 стакане воды сушеный кизил, пропустить вместе с отваром через дуршлаг, чтобы получилась пюреобразная масса. Нарезать лук, пряную зелень, перемешать со свеклой и кизиловой массой, посолить и снова перемешать.

ЛОБИО

ЛОБИО в переводе с грузинского – фасоль. Это название носят блюда из отварной фасоли, имеющие в грузинской кухне несколько десятков вариаций. Они различаются сортами фасоли, ее величиной, формой, цветом, характером окраски (одноцветная, пятнистая, точечная, полосатая), а также степенью развара и, что самое главное, приправами.

Что касается внешних признаков, то они не влияют на вкус, однако следует иметь в виду, что мелкозернистая фасоль разваривается лучше и быстрее крупнозернистой, а фасоль разной окраски имеет и разную продолжительность варки, отчего в одном блюде следует использовать всегда лишь односортную фасоль.

Для ускорения варки фасоль почти всегда (за исключением свежей) замачивают в холодной сырой или кипяченой воде от 6 до 24 ч. Во время замачивания 1–2 раза меняют воду, а после замачивания перебирают заново, поскольку в разбухшем виде все повреждения фасоли обнаруживаются легче. После замачивания фасоль промывают, заливают холодной водой так, чтобы та слегка покрывала ее, и отваривают на умеренном огне под крышкой в течение нескольких часов – часто почти до полного выпаривания воды. Если вода остается и после готовности фасоли, то ее сливают. Если же вода может выпариться до готовности фасоли, то по мере ее выкипания следует понемногу подливать кипяток, но ни в коем случае не холодную воду.

Фасоль отваривают либо так, чтобы ее зерна остались целыми, либо разваривают в бесформенную массу наподобие каши. В грузинской кухне предпочтение отдается целой форме зерен (в противоположность молдавской).

Вкусовое разнообразие лобио достигается добавлением к одной и той же основе разных приправ. Самыми распространенными и постоянными компонентами для создания приправ являются лук, растительное масло и винный уксус. Процент их для лобио довольно высок: лук составляет обычно от четверти до половины веса фасоли, масла берут из расчета 0,5 стакана на 1 кг фасоли, а винного уксуса – от 0,25 до 0,75 стакана на 1 кг фасоли. К этому постоянному трио могут быть добавлены порознь в разные виды лобио – помидоры, грецкие орехи, крутые яйца, имеретинский сыр, тклапи (взамен уксуса). Чаще всего эти дополнительные приправы идут в пюреобразные лобио (особенно сыр), но их можно вводить и в лобио из целой фасоли в количествах, зависящих как от личного вкуса приготовляющего, так и от местных особенностей приготовления.

Из пряностей наиболее часто в лобио вводят зелень петрушки, кинзы, сельдерея, лука-порея, мяты, чабера, базилика, укропа, которые берутся либо в разных сочетаниях (обычно по 3–4 для каждого вида лобио), либо все вместе по 1–2 ст. ложки каждой на 500 г фасоли.

Кроме того, к лобио добавляют следующие сухие пряности: черный или красный перец, корицу, гвоздику, кориандр, сунели, имеретинский шафран (обычно из расчета 1 ч. ложка на 500 г фасоли); изредка в отдельные виды лобио добавляют толченый чеснок и тертый корень сельдерея.

НАИБОЛЕЕ ХАРАКТЕРНЫЕ СООТНОШЕНИЯ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ЛОБИО:

500 г **фасоли**
2–4 **луковицы**
0,25 стакана **растительного масла**
0,25 стакана **винного уксуса**

5 **помидоров**
0,25–0,5 стакана **грецких орехов**
2 **яйца**
100 г **корня сельдерея**
(выбрать одну из этих приправ)

200 г **имеретинского** или другого **рассольного сыра**
по 1–2 ст. л. **зелени кинзы, петрушки, сельдерея, лука-порея, мяты, чабера, базилика, укропа**
(выбрать по 3–4 или более пряностей)

по 0,5 ч. л. семян **кориандра, гвоздики, сунели, имеретинского шафрана**
(выбрать по 1–3 компонента)

2–4 зубчика **чеснока** (идет в разварные лобио и в лобио с грецкими орехами)
1 ч. л. **черного** или **красного перца** (идет в каждый вид лобио)

1. Отваренную фасоль, не давая ей остывать, переложить в посуду с поджаренным или пассерованным луком, посолить и либо обжарить ее в течение 3–4 мин, либо просто дать ей впитать в себя разогретое масло.
2. Переложить эту смесь в эмалированную или фарфоровую посуду, добавить винный уксус, предварительно проваренный 2–3 мин с бази-

ликом или эстрагоном, ввести сухие пряности и мелко нарезанную пряную зелень.
Остальные добавки перед смешиванием с фасолью подготовить следующим образом:
помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу, размять в пюре деревянной ложкой, ввести в лобио до пряностей;
орехи мелко растолочь вместе с чесноком, красным перцем, солью в единую массу, развести винным уксусом и соединить с фасолью;
сыр вымочить в холодной воде в течение 1 ч, натереть на терке или истолочь вместе с красным перцем, гвоздикой и корицей, а затем развести в небольшом количестве (нескольких ложках) отвара фасоли до консистенции густой сметаны и соединить с фасолью.

БЛЮДА ИЗ БАКЛАЖАНОВ

Грузинская кухня знает десятки блюд из баклажанов, которые отваривают, пекут, тушат и жарят, а затем соединяют с различными пряностями и приправами. В зависимости от вида первичной тепловой обработки баклажаны приобретают различный вкус. Блюда из вареных, печеных и обжаренных (или тушеных) баклажанов представляют собой три различных по приемам приготовления группы блюд.

БАКЛАЖАНЫ ВАРЕНЫЕ

Варят баклажаны обычно двумя способами: припускают, т. е. отваривают в малой воде, или отваривают до полуготовности. В обоих случаях после отваривания применяется отжатие баклажанов рукой или под прессом. После отжатия баклажаны измельчают и перемешивают с приправой или фаршируют приправой, состав которой в основном постоянен.
Полуотваренные баклажаны могут быть еще слегка обжарены.

1 кг **баклажанов**
1 стакан **орехов**
2 **луковицы** (или перо зеленого лука)
3–4 **зубчика чеснока**
3 стакана **пряной зелени** (из расчета по 0,5 стакана каждого сорта – см. ниже)
0,25–0,5 стакана **гранатового сока**
по 1 ч. л. **красного молотого перца**, **имеретинского шафрана, кориандра**
по 0,5 ч. л. **корицы** и **гвоздики**
1 ст. л. **зелени сельдерея** (для отваривания)

1. Баклажаны надрезать вдоль, уложить в эмалированную посуду и припустить вместе с сельдереем в 1 стакане кипятка около получаса на слабом огне, чтобы не разварились. Затем откинуть и отжать рукой.

ВАРИАНТ:
баклажаны надрезать, отварить до полуготовности и отжать между двумя досками в течение 1 ч, поставив на верхнюю доску ведро воды или соответствующую его весу тяжесть.
2. Баклажаны нарезать узкими ломтиками вдоль.

ВАРИАНТ:
баклажаны, оставив целыми, слегка обжарить в растительном масле, затем, надрезав, отварить.
3. Приготовить приправу: грецкие орехи истолочь вместе с чесноком, красным перцем и солью, мелко нарезать зеленый лук, зелень кинзы, чабера, базилика, петрушки, сельдерея, добавить гранатовый сок или винный уксус, все перемешать.

ВАРИАНТ:
добавить в приправу по выбору еще и кориандр, гвоздику, корицу, имеретинский шафран.
4. Соединить приправу с баклажанами, перемешать.

ВАРИАНТ:
нафаршировать приправой надрезанные и обжаренные баклажаны, обмазать их начинкой сверху.

БАКЛАЖАНЫ ПЕЧЕНЫЕ

500 г **баклажанов**
1 **луковица**
0,5 стакана **орехов**
0,25 стакана **винного уксуса**

по 0,5 стакана **зелени кинзы и сельдерея**
по 0,25 стакана **зелени петрушки и укропа**
2 **зубчика чеснока**
по 1 ч. л. **красного молотого перца, сунели** и **имеретинского шафрана**
0,5 ч. л. **кориандра**

1. Баклажаны испечь без жира на противне в духовке, снять кожицу, мякоть нарезать в длину на полоски или мелко изрубить.
2. Приготовить приправу, измельчив и перемешав все остальные компоненты.
3. Перемешать подготовленные баклажаны с приправой.

БАКЛАЖАНЫ ЖАРЕНЫЕ

Баклажаны, предназначенные для обжаривания на масле, можно очищать или не очищать от кожицы, нарезать вдоль или поперек. Затем их обязательно солят, прикрывают полотенцем и оставляют на 10–20 мин для вылеживания, после чего отжимают рукой. Только после этой операции баклажаны жарят на растительном масле (или топленом) до образования румяной корочки.

После обжаривания баклажаны перемешивают с различными приправами, причем с некоторыми их можно еще немного потушить.

Основные приправы-заправки для жареных баклажанов: ореховая, томатная, чесночно-уксусная (приготовляются как одноименные соусы – см. с. 576–577), жареный лук, тертый рассольный сыр, крутые яйца, топленое масло, мацони. Из них первые три – сложные, состоящие из нескольких компонентов.

СОУСЫ

ЯГОДНО-ОВОЩНЫЕ СОУСЫ

СОУС ТКЕМАЛИ

1 кг **ткемали**
0,25 стакана **воды**
1 **головка чеснока**
2 ст. л. **сухого укропа**
3 ч. л. **кориандра**
1,5 ч. л. **красного молотого перца**
2 ч. л. **сухой мяты**

Сливы ткемали разрезать пополам, положить в эмалированную посуду, подлить воды и вскипятить на медленном огне, пока не сойдет кожура и не отстанут косточки, от которых надо отделить всю остальную массу. Затем слить прозрачный сок, растереть массу в пюре и вновь варить при непрерывном помешивании деревянной ложкой до густоты сметаны, подливая ранее отцеженный сок при загустении. Затем положить все пряности, растертые в порошок, посолить и прогреть еще 5 мин.

Соус применять в остуженном виде. Для дальнейшего хранения можно разлить соус в бутылки, залить сверху 1 ст. ложкой растительного масла, герметически закупорить и через сутки залить сургучом.

СОУС ТЕРНОВЫЙ

500 г **ягод терна**
0,5 стакана **воды**
2 ст. л. **зелени кинзы**
1,5 ст. л. **зелени укропа**
2–3 **зубчика чеснока**
1 ч. л. **красного молотого перца**

Терн залить водой и отварить на слабом огне под крышкой до полного разваривания. Протереть в пюре, добавить в него мелко нарезанные и молотые пряности, посолить, перемешать и слегка уварить.

СОУС КИЗИЛОВЫЙ

500 г **кизила**
0,25 стакана **воды**
4 **зубчика чеснока**
1 ч. л. **кориандра**
1 ч. л. **сунели**
2 ст. л. **зелени кинзы**
1 ст. л. **зелени укропа**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**

Зрелый кизил протереть сквозь дуршлаг, освободив от косточек, добавить к полученному пюре кипяченой воды, толченый с солью и перцем чеснок и остальные пряности и перемешать.

СОУС ТОМАТНО-ЧЕСНОЧНЫЙ[1]

1 кг **помидоров**
0,5–1 **головка чеснока**
2 ч. л. **красного молотого перца**
3 ч. л. **сунели**
2 ч. **л. кориандра**

Помидоры нарезать на четвертинки, сложить в эмалированную посуду, оставить на сутки и затем слить отделившийся сок, использовав его в супы. Оставшуюся мякоть прокипятить на слабом огне, чтобы сошла кожица, и протереть в пюре или отжать через соковыжималку, отбросив кожицу и семена. После этого продолжать варить пюре на медленном огне до желаемой густоты, все время помешивая, чтобы не пристало ко дну посуды. Заправить пряностями, посолить и прогреть еще в течение 3–4 мин.

СОУС ТКЛАПИ

100 г **тклапи**
0,25–0,5 стакана **кипятка**
3 ст. л. **зелени кинзы**
2 **зубчика чеснока**
1 ч. л. **красного молотого перца**

Тклапи измельчить, положить в фарфоровую чашку, залить кипятком, закрыть блюдцем и оставить на 30 мин. Затем растереть, добавить истолченные с солью пряности, тщательно перемешать.

ОРЕХОВЫЕ СОУСЫ

ПРОСТОЙ ОРЕХОВЫЙ СОУС

1–1,5 стакана **очищенных грецких орехов**
0,5 стакана **гранатового сока** или 1 ст. л. **винного уксуса**
0,75 стакана **воды**
2–3 **зубчика чеснока**
2–3 ст. л. **зелени кинзы**
1 ч. л. **красного молотого перца**
1 ч. л. **сунели**
0,5 ч. л. **кардобенедикта** (имеретинского шафрана)
0,5 ч. л. **кориандра**

Орехи, перец, чеснок, соль истолочь, перетереть до однообразной пасты.
Добавить остальные пряности, вновь перетереть.
Гранатовый сок смешать с кипяченой водой и этой смесью разводить орехово-пряную массу, все время размешивая ее.

СОУС САЦИВИ

8 **луковиц**
3–4 стакана **очищенных грецких орехов**
1–2 ст. л. **кукурузной муки** или 1,5–2 ст. л. **пшеничной** (если орехов берется меньше, то доля муки увеличивается)
2–3 ч. л. **мелко рубленного чеснока**
1 ч. л. **кориандра**
1 ч. л. **черного молотого перца**
0,5 ч. л. **корицы**
5 бутонов **гвоздики**
0,5 ч. л. **сунели**
1 ч. л. **винного уксуса** или 1 ст. л. **гранатового сока**
0,25 ч. л. **красного молотого перца**
0,5 ч. л. **кардобенедикта (имеретинского шафрана)**
0,5 стакана **куриного жира**, **топленого или снятого с бульона**
2–2,5 стакана **куриного бульона**

На половине порции куриного жира обжарить мелко нарезанный лук. На оставшемся жире пассеровать муку до бледно-желтого цвета, развести ее в охлажденном бульоне, вскипятить.

[1] При использовании в качестве заправки к жареным баклажанам к этому соусу добавляют обжаренный мелко нарезанный лук (6 луковиц на 1 кг помидоров).



Истолочь грецкие орехи с чесноком, перцем, кориандром и солью (по вкусу), развести в бульоне, влить в подготовленный лук и тушить 15–20 мин.
Добавить корицу, гвоздику, сунели, уксус (или гранатовый сок) и прогреть на медленном огне еще 5–8 мин.
В некоторых районах Грузии соус заправляют еще 2–3 взбитыми яичными желтками. Но делают это лишь в случае недостатка орехов и слишком жидкой консистенции соуса.

СОУС САЦИБЕЛИ

200–300 г **очищенных грецких орехов**
0,5 **головки чеснока**
0,75 стакана **сока неспелого винограда**, или **граната**, или **ежевики** либо смесь этих соков
0,75 стакана **крепкого куриного бульона**
1–2 ч. л. **красного молотого перца**
1 ч. л. **кардобенедикта (имеретинского шафрана)**
0,5 стакана **зелени кинзы**

Орехи истолочь с перцем, солью, чесноком, кинзой. Все перетереть в пасту. Добавить кардобенедикт. Затем постепенно разводить бульоном, все время растирая. После этого так же постепенно прибавить кислый сок.
Этот соус идет к жареной или отварной домашней птице – курам, индейкам.

СОУС ГАРО

200 г **очищенных грецких орехов**
2 стакана **куриного бульона**
2 **луковицы**
2–3 **яичных желтка**
3 ст. л. **зелени кинзы**
0,25 стакана **3%-ного винного уксуса**
3–4 **зубчика чеснока**

Орехи, мелко нарезанную кинзу, соль истолочь вместе, развести винным уксусом, затем бульоном, добавляя и то и другое постепенно и все время размешивая, затем добавить мелко нарезанный лук, прокипятить около 10 мин и снять с огня.

Тщательно взбить яичные желтки, развести их постепенно несколькими ложками теплого, но не горячего соуса, затем так же постепенно вливать эту смесь в соус, непрерывно размешивая его, чтобы предотвратить свертывание яиц. Этим соусом обливают обычно жареную индейку или курицу.

СОУС ЧЕСНОЧНО-УКСУСНЫЙ

2 **головки чеснока**
1 **луковица**
0,25 стакана **прокипяченного 3%-ного винного уксуса**
0,25 стакана **холодной кипяченой воды**
0,5–1 ч. л. **кориандра (кинзы, укропа, петрушки, базилика, эстрагона)**

Чеснок истолочь с солью, добавить молотые пряности, уксус развести водой и постепенно соединить эту жидкость с чесночной массой, все время растирая.

БЛЮДА ИЗ СЫРА

ИМЕРЕТИНСКИЙ СЫР ТОЛЧЕНЫЙ

500 г **молодого имеретинского сыра** (замена: **молодая слабосоленая брынза, вымоченная в течение 10 мин в теплой воде**, и 50 г **сливочного масла**)
2 ст. л. **мяты** или 3 ч. л. **сухой мяты**
1 ст. л. **зелени эстрагона**
1 ч. л. **красного молотого перца**

Сыр раскрошить и истолочь вместе с пряностями в деревянной ступке или эмалированной миске. Подавать как закуску с мчади и гоми (см. с. 579, 580).

ГАДАЗЕЛИЛИ

500–750 г **имеретинского сыра**
2 л **молока**
2 ст. л. **мяты**

Молодой несоленый или малосоленый свежий сыр разрезать на два крупных куска,

залить горячим молоком и варить до мягкости. Затем переложить сыр в глубокую тарелку или миску и, все время обдавая его частью варящегося на слабом огне отвара, растирать ложкой, сливая в то же время растворившуюся часть обратно в кастрюлю, а оттуда беря для растворения новый горячий отвар. Эту операцию повторять до полного растворения сыра и соединения его с молочным отваром в единую массу. Массу прогреть, заправить мятой, отрезать по небольшому куску свежего сыра, залить его полученной массой и подать вместе с гоми (см. с. 579).

СУЛУГУНИ ЖАРЕНЫЙ

1 кружок **сулугуни**
50 г **масла**
3–4 ст. л. **муки**

Кружок сулугуни разрезать пополам, затем каждый полукруг разделить надвое плашмя, чтобы получилось 4 плоских полукружия. Сковороду с маслом разогреть на плите, обвалять каждое полукружие сулугуни в муке, положить на сковороду, обсыпать сверху мукой, прикрыть тарелкой и жарить 3–5 мин, затем перевернуть сыр, вновь обсыпать его сверху мукой и жарить, не прикрывая тарелкой, еще 3–4 мин. Подавать с пряной зеленью и мчади (см. с. 580).

ЧЕМКВА

500 г **имеретинского сыра**
0,75 л **молока**
2–2,5 стакана **кукурузной муки**

Сыр натереть на крупной терке, всыпать в кипящее молоко, проварить около 5 мин, растирая, чтобы не было комков. Затем постепенно всыпать просеянную кукурузную муку и продолжать варить на умеренном огне, все время помешивая, до консистенции густой каши; подержать на очень слабом огне еще 3 мин.

ЭЛАРДЖИ

750 г – 1 кг **сулугуни, имеретинского сыра** или **чанаха**
2 стакана **кукурузной крупы-сечки**
1 стакан **кукурузной муки**
2 л **воды**

Кукурузную сечку залить кипятком, варить 1,5–2 ч, помешивая. Затем всыпать небольшими порциями кукурузную муку и варить еще полчаса, все время помешивая, чтобы не было комков. Снять с огня, добавить тертый на крупной терке сыр, перемешать и варить на очень слабом огне около 5 мин, все время помешивая.

ХАЧАПУРИ

ХАЧАПУРИ – мучное изделие с большим содержанием сыра: его в хачапури примерно вдвое больше по весу, чем муки. Поэтому это национальное грузинское кушанье, распространенное по всей территории республики и имеющее несколько разновидностей, можно также причислить к изделиям из сыра. Хачапури напоминают крупные ватрушки (закрытые и открытые), начиненные рассольными сырами. Размеры хачапури обычно соответствуют размерам чугунных сковородок, на которых их выпекают. Выпечка ведется либо на углях, либо наплитным способом на умеренном огне.

ТЕСТО. На хачапури идет тесто особого рода, которое формально можно было бы назвать сдобным пресным тестом, однако оно является чаще всего промежуточным между дрожжевым и бездрожжевым, поскольку для настоящего хачапури в состав теста вводят такую кислую среду, как мацони, а порой к ней прибавляют еще и дополнительный разрыхлитель – соду. Замешивается некрутое тесто. В результате оно получается особо нежным.

Правда, в некоторых районах Грузии делают хачапури и на обычном молоке или на дрожжевом тесте, но эти отклонения лишают хачапури национального колорита. Лучше всего при отсутствии мацони заменять его сметаной или простоквашей, сцедив предварительно большую часть сыворотки.

Кроме мацони или молока (сметаны, простокваши), в состав теста для хачапури входят еще яйца, доля которых, как и молока, точно определена. Наоборот,

количество муки, как правило, не определяется, ее берут столько, сколько требуется на определенное количество молока и яиц для замеса некрутого теста, отстающего от рук.

РАЗЛИЧНЫЕ НОРМЫ МОЛОКА, МАЦОНИ И ЯИЦ ДЛЯ ТЕСТА:

1) стакан **мацони**
2 **яйца**
0,25 ч. л. **соли**
2) 0,5 л **молока**
2 **яйца**
0,5 ч. л. **соли**
1 ч. л. **сахара**
3) 0,5 л **мацони**
1 **яйцо**
0,5 ч. л. **соли**
4) 2 стакана **молока**
0,25 ч. л. **соли**

НАЧИНКА. Для начинки в хачапури используют следующие сыры: имеретинский, чанах, кобийский, брынзу. Предварительно их освобождают от соли, для чего нарезают плоскими ломтями толщиной 1 см, кладут в эмалированную посуду, заливают холодной водой (только молодой имеретинский сыр не подвергают предварительному замачиванию), закрывают крышкой и вымачивают 2–5 ч, в зависимости от степени солености сыра. Затем сыр откидывают на дуршлаг, слегка отжимают рукой через марлю или бязь, после чего толкут, подмешивая взбитые сырые яйца и сливочное или топленое масло. Из полученной смеси формуют шары величиной с крупное яблоко и оставляют на 2–3 ч и даже более «зреть».

РАЗЛИЧНЫЕ НОРМЫ СЫРА, ЯИЦ И МАСЛА ДЛЯ НАЧИНОК:

1) 500 г **сыра**
1 **яйцо**
25–50 г **масла**
2) 500 г **сыра**
2 **яйца**
1–2 ст. л. **масла**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ХАЧАПУРИ

1. Замесить тесто, разделить на четыре равные части, каждую раскатать в тонкие пласты-блины, несколько толще, чем для лапши. Намазать на каждый пласт подготовленную начинку слоем не толще 0,5 см, положить сверху такой же пласт меньшего диаметра и защипать края хачапури наглухо.

Вариант. Каждый пласт смазать вначале сливочным маслом, сложить вчетверо, вновь раскатать и затем начинять. Или после вторичной раскатки вновь смазать маслом, наложить еще один, более тонкий пласт и только тогда намазывать начинку.

Для приготовления слоеного хачапури требуется от 100 до 200 г сливочного масла.

2. Чугунную сковородку предварительно разогреть, смазать маслом (около 0,5 ст. л. на каждый хачапури), положить на нее хачапури швом вниз (если хачапури закрытое), закрыть сверху крышкой (тарелкой) и выпекать 8–10 мин на умеренном огне, пока одна сторона не испечется, т. е. не зарумянится. Затем перевернуть на другую сторону, смазать сверху смесью масла и яиц и продолжать выпекать без крышки.

3. После выпечки смазать хачапури маслом и подать к столу горячими.

Благодаря небольшой разнице в составе теста и начинки для хачапури, а также в приемах приготовления теста одного и того же состава количество «сортов» хачапури довольно значительно. Практически каждая хозяйка приготовляет хачапури несколько по-своему, что, естественно, отражается и на вкусе изделия.

МУЧНЫЕ БЛЮДА

ГОМИ

ГОМИ – густая кашеподобная масса пресного вкуса, используемая как своеобразный заменитель хлеба к первым и вторым мясным блюдам грузинской кухни. Гоми подают к харчо, мужужи, сациви и гурули. Оно хорошо гармонирует с острой и пряной гаммой этих блюд, оттеняет ее своим пресным вкусом, своей нежной консистенцией, а иногда и температурой. Если сациви или мужужи – холодные, то гоми всегда горячее.

Гоми-блюдо получают из гоми-зерна – так по-грузински называют чумизу, или итальянское просо,

возделываемое, кроме Грузии, еще на Дальнем Востоке и в Средней Азии.

Приготовление гоми несложно и быстро. Его готовят в металлической кастрюле на плите.

СОСТАВ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ГОМИ:

1 стакан **чумизы**
2–3 ст. л. **кукурузной муки**
4 стакана **воды**

Крупу засыпать в теплую воду и варить, снимая накипь, помешивая и растирая, до полного разваривания. Затем растирать еще 10 мин, после чего всыпать кукурузную муку, быстро размешать ее, чтобы не образовались комки, и продолжать держать гоми на очень слабом огне еще 10 мин, после чего оставить на 3–5 мин под крышкой для упревания.

МЧАДИ

МЧАДИ – лепешка из кукурузной муки, выпекаемая в сковородках на углях, а в городских условиях либо на плите, либо на противне в духовке. Самое хорошее мчади выпекается в каменных сковородках кеци. В этом случае тесто для мчади просто размазывают по дну кеци, а сверху закрывают разогретым листом жести, на который насыпают горячую золу и угли. Иногда мчади выпекают и в глиняных кеци, покрывая сверху другой такой же кеци, которую посыпают золой и углями. Выпечка в кеци длится около 1 ч. При выпечке на металлических сковородках мчади закрывают крышкой и пекут вначале с одной стороны, после чего переворачивают и пекут другую сторону, уже не прикрывая крышкой.

Время приготовления при этом способе сокращается почти вдвое, но качество мчади ухудшается.

Мчади бывает двух видов – простое и с добавками, которые вмешивают непосредственно в тесто. Такими добавками чаще всего бывают тертый имеретинский сыр и пюре из отварной фасоли, смешанное с пряной зеленью.

МЧАДИ ПРОСТОЕ

3 стакана **кукурузной муки**
1,5 стакана **воды**

Замесить жидковатое, липкое тесто. Намочить руки в холодной воде, взять тесто, скатать в шар и затем расплющить его на предварительно разогретой сковороде.

Прикрыть крышкой, выпечь, как указано выше.

МЧАДИ С ДОБАВКАМИ

3 стакана **кукурузной муки**
1,5 стакана **воды**
0,5 стакана **тертого имеретинского сыра** или **вымоченной брынзы** (либо 0,5 стакана **отварной фасоли**, 1 ст. л. **зелени кинзы**, 1 ст. л. **зелени петрушки**, 1 ст. л. **зеленого лука**)

Добавки тщательно растереть в однородную массу и перемешать с тестом для мчади. Выпечь.

СЛАДОСТИ

В грузинской кухне фактически отсутствуют такие сладкие блюда, которые соответствовали бы третьим блюдам европейской кухни. Роль десерта обычно выполняют разнообразные фрукты, ягоды, натуральные соки, орехи, мед, а также сухое виноградное вино.

Зимой, когда свежих фруктов меньше, их заменяют вялеными, засахаренными.

Немногочисленные грузинские сладости основаны преимущественно на ореховом сырье. Таковы чурчхела и гозинаки, распространенные под другими названиями и в Армении, и в Азербайджане, хотя они более характерны все же для Грузии. Что же касается мучных кондитерских изделий (халвы, сладких пирогов, сдобных масляных хлебов с сахарно-мучной начинкой), то они в большинстве случаев заимствованы из других национальных кухонь. Правда, в рецепты этих изделий внесены грузинские «поправки» (например, заимствованные из русской кухни сладкие пироги делаются из песочного и масляного теста и начиняются вареньем пополам с орехами), но в целом кондитерские изделия грузинской кухни гораздо менее оригинальны, чем грузинский мясной и овощной стол.

ЧУРЧХЕЛА

ЧУРЧХЕЛА – национальная грузинская сладость, приготовляемая из орехов (грецкого, фундука или миндаля) и виноградного сока, доведенного в результате

специального приготовления до киселеобразного состояния (называемого татара) и затем густеющего на орехах. Приготовление чурчхелы состоит из нескольких операций: подготовки орехов, варки татары, приготовления чурчхелы, ее сушки и выдержки.

ЧУРЧХЕЛА ИЗ ГРЕЦКИХ ОРЕХОВ

2 л **виноградного сока**
200 г **очищенных грецких орехов**
200 г **пшеничной муки**
100 г **сахара**

1. Орехи очистить, нанизать крупные кусочки (лучше всего целые половинки) на суровую нитку длиной 20–25 см, к одному концу которой (внизу) привязать кусочек спички, а на другом (вверху) сделать петлю, когда нанизывание будет закончено и получится связка.
2. Приготовить татару: виноградный сок варить на медленном огне в металлической посуде 2–3 ч, постепенно подсыпая сахар, все время помешивая и снимая пену. Затем дать жидкости слегка остыть и в еще теплую (ниже 45 °С) всыпать постепенно муку, немедленно размешивая ее, чтобы предотвратить образование комков. После получения однородной массы вновь варить на слабом огне, помешивая, до киселеобразного состояния и уваривания на четверть первоначального объема.
3. Трижды погрузить в горячую татару на полминуты каждую связку орехов (с интервалом в 5 мин).
4. Развесить полученную чурчхелу на солнце и просушивать до тех пор, пока она не перестанет липнуть к рукам, но все еще будет мягка на ощупь.
5. Просушенную чурчхелу завернуть в полотняное полотенце и оставить для созревания в сухом проветриваемом помещении с умеренной температурой на 2–3 месяца. Созревшая чурчхела не должна утратить мягкости. Она должна лишь покрыться тончайшим налетом сахарной пудры, проступающей в результате выдержки и созревания.

ГОЗИНАКИ

1 кг **очищенных орехов**
1 кг **меда**
0,25 стакана **сахарной пудры**

1. Орехи слегка прожарить на сковородке на слабом огне, затем нарезать небольшими кусочками, но не очень мелко. Миндаль и фундук следует предварительно ошпарить и снять кожицу, затем обжарить.
2. Мед прокипятить в алюминиевой или медной миске (тазике) и уварить его до такого состояния, чтобы капля, взятая на пробу, не растекалась на блюдце.
3. Всыпать в мед орехи и продолжать варить, непрерывно помешивая, пока не появится аромат и вкус поджаренного, т. е. пока не начнется карамелизация. Но еще перед этим всыпать сахарную пудру, которая придает гозинаки хрупкость.
4. Выложить массу на деревянную доску, предварительно смоченную холодной водой (или на мраморную, смазанную маслом), и раскатать в пласт толщиной 1 см скалкой, также смоченной в воде. Остудить, нарезать на квадраты (5×5 см), просушить до затвердения.

{ ГЛАВА 9 }

АРМЯНСКАЯ КУХНЯ

АРМЯНСКАЯ КУХНЯ – одна из древнейших кухонь в Азии и самая древняя в Закавказье. Ее характерные черты сложились еще, по крайней мере, за тысячелетие до нашей эры, в период формирования армянского народа и сохраняются во многом на протяжении более трех тысячелетий. При этом надо учесть, что армянский народ вплоть до начала XX века находился в крайне неблагоприятных условиях, был лишен своей государственности, единства территории.

Дело в том, что сложившееся в VI веке до н. э. Армянское государство во II веке до н. э. разделилось на западную и восточную части и стало испытывать вначале зависимость от римлян, персов, византийцев, арабов, а с VII века н. э. на несколько столетий подверглось чужеземным завоеваниям, в том числе арабскому, монгольскому, турецкому и иранскому. С XVII до начала XIX века Армения была поделена между Турцией и Ираном. В этот период хозяйство Армении, ее людские и материальные ресурсы пришли в упадок, но духовная и материальная культура не изменились, не погибла и армянская кухня. Наоборот, армяне внесли свой вклад в кухню туроксельджуков, так что многие истинно армянские блюда стали позднее известны в Европе через турок как якобы блюда турецкой кухни (например, долма).

Более того, не только на территории собственно Армении, но и в многочисленных колониях, созданных в Азии и Европе переселившимися туда армянами, т. е. далеко на чужбине, армянская кухня, как и другие национальные особенности армянского народа, сохранила свои типичные черты.

Традиционность и преемственность армянской кулинарии проявляются весьма многообразно – и в использовании старинной кухонной техники, и в технологии приготовления блюд, и в составе пищевого сырья, и в сохранении вкусовой гаммы, и в типах излюбленных блюд.

Тип очага (тонир) и вид посуды (глиняная), принятые у армян, распространились по всему Закавказью, оказав влияние на характер блюд. Тонир обусловил специфичность хлебных изделий, а также некоторых мясных блюд и супов. В нем пекут овощи, парят каши, коптят рыбу и птицу. Названия многих блюд армянской кухни связаны не с составом продуктов, как это принято у европейских народов, а с названием посуды, в которой их приготовляют. Таковы, например, путук, кчуч, тапак – все это виды глиняной посуды и одновременно названия супов и вторых блюд.

Эта армянская традиция перешла и к соседям армян – грузинам и азербайджанцам.

Что касается технологии приготовления армянских блюд, то она, как правило, сложна и в ряде случаев трудоемка. Приготовление большого количества мясных, рыбных и овощных блюд армянской кухни построено на фаршировании, взбивании, приготовлении пюре и суфлеобразных масс, требующих больших затрат времени и труда (кололик и кололак).

Другой характерной особенностью технологии армянской кухни, как и других восточных, является раздельность операций с последующим объединением разных частей блюд, многократная смена операций.

Обе эти черты ярко проявляются, например, при приготовлении армянских кондитерских изделий. Так, трудоемок, как правило, процесс раскатки многослойного теста (гата, назук), длительно и трудоемко приготовление сладостей из фруктов и орехов (оно иногда растягивается на несколько этапов и продолжается порой более полумесяца). При этом технологические приемы получения сладостей отличаются большой изобретательностью и сменой многих операций, с помощью которых даже простое овощное сырье – баклажаны, зеленые помидоры, тыква, а также незрелые грецкие орехи, арбузные корки – превращается в оригинальные, изысканные по вкусу, аромату и даже консистенции кондитерские изделия.

Разнообразие технологических приемов довольно наглядно проявляется и в супах: здесь и супы с кислояичной основой (спасы, тановы), и раздельно приготовляемые бозбаши, и сложные виды лапши (тархана),

и, наконец, внесение в навары и отвары многих компонентов, приготовляемых отдельно.

Основная цель перечисленных технологических приемов состоит в создании облагороженного продукта (блюда), вкус которого в результате длительной и сложной обработки и внесения массы дополнительных компонентов значительно обогащается. Отсюда обилие блюд с молотым мясом, к которому добавлены другие компоненты, также в молотом состоянии. Таковы кололак, схторац, толма и др.

В армянской кухне, конечно, имеются блюда и из натурального мяса, например армянский шашлык, пастынеры, мясные кчучи, а также блюда из целой домашней птицы, но они, во-первых, более древнего происхождения, реже употребляются в современной кухне и считаются ныне более простыми, а во-вторых, и в них мясо, хотя и сохраняет натуральную форму, также отличается новым вкусом.

Итак, армянская кухня располагает разнообразными по составу блюдами, отличается сложной, богатой, можно сказать, даже утонченной вкусовой и ароматической гаммой. Эта гамма, конечно, создается не только в результате своеобразных технологических процессов, она в значительной степени обусловлена самим составом пищевого сырья. Армянское пищевое сырье стабильно на протяжении многих веков, оно целиком связано с природными условиями армянских нагорий и Араратской долины. Древнейшее развитие скотоводства на армянских нагорьях постепенно привело к чрезвычайному разнообразию культивируемых видов домашнего скота и птицы. Армяне разводили и разводят коров, овец, буйволов, свиней, индеек, кур, гусей и уток. Используют они и дичь. В армянской кухне можно встретить чрезвычайно редкое для других кухонь сочетание различных видов мясного сырья в одном блюде. Например, одно из древнейших блюд – арганак – сочетает куриное и оленье мясо (последнее варят в курином бульоне).

Скотоводство стало также источником разнообразных молочных изделий – в основном кувшинных и бурдючных рассольных сыров, а также кисломолочных продуктов, являющихся производными мацуна или же его сочетаниями в разных пропорциях со сладкомолочными продуктами.

Эти продукты переработки молока играют весьма важную роль в армянской кухне и употребляются не только в чистом виде, но и входят либо как основа, либо как компоненты в состав ряда блюд.

В рационе армян большое место занимают сыры. Развитое домашнее сыроделие отличается не только богатым ассортиментом сыров, но и оригинальным использованием сыворотки и пахты и дальнейшей их переработкой. Так, из сыворотки от мацуна или из пахты делают творог жажик, а также сухую пахту чортан для длительного хранения. Все эти молочные продукты принадлежат к непременной и почитаемой в народе пище наряду с хлебом. Ее едят чаще всего утром, а также в обед.

Раннее возникновение земледелия в плодородных долинах Армении обусловило закрепившееся на тысячелетия использование широкого ассортимента зерновых в армянской кухне (полбы, проса, ячменя, пшеницы, риса), а также бобовых (фасоли, бобов, чечевицы, горного гороха), причем, как правило, не отдельно друг от друга (как, например, в русской кухне), а в сочетании. Так, суп зернушка состоит из нескольких видов бобов и круп. Имеются также различные зернобобовые каши. Как правило, эти блюда относятся к блюдам зимней кухни. Следует подчеркнуть, что в армянской кухне для крупяных блюд и супов употребляют предварительно особо обработанные пшеничные крупы: дзавар – крупу из слегка отваренного, а затем высушенного зерна, освобожденного после этого от шелухи, либо коркот – крупу из чуть подмоченного зерна, затем ошелушенного и высушенного. Как видим, здесь также имеет место усложненная технология, оказывающая влияние на вкус зерна. Поэтому воспроизведение армянских блюд без оригинального армянского пищевого сырья весьма затруднено.

Основным мучным изделием, занимающим большой удельный вес в рационе, является лаваш – тонкий, блиноподобный хлеб.

Для приготовления мучных изделий используется мука не только нескольких видов, но и разных помолов, число которых доходит до полутора десятков.

Шире всего применяется пшеничная мука, но иногда ее сочетают с картофельным или кукурузным крахмалом.

Оригинальной армянской мукой является мука из поджаренной пшеницы – похиндз.

Из древних национальных блюд, приготовляемых из пшеничной муки без выделки теста, надо отметить хашилиасуда, напоминающие мучные кисели на пахте или виноградном соке.

В основном пшеничная мука идет на приготовление кондитерских изделий и хлеба разных сортов – лаваша и матнакаша.

Немалую роль в питании армян играют овощи и фрукты. Как и всюду в Закавказье, их употребляют сырыми, сушеными, квашеными и маринованными; помимо этого, они служат обязательными компонентами при приготовлении супов и вторых блюд. При этом не только овощи, но и фрукты (айва, алыча, лимон, гранат, изюм, курага) широко используются в процессе приготовления мяса и рыбы, придавая им (особенно рыбным блюдам) своеобразный вкус. В армянские мясные супы наряду с картофелем и луком часто идут яблоки, айва, курага, грецкие орехи; в рыбные – кизил; в грибные – алыча, чернослив, изюм.

Совершенно самостоятельные овощные блюда в Армении готовят реже. В этом случае их основу составляют баклажаны, тыква или бобовые (горох, чечевица, фасоль), к которым добавляют другие овощные и фруктовые компоненты, пряности, молоко или масло. Овощной набор армянской кухни обычен для Закавказья. Пожалуй, более употребляема в Армении, чем в соседних республиках, лишь бамия. Овощной рацион дополняется, кроме того, дикорастущими травами (их около трехсот) и пряностями, из которых излюбленными являются черный перец, кинза, мята, эстрагон, базилик, чабрец и, конечно же, чеснок и лук, а для кондитерских изделий – корица, кардамон, гвоздика, отчасти шафран и ваниль.

Эта гамма пряностей несколько отличается от грузинской и азербайджанской, и не столько по составу, сколько по соотношению применяемых компонентов. Лук, например, применяется постоянно и в значительных количествах, в то время как чеснок – умереннее, причем больше в маринованном, а не в свежем виде.

В армянской кухне используется и местное рыбное сырье, для которого разработана своя технология. Основной вид рыбы – форель, мясо которой отличается нежным вкусом. Это и определило технологию армянских рыбных блюд – припускание, при котором всегда максимально сохраняется нежная консистенция рыбы.

Наконец, следует сказать несколько слов и о применении жиров в армянской кухне. Подавляющее большинство блюд готовят на топленом масле. Оно идет в супы, для тушения и жарения мяса, птицы, рыбы и овощей, а также в кондитерские изделия. Поскольку топленое масло приготовляют в Армении из мацуна, а мацун преимущественно из овечьего молока, то оно имеет характерный кисловатый привкус и аромат, передаваемый и тому блюду, в которое вводят масло. За неимением масла из мацуна для приготовления блюд армянской кухни целесообразно применять крестьянское или любительское сливочное масло. Растительные масла используются в армянской кухне реже – для приготовления рыбных и некоторых овощных блюд (фасоль, баклажаны). Причем традиционным является кунжутное масло, заменяемое также оливковым, а в последнее время подсолнечным.

На вкусовые качества блюд армянской кухни значительный отпечаток накладывают сложные виды тепловой обработки блюд из мяса, птицы и овощей. Одно и то же блюдо или пищевое сырье, например мясо, может быть подвергнуто и обжариванию, и отвариванию, и тушению. При этом можно сказать, что тушение и как заключительный процесс при наплитном приготовлении, и как самостоятельный вид обработки (тушение в духовке или тонире) преобладает. Поэтому многие блюда армянской кухни отличаются приятной нежной консистенцией. В то же время для армянской кухни весьма характерно повышенное употребление соли – даже в кондитерских изделиях (назук).

ПЕРВЫЕ БЛЮДА (СУПЫ)

МЯСНЫЕ СУПЫ

БОЗБАШ

Это наиболее распространенный армянский мясной суп из жирной бараньей грудинки с разнообразными овощами и фруктами, слегка подкисленный. Наряду с простым вариантом он имеет несколько разновидностей – как региональных (ереванский, эчмиадзинский, сисианский, шушинский старый и шушинский новый), так и сезонных (летний и зимний). Эти разновидности отличаются по составу так называемых дополнительных овощей и фруктов, в то время как количество мяса и жидкости (воды), основные овощи и набор пряных трав во всех случаях остаются неизменными. Все виды бозбаша приготовляют по одной и той же технологической схеме. Это дает возможность представить здесь общий, единый рецепт приготовления бозбаша, указывая лишь отличия в наборе продуктов для его разновидностей и небольшие вариации в приготовлении.

В любой бозбаш идет на каждые 500 г баранины по 2 л воды и по 25–50 г топленого или сливочного масла для обжаривания мяса и овощей. Таким образом, концентрация бульона и количество мяса на порцию всегда одинаковы. Однако баранью грудинку режут на кусочки разных размеров для разных видов бозбаша: размером с половину спичечного коробка (эчмиадзинский, шушинский, летний, зимний), со спичечный коробок (сисианский, шушинский старый), с два коробка (ереванский).

Соответственно на порцию в разных бозбашах приходится тогда по четыре, два или одному кусочку мяса, каждый с ребрышком.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ БОЗБАША

1. Мясо залить холодной водой и в течение 1–1,5 ч варить бульон под крышкой на слабом огне, после чего вынуть из бульона полуготовое мясо.
2. Обжарить его на топленом или сливочном масле в казанке или кастрюле с толстым дном вместе с овощами или без них; либо ошпарить и промыть кипятком – в зависимости от вида бозбаша.
3. Ошпаренное и промытое мясо залить процеженным бульоном и довести до готовности в течение разного времени – в зависимости от величины кусков мяса – вместе с обжаренными и дополнительно добавленными овощами и фруктами, а также набором пряностей.

В конце приготовления все бозбаши подкисляют либо 1 ст. ложкой винного уксуса (простого, зимнего, ереванского), либо более тонким натуральным подкислителем – соком лимона или 50–100 г гранатового сока (летнего, сисианского, шушинского). Солят бозбаш за 10 мин до полной готовности, перед закладкой зелени и подкислением.

НАБОР ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ В БОЗБАШЕ

Основными и непременными овощами для бозбаша считаются горох нут, картофель или каштаны (иногда и то и другое, иногда что-то одно), лук и помидоры (или заменяющая их томатная паста – 1 ст. ложка пасты вместо 2–3 помидоров). Горох предварительно замачивают на 10 ч.

Дополнительные фрукты – айва, яблоки, алыча, курага, чернослив. Набор пряностей во всех видах бозбаша постоянен. Это зелень петрушки, кинзы, базилика (по 1 ст. ложке каждого), красный и черный перец (5–6 горошин).

ТАБЛИЦА НАБОРА ПРОДУКТОВ ДЛЯ РАЗНЫХ ВИДОВ БОЗБАША

Бозбаш	Основные овощи					Дополнительные овощи и фрукты							
	картофель, шт.	горох, ст. ложки	помидоры, шт.	лук, шт.	фасоль стручковая, шт.	перец сладкий, шт.	бамия, шт.	баклажаны, шт.	айва, шт.	яблоки, шт.	алыча, шт.	курага, ст. ложки	чернослив, шт.
Простой	4	2	2	2	–	–	–	–	–	–	–	–	–
Летний	–	–	5	2	–	2	10	–	–	2	–	–	–
Зимний	4	4	1 ст. ложка томата	2	–	–	–	–	–	–	–	3	–
Эчмиадзинский	4	–	5	2	12	2	8	1	–	–	–	–	–
Ереванский	–	4	4	2	–	–	–	–	–	2	–	–	8
Сисианский	4	–	4	2	–	–	–	–	–	–	16	–	–
Шушинский I	3	–	1	2	–	–	–	–	1	2	–	–	–
Шушинский II	–	4	4	3	–	–	–	–	1	2	–	3	–
Сборный	4	3	3	2	–	1	6	–	–	2	8	2	–

БОЗБАШ ПРОСТОЙ (ОБЫКНОВЕННЫЙ)[1]

Вынутую из бульона баранину ошпарить кипятком и, не поджаривая, вновь залить процеженным бульоном вместе с подрумяненным с томатной пастой луком и подготовленным горохом (иногда горох заменяют рисом, но это изменяет вкус бозбаша). Варить до готовности гороха или риса. Затем добавить картофель, довести его до готовности, посолить и заправить пряной зеленью и подкислителем.

БОЗБАШ ЗИМНИЙ

Горох сварить до готовности в отдельной посуде на слабом огне в небольшом количестве воды. Переложить туда вынутую из бульона баранину, промытую кипятком, добавить процеженный бульон, обжаренный лук с томатной пастой, картофель (каштаны) и сухофрукты.

БОЗБАШ ЛЕТНИЙ

Вынутую из бульона баранину обжарить в течение 10 мин, залить кипящим бульоном, добавить поджаренный лук, нарезанную бамию и болгарский перец колечками, яблоки и помидоры дольками и варить 15 мин.

БОЗБАШ ЭЧМИАДЗИНСКИЙ

Вынутую из бульона баранину поджарить до полной готовности, залить процеженным кипящим бульоном, добавить поджаренный отдельно мелко нарезанный лук, картофель кубиками (по 0,5 см) и крупно нарезанные дополнительные овощи, до готовности которых и варить бозбаш. Посолить и положить помидоры дольками за 10 мин до готовности.

БОЗБАШ СИСИАНСКИЙ

Вынутую из бульона баранину поджарить в топленом масле вместе с луком и помидорами или томатом-пюре с добавлением муки до полной готовности. Затем залить кипящим бульоном, заправить остальными овощами и фруктами и варить их до готовности, добавив за 3 мин до конца приготовления пряности.

БОЗБАШ ЕРЕВАНСКИЙ

Вынутую из бульона баранину обжарить до полной готовности. Тем временем в процеженный бульон заложить подготовленный горох и варить его до готовности. Затем добавить мясо, лук, помидоры и фрукты (яблоки нарезают четвертинками) и варить суп еще 15 мин, после чего посолить и заправить пряностями.

БОЗБАШ ШУШИНСКИЙ

Вынутую из бульона баранину слегка обжарить вместе с луком, добавить муку и жарить до тех пор, пока мука не станет светло-коричневой. Затем залить баранину горячим бульоном, куда сразу добавить все указанные в рецепте овощи и фрукты, кроме яблок, и бульон варить до полуготовности айвы. После этого добавить яблоки, нарезанные четвертинками, и на слабом огне довести бозбаш до готовности всех продуктов. Пряности положить за 3 мин до конца приготовления.

БОЗБАШ ШУШИНСКИЙ – (КАРАБАХСКИЙ)

Баранину обжарить до полной готовности с луком и мукой, как и в предыдущем рецепте, а тем временем варить в процеженном бульоне горох и затем опустить подготовленную баранину в этот бульон вместе с остальными овощами и фруктами (кроме яблок). Когда горох будет готов, добавить яблоки, нарезанные четвертинками, посолить и варить до готовности яблок около 10 мин, заправив пряностями.

[1] Во всех рецептах бозбаша указываются лишь вариации в приготовлении.

БОЗБАШ СБОРНЫЙ

Процесс варки такой же, как в предыдущем рецепте. Баранину обжарить до полной готовности с луком, горох варить в бульоне, затем заложить в бульон подготовленную баранину и все остальные овощи и фрукты, кроме яблок, и варить до готовности гороха и картофеля (каштанов). После этого положить яблоки, а затем пряности.

КОЛОЛИК

КОЛОЛИК – по сути, суп с фрикадельками. Однако по составу входящих в него продуктов, вкусу и технологии это блюдо сильно отличается от соответствующих европейских. Как и многие другие армянские блюда, кололик имеет несколько разновидностей, отличающихся степенью сложности приготовления. Самый простой в этом отношении – кололик обыкновенный, самый сложный, трудоемкий – кололик шушинский.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КОЛОЛИКА

В приготовлении всех видов кололика имеются следующие общие черты:

1. Используется только парное мясо задней части, как правило, баранина и лишь для шушинского кололика – говядина.
2. Из костей варят бульон.
3. Мясо измельчают либо в мясорубке, причем обязательно дважды, либо отбивают его деревянным молотком до получения однородной тягучей массы. Иногда комбинируют оба способа: мясо взбивают после пропускания через мясорубку.
4. В мясной фарш вводят дополнительные продукты – отварные крупы (рис, манную крупу) или муку, яйца, молоко, соль, пряности (лук, петрушку, перец), а иногда и коньяк, либо перемешивая их в однородную массу с мясом, либо в форме начинки в мясное окружение, либо комбинируя то и другое.
5. Из мясного фарша формуют крупные шарики (величиной с куриное яйцо и более) и начиняют их либо указанной выше растительно-пряной начинкой, либо кусочками сливочного масла.
6. В костный бульон вводят крахмалсодержащие продукты (рис, картофель, каштаны), а также пряности (лук, петрушку, эстрагон) и иногда приправы (томатную пасту). После закипания бульона в него погружают подготовленные мясные шарики, которые варят до тех пор, пока они не всплывут на поверхность.

Весь кололик варят до готовности риса.

КОЛОЛИК ПРОСТОЙ

500 г **баранины**
0,5–0,75 стакана **риса**
2 **яйца**
4 **луковицы**
50 г **сливочного масла**
3–4 ст. л. **зелени эстрагона**
2 ст. л. **зелени петрушки**
10 горошин **черного перца**

Бульон сварить, процедить.

Мясо провернуть через мясорубку, добавить в него сырые яйца и измельченные пряности и из массы сформовать фрикадельки.

Засыпать в кипящий бульон рис, пряности, фрикадельки.

КОЛОЛИК ФАРШИРОВАННЫЙ

500 г **говядины** или **баранины**
3,5 ст. л. **манной крупы**
50 г **сливочного** или **топленого масла**
2 **яйца**
500 г **картофеля**
2,5–3 ст. л. **риса**
3 ст. л. **томата-пюре**
3 ст. л. **зелени петрушки**
1 ст. л. **базилика**
1–1,5 ч. л. **черного молотого перца**
4 **луковицы**

Бульон сварить, процедить.

Мясо провернуть через мясорубку, смешать с манной крупой, яйцами, солью, половиной

перца и взбивать 10–15 мин, после чего разделить на фрикадели величиной с яйцо.
Приготовить начинку из отварного риса, обжаренного лука, половины пряностей, посолить. Вдавить начинку в середину фрикаделей. Засыпать бульон картофелем, разрезанным на четвертинки, добавить томат, довести до кипения и засыпать фрикадели и пряности.

КОЛОЛИК ШУШИНСКИЙ

1,5 кг **говядины**
200 г **сливочного масла**
3 **луковицы**
2 **яйца**
0,25 **стакана молока**
0,5 стакана **риса**
1 ст. л. **пшеничной муки**
3 ст. л. **зелени эстрагона**
1,5 ч. л. **черного молотого перца** или 12 горошин
30 г **коньяка** (2,5 ст. л.)

1. Сварить бульон, процедить.
2. Мясо отбить, вынуть все пленки, сухожилия, жир, посыпать мелко нарезанным луком (1 луковица) и продолжать отбивать до получения тягучей массы.
3. В массу ввести муку, молоко, яйцо, коньяк и взбить до полужидкой консистенции, затем посолить, добавить пряности, 1 измельченную луковицу и поставить на полчаса на холод.
4. Из массы сделать круглые фрикадельки, внутрь которых положить кусочки замороженного масла.
5. Разделить бульон на две части: в меньшей отварить фрикадельки на слабом огне; из большей приготовить суп, засыпав туда рис, пряности, 1 измельченную луковицу, и за 5 мин до готовности ввести взбитое яйцо.
6. Соединить обе части кололика.

ХАШ

ХАШ – одно из древнейших армянских блюд, получившее распространение по всему Закавказью. С древности сохранился обычай есть хаш совершенно отдельно от всех иных блюд, причем рано утром на завтрак или даже до завтрака, по праздничным дням.

1,5 кг **говяжьих ножек**
500 г **рубцов**
2–3 **головки чеснока**
1 **редька**

1. Ножки опалить, выскоблить, промыть несколько раз, разрубить на части вдоль и либо положить на сутки в проточную воду, либо залить холодной водой и менять ее каждые 2–3 ч. Затем вновь промыть, переложить в эмалированный таз, залить водой, чтобы она покрывала ножки слоем в 15–20 см, и варить на слабом огне.
2. Рубцы очистить, промыть, залить холодной водой и варить до исчезновения специфического запаха (определяется пробой), затем отвар вылить, а рубцы промыть горячей и холодной водой, нарезать мелко и добавить к варящимся ножкам.
3. Продолжать варить хаш на медленном огне без соли, не допуская сильного кипения, снимая пену, пока мясо не будет отделяться от костей и рубцы не станут мягкими.
4. Готовый горячий хаш посолить, засыпать измельченным чесноком или развести толченый чеснок в бульоне и подать отдельно. Едят хаш, закусывая тертой редькой, пряной зеленью (базилик, петрушка, эстрагон) и лавашем.

КУРИНЫЕ СУПЫ

ТАРОНСКИЙ СУП

2 л **воды**
1 **курица**
4 **луковицы**
1 **морковь**
1 **корень сельдерея**
0,5 стакана **перловой крупы**
2 **яичных желтка**
1 **лимон**
4–5 горошин **черного перца**

1. Отварить курицу с целой луковицей и разрезанными вдоль морковью и сельдереем до го-



товности, вынуть ее, срезать мясо, нарезать его кубиками по 1 см, отложить, затем освободить бульон от вареных овощей, процедить.

2. Перловую крупу засыпать в кипяток, отварить до мягкости, отвар слить.

3. Подготовленную перловую крупу, мелко нарезанный лук, перец засыпать в бульон, проварить, добавить куриное мясо, посолить, положить в суп отдельно цедру лимона и очищенную от кожи и семян, нарезанную кубиками мякоть лимона, снять суп с огня.

4. Желтки (без покрывающей их тончайшей пленки) растереть в чашке и, постепенно добавляя по ложечке, развести их в 0,5 стакана бульона, а затем влить в суп, размешать и подать блюдо на стол.

ТАРХАНА

ТАРХАНОЙ называется суп на курином бульоне с особо приготовленной лапшой – тарханой, которая и дала наименование всему блюду.

ДЛЯ ЛАПШИ:

450 г **картофельной муки** (крахмала)
450 г **пшеничной муки**
1,1 л **мацуна**
0,5 л **молока**
2,5–3 **яйца**
3 ч. л. **соли**

ДЛЯ БУЛЬОНА:

1 стакан **сухой тарханы**
2 л **воды**
1 **курица**
1 **морковь**
3–4 **луковицы (желательно шалота)**
25–50 г **сливочного масла**
4–5 ст. л. **мяты**
1 ст. л. **зелени чабера**

ПОДГОТОВКА ЛАПШИ

Оба вида муки перемешать, залить кипящим молоком и вновь перемешать. Яйца взбить с мацуном и эту смесь постепенно ложками подливать к мучной смеси, размешивая. Полученное тесто должно выстаиваться сутки. Затем нащипать его мелкими кусочками, высушить их на полотенце и просеять через сито, слегка растирая рукой, чтобы отделить муку и крошки. Готовую тархану хранить в стеклянных банках.

ПОДГОТОВКА И ЗАСЫПКА БУЛЬОНА

Отварить курицу с морковью и луковицей до полной или частичной готовности (в зависимости от дальнейшего употребления курицы во второе блюдо), вынуть ее из бульона, засыпать туда сухую тархану и варить на слабом огне. За 5 мин до готовности добавить обжаренный мелко нарезанный лук, мяту, чабер.

КРУПЯНО-ОВОЩНЫЕ СУПЫ

КРУПЯНО-ОВОЩНЫЕ СУПЫ армянской кухни просты и обычны по технологии, но интересны по составу: бобовые сочетаются в них с рисом, пшеницей и одновременно с кислой капустой, свекольной ботвой или орехами, изюмом, курагой, заправляются мацуном, пахтой. Все это придает супам этой группы своеобразный вкус, отличный от европейских крупяных и крупяно-овощных супов.

ЗЕРНУШКА

3 ст. л. **пшеницы**
3 ст. л. **чечевицы**
0,5 стакана **гороха**
0,5 стакана **бобов**
1 стакан **очищенных орехов**
3–4 **луковицы**
1 ст. л. **пшеничной муки**
75–100 г **сливочного масла**
1 ст. л. **чабера**
1 ст. л. **базилика**
0,5 ст. л. **мяты**

1. Все виды зерен замочить по отдельности на 10–12 ч.

2. Бобы, горох, пшеницу залить холодной водой и отварить на слабом огне в течение 25–30 мин. Затем отвар вылить, добавить чечевицу; залить 2 л кипятка и продолжать варку еще в течение 1 ч.

3. Лук обжарить на масле с мукой до светло-желтого цвета.
4. Зернушку посолить, заправить обжаренным луком, толчеными орехами, прокипятить 5 мин. Затем добавить пряности и дать постоять под крышкой еще 5 мин.

ВОСПНАПУР

4 ст. л. **чечевицы**
3–4 л. **риса** (или **лапши**)
2–3 **луковицы**
50 г **сливочного масла**
0,5 стакана **изюма** (или **кураги**)
0,5 стакана **толченых орехов (грецких)**
6–8 горошин **черного перца**
1 ст. л. **петрушки**
2 ст. л. **зелени кинзы**

Чечевицу залить холодной водой и отварить до мягкости.
Добавить все остальные компоненты, кроме пряной зелени, и варить до готовности риса, затем добавить пряную зелень.

ХРЧИК

500 г **квашеной армянской капусты**[1]
4 **картофелины**
2–3 **луковицы**
4–5 ст. ложек **манной** или другой **пшеничной крупы** («Артек»)
3 ст. л. **топленого масла**
1–2 ст. л. **томатной пасты** или **сока**
1 ст. л. **сухой зелени петрушки**
0,25 ч. л. **красного перца**
1 ст. л. **сухой зелени эстрагона**
1 **лавровый лист**

Капусту отварить до мягкости на слабом огне в 0,5 л воды без соли. Лук обжарить на масле и соединить с отваром, продолжая подогревать.

Отварить картофель и крупу (манную или «Артек») до готовности с лавровым листом в 1–1,25 л воды.
Соединить приготовленную капусту с картофелем, добавить томатную пасту и пряности, посолить.

КРУПЯНО-КИСЛОМОЛОЧНЫЕ СУПЫ

СПАС

0,8 л **мацуна** (или 2 л **свежей пахты**)
0,5 стакана **риса** (или 140 г **муки**, если вместо мацуна используют **пахту**)
4–5 ст. ложек (40 г) **муки**
1 **яйцо**
3 **луковицы**
25–50 г **сливочного масла**
0,5 стакана **мяты**
1 стакан **кинзы**

Муку развести с яйцом, взбить; мацун развести пополам с водой. Соединить обе смеси, постепенно вводя вторую в первую, и поставить на слабый огонь.
Непрерывно помешивая, довести до кипения.
Добавить отваренный лук с отваром, мелко нарезанный обжаренный лук, пряную зелень и, не переставая помешивать, вновь довести до кипения.

САРНАПУР

0,5 стакана **гороха**
0,25 стакана **риса**
0,75 л **мацуна**
3 ст. л. **зелени кинзы**
1 ст. л. **зелени мяты**
1 пол-литровая банка **молодой свекольной ботвы**

Сварить горох в 1 л воды. Незадолго до готовности добавить рис. Отдельно припустить свекольную ботву в 0,5 л воды.

[1] Капуста квашеная с добавлением красного перца и свеклы. Если капуста заквашена кочаном, то перед употреблением в хрчик ее мелко шинкуют.

Соединить все, заправить пряной зеленью, посолить, проварить в течение 3 мин, охладить. Развести мацуном.

ФРУКТОВЫЕ СУПЫ

АНУШАПУР

1,5 л **воды**
200 г **кураги**
3 **луковицы**
75 г **сливочного масла**
75 г **сахара** (10 кусков рафинада)

Курагу промыть, засыпать в кипящую воду и варить 20 мин. Добавить сахар.
Обжарить в кастрюле мелко нарезанный лук, соединить его с супом, довести суп до кипения.

ЧИРАПУР

2 л **воды**
0,5 стакана **гороха нута**
200 г **кураги**
15 кусков **сахара-рафинада**

Предварительно (за 10 ч) замоченный горох промыть, освободить от шелухи и отварить до готовности.
Добавить курагу, сахар, варить до готовности кураги, охладить под крышкой.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

РЫБНЫЕ БЛЮДА

В АРМЯНСКОЙ кухне для рыбных блюд употребляется в основном севанская форель – ишхан. Реже используется ручьевая форель, храмуля и так называемая зангинская мелкая рыба – армянская плотва, уклейка. Армянская рыбная кухня специфична. Для нее характерны некоторые особые приемы в обработке, приготовлении и сдабривании рыбы.

I. Потрошат рыбу, не разрезая брюшка. Для этого вначале удаляют жабры, а затем через образовавшееся отверстие столовой или чайной ложкой вынимают внутренности и тщательно выполаскивают всю полость. Так обрабатывают форель.

II. Рыбу редко варят или жарят, а в основном припускают, т. е. отваривают в малом количестве воды на слабом огне в течение 15–20 мин. Припускание осуществляется одним из трех способов, цель которых – не допускать контакта рыбы с дном кастрюли:

1. На дно кастрюли насыпают небольшие камушки, на них кладут рыбу.

2. На дно кастрюли крест-накрест кладут несколько палочек от фруктового дерева.

3. Кастрюлю смазывают сливочным маслом, обкладывают изнутри зеленью эстрагона, затем кладут рыбу, которую сверху обмазывают маслом и уже потом немного заливают водой.

III. Помимо припускания, используют оригинальный прием тушения рыбы в лаваше. В этом случае дно и стенки посуды смазывают сливочным маслом, затем дно выстилают лавашем, на него кладут посоленную, поперченную рыбу, засыпают эстрагоном, кинзой, покрывают лавашем, плотно прикрывают крышку кастрюли и тушат рыбу на слабом огне.

IV. Другой способ безводной обработки рыбы – запекание в пергаментной бумаге (или в пищевой фольге). Для этого пергаментный лист смазывают сливочным маслом, укладывают на него рыбу, покрывают дольками помидоров, мелко нарезанным зеленым луком, эстрагоном, солят, перчат, складывают бумагу, промазывая ее сгибы тестом, и запекают в духовке на смазанном маслом противне 15–20 мин.

V. Среда, в которой припускают рыбу, также несколько необычна в армянской кухне. Это не только вода, но и белое виноградное вино, раствор квасцов.

1. Для припускания форели используют виноградное вино из расчета 1 стакан на 1 кг рыбы в сочетании с луком и эстрагоном. Припускают 20 мин на слабом огне.

2. Для приготовления зангинской мелкой рыбы, т. е. плотвы и уклейки, используют квасцы. Тем самым рыба получает более плотную консистенцию, лучший вкус и красивый голубоватый цвет. На 1 кг рыбы берут 0,5 л воды, 2 ч. ложки соли и 10 г квасцов (кубик размером 1,5 $см^3$).

VI. Припущенную рыбу сдабривают, как правило, такими своеобразными и необычными для европейской кухни приправами, как фруктовая и ореховая, а также пряностями.

1. К фруктовым приправам относятся алыча, лимоны, гранаты (наршараб), мякотью и соком которых рыбу можно фаршировать, натирать, поливать.

2. Ореховая приправа состоит из следующих компонентов:

1 стакан **тертых орехов**
1 стакан **воды**
1 кусочек **сахара**
1 ч. л. **соли**
3–4 горошины **черного перца**
2 ст. л. **зелени кинзы**
1 ч. л. **зелени мяты**
2 ст. л. **виноградного уксуса**

Первые пять компонентов проваривают в течение 10 мин, добавляют остальные.

3. Из пряностей наиболее употребляемы сочетания красного перца, лука, петрушки, эстрагона (эстрагон – особенно излюбленная пряность для рыбных блюд в армянской кухне).

Руководствуясь изложенными выше правилами, можно получать разнообразные рыбные блюда армянской кухни. Обычно эти блюда не носят специальных названий. Только немногие рыбные блюда, в том числе древнего происхождения, например кутап, кчуч, плаки, имеют собственные названия.

КУТАП

1,5 кг **форели**
75–100 г **сливочного масла**
0,5 стакана **риса**
0,5 стакана **изюма**
3 ст. л. **зелени петрушки** или **кинзы**
1 ч. л. **имбиря**

Выпотрошить рыбу, не разрезая (см. с. 591), нафаршировать ее отварным рисом, изюмом, маслом, имбирем. Запечь в духовке на противне, смазанном маслом.

КЧУЧ РЫБНЫЙ

1 кг **рыбы** (филе с кожей)
5 **луковиц**
75–100 г **сливочного масла**
4 **помидора**
3–4 **болгарских перца**
0,5 стакана **белого виноградного вина**
12 зерен **черного перца**
6 зерен **ямайского перца**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**
2–3 ст. л. **эстрагона**
2 ч. л. **соли**

Глиняную посуду смазать сливочным маслом. Заложить слоями мелко нарезанные овощи: лук, помидоры, болгарский перец, поперчить их всеми видами перца, затем уложить рыбу крупными кусками, покрыть вновь слоями овощей, сдобрить пряностями, посолить, залить вином, закрыть посуду крышкой и обмазать края тестом. Запечь кчуч в духовке в течение 30–40 мин.

ИШХАН В ВИНЕ

750 г – 1 кг **форели** (2 рыбы)
1 стакан **сухого белого виноградного вина**
0,5 **стакана алычи**
3 ст. л. **мелко рубленного эстрагона**
4–5 **луковиц шалота** или 0,5 стакана **зеленого лука**
1 **гранат** (сок и мякоть)
10–12 горошин **черного перца** (или 0,5 ч. л.)

Рыбу выпотрошить, не разрезая брюшка, посолить и поперчить изнутри.
Сделать начинку из алычи, граната, лука и эстрагона, измельчив и перемешав эти продукты, набить ею брюшко форели. Остаток начинки подать как салат к готовой форели. Припустить рыбу в вине в течение 8–10 мин на слабом огне.

МЯСНЫЕ БЛЮДА ИЗ МОЛОТОГО МЯСА

МЯСНЫЕ БЛЮДА армянской кухни делятся на две группы: блюда из молотого и блюда из целых кусков мяса.

Ниже приводятся все характерные приемы использования молотого мяса: внутри овощных и фруктовых оболочек (толма); в виде фарша, комбинирован-

ного с разного рода наполнителями (простые кололаки и коконы); в суфлеобразном виде с применением коньяка (сложные кололаки); в виде запеканок из отварного мясного фарша с овоще-фруктовыми наполнителями; внутри тестяной оболочки (борани).

ТОЛМА

ТОЛМА – мясное блюдо, состоящее из растительной оболочки, наполненной начинкой, основу которой составляет мясной фарш, и подливки. В качестве оболочки используют различные овощи и фрукты. Оболочка создает форму, внешний вид толмы и придает ей основной привкус. Начинка в толме, наоборот, практически не меняется. Она остается почти постоянной по составу независимо от перемены растительной оболочки и придает толме ее основной мясной вкус и пряный аромат, поскольку в состав начинки наряду с мясом входят пряности.

Третью часть толмы – подливку – приготовляют из бульона, в котором варилась толма, и из приправ, вводимых в этот бульон до и после его готовности. Эти приправы, а следовательно, и вкус подливки должны всегда быть кислыми или кисло-сладкими.

Технология толмы в принципе одинакова для всех ее разновидностей, но отличается деталями в подготовке растительной оболочки.

Основные операции: подготовка оболочки, приготовление начинки, фарширование толмы, ее закладка для варки, варка и приготовление подливки.

ПОДГОТОВКА РАЗЛИЧНЫХ ОБОЛОЧЕК ДЛЯ ТОЛМЫ

Оболочку готовят обычно из виноградных и капустных листьев, баклажанов, помидоров, кабачков, лука, айвы и яблок.

Свежие виноградные листья: опустить в кипяток на 2–3 мин, затем удалить стебли.

Капуста: вырезать из кочана кочерыжку, отварить кочан в подсоленном кипятке в течение 10 мин, разобрать на листья, удалить грубые стебли.

Помидоры, перцы: надрезать со стороны плодоножки поперек на три четверти так, чтобы получилась крышка, удалить семечки.

Баклажаны: надрезать сверху горизонтально вдоль так, чтобы получилась крышка, удалить семечки и часть мякоти.

Кабачки: разрезать вдоль пополам, удалить семечки, ошпарить кипятком.

Лук: срезать слой с корешковой части, ошпарить или отварить в кипятке в течение 2 мин, удалить середину.

Яблоки и айва: срезать кружочком верхушку, чтобы получилась крышка, вычистить сердцевину. Айву, кроме того, отварить в течение 5 мин до полуготовности.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НАЧИНКИ

В качестве мяса для толмы всегда используют баранину.

500 г **баранины**
2–3 ст. л. **риса**
3 **луковицы**
1–2 **яйца** (не во все виды толмы)
0,5–1 **головка чеснока**
по 1 ст. л. **кинзы, петрушки, базилика**
2 ст. л. **чабреца**
3 ч. л. **мяты**
10 горошин **черного перца**

Из мяса приготовить фарш. Для большинства видов толмы рис отварить до полуготовности, а при приготовлении в оболочке из кабачков, лука и помидоров – полностью. Лук и остальные пряности измельчить. Все компоненты тщательно перемешать.

ФАРШИРОВАНИЕ

Подготовленные оболочки наполнить фаршем, прикрыть надрезанными или срезанными крышками, в листовые оболочки фарш завернуть, перевязать ниткой.

ЗАКЛАДКА ТОЛМЫ ДЛЯ ВАРКИ

В посуду положить кости, влить бульон, уложить толму – вначале более плотные продукты – айву, затем яблоки или баклажаны, затем перцы, помидоры. (Сочетание айвовой и яблочной толмы называется аштаракским, сочетание баклажанной, перечной и помидорной – эчмиадзинским.)

В промежутках между толмой поместить дольки яблок, айвы, курагу, чернослив, мелко нарезанный лук, а в капустную и кабачковую толму за-

лить томатный сок или пюре, в луковую добавить алычу (ткемали). После закладки толму плотно прикрыть тарелкой, закрыть кастрюлю и тушить все на слабом огне до готовности.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПОДЛИВКИ

Образовавшийся во время приготовления толмы соус из бульона и разваренных сухофруктов или томатного пюре слить и подать к толме отдельно. К толме в виноградных листьях и кабачках подать мацун с толченым чесноком.

ДЛЯ ПОДЛИВ НА 500 г МЯСНОГО ФАРША:

1–1,5 стакана **мацуна**
200 г **кураги** и 1–2 **айвы** или 0,5 стакана **кураги** и 0,5 стакана **чернослива**

КОЛОЛАК

Под этим названием в армянской кухне известны два вида блюд – одно из фаршеобразного, другое из суфлеобразного мяса. Каждый из этих видов имеет свою технологию и сильно отличается от другого не только по внешнему виду, но и по вкусу и по используемому сырью. Однако они носят общее название, так как в обоих используется молотое мясо с различными добавками.

Блюда первого вида, которые можно назвать простыми кололаками, приготовляют обычно из баранины или смеси свинины с говядиной. При этом мясной фарш обязательно дважды пропускают через мясорубку вместе с луком. Остальные компоненты – пряная зелень – тщательно измельчаются.

Блюда второго вида, которые следует именовать сложными кололаками, приготовляют только из первосортного и обязательно парного говяжьего мяса.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПРОСТЫХ КОЛОЛАКОВ

Простые кололаки представляют собой фрикадельки, содержащие наряду с мясным фаршем разного рода наполнители, придающие им вкусовые оттенки (рис, яйцо, кизил, пряную зелень). Внешне они имеют форму шариков величиной с грецкий орех, а иногда этот шарик раскатывают в форме эллипсовидной сигары.

Шарики обычно панируют, причем виды панировки у кололаков, приготовляемых в разных районах Армении, варьируются (сухари, мука, яйца). Затем кололаки обжаривают в масле либо на сковородах, либо в кастрюлях.

Отдельно приготовляют томатную подливку к кололаку или жареный картофель с тушеными помидорами.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ СЛОЖНЫХ КОЛОЛАКОВ

Сложные кололаки готовят, превращая говядину в суфлеобразную массу. Достигается это следующими последовательными операциями: мясо освобождают от жира, пленок, сухожилий; отбивают деревянным молотком до тестообразного состояния; посыпают солью и перцем; продолжают отбивать до побеления; перекладывают полученную массу в посуду, добавляют водку (коньяк, спирт) и продолжают взбивать до разжижения; добавляют взбитые яйца, молоко, муку, пряную зелень и взбивают до получения однородной тягучей массы.

Остальные операции по варке кололака и приданию ему гарнира несложны, их можно варьировать в зависимости от местных обычаев.

Наиболее известны кололак гехаркуни и кололак аштаракский.

Ниже приведено несколько рецептов кололаков. Указаны лишь те операции, которыми тот или иной вид отличается от общей схемы.

КОЛОЛАК СЮНИКСКИЙ

500 г **баранины**
2 **луковицы**
0,5 стакана **сушеного кизила**
1 **яйцо**
75 г **растительного масла**
2 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

Кизил сначала замочить на 15 мин, затем протереть в пюре. Шарики обжарить без панировки.

КОЛОЛАК ШИРАКСКИЙ

500 г **баранины**
4–5 **луковиц**
3–4 **желтка**
2 ст. л. **муки**
500 г **помидоров**
75–100 г **растительного масла**
2 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

В фарш использовать половину лука. Остальной обжарить на гарнир. Кололак сделать в форме сигар, запанировать в муке, обжарить. Вместе с помидорами готовый кололак выдерживать в духовке 10–15 мин.

КОЛОЛАК АЙРАРАТСКИЙ

500 г **баранины**
1 **яйцо**
75 г **растительного масла**
1 **луковица**
2 ст. л. **муки**
1 ч. л. **черного молотого перца**

ДЛЯ ПОДЛИВКИ:
1 стакан **бульона**
2 **луковицы**
1 ст. л. **муки**
3 ст. л. **томатной пасты**
1 ст. л. **сливочного масла**
1 ч. л. **виноградного уксуса**
0,5 ч. л. **черного перца**
2 ст. л. **зелени петрушки** и **базилика**

Кололак приготовить в форме шариков, после обжаривания залить подливкой.
Для получения подливки все ее компоненты смешать и проварить в течение 10 мин на слабом огне.

КОЛОЛАК ГЕХАРКУНИ

500 г **говядины** (мякоть)
3 **луковицы**
1 **яйцо**
125–150 г **топленого масла**
0,75 стакана **молока**
25 г **водки** или **коньяка**
1 стакан **пшеничной крупы-коркот**
1 ч. л. **пшеничной муки**
2 ст. л. **кинзы**
1 ст. л. **петрушки**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

1. Приготовить суфлеобразную массу (см. с. 594).
2. Сварить мясной бульон, процедить, разделить на две части.
3. Суфлеобразную массу опускать деревянной ложкой в горячий бульон в виде шариков и варить их на очень слабом огне до тех пор, пока они не всплывут.
4. На оставшемся бульоне сварить полужидкую кашу из пшеничной крупы.
5. Подать обе части – кашу и шарики кололака – в отдельной посуде; есть, заедая мясо кашей.

КОЛОЛАК АШТАРАКСКИЙ

1,5 кг **говядины**
1 **цыпленок**
3 **яйца**
10 **луковиц**
100 г **масла**
0,75 стакана **риса**
2–2,5 л **костного бульона**
3 ст. л. **зелени эстрагона**
3 ст. л. **зелени петрушки**
1 ст. л. **зелени чабера**
50 г **коньяка**
1 ч. л. **черного молотого перца**

1. У цыпленка обрезать крылья, ноги, горло. Варить тушку 10–15 мин.
2. Сварить суфлеобразную массу из мяса (см. с. 594).
3. Уложить массу на салфетку из полотна или бязи ровным слоем и плотно обмазать ею цыпленка.
4. Опустить кололак в бульон и варить 45 мин – 1 ч.
5. Из другой половины бульона сделать суп, положив туда промытый рис, лук, пряную зе-

лень, довести до готовности на слабом огне и перед подачей влить взбитые яйца, довести до кипения.

ЗАПЕКАНКИ

В состав **ЗАПЕКАНОК**, кроме фарша из отварного мяса и картофеля, входят еще лук (обжаренный), тмин, красный перец, болгарский перец, масло, яйцо и пряная зелень – петрушка, кинза. Другой набор для запеканок: обжаренный в масле сырой мясной фарш, мелко нарезанный лук, баклажанное пюре и томатная паста, обжаренная с луком и мукой.

Все компоненты смешивают в однородную пюреобразную массу, ровным слоем выкладывают на противень, смазывают яйцом и маслом, панируют в сухарях (а смесь с баклажанами посыпают тертым сыром) и запекают в духовке.

Соотношение мяса и остальных компонентов по объему – 1:1, в баклажанной запеканке мясо составляет меньшую часть – 1:2.

БОРАКИ

БОРАКИ – армянские пельмени. Их основное отличие от пельменей других народов состоит в том, что фарш для них предварительно обжаривают, самим пельменям придают цилиндрическую форму, оставляют их открытыми сверху и, наконец, не отваривают, а припускают и затем обжаривают. Набор для бораки следующий:

ДЛЯ ТЕСТА:
- 200 г **муки**
- 1 **яйцо**
- 1–2 ст. л. **воды**

ДЛЯ НАЧИНКИ:
- 300 г **мяса** (говядины)
- 100 г **лука** (3 луковицы)
- 1 ч. л. **черного молотого перца**
- 3 ст. л. **пряной зелени**

ДЛЯ ОБЖАРИВАНИЯ ЛУКА И БОРАКИ:
- 100–150 г **масла**

1. Замесить крутое тесто, раскатать его в пласт толщиной 2–3 мм, надрезать квадратами (5×6 см).
2. Сделать начинку, обжарить ее, положить в квадраты из теста, сформовать бораки так, чтобы начинка не доходила на 1 см до открытого верха тестяных «стаканчиков».
3. Поместить бораки в эмалированную кастрюлю стоймя так, чтобы открытая часть была сверху. Влить в кастрюлю немного бульона (1–1,5 стакана), плотно прикрыть и на очень слабом огне припустить до полуготовности.
4. Вынуть бораки, выложить на сито, дать стечь бульону и обжарить их на предварительно разогретой сковороде до появления золотистой корочки.

МЯСНЫЕ БЛЮДА ИЗ НЕМОЛОТОГО МЯСА

В армянской кухне известны четыре вида блюд из немолотого мяса:

1. Блюда типа шашлыков, приготовляемые на открытом огне. Из них к оригинальным блюдам собственно армянской кухни можно отнести шашлык по-карски.

2. Блюда типа кчуч, для получения которого мясо закладывают сырым в глиняную посуду вместе с овощами и все блюдо выпекают в тонире или духовке в течение 2 ч.

3. Блюда типа тыал, для приготовления которых мясо отваривают, затем обжаривают и на полученном бульоне доваривают вместе с овощами и фруктами.

4. Блюда, называемые пастынерами. Сырое мясо вначале обжаривают, а затем тушат вместе с овощами и фруктами с прибавлением воды до ее выпаривания.

ШАШЛЫК ПО-КАРСКИ (БЛИЖНЕВОСТОЧНЫЙ)

От остальных закавказских шашлыков шашлык по-карски отличается следующим. Во-первых, для него берут не небольшие кусочки мяса, а крупные куски круглой формы весом до 500 г каждый, срезаемые в поясничной части бараньей туши. Эти куски должны быть по возможности одинаковыми, для чего их перед обжариванием подравнивают. Во-вторых, он отличается от грузинского составом маринада, в котором

выдерживают мясо. В-третьих, готовность такого шашлыка достигается постепенно, т. е. сверху мясо бывает уже готово, а в середине оно еще сырое. Поэтому по мере готовности его периодически срезают тонкими ломтиками по 1,5 см, в то время как центральная часть шашлыка, укрепленная на вертеле, продолжает жариться. Мясо на вертеле чередуется с курдючным салом.

Шашлык по-карски в настоящее время практически стал только ресторанным блюдом, однако мы приводим его технологию как пример армянского варианта закавказских шашлыков (заимствован из Малой Азии и Двуречья).

2 кг **баранины**
500 г **курдючного сала**

ДЛЯ МАРИНАДА:

8–10 **луковиц**, пропущенных через мясорубку
1 **лимон** (цедра, сок и мякоть без косточек)
1–2 ст. л. **коньяка**
3 ч. л. **соли**
2 ст. л. **укропа**
3 ст. л. **кинзы**
3 ст. л. **базилика**
2 ч. л. **черного молотого перца**
1 ч. л. **молотого душистого перца**
5 бутонов **гвоздики** (молотых)
1–2 ст. л. **виноградного уксуса**

Оставить нарезанные кусками мясо и сало в маринаде на 6–8 ч в эмалированной, фарфоровой или стеклянной посуде. Нанизать на вертел вперемежку с салом. Обжаривать на мангале.

КЧУЧ ИЗ БАРАНИНЫ

Для кчуча из баранины приведены два вида набора овощной заправки.

НА 500 г БАРАНИНЫ – ОДИН ИЗ НАБОРОВ:

I. 4–5 **картофелин**
4 **помидора**
3–4 **луковицы**
1 стакан **зеленой фасоли**
2 стручка **болгарского перца**
1 стакан **пряной зелени (базилик, кинза, укроп, чабер)**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**
0,75 стакана **кураги**

II. 4 **картофелины**
5–6 **помидоров**
3–4 **луковицы**
0,5 стакана **зеленой фасоли**
3 **баклажана**
2 стручка **болгарского перца**
1 стакан **пряной зелени (петрушка, укроп, базилик)**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**
0,25 ч. л. **красного молотого перца**

Овощи нарезать примерно одинаковыми кусками, уложить рядами в глиняную посуду, пересыпать пряностями и солью. Сверху уложить куски баранины, залить кипятком так, чтобы он покрывал мясо, закрыть плотно крышкой и поставить на 2 ч в духовку.

ПАСТЫНЕРЫ

Баранину нарезать довольно мелкими кубиками (по 1,5–2,5 см), обжарить до полуготовности, залить небольшим количеством кипятка и тушить на плите 10–15 мин, затем добавить овощи и пряности и довести блюдо до готовности в духовке.

Иногда обжаренную баранину и овощи одновременно заливают кипятком так, чтобы он только покрывал продукты, и доводят до готовности на плите.

Выбор варианта обычно зависит от качества мяса и характера овощей.

При наличии старого мяса и быстроразваривающихся овощей используют первый вариант, но не обязательно.

В духовке получается более вкусное, ароматное блюдо.

Овощная часть пастынеров составляет по весу больше половины блюда.

Характерны следующие **наборы овощей,** в которых обычно один из видов овощей преобладает.

НА 500 г БАРАНИНЫ – ОДИН ИЗ НАБОРОВ:

I. 6 **луковиц**
3–4 **крупных корня сельдерея** величиной с яблоко
1 **лимон**
3 **яичных желтка**
100 г **сливочного масла**

II. 3 **луковицы**
5–6 **помидоров**
500 г **бамии**
1 **лимон**
75 г **масла**

III. 1 кг **тыквы**
5–6 **помидоров**
3–4 **луковицы**

IV. 500 г **стручковой фасоли**
6 **помидоров**
4 **луковицы**
75 г **масла**

V. 1,5 стакана **белой фасоли** (фасоль предварительно отваривают отдельно)
5 **помидоров**
4 **луковицы**
100 г **масла**

ПРИМЕЧАНИЕ К ПЕРВОМУ НАБОРУ

Приготовить соус: желтки растереть с маслом, добавить подливку, образовавшуюся при тушении баранины, довести смесь до кипения, влить лимонный сок, размешать и тотчас же снять с огня.

НАБОР ПРЯНОСТЕЙ В ПАСТЫНЕРАХ ПОСТОЯННЫЙ:

0,5–0,75 стакана **пряной зелени** (**мелко рубленных базилика, петрушки, укропа, кинзы**), 0,5–1 ч. л. **черного молотого перца**.

БЛЮДА ИЗ ВАРЕНО-ЖАРЕНОГО МЯСА

В армянской кухне имеются две разновидности блюд из варено-жареного мяса: к первой относятся блюда из варено-жареного мяса, употребляемые в пищу непосредственно после приготовления; ко второй – блюда из варено-жареного мяса, предварительно презервированного (тыал). Разница в технологии приготовления этих разновидностей незначительна и состоит в том, что тыал сначала обрабатывают солью и обжаривают на курдючном сале, в то время как обычное варено-жареное мясо обжаривают на топленом или сливочном масле. В соответствии с этим обычное варено-жареное мясо приготовляют с кисло-сладкими фруктами, а тыал сопровождают овощами нейтрального вкуса – картофелем, бамией, фасолью.

БЛЮДА ИЗ ВАРЕНО-ЖАРЕНОГО МЯСА ОБЫЧНОГО ТИПА ГОТОВЯТ ПО СЛЕДУЮЩЕЙ СХЕМЕ:

1. Мясо, нарезанное крупными кусками, положить в кипяток и варить до полуготовности, т. е. примерно 1 ч.
2. Подготовленную баранину обжарить на масле с луком.
3. Залить процеженным бульоном, добавить остальные продукты и тушить на слабом огне 15–25 мин под крышкой до готовности мяса.

НА 500 г БАРАНИНЫ – ОДИН ИЗ НАБОРОВ:

I. 500 г **айвы**
3 **луковицы**
3 ст. л. **томатной пасты** или 3 **помидора**
75 г **сливочного масла**
0,5 стакана **пряной зелени**, в основном **петрушки и базилика**
1–2 ч. л. **сахара**

II. 6 **луковиц**
1 стакан **кураги**
3 ст. л. **томатной пасты**
75 г **сливочного масла**
0,5 стакана **пряной зелени**
1 ч. л. **черного молотого перца**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЫАЛА

Мясо нарезать кусками по 250 г, без костей, засолить крупной солью и оставить на 8 ч в холодном месте. Затем промыть, сварить до полуготовности в течение примерно 1 ч, удалить оставшиеся кости, хрящи и крупные сухожилия

и обжарить на курдючном сале до полной готовности. Готовый тыал уложить плотно в глиняную, фарфоровую, стеклянную или эмалированную посуду, залить растопленным курдючным салом так, чтобы оно совершенно покрыло мясо слоем 0,5 см, и пользоваться тыалом по мере надобности. (Показателем порчи мяса и, следовательно, невозможности его дальнейшего хранения служат трещины на поверхности жира.) Тыал можно использовать для быстрого приготовления вторых мясных блюд или в холодном виде как закуску.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ГОРЯЧИХ БЛЮД ИЗ ТЫАЛА

Тыал надо нарезать мелко, как бефстроганов, и разогреть со свежими быстроразваривающимися овощами – картофелем, бамией, зеленой стручковой фасолью, причем обычно лишь с каким-либо одним видом овощей.

НА 250 г ТЫАЛА:

4 **картофелины** или 500 г **бамии**, или 2 стакана **стручковой фасоли**

ПРЯНОСТИ:

2 **луковицы**
2 ст. л. **зелени кинзы**
1 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 ст. л. **зелени мяты** или **чабера**

БЛЮДА ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

Армянские блюда из домашней птицы значительно отличаются от аналогичных блюд грузинской кухни по вкусовой гамме. В то время как в грузинской кухне к куриному мясу принята остро-пряная ореховая приправа и соусы, в армянской кухне преобладает довольно мягкая кисловато-сладкая фруктовая приправа. К курице и индейке в качестве приправ идут кизил, яблоки, изюм, чернослив, курага. Одновременно в качестве гарниров употребляют совершенно нейтральные продукты – рис, бамию, на фоне которых мягкие кисловато-сладкие фруктовые приправы еще более смягчаются. Вместо грецкого ореха используют опять-таки более нейтральный и нежный по вкусу миндаль, да и то очень редко.

Курицу не обжаривают, а отваривают или тушат. С таким мясом хорошо сочетается кисловато-сладковатый гарнир.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

Курицу отваривают до полуготовности или готовности, режут на куски величиной со спичечный коробок, иногда обжаривают, добавляют фруктово-овощной набор, немного бульона, пряности или специально приготовленную подливку и ставят тушить до готовности овощей. По этой технологии готовят следующие блюда:

КУРИЦА С КИЗИЛОМ

Курица (1–1,5 кг)
1–1,5 стакана **сушеного кизила**
0,5 стакана **изюма**
75 г **топленого масла**
2 ч. л. **сахара**
3 ст. л. **зелени петрушки**
1 ст. л. **зелени укропа**
0,25 ч. л. **черного перца**
1 ст. л. **пшеничной муки** (поджаривать с маслом до светло-желтого цвета и развести 0,5 стакана **бульона**)

Из продуктов приготовить подливку (кизил распарить, протереть), перемешать все, довести до кипения, залить куски отварной курицы и прогреть на огне 5–6 мин.

КУРИЦА С БАМИЕЙ

Курица (1–1,5 кг)
0,5–1 кг **бамии**
1–2 кг **помидоров**
2–4 **луковицы**
50–75–100 г **масла**
1 **лимон** (сок и цедра)
1 щепотка **красного перца**
0,5 стакана **зелени кинзы** или **петрушки**

Продукты нарезать, засыпать ими отваренную курицу, нарезанную на куски, и тушить до готовности на слабом огне.

КУРИЦА С ЯБЛОКАМИ

Курица (1–1,5 кг)
500 г **яблок**
1 **лимон**
0,5 стакана **риса**
1–1,5 ч. л. **корицы**
1 ст. л. **крахмала**
1–2 ч. л. **сахарного песка**

Вареную курицу нарезать кусочками, обжарить, облить лимонным соком. Приготовить подливку из яблок. Рис отварить и подать с курицей. Облить курицу подливкой.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПОДЛИВКИ

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины. Отходы залить 2 стаканами воды, сварить, процедить через сито. Процеженным отваром залить очищенные яблоки, разварить их до пюреобразного состояния, добавив сахар и корицу. Хорошо уварить.

Развести крахмал в 1 ст. ложке воды, влить в яблочное пюре за 2–3 мин до конца варки, размешать, довести до кипения.

АМИЧ

Курица или **индейка** (1,5–2 кг)
около 0,5 стакана **риса**
0,5 стакана **очищенного миндаля** или **ядер косточек абрикосов**
0,25 стакана **кураги**
0,25 стакана **изюма**
5–6 **фиников**
1 ст. л. **базилика**
4 бутона **гвоздики**
1 ч. л. **корицы** (полная)
75 г **топленого масла**

Рис отварить до полуготовности, слегка обжарить на масле, добавить 1 ст. ложку масла кусочком, хорошо посолить. Сухофрукты и орехи обжарить на масле в течение 5 мин.

Перемешать рис и обжаренные сухофрукты, добавить молотые пряности и полученным фаршем наполнить курицу; зашить ее.

Обжарить курицу вначале слегка на сковороде до легкого подрумянивания, затем смазать маслом, поместить в духовку в глубокой сковороде и, долив 0,5 стакана воды, жарить ее около 30–40 мин на умеренном или медленном огне, периодически поливая соком, до готовности.

ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

Чисто **ОВОЩНЫЕ БЛЮДА** армянской кухни приготовляют в основном из тыквы, баклажанов и бобовых (гороха, чечевицы, фасоли). Одновременно в состав таких блюд входит несколько овощных и фруктовых компонентов, а также обязательно зерновые (рис, пшеница). Как правило, овощные блюда редко имеют национальные названия, за исключением овощной толмы, айлазана (блюда на баклажанной основе) и мшошей (бобовые пюре). Многие из овощных блюд не имеют национальной специфики. Поэтому ниже приведены только такие овощные блюда, которые отличаются особым составом, сочетанием продуктов или технологией, типичными для армянской кухни.

Следует отметить, что если технология мясных блюд армянской кухни усложнена, то технология овощных проще, чем в грузинской.

ТЫКВЕННЫЕ БЛЮДА

ТЫКВА довольно широко используется в Армении в пищу: и в виде каш, и жареной, и запеченной, и фаршированной. Наиболее специфичны вареная тыква с чечевицей, тыквенные запеканки с пряностями и фаршированная тыква с рисово-фруктовым или кизилово-ореховым фаршем.

ТЫКВЕННО-ЧЕЧЕВИЧНАЯ КАША

1 кг **тыквы**
1–1,5 стакана **чечевицы**
4–5 **луковиц**
100–150 г **топленого** или **сливочного масла**
0,5 л **мацуна**
3 ч. л. **сахара**
2–3 ст. л. **зелени кинзы** и **петрушки**

Тыкву очистить, отварить в подсоленной воде, откинуть, добавить сахар.

Чечевицу отварить отдельно, без соли. Лук обжарить на масле. Соединить все компоненты и варить на слабом огне 10–15 мин. Посыпать кашу пряной зеленью, подать с мацуном.

ТЫКВА ЖАРЕНАЯ

1 кг **тыквы**
50–75 г **сливочного масла**
3 ст. л. **муки**
0,5 **головки чеснока**
1 стакан **мацуна**

Тыкву нарезать тонкими ломтиками, посолить, дать полежать 5 мин, запанировать в муке и обжарить. Мацун заправить толченым чесноком, полить им жареную тыкву.

ТЫКВА ФАРШИРОВАННАЯ

1 **тыква** (1,5 кг)

ДЛЯ РИСОВО-ФРУКТОВОГО ФАРША:
0,5 стакана **риса**
75–100 г **сливочного масла**
3–4 **крупных яблока**
0,5–0,75 стакана **алычи**
0,5 стакана **изюма**
1–1,5 ч. л. **корицы**
0,25 ч. л. **бадьяна**
2 бутона **гвоздики**

ДЛЯ КИЗИЛОВО-ОРЕХОВОГО ФАРША:
3 **луковицы**
50–75 г **сливочного масла**
2 стакана **сушеного кизила**
1 стакан **очищенных грецких орехов**
1 ч. л. **корицы**

С целой тыквы срезать верхушку в виде крышки, удалить семечки, вырезать мякоть. Тыквенную мякоть мелко нарезать, соединить ее с одним из указанных выше наборов продуктов, начинить этим фаршем пустую тыкву, закрыть ее срезанной крышкой, положить на противень и выпечь в духовке в течение 1 ч.

ТЫКВЕННАЯ ЗАПЕКАНКА

1 кг **тыквенной мякоти**
1 стакан **молока**
0,5 стакана **урюка** или **кураги**
75–100 г **сливочного масла**
3 ст. л. **пшеничной крупы** (манной) или **толченых сухарей**
4 ч. л. **сахара**
1 ст. л. **зелени петрушки**
1–1,5 ч. л. **корицы**

Тыквенную мякоть нарезать кубиками, отварить в подсоленной воде, размять в пюре, добавить масло, петрушку, урюк или сахар, молоко и корицу, перемешать полученную массу, положить на сковороду, запанировать сверху сухарями или предварительно замоченной манной крупой, смазать маслом, запечь в духовке.

БЛЮДА ИЗ БАКЛАЖАНОВ

БАКЛАЖАНЫ используются в армянской кухне так же часто, как и в грузинской, причем некоторые приемы предварительной обработки баклажанов совпадают (например, отжим, хотя в армянской кухне им не пользуются столь часто). Однако, в то время как грузинские баклажанные блюда представляют собой отдельно приготовленные баклажаны с соусом или другими приправами, в армянской кухне баклажаны приготовляют вместе с другими овощами в одной посуде и обычно выпекают в духовке или тонире. Примером служит национальное армянское баклажанное блюдо айлазан, где баклажаны составляют лишь один из многих компонентов. Баклажаны в армянской кухне фаршируют горохом и сыром или сочетают их с тыквой и стручковой фасолью в пропорции 2:1:1.

В качестве обязательной подливки ко всем баклажанным и большинству овощных блюд применяется мацун с толченым чесноком.

АЙЛАЗАН

500 г **баклажанов**
500 г **картофеля**
4 **луковицы**
100 г **подсолнечного масла**

4 стручка **сладкого перца**
3–4 **помидора**
1 стакан **стручковой фасоли**
1 стакан **пряной зелени (базилик, чабрец, кинза, петрушка)**
0,5–1 **головка чеснока**
1 ч. л. **черного перца**
0,5 ч. л. **красного перца**

Баклажаны нарезать кружочками, посолить, дать полежать 10–15 мин, отжать.
Все остальные овощи нарезать примерно одинаковыми дольками, пряности мелко посечь.
Все овощи, начиная с баклажанов, положить в кастрюлю слоями в 1–2 см и повторять эти слои, пересыпая их пряностями и солью. Затем залить маслом, прикрыть сверху тарелкой, закрыть крышкой и на слабом огне довести до готовности на плите или в духовке. (При приготовлении айлазана на плите долить в кастрюлю еще 0,5 стакана воды.)

БАКЛАЖАНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ

1 кг **баклажанов**

ДЛЯ НАЧИНКИ – ОДИН ИЗ ДВУХ НАБОРОВ:

I. 0,5 стакана **сухого гороха** или 1 стакан **свежего**
75 г **топленого масла**
3–4 ст. л. **томатного пюре**
3–4 **луковицы**

II. 150 г **сыра**
2,5 **крутого яйца**
75 г **топленого масла**

Подготовить баклажаны для фарширования: надрезать вдоль, вынуть семечки и часть мякоти, опустить на 5 мин в подсоленный кипяток. Отжать рукой.
Приготовить начинку: лук обжарить, горох отварить, сыр натереть, яйца порубить; перемешать все, заполнить начинкой баклажаны, уложить их на противень, смазать маслом, запечь в духовке. К готовому блюду подать мацун с толченым чесноком.

БЛЮДА ИЗ БОБОВЫХ

МШОШ ФАСОЛЕВЫЙ

ДЛЯ ГОРЯЧЕГО МШОША:

1 стакан **красной фасоли**
0,5 стакана **сушеного кизила**
0,5 стакана **миндаля**
0,25 стакана **изюма**
0,25 стакана **отвара фасоли**
0,5 ч. л. **соли**

ДЛЯ ХОЛОДНОГО МШОША:

1 стакан **фасоли**
3–4 **луковицы** (пропустить через мясорубку)
0,5 стакана **толченых грецких орехов**
2 ст. л. **петрушки**
1 ст. л. **чабера** или **чабреца**
1 ст. л. **черного молотого перца**

Фасоль отварить в большом количестве воды, отвар слить в отдельную посуду, фасоль размять.
Миндаль ошпарить, очистить, порубить. Кизил замочить на 15 мин, протереть.
Соединить все продукты, долить фасолевый отвар и прогреть, помешивая, на слабом огне 20 мин.
(Если готовят холодный мшош, то блюдо не подогревают, а просто перемешивают все компоненты до пюреобразного состояния.)

МУЧНЫЕ КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ И СЛАДОСТИ

АРМЯНСКАЯ КУХНЯ включает разнообразные кондитерские изделия, большей частью мучные, а также с использованием дошаба, орехов, сухофруктов, меда.

Национальные мучные изделия готовят из дрожжевого теста, но очень плотного и слоеного. В нем содержится большая доля масла, но почти не применяются яйца, которые, как правило, идут только на обмазку. Это придает армянским кондитерским изделиям своеобразную уплотненную консистенцию, тем более что в таком тесте используется еще и мучная начинка, состоящая из тех же компонентов – муки,

НОРМЫ ПРОДУКТОВ ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ГАТЫ, Г

Гата	Опара			Тесто					Начинка			
	мука	дрожжи	вода	мука	сахар	яйца	молоко	масло	мука	масло	сахар	соль
Гугаркская	350	30	200 + 100*	1000	500	2 желтка	400	200	700	350	200	2
Караклисская	350	30	200 + 100*	1000	500	3 желтка	400	200	750	350	200	2
Ереванская		20	400	1200 + 100**		4		200	800	400 + 200***	400	5
Арцахская	250	10	250	750	300	5		200	600	350	300	7
Гюмрийская		20	400	1000		4		200	300	400		2,5

* Плюс 100 г молока
** Плюс 100 г муки для подсыпки
*** Плюс 200 г масла для прослойки

масла, сахара – и являющаяся сухим тестом. Изделие из этого теста получается очень сдобным и сухим.

Такие популярные в Армении изделия, как гата (кята) и назук, готовят именно из подобного теста.

Все мучные кондитерские изделия, за исключением домашней халвы, трудоемки. Они очень сходны по составу, но различаются по технологии. Порядок смеси компонентов и их роль меняются в зависимости от изделия.

Немучные кондитерские изделия (сладости) представляют собой сочетания уваренного виноградного сока, сушеных персиков, абрикосов, изюма с орехами, медом, сахаром и крахмалом. Их технология проста, но приготовление требует длительного времени – порой более суток (например, для получения шароца).

Во фруктово-ореховые кондитерские изделия и в меньшей степени в мучные употребляются пряности: корица, кардамон, гвоздика – иногда только одна из них, но обычно все это сочетание. В гату идет почти исключительно ваниль (ванилин) и лимонное масло, реже – цедра и еще реже – шафран.

ГАТА (КЯТА) [1]

ГАТА – самое распространенное армянское национальное кондитерское изделие из дрожжевого теста, имеющее несколько региональных разновидностей, отличающихся друг от друга пропорциями основных компонентов, характером замеса и начинки и другими деталями технологии.

Гату готовят чаще из опарного теста, в нее идет много масла, тесто делается слоеным.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ОПАРЫ

Соединить дрожжи, муку, воду (теплое молоко) – последние при температуре 35 °С – и на 2 ч поставить на выдержку.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЕСТА

Соединить сахар, ваниль, яйца, молоко, соль в указанной последовательности. Добавить опару, размешать, добавить муку и замесить тесто в течение 10 мин, затем поставить на полчаса в теплое место.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НАЧИНКИ

Муку растереть с растопленным маслом, добавить сахарную пудру, ваниль и продолжать растирать до образования рассыпчатой массы.

ФОРМОВАНИЕ ГАТЫ

Тесто раскатать в блин толщиной 1,5–2 мм, смазать маслом, сложить несколько раз, каждый раз смазывая маслом (в разных видах гаты количество слоев различно – обычно их 4). Такую операцию повторить 3–5 раз. Затем заложить начинку. Закладывать можно двумя способами – либо в середину слоеного теста, между блинами гаты, которые защипывают, и начинка остается

[1] В разных районах Армении по-разному произносят это слово.

почти не перемешанной в середине, либо начинку перемешивают со слоеным тестом, которое для этого после закладки свертывают рулетом и вновь раскатывают, но осторожнее, не допуская прорывов тестяной оболочки.

Гата имеет традиционную форму – широкая лепешка диаметром с большое блюдце или небольшую тарелку толщиной 0,5–1,5 см до выпечки и до 2–2,5 см после выпечки. До выпечки гату украшают либо орнаментом – несколькими параллельными полосками, проводимыми тупой стороной ножа по ее поверхности, либо особым бордюром по краям (в зависимости от местного вида гаты). После этого гату надо быстро смазать яичным желтком, пока орнамент не исчез, и поместить в печь (духовку).

ВЫПЕЧКА

Продолжительность выпечки – 30 мин, причем 15 мин на умеренном огне, а затем на слабом.

РЕГИОНАЛЬНЫЕ РАЗНОВИДНОСТИ ГАТЫ

В разных районах Армении сложились свои традиции приготовления гаты. Различают гату арцахскую (или карабахскую), гугаркскую (степанаванскую), караклисскую (кироваканскую), которые готовят опарным способом, а также ереванскую и гюмрийскую (она же ширакская, ленинаканская), которые готовят безопарным способом. По сравнению с общим рецептом гаты региональные отличаются следующими особенностями.

Арцахская: начинку закладывают в центр «блина» толщиной 0,5 см, края которого соединяют, гату слегка раскатывают до толщины 3 мм, а затем выпекают швом вниз. В современную карабахскую гату кладут ванилин.

Гугаркская: «блины» раскатывают до толщины 2,5–2 мм, смазывают каждый маслом, свертывают их в виде конверта, вторично смазывают маслом, затем кладут в середину каждого «блина» начинку, защипывают, придавая круглую форму, раскатывают совсем слегка, лишь чуть примяв.

Караклисская: «блины» раскатывают до толщины 0,5 см, кладут начинку толщиной 3 мм, свертывают каждый «блин» рулетом, разрезают на куски, раскатывают каждый в лепешку толщиной 1,5 см.

Ереванская и гюмрийская: готовят по одному способу, отличаются только внешним видом – у гюмрийской орнамент сложнее и края отделаны бордюром.

Кусок теста весом 500 г раскатывают в «блин» и складывают 4–5 раз, прослаивая маслом. Затем свертывают рулетом, разрезают пополам или на 3 части, раскатывают из каждой лепешку толщиной 0,5 см, кладут начинку, защипывают и затем вновь раскатывают до толщины 0,5 см.

НАЗУК

НАЗУК можно приготовить как соленый, так и сладкий. Ниже в составе для начинки в скобках даны нормы для сладкого варианта.

ДЛЯ ТЕСТА:

750 г **муки**
1 стакан **воды** (230 г)
30 г **дрожжей**
0,25 ч. л. **соли**
1 **желток** для смазки

ДЛЯ НАЧИНКИ:

400 г **муки**
500 г **сливочного масла** (или 200–250 г для сладкой начинки)
25 г **соли** (или 200–250 г **сахара** для сладкой начинки)
1 щепотка **шафрана** (для сладкой начинки: в одну половину начинки 1–1,5 ч. л. **корицы**, в другую – 1 ч. л. **молотого кардамона** и 3 бутона **гвоздики**)

1. ПРИГОТОВИТЬ ТЕСТО:
теплую воду, дрожжи, соль, муку замесить в течение 30 мин и столько же времени дать выстояться.
2. ПРИГОТОВИТЬ НАЧИНКУ:
топленое масло растирать 15 мин, затем добавить соль (или сахар), пряности, муку и растирать до образования рассыпчатой массы.

3. Раскатать тесто в пласт толщиной 1,5–2 см, смазать растопленным маслом, сложить вдвое, вновь раскатать и смазать, повторив эту операцию 4 раза; свернуть рулетом, нарезать на куски величиной с яйцо или яблоко, раскатать их в лепешки толщиной 0,5 см, положить на них по 1–1,5 ст. л. начинки, затем соединить края каждой лепешки в середине, положить изделие швом вниз на противень и смазать яйцом. Выпекать полчаса, предварительно дав тесту выстояться 15 мин.

ШПОТ

700 г **дошаба** (см. бекмес на с. 666, 788)
550 г **воды**
250 г **муки**
200 г ядер **грецких орехов**
1 ч. л. **корицы**
3 капсулы **кардамона**
3 бутона **гвоздики**

В металлической посуде вскипятить виноградный дошаб и четверть стакана воды, предварительно размешав, затем влить разведенную в 0,5 л воды муку и варить до образования желеобразной массы на слабом огне, помешивая. При первых признаках загустения массы добавить молотые пряности.
Шпот разлить в глубокие тарелки, посыпать крупнотолчеными орехами, дать застыть.

{ ГЛАВА 10 }

АЗЕРБАЙДЖАНСКАЯ КУХНЯ

СВОЕОБРАЗИЕ азербайджанской кухни заключается в том, что, обладая некоторыми сходными чертами с другими закавказскими кухнями – наличием одного и того же типа очага (тындыр), кухонной утвари и пищевого сырья,– она создала на этой базе несколько иное меню и в целом иную вкусовую гамму. Поэтому основной состав национальных азербайджанских блюд отличается самобытностью, хотя многие блюда, заимствованные, например, из армянской кухни (долма), входят в повседневное меню современного азербайджанца.

Азербайджанские блюда, имеющие в подавляющем большинстве тюркские названия, часто весьма похожи по названиям на блюда тюркоязычных народов Ближнего Востока и Средней Азии, но по существу, особенностям приготовления и вкусу гораздо ближе к иранской кухне.

Дело в том, что еще в VI–IV веках до н. э. часть территории современного Азербайджана перешла в руки династии Ахеменидов. А начиная с III–IV веков н. э. территорией нынешнего Азербайджана овладели Сасаниды, основавшие сильное государство в Иране, поэтому становление феодальных отношений в Иране и Азербайджане, а вместе с тем и главных черт той материальной культуры, которая просуществовала много столетий в этих странах, происходило одновременно. Хотя затем Азербайджан испытал арабское завоевание в VIII веке и введение ислама, нашествие туроксельджуков в XI–XII веках и монгольские вторжения XIII–XIV веков, однако все это, оказав влияние на этнический состав, в меньшей степени затронуло уже сложившуюся материальную культуру, которая сохранила иранские черты. Кроме того, как раз на протяжении XVI–XVIII веков Азербайджан находился в составе Ирана – и вновь персидское влияние в быту значительно возросло. Оно не только сохранилось до вхождения Азербайджана в состав России в первой трети XIX века, но и сказалось позднее, при окончательном формировании азербайджанской нации в конце XIX века.

Тот факт, что отчасти в период персидского владычества и особенно со второй половины XVIII до середины XIX века Азербайджан распадался почти на полтора десятка феодальных княжеств-ханств, способствовал закреплению некоторых региональных особенностей в азербайджанской кухне, проявляющихся и поныне.

В Южном Азербайджане, в Ленкоранско-Талышском округе, местной особенностью является приготовление фаршированной фруктами дичи (преимущественно фазанов) и другой домашней птицы на открытом огне, а также запеченной в тындыре рыбы с орехово-фруктовой начинкой; в Северном Азербайджане, близком к Дагестану, где сильнее тюркские влияния, главным блюдом является мясо-тестяной хинкал. В крупных городах – Баку, Шемахе (древняя столица Ширвана), Гяндже – традиционно приготовление мясо-тестяных и пирожковых изделий: дюшбары, кутабов, а также иранских сладостей – шакер-буры, курабье, пахлавы, халвы и шербетов, рахат-лукума.

Отбор пищевого сырья, сделанный азербайджанской кухней за многовековую историю, отличается некоторыми существенными деталями от грузинского и армянского.

Основным мясом в азербайджанской кухне является баранина, причем предпочитается мясо молодых ягнят. Однако баранина не занимает здесь такого исключительного положения, как в Узбекистане. Наряду с бараниной довольно часто применяется и телятина, а в старой азербайджанской кухне заметное место занимала также дичь (фазаны, турачи, куропатки, перепелки), все более заменяемая ныне домашней птицей (курами, цесарками, в первую очередь цыплятами). Стремление к использованию молодого мяса объясняется тем, что его, как правило, готовят на открытом огне. Мясо приготовляют обычно с кислыми фруктами – кизилом, алычой и гранатами, причем кизил чаще



сочетают с телятиной, алычу – с бараниной, а гранатовый сок – с дичью.

Гораздо большее, чем в других закавказских кухнях, место занимает в азербайджанской кухне рыба, которую готовят по технологии, разработанной для основного пищевого сырья – мяса и фруктов. Так, рыбу гриллируют подобно баранине на открытом огне мангала, т. е. приготовляют по типу шашлыка, сочетают с фруктами и орехами (миндалем), запекают в тындыре и коптят. Особым является приготовление рыбы по методу паровой бани (не путать с водяной баней!).

Все это в значительной степени связано с тем, что в азербайджанской кухне традиционна красная рыба (осетр, кутум), которая благодаря своим достоинствам дает возможность использовать указанную технологию.

Овощи, фрукты, и особенно пряная зелень и съедобные травы, применяются в рационе столь же широко и порой даже шире, чем в армянской и грузинской кухнях, но большей частью в свежем, а не в отваренном или жареном виде. Если же их готовят с мясом или яйцами, то на долю зелени приходится порой чуть не более половины объема блюда (чучу, ажабсанда). Мясо при этом сильно разваривается, поэтому мясоовощные блюда часто представляют собой зеленую кашу с мясной подливкой (сабза – говурма).

Среди овощей в современной азербайджанской кухне часто можно встретить картофель: его, например, вводят в суп пити. Однако классическая азербайджанская кухня, конечно, не знала картофеля и не могла применять его. Использование картофеля началось сравнительно недавно – уже в годы Советской власти. До этого его место занимали каштаны. Именно с каштанами лучше всего сочетаются азербайджанские кислые естественные (фруктовые) приправы к мясу – гора (незрелый виноград), абгора (сок незрелого винограда после непродолжительного брожения), нар или наршараб (гранат и его сгущенный сок), сумах (барбарис), ахта (кизил), сушеная и свежая алыча. Вот почему для получения характерной азербайджанской вкусовой гаммы лучше использовать в мясные и мясоовощные блюда каштаны, а не картофель.

Для азербайджанской кухни вообще характерно употребление в основном надземных овощей. Крайне мало употребляются корнеплоды – свекла, морковь, редька. Зато в почете всякие травы (пряные, ароматические, нейтральные), зеленые овощи (артишоки, спаржа, так называемая дербентская салатная капуста с мелкими кочанами конической формы, горох нут, зеленая фасоль). Фруктам и орехам (каштанам, фундуку, миндалю, лещине, грецкому ореху) также отдается предпочтение, и они употребляются наравне с овощами. Так, в азербайджанской кухне фрукты жарят на сливочном масле, особенно кайсу (курагу), алычу, персики.

Зеленый лук в азербайджанской кухне применяется чаще, чем репчатый, и в очень больших количествах, обычно как закуска ко всем жареным мясным блюдам. Точно так же используется чеснок, местные сорта которого не обладают особой остротой и идут в пищу вместе с зеленым пером. Из других пряных трав чаще всего встречаются кресс (луговой и горный), лук-порей, зелень петрушки, эстрагон, кудрявая и яблочная мята, мелисса, кориандр (кинза), немного реже – чабрец и еще реже – укроп и ажгон (зира). В то же время использование классических пряностей в азербайджанской кухне относительно ограничено: для мясных, рыбных и овощных блюд используется черный перец, для сладких и кондитерских – корица, кардамон, а для пловов, рыбы и шербетов – настоящий шафран, называемый иранским шафраном[1] в отличие от употребляемого в Грузии имеретинского шафрана (кардобенедикта). Именно шафран, столь почитавшийся в Древней Мидии и Персии, считается азербайджанской национальной пряностью. Красный перец и вообще жгучие пряные сочетания малоупотребляемы в азербайджанской кухне, за исключением районов, прилегающих к Грузии и Дагестану.

Из ароматических растений в пищу используются лепестки розы, что, как и применение каштанов, отличает азербайджанскую кухню от соседних закавказских. На розах настаивают сиропы, варят из них варенье, употребляют розовое масло в шербеты.

Из нейтральных диких трав, идущих в качестве зеленой вареной массы к мясным блюдам и пловам, предпочитают спорыш, называемый по-азербайджански кырпыгын[2].

Вообще основной особенностью азербайджанской кухни следует считать сочетание нейтральных по вку-

[1] Хотя этот шафран производят в самом Азербайджане.

[2] Азиатский вид спорыша отличается от европейского своими размерами, более сочными и нежными листьями.

су пресноватых пищевых продуктов, например отварного риса, каштанов или спорыша, непосоленного молодого мяса, яиц или рыбы, с выраженно кислыми растительными и молочными продуктами – в результате получается, с одной стороны, контраст пресного и кислого, с другой – смягчение резко кислого вкуса до умеренно кисловатого, приятного. Это подтверждается такими блюдами, как довга, применением граната и алычи в мясных и рыбных блюдах и даже приготовлением из абрикосов и персиков не урюка и тем более не шепталы (особо сладкий урюк), как в Средней Азии, а преимущественно кайсы (кураги), отличающейся кисловатым привкусом.

Многие блюда азербайджанской кухни имеются и в кухнях других народов (шашлык, долма, чанахи, пловы, пельмени). Однако они иногда отличаются технологией. Например, три вида азербайджанских пельменей – дюшбара, курзе и гиймя-хинкал – отличаются друг от друга общей величиной и формой, составом теста и начинкой и способом их расположения (подробнее см. об этом в описании рецептов мясотестяных блюд).

Имеет свои особенности и азербайджанский плов – парадное национальное блюдо. В отличие от узбекского он относится к иранскому, а не к среднеазиатскому типу. Рис для плова готовят и подают совершенно отдельно от остальных компонентов (мяса, дичи, рыбы, яиц или фруктов и трав, в совокупности называемых гара), не смешивая с ними даже на блюде во время еды. Поскольку рис составляет основу и более половины объема плова, то от качества его приготовления во многом зависит вкус всего блюда. Искусство заключается в том, чтобы рис во время отваривания не растрескался, не разварился и не стал бы клейким – каждая рисинка должна остаться целой, лишь слегка и равномерно разбухнуть при варке. Только в этом случае рис вкусен сам по себе, хотя и кажется, что он остается нейтральным по вкусу. Для этого рис отваривают преимущественно на пару в металлических тындырчиках или используют другие традиционные способы варки (см. в рецептах) и, кроме того, берут для пловов не любые, а специальные, чаще местные сорта риса.

Подача и еда азербайджанских пловов также имеют свои традиции. Рис никогда не подают совершенно горячим, а настолько теплым, чтобы масло в нем не остыло. Одновременно на отдельном блюде подают мясную или мясо-фруктовую часть плова и отдельно пряные травы. Таким образом, азербайджанские пловы состоят из трех отдельных частей, составляющих в совокупности одно блюдо. Мясо заедают рисом (или рисом, завернутым в лаваш) и вслед за тем пряной травой. Только те пловы, мясная часть которых заменяется яичной, подают к столу иначе – вначале на блюдо ровным слоем кладут рис, на него яично-растительную приправу, которую стараются взять с блюда так, чтобы того и другого в ложке было поровну.

Классический азербайджанский обед длится, как и все восточные обеды, долго – около трех часов, а порой и более. Он начинается обычно с закусок – копченого осетрового балыка с зеленым луком, лукомпореем, редиской, свежим огурцом или крессом, которые заедают чуреком и запивают айраном. При этом овощи и зелень не нарезают, а подают всегда целиком и каждую в отдельности. Затем следуют кислые поджаренные фрукты – чаще всего алыча, иногда наполовину с персиками. После этого подают один из супов – пити, довгу или кюфту-бозбаш. После довги может последовать говурма из баранины; после пити, в состав которого входит баранина, может быть подана галя (телятина с кизилом) или долма, но чаще всего цыплята или фазан, жаренные на вертеле. Все эти вторые блюда обильно сопровождаются пряной зеленью – крессом, кинзой, чесноком, эстрагоном, мятой. И только затем следует центральное блюдо – плов, который одновременно выполняет роль переходного блюда от второго к третьему. Характер плова также определяется в зависимости от предыдущих блюд. Если в их состав уже входила баранина, то плов будет с дичью или птицей. Если же дичь была подана до плова, а в состав первого блюда входила баранина (пити), то плов делают с яйцами, травами (кырпыгын) или фруктами. Когда же предварительное второе содержит яйца, зелень или телятину (чугу, галя), то плов делают с бараниной.

После плова может последовать как переходное блюдо к десерту густой соус из кураги, изюма, миндаля и сока граната. Десерт всегда чрезвычайно разнообразен и состоит помимо непременного мелкоколотого сахара из различных варений, бекмесов, шербетов, халв, печений и каймака с медом, которые подают к заключительному блюду – чаю.

В Азербайджане чай пьют охотно, помногу и не только в обед, но и вне обеда или любого другого

приема пищи. Пьют только черный байховый чай, довольно крепкий, причем, как и в Иране, используют для питья не фарфоровую посуду (пиалы или чашки), а специальные узенькие сосуды грушевидной формы, напоминающие миниатюрные вазочки – так называемые ормуды.

Использование большого количества свежей пряной зелени, фруктов и кислых соков почти в течение круглого года, молодого мяса и дичи, а также кисломолочных блюд делает азербайджанскую кухню здоровой и полезной.

Показательно ограниченное употребление соли в азербайджанской кухне. Азербайджанцы даже мясо предпочитают либо совсем несоленое (одно из основных народных блюд – кебаб – не солят совсем), либо ему придают кисловатый вкус с помощью фруктовых соков – граната, алычи, наршараба.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА (СУПЫ)

ПИТИ

ПИТИ – суп, приготовляемый в глиняной посуде – специальном горшочке путуке или пити, каждая порция отдельно. Это блюдо известно в армянской кухне под названием «путук», но получило наибольшее распространение в азербайджанской кухне как один из основных видов национальных азербайджанских супов. Для приготовления используется обычно обливной изнутри глиняный невысокий горшочек объемом около 1 л.

200–250 г **баранины**
2 **луковицы**
1 **помидор**
3–4 шт. **алычи**
1–2 **картофелины** (4–6 каштанов)
1 ст. л. **гороха нохута** (замочить за 10 ч)
6 зерен **черного перца**
1 ст. л. **зелени кинзы**
1 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 ст. л. **зелени чабера**
5–6 тычинок **шафрана**

1. Заложить в горшок мелко нарезанный лук, мясо, алычу, горох[1], залить их 0,5 л кипятка, плотно закрыть крышкой (блюдцем) и поставить в духовку на 30–40 мин.
2. Добавить картофель или каштаны (см. с. 619), нарезанные четвертушками, соль и черный перец и оставить в духовке еще на 30–40 мин. Если вода сильно выкипела – долить кипяток до краев.
3. Через 1–1,5 ч заправить пряностями, дать постоять в духовке 2–3 мин, после чего подавать к столу.

ДОВГА

ДЛЯ СУПА:

1–1,25 л **катыка**
0,75–1 л **холодной воды**
1 **яйцо**
1 ст. л. **гороха нохута** (замоченного с вечера)
0,5 ст. л. **муки**
0,5 стакана **риса**
1 стакан **мелко нарезанной зелени шпината, щавеля, лебеды** или **кервеля**
2 ст. л. **зелени петрушки**
2 ст. л. **зелени кинзы**
2 ст. л. **зелени мяты**

ДЛЯ ФРИКАДЕЛЕК:

100 г **мясного фарша** (лучше баранины)
2 ст. л. **муки**
1 мелко нарезанная **луковица**
1 **яйцо**
0,5 ст. л. **мяты**
1 ч. л. **черного перца**
0,5 стакана **отваренного риса**.

1. Предварительно: отцедить из катыка лишнюю сыворотку через марлю. Промыть рис. Стакан катыка размешать со взбитым яйцом и 0,5 ст. л. муки. Из мясного фарша, отваренного риса, яйца и пряностей, соединенных в однородную массу, сформовать фрикадельки, обвалять их в муке.

[1] Горох нохут здесь и в других рецептах после замачивания и разбухания очистить от внешней кожицы (нохут имеет две оболочки в отличие от европейского гороха).

2. В эмалированную кастрюлю или глубокую миску влить катык, положить рис, нохут, размешать до получения однородной массы и затем развести водой до суповой консистенции.
3. Поставить кастрюлю на средний или слабый огонь и медленно, но методично мешать деревянной ложкой до появления первых признаков кипения.
4. Не переставая мешать, всыпать подготовленные фрикадельки и зелень, заранее мелко нарезанную, и вновь ожидать признаков закипания, после чего слегка посолить, уменьшить огонь и, не прекращая помешивать довгу, довести до готовности рис и горох, посолить по вкусу, ввести катычно-яичную смесь.
5. Снять с огня и все равно продолжать помешивать около 5–7 мин, после чего подавать к столу.
6. Зимой, осенью и весной довгу подают горячей, летом – холодной. Не следует делать довгу жидкой – хорошо, когда она сохраняет консистенцию кефира. Поэтому норма воды в довге (0,75–1 л) зависит от того, насколько отцежен катык. Один из главных секретов приготовления довги – непрерывное помешивание жидкости по часовой стрелке на всех стадиях, даже некоторое время после готовности. Этот прием предотвращает свертывание довги, придает ее жидкости приятную, нежную и густоватую сметанообразную консистенцию.

КЮФТА-БОЗБАШ

500–700 г **баранины** (кости для бозбаша, мякоть для кюфты)

ДЛЯ КЮФТЫ (ТЕФТЕЛЕЙ):
1 **яйцо** (или **желток**)
20 шт. **сушеной алычи**
2 **луковицы**
1 стакан **отваренного риса**
1 ч. л. **молотого перца**
3 ч. л. **сухой мяты** (порошка)
1–2 ч. л. **соли**

ДЛЯ БОЗБАША (БУЛЬОНА):
2 ст. л. **гороха нохута** (замочить за 5–6 ч)
2 **луковицы**
16–20 мелких **каштанов** или 2–3 **картофелины**
500 г **курдючного сала**
1 ст. л. **настоя шафрана** (или 7–8 тычинок)
2 **стебля базилика**
1 **стебель эстрагона**
1 ст. л. **петрушки**
1,5 л **воды**

1. Мякоть отделить, сделать мясной фарш, из костей и части мяса сварить бульон (под крышкой).
2. Приготовить кюфту: соединить мясной фарш со взбитым яйцом, отварным рисом, пропущенным через мясорубку луком и пряностями; тщательно перемешать в однородную массу, посолить, выдержать в холодном месте 10–15 мин и сформовать из полученной массы шарики величиной с яйцо, в середину которых положить 1–2 очищенные от косточек алычи.
3. Из готового бульона вынуть мясо и кости и положить подготовленную кюфту, отваренные каштаны (см. с. 619–620), горох, мелко нарезанный лук и другие компоненты и варить на сильном огне, затем еще 5–7 мин на слабом, заправить мелко нарезанным и обжаренным курдючным салом и мелко нарезанными пряностями.

ПАРЧА-БОЗБАШ

500–750 г **баранины**
50 г **курдючного сала**
4 ст. л. **гороха нохута** (замочить за 5–6 ч)
1,5 стакана **каштанов**
1 стакан **алычи**
2 **луковицы**
2 шт. **зеленого лука**
1–2 **айвы**
8–10 зерен **черного перца**
1 ч. л. или 1 кусочек **имбиря**
2 ст. л. **мяты**
2 ст. л. **укропа**
1 ч. л. **сумаха** (молотого барбариса)
6–7 тычинок **шафрана**

Баранину разделить на 4 куска, слегка обжарить без масла до золотистой корочки, сложить в большой широкий горшок, добавить мелко

нарезанный зеленый лук, перец, имбирь и замоченный нохут, залить крутым кипятком, плотно закрыть и поставить в духовку на 40 мин.
Затем положить подготовленные каштаны (см. с. 619–620), алычу (целиком), айву (дольками) и выдержать еще 30 мин, заложив за 3–5 мин до готовности пряную зелень, шафран и сумах.

СЮДЛУ-СЫЙЫГ

1,5 стакана **риса**
1 л **молока**
0,5 л **воды**
50 г **сливочного масла**
10 кусков **сахара**
1–2 ч. л. или 2–2,5 см палочки **корицы**
7–8 тычинок **шафрана**
0,5 ч. л. **соли**

Рис отварить в воде до полуготовности, слить воду; промыть (см. с. 614, способ 2).
В кипящее молоко всыпать полуотваренный рис и варить на медленном огне около 10 мин.
В воде распустить сахар, вскипятить.
Соединить рис с сахарным сиропом, добавить сливочное масло, корицу, шафран и варить на медленном огне в течение 7 мин.

ОВДУХ

250 г **отварной телятины**
4 **яйца**
1 пол-литровая банка **мелко нарезанного зеленого лука**
1 пол-литровая банка **зелени кресса, кинзы, эстрагона, базилика** и **мяты** вместе
1,5 л **катыка**
1 стакан **холодной воды** (кипяченой)

Катык отцедить (не полностью), взбить, добавить воду и, взбивая, ввести отцеженную сыворотку, посолить, охладить на льду.
Пряную зелень нарезать, яйца разрезать на четвертушки, телятину мелко покрошить, разделить на порции и залить катычной смесью.

БАЛЫК-БОЗБАШ

500–750 г **рыбы**
2 крупные **картофелины**
3 **луковицы**
4–5 шт. **алычи**
1 ст. л. **гранатового**
(или **лимонного сока**)
8–10 горошин **черного перца**
1 ст. л. **петрушки**

Рыбу нарезать крупными кусками, облить гранатовым соком, дать постоять 10 мин. Затем в глиняную или фарфоровую чашу с широким верхом положить слоями мелко нарезанный лук, картофель дольками, рыбу, алычу половинками без косточек, затем снова лук и картофель так, чтобы продукты на 3–5 см не доставали краев чаши, пересыпать их перцем и петрушкой, посолить и поставить в большую глубокую кастрюлю, залитую на 1/4 или 1/3 ее объема кипятком. Кастрюлю (но не чашу) закрыть крышкой, на крышку положить мокрое полотенце и поставить кастрюлю на очень слабый огонь на 4–5 ч. Через 2–2,5 ч воду в кастрюлю можно подлить. К концу приготовления часть воды окажется в чаше.

ХАМРАШИ

Особенность хамраши в том, что большинство его компонентов готовят отдельно и затем засыпают в уже готовый бульон и быстро доводят до готовности. Необычно сочетание этих компонентов – лапша, фасоль и фрикадельки.

500 г **баранины**
0,5 стакана **фасоли**
150 г **муки**
2 **яйца**
4 **луковицы**
1 ст. л. **сухой мяты**
2 ст. л. **кинзы**
8 зерен **черного перца**
0,5 ч. л. **молотого черного перца**
1 ст. л. **настоя шафрана**

1. Мякоть баранины отделить, из оставшегося мяса, костей и 1 луковицы сварить бульон в течение 1,5 ч.
2. Отдельно отварить предварительно замоченную фасоль.
3. Из муки, яйца и 1 ст. л. воды замесить крутое тесто, нарезать лапшу.
4. Из мяса сделать фарш, смешать с мятой, мелко нарезанной луковицей, яйцом и сделать фрикадельки.
5. В готовый бульон положить оставшийся мелко нарезанный лук и все подготовленные компоненты – фасоль, лапшу, фрикадельки – и варить до готовности.
6. Заправить пряной зеленью и шафраном.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

МЯСНЫЕ БЛЮДА

КЕБАБ (АЗЕРБАЙДЖАНСКИЙ ШАШЛЫК)

500 г **баранины**
10 головок **зеленого лука с пером**
6–8 **головок чеснока с зеленым пером**
по 5–6 **стеблей базилика, мяты, эстрагона** и **кресса**

Свежее мясо молодого ягненка (не более пяти месяцев) разрубить на кусочки с косточками и хрящами (особенно грудинку, а не только выбранную мякоть задней части, как обычно для шашлыка) и, не сдабривая ничем, не поливая соленой водой, не перемежая кольцами лука, надеть на шампур (лучше не металлический, а деревянный прут) и обжарить на мангале в течение 10–12 мин, переворачивая все время. К кебабу подать молодую пряную зелень целиком, не нарезая (разложить ее на 5–6 пучков так, чтобы во всех пучках было по стеблю каждого сорта зелени и по два стебля лука). Есть кебаб, откусывая одновременно зелень от пучков.

ГАЛЯ

500–750 г **телятины**
1 стакан **чечевицы**
2 стакана **каштанов**
0,3–0,5 стакана **ядер фундука, миндаля** или **лесных орехов** (лещины)
1 стакан **сухого кизила**
4 **луковицы**
50–75 г **сливочного масла**
1 ст. л. **свежего чабреца** или 2 ч. л. **сухого**
1 головка **молодого чеснока с зеленью**
1 ст. л. **мяты**
1 ст. л. **петрушки**

Телятину нарезать четырьмя крупными кусками, обжарить в масле с крупно нарезанным луком, добавить 1 стакан кипятка, дробленую или предварительно замоченную чечевицу и поставить на медленный огонь или в духовку томиться (лучше в глиняных горшочках).
Через 20–25 мин добавить подготовленные каштаны (см. с. 619), молотые орехи и предварительно замоченный и протертый кизил, добавить кипяток или бульон (около 0,5 стакана) и оставить еще на 30 мин.
За 3–5 мин до готовности всыпать в горшочки мелко нарезанную пряную зелень.

САБЗА-КАУРМА

1 кг **баранины** (мякоть)
50 г **курдючного сала**
500 г **лука** (половина зеленого)
1 стакан **абгора** (незрелого винограда или его сока) или 0,5 стакана **лимонного сока**
250 г **зелени нейтральных трав (шпината, спорыша)**
100 г **кинзы**
2 ст. л. **базилика**
2 ст. л. **укропа**
2 ст. л. **эстрагона**
1 ст. л. **мяты**
0,5–1 ст. л. **настойки шафрана** или 6–8 тычинок **шафрана**

Баранину нарезать на кусочки размером 2×1 см и обжарить с салом, добавить абгора, нарезанный репчатый лук и тушить, плотно закрыв крышкой, не менее получаса. Затем добавить мелко нарезанную нейтральную зелень, а когда она осядет – пряную зелень и тушить еще 5 мин. Перед подачей добавить настойку шафрана, перемешать.

ГОРА-МУСАБЕ

1 кг **бараньей мякоти** (задняя часть)
500 г **абгора** (незрелого винограда)
50 г **курдючного сала**
5 **луковиц**
2 ч. л. **корицы**
пряная зелень – отдельно

Баранину нарезать на 4 куска (по 200–250 г) крупными ровными прямоугольниками.
Обжарить на большом огне в сковороде на сале в течение 5–7 мин, переложить в казан, засыпать луком и абгорой и, постепенно выжимая из абгоры сок, тушить более получаса. За 3–5 мин до готовности посыпать корицей.
Подавать с пряной зеленью (чеснок, эстрагон, базилик, зеленый лук, лук-порей, кресс).

ЛЮЛЯ-КЕБАБ

1 кг **баранины**
300 г **курдючного сала**
4 **луковицы**
1 ч. л. **черного молотого перца**
1 ст. л. **порошка сухого базилика**

ДЛЯ ГАРНИРА:
свежая зелень (зеленый лук, молодой чеснок, кресс, базилик, эстрагон, мята, порей)

1. Приготовить фарш: половину порции курдючного сала пропустить вместе с луком через мясорубку. Дважды пропустить через мясорубку баранину: в первый раз одно мясо, во второй раз мясо-луковую смесь.
2. Тщательно размешать мясо-луковую смесь до вязкости (около 15 мин), сдабривая ее порошком мяты, базилика и перцем; посолить, после чего поставить на полчаса в холод вызревать.
3. Оставшееся курдючное сало нарезать листиками, затем смоченными в холодной воде руками нанизать мясной фарш в виде тонких колбасок длиной 10–15 см на широкие (1 см) шампуры, поверх колбасок люля положить кусочки курдючного сала и гриллировать (обжаривать) их над углями мангала или в самом верхнем ярусе духовки, расположив поперек прутьев решетки.

ПЛОВЫ

АЗЕРБАЙДЖАНСКИЕ ПЛОВЫ состоят из двух основных и трех дополнительных частей. Все эти части приготовляются отдельно.

Основными частями плова служат отварной рис и гара (т. е. его мясная, рыбная, яичная, молочная, овощная или фруктовая основа).

Дополнительными частями служат подаваемые к плову: пряная зелень (целые стебли зеленого лука, чеснока, базилика, эстрагона, крессов, молотой свежей мяты и кинзы); казмаг (тонкая подсушенная пресная лепешка); шербеты (чаще всего кисловатые – лимонный, гранатовый, виноградный, барбарисовый и рейхановый).

Определяющей является основа. В зависимости от ее вида дается и название плову. Наиболее часты и разнообразны мясные пловы. Их делают с бараниной, жареной и фаршированной домашней птицей, дичью, а иногда и с молотым мясом – в форме шариков или лепешек. Реже в пловы используют рыбу, яйца, овощи и травы как самостоятельную основу. В то же время овощи, и особенно фрукты, обычно сопутствуют разным видам мясных пловов.

Вот некоторые, наиболее распространенные разновидности азербайджанского плова: каурма-плов (с бараниной), турши-каурма-плов (с бараниной и кислыми фруктами), чий-дошамя-каурма-плов (с бараниной, тыквой и каштанами), тоух-плов (с курицей, жаренной кусочками), тярчило-плов (с курицей или цыпленком фаршированным), чигыртма-плов (с курицей, залитой взбитым яйцом), фисинжан-плов (с дичью, орехами, кислыми фруктами и корицей), шешрянч-плов (яичный), сюдлу-плов (молочный), ширин-плов (фруктовый сладкий).

Как видно, пловы с мясной основой отличаются лишь числом компонентов. Что же касается технологии их приготовления, то она одинакова. Поэтому мы указываем лишь два наиболее типичных способа приготовления мясной основы (баранины и домашней птицы). Не описано и приготовление рыбного плова, совершенно аналогичное мясному. В то же время рецепты пловов с яичной, молочной и фруктовой основой, отличающиеся деталями технологии от мясных, приводятся полностью.

Поскольку приготовление основных частей азербайджанских пловов идет раздельно и совершенно независимо друг от друга, то прежде всего остановимся на способах приготовления риса, а затем отдельно приведем рецепты приготовления различных основ (угара) для плова.

МЕТОДЫ ОБРАБОТКИ РИСА ДО ВАРКИ

В азербайджанской кухне применяются следующие методы обработки риса до его приготовления.

1. Рис перебирают и промывают от грязи и мучной пыли особенно тщательно, обычно до тех пор, пока вода не станет совершенно прозрачной. После этого большинство сортов риса, имеющихся в продаже (особенно с круглым, коротким зерном), замачивают на 10–15 мин в теплой (но не горячей) воде, а затем отваривают.

2. Однако для риса некоторых азербайджанских и зарубежных сортов применяется иная обработка: рис сорта садри следует промыть теплой водой, отмочить в подсоленной воде 5–6 ч, промыть холодной водой и только после этого отваривать; рис ханский, пакистанский и других сортов с тонким мелким зерном обрабатывается иначе – обертывают тканью 2–3 ст. л. крупной соли, кладут на дно посуды, сверху засыпают рисом, заливают холодной водой на 7–10 ч, затем промывают. Подготовленный рис отваривают на пару.

СПОСОБЫ ОТВАРИВАНИЯ РИСА ДЛЯ ПЛОВОВ

Рис для плова можно отварить одним из четырех нижеследующих способов.

Способ 1. В металлический тындыр или глубокую высокую кастрюлю залить до половины кипяток. Поверх кастрюли повязать салфетку из неплотного полотна или бязи, причем так, чтобы она слегка прогибалась. В салфетку засыпать промытый рис, положить сверху сливочное масло, закрыть крышкой (или опрокинутой тарелкой) и поставить кастрюлю на сильный огонь. При выкипании воды из кастрюли доливать кипяток, не снимая салфетку.

Способ 2. В большое количество слегка подсоленного кипятка в эмалированной кастрюле засыпать рис и варить до полуготовности, все время снимая с поверхности кипящей воды пену. Когда рисинки еще будут сохранять внутри некоторую твердость, откинуть рис на дуршлаг, промыть холодной кипяченой водой. Затем выстлать дно и стенки казана казмагом (см. с. 615) и положить на казмаг 1–1,5 стакана отваренного риса, перемешанного с половиной нормы топленого масла, разровняв эту смесь тонким слоем; поверх засыпать остальной рис, положить на него оставшееся масло, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне примерно полчаса (до готовности риса).

Способ 3. В кипящую воду, взятую по объему вдвое больше, чем сухого риса, влить половину полагающегося по рецепту топленого масла, а затем засыпать подготовленный рис и варить на слабом огне без крышки до выпаривания воды с поверхности. Затем полить оставшейся половиной топленого масла, плотно закрыть крышкой и держать на слабом огне до полной готовности риса.

Способ 4. Приготовить смесь из 1/3 воды и 2/3 молока и отварить в ней рис почти до полной готовности. Затем откинуть рис на дуршлаг, промыть кипятком, переложить на перевернутое решето, покрытое бязью или бумагой, и дать обсушиться в течение 15 мин (можно поставить решето на газовую плиту, а внизу зажечь духовку и обсушить рис теплым воздухом). Затем теплый рис переложить в глубокую посуду, выстланную казмагом, и сверху положить масло, дать постоять 5–7 мин под крышкой, чтобы масло впиталось.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КАЗМАГА

При перекладывании полусваренного риса из кастрюли в казан для дальнейшего доведения до готовности дно и стенки казана выстилают казмагом, т. е. тонким слоем пресного теста. Казмаг приготовить точно так же, как тесто для лапши, раскатать в пласт толщиной 1–1,5 мм и покрыть изнутри маслом, после чего на него положить рис. В процессе приготовления риса казмаг не только предохраняет его от подгорания, но и превращается в хрустящую корочку, которую смазывают растопленным маслом, а при подаче к молочным, сладким и куриным пловам посыпают еще и корицей.

Состав казмага несколько варьируется в зависимости от назначения.

ДЛЯ МЯСНЫХ, ЯИЧНЫХ И РЫБНЫХ ПЛОВОВ:

1,5 стакана **муки**
1 **яйцо**
1 ст. л. **воды**
25 г **масла**
0,5 ч. л. **соли**

ДЛЯ МОЛОЧНЫХ И СЛАДКИХ ПЛОВОВ:

1,5 стакана **муки**
1 **яйцо**
1 ст. л. **воды**
25 г **масла**
1 ч. л. **сахара**
1–2 ч. л. **молотой корицы**

ПРИМЕНЕНИЕ МАСЛА В ПЛОВАХ (В РИСЕ)

В азербайджанских пловах в рис вносится в основном топленое масло (сливочное) из расчета 100 г масла на 500 г сухого риса. Следует учитывать, что масло, которым смазывают казмаг до и после приготовления, а также казан или кастрюлю до варки риса, не входит в этот расчет. Поэтому общее количество масла, расходуемого на 500 г риса сухого, должно составлять в общей сложности 125–150 г.

ОБРАБОТКА РИСА ПОСЛЕ ГОТОВНОСТИ

После готовности часть риса, обычно половину или треть, отделить и окрасить настоем шафрана в ярко-желтый цвет. Для этого 1 ст. ложку растопленного сливочного масла смешать с 1 ч. ложкой крутого кипятка и в эту смесь внести настойку шафрана или щепотку сухой куркумы, а затем окрашенную масляную смесь перемешать в отдельной тарелке с рисом. Окрашенный рис либо посыпать поверх белого риса симметричными полосами, либо равномерно перемешать с неокрашенным рисом.

ПЛОВ С БАРАНИНОЙ

ДЛЯ ГАРА (ОСНОВЫ):

750–1000 г **молодой баранины** (грудинки)
6–8 **луковиц**
2 **граната**
2–3 стакана **свежей алычи**
0,5 стакана **изюма**

ДЛЯ РИСА:

1,5–2 стакана **риса**
100–150 г **масла**
1 ст. л. **настоя шафрана**

1. Рис приготовить способом 2 (см. с. 614).
2. Баранину нарезать небольшими кусочками с косточками, обжарить на собственном жире с добавлением 2 ст. ложек сливочного масла в сковороде на большом огне, затем переложить все в казанок с толстыми стенками, добавить нарезанный крупными кубиками лук, сок граната, изюм, алычу, очищенную от косточек, полстакана кипятка и тушить на небольшом огне (наплитном) под крышкой 30–45 мин или выдержать в духовке.
3. К плову подать пряную зелень: зеленый лук, молодой чеснок, мяту, кресс.

Вариант: состав основной части плова можно видоизменить: либо оставить баранину обжариваться только с луком, чесноком и пряными травами, либо добавить к указанному составу обжаренную тыкву и каштаны.

ПЛОВ С ЦЫПЛЕНКОМ

ДЛЯ ГАРА:

1 **цыпленок**
1 стакан **алычи** (или **сухого кизила**)
0,5 стакана **каштанов** (или 1 крупная **картофелина**)
10–15 **миндальных орешков**
0,5–0,75 стакана **гранатового сока**
3 **луковицы**
1 **головка чеснока с зеленью**
1 ч. л. **корицы**
0,5 ч. л. **черного** или **красного молотого перца**
0,5 ч. л. **соли**

ДЛЯ РИСА:

1,5 стакана **риса**
100 г **сливочного масла**
1 щепотка **шафрана**

1. Рис отварить способом 1, 2 или 3 (см. с. 614), залить маслом с шафраном.
2. Каштаны отварить (см. с. 619), затем слегка обжарить их на масле с луком, алычой, рубленым миндалем, слегка посолить, добавить измельченный чеснок.
3. Цыпленка натереть изнутри смесью соли, корицы и перца, затем туго начинить алычово-каштановой смесью (п. 2), зашить и обжарить на вертеле, поливая гранатовым соком.
4. Готового цыпленка разделить на порции, начинку выложить отдельно, полить все гранатовым соком, отдельно подать рис.
5. К плову подать пряные травы: лук-порей, молодую зелень чеснока, кресс, эстрагон, мяту.

Вариант: плов с курицей можно видоизменить, обжаренную курицу, нарезанную кусочками, с тем же составом продуктов, или упростив этот состав (лук, чеснок, чабер, эстрагон), или же добавив в конце приготовления смесь взбитого яйца и сока лимона или граната.

ШЕШРЯНЧ-ПЛОВ (ПЛОВ «ШЕСТИ ЦВЕТОВ» – ЯИЧНЫЙ)

ДЛЯ ГАРА:

500 г **репчатого лука**
250 г **зеленого лука**
150–200 г **сухого кизила**
6–8 **яиц**
50 г **подсолнечного** или другого **растительного масла**
1 ч. л. **черного молотого перца**
1 ст. л. **свежей мяты** (или 2 ч. л. **сухой**)
1 ст. л. **свежего чабреца** или **эстрагона** (или 2 ч. л. **сухого**)

ДЛЯ РИСА:

500 г **риса**
150 г **сливочного масла**
1 ст. л. **настоя шафрана**

1. Отварить рис способом 1 или 2 (см. с. 614), пропитать его маслом, поставить греться.
2. Отделить белки от желтков, взбить белки, а желтки оставить целыми, не нарушая оболочки.
3. В казане, глубокой сковороде или широкой низкой кастрюле с выгнутым дном разогреть все растительное масло и 1–2 ст. л. сливочного масла, весь мелко нарезанный лук, обжарить его в течение 10 мин, добавить пюре предварительно замоченного и протертого кизила, перемешать его с луком, обжарить еще 5–7 мин почти до готовности лука, затем уменьшить огонь до слабого, пропитать всю луково-кизиловую массу (гара) несколько раз взбитым белком (намазывая его слоями на поверхность лука), начиная от краев казана до центра.
4. Сделать деревянной ложкой или толкушкой лунки в гара, вылить в эти лунки желтки, посыпать их и все блюдо предварительно подготовленной смесью измельченных пряностей, дать желткам слегка запечься (3–4 мин).
5. Готовый рис выложить ровным слоем на широкое круглое блюдо, соответствующее по окружности величине сковороды, и на него осторожно, не размазывая, положить целиком гара, дав соскользнуть ему со сковороды с помощью больших широких ложек.

Едят шешрянч-плов, захватывая ложкой часть кисло-пряного гара и пресного риса.

СЮДЛУ-ПЛОВ (МОЛОЧНЫЙ)

ДЛЯ ПЛОВА:
- 1,5 стакана **риса**
- 200 г **сабзы**
- 125 г **сливочного масла**
- 1 щепотка **шафрана**

ДЛЯ ОТВАРИВАНИЯ РИСА:
- 0,75 л **молока**
- 1,5 л **воды**
- 1 ч. л. **соли**

1. Рис отварить способом 4 (см. с. 614), но не добавлять масла.
2. Приготовить казмаг (см. с. 615).
3. Рис перемешать с изюмом (но не с маслом), засыпать на казмаг, закрыть казан очень плотно крышкой и поставить на ровный, но слабый огонь (лучше всего на угли) примерно на полчаса. Когда вода выпарится из риса и на крышке осядут капли, сбросить их, чтобы они не попали в кастрюлю, а плов залить сверху подготовленной смесью растопленного масла и шафрана.

ШИРИН-ПЛОВ (ФРУКТОВЫЙ)

ДЛЯ ГАРА:
- 200 г **кураги** (кайсы)
- 200 г **изюма**
- 2–3 **персика**
- 1 стакан **свежей алычи**
- 100 г **очищенного миндаля**
- 25–50 г **сливочного масла**

ДЛЯ РИСА:
- 1,5 стакана **риса**
- 100 г **масла**
- 1 ст. л. **настоя шафрана**

ДЛЯ СИРОПА:
- 50 г **меда**
- 50 г **сахара**
- 2 ст. л. **наршараба** (или 0,5 стакана **сока граната** либо **незрелого винограда**)
- 1 ч. л. **корицы**
- 2 бутона **гвоздики**

Отварить рис способом 2 (см. с. 614). Сделать казмаг.

Фрукты и орехи обжарить в глубокой сковороде на сливочном масле, отдельно сварить в эмалированном сотейнике сахарно-медовый сироп с наршарабом и в конце варки добавить пряности, переложить туда поджаренные фрукты и слегка уварить на слабом огне.

Подать фрукты и рис в двух глубоких чашках отдельно.

МЯСО-ТЕСТЯНЫЕ БЛЮДА ТИПА ПЕЛЬМЕНЕЙ

Три вида азербайджанских мясо-тестяных блюд типа пельменей – дюшбара, курзе и гиймя-хинкал – различаются между собой в основном внешним видом, формой и лишь отчасти составом фарша, теста и деталями технологии. Общие же принципы их приготовления и основное пищевое сырье совершенно одинаковые. Тем не менее мы приводим рецепты всех этих блюд, ибо они дают возможность сопоставить различия в степени обработки и влияние этих различий на окончательный вкус и консистенцию блюда.

ДЮШБАРА

ДЛЯ ФАРША:
- 1 кг **баранины** (мякоть с костью)
- 50 г **курдючного сала**
- 1 **яйцо**
- 1 **луковица**
- 1 **головка чеснока**
- 1 ст. л. **порошка сухой мяты**
- 1 ст. л. **порошка сухого базилика**
- 1 ч. л. **черного молотого перца**

ДЛЯ ТЕСТА:
- 2 стакана **муки**
- 2 **яйца**
- 0,5 стакана **сыворотки**
- 0,5 ч. л. **соли**

ДЛЯ БУЛЬОНА:
- 1,25 л **воды**
- 25 г **курдючного сала**
- 1 **лук-порей**

1 **луковица**
6–8 горошин **черного перца**
7–8 тычинок **шафрана**
по 1 ст. ложке **зелени петрушки, укропа** и **эстрагона**

1. От баранины отделить кости, сварить из них бульон с луковицей (целиком).
2. Из мякоти баранины приготовить фарш, дважды пропустив его через мясорубку с луком, чесноком и курдючным салом, добавить яйцо, пряности, посолить, поставить на холод на 15 мин.
3. Замесить крутое тесто, дать ему выстояться 20–25 мин, завернув во влажную салфетку. Затем раскатать в очень тонкий пласт (до 1 мм) и нарезать небольшими квадратиками (3,5×3,5 см).
4. На тестяные квадратики положить по 0,5 ч. л. подготовленного мясного фарша, защипать треугольником, соединив противоположные углы, дать слегка подсохнуть, затем слегка обжарить на сковороде в масле в течение 3–4 мин до едва заметного зарумянивания, после чего отварить в небольшом количестве подсоленной воды в течение 5–7 мин.
5. В подготовленный кипящий бульон положить мелко нарезанные обжаренные кубики курдючного сала, дюшбара, перец, шафран и довести до кипения, а затем ввести все остальные пряности.

КУРЗЕ

ДЛЯ ФАРША:
500 г **баранины** (мякоти)
6 **луковиц**
50 г **курдючного сала**
1–1,5 ч. л. **черного перца**
1 ст. л. **сузьмы**
5 ст. л. **томатной пасты**
1 ст. л. **чеснока**
2 ст. л. **зелени петрушки**
1 ч. л. **корицы**

ДЛЯ ТЕСТА:
2 стакана **муки**
1 **яйцо**
0,5 стакана **воды**
0,5 ч. л. **соли**

1. Мясо пропустить через мясорубку. Лук нарезать кубиками, обжарить на сале, смешать с сырым мясным фаршем, сузьмой, томатной пастой, посолить.
2. Замесить крутое тесто, раскатать в блин толщиной 1,5–2 мм, вырезать в нем тонким стаканом круги, на каждый положить по 1 ч. ложке фарша и защипать полукруглым нетугим пирожком, сделав у него круглый внешний шов и оставив на одном конце пирожка небольшое отверстие диаметром с горошину. Полученные курзе смазать сверху растопленным салом, дать ему слегка впитаться, а затем уложить в эмалированную кастрюлю под углом 45°, плотно друг к другу, открытым концом вверх, влить в кастрюлю подсоленный кипяток слоем 2–3 см, закрыть кастрюлю крышкой и припустить курзе на среднем огне 10–15 мин.
Затем воду слить, курзе облить катыком, посыпать зеленью петрушки, чеснока и корицей.

ГИЙМЯ-ХИНКАЛ

ДЛЯ ГИЙМЯ:
500 г **баранины** (мякоти)
4 **луковицы**
50 г **курдючного сала**
0,5 стакана **курута** (или 1 стакан **тертого чанаха**)
1 **лимон** (сок) или 0,5 стакана **абгора**
1–1,5 стакана **катыка**
2 ч. л. **корицы**

ДЛЯ ХИНКАЛА:
2 стакана **муки**
1 **яйцо**
0,75–1 стакан **катыка** или **молока**
0,5 ч. л. **соли**

1. Мясо пропустить через мясорубку. Лук нарезать колечками, слегка перемешать с мясом и обжарить все вместе на сале одновременно. К концу обжаривания добавить сок лимона или



незрелого винограда, прогреть на слабом огне 1–2 мин, затем добавить растертый курут и тщательно перемешать.
2. Замесить крутое тесто, раскатать его в пласт толщиной 1 мм, нарезать ромбовидной формы кусочки (4×4 см), отварить их в подсоленном кипятке, откинуть.
3. Хинкал положить на блюдо, сверху поместить обжаренный фарш (гиймя), залить все блюдо взбитым катыком, посыпать корицей.

ОВОЩНЫЕ И ФРУКТОВЫЕ БЛЮДА

В азербайджанской кухне почти нет чисто овощных горячих блюд, не используются жидкие пряные заправки и соусы. Зато она знает блюда из жареной овощной зелени и травы (чучу), а также фруктовые горячие блюда, для которых свежие или вяленые фрукты (чаще всего абрикосы, персики, яблоки и айва) подвергают жарению на масле, как и овощи. Таким образом, в азербайджанской кухне нет принципиального различия в обработке овощных и фруктовых вторых блюд. Часто овощи и фрукты в таких блюдах сочетаются вместе, и эти блюда можно считать овоще-фруктовыми (например, каштаны с абрикосами, виноградом и орехами – один из вариантов гара для плова). Соотношение фруктов, овощей и орехов в таких блюдах всегда произвольное. Поэтому их рецепты и не приводятся. Для обжаривания используется топленое (сливочное) масло из катыка с прибавлением растительного (оливкового).

ЧУЧУ

500 мл **шпината** или **кырпыгына** (спорыша)
500 мл **мелко нарезанного зеленого лука**
5 **стеблей молодого чеснока (с зеленым пером)**
6 **яиц**
3 ст. л. **молока**
500 мл **пряной зелени (петрушки, эстрагона, кинзы, мяты)**
100 г **топленого сливочного масла**
1 стакан **катыка** (или **сметаны**)

1. Зелень мелко посечь.
2. Яйца хорошенько взбить с молоком до получения однородной массы.
3. В глубокой сковороде или в низкой широкой кастрюле распустить масло, перекалить его, обжарить всю зелень последовательно, начиная с нейтральной и кончая пряной, так, чтобы она слегка осела, затем влить взбитые яйца, быстро и равномерно перемешать их с зеленью и обжарить образовавшийся яично-зеленый блин-омлет с обеих сторон.
4. Переложить в тарелку, нарезать крупными кусками, облить катыком.

КАЙСАБА

250 г **кураги** (кайсы)
50 г **сливочного масла** или **растительного масла**
1 стакан **алычи**
0,5 стакана **гранатового сока** или 1 ст. л. **наршараба** и 0,25 стакана **воды**
1 ст. л. **сахарного песка**

Алычу обжарить в глубокой сковороде на масле. Когда пустит сок, добавить курагу и продолжать обжаривать еще 10–15 мин до подрумянивания всех фруктов. После этого добавить гранатовый сок и сахарный песок и вскипятить.

КАШТАНЫ

Поскольку в значительное число мясо-овощных блюд азербайджанской кухни входят каштаны, целесообразно дать общие правила их обработки и приготовления[1].

ОБРАБОТКА

Перед употреблением каштаны надо перекалить в скорлупе либо на листе в духовке, либо в специальной сковороде (закрытой, с сетчатым вторым дном внутри), а затем обварить кипятком, очистить от скорлупы и отварить в молоке,

[1] Каштаны ныне сравнительно редко применяются как пищевой продукт. Поэтому многие общие правила не только приготовления, но и хранения каштанов забыты. Между тем они быстро портятся, будучи собранными неправильно, и это вызывает недоверие к ним как к пищевому продукту. Дело в том, что каштаны надо собирать только в солнечное время, в середине дня: раскладывать ровным слоем на прутяных плетенках на расстоянии 1–1,5 м от земли, на солнце, чтобы они слегка провялились в течение недели (на ночь их следует убирать в теплое сухое помещение). После этого их можно хранить в сухом месте в течение года.

как картофель, на очень медленном огне. Можно отваривать каштаны и в воде, тогда надо после перекаливания сделать сверху в скорлупе крестообразный надрез, отварить их в течение 5–7 мин после закипания воды, слить воду, снять скорлупу и доваривать в небольшом количестве воды на медленном огне в течение 20–25 мин.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Только таким образом подготовленные каштаны (т. е. их полуфабрикат) вводят в мясные блюда и доводят до окончательной мягкости вместе с мясным соусом, бульоном, маслом, а в случае использования в качестве самостоятельного блюда обязательно доваривают в молоке (сливках) и сдабривают сливочным маслом.

МАРИНАДЫ

ХЯФТЯ-БЕДЖАР

1 небольшой **кочан капусты**
3 **баклажана**
3 **свеклы**
3 **моркови**
4 **сладких перца**
2 **свежих огурца**
4–5 **зеленых помидоров**
2–3 крупных **яблока**
4 **луковицы**
4 **головки чеснока**
3 **стебля молодого эстрагона**
2 ст. л. **мяты**
4 ст. л. **укропа**
3 ст. л. **зелени кинзы**
1–2 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 стакана **виноградного уксуса** на 1 л **рассола**
3 ст. л. **соли** на 1 л **воды**

ПРИГОТОВИТЬ РАССОЛ-МАРИНАД:

вскипятить воду с солью, влить виноградный уксус, еще раз довести до кипения, но не кипятить (при отсутствии виноградного уксуса отдельно прокипятить 3 ст. л. столового уксуса в 1 стакане воды с лимонной цедрой, базиликом и мятой); залить уксусно-солевым раствором измельченные пряности, закрыть, дать настояться до охлаждения.

ПОДГОТОВИТЬ ОВОЩИ:

баклажаны нарезать крупными дольками, бланшировать в подсоленной воде в течение 1 мин, отжать; морковь и свеклу бланшировать целиком в несоленом кипятке 2–3 мин, затем нарезать на крупные дольки; остальные овощи нарезать крупными дольками, лук – кольцами, чеснок разделить на дольки.

Все овощи залить подготовленным маринадом, выдержать в нем неделю-полторы.

МАРИНОВАННЫЙ ВИНОГРАД

1 кг **винограда** или **изюма**
600 г **воды**
250 г **виноградного уксуса (3%-ного)**
150 г **сахара**
1 ч. л. **молотой корицы**
4 шт. **душистого перца**
5 бутонов **гвоздики**
0,5 ч. л. **бадьяна**

Воду вскипятить с сахаром, влить в нее уксус.

Залить горячим маринадом пряности, дать настояться 2–3 ч.

Очищенный виноград или изюм промыть, залить подготовленным маринадом и выдержать полторы недели.

ШЕРБЕТЫ

Азербайджанские **ШЕРБЕТЫ** в отличие от таджикских – легкие шербеты, они не только гораздо менее плотные, но и имеют иное назначение. В то время как таджикские, среднеазиатские шербеты – это прежде всего сладость, десерт, употребляемый в завершение трапезы, азербайджанские шербеты в основном играют роль прохладительных напитков, а также питья, сопровождающего пловы. Отсюда понятно, что в таких шербетах содержание сладкого начала, сахара, довольно невелико. Это оказывает влияние не только на вкус, но и на плотность азербайджанских шербетов.

Кроме того, для азербайджанских шербетов используют в качестве фруктовой основы соки кислых

фруктов и ягод – алычи, лимона, незрелого винограда (гора), граната, в то время как таджикские шербеты делают преимущественно из сока сладких плодов (абрикосов, вишни, клубники и винограда сладких сортов).

Вторым отличительным признаком азербайджанских шербетов служит то, что в качестве основного компонента в них используют не только фруктовые и ягодные соки, но и настои и дистилляты ароматических частей растений – семян, почек и т. п. Так используют семена базилика, мяты, фенхеля (бадьяна), эстрагона, ароматических трав. В такие шербеты сахар почти не добавляют, поскольку их употребляют исключительно как аперитивы или питье, сопровождающие мясные блюда.

Третьим отличительным признаком азербайджанских шербетов является обязательное введение в их состав розового сока, розового масла или настоя. Хотя эти добавки всегда крайне незначительны, но они существенно влияют на аромат[1] и вкус шербетов, делая их отличительными от всех остальных напитков.

Таким образом, азербайджанские шербеты отличаются по своему составу, вкусу, аромату от таджикских, но полностью сходны с ними по технологии, т. е. принципам приготовления. Воду с сахаром кипятят отдельно, а ароматически-вкусовые компоненты – натуральные соки, настои, дистилляты и пряности – приготовляют самостоятельно и соединяют с сиропом чаще всего непосредственно перед едой.

Поскольку шербеты всегда должны быть прозрачными, то отжатый прессом-выжималкой сок процеживают либо отжимают крайне осторожно, чтобы в сок не попала часть мякоти.

Несколько слов надо сказать об окраске шербетов. Согласно иранской кулинарной традиции, каждый сорт шербета должен иметь свой определенный цвет: лимонный – желтый цвет, цитрусовый – оранжевый, розовый – розоватый или красноватый, мятный – зеленый, гранатовый – красно-карминный и т. д. Традиционный цвет шербетов играет немалую роль в создании вкусовой ассоциации, а также способствует украшению стола, делает его более красочным и богатым. Цвет, как правило, в большинстве случаев возникает естественно, но иногда для достижения более яркого оттенка шербеты подкрашивают дополнительно. Лучше всего подкрашивать естественными красителями – шафраном, куркумой, чаем. Чтобы цвет шербетов оттенялся ярче, их подают к столу в прозрачной стеклянной посуде.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ РОЗОВОГО СИРОПА

Лепестки розы или шиповника, собранные в сухой солнечный день, положить в стеклянный сосуд слоями по 0,5 см толщиной, пересыпая их сахарной пудрой. Поставить на солнце в комнате примерно на 1–2 недели. Сироп по мере выделения сливать в отдельную посуду, подсыпая немного сахара в оставшиеся лепестки. Сироп тщательно процедить, налить в бутылку, плотно закупорить (сироп может сохраняться до одного года и служить полуфабрикатом для приготовления шербетов, ароматизации варенья и кондитерских изделий).

Как правило, на 1 л готового шербета идет не более 1 ч. л. розового сиропа, а то и меньше.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РОЗОВОГО МАСЛА

В шербеты можно вносить также розовое масло, но в чрезвычайно небольших дозах – около 1 капли на 1 л готового шербета, причем эта капля должна быть небольшой. Обычно розовое масло дозируют более осторожным способом: тонкой стеклянной палочкой касаются поверхности розового масла, а затем погружают ее в шербет. Этого бывает достаточно, чтобы придать шербету чуть уловимый аромат.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ДИСТИЛЛЯТОВ

Высушенные травы или почки растений положить в глубокую эмалированную кастрюлю, залить небольшим количеством воды, а поверх поставить глубокую пустую тарелку. Кастрюлю плотно закрыть крышкой, сверху покрыть мокрым полотенцем и поставить все на медленный

[1] При этом розовый аромат должен почти не ощущаться как таковой (за исключением шербета из роз). Достичь эффекта можно только при условии очень точного и минимального дозирования розового масла или настоя, малейшая неточность может привести к появлению горечи и порче всего напитка. Вот почему приготовление шербетов при всей их простоте требует хорошего навыка и в еще большей степени наличия тонкого вкуса.

огонь. По мере выпаривания вода будет оседать на крышке кастрюли и оттуда падать в тарелку. Каждые 20–30 мин в кастрюлю следует доливать кипяток, а скопившуюся в тарелке воду сливать в сосуд для хранения.
Эти дистилляты с чуть заметным запахом соответствующей травы и абсолютно бесцветные используют как основу для шербетов.

ЛИМОННЫЙ ШЕРБЕТ

4 **лимона**
25 кусочков **сахара**
1 л **воды**
2 капли **розового масла** или
1–1,5 ч. л. **розового сиропа** (см. с. 621)

Снять цедру с лимонов, прокипятить ее в двух стаканах воды в течение 5–7 мин, охладить, дав настояться, не вынимая цедры. Из лимонов отжать сок в отдельную посуду.
Из воды и сахара сварить сироп, влить в него, пока он горячий, отвар цедры, перемешать и через 10 мин добавить розовое масло, а когда остынет – лимонный сок и затем поставить на холод.

ГРАНАТОВЫЙ ШЕРБЕТ

2 стакана **сока кислых гранатов**
15 кусочков **сахара**
1 л **воды**
0,5 ч. л. **розового сиропа** (см. с. 621)

Готовят так же, как лимонный шербет.

РОЗОВЫЙ ШЕРБЕТ

250 г **лепестков роз** или **шиповника**
1 ч. л. **розового сиропа**
15–20 кусочков **сахара**
0,5 **лимона** (сок) или 1 ч. л. **лимонной кислоты**

Лепестки промыть в холодной воде, положить в эмалированную кастрюлю, залить водой, плотно закрыть и на очень медленном огне довести до кипения и тотчас же снять, дав охладиться, не открывая крышки. Затем процедить, добавить сахар, еще раз прогреть до растворения сахара на слабом огне, не давая закипать. Вновь охладить под крышкой.
Затем влить розовый сироп и лимонный сок, размешать.

МЯТНЫЙ ШЕРБЕТ

1,5 ст. л. **сухой мяты** (только не перечной)
1 стакан **сока алычи** или **сок 1 лимона**
15 кусочков **сахара**
1 л **воды**

Третью часть указанного количества воды вскипятить с мятой в течение 2 мин, закрыть, дать настояться полчаса, процедить, остальную часть воды вскипятить с сахаром, влить в теплый сироп настой мяты, размешать, дать постоять до полного охлаждения, затем влить сок алычи, поставить на холод.

ШЕРБЕТ ИЗ СВЕЖЕГО БАРБАРИСА

1 стакан **сока свежего барбариса**
15 кусочков **сахара**
1 л **воды**
1 ч. л. **розового сиропа** (см. с. 621)

Сварить сироп, охладить его до 40 °С. Влить сок вместе с розовым настоем в сироп, охладить до 8–10 °С.

ТУТОВЫЙ БЕКМЕС[1]

20 кг **белого тута**
1 л **воды**

Тутовые ягоды варить на очень слабом огне в течение 1 ч после закипания, затем процедить всю массу под прессом, полученный сок слить

[1] Бекмесы закавказского типа характерны как для азербайджанской, так и для армянской кухни, где они известны под названием дошабов.

в широкий таз и уваривать на медленном огне в течение нескольких часов (иногда сутки), все время снимая пену. Когда пена перестанет появляться, сок сильно потемнеет – бекмес готов. Его можно уваривать до толстой и тонкой нитки. Бекмес служит и самостоятельным сладким, и полуфабрикатом для приготовления других видов сладостей – варений, шербетов, ирчала, смоквы, для добавок в рахат-лукум и различные кондитерские изделия.

ИРЧАЛ

Готовый бекмес смешать со свежими тутовыми ягодами 1:1 и кипятить, снимая пену, до тех пор, пока вся смесь не загустеет.

БАДАМ-НОХУТ

БАДАМ-НОХУТ – один из видов мармелада с миндалем. Для его приготовления надо, во-первых, сварить фруктовую массу и, во-вторых, сделать форму для отливки в нее мармелада.

ДЛЯ ФРУКТОВОЙ МАССЫ:

1 кг **абрикосов**
2–3 крупных **кислых яблока**
1350 г **сахара**
200 г **мелко толченного миндаля**
2 ст. л. **патоки**
3 г **лимонной кислоты**
3 ч. л. **молотой лимонной цедры**
2 ч. л. **корицы**
3 бутона **гвоздики**

ДЛЯ ИЗГОТОВЛЕНИЯ ФОРМ:

1 кг **картофельного крахмала**
100 г **талька**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КРАХМАЛО-ТАЛЬКОВОЙ СМЕСИ.

Тщательно перемешать крахмал с тальком. Нагреть в духовке лист или противень, выстлать его чистой бумагой, насыпать тонким слоем крахмало-тальковую смесь, оставить на несколько часов в теплом сухом помещении, затем просеять.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ФРУКТОВОЙ МАССЫ

Яблоки испечь слегка на противне в духовке, отжать через пресс-выжималку; абрикосы протомить в глиняном горшке в духовке в течение 20 мин, отжать через выжималку. Смешать оба пюре с сахаром и уварить на слабом огне в течение 1–1,5 ч, все время помешивая. За несколько минут до конца варки добавить патоку, перемешать (температура варки 100–110 °С). В полученную фруктовую массу добавить лимонную кислоту, молотые пряности, перемешать, накрыть салфеткой, затем крышкой.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ БАДАМ-НОХУТА

Высыпать крахмало-тальковую смесь ровным слоем толщиной 1,5 см на стол и раскатать ее фигурной скалкой, сделать в ней деревянным пестиком углубления, в которые отсадить (т. е. налить) через корнет фруктовую массу, и спустя 25 мин вынуть застывший мармелад, смахнуть с него крахмал (или сдуть), дать подсохнуть в течение 1 ч при температуре 30–35 °С, после чего обкатать в толченом миндале.

РАХАТ-ЛУКУМ

ДЛЯ СИРОПА:

1 кг **сахара**
300 г **воды**

ДЛЯ КРАХМАЛЬНОГО МОЛОКА:

100 г **рисового, пшеничного** или **кукурузного крахмала**
200 г **холодной кипяченой воды**

ДЛЯ ОБСЫПКИ РАХАТ-ЛУКУМА:

100 г **сахарной пудры**
1 см **ванильной палочки** или пакетик **ванильного сахара**

ДЛЯ ВАРКИ РАХАТ-ЛУКУМА:

3–4 ст. л. **сиропа от варенья** или **фруктового пюре**
2 ч. л. **лимонной** или **апельсиновой цедры**
1 капля **розового масла** или 1 ч. л. **розового сиропа** (см. с. 621)
100 г **очищенных орехов (миндаля, фундука)**
1 щепотка **шафрана** или **куркумы**

1. Сварить в казане или медном тазу сахарный сироп, влить в него при сильном кипении крахмальное молоко (смесь воды и крахмала) и, уменьшив огонь, все время размешивать деревянной ложкой до загустения массы.
2. Добавить остальные компоненты в следующем порядке: фруктовое пюре, пряности, розовое масло, орехи, агар-агар. Варить до полутвердого состояния, все время мешая ложкой по дну казана, не давая пригореть массе.
3. Готовую массу вылить в деревянный противень слоем 2,5 см, дать застыть в течение 3–4 ч, затем разрезать на квадратные кусочки и обсыпать сахарной пудрой.

МУЧНЫЕ КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

Азербайджанские МУЧНЫЕ КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ делятся на два основных типа. К первому принадлежат изделия типа толстого печенья, приготовляемого обязательно из бездрожжевого теста – масляного и масляно-песочного. К ним относятся различные наны, курабье, шакеры. На их приготовление идет очень сухая мука самого высшего сорта, лучше всего крупчатка.

К другому типу относятся изделия, в которых тесто играет роль лишь своеобразной оболочки, в то время как их основа состоит из орехово-сахарной начинки (50–80% от общего веса). Таковы пахлава, шакер-бура, ореховые трубочки.

Все перечисленные изделия, как правило, очень сладкие.

ШИРВАНИ-НАН

600 г **муки**
150 г **масла**
2 **яйца**
300 г **сахарной пудры**
1 стакан **молока**
50–75 г **орехового ядра (миндаля)**
150 г **изюма**
100 г **цукатов**
0,3 г **аммония** или **пекарского порошка**
2 ч. л. **молотой лимонной цедры**

1. Сливочное масло растереть до пенообразного состояния. Желтки растереть с 250 г сахарной пудры добела. Белки взбить. Соединить все вместе, еще раз растереть до однородного состояния, добавив 0,5 стакана молока, взбить.
2. Обработать миндаль (см. с. 625), растереть его до пастообразного состояния с 50 г сахарной пудры, затем развести в 0,5 стакана молока, соединить с остальной массой (п. 1), взбить все вместе.
3. К полученной массе (п. 2) добавить половину муки, вымешать жидковатое тесто.
4. Изюм промыть в горячей воде, разрезать на половинки или измельчить в мясорубке, цукаты измельчить квадратиками (0,5×0,5 см), перемешать с молотой лимонной цедрой, ввести всю изюмно-цукатную массу в жидкое тесто, перемешать.
5. В оставшуюся муку всыпать пекарский порошок и соединить ее с жидким тестом, стараясь вымешать его как можно быстрее, но без особого нажима.
6. Тесто тотчас же раскатать в пласт толщиной 0,5 см, вырезать формами или тонким стаканом полукруглые печенья, смазать сверху яйцом, выпечь на листе, слегка посыпанном мукой, или просто на сухом чистом листе в течение 5–7 мин на слабом огне.

КУРАБЬЕ

500 г **муки**
250 г **сливочного масла**
200 г **сахарной пудры**

50 г **меда**
2/3 стакана **молока**
8 бутонов **гвоздики**
1 ч. л. **молотой лимонной цедры**
3 капсулы **кардамона**
1 пакетик **ванильного сахара**

Сливочное масло растереть до пенообразного состояния, добавить сахарную пудру, мед, молотые пряности и вновь растереть в однородную массу. Затем все развести в молоке, взбить и замесить на этой основе тесто.

Тесту дать выстояться 10–15 мин в холодном месте, затем раскатать в пласт толщиной 1 см. Вырезать тонким стаканом круглое печенье и выпечь его на сухом листе в течение 3–5 мин на слабом огне в предварительно нагретой духовке.

После выпечки дать слегка остыть и еще теплое печенье посыпать сахарной пудрой, смешанной с ванильным сахаром или ванилином. Иногда курабье глазируют сверху постным сахаром, смешанным с кислым фруктовым соком – гранатовым или лимонным.

ПАХЛАВА

ПАХЛАВА – это пирог с ореховой начинкой, имеющий несколько разновидностей: пахлава бакинская, нахичеванская, шушинская, сдобная, слоеная, ариштовая (лапшевидная) и др.

Каждая из них отличается характером теста (дрожжевое, бездрожжевое, слоеное и т. д.), соотношением теста и начинки, способом их укладки и расположения, пропорциями компонентов начинки, составом сиропа-заливки. Неизменны традиционный внешний вид, состав начинки и общие правила приготовления. Эти правила таковы:

1. Пахлаву всегда выпекают в металлической невысокой форме, которая обязательно плотно заполняется тестом – будь то противень, сковорода или иная специальная форма.
2. Сформованную, как герметично закрытый пирог, пахлаву тем не менее непосредственно перед посадкой в печь уже на противне разрезают.
3. В выпечке пахлавы всегда должен быть перерыв для дополнительного внесения масла.
4. Выпеченную пахлаву заливают сиропом, который изменяет вкус теста и всего изделия.

Пахлаву готовят в основном из дрожжевого теста, но имеются и разновидности из бездрожжевого теста. Характерный вкус пахлаве придает начинка, т. е. ее наиболее постоянный элемент.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НАЧИНКИ

Начинку можно приготовить двумя способами – простым или сложным.

Простой способ состоит в равномерном перемешивании сахарной пудры с толчеными орехами. Кажущаяся примитивность этого способа часто служит причиной того, что начинку приготовляют неправильно. Во-первых, заменяют сахарную пудру сахарным песком, что ведет к ухудшению консистенции и вкуса начинки и всего изделия. Во-вторых, не выдерживают правила подготовки орехов. Между тем миндаль и фундук нужно вначале ошпарить, освободить от кожицы, подсушить, а затем истолочь. Грецкие орехи можно истолочь без подготовки. В результате толчения должна получиться либо гладкая масса, либо масса, крупинки которой по размеру соответствуют сахарному песку. Гладкую ореховую массу делают тогда, когда орехи в начинке превышают по весу сахар. При этом вкус начинки и ее консистенция напоминают марципаны.

Сухую начинку высыпают в пахлаву ровным слоем через крупное сито или дуршлаг. Наряду с сахаром и орехами в состав начинки входят две пряности – корица и кардамон. Обе в молотом виде добавляют в сахарную пудру – перед введением в начинку орехов. Соотношение корицы и кардамона меняется в разных видах пахлавы.

Сложный способ состоит в том, что в сахарно-ореховую массу вносят дополнительно кондитерскую крошку и сырое яйцо. Для кондитерской крошки обычно используют остатки печенья, которые растирают наподобие панировочных сухарей. Но можно и желательно приготовить ее специально. Для этого небольшую часть теста, предназначенного для пахлавы, раскатывают в блин толщиной 1 мм и выпекают

в духовке в течение 3–4 мин, дают ему остыть и затем растирают в крошку, которую подмешивают в сахарно-ореховую массу (1–2 ст. л. на стакан сахарно-ореховой смеси).

Сырое яйцо подготавливают следующим образом: желток растирают с частью сахарной пудры добела, белок взбивают в пену, обе части смешивают и вносят в сахарно-ореховую смесь.

Полученную плотную массу раскатывают на мраморной доске (или толстом стекле) в тонкие блины толщиной 3–5 мм (в зависимости от вида пахлавы и желания), которые закладывают как начинку.

Выбор способа приготовления начинки зависит не только от желания изготовителя. Характер начинки связан с составом сиропа-заливки. Если заливка целиком медовая или в состав ее входит значительная часть меда, то начинку делают простым способом. Если же заливка состоит из сахарного сиропа или сахар составляет ее большую часть, то начинку готовят сложным способом.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЗАЛИВКИ

Готовую пахлаву заливают сиропом либо из меда, либо из сахара, либо из медово-сахарной смеси и пряностей.

Медовую заливку готовят путем разведения меда в воде и небольшого уваривания его до тонкой нитки. На 500 г меда необходимо взять 100 г воды.

Медово-сахарную заливку получают следующим образом: сахар растворяют с водой и слегка уваривают в сироп (с него снимают пену). После исчезновения пены в прозрачный сахарный сироп вводят мед, и вся смесь уваривается до тонкой нити. Соотношения воды и сахара обычно следующие (в граммах):

Сахар	Мед	Вода
100	250	90
150	200	100
200	150	110
250	100	120
300	50	130

Сахарная заливка для пахлавы представляет собой сахарный сироп с добавлением фруктовой кислоты и отвара пряностей. Готовят его так: в небольшом количестве воды (около полстакана) кипятят в течение 5 мин лимонную или апельсиновую цедру (свежую или сухую), иногда с небольшим количеством имбиря (0,5 ч. л.), иногда один имбирь (1–2 ч. л.); отдельно распускают в воде сахар и варят сироп, снимают с него пену, добавляют отвар пряностей и уваривают до тонкой нити, после чего охлаждают, а затем добавляют лимонный или гранатовый сок, а в случае их отсутствия лимонную кислоту.

ПАХЛАВА БАКИНСКАЯ

ДЛЯ ТЕСТА:

700–750 г **муки**
75 г **масла**
2 **яйца**
40 г **дрожжей**
1 стакан **воды**

ДЛЯ НАЧИНКИ:

450 г **сахара**
500 г **орехов**
8–9 капсул **кардамона**
4 ч. л. **корицы**

ДЛЯ СИРОПА-ЗАЛИВКИ:

200 г **масла**
150 г **меда**
1 **яйцо**

1. Взбить масло, яйца и 0,5 стакана воды в течение 3 мин. Развести дрожжи в 0,5 стакана воды. Соединить с первой смесью и замесить из полученной жидкости тесто в миске, растирая его ложкой в течение 15 мин и доведя его температуру до 20 °С. Затем поставить на 1,5 ч на выстойку при температуре воздуха 22–25 °С.
2. Приготовить начинку простым способом (см. с. 625).
3. Когда тесто подойдет, разделить его на 2 равные части, раскатать одну в пласт толщиной 1,5–2 мм, другую – в пласт толщиной 2–2,5 мм так, чтобы их размеры совпадали с размером противня. На смазанный маслом противень по-

ложить более толстую часть раскатанного теста, на него слоем 3–5 мм нанести начинку, закрыть более тонкой частью теста, которая должна быть чуть больше противня, чтобы ее можно было защипать с нижним куском, не натягивая последнего. Закрытая пахлава должна точно входить в противень без зазоров. Ей надо дать подойти на противне в течение 10 мин, затем смазать сверху яичным желтком.

4. Хорошо нагреть духовку (до 200–220 °С), разрезать подготовленную в противне пахлаву на ромбовидные кусочки (5×7 см) и сразу же поставить противень в духовку. Через 10–12 мин вынуть пахлаву, залить по линиям разреза растопленным маслом, вновь смазать сверху яйцом, затем поставить в духовку на полчаса.

Первые 7–10 мин температура должна оставаться высокой, затем огонь надо убавить и выпекать, не вынимая из противня, залить медом по линиям разреза, дать ему впитаться, затем вынуть изделие из противня и дать окончательно остыть под салфеткой.

ПАХЛАВА-АРИШТА

ДЛЯ ТЕСТА:

500 г **муки**
50 г **масла**
1 **яйцо**
200 г **сметаны**
50 г **сахара**
0,5 ч. л. **соли**
0,5 ч. л. **пекарского порошка** (или **смеси соды и лимонной кислоты**)

ДЛЯ НАЧИНКИ:

350 г **очищенных орехов** (любых)
150 г **сахарной пудры**
2 **яйца**
4 ч. л. **молотой корицы**
6 капсул **кардамона**
2 ст. л. **кондитерской крошки**

ДЛЯ СИРОПА-ЗАЛИВКИ:

0,5 кг **сахара**
1 стакан **воды** (200 мл)
1 **лимон (сок и цедра)**

ДЛЯ УКЛАДКИ:

100 г **масла**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЕСТА

Желток растереть с сахаром добела, добавить масло, растереть до получения однородной массы; отдельно взбить белки, соединить со взбитой сметаной. Затем все жидкие компоненты соединить, добавить к ним соль, пекарский порошок (или соду) и, подсыпая понемногу муку, замесить тесто. Тотчас же, не давая тесту выстаиваться, раскатать его в несколько «блинов» толщиной 2–3 мм, дать им слегка обветриться, свернуть рулетом и нарезать из них «лапшу».

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НАЧИНКИ

Приготовить сложную начинку (см. с. 625). Для получения кондитерской крошки часть теста (лапши) выпечь в духовке в течение 2–3 мин.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПАХЛАВЫ-АРИШТЫ

Тонкую сковородку или форму величиной с суповую тарелку смазать маслом, плотно выложить дно тремя слоями лапши, кладя каждый слой перпендикулярно предыдущему и смазывая его маслом. Затем положить тонкий пласт начинки, на нее еще один слой лапши, на него – слой начинки и затем три слоя лапши подряд, промазывая каждый слой маслом.

Наложив последний слой, смазать пахлаву яйцом, разрезать несколькими перекрещивающимися диагональными линиями и поставить в сильно нагретую духовку. Между тем приготовить заливку из сахарного сиропа или меда (см. с. 626).

Через 5–8 мин вынуть пахлаву из духовки, залить растопленным сливочным маслом по линиям разреза и вновь поставить в духовку на 20 мин, убавив огонь вначале до среднего, а потом и до слабого. Проверить готовность пахлавы с помощью деревянной шпильки или спички.

Через полчаса (при готовности пахлавы) вынуть ее из духовки и, не вынимая из формы, углубить линии разреза ножом, залить в них сиропзаливку, а остатками сиропа полить всю поверх-

ность пахлавы. Дать сиропу впитаться в течение 10 мин и только после этого вынуть пахлаву из формы на блюдо, прикрыть салфеткой, дать полностью остыть. Пахлава-аришта не черствеет неделю-полторы, оставаясь все время свежей.

ШАКЕР-БУРА

300 г **муки**
75 г **масла**
0,5 стакана **теплого молока** (35 °С)
1 **яйцо**
10 г **дрожжей**
2 капсулы **кардамона**
0,5 см палочки **ванили** или 0,5 пакетика **ванильного сахара**

Желток растереть с маслом, белок взбить, обе части соединить.

В теплом молоке развести дрожжи, влить в масляно-яичную смесь, добавляя постепенно муку, замесить тесто, поставить его на выстойку на 1,5 ч. Подошедшее тесто раскатать в пласт толщиной 2 мм, вырезать из него стаканом или специальной выемкой овалы (по два на каждое печенье), положить начинку (сложную – см. с. 625) так, чтобы тесто обтягивало ее туго, как яйцо, и защипать красивым круглым швом, подсушить на противне на очень слабом огне, а затем выпечь в течение 5–10 мин. Шакер-буру выпекают также и в особых вафельницах.

{ ГЛАВА 11 }

КАЗАХСКАЯ И КИРГИЗСКАЯ КУХНИ

КАЗАХСКУЮ кухню можно считать самой молодой в нашей стране, поскольку складываться она начала лишь в конце XIX – начале XX века и оформилась, когда завершился переход казахов на оседлое положение и коренным образом изменилось хозяйство Казахстана.

Казахи на протяжении всей своей истории с момента образования народности в начале XVI века на базе тюркоязычных племен и вплоть до государственно-территориального оформления Казахстана в 1925 году были кочевым народом. Основным и единственным видом натурального хозяйства было кочевое отгонное скотоводство, в котором преобладало овцеводство и табунное коневодство (а также верблюдоводство), меньшую роль играло разведение крупного рогатого скота, ставшее известным казахам лишь в конце XVII века. Этот экстенсивный и чрезвычайно однобокий тип хозяйств, с одной стороны, и неразвитость общественных и экономических отношений, усугубляемая изолирующим воздействием огромных степных пространств, на которых был рассеян сравнительно немногочисленный казахский народ, с другой стороны, обусловили на долгое время односторонность пищевого сырья у казахов.

Вся казахская кухня в течение длительного периода строилась на использовании мяса и молока. Конина и баранина, кобылье, овечье, коровье и верблюжье молоко и продукты их переработки (скороспелые творожные сыры, кумыс) – вот тот весьма ограниченный и, главное, однообразный ассортимент продуктов, которыми могли пользоваться казахи. Вполне понятно, что даже самая изощренная фантазия не могла создать из одного мяса и молока и всех их производных большое разнообразие блюд, особенно в условиях нестабильности жилья и при крайней ограниченности, если не сказать, при почти полном отсутствии овощного и зернового пищевого сырья вплоть до конца XVIII – начала XIX века.

Ограничивал развитие казахской кулинарии недостаток кухонной утвари, при помощи которой можно было бы разнообразить технологию, как это имело место у народов Закавказья, обладавших большим набором металлической (медной, железной, чугунной), керамической (глиняной) и каменной посуды. У казахов же вследствие их кочевого образа жизни первоначально существовала только кожаная и деревянная, т. е. небьющаяся, посуда, употреблявшаяся главным образом для хранения еды и лишь отчасти для приготовления пищи.

В кожаных мешках (саба – из конской кожи и торсык – из бараньей) приготовляли кумыс и другие кисломолочные продукты, а в деревянных бадьях и кожаных сабах варили мясо, опуская туда нагретые камни. Поэтому в старинной казахской кухне полностью отсутствовали супы, а мясо употреблялось в основном отварное. Чугунный казан как основной тип утвари и очага появился лишь в XVIII веке, вместе с ним появились и некоторые жареные мясные блюда, заимствованные у узбеков.

Развитие казахской кулинарии шло в направлении разработки таких полуфабрикатов из мяса и молока, которые могли бы сохраняться достаточно длительное время в условиях постоянного кочевья и в то же время были бы вкусны и не приедались при частом употреблении. Так возникло и получило развитие изготовление копченых, солено-копченых и копчено-вареных полуфабрикатов из различных частей конины (конских колбас), жареных презервов из баранины и бараньего ливера.

Что касается использования молока, то его казахи никогда не употребляли в пищу в сыром виде (ни парное, ни охлажденное). И эта традиция сохранилась до наших дней. Наоборот, значительное распространение получило изготовление кисломолочных полуфабрикатов и продуктов, причем таких, которые оказались наиболее удобными для хранения и перевозок в условиях кочевья; это в первую очередь кумыс,

не только хорошо сохраняющийся, но и приготовляемый в торсыках (при непрерывном встряхивании во время езды), а также скороспелые сыры, которые можно было сделать и употреблять во время стоянок, либо сухие молочные концентраты (курт, сарса) – легкие, транспортабельные и не портящиеся при длительных перевозках. Все эти продукты обладали еще одним общим свойством – они были удобны для непосредственного употребления в холодном виде. Таким образом, казахская кухня, если к ней применять современные понятия, в значительной степени была кухней холодного стола.

Продукты земледелия поздно вошли в казахское меню. Первым зерном, ставшим известным казахам и занявшим затем основное место в их кухне как национальный злак, было просо – могар и кудза, получаемые вначале из Джунгарии и Средней Азии в результате меновой торговли, а затем частично возделываемые оседлыми казахами в южных районах Казахстана.

После того как в XVIII веке значительная часть Казахстана присоединилась к России, в рационе казахов стали все более использоваться продукты земледелия – главным образом зерно (пшеница, рожь) и мука из него, получаемая в обмен на продукты животноводства. Но вплоть до 60–70-х годов XIX века мука и мучные изделия употреблялись в основном зажиточными казахами.

Только в последней трети XIX века, когда хозяйство Казахстана стало развиваться в большей связи с хозяйством России, когда в результате проникновения капиталистических отношений в нем усилилась классовая дифференциация и обедневшие, лишенные скота казахи, не имея возможности продолжать кочевую жизнь, стали заниматься земледелием, только тогда мука и мучные изделия стали занимать все большее и большее место в казахской кухне.

Так, к концу XIX – началу XX века сложилась характерная особенность казахской кухни и казахского национального стола – преобладание мясных и мучных изделий и сочетаний из мяса и муки в основных национальных блюдах, классическим примером которых является ет, или бешбармак. В то же время употребление различных продуктов переработки конского и овечьего молока – кумыса, курта, айрана, сарсы и иримшика – несколько отошло на второй план.

Конечно, было бы неверно считать, что казахская кухня развивалась совершенно изолированно, только под влиянием природных и экономических условий. Многое было заимствовано в XVIII–XIX веках, особенно господствующим классом, у соседних народов Средней Азии – узбеков, таджиков, дунган и уйгуров, обладавших к этому времени чрезвычайно развитой кулинарной культурой. Эти заимствования касались в первую очередь технологии приготовления жареных мясных блюд (с использованием масла) и более сложных мясо-мучных изделий (самсы, мантов), а также употребления отдельных продуктов (например, чая, фруктов, бахчевых культур), которые стали шире использоваться в рационе казахов Южного Казахстана. Наконец, заимствована была и организация праздничного стола – по типу узбекского, т. е. с использованием сладостей в начале и в конце обеда. Из русской кухни в XX веке было заимствовано казахами повседневное употребление овощей (особенно картофеля, моркови, огурцов, редьки, чаще всего используемых в виде салата), а также использование яиц и мяса кур, которые с развитием птицеводства на базе зернового хозяйства стали традиционными продуктами в казахской кухне.

Однако ни технологические заимствования, ни расширение ассортимента продуктов в принципе не изменили основных национальных особенностей казахской кухни, ее специфики, хотя и сделали ее более разнообразной. Если говорить о действительно характерных чертах казахской кулинарии, о том, что отличает ее от других кухонь народов Средней Азии, то наряду с наличием копченых изделий из конины и излюбленным сочетанием мяса и теста в большинстве национальных горячих блюд следует отметить преобладание отварных и полуотварных мясо-тестяных блюд, а не жареных. Характерно, что мясо в казахской кухне готовят до сих пор крупными кусками (и измельчают лишь непосредственно перед едой), причем употребляют его в натуральном виде. Казахской национальной кухне чужды блюда из молотого мяса (за исключением современных заимствований), что объясняется полным отсутствием в прошлом условий для усложненной кулинарной обработки.

Казахская кухня не знает и супов, если опять-таки не считать заимствованной у узбеков шурпы. В то же время чрезвычайно характерны для казахской кухни такие блюда, которые по своей консистенции занимают как бы промежуточное положение между супами и вторыми блюдами. Таково национальное блюдо ет, чаще называемое у нас бешбармаком, и праздничное блюдо

наурыз-коже, приготовляемое лишь один раз в году – под Новый год. В состав таких блюд входит много мяса, теста или зерна и относительно небольшое количество крепкого, концентрированного, жирного и густого бульона-подливки, сдобренного кисломолочными продуктами и составляющего неразрывную часть блюда.

Другой характерной особенностью казахской кухни является широкое использование субпродуктов (легких, печени, почек, мозгов, языка), очень ценимых казахами (например, почки они считают лучшей и наиболее ценной частью мяса), а также комбинаций субпродуктов с мясом (обычно грудинкой). В то же время такие части мяса, как седло, задняя часть, приготовляются в чистом виде, почти исключительно посредством запекания (в прошлом – в углях, а в современной кухне – в духовке).

Национальным видом мяса у казахов следует считать конину, хотя ныне ее употребляют реже, чем баранину и даже говядину. Именно из конины создаются такие характерные для казахской кухни национальные изделия, как казы, карта, шужук и др.

Названия большинства мясных блюд связаны не с составом сырья или способом приготовления, а с наименованием частей, на которые в соответствии с национальными традициями разделывается обычно конская туша. Таковы кабырга, тостик, жанбаз, жал, жай, казы, сурет-ет, бельдеме и др.

Мучные блюда – разнообразные лепешки, сходные с лепешками узбекской кухни, но обычно сдобренные в большей степени луком или черемшой, как и узбекские, носят название нан и различаются по форме и виду посуды, в которой их выпекают: казанжан пайнан (лепешки по размеру котла), таба-нан (от сковородки таба).

Блюда, заимствованные казахами у узбеков, дунган, уйгуров, русских, украинцев и других народов, обычно сохраняют на казахском языке свои национальные названия. Таковы самса, манты, ет-хошан, май-хошан, монпар, борщ и др.

Современный казахский стол, конечно, не ограничивается одними блюдами национальной кухни. Он значительно разнообразнее по составу продуктов, поскольку наряду с мясом включает в себя рыбу, овощи, различные крупы, фрукты, консервированные продукты, но это не значит, что из казахских национальных блюд нельзя составить оригинального и относительно разнообразного обеда.

Традиционный казахский праздничный обед своеобразен. Он начинается с кумыса, затем следует чай со сливками, к которому подают изюм, орехи, сушеный творог и баурсаки (маленькие шарики из жареного сдобного теста). После этого вступления следуют разные закуски из конского мяса – копченые, полусоленые, отваренные (казы, шужук, жал, жай, сурет-ет, карта), а также закуска из баранины – кабырга или бауыркуйрык (сочетание конского мяса и бараньего ливера под кисломолочным соусом). Все они отличаются друг от друга не только по составу мяса, но и по способам его приготовления, по его качеству и консистенции (жирное, постное, нежное, упругое, сдобное). Это вносит вкусовое разнообразие в однородный на первый взгляд мясной стол, тем более что закуски едят с табаканами (казахскими лепешками из пшеничной муки со сливочным маслом) и заедают салатом из редьки или другими свежими овощами (помидорами, огурцами). Затем следует куырдак (жирное жаркое из бараньего ливера, в основном печенки, почек и легкого), за ним самса (пирожки с мясом) и только в конце обеда – ет, т. е. отварная конина или баранина, нарезанная тонкими ломтиками поперек волокон, подаваемая с широкой, толстой лапшой и жирным, густым, крепким бульоном с масляными лепешками акнан, посыпанными кунжутом или рубленым луком. Это блюдо запивают кумысом, за которым снова следует чай, на этот раз без сливок и молока.

КИРГИЗСКАЯ кухня по своему характеру, технологии и даже по составу основных блюд настолько близка к казахской, что их было бы неправильно рассматривать как разные кухни. Большинство блюд киргизской и казахской кухонь полностью повторяют (дублируют) друг друга по существу и очень часто совпадают по названию. Это объясняется в целом сходными условиями хозяйства казахов и киргизов в период формирования в народность и на последующих стадиях их исторического развития. Кочевое и полукочевое скотоводство оказало столь сильное влияние на материальную культуру киргизского народа, что, несмотря на иные и более благоприятные, чем у казахов, природные условия предгорий Тянь-Шаня и на более сильное влияние соседних народов с развитой кулинарной культурой – джунгарцев, дунган и уйгуров, узбеков и таджиков, – киргизская кухня сохранила

те же типичные черты, которые свойственны казахской кухне.

Но вместе с тем имеются и некоторые различия как в наименованиях отдельных блюд, так и в составе продуктов питания, входящих в рацион. С развитием садоводства и земледелия в Киргизии значительно возрос удельный вес овощей и фруктов в питании. Но и теперь они употребляются самостоятельно, отдельно, вне связи с приготовлением пищи и не входят органически в состав национальных блюд. Только на юге Киргизии, где применение овощей было развито в прошлом, некоторые из них, например тыква, широко используются для приготовления национальных блюд – как примесь к тесту для лепешек и к зерновым блюдам (полужидкие кислые кашицы).

В целом в современной киргизской кухне гораздо сильнее, чем в казахской, заметна сезонность рациона. Летом преобладает молочно-растительная пища, зимой – мясо-мучная и мясо-зерновая.

Вообще киргизы употребляют больше зерна, причем в основном пшеницу, горный ячмень, отчасти джугару. Пшено же часто смешивают с ячменем и из смеси этих круп приготовляют толокно, которое, как и отдельно ячмень и пшеница, является основой для кислых супов-кашиц, либо подкисленных айраном, либо доведенных до закисания с помощью солода или закисшего супа предыдущего приготовления (таков суп из ячменя – жарма или из пшена – кежё).

В мясных блюдах совпадение с казахской кухней более полное.

Характерно, что киргизы до сих пор, несмотря на соседство с узбеками и таджиками, почти исключительно употребляют вареное, а не жареное мясо.

Национальным видом мяса у киргизов продолжает считаться конина, ценимая очень высоко, но практически сейчас больше едят вареную баранину. Знаменитый бешбармак (по-киргизски – туураген эт) готовят в отличие от казахского с более концентрированным соусом, называемым чык (бульон с куртом).

В Северной Киргизии в бешбармак не добавляют тестяную часть (лапшу), а вместо нее вводят много лука и айрана (катыка); такое блюдо носит название нарын.

Все молочные блюда, начиная с кумыса (по-киргизски – кымыз), полностью совпадают с казахскими, в том числе технология всех творожных сыров. Следует отметить, что у казахов и киргизов в отличие от большинства тюркоязычных народов катык называется айраном, а айран – чалапом, или шалапом.

Вообще различия киргизской и казахской кухонь проявляются лишь в частностях. Например, сильно различается культура употребления чая. В то время как казахи употребляют только черный байховый чай, киргизы пьют преимущественно зеленый кирпичный, который получил распространение в период ойратского владычества на большей территории современной Киргизии в XVII–XVIII веках. Киргизы приготовляют свой кирпичный куурма-чай с молоком, солью, перцем и с обжаренной на масле мукой (но без непосредственного добавления масла) при соотношении молока и воды 2:1.

В Южной Киргизии, долгое время входившей в состав среднеазиатских государств, населенных таджиками, киргизы до сих пор употребляют зеленый байховый чай.

Наконец, киргизская кухня в большей степени, чем казахская, заимствовала дунганские и уйгурские блюда.

Из чисто киргизских блюд, не встречающихся у соседних с киргизами народов, можно отметить лишь кёмёч – маленькие сдобные лепешки величиной с крупную монету, печенные в золе, которые кладут в горячее молоко и сдабривают маслом и сузьмой.

Ниже приводится рецептура основных блюд, совпадающих в казахской и киргизской кухнях, и некоторых блюд, характерных только для киргизской или казахской кухни.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА (ЗАГУЩЕННЫЕ СУПЫ)

В казахской кухне фактически имеется лишь два блюда, которые можно отнести к категории загущенных супов. Одно из них, как уже говорилось, старинное, традиционное (наурыз-коже), другое (ашы-сорпа) – новое, появившееся в последние десятилетия под влиянием узбекской кухни.

НАУРЫЗ-КОЖЕ

МЯСНАЯ ЧАСТЬ:

0,5 кг **свежей конины** (бельдеме)
100 г **карты**
100 г **шужука**
100 г **казы**



100 г **жала**
100 г **жая**
100 г **сурет-ета**
0,5–0,75 кг **баранины**
250 г **бараньей печени**
100 г **бараньих почек**
2,5–3 л **воды**

МОЛОЧНАЯ ЧАСТЬ:
1 л **молока овечьего**
1 л **молока коровьего**
1,5 л **катыка** (айрана)
0,5 л **кумыса**
1 стакан **сузьмы**
1 стакан **курта**
200 г **сливочного масла**

КРУПЯНО-ОВОЩНАЯ ЧАСТЬ:
1,5–2 стакана **пшена**
1,5 стакана **пшеницы** (или **риса**)
8–10 **луковиц**
2 **головки чеснока**
0,5 **стручка красного перца**
1 л **воды** (для зерна)

1. Все мясо и мясопродукты (за исключением бараньих почек) отварить в воде с луком (половиной указанной нормы) до мягкости под крышкой в течение 2–3 ч на медленном огне. Почки отварить отдельно в течение 1 ч, затем слить воду, в которой они варились, и соединить их с остальным мясом.
2. Зерно (крупу) разварить в воде отдельно, добавить молоко после закипания и варить до разваривания.
3. Приготовленные продукты (пп. 1 и 2) соединить и продолжать варить на медленном огне около 30 мин, после чего вынуть мясо, остудить, нарезать его тонкими ломтиками и вновь положить в бульон.
4. Курт развести в 2 стаканах мясного бульона, добавить сузьму, сливочное масло, чеснок, перец и настаивать 3 ч (пока варится мясо).
5. Приготовленное мясо (п. 3) снять с огня, влить в него вышеуказанную смесь (п. 4), хорошенько размешать и вновь подогреть, постоянно помешивая, но не доводить до кипения.
6. Слегка отцедить катык, смешать его с кумысом, влить отцеженную от сыворотки смесь в готовый, но снятый с огня наурыз-коже, все время размешивая деревянной ложкой, не давая свертываться молоку.

АШЫ-СОРПА

500 г **баранины**
250 г **конины** (пашины)
75–100 г **курдючного сала**
2 **редьки**
4 **луковицы**
3–4 **помидора**
1 **головка чеснока** или 3–4 **головки и зелень черемши** или **колбы**
1 стакан **степной рубленой зелени** (**пастушья сумка, люцерна** и т. д.) или 2 ст. л. **петрушки**,
1 ст. л. **кервеля**
2 **яйца**
1–2 ст. л. **молока**
1 ч. л. **муки**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**
2–3 **лавровых листа**
1,5 л **кипятка**

1. Подготовленные кости баранины и конину (одним куском) залить кипятком, сварить бульон.
2. Мякоть баранины нарезать узкими тонкими полосками в виде толстой лапши и обжарить на перекаленном курдючном сале в казане в течение 10–15 мин, добавить затем нарезанный кубиками лук и редьку соломкой и продолжать обжаривать и тушить еще 20–25 мин, добавляя по мере выкипания сока небольшое количество бульона. Незадолго до готовности мяса добавить помидоры, нарезанные крупными дольками.
3. Полученный мясо-овощной соус ввести в подготовленный бульон, добавить лавровый лист, перец, посолить и довести до кипения.
4. Одновременно взбить яйца и молоко и развести в яично-молочной смеси муку. Вылить эту смесь на разогретую с маслом сковороду и поджарить. Полученный плотный омлет нарезать в виде крупной лапши и заправить им ашы-сорпу.

5. Сразу же после этого всыпать в ашы-сорпу зелень, рубленый чеснок и дать потомиться под крышкой без огня 3–4 мин.
6. Перед подачей на стол вынуть из бульона конину, нарезать ее тонкими ломтиками и вновь опустить в бульон.

ВЯЛЕНЫЕ И СЫРОКОПЧЕНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ИЗ КОНИНЫ

ВЯЛЕНЫЕ И КОПЧЕНЫЕ ИЗДЕЛИЯ из конины в казахской кухне готовят из разных частей конского мяса. И хотя их делают по сходной технологии, вкус и консистенция у них разные.

Три вида казахской конской солонины – жал, жай и сурет-ет – отличаются один от другого тем, что жал почти на 80–90% состоит из жира, жай – на треть или наполовину, а в сурет-ет жир отсутствует полностью, так как мясо специально обезжиривается.

Казахские конские колбасы казы, шужук и карта отличаются друг от друга тем, что в казы жир составляет третью часть, в шужуке жира нет или не более 5–10% вместе с мясом, а в карте нет ни мяса, ни жира – это толстые конские кишки особого приготовления.

ЖАЛ

1 кг **конины**

ПОСОЛОЧНАЯ СМЕСЬ:
25 г **соли**
1 ч. л. **сахара**
0,5 стакана **черемши**
6 горошин **черного перца**

РАССОЛ:
1 л **воды**
указанное количество **сухой посолочной смеси**

ЖАЛ – продолговатое отложение жира в подгривной части конской шеи. Его надо вырезать с тонкой прирезью мяса (не более 10% по весу), нарезать кусками во всю длину, сечением 2 см, натереть сухой посолочной смесью и плотно уложить в керамическую или деревянную посуду на сутки, а затем дополнительно залить рассолом и выдержать еще 2–3 суток, после чего жал замочить в холодной воде на 2 ч, затем промыть в теплой воде и подвесить для просушки в течение минимум 10–12 ч[1]. После этого жал следует коптить при температуре 45–50 °С в течение 18 ч, затем охладить при температуре 10–12 °С в течение 4 ч и сушить сутки при температуре 12 °С.

ЖАЙ

1 кг **конины** (жанбас – задняя нога)

ПОСОЛОЧНАЯ СМЕСЬ:
25 г **соли**
1,5 г **сахара**
2 ч. л. **черного перца**
1 **головка чеснока** или кусочек **асафетиды** величиной с горошину
1 ч. л. **ажгона** (индийский тмин)

РАССОЛ:
1 л **воды**
указанное количество **посолочной смеси**

Верхний слой мышц с поверхностным жиром снять с окорока кусочками полукруглой формы, натереть их посолочной смесью и плотно уложить в керамическую или деревянную посуду, оставить на сутки в холодном месте. Затем залить 3%-ным рассолом посолочной смеси и выдержать 5–6 суток, после чего мясо промыть, замочить на 1 ч, вновь промыть в теплой воде и подсушить в течение нескольких часов. Подготовленный таким образом жай может служить полуфабрикатом для вяления, варки или копчения по типу к а з ы. Лишь после копчения жай сушат 3 суток при температуре 12 °С.

[1] Здесь и в дальнейшем указанные мясные изделия можно использовать либо как полуфабрикат для отваривания в просоленном виде, либо продолжать их дальнейшую обработку копчением.

СУРЕТ-ЕТ

1 кг **конины** (жаурын – лопаточная часть с подплечным краем)

ПОСОЛОЧНАЯ СМЕСЬ:

30 г **соли**
0,5 **головки чеснока** или кусочек **асафетиды** величиной с горошину
0,5 ч. л. **сахара**

Сурет-ет является полуфабрикатом конской солонины.

Конину срезать с костей, освободить от сухожилий, хрящей, жира и нарезать на ровные одинаковые прямоугольники весом каждый от 750 г до 1 кг. Каждый кусок натереть посолочной смесью, уложить в деревянную или глиняную посуду и выдержать неделю при температуре 3–4 °С, а затем сутки вымачивать в воде; промыть кипяченой водой и подсушивать на солнце в течение 12–15 ч. После этого сурет-ет можно отваривать или закоптить густым дымом[1] при температуре 50–60 °С в течение 12–18 ч.

КАЗЫ

1 кг **конины** (пашины)
500 г **конского сала**
0,5 м **говяжьих кишок**
25 г **ажгона** (зиры)
2 ч. л. **черного молотого перца**
25 г **соли**

ПОДГОТОВКА МЯСА

Конину нарезать полосками шириной 2–3 см, длиной 8–10 см, пересыпать солью и пряностями, втирая их в мясо, и, накрыв салфеткой, оставить на 1–2 суток в холодном месте.

ПОДГОТОВКА КИШОК

Кишки вывернуть наизнанку, промыть в холодной воде, натереть солью, дать постоять 5–10 мин, затем соскоблить так называемую пленку, не трогая жира, промыть 4 раза в холодной и горячей воде, вновь соскоблить слизь, вывернуть кишки налицо, нарезать кусками длиной 50 см. У каждого куска один конец перевязать ниткой, с другого укладывать подготовленное мясо и сало – обязательно в пропорции 2:1, затем перевязать (если казы готовят для варки и копчения, то на одну треть она обязательно должна состоять из конского сала).

После этой предварительной подготовки казы можно вялить, варить и коптить.

ВЯЛЕНИЕ

Летом вывесить на неделю на солнце и ветер, а зимой положить в снег на такое же время, а затем 2–3 месяца вялить в прохладном темном помещении.

ВАРКА

Приготовленные колбасы положить в котел, залить водой и варить на слабом огне. Когда вода закипит, снять пену, проткнуть колбасы в нескольких местах и продолжать варить. Общее время варки – 2 ч.

КОПЧЕНИЕ

Коптить густым дымом при температуре 50–60 °С в течение 18 ч, охлаждать при температуре 12 °С в течение 2–3 ч.

ШУЖУК

1 кг **мяса** (конины хорошей упитанности из разных частей – внутренняя часть жанбаса и немного грудинки)
0,5 м **тонких конских кишок**

ПОСОЛОЧНАЯ СМЕСЬ:

35 г **соли**
0,5 ч. л. **сахара**
1 **головка чеснока**

1. Конину нарезать кусками по 300–400 г, натереть посолочной смесью, выдержав затем

[1] Для копчения используют опилки лиственных деревьев, а также невысохшие (свежие) прутья кустарника ивы, тополя, ветлы, ольхи с добавлением к ним зеленых веток барбариса, абрикоса и других садовых растений.

в керамической или деревянной посуде 3–4 суток при температуре 2–4 °С.
2. Подготовить кишки (см. с. 635).
3. Затем подсоленное мясо измельчить на кубики (по 2 см), набить ими кишки, после чего подвесить для осадки на 3–4 ч в прохладном помещении (10–12 °С). После этого шужук можно употреблять свежим, т. е. отваривать в течение 3 ч, можно завяливать в течение недели на солнце и ветру или же коптить при температуре 50–60 °С в течение 15–18 ч, после чего охладить и сушить при температуре 12 °С в течение 2–3 суток.
Шужук может быть и варено-копченым. В этом случае его после копчения надо отварить на пару в течение 1,5 ч, а затем вторично закоптить. Обычно его варят непосредственно перед употреблением.

КАРТА

1. Конские толстые кишки, не снимая с них жира, промыть холодной водой несколько раз и нарезать кусками длиной 30 см.
2. Затем вывернуть наизнанку каждый кусок так, чтобы сало оказалось внутри, крепко завязать его с обоих концов суровой ниткой, промыть холодной и теплой водой, ножом соскоблить с поверхности слизь и опустить кишки на 3–5 мин в кипяток.
3. Остудив, соскоблить легко отделяющийся поверхностный слой, вновь промыть и затем отваривать в течение 2 ч в подсоленной воде с перцем и луком.

МЯСНЫЕ ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

ЕТ (БЕШБАРМАК КАЗАХСКИЙ)

Вариант I:

1,5 кг **конины** (поясничная часть)
250 г **казы** (см. с. 635)
250 г **шужука** (см. с. 635)
250 г **бараньей грудинки** (или кабырги)
2,5 л **воды**

Вариант II:

1,5 кг **баранины**
500 г **казы**
250 г **шужука**
2,5 л **воды**

Для обоих вариантов:

ТЕСТО:
500 г **муки**
2 **яйца**
около 0,5 стакана **воды**
1 ч. л. **соли**

ОВОЩНАЯ ЧАСТЬ:
3–4 **луковицы**
1 стакан **мелко нарезанной зелени черемши** или **колбы**
3 ст. л. **зелени петрушки**
1 ч. л. **черного перца горошком**

Бешбармак (ет) состоит из отварного мяса, теста и крепкого бульона. Его можно было бы назвать отварным мясом с лапшой, если бы не некоторые особенности технологии, которые и придают особый вкус, свойственный только этому блюду.
1. Обязательно парное мясо, взятое кусками не менее 1,5 кг, целиком отварить в равном по весу количестве воды (заливается сразу кипятком) на слабом огне при плотно закрытой крышке в течение 2,5 ч.
2. В течение этого времени с бульона обязательно снимать жир в отдельную посуду.
3. Когда мясо будет готово, вынуть, срезать мякоть, нарезать ее тонкими, но широкими ломтиками поперек волокон (примерно 4×4 см), залить четвертой частью бульона, добавить мелко нарезанный лук, перец, пряную зелень, после чего припустить в течение 5–7 мин.
4. Одновременно с варкой мяса приготовить лапшу: замесить крутое тесто, раскатать его в пласт толщиной 2 мм и нарезать крупными квадратами (6×6 см) или даже более крупными и отварить в бульоне, полученном от варки мяса, добавив в него 0,5 луковицы и 1 ст. ложку петрушки.
5. Затем выложить лапшу в глубокие тарелки, полить ее разогретым жиром, снятым при варке

бульона, посыпать перцем, зеленью петрушки и черемши, положить на нее подготовленное мясо горкой, как нарезанное кусочками, так и кости с мясом, и залить все небольшой частью бульона или сделать специальную подливку зуздук из курта (см. ниже).

6. Остальную часть бульона, в котором припускалось мясо, соединить с бульоном, в котором отваривалась лапша, подогреть его и подать отдельно в пиалах, посыпав черемшой и петрушкой.

7. Мясо и лапшу едят, запивая бульоном, и заедают лепешками табанан.

ТУУРАГЕН ЭТ (БИШБАРМАК КИРГИЗСКИЙ)

1 кг **баранины** (грудинки)
1 кг **конины** (пашины)
4 **луковицы**
250 г **карты**
200 г **толстых конских кишок**
250 г **бараньей печени**
50 г **курдючного сала**
2 ч. л. **черного молотого перца**
4 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 стакана **зелени**
1 **головка чеснока**
2,5 л **воды**

ДЛЯ ТЕСТА:
500 г **муки**
2 **яйца**
около 0,5 стакана **воды**
1 ч. л. **соли**

Все операции такие же, как и при приготовлении казахского бешбармака, за исключением двух. После окончания варки бульона (п. 3) отваренную карту (см. с. 636) и печенку вынуть, как остальное мясо, из бульона, отдельно измельчить и обжарить на курдючном сале и собранном с поверхности бульона жире в казане 10–15 мин. Приготовить соус чык (см. ниже), развести его в бульоне до консистенции жидкой сметаны и соединить с соусом, полученным из печени и карты.

Залить им лапшу так, как это сказано в п. 5 рецепта казахского бешбармака (или развести курт в бульоне).

ЗУЗДУК (СОУС К КАЗАХСКОМУ БЕШБАРМАКУ)

100 г **курта** (1 стакан)
1 стакан **теплой воды** или **мясного бульона**
25 г **топленого (или сливочного) масла (или курдючного сала)**
1–2 **луковицы**
1 **головка чеснока** или пучок **черемши**
1 ст. л. **муки**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**.

Курт истолочь, смешать с мукой, развести водой или бульоном.

Пряности мелко нарезать или истолочь, слегка обжарить на масле, смешать с разведенным куртом.

ЧЫК (СОУС К КИРГИЗСКОМУ БИШБАРМАКУ)

200 г **курта**
100 г **топленого сливочного масла**
1,5 стакана **крепкого мясного бульона**
3 **луковицы**
2 **головки чеснока**
1–2 ч. л. **красного молотого перца**
2 ст. л. **муки** (обжарить с **маслом и луком**)

Готовить так же, как и зуздук.

БАУЫР КУЙ РЫК

БАУЫР КУЙРЫК – одно из самых любимых казахских блюд, подаваемых в торжественных случаях, например обязательно на свадьбе. Оно представляет собой мясное ассорти, его готовят из лучших частей конины (из копченой казы или сырой пашины, отварных кусочков поясничной части и толстого края), бараньей печенки и курдючного сала.

250 г **казы копченой**
250 г **пашины сырой**
250 г **толстого края**
250 г **конины** (поясничная часть)
350 г **бараньей печенки**
150 г **курдючного сала**
100 г **курта**
2–3 **луковицы**
0,5 ч. л. **черного перца**

1. Предварительно отварить все части конины до готовности на слабом огне в течение 2–2,5 ч так, чтобы уварить бульон до 0,5 л.
2. Печенку залить молоком и выдержать 3–5 ч.
3. Бульон из-под конины слить в казан, положить туда разрезанное на 4 кусочка курдючное сало, вскипятить на большом огне и проварить затем 10–15 мин на слабом огне.
4. Затем добавить печенку целым куском (сняв предварительно пленку), отваренную конину, пряности, посолить и варить на слабом огне 5–7 мин. Растолочь или растереть в ступке курт в порошок, развести его 1 чашкой бульона и постепенно влить в кастрюлю, все время помешивая; проварить еще 3–4 мин до готовности печени. После этого закрыть крышкой, охладить. Нарезать мясо, печенку, сало тонкими ломтиками, перемешать, дать впитаться в них соусу.

КАБЫРГА

1,5–2 кг **бараньей грудинки**
1 крупная **редька**
3 **луковицы**
1–1,5 **головки чеснока**
1 ч. л. **черного молотого перца**
100 г **бараньего жира** или 0,5 стакана **подсолнечного масла**
1–1,5 стакана **мясного бульона**

Баранью грудинку вырубить во всю ширину бараньего бока целым прямоугольником, удалить ребра, оставив только их концы в 3–4 см со стороны корейки, затем слегка отбить грудинку, натереть смесью перца, соли и рубленого чеснока и завернуть плотно рулетом, перевязав крепко шнуром или шпагатом, чтобы не развертывался.

В глубокой сковороде или казане перекалить бараний жир или лучше подсолнечное масло и обжарить рулет в течение 10–15 мин, затем долить бульон и тушить на слабом огне до готовности (при закрытой крышке) 45 мин – 1 ч, периодически переворачивая. За 15 мин до конца тушения добавить лук и редьку, нарезанные кубиками, которые использовать как гарнир.
Кабыргу можно есть также охлажденной как закуску.

ТОСТИК

1 кг **молодой баранины** (грудинки)
1–2 **луковицы**
1–2 **головки чеснока**
1 ч. л. **соли**

Соль, чеснок и лук растолочь и растереть в кашицу. С бараньей грудинки снять мясо с жировым слоем и нарезать вдоль ребер двумя-тремя крупными кусками шириной 10 см, а затем каждый кусок насадить на вертел и обжарить на мангале (углях), как шашлык. При почти полной готовности снять тостик с вертела, натереть чесночно-луковой кашицей, вновь надеть и обжарить еще 2–3 мин. Затем нарезать тонкими ломтиками и подать к столу.

КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Наиболее распространенными КИСЛОМОЛОЧНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ казахской кухни являются творожные массы. Они представляют собой сочетания катыка и свежего молока, взятых в различных соотношениях и подвергнутых тепловой обработке разной длительности. Чаще всего для казахских творожистых сыров используется овечье молоко. Иногда катык делают из овечьего молока, а свежее молоко берут коровье. Возможно и обратное сочетание. Все это разнообразит консистенцию, жирность и вкус казахских кисломолочных изделий, несмотря на их весьма сходную технологию.

ИРИМШИК

5 л **молока**
100–150 г **закваски майек** (см. ниже)
Молоко довести до кипения на медленном огне, затем охладить до 30–35 °С и ввести закваску майек, размешать и оставить на 2–3 ч.
Затем вновь довести молоко на медленном огне до кипения и образования творожного сгустка коричневатого цвета, отделить сыворотку и отжать полученный иримшик в мешочке из бязи или тройной марли.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЗАКВАСКИ МАЙЕК

Желудок ягненка очистить, тщательно промыть в нескольких водах и высушить. Затем залить его парным овечьим или козьим молоком, смешанным на одну треть или четверть с катыком, и выдержать около суток при комнатной температуре до образования закваски. После этого закваску можно хранить в стеклянной или керамической посуде в сухом прохладном месте около 2–3 недель, используя по мере надобности. 100 г закваски достаточно для сбраживания 3–5 л молока.

САРЫ ИРИМШИК

1 л **молока**
1 л **катыка**

Молоко вскипятить, влить в момент вскипания катык и продолжать кипятить до полного отделения сыворотки, затем часть сыворотки слить и продолжать кипятить до тех пор, пока творог не сделается светло-коричневым. Загустевшую массу отжать и высушить на солнце.

АК ИРИМШИК

2 л **свежего молока**
1 л **катыка**
25 г **сливочного масла**
2 ч. л. **соли**

Молоко вскипятить, влить в момент кипения катык, прокипятить еще около 5 мин, вынуть творожную массу, процедить, смешать еще теплую творожную массу с солью и маслом. Едят тотчас же.

ЕЖЕГЕЙ

2,5 л **катыка** (свежего, почти некислого)
1 л **свежего молока**
50 г **сливочного масла**
1 ч. л. **соли**

Молоко вскипятить, в момент вскипания влить катык, прокипятить не более 0,5–1 мин. Затем процедить сквозь марлю или бязь, полученный сгусток положить в посуду и, посолив, тщательно перемешать со сливочным маслом.

САРСУ[1]

8–10 л **сыворотки**

Сыворотку, полученную после приготовления обыкновенного творога, катыка, сузьмы или иримшика, а также пахту, полученную после взбивания молока, уварить в казане или эмалированной посуде на слабом огне до получения густой, тягучей массы, затем охладить до 40 °С, сформовать лепешки и высушить на солнце или в хорошо проветриваемом помещении. (Можно подсушить и на перевернутом решете, поставленном сверху на газовую плиту, в которой горит духовка.)
Сарсу употребляют либо самостоятельно, либо как полуфабрикат наподобие курта, растирая в порошок и подмешивая его для улучшения вкуса мясной подливки в бешбармак и другие мясные блюда.

МОЛОЧНО-МУЧНЫЕ БЛЮДА

МОЛОЧНО-МУЧНЫЕ БЛЮДА – это оригинальные блюда казахской и киргизской кухонь, в которых молоко (или, точнее, молочные продукты) втрое-впятеро превышает по весу муку или мучные (зерновые) ком-

[1] Сарсу целесообразно приготовлять лишь при наличии большого количества сыворотки в больших казанах. В рецепте указан минимальный объем.

поненты, входящие в них. Кроме того, в ряде молочно-мучных блюд (но не во всех) предусмотрено и слабое брожение как мучных, так и молочных компонентов. Все это обеспечивает своеобразие вкуса этих блюд, не встречающихся в других национальных кухнях.

БИДАЙ-КОЖЕ

500 г зерна **пшеницы**
3,5 л **воды**
1,25 л **молока**
0,5 л **катыка**

Пшеницу подсушить на листе в духовке, сбрызнуть водой и протолочь в деревянной ступке до отделения кожицы. Очищенное зерно залить водой, посолить, довести до кипения, долить молока и варить до готовности зерна. Затем охладить, добавить катык и выдержать в теплом месте 36 ч. Затем процедить и жидкую часть использовать как напиток, а густую – как кашу.

ТАРЫ-КОЖЕ

500 г **пшена**
3,5 л **воды**
1 л **молока**
0,5 л **катыка**

1. Пшено подсушить на противне или в хорошо нагретом казане, часто переворачивая и дав слегка зарумяниться, но не пережаривая, а потом слегка протолочь.
2. Залить подготовленное пшено смесью воды и молока, слегка посолить и варить под крышкой до полного разваривания пшена, после чего охладить до 35–30 °С.
3. Залить в охлажденный пшенный отвар катык, перемешать и выдержать при комнатной температуре 36 ч, затем процедить, охладить и использовать как напиток или как холодный суп, кашицу.

КЁМЁЧ (КИРГИЗСКОЕ БЛЮДО)

ДЛЯ ТЕСТА:
500 г **пшеничной муки**
200 г **сливочного масла**
2 стакана **катыка** (айрана)
15–20 г **дрожжей** (1 ст. л. без верха)

ДЛЯ КЁМЁЧА:
1 л **топленого молока**
750 г **лепешек**
1–1,5 стакана **сузьмы**
50–75 г **сливочного масла**

1. Замесить тесто, выдержать его 30 мин, раскатать в жгут сечением примерно 2 см, нарезать кружочками толщиной 1 см. Выпекать в духовке на противне.
2. Вытопить молоко на медленном огне примерно на четверть объема, довести до кипения, отлить 1,5 стакана, а оставшимся молоком залить лепешки, прикрыть посуду крышкой и дать постоять 5–10 мин.
3. В 1,5 стакана теплого молока развести сузьму, распустить масло и соединить эту смесь с лепешками, залитыми молоком, перемешать.

БАУРСАК ИЗ ИРИМШИКА

500 г **иримшика** или **творога**
2 **яйца**
75 г **сливочного масла**
0,75 стакана **муки** + 2 ст. л. муки для панировки
3 ст. л. **подсолнечного** или **топленого масла** для обжаривания
1 ч. л. **соли**

1. Творог размять, растереть и перемешать с маслом, взбитыми яйцами, мукой и солью в тесто, из которого сформовать шарики величиной чуть больше лесного ореха.
2. Отварить эти шарики в кипятке до всплывания (5–7 мин), обсушить на сите, запанировать в муке.
3. Обжарить в казане на масле до образования румяной корочки.

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ казахской кухни – это в основном лепешки, сходные по названиям и технологии с аналогичными изделиями среднеазиатской кухни, откуда они

главным образом заимствованы. Наиболее распространенными являются крупные пшеничные лепешки (по 200–250 г): токаш или табанан и акнан, приготовляемые из кислого теста и используемые в качестве хлеба. При этом акнан отличается от табанана содержанием лука или кунжутного семени. Выпекают эти лепешки обычно в тындыре. Духовка для их выпечки менее пригодна. Лепешки каварпа являются разновидностью русских пышек – их также готовят из дрожжевого теста, но обжаривают во фритюре. Из пресного крутого теста с небольшим количеством соды жарят также тонкие лепешки шельпек. Все эти мучные изделия встречаются под другими названиями у соседних с казахами народов – узбеков, татар, русских.

Более оригинальные два других вида мучных изделий казахской и киргизской кухни: бауырсаки (боорсаки – по-киргизски), представляющие собой пряженые галушки, подаваемые в качестве сопровождающего кушанья ко всем мясным блюдам, а иногда употребляемые самостоятельно, и казан жанпай нан – казанная тонкая лепешка, приготовляемая в металлическом котле или казане почти без масла методом медленного запекания. Рецепты этих двух мучных изделий приводятся ниже.

ДОМОЛАК БАУЫРСАК

500 г **муки**
0,5 стакана **топленого бараньего жира**
2 стакана **катыка** (айрана)
15–20 г **дрожжей**
1 ч. л. **соли**

ДЛЯ ЖАРЕНИЯ:
1–2 стакана **топленого курдючного сала** или **смеси бараньего жира с подсолнечным маслом**

Замесить тесто, через 20–30 мин разделать в жгут толщиной с палец и нарезать кусочками толщиной в 1–1,5 см. Обжарить в перекаленном жире (см. с. 651) в казане.

КАЗАН ЖАНПАЙ НАН (КАЗАННАЯ ЛЕПЕШКА)

500 г **муки**
1,5 стакана **молока** (35 °С)
2 ст. л. **воды**
15–30 г **дрожжей**
2–3 ст. л. **бараньего сала** или **топленого масла**
2 ст. л. **растительного масла**
1 **луковица**
1 ч. л. **соли**

1. Развести дрожжи в воде с 1 ст. ложкой муки, дать слегка подойти, затем влить их в теплое молоко, добавить растопленное масло (сало), мелко нарезанный или пропущенный через мясорубку лук, соль и замесить тесто, после чего дать ему выстояться около 1 ч.
2. Подошедшее тесто разделить на куски и раскатать их на смазанной растительным маслом доске в тонкие «блины» толщиной 2 мм, окружностью по величине казана.
3. В предварительно разогретый казан (или глубокую чугунную сковороду) выстелить лепешки, плотно закрыть посуду крышкой, на которую насыпать угли, а казан поставить на небольшой огонь и выпекать лепешку 10–15 мин. Таким же образом выпечь остальные лепешки.

СЛАДКИЕ И КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ КАЗАХСКОЙ КУХНИ

Исторически сложилось так, что казахская кухня не создала своих особых кондитерских изделий. Еще в XVII–XVIII веках они были заимствованы через узбеков и таджиков из Ирана, где с древнейших времен сложилась высокая, изысканная кондитерская культура. При этом традиционные на Среднем Востоке вяленые и сушеные фрукты, виноград, бахчевые, гранаты, а также кристаллический сахар-новот и халва привозились с юга, от соседей, и были доступны исключительно казахской байской верхушке, султанам и муллам. Еще менее были известны казахам мучные кондитерские изделия, которые лишь в XIX веке были заимствованы, опять-таки в качестве привозных, у татар. Это в первую очередь кустил (хворост) и чак-чак – кусочки сдобного теста, вы-

печенные, а затем сваренные в меду. Из сладких блюд, приготовляемых самими казахами, можно отметить болкаймок (см. с. 667), заимствованный первоначально у узбеков.

Чак-чак получил у казахов наибольшее распространение, сохранив свое татарское наименование.

ЧАК-ЧАК

ДЛЯ ТЕСТА:

500 г **муки**
5 **яиц**
3–4 ст. л. **молока**
2 кусочка **сахара-рафинада**
1 ст. л. **сливочного масла**
1 ст. л. **водки**
1 щепотка **соли** (менее 0,5 ч. л.)

ДЛЯ СИРОПА:

500 г **меда**
0,5 стакана **сахарного песка**
0,5 стакана **мака**
0,5 стакана любых **орехов**

ДЛЯ ФРИТЮРА:

0,75–1 кг **сливочного масла**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЕСТЯНОЙ ОСНОВЫ

Растереть желтки с сахаром и маслом добела, посолить, добавить взбитые отдельно белки, молоко, все хорошенько перемешать и замесить на этой основе крутое тесто. (Всыпав половину муки, ввести в полужидкое тесто водку. Если тесто будет недостаточно крутым – добавить муку.) Тесто завернуть в чуть влажную салфетку и дать полежать 15 мин, после чего раскатать в пласт толщиной 2–3 мм и нарезать, как лапшу, полосками шириной 0,5 см. Эту лапшу либо нарезать кусочками длиной 2–2,5 см, либо скатать в жгутики, которые нарезать кусочками длиной 1,5 см.

ОБЖАРИВАНИЕ ЛАПШИ

Масло распустить в казане, хорошо нагреть его (перекалить), затем обжарить в нем полученное измельченное тесто, используя при этом сетку, чтобы одновременно вынимать чак-чак и не давать тесту обжариваться сильнее, чем до светло-желтого цвета. Обжаренный чак-чак высыпать на решето или в большое сито, дать стечь лишнему маслу и остудить.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ МАКОВО-ОРЕХОВОЙ СМЕСИ

Орехи обварить кипятком, снять кожуру, крупно нарубить. Мак залить крутым кипятком на 3 мин, после чего слегка потолочь в ступке, перемешать с орехами и дать постоять в закрытой посуде.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ МЕДОВОГО СИРОПА

В небольшом казанке или в эмалированной миске растопить мед, добавить в него сахарный песок, дать прокипеть так, чтобы выделилась пена, которую необходимо снять, затем уварить сироп до пробы полутвердого шарика[1].

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЧАК-ЧАКА

Снять сироп с огня и засыпать в него подготовленную обжаренную лапшу и тотчас же – маково-ореховую смесь: все быстро и равномерно перемешать. Переложить горячий чак-чак в смазанные маслом тарелки или на металлический лист слоем 1 см (это можно сделать руками, смоченными в холодной воде, или широкими ложками, смазанными маслом). Когда чак-чак остынет, нарезать его ромбиками или квадратиками.

[1] Эта проба проверяется следующим образом: каплю сиропа надо капнуть в стакан с холодной водой и сразу вынуть. Если капля полутвердая, а тем более твердая – значит, сироп готов.

{ ГЛАВА 12 }

СРЕДНЕАЗИАТСКИЕ КУХНИ

Говоря о среднеазиатских кухнях, нельзя не отметить их общность, с одной стороны, и некоторую обособленность туркменской кухни от узбекской и таджикской – с другой. Особенности, которыми отличается туркменская кухня, связаны прежде всего со своеобразием природных условий Туркмении, с необычным размещением ее населения и относительной изолированностью одних туркмен от других.

При знакомстве с национальными кухнями узбеков и таджиков очень скоро обращаешь внимание не только на частое совпадение названий многих блюд, но и на нечто более существенное – на совпадение подавляющего большинства принципов подбора продуктов и технологии приготовления пищи.

Причину такого сходства нельзя, конечно, объяснить лишь одинаковостью природных условий. Сходное пищевое сырье, которым располагают народы Средней Азии, конечно, в большой степени определяет своеобразие их кухонь, подбор сочетаний пищевых продуктов, но не может само по себе вести к совпадению принципов и приемов приготовления пищи, к использованию одной и той же кухонной техники. Причина сходства узбекской и таджикской кухонь, несомненно, связана с тесным переплетением исторических судеб и самим территориальным размещением этих двух народов.

Еще в IV–VII веках в Средней Азии существовали две группы народов – одни из них были потомками древнего населения земледельческих оазисов, другие – пришлыми кочевниками-скотоводами.

Таджики являются потомками древнейшего ираноязычного местного населения, существовавшего на территории Таджикистана за много веков до нашей эры. Они получили свое нынешнее название после арабского завоевания в VIII веке. Уже в X веке таджики, занятием которых всегда было земледелие и садоводство, сложились в народность.

С конца X века на Среднюю Азию обрушились различные тюркоязычные народы, до этого в течение ряда веков постепенно просачивавшиеся в среду местного ираноязычного населения. Тюрки стали теснить таджиков из долин в горы или частично ассимилироваться с ними. К XII веку тюркоязычное население Междуречья Амударьи и Сырдарьи составило основу узбекской народности. Вместе с таджиками оно подверглось в XIII веке монгольскому завоеванию, надолго прервавшему развитие среднеазиатских народов.

В начале XVI века Средняя Азия была завоевана кочевыми племенами, оставшимися после распада Золотой Орды и пришедшими с севера, из Кипчакских степей (ханский Казахстан). Они смешались с местным населением, особенно с тюркоязычным, и стали заключительным этническим пластом в формировании узбекской народности. Поселившись в Междуречье, бывшие кочевники стали постепенно перенимать земледельческий уклад хозяйства таджиков и другого местного населения, их культуру и одновременно оказывать свое влияние. Так, с XVI века в Средней Азии сложились Бухарское и Хивинское ханства, которые просуществовали до 1920 года (с конца XVIII по конец XIX века существовало еще Кокандское ханство). Эти государства не носили национального характера. Как узбеки, так и таджики входили по частям и в Бухару, и в Хиву, и в Коканд. Этнические границы между этими народностями, если не считать разного языка, в быту и в духовной жизни вообще не были четко выражены. Гораздо большее значение приобретали социальные перегородки, резко отделявшие в этих феодальных государствах быт и культуру горожан и крестьян, торговцев и ремесленников, феодально-байской верхушки, мулл, муфтиев, кадиев и ишанов от массы трудящегося дехканства.

Поэтому и кухня населения этих ханств развивалась вовсе не по национальным признакам, а скорее по социальным, классовым.

На столе дехкан преобладали мучные изделия, лепешки, кислое молоко, немногие овощи, бобовые, в то время как зажиточные слои употребляли в основ-

ном мясные блюда, пернатую дичь, много фруктов и сладостей. Но при этом принципы кулинарной обработки, выработанные веками в процессе тесного взаимодействия разных народов Средней Азии, оказались общим достоянием и были одинаковы у всех сословий и народностей, живших на территории нынешних Узбекистана и Таджикистана.

Для современной кухни узбеков и таджиков характерно использование большого количества мяса, преимущественно бараньего, и абсолютное исключение свинины и жирной домашней птицы – уток, гусей. Редко употребляется и другая домашняя птица (куры, индейки), в то время как пернатая дичь (фазаны, куропатки, перепелки) часто служит для пополнения рациона.

Для обоих народов показательно повышенное употребление в пищу местных зерновых (пшеница, джугара, рис) и бобовых (горох нут, маш), некоторых овощей (репа, тыква, редька, морковь), разнообразных фруктов и орехов (абрикосы, виноград, черешня, слива, дыни, фисташки, грецкие орехи). В то же время почти не встречаются рыбные блюда, ограничено употребление яиц.

Общим является использование в самые различные блюда, особенно в первые, кислого молока (катыка) и изделий из него (сузьмы, курта), одинаковый подход к использованию жиров (комбинации растительных и животных), повышенное употребление пряностей, особенно лука, красного перца, ажгона (зиры), базилика, куркумы, укропа, кинзы, мяты (реже используется чеснок). Из приправ популярны барбарис и бужгун.

Однако более, чем в выборе продуктов, единство узбекской и таджикской кухонь обнаруживается в выборе основных кулинарных приемов.

Основными приемами тепловой обработки служит обжаривание – преимущественно в жирах и в меньшей степени на открытом огне – на мангале или в тындыре (тануре). При обжаривании в жирах применяется специальное перекаливание масла, и обжариванию подвергаются не только мясные продукты, а также и мучные изделия и овощи. Другой прием – варка паром – тоже применяется как узбеками, так и таджиками.

Эти способы обработки породили и одинаковый кухонный инвентарь, и пользование одним типом печи. Обжаривание ведут в казанах – открытых металлических котлах с толстыми стенками, варку паром – в манты-касканах.

Наконец, для таджикской и узбекской кухонь характерны одинаковые принципы подачи блюд к столу, их особая очередность, сильная загущенность супов, полужидкая консистенция вторых блюд и сочетания зерновых, бобовых и овощей с мясом и тестом.

Таковы те главные черты, которые объединяют узбекскую и таджикскую кухни. Различия же между ними касаются частностей. Так, таджики наряду с бараниной охотно употребляют козлятину, чаще своих соседей едят дичь, а у узбеков есть некоторые блюда из конины и из молока, дошедшие до наших дней как напоминание о далеком кочевом прошлом их предков. Из бобовых таджики охотнее всего используют горный горох нут, а узбеки предпочитают местную мелкую фасоль маш. Сохраняются различия и в композиции отдельных блюд, причем такие различия носят чаще всего региональный, а не национальный характер. В каждом крупном городе Узбекистана или Таджикистана – Хиве, Бухаре, Самарканде, Ходженте, Душанбе и других – издавна готовят свои виды плова (основного национального блюда и таджиков и узбеков) с несколько иными компонентами, чем у соседей, с вариациями в очередности закладки продуктов. Кроме того, в горной части Таджикистана и в густонаселенных районах издавна сохранились и дошли до нашего времени блюда, свойственные исключительно таджикской национальной кухне и не имеющие узбекских аналогов (например, халиса, хушан). Они свидетельствуют о большей древности, сложности и изощренности таджикской кухни по сравнению с узбекской. Именно на таких блюдах мы и остановимся в разделе о таджикской кухне. А в разделе, посвященном узбекской кухне, будут рассмотрены как чисто узбекские блюда, так и общие для узбеков и таджиков кулинарные изделия, например различные виды распространенного супа – шурпы или жареных пирожков – самсы.

Поскольку численность населения в Узбекистане почти втрое больше, чем в Таджикистане, региональных блюд в узбекской кухне больше. Поэтому целесообразнее начать рассмотрение среднеазиатских кухонь именно с нее.

Однако прежде необходимо более подробно разобрать особенности таких групп блюд в среднеазиатской кухне, как супы, мясные, овощные, мучные и сладкие

блюда. Приготовление этих блюд очень специфично, особенно если сравнивать с теми же группами блюд европейской кухни.

Супы занимают довольно большое место в узбекской и таджикской кухне. Их своеобразие состоит в том, что по консистенции они гораздо более плотны и очень часто напоминают скорее кашицу, чем суп в нашем обычном представлении. Кроме того, эти супы жирны, наваристы, поскольку содержат курдючное сало или топленое масло.

Но, помимо всех этих чисто внешних различий, супы среднеазиатской кухни отличаются и составом продуктов, и технологией приготовления. Специфическим является употребление в супах местных круп – маша (мелкой среднеазиатской фасоли) и джугары (сорго) – кукурузы, риса и их сочетаний. Из овощей почти обязательно присутствуют в супах морковь, репа, тыква, причем в гораздо большей пропорции, чем в европейских супах. Чрезвычайно высока также норма употребления лука: втрое-впятеро больше европейской. Что же касается технологии среднеазиатских супов, то тут основной особенностью следует считать, во-первых, приготовление «жареных» супов (вначале жарят твердую часть, затем заливают ее водой), а во-вторых, употребление катыка и сузьмы для приготовления кисломолочных супов. Первый прием дает существенное сокращение времени при варке мясных супов, второй – сообщает супам совершенно особый кисловатый привкус, повышает их калорийность и усвояемость.

Наиболее распространенными типами узбекских и таджикских супов являются шурпа (шурбо), мастава (мастоба), атала (атола), угра (угро), пиева (пиёба) и кисломолочные супы (катыкли). При этом в таджикских кисломолочных супах доля молока снижается вдвое по сравнению с узбекскими, в то же время жирность молочного компонента повышается либо использованием вместо катыка сметаны, либо добавлением топленого сливочного масла. В таджикской кухне больше вариаций в приготовлении общих для обеих кухонь супов – пиевы, аталы, супа из джугары. Эти вариации не меняют, однако, самого блюда, а придают ему лишь несколько иной вкусовой оттенок.

Некоторые супы характерны только для узбекской кухни – такие, как куртова, шопирма, какурум, сихмон. Они основаны на использовании молочных продуктов и возникли, по-видимому, еще у кочевых предков узбеков. Другие супы, приготовляемые из зернового сырья (нутовый суп, кашк, бринчоба), встречаются только у таджиков и связаны с древнейшей земледельческой культурой.

С супами тесно связаны мясные блюда, так как большинство супов приготовляется с мясом или постдумбой (курдючной оболочкой), особенно у узбеков.

Общей особенностью в обработке мяса является привычка не отделять мясо от костей. И в супах, и во вторых блюдах мясо варится и обжаривается обязательно вместе с костью. Исключением могут быть лишь кебабы, да и то лишь тогда, когда их готовят из вырезки. Специфическим приемом при обработке птицы и дичи является также обязательный съем с нее кожи либо до, либо после тепловой обработки. Общим для обоих народов является и изготовление мясных презервированных блюд – кавурдака и хасипа (хасиба), которые едят в холодном виде или используют в виде полуфабрикатов в супы и пловы. Большинство мясных блюд состоит из одного мясного компонента, лишено всякого гарнира, если не считать лука. Характерны также комбинации из мяса и отваренного теста. Среди них самыми распространенными и известными за пределами Средней Азии являются манты (род крупных пельменей) и лагман, шима, манпар (виды лапши, приготовленной в сочетании с мясом). И те и другие блюда имеют различные вариации у узбеков и таджиков.

Несколько слов следует сказать об особенности применения овощей. Самостоятельных овощных блюд в узбекской и таджикской кухнях почти не существует. Овощи используют в супах, иногда они выступают в роли закуски к мясным блюдам или пловам, и в этом случае их употребляют сырыми (лук, ревень, редька), но чаще служат своего рода полуфабрикатами к зерновым, мясным или мучным блюдам: зирвак к плову или шавле, начинка к самсе, ваджа (кайла) к лагману или шиме. В таком случае овощи обжаривают в большом количестве жира, затем смешивают с мясом, зерном или тестом.

Выше уже упоминалось, что в узбекской кухне и таджикской чрезвычайно широко используются мучные изделия как из парового, отварного, так и особенно из печеного и жареного теста. Не будет преувеличением сказать, что именно мучные изделия составляют в разных видах почти половину блюд среднеазиатской кухни, причем значительное количество их, особенно многочисленные виды лепешек,

являются на 100% мучными и употребляются либо взамен хлеба, либо как самостоятельные блюда с катыком. Большинство мучных изделий, чаще лепешек (нони, патыров, лочире, чевати, катламы) и самсы, выпекают в специальной печи – тындыре (тануре), к раскаленным стенкам которой прикрепляются смоченные в воде мучные изделия. Уже одно это обстоятельство затрудняет приготовление среднеазиатских мучных изделий в иных условиях (например, в духовке газовой плиты), когда нельзя достигнуть необходимой температуры и, следовательно, получить изделие такой консистенции и вкуса, как в тындыре. Вот почему мы приводим только ограниченное число рецептов мучных изделий, причем таких, которые за неимением тындыра можно выпекать и в духовке и на примере которых можно показать специфику среднеазиатской технологии, например особенности закваски и замеса теста. Три других способа выпечки мучных изделий, применяемых в узбекской и таджикской кухнях, доступны и вне Средней Азии: выпечка в котле – без масла и с масляной смазкой; выпечка между двумя сковородами на углях; жарение в перекаленном масле.

Специфичен, разнообразен и обширен сладкий стол в узбекской и таджикской кухнях. Достаточно сказать, что ни узбеки, ни таджики, как и большинство народов Среднего Востока (арабы, персы, турки), не знают десерта как завершающего, заключительного блюда. Сладости, напитки и фрукты на Востоке употребляются дважды во время еды, а порой и трижды – их подают и до, и после, и в процессе приема пищи.

Правда, в последние годы этот обычай у узбеков и таджиков начинает постепенно исчезать, поскольку все большее число людей приходит к выводу, что употребление сладостей до еды портит аппетит, но по установившейся традиции и привычке на стол и по сей день до начала обеда все равно ставят сладости, сладкие напитки, свежие, сушеные и вяленые фрукты, особенно изюм и урюк, дыни и арбузы, а также поджаренные и соленые орехи.

Так же, как свежие фрукты, ягоды, виноград и дыни, весь обед в Узбекистане и Таджикистане сопровождает и чай. Чаем начинают обед, им запивают жирную мясную закуску и мучные изделия, а особенно вторые блюда, чаем завершают еду, запивая им сладости.

В разных районах пьют чай различных типов. В большей части Узбекистана, особенно в сельских районах, на востоке и юге (Самарканд, Наманган, Андижан, Фергана, Коканд), предпочитают зеленый чай. В Ташкенте и в окружающем его Северном Узбекистане принято пить черный байховый чай. В Каракалпакии пьют и зеленый и черный, но преимущественно с молоком. В Таджикистане зеленый чай пьют в основном летом, черный же повсеместно зимой. Кстати, чай в Средней Азии употребляют без сахара.

Из других характерных напитков, приготовляемых к столу, можно отметить шербеты (шарвати) – фруктовые отвары (или «завары») с сахаром. В Узбекистане, правда, шербеты распространены меньше, чем в Таджикистане.

Что же касается собственно сладостей, то их можно разделить на шесть групп: киемы (фруктовые и овощные сиропы), бекмесы (концентрированные сгущенные фруктовые и ягодные соки типа патоки), наваты (различные сочетания кристаллического и уваренного виноградного сахара с добавлением красителей и пряностей), сладости на ореховой и изюмной основе и, наконец, разнообразные халвы и халвообразные сладости. Большая часть их известна за пределами Средней Азии как восточные сладости, не имеющие четкого национального признака. Действительно, такие сладости, как наваты и халвы, приготовляют по всему Среднему Востоку, «родиной» их являются различные центры и в Иране, и на территории наших среднеазиатских республик. Надо сказать, что узбекские и особенно таджикские кондитеры (кандалатчи) издавна были в числе известнейших на Востоке. Однако приготовление именно этих знаменитых сладостей настолько специфично, основано на использовании особых печей и инструментов, сложных навыков (например, быстрое растягивание руками густого сахарного сиропа в нитки), что воспроизведение их в домашних условиях невозможно или крайне затруднительно. Для приготовления большинства видов настоящей халвы требуется кунжутное семя, крепкий отвар туркестанского мыльного корня (колючелистник метельчатый) и пищевые красители (например, куркума).

Поэтому здесь даны рецепты лишь тех сладостей, которые могут быть без особого труда приготовлены домашним способом и которые вследствие этого реже можно встретить в торговле – это различные орехово-фруктовые смеси и халвоподобные сладости, не содержащие сапонинов.

{ ГЛАВА 13 }

УЗБЕКСКАЯ КУХНЯ

ПЕРВЫЕ БЛЮДА (СУПЫ)

МЯСО-ОВОЩНЫЕ СУПЫ

ШУРПА

ШУРПА – это мясной суп, чаще всего с овощами и жирной бараниной. В качестве мяса может использоваться и птица (как правило, мелкая дичь). В шурпу кладется довольно много лука – примерно в 4–5 раз больше, чем в европейские супы (на то же количество жидкости), а главный же овощной компонент ее, по имени которого она обычно называется, берется в том же объеме или весе, что и вложенное в нее мясо. Если же в шурпу овощей кладется меньше, чем мяса, то такая шурпа носит название по тому виду мяса, на котором готовится.

Шурпу можно готовить двумя способами: отваривать мясо и овощи без предварительной тепловой обработки (такой способ чаще используется в узбекской кухне); заливать водой уже предварительно обработанные обжариванием мясо и овощи (этот способ употребителен для супов типа маставы и других и реже для шурпы).

В шурпу кладут 4–5 пряностей – красный и черный перец, кинзу, лавровый лист, ажгон или укроп. Иногда используют куркуму.

Поскольку шурпу всегда стараются сделать густой, наваристой и жирной, количество жидкости в ней в расчете на одного человека не должно превышать 1,5 стакана. Поэтому **во всех нижеприведенных рецептах норма воды** дается с учетом уваривания – **примерно около 3 л** (причем на 0,5–1 л меньше для шурпы с предварительным обжариванием продуктов).

Шурпу, как и другие среднеазиатские супы, варят на медленном огне. Мясо в шурпе варят вначале 1,5–2 ч, после чего в бульон добавляют овощи и продолжают варить еще 30–40 мин. При заливке водой после предварительного обжаривания мясо варится вдвое быстрее – 1 ч. Без обжаривания в шурпу идет мясо крупным куском с костью, а для шурпы с предварительным обжариванием продуктов, как и в другие поджарочные супы, мясо (баранью грудинку) нарезают мелкими кусочками с косточками.

КУКУРУЗНАЯ ШУРПА

250 г **бараньей грудинки**
75 г **курдючного сала**
4 **кукурузных початка молочно-восковой спелости**
4 **луковицы**
2 **помидора**
2 **картофелины**
2 **лавровых листа**
2 ст. л. **зелени кинзы**
8 горошин **черного перца**

Курдючное сало растопить, перекалить и обжарить в нем нарезанные мелкими кусочками мясо, лук, помидоры. Затем залить 2 л воды, дать закипеть. В кипящий бульон положить разрезанные пополам початки кукурузы и варить их 1 ч на медленном огне. Через 40 мин опустить картофель и посолить, за 5 мин до готовности заложить пряности.

БАРАНЬЯ ШУРПА

500 г **баранины**
100 г **курдючного сала** (или **постдумбы** – курдючной оболочки)
500 г **картофеля**
4 **помидора**
4 **луковицы**
2 **кислых яблока**
1 стручок **красного перца**
3 ст. л. **укропа**

2 ст. л. **кинзы**
4 **лавровых листа**

Курдючное сало нарезать мелкими кусочками, перетопить, шкварки ужарить и на сале обжарить мелко нарезанные мясо, лук, помидоры в течение 10 мин. Затем добавить нарезанный кубиками или брусочками картофель, обжарить его за 5 мин, перемешать с мясом и залить 2,5 л воды, дать закипеть. Перед закипанием посолить и варить 1 ч на слабом огне. За 20 мин до готовности добавить мелко нарезанные яблоки, за 5–7 мин – пряности.

ПИЕВА (ЛУКОВЫЙ СУП)

ЛУКОВЫЙ СУП с большой концентрацией лука свойствен всей среднеазиатской кухне. Однако рецепты его приготовления у разных народов Средней Азии различны. В узбекской кухне пиеву готовят с мясом, причем лука берут втрое больше по весу, чем мяса. Для пиевы идет преимущественно лук острых сортов. Воды в пиеву заливают примерно вдвое больше по весу, чем взято лука.

1,5 кг **репчатого лука**
500 г **баранины**
150 г **курдючного сала**
3 **помидора**
4 **лавровых листа**
1 ч. л. **красного молотого перца**
3 ст. л. **кинзы**

Курдючное сало перекалить, заложить в него мелко нарезанный лук, нарезанные кубиками (по 1 см) мясо и помидоры, все посолить и обжарить в течение 20 мин, затем залить холодной водой и варить полчаса на медленном огне. За 5 мин до готовности ввести пряности. Готовую пиеву снять с огня и дать настояться 10 мин. Едят пиеву с пресными сухими лепешками (см. *кумач, чалпак*, с. 662), которые крошат в суп.

КРУПЯНЫЕ СУПЫ

Узбекские КРУПЯНЫЕ СУПЫ с мясом (бараниной) варят исключительно поджарочным методом. Мясо, лук, а также морковь, репу или помидоры, если они входят в состав блюда, нарезают маленькими кубиками (по 1 см – мясо, по 0,5 см – овощи) или тонкой соломкой и обжаривают в предварительно перекаленном курдючном сале в течение 15–20 мин в казане. Затем мясо-овощную поджарку заливают холодной водой и доводят до кипения, после чего закладывают в нее какую-либо крупу (пшеницу, маш, джугару, рис) и только после этого солят.

В приведенных рецептах норма воды составляет 2–2,5 л.

Супы варят на слабом огне не менее 1 ч. За 5–7 мин до конца варки добавляют пряности: сухие – в молотом виде, свежие – в мелко нарезанном. Когда суп сварится, ему дают 10 мин постоять – упреть. Консистенция супа должна напоминать жидкую кашицу.

Все крупяные супы варят по указанной схеме. Различия могут быть в предварительной обработке используемой крупы и во времени варки (оно увеличивается, когда используются две крупы, например маш и рис).

ЁРМА (ПШЕНИЧНЫЙ СУП)

500 г **баранины**
100 г **топленого масла** или **курдючного сала**
1,5 стакана **пшеницы**
4 **луковицы**
1 стручок **красного перца**

Подготовить мясо-луковичную поджарку (см. выше) и сварить ее. Пшеницу растолочь в ступе, смачивая водой, чтобы отделилась шелуха. Промыть, просеять и протолочь дважды. Порядок закладки указан выше. Ёрму едят, одновременно прихлебывая катык.

МАШХУРДА (МАШ С РИСОМ)

250 г **баранины**
100 г **топленого масла**
2 **луковицы**
2 **помидора**
1 **морковь**
0,75 стакана **риса**
0,75 стакана **маша**
2 ч. л. **барбариса**

2 ст. л. **зелени кинзы**
1 ч. л. **черного молотого перца**
1 ст. л. **зелени укропа**
2 **стебля базилика**
3 **лавровых листа**

Подготовить мясо-овощную заправку (см. с. 648), начать варить ее. Маш засыпать, пока не закипела вода, и варить до тех пор, пока он не полопается, после чего суп можно посолить и засыпать рис, до полной готовности которого и варится машхурда. Пряности в машхурду добавлять дважды: барбарис, лавровый лист, черный перец – за 10–15 мин до готовности, а пряную зелень – после готовности.

КАТЫКЛИ (КИСЛОМОЛОЧНЫЕ СУПЫ)

КИСЛОМОЛОЧНЫЕ СУПЫ в узбекской кухне делятся на два вида – мясные и немясные катыкли.

В состав мясных катыкли обязательно входит мясо или постдумба (курдючная оболочка), традиционные овощи и местные крупы. Но основным жидким компонентом в них являются кисломолочные продукты катык или сузьма, которую предварительно разводят в воде. При этом количество катыка по весу относится к мясу и крупе как 2:1:1, т. е. составляет примерно половину всей массы супа, а количество сузьмы – как 1:1:1, т. е. в неразведенном виде она составляет одну треть массы супа. При этом катык или сузьму вводят в уже готовое блюдо, и, таким образом, они не уменьшаются в объеме в процессе приготовления. Поэтому основа кисломолочных супов, варящаяся на воде, фактически к концу варки должна представлять собой кашицу, т. е. большая часть воды, а иногда и вся вода должна из них выпариться. Это обусловливает следующие правила приготовления кисломолочных супов:

1. Мелко нарезанные мясо и овощи отваривают в относительно небольшом количестве воды, рассчитывая, что большая часть ее должна выкипеть к концу варки.
2. Рис варят вместе с мясом и овощами, джугару до мяса и овощей, маш с рисом – после мяса и овощей. **Варят обязательно на слабом огне.**
3. Готовую кашицу, полученную в результате варки мяса, овощей и круп, снимают с огня, заправляют мелко нарезанной пряной зеленью кинзы, базилика и чабера, дают настояться под закрытой крышкой 10–12 мин и затем заливают катыком или разведенной до густоты жидкой сметаны сузьмой и все основательно перемешивают.

Что же касается немясных катыкли, то они более древнего происхождения и их способы приготовления не имеют общей схемы, поскольку они возникали изолированно друг от друга и в разное время. Но общей для них чертой является то, что молочные продукты вносят не в конце приготовления, а в начале и их подвергают нагреванию. Таковы сихмон, какурум, шопирма, куртова.

Особняком стоит холодный суп – чалоп.

КАТЫКЛИ ХУРДА (РИСОВЫЙ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ)

300 г **баранины**
300 г **риса**
0,75 л **катыка**
2 **луковицы**
2 **помидора**
2 **моркови**
2 **репы**
3 ст. л. **базилика** или **кинзы**
1 ч. л. **ажгона** (зиры)
0,5 ч. л. **красного молотого перца**

Мелко нарезанные мясо и овощи, а также рис, пряности перемешать и обжарить в течение 10–15 мин, после чего залить водой и варить 40 мин на медленном огне до готовности. Затем заправить катыком.

РЕПЯНОЙ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ СУП

1 кг **репы**
1 л **катыка**
1 стакан **риса**
2 **луковицы**
2 **моркови**
25–50 г **зелени кинзы**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**

Овощи нарезать кубиками, лук нашинковать, все отварить, затем положить рис, соль, пряности и варить еще 20 мин.
Далее варить по схеме (см. с. 649).

СМЕТАННЫЙ СУП

1 л **воды**
400 г **сметаны**
3 **луковицы**
6 початков **кукурузы молочно-восковой спелости**
300 г **тыквы**
2 ст. л. **зелени кинзы**

В разогретый алюминиевый казанок налить сметану, перемешать, добавить мелко нашинкованный лук и на слабом огне варить, пока он не станет мягким. Затем налить воду, дать ей закипеть, положить початки кукурузы, разрезанные пополам, и тыкву, нарезанную кубиками, и варить полчаса на слабом огне. В конце варки посолить, заправить кинзой.

КАКУРУМ

1 л **катыка**
1 л **кипятка**
3 **луковицы**
2 ч. л. **красного молотого перца**
1 ч. л. **соли**

Лук мелко нарезать, перемешать с катыком, солью и перцем, оставить на полчаса «созревать». Затем очень маленькими порциями постепенно вливать кипяток, размешивая.

СИХМОН

1,5 стакана **маша**
1 стакан **кукурузной муки**
1 л **катыка**
50 г **топленого масла**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**

Сварить маш в 1,5–1,25 л воды на слабом огне. Когда зерна лопнут и разварятся, всыпать умач (лапшу), приготовленную следующим образом: кукурузную муку замесить на четверти стакана подсоленной воды в крутое тесто и пропустить его через мясорубку. Готовый суп посолить, заправить перцем и дать постоять 10–15 мин под крышкой, после чего смешать с катыком и топленым маслом.

ЧАЛОП

1,5 л **катыка**
1 л **холодной кипяченой воды**
2 **огурца**
10–12 **редисок** или 3–4 **маргиланские редьки**
0,5–0,75 стакана **зеленого лука**
3 ст. л. **зелени кинзы**
2 ст. л. **зелени укропа**
1 ст. л. **зелени базилика**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**
1 ч. л. **соли**

Катык слегка отцедить, развести водой, заправить солью и перцем, мелко нарезанными овощами и пряной зеленью и поставить в холодное место (погреб, холодильник) на 5–6 ч.
Этот суп очень приятен в жаркую погоду.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ПЛОВЫ И ШАВЛИ

ПЛОВЫ

ПЛОВ – одно из распространеннейших на Среднем Востоке блюд – получил наибольшее развитие в Узбекистане. Здесь создана классическая среднеазиатская технология приготовления пловов, число видов которых достигает нескольких десятков.

К основным видам принадлежат пловы, получившие название от тех историко-географических провинций или даже государств, где они возникли. Они имеют технологические отличия. Таковы ферганский, самаркандский, бухарский, хорезмский. Кроме того, имеются пловы, состав которых меняется в зависимости от назначения (простой, праздничный, свадебный, летний, зимний). Ряд пловов отличается,

наконец, тем, что в них содержится разное ведущее мясо. Ведь не всегда в плове используется баранина, она нередко заменяется в Узбекистане казы (конской колбасой), постдумбой (курдючной оболочкой), перепелками, фазанами, курицей. Не всегда в состав узбекских пловов входит и рис. Иногда он составляет лишь часть плова, а порой полностью заменяется пшеницей, горохом или машем.

Но для подавляющего большинства пловов типичен классический набор продуктов: баранина, рис, морковь, изюм или урюк и смесь трех пряностей – красного перца, барбариса и ажгона (зиры).

Приготовление настоящего узбекского плова состоит из трех операций: 1) перекаливание масла; 2) приготовление зирвака; 3) закладка риса и доведение плова до готовности.

ПЕРЕКАЛИВАНИЕ МАСЛА

Перекаливать масло следует в металлической (лучше всего чугунной, но ни в коем случае не эмалированной) посуде с толстым, овально закругляющимся дном – в казанке, котле или кастрюле, похожей на них. Эту посуду прежде всего надо накалить, затем залить в нее масло и перекаливать его на умеренном огне или даже слабом огне (огонь не должен касаться дна посуды) так, чтобы оно не закипало внешне. Степень готовности масла (его перекаленность) можно определить по сильному потрескиванию или отскакиванию брошенной в него крупной соли или выделению беловатого дымка. Масло обычно наливают на дно казанка слоем от 1 до 3 см в зависимости от количества закладываемых продуктов.

Чаще всего используется комбинация растительных масел (хлопкового, льняного, подсолнечного, кунжутного, орехового) с животными жирами (конским, козьим, бараньим, говяжьим, птичьим салом и костным жиром)[1]. Иногда берутся только растительные масла – подсолнечное, кунжутное, придающие приятный вкус плову. Сливочное и топленое масло перекаливанию не подлежит.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЗИРВАКА

В перекаленное масло закладывают в такой последовательности, если в рецепте не оговорено особо: мясо, нарезанное мелкими или крупными кусочками, лук, нарезанный кубиками или толстыми кольцами, морковь, нарезанную чаще всего соломкой (реже – кубиками). Моркови в плов всегда кладется вдвое меньше риса (по весу) и примерно столько же, сколько мяса. Отклонения от этих норм в отдельных видах плова крайне незначительны.

Каждый из трех основных компонентов зирвака пережаривают последовательно так, что все продукты сохраняют свойственный им вид и цвет. В начале варки зирвака огонь увеличивают, к середине и к концу варки уменьшают. Продукты не должны прилипать к стенкам и дну казана. В приготовленный зирвак, т. е. примерно через 20–30 мин, добавляют пряности. Это обычно смесь трех пряностей (красный перец, ажгон, барбарис), взятых в равных частях, подготовленная заранее[2]. Смесь пряностей засыпают в плов из расчета 1–1,5 ч. л. (с верхом) смеси на 500 г риса.

Затем зирвак солят и заливают небольшим количеством воды из расчета четверть или половина стакана на каждые 500 г риса. В некоторые виды плова воду в зирвак вообще можно не добавлять, особенно в тех случаях, когда готовят небольшие порции и масла в зирваке довольно много.

ЗАКЛАДКА РИСА И ДОВЕДЕНИЕ ПЛОВА ДО ГОТОВНОСТИ

Подготовленный зирвак разравнивают, уменьшают еще более огонь и засыпают ровным слоем рис, который слегка приминают шумовкой или ложкой, но ни в коем случае не смешивают с зирваком. Затем утрамбованную поверхность риса осторожно заливают водой, следя за тем, чтобы она не разрушила слой риса. Для этого используют следующий прием: на рис ставят блюдце и на него льют воду, которая равномерно стекает на рис с краев блюдца.

[1] Комбинируются масла в порядке перечисления, т. е. хлопковое – с конским жиром, подсолнечное – с бараньим и т. д.

[2] Эти пряности, перемешанные вместе, обычно продаются в Узбекистане под названием «Смесь для плова».

Затем блюдце осторожно вынимают из казанка с помощью заранее привязанного к нему шнурка. Рис должен быть прикрыт водой слоем 1–1,5 см. Если рис очень сухой и твердый, воды заливают чуть больше обычной нормы. Затем огонь усиливают, но следят, чтобы плов кипел равномерно. Воду поверх риса досаливают и иногда добавляют в нее пряности, прежде всего куркуму, которая в этом случае постепенно и ровно окрашивает рис в золотисто-лимонный цвет. Во время кипения плов не закрывают крышкой, но, когда вода полностью испарится, его накрывают очень плотно тарелкой или блюдцем. Перед этим, чтобы убедиться, что плов готов, по поверхности риса несколько раз плашмя ударяют шумовкой, на что должен последовать глухой звук. Кроме того, заметно, что рис становится сыпучим. Тогда плов протыкают в нескольких местах деревянной палочкой, затем разравнивают поверхность риса шумовкой, не смешивая его с зирваком, и закрывают тарелкой на 15–20 мин, чтобы плов упрел.

Только после этого осторожно снимают тарелку, стараясь, чтобы капли воды с нее не упали в плов, равномерно перемешивают его и подают к столу.

Иногда же плов не перемешивают, а выкладывают на блюдо слоями в обратной последовательности по сравнению с закладкой, т. е. вначале рис, затем зирвак – лук и морковь и, наконец, мясо.

ПЛОВ ФЕРГАНСКИЙ

500 г **риса**
250 г **баранины**
250 г **моркови**
125 г **жира** (**масла**)
3 **луковицы**
1–1,5 ч. л. **пряной смеси**

Мясо в зирвак нарезать небольшими кубиками и обжарить вместе с луком. Морковь добавить чуть позднее.

После закладки риса можно добавить еще 0,5 ч. л. пряной смеси. В остальном придерживаться вышеописанного способа приготовления плова.

ПЛОВ БУХАРСКИЙ

500 г **риса**
250 г **баранины**
250 г **моркови**
150 г **жира** (**масла**)
3 **луковицы**
1–1,5 стакана **изюма**
1 ч. л. **пряной смеси**
куркума – на кончике ножа

Приготовить зирвак из мяса и лука с морковью, нарезанной тонкой соломкой. Изюм, промытый в теплой или горячей воде, добавить в конце варки зирвака. Воду в зирвак не добавлять. Рис промыть в теплой, чуть подсоленной воде.

В остальном руководствоваться общими правилами приготовления плова (см. с. 650).

ПЛОВ ХОРЕЗМСКИЙ

500 г **риса**
500 г **моркови**
500 г **баранины**
200 г **жира** (**масла**)
4 **луковицы**
0,5 ч. л. **соли** в первую закладку
1,5 ч. л. **пряной смеси**

Мясо нарезать крупными кусками (4–6 кусков), обжарить в масле, затем добавить и обжарить лук, после чего влить полстакана воды и дать ей закипеть. Только после этого заложить заранее приготовленную морковь (нарезанную вдоль пластинками шириной 1 см и толщиной 2–3 мм), соль (0,5 ч. л.) и пряную смесь.

Затем в зирвак залить воду, чтобы покрыла содержимое казанка, после чего плотно закрыть крышкой и томить на очень слабом огне 2–3 ч. Затем заложить рис; вновь долить воды (около 0,5–0,75 стакана), досолить по вкусу и продолжать варить еще около 30 мин.

Готовый плов не размешивать, а перекладывать на тарелки слоями.

ПЛОВ САМАРКАНДСКИЙ

500 г **риса**
250 г **мяса**
250 г **моркови**
150 г **жира** (**масла**)
6 **луковиц**
1 ч. л. **черного молотого перца**

1. Мясо куском и морковь целиком отварить на слабом огне в небольшом количестве кипятка в течение 2,5 ч, затем нарезать небольшими кусочками и перемешать с солью и перцем.
2. Рис промыть и отварить в подсоленной воде (на 1 кг риса – 1 л воды, 1 ч. л. соли). Когда рис сварится, промыть его кипятком, переложить в холщовый мешок (но можно и в дуршлаг) и дать хорошо стечь воде (примерно 10–15 мин).
3. Лук обжарить в перекаленном масле.
4. В пиалы (касы) или глубокие тарелки разложить рис, перемешать его с вынутым из масла луком, добавить мясо с морковью и облить их маслом, в котором жарился лук.

ПЛОВ ТОГРАМА

ПЛОВ ТОГРАМА – сочетание ферганского и самаркандского.

500 г **риса**
400 г **мяса**
400 г **моркови**
200 г **жира** (**масла**)
4 **луковицы**
1,5 ч. л. **пряной смеси**

Из одной четвертой мяса и моркови сделать с луком зирвак по-ферганси и сварить на нем рис, а остальное мясо и морковь отварить по-самаркандски (см. выше) в другой посуде. Готовые части соединить перед подачей на стол. К этому плову подают в виде закуски еще маринованный дикий лук – пиез-ансур (см. с. 664).

ПЛОВ ТОНТАРМА (ИЗ ПРОЖАРЕННОГО РИСА)

500 г **риса**
250 г **мяса**
250 г **моркови**
3 **луковицы**
1–1,5 ч. л. **пряной смеси**
250 г **топленого масла** для риса
125 г **растительного масла** для зирвака

Непромытый рис до закладки предварительно пережарить в отдельной посуде с топленым маслом до красноватого оттенка.
В остальном руководствоваться общими правилами приготовления плова (см. с. 650).

ПЛОВ С УРЮКОМ

500 г **риса**
250 г **говядины**
150 г **моркови**
200 г **масла** (**жира**)
1,5–2 стакана **урюка**
1–1,5 ч. л. **пряной смеси**

Урюк тщательно промыть несколько раз в холодной воде и закладывать в зирвак лишь после того, как в нем обжарены все остальные продукты, к ним подлита вода и зирвак закипел. При этом урюк следует класть ровным слоем на зирвак, а не перемешивать с ним. Только после этого на урюк засыпать рис.
В остальном приготовление идет по указанной на с. 650 схеме.

ПЛОВ С ПШЕНИЦЕЙ

Пловы с другими зерновыми и бобовыми компонентами вместо риса готовят по классическому (ферганскому) способу, и отличаются они только различной предварительной обработкой зернобобовых.

500 г **пшеницы**
250 г **мяса**
250 г **моркови**

200 г **жира** (**масла**)
3 **луковицы**
1–1,5 ч. л. **пряной смеси**

Пшеницу потолочь в деревянной ступке, смачивая водой, чтобы отделить шелуху, как для ёрмы (см. с. 648), промыть, очистить от шелухи и замочить на 3 ч в теплой воде, после чего засыпать в зирвак вместо риса.

ИВИТМА-ПАЛОВ (ПЛОВ С ГОРОХОМ)

500 г **риса**
250 г **мяса**
100 г **гороха**
150 г **жира** (**масла**)
200 г **моркови**
2 **луковицы**
1,5 ч. л. **пряной смеси** для плова
1 ч. л. **порошка сухого чабера**

1. Горох замочить в холодной воде не менее чем на 12 ч, а лучше на сутки.
2. Рис промыть 4–5 раз в холодной подсоленной воде и замочить в горячей на 30–40 мин.
3. Морковь для зирвака нарезать мелкими кубиками и после закладки в зирвак тушить не менее 15 мин.
4. Приготовленный из мяса, лука и моркови зирвак (см. с. 651) залить водой (от 0,5 до 1 стакана), тотчас же добавить замоченный горох и пряности и варить не менее 25 мин после закипания.
5. Только после этого можно слегка посолить и засыпать рис, который залить слоем воды чуть менее 1 см, поскольку рис уже предварительно намок. Варить на сильном огне.
6. После испарения воды закрыть плов тарелкой на 15 мин для упревания.

ШАВЛИ

Наряду с пловом в Узбекистане готовят другое весьма похожее на плов по составу продуктов блюдо, называемое шавля. Зачастую те, кто не знаком с узбекской кухней, принимают шавлю за плов, да и в поваренных книгах их иногда путают и в рецептах пловов приводят описание приготовления шавли.

Дело в том, что в шавле сохраняются почти все основные компоненты плова – прежде всего рис (или другая, заменяющая его зерновая или бобовая основа), а также мясо, морковь, лук. Однако соотношение этих продуктов, дополнительная добавка к ним помидоров, а главное, способ и продолжительность приготовления совершенно иные. А это оказывает влияние на жирность, консистенцию и вкус шавли и тем самым отличает ее от плова.

Прежде всего бросаются в глаза количественные различия.

1. Соотношение риса, мяса, моркови – 1,5:1:1 или иногда 2:1,5:1,5. При этом вместо мяса можно брать иные овощи или фрукты, но общий их с морковью удельный вес по отношению к рису не изменится.

2. Соотношение лука и помидоров – 1:1. Лука в шавле больше, чем в плове.

3. Доля жиров (масел) на 50% больше, чем в плове.

4. Воды в зирвак шавли заливают больше, чем в зирвак плова, – из расчета 1 л воды на каждый 1 кг вложенного риса.

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ ШАВЛИ

Приготовить шавлю значительно проще, чем плов, но вместе с тем она и по вкусу проще, зауряднее плова.

1. Зирвак приготовляют, как для плова, но в него добавляют еще помидоры (в конце).
2. В приготовленный зирвак заливают сразу всю воду (из расчета, указанного выше) и дают ей закипеть, после чего закладывают рис, соль, пряности.
3. Шавлю варят, помешивая, до полного выпаривания воды.

Если воды оказывается мало, а продукты еще не готовы, разрешается долить кипяток в процессе приготовления.

4. Готовую шавлю так же, как и плов, ставят на упревание в закрытой посуде на 15 мин.

Ниже приводятся наборы продуктов для разных вариантов шавли.

ШАВЛЯ С УРЮКОМ

600 г **риса**
300 г **моркови**
300 г **урюка**

300 г **жира** (**масла**)
3 **луковицы**
3 **помидора**
1 ст. л. **кинзы**
10 штук **черного перца**
0,5 стакана **зеленого лука**

Порядок приготовления см. выше.

УЗБЕКСКИЕ КАШИ

УЗБЕКСКИЕ КАШИ преимущественно готовят на мясе. По своему приготовлению и составу (зерновая или бобовая основа, мясо, пряности, иногда овощи) они еще проще шавли. Наиболее специфическими являются такие каши, как халим, мохора и буламик.

ХАЛИМ (ПШЕНИЦА С МЯСОМ)

1 л **воды**
500 г **пшеницы**
300 г **баранины**
200 г **масла**
0,5 ч. л. **корицы**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

Для халима взять пшеницу нового урожая, подготовить ее, как для ёрмы (см. с. 648), затем замочить на 6 ч в кипятке в закрытой посуде.
Мясо, нарезанное кубиками по 2 см, обжарить в масле, засыпать подготовленной пшеницей и залить водой, после чего варить на слабом огне, помешивая, 2 ч.
При необходимости можно подлить кипяток. Халим солить и заправлять пряностями только после готовности, затем поставить упревать на 15 мин.

МОХОРА (ГОРОХ С МЯСОМ)

500 г **гороха**
250 г **мяса**
1–1,5 **моркови**
1 крупная **картофелина**

Из мяса, нарезанного кусочками по 50 г, вместе с морковью сварить бульон, причем через 20–30 мин кипения засыпать в него предварительно замоченный на 12 ч горох так, чтобы бульон едва покрывал его.
Когда горох наполовину сварится, добавить картофель (целиком) и варить мохору еще около получаса.
Солить после готовности.

БУЛАМИК (КУКУРУЗНАЯ МУКА С МЯСОМ)

500 г **кукурузной муки**
0,5 л **молока**
250 г **мясного фарша**
100 г **топленого масла**
2 средние **луковицы**

1. Муку развести в молоке, сварить до загустения.
2. На масле обжарить нарезанный лук и мясной фарш, посолить.
3. Перемешать приготовленные вышеуказанные продукты, после чего дать постоять блюду 10 мин.

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ДИЧИ

Как и всюду на Востоке, среди мясных блюд значительное место занимают кебабы, или, как их чаще называют за пределами Средней Азии, шашлыки. Однако приготовление ряда узбекских кебабов отличается от стандартных способов приготовления шашлыков, распространенных в ресторанной практике, не только предварительной подготовкой мяса, но и технологией, так как узбекские кебабы не всегда готовят на углях с применением вертела, а часто приготовляют в казанке и даже на стенках тындыра или на пару. Несколько таких рецептов специфических узбекских кебабов, в том числе из дичи, приводятся ниже.

КАЗАН-КЕБАБ (КЕБАБ В КАЗАНКЕ)

750 г **баранины**
500 г **лука**
0,75–1 стакан **укропа** или **кинзы**
1 стручок **красного перца** или 1 ч. л. **красного молотого перца**
2 ч. л. **ажгона**

Этот кебаб следует готовить из молодой, но хорошо упитанной, жирной баранины.
Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить. Лук нарезать кольцами и перемешать с мелко нарезанным укропом или кинзой. Затем в казанок заложить слоями мясо и луково-укропную смесь, причем так, чтобы вся закладка помещалась не ниже середины казанка или не достигала его верха на два пальца. В предпоследний слой сверху положить стручок перца, разрезанный вдоль пополам. Казанок плотно закрыть и поставить на очень слабый огонь примерно на 3 ч. За 2–3 мин до готовности казан-кебаб посыпать ажгоном (зирой). Подавать с маринованным луком.

БУГЛАМА-КЕБАБ (КЕБАБ НА ПАРУ)

750 г **баранины**
600 г **лука**
2 ст. л. **виноградного уксуса**
2 **лавровых листа**
2 ч. л. **зиры**
1 ч. л. **черного молотого перца**

Молодую баранину (окорок, грудинку) нарезать ломтиками, ребра порубить на небольшие кусочки, все перемешать в фарфоровой или эмалированной посуде с мелко нарезанным луком, уксусом и пряностями и оставить на 6–12 ч (и даже на сутки) в холодном месте. Затем эту посуду поставить в котел, наполненный горячей водой так, чтобы уровень ее не достигал краев фарфоровой посуды на 2 пальца, котел плотно закрыть и поставить на умеренный огонь на 2–3 ч. При этом надо следить, чтобы вода не выкипала ранее, чем кебаб будет готов.

ЖИГАР-КЕБАБ (КЕБАБ ИЗ ПЕЧЕНКИ)

500 г **печенки**
2 **луковицы**
0,5 стакана **муки**
соль
черный молотый перец бужгун – по вкусу

Печенку очистить от пленки, нарезать на небольшие кусочки по 10–15 г, посолить, запанировать в муке, нанизать на шпажки и жарить над углями. Еще лучше, если кусочки печенки на шпажке чередовать с курдючным салом. Готовые кусочки жигар-кебаба пересыпать на тарелке рубленым репчатым луком и пряностями.

КЕБАБ ИЗ ПЕРЕПЕЛОК ИЛИ КУРОПАТОК

Выпотрошенных перепелок или куропаток на 15 мин положить в подсоленную воду, затем снять кожу, обмакнуть их в растопленное сливочное или топленое масло, посыпать молотым ажгоном, черным перцем, обвалять в муке и жарить над углями на шпажках (вертеле) или на проволочной сетке, причем птичек время от времени надо посыпать мукой, особенно когда из них начнет выделяться сок.
Особенностью кебаба из перепелок является то, что его надо приготовлять на углях из можжевельника, в то время как другие кебабы, и особенно кавказские шашлыки, приготовляют исключительно на углях из деревьев лиственных пород.

ХАСИП

500 г **баранины**
1 **кишка**
1 **селезенка**
1 **почка**
200 г **легкого**
100 г **курдючного сала**
200 г **риса**
5 **луковиц**
0,5 стакана **теплой воды**
2 ч. л. **ажгона**
1 ч. л. **черного молотого перца**

Хасип готовят преимущественно из баранины, но может быть использовано и говяжье мясо. Важно лишь, чтобы сало было курдючное, баранье.
Приготовление состоит из трех операций.

ПОДГОТОВКА КИШКИ

Жирную кишку промыть в теплой воде, затем трижды в соленой холодной (меняя воду).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ФАРША

Мясо, ливер, сало нарубить в фарш ножом или сечкой, но не пропускать через мясорубку. Перемешать с мелко нашинкованным луком, промытым рисом, пряностями и для большей эластичности фарша добавить к нему немного теплой воды (в пределах 0,5 стакана, но добавлять не сразу, а постепенно ложечками, чтобы вовремя остановиться).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ХАСИПА

Наполнить кишку фаршем (лучше всего через воронку), завязать ее, а затем связать оба конца вместе, чтобы она образовала кольцо, и варить на слабом огне 2 ч. Когда вода закипит, проколоть хасип в нескольких местах.

Едят хасип как горячим, так и холодным.

МЯСО-ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

МЯСО-ОВОЩНЫЕ БЛЮДА сравнительно недавнего происхождения в узбекской кухне. Большинство из них заимствовано. Однако некоторые укоренились как национальные, и для них характерна узбекская технология – первоначальное обжаривание мяса в жире с последующей закладкой овощей. Ниже приводятся два мясо-овощных блюда: более древнее – гуштнут и относительно новое – нарханги. В гуштнуте соотношение мяса и гороха одинаковое, в нарханги – мяса вчетверо меньше овощей.

ГУШТНУТ

500 г **баранины**
500 г **замоченного гороха** (лучше всего нут)
150 г **топленого масла**
5 **помидоров**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

Горох замочить на сутки. Мясо нарезать мелкими кубиками величиной с горошину и обжарить в масле в течение 10–15 мин, затем добавить подготовленный горох, обжаривать еще 10 мин, влить четверть или половину стакана воды, довести горох до готовности, положить разрезанные на четвертинки помидоры, перемешать и тушить под закрытой крышкой на очень слабом огне 15–20 мин. Затем посолить, поперчить, подать на стол.

НАРХАНГИ

500 г **мяса**
500 г **моркови**
500 г **лука**
500 г **картофеля**
500 г **помидоров**
100 г **укропа**
100 г **кинзы**
4 **головки чеснока**
1 стручок **сладкого перца**
1–1,5 ч. л. **черного молотого перца**
200 г **курдючного сала**

Мясо нарезать мелкими кубиками, посолить, обжарить в перекаленном курдючном сале до полуготовности. Снять с огня, разровнять и поверх положить слоями измельченные овощи и пряности в такой последовательности: лук, морковь, помидоры, укроп, кинзу, чеснок, сладкий перец, картофель. Поперчить. Залить все 0,5–0,75 стакана воды, плотно закрыть крышкой и поставить на очень слабый огонь на 2 ч (крышку не снимать).

МЯСО-ТЕСТЯНЫЕ БЛЮДА

МАНТЫ

МАНТЫ – это род пельменей. Приготовление их состоит из трех операций: замеса теста, подготовки начинки, изготовления и варки манты.

Основное отличие манты от других видов пельменей состоит не в том, что они относительно крупнее по размерам – это лишь внешний признак. Манты отличаются фаршем, отваривают их не в воде, а на пару, причем в специальной посуде – манты-каскане. Если манты-каскана нет, то манты варить в большой кастрюле, на дно которой установить глубокую тарелку, смазать ее маслом, положить в нее в один ряд манты, на-

крыть другой тарелкой, залить дно кастрюли водой, плотно закрыть крышкой и поставить на очень слабый огонь.

Приготовление на пару создает возможность сохранить у манты форму, сделать блюдо красивым внешне и в то же время придать ему иной вкус, чем пельменям, которые отвариваются в большом количестве воды.

ДЛЯ ТЕСТА:

500 г **муки**
1 **яйцо**
1 ч. л. **соли**
0,5 стакана **воды**

ДЛЯ ФАРША:

1 кг **мяса**
500 г **лука**
0,5 стакана **соленой воды** (1 ч. л. соли)
1–1,5 ч. л. **черного молотого перца**
100–150 г **курдючного сала**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЕСТА

Из муки, яйца, соли и небольшого количества воды замесить крутое тесто, скатать в шар, накрыть салфеткой и оставить так на 30–40 мин, затем раскатать в пласт толщиной 1–2 мм и нарезать из него квадраты размером 10×10 см.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НАЧИНКИ

Мякоть баранины либо порубить на мелкие куски, либо пропустить через мясорубку с очень крупной решеткой. В фарш добавить мелко нарезанный лук, молотый перец, ажгон и несколько чайных ложек соленой воды, тщательно размешать.

Одновременно отдельно курдючное или нутряное сало нарезать кусочками величиной с крупную фасолину или боб.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ МАНТЫ

В каждый квадрат теста положить 1 ст. ложку мясного фарша и 1 кусочек сала, после чего тесто защипать сверху. Подготовленные манты закрыть салфеткой, чтобы тесто не сохло, а затем разложить на смазанные маслом ярусы (решетки) манты-каскана так, чтобы манты не соприкасались, сбрызнуть холодной водой и варить при закрытой крышке на пару 45 мин. Если манты во время варки начнут подсыхать, их и решетки можно полить раза два горячей водой. Без манты-каскана, в тарелке, как указано выше, манты варятся после закипания воды 25–30 мин.

Готовые манты либо заправлять катыком или сметаной, либо заливать наваристым мясным бульоном и посыпать черным перцем и зеленью кинзы.

Манты можно приготовить иным способом: обжарить в перекаленном масле до образования румяной корочки, а затем поместить в манты-каскан и довести до готовности на пару или использовать прием с тарелкой, куда в этом случае жареные манты можно закладывать несколькими слоями, так как они не слипнутся. Такие манты варятся быстрее – 20–25 мин.

ЛАГМАН

ЛАГМАН – широко распространенное в Средней Азии блюдо. Оно имеет узбекскую, таджикскую и дунганскую разновидности, которые не различаются принципиально, но разнятся отчасти составом продуктов и особенностями приготовления лапши. Лагман состоит из двух основных частей, каждую из которых готовят отдельно, а затем соединяют вместе в одно блюдо перед подачей на стол.

Первая часть – лапша, вторая – ваджа, придающая лагману основной вкус и аромат. Что касается лапши, то ее назначение – придать лагману в целом как можно более нежную консистенцию. Для этого лапшу нужно раскатывать как можно тоньше.

ДЛЯ ЛАПШИ:

500 г **муки**
1 **яйцо**
0,5 ч. л. **соли**
0,75 стакана **воды**

ДЛЯ ВАДЖИ:

500 г **мяса**
200 г **масла** (сала)

2 крупные **картофелины**
2 **моркови**
1 **редька**
1 **свекла**
1 стручок **сладкого перца**
100 г **капусты**
4 **луковицы**
4 **помидора**
1 **головка чеснока**
1 стакан **зелени кинзы**
по 1 ч. л. **красного** и **черного молотого перца**

ДЛЯ ЗАПРАВКИ:
кинза, чеснок, перец – по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЛАПШИ

Замесить крутое тесто, скатать его в шар, дать полежать под салфеткой 15 мин, раскатать в пласт, свернуть в рулет, нарезать лапшу, отварить ее в подсоленной воде, вынуть, промыть раза два холодной водой, переложить в решето или дуршлаг, чтобы вода хорошо стекла, и одновременно полить лапшу растительным маслом, чтобы она не слежалась в один ком.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ВАДЖИ

Картофель, редьку, помидоры нарезать мелкими кубиками; морковь, свеклу, капусту – соломкой; лук, сладкий перец – кольцами; чеснок мелко порубить. В перекаленном сале обжарить мясо, нарезанное мелкими кубиками, до образования коричневой корочки, добавить лук, помидоры, чуть потушить, затем положить остальные овощи, перемешать, посолить, заправить чесноком и остальными пряностями. Подлить 1,5 стакана бульона, в котором была сварена лапша, и тушить на очень слабом огне 30 мин.

СОЕДИНЕНИЕ ЛАПШИ И ВАДЖИ

Готовую лапшу окунуть на мгновение в кипяток (или опустить в него в дуршлаге на 1–2 мин), слить его и разложить лапшу в глубокие тарелки так, чтобы внизу был слой лапши, затем слой ваджи, затем вновь слой лапши, и сверху залить остатком ваджи. Затем посыпать зеленью кинзы, мелко рубленным чесноком и красным перцем по вкусу.

ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

Совершенно чистых **ОВОЩНЫХ БЛЮД** в узбекской кухне почти нет. В качестве исключения отдельно от мяса и круп приготовляют и едят только тыкву, кукурузу в початках и смесь овощей под названием кук-бийрон.

Тыкву режут на крупные кубики, обжаривают во фритюре до образования корочки, а затем с небольшим количеством кипятка и сметаны тушат 10–15 мин на слабом огне.

Кукурузу в початках молочно-восковой спелости обжаривают на вертелах над углями. Узбеки справедливо считают, что печение кукурузы в золе, имеющее место у других народов, сильно ухудшает вкус продукта. Поэтому они предпочитают жарить ее над углями, после чего опускают в соленый кипяток и поливают сливочным маслом.

Кук-бийрон – наиболее специфическое узбекское блюдо, служащее и гарниром, и начинкой для пирожков, и самостоятельным кушаньем. Это сочетание разной зелени, тушенной в масле или бараньем сале.

КУК-БИЙРОН

1 кг **зелени**
150–200 г **курдючного сала** или **масла**
1–2 ч. л. **черного молотого перца**

В состав зелени входят поровну 5 компонентов: щавель, шпинат, портулак, пастушья сумка, молодые побеги люцерны. Их надо мелко порубить, смешать с мелко нарезанными пряностями (лук, мята, перец), посолить, вбить яйцо, еще раз тщательно перемешать и всыпать в перекаленное курдючное сало. Тушить до готовности на слабом огне, а затем дать постоять еще 10 мин.

Вместо курдючного сала можно использовать растительное масло и отдельно добавить вытопленные шкварки.

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Узбекская кухня использует пресное и дрожжевое тесто, причем чаще первое. Но большинство изделий, выпекаемых в тындыре, все же из дрожжевого теста.

Как пресное, так и дрожжевое тесто употребляется в двух видах – простое и сдобное. Чтобы не загружать каждый рецепт повторением способа приготовления теста, мы помещаем вначале характеристику указанных видов теста, где даются главные компоненты. Однако, кроме этих главных компонентов, весьма часто (и это характерно для узбекской кухни) в тесто независимо от его вида замешивают мелко нарезанный лук, луковый сок, тертую тыкву, толченые шкварки или мясной фарш (это указывается в рецептах дополнительно).

ПРЕСНОЕ ТЕСТО ПРОСТОЕ

ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ:
мука, теплая вода, соль.

НОРМЫ:
на 1 кг муки – 2 стакана воды, 2 ч. л. соли.

ПОРЯДОК ЗАМЕСА
Замешивают тесто в чашке, миске (фарфоровой, глиняной, эмалированной), а не на доске.
В воде растворить соль, затем добавлять постепенно муку и воду и равномерно перемешивать. После этого тесто несколько раз обмять на доске, скатать в шар, завернуть в салфетку и дать полежать 15–20 мин.

ПРЕСНОЕ ТЕСТО СДОБНОЕ

ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ:
мука, молоко, яйца, масло (топленое, растительное, но чаще всего – **баранье топленое сало**), **соль**.

НОРМЫ:
на 1 кг муки – 2 стакана молока, 1 яйцо, 1 ст. л. масла, 2 ч. л. соли.

НОРМЫ ЗАМЕНЫ:
2 стакана молока или 500 г сметаны, или 300 г масла (в этом случае в тесто кладут 1 ч. ложку соли).

ПОРЯДОК ЗАМЕСА
Яйцо взбивают, вливают в молоко, соединяют с маслом, и эту смесь по частям (как воду) мешают в чашке с мукой.

КАТЫРМА

Норма **простого пресного теста** (см. выше)
4 **луковицы**
1 стакан **шкварок бараньего сала**

Замешать из указанных компонентов тесто, нарезать из него куски по 200 г и раскатать их в круглые лепешки толщиной 1 см, которые поджарить с обеих сторон, прикладывая к раскаленным стенкам котла без смазывания жиром.

КАТЛАМА

Норма **простого пресного теста** (см. выше)
2 стакана **масла** или **топленого курдючного сала**
1,5 стакана **сметаны**
3 **луковицы**
0,5–1 стакан **масла** для обжаривания

Норму пресного теста разделить на четыре куска, каждый кусок раскатать как можно тоньше (1 мм и даже тоньше!), стараясь меньше использовать муку для подсыпания. Раскатанный лист теста густо смазать топленым маслом или бараньим салом, затем навернуть на тонкую скалку, разрезать вдоль скалки ножом, снять и еще раз разрезать длинные полосы теста так, чтобы они были как можно уже (не шире 1,5 см), смазать сметаной или топленым маслом и посыпать мелко нарезанным луком, а затем скатать каждую полосу в кружок, как магнитофонную ленту, поплотнее, и каждый кружок раскатать в лепешку толщиной 1 см. Эти лепешки обжарить с обеих сторон в котле, смазанном маслом.

ЮПКА

Норма **простого пресного теста** (см. выше)
300 г **мясного фарша**
2 **луковицы**
6 горошин **черного перца**
1 ст. л. **топленого масла**

Подготовить фарш: мясо, лук, перец перемешать, обжарить в масле. Подготовить тесто,

нарезать его на кусочки по 60 г, раскатать в очень тонкие лепешки. Обжаривать в котле с шарообразным дном следующим образом:

1. Раскаленный котел смазать маслом, опустить в него одну лепешку, обжарить с обеих сторон, вынуть.
2. Положить вторую лепешку, обжарить ее с одной стороны, перевернуть, на обжаренную сторону наложить тонкий слой подготовленного фарша, накрыть первой лепешкой, сверху опять положить фарш, который накрыть сырой лепешкой, и перевернуть вместе с нею всю юпку, чтобы сырое тесто оказалось на дне котла, а поджаренная лепешка вновь была наверху.
3. На эту поджаренную лепешку вновь уложить слой фарша и опять закрыть сырой лепешкой, вновь перевернуть и проделать так 10–12 раз.

Выпекать на очень слабом огне, все время смазывая котел. Готовую юпку смазать сверху маслом, положить в глубокую миску или кастрюлю, закрыть салфеткой на 10 мин.

ПАТЫРЧА

ПАТЫРЧУ делают из полусдобного пресного теста, состав которого немного отклоняется от нормы.

ДЛЯ ТЕСТА:

1 кг **муки**
1 стакан **горячей воды**
0,5 стакана **сливочного масла**
2 ч. л. **соли**

ДЛЯ СМАЗКИ:

1 стакан **бараньего сала**
или 1,5 стакана **сметаны**

Тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см, смазать его поверхность бараньим салом или сметаной, свернуть в рулет, а рулет скрутить в жгут (винтом), нарезать на куски по 250–300 г и раскатать из них круглые лепешки (толщина середины их 1 см, толщина ранта по краям – 2 см). Середину густо наколоть вилкой, смазать слегка сметаной и выпечь на листе в духовке (хотя обычно патырчу выпекают в тындыре).

САМСА (ИЗ ПРЕСНОГО ТЕСТА)

САМСА – пирожки с начинкой. Варьировать можно как состав начинки, так и способ обработки теста. Состав же теста, а также способ выпечки остаются неизменными для всех видов самсы. Тесто – обычное пресное тесто (норма – см. с. 660), способ выпечки – обжаривание в перекаленном растительном масле, которого на указанную норму теста требуется от 300 до 500 г.

РАСКАТКА ТЕСТА

Самый обычный вид раскатки теста таков: его делят на кусочки по 50 г, делают из них шарики и каждый шарик раскатывают отдельно толщиной до 1 мм, после чего кладут начинку, защипывают в форме полумесяца и обжаривают во фритюре. Так приготовляют самсу с луком и самсу с зеленью. Вместе с тем применяется и более сложный способ обработки теста. Его раскатывают очень тонко – до полмиллиметра, или тоньше бумаги, причем сразу большим листом, после чего густо смазывают топленым или сливочным маслом, навертывают на тонкую скалку и разрезают вдоль скалки так, чтобы получились широкие полосы, лежащие друг на друге в несколько слоев. Эти слои нарезают на прямоугольники 6×8 см или других (еще меньших) размеров, середину каждого прямоугольника раскатывают маленькой скалкой еще тоньше, кладут на нее фарш, складывают пополам и защипывают чуть глубже краев так, что края самсы остаются расслоенными (вроде тетрадных листочков). Так приготовляют вараки самсу, начиненную мясным фаршем.

НАЧИНКА

Для мясной начинки используют пропущенное через мясорубку мясо, перемешанное с луком, солью, красным и черным перцем, мятой или ажгоном (зирой), обжаренное в масле. На 500 г мяса берут 250 г лука (или чуть более), по 2 ч. л. красного и черного перца, по 4 ч. л. мяты или зиры.

Для луковой начинки используют смесь рубленого репчатого лука с зеленым (десятая или пятая часть от веса репчатого лука), яйца, черный перец и соль.

Для начинки из зелени используют смесь зелени, приведенную в рецепте кук-бийрон (см. с. 659).

ОБЖАРИВАНИЕ

В казанке емкостью 3 л можно сразу обжаривать 6–7 пирожков. Длительность обжаривания – приблизительно 1 мин (тесто должно приобрести бледно-желтый цвет).

ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО ПРОСТОЕ

ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ:
мука, дрожжи, теплая вода, соль.

НОРМЫ:
на 1 кг муки – 25–50 г дрожжей, 2 стакана воды, 2 ч. л. соли.

ПОРЯДОК ЗАМЕСА

Растворить в глиняной или эмалированной посуде в 0,5 стакана воды дрожжи, добавить еще 0,5 стакана соленой воды и добавлять затем постепенно муку и остальную воду; тесто скатать в шар, покрыть салфеткой и оставить на 1 ч в теплом месте.

ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО СДОБНОЕ

ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ:
мука, дрожжи, теплое молоко, масло, иногда **яйца, соль**.

НОРМЫ:
на 1 кг муки – 40–45 г дрожжей, 1,75–2 стакана молока, 4 ст. л. растопленного масла (сливочного, растительного, чаще всего – бараньего сала), 1 яйцо, 1 ч. л. соли. Впрочем, яйца употребляются в узбекском тесте крайне редко. Если молоко или яйца не используют, то долю масла увеличивают и для замеса вместо молока частично или полностью вводят воду.

ПОРЯДОК ЗАМЕСА

В узбекской кухне, как правило, употребляется безопарный способ замеса, т. е. все компоненты замешивают сразу, в один прием, как и простое сдобное тесто, только взбитое яйцо (если оно полагается по рецепту) подмешивают чуть после молока. Выстаивается сдобное тесто, как и простое дрожжевое, 1 ч.

ЧАЛПАК

Простое **дрожжевое тесто** (см. выше)
30 г **дрожжей**

Тесто разделить на кусочки по 50–60 г, сделать из них шарики, раскатать в тонкие лепешки толщиной 3–4 мм, оставить под салфеткой на 15 мин и затем выпекать в смазанном растительным маслом котле или казанке, обжаривая с обеих сторон.

КУМАЧ

Простое **дрожжевое тесто** (см. выше)
мука – пшеничная и **кукурузная** пополам
50 г **дрожжей**

Приготовлять, как чалпак (см. выше).

ГУШТЛИ-НОНИ

Простое дрожжевое тесто (см. выше)
заправка – **мясной фарш** с **красным молотым перцем** и **солью** (200 г мяса на 1 кг муки)
40 г **дрожжей**

Тесто раскатать в большую лепешку толщиной 2 см, покрыть ее ровным слоем фарша, свернуть в трубку, перекрутить трубку в винтообразный жгут, чтобы фарш хорошо перемешался с тестом, разрезать жгут на куски по 100–200 г и сделать из них круглые лепешки не толще 0,5 см, густо наколоть посредине.
Выпекаются обычно в тындыре, но можно и на смазанном листе в духовке.

САМСА (ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА)

Простое дрожжевое тесто (см. выше)
50 г **дрожжей**

НАЧИНКИ:

кук-бийрон (с. 659), луковая, из вареного гороха с луком и перцем, тыквенная (на 1,5 кг тыквы – 0,5 кг лука, 2 ч. л. красного молотого перца, соль).

Тыквенный сок (использовать для замеса теста вместо воды).

Тесто разделить на шарики величиной с грецкий орех и раскатать в лепешки толщиной 1 мм. Положить начинку. Выпекать в тындыре или в духовке 20–25 мин.

ПАТЫР

ПАТЫР – наиболее характерный для узбекского стола вид лепешек, приготовляемых из сдобного дрожжевого теста.

1 кг **муки**
2 стакана **молока**
150 г **курдючного сала**
40 г **дрожжей**
2 ч. л. **соли**

СОВРЕМЕННЫЙ ВАРИАНТ ПАТЫРА (ДЛЯ ГОРОЖАН):

1 кг **муки**
1,5–2 стакана **подсолнечного масла**
40–50 г **дрожжей**
0,75–1 стакана **сухого молока**
2 ч. л. **соли**

Патыр делают крупных размеров (по диаметру больше суповой тарелки) и выпекают только в тындыре, причем держат там дольше, чем другие виды лепешек из дрожжевого теста, выпекая на умеренном жару, для чего угли в тындыре собирают в середине горкой и густо посыпают золой. Патыры небольших размеров – меньше чайного блюдечка – можно выпекать на смазанном маслом листе в духовке, причем также на умеренном огне, но только предварительно хорошенько нагрев духовку. (Особенно хорошо удаются в духовке патыры современного варианта.) При этом надо положить в тесто больше дрожжей, чем в тындырный патыр, – 50 и даже 60 г (тогда тесто разделывать сразу). Для тындырного патыра тесто после замеса и выстаивания режут на куски по 300–500 г, из которых раскатывают лепешки толщиной 1 см в середине, 2–3 см по краям. Для патыра, выпекаемого в духовке, лепешки должны быть примерно в 4 раза меньше по весу и вдвое тоньше. Для получения характерной формы патыра его можно продавить в середине толкушкой или тыльной стороной стакана и обязательно наколоть продавленную часть вилкой или специальной наколкой (чекичем). Заготовленные лепешки выдерживают под салфеткой 15–20 мин, после чего выпекают. В духовке выпечка патыра длится приблизительно 20 мин. Горячий патыр после выпечки смазывают маслом или дурдой.

МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ в узбекской кухне в подавляющем большинстве аналогичны молочным изделиям других тюркоязычных народов ближнего зарубежья. Такими изделиями, выступающими в основном в роли полуфабрикатов, являются катык, каймак, сузьма и курт. Об их приготовлении см. в разделе «Основные молочные изделия народов Средней Азии, Кавказа, Татарии и Башкирии». Специфическими для узбекской кухни являются только такие молочные изделия, как чивот и пишлок.

ЧИВОТ

5 л **катыка**
500 г **укропа**
100 г **соли**

ЧИВОТ – это катык, переквашенный с укропом без доступа воздуха. Для его приготовления необходима глиняная обливная крынка, тщательно вымытая и высушенная на солнце.

Катык смешать с мелко нарезанным укропом и солью, залить в крынку почти доверху (не достигая ее кромки на 1–2 пальца), после чего горловину крынки закрыть деревянным кружком толщиной 1,5–2 см и залить сургучом, крынку поставить на солнце и выдерживать так около трех месяцев (обычно с середины августа

до начала ноября). В средней полосе европейской части России чивот лучше заквашивать с июля по сентябрь – октябрь (при этом в пасмурные дни и на ночь ставить в теплое помещение).

ПИШЛОК

ПИШЛОК – узбекский творог, приготовляемый особым способом, придающим изделию своеобразный вкус.

Катык или даже обыкновенную простоквашу вскипятить, отделить сыворотку от хлопьев, давая хорошо стечь жидкости, и сложить образовавшийся сгусток в фарфоровую или эмалированную посуду, густо смазанную сливочным маслом, разровнять поверхность, умеренно посолить и, не перемешивая, поставить для просушки на сквозняк в открытом виде (от пыли закрыть лишь марлей) на сутки. После этого творог перемешать, переложить в полотняный мешочек, туго завязать и поместить под пресс еще на сутки. Полученный пишлок едят, слегка обжарив в топленом масле.

СОЛЕНЬЯ И ПРИПРАВЫ

В узбекской кухне **СОЛЕНЬЯ** почти не применяются. Исключение составляет национальная закуска из солено-маринованного дикого лука – пиез-ансура, который растет в горных районах Самаркандской и Сурхандарьинской областей. Этот лук употребляют только в солено-маринованном виде. Таким же образом можно приготовить и обычный репчатый лук, хотя на вкус он будет не столь приятным, как настоящий пиез-ансур.

Более распространены в узбекской кухне приправы, особенно лозижан (на чесночной основе) и гураоб (на виноградной основе).

Лозижан используют для супов и мучных блюд; гураоб – для мясных.

СОЛЕНО-МАРИНОВАННЫЙ ЛУК

1 кг мелкого **лука**
1 л **3–4%-ного уксуса**
1,5 кг **соли** (по 100 г соли на 1 л воды 15 раз)

Лук очистить от кожицы костяным или деревянным ножом, сложить в стеклянную посуду, залить 100%-ным раствором соли так, чтобы покрыть лук полностью. Через 3 дня сменить рассол и так проделать 15 раз в течение 45 дней. Затем залить лук виноградным уксусом (или обычным уксусом, предварительно настоянным на базилике, или уксусом, приготовленным из сухого вина и уксусной эссенции, – на 0,5 л вина 1 ст. ложку уксусной эссенции) и оставить так на 4 дня. За это время лук побелеет, если он потемнел прежде, приобретет нужную крепость и вкус, после чего будет готов к употреблению. Не позднее чем через 10 дней хранения в уксусе его надо слить и вновь залить лук свежим 10%-ным соляным раствором, а еще лучше 15%-ным. Чем дольше будет храниться лук, тем он будет вкуснее.

Хранение приготовленного лука возможно при комнатной температуре, в стеклянной посуде, покрытой марлей, но ни в коем случае не плотной крышкой.

ЛОЗИЖАН

200 г **чеснока**
50 г **подсолнечного масла**
10 г **красного молотого перца**

Очищенный чеснок растолочь, всыпать в предварительно перекаленное, но остуженное затем до 50 °С масло и слегка потушить на очень слабом огне, чтобы чеснок отдал в масло весь свой сок, но не сгорел.

Затем прибавить молотый перец, перемешать и хранить в герметически закрытой стеклянной посуде.

ГУРАОБ

На 1 л **виноградного сока** – 50 г **соли**

Целые кисти незрелого винограда «дамские пальчики» вымыть и пропустить через мясорубку. Полученную массу процедить через вчетверо сложенную марлю в эмалированную или стеклянную посуду, добавить соль, размешать, закрыть крышкой и оставить на сутки.

На другой день разлить в абсолютно сухие бутылки, плотно закупорить их пробкой и залить сургучом, а затем развесить на солнечной стене. Когда через 3–4 месяца гураоб покраснеет, он будет готов к употреблению.

СЛАДОСТИ

КИЁМЫ

КИЁМЫ – это своего рода варенье, приготовляемое как из фруктов, так и из некоторых овощей (в первую очередь из моркови и тыквы) или из сочетания фруктов и овощей (например, из айвы с морковью).

Характерно, что для киёмов воды берется столько же, сколько и сахара, а иногда и больше по весу, чем сахара, а фрукты или овощи составляют при этом лишь четвертую часть состава киёма.

Чаще всего фруктов или овощей берут ровно вполовину меньше, чем сахара, в то время как для варенья обычное соотношение сахара и фруктов 1:1.

Поэтому во фруктовых киёмах доминирует сироп, имеющий цвет и запах фруктов, самих же фруктов мало, нередко вообще они отсутствуют, так как их часто вылавливают из готового киёма и используют как начинку в сладкие пирожки.

Вот почему киёмы иногда называются жидким вареньем.

Но это название неверно, так как плотность сахарного сиропа у киёмов после варки должна быть примерно такой же, как и у варенья, а у овощных киёмов, в которых измельченные овощи составляют основную массу, даже плотнее варенья.

Киёмы варят в один прием, без перерыва, причем на медленном огне, особенно это касается овощных киёмов. Обязательно добавляют в киёмы пряности – чаще всего ванилин и шафран или цедру, а в ряде случаев и лимонную кислоту.

Особенно специфичны янтачный киём и киём из зеленого, недозрелого урюка. Их почти невозможно встретить за пределами Узбекистана.

Другие же киёмы – морковный, тыквенный, лимонный, алычовый, яблочный – не представляют ничего необычного.

Готовность киёмов, как и варенья, определяют по состоянию сиропа и фруктов. Сироп должен быть умеренной плотности и тягучести, но не водянистый.

Фрукты и овощи в хорошо сваренном киёме должны равномерно распределяться в сиропе и быть прозрачными.

ЯНТАЧНЫЙ КИЁМ

1 кг **янтачной манны**[1]
250 г **моркови**
1 **айва**
2 стакана **воды**
шафран на кончике ножа

Отварить отдельно морковь и айву, нарезанные мелкой соломкой, залить их янтачным сиропом и продолжать варить до равномерного распределения моркови в сиропе. За 1–2 мин до готовности ввести шафран.

УРЮЧНЫЙ КИЁМ

1 кг **абрикосов**
2 кг **сахара**
8 стаканов **воды**
1 ч. л. **ванилина**

Совершенно незрелые, зеленые абрикосы, в которых еще не затвердела косточка, наколоть вилкой со всех сторон и, сложив в марлевый мешок, погрузить в кипящую воду на 5 мин, а затем сразу же промыть холодной водой и опустить в сахарный сироп; варить до готовности, снимая пену. Закончив варку, добавить в горячий киём ванилин, размешать и дать остыть, накрыв посуду полотняным покрывалом.

[1] Янтачная, или персидская, манна – это желтоватая жидкость, появляющаяся в жаркие дни в конце лета (конец августа – начало сентября) на стеблях и листьях персидской верблюжьей колючки и застывающая к вечеру в мелкие крупинки, напоминающие зерна. Собирают янтак, ударяя палкой по толстым стеблям куста, под которым предварительно расстелена скатерть, – на нее и сыплется манна. Затем манну очищают от сора и варят, пока она не растаяла.

ТЫКВЕННЫЙ КИЁМ

1 кг **тыквы**
2,4 кг **сахара**
2 л **воды**
2 **лимона**
1 щепотка **шафрана**

Тыкву натереть на крупной терке и опустить в кипящий сахарный сироп. Варить, все время помешивая деревянной ложкой или палочкой. В готовый киём добавить лимонный сок и шафран, размешать.

БЕКМЕСЫ

БЕКМЕС – сгущенный сок фруктов, ягод и овощей, приготовляемый двумя способами: нагреванием на огне и выпариванием на солнце (последний способ дает более ароматные, более полезные бекмесы, но возможен только в климатических условиях Средней Азии и сходных с ними). Бекмесы готовят без добавления сахара – это их самая характерная черта и этим они в корне отличаются от киёмов.

Для бекмесов отбирают самые спелые, чаще всего перезрелые фрукты и ягоды, из которых отжимают сок, подвергаемый затем до варки особой обработке – сгущению. Для этого вначале сок доводят до кипения, не давая, однако, ему закипеть, после чего прибавляют к нему толченую обожженную белую глину или дубовую золу (на 1 л сока – 30 г глины) и размешивают непрерывно до прекращения образования пены и полного осветления и прозрачности сока. Затем сок с глиной отстаивают 10–12 ч и процеживают через тонкую хлопчатобумажную ткань или двойной-тройной слой марли. Варят его на среднем (вначале даже сильном) огне в широкой посуде, постоянно помешивая деревянной палочкой, до загустения, что обычно совпадает с выпариванием сока на половину объема. Бекмес готов, если капля, налитая на фарфоровое блюдце, не расплывается, сохраняет форму. По густоте хорошо сваренный бекмес напоминает молодой мед.

Так готовят виноградный, дынный, арбузный, тутовый бекмесы – самые распространенные в Узбекистане и Таджикистане.

ОРЕХИ И ОРЕХОВО-ФРУКТОВЫЕ СМЕСИ

Орехи в Узбекистане широко употребляются как закуска, десерт и промежуточное блюдо. Излюбленными орехами являются фисташки, сладкий миндаль и ядрышки абрикосов, т. е. местные сорта орехов. Вместе с тем нередко в узбекской кухне «под орехи» обрабатывают и горох – жарят его особым способом и употребляют либо отдельно, либо в сочетании с изюмом, как сладость. Обработка каждого сорта орехов имеет свои отличия.

ОБЖАРЕННЫЕ ФИСТАШКИ

Фисташки перекалить в котле на слабом огне, смешав с просушенным истолченным и просеянным горным суглинком – гульватой, взятой по объему в одну треть массы фисташек. Чтобы обжаривание шло равномерно, фисташки все время следует помешивать деревянной ложкой, пока ядра не начнут хрустеть. Затем высыпать на противень или фанеру вместе с гульватой и дать остыть.

ОБЖАРЕННЫЙ СОЛЕНЫЙ МИНДАЛЬ ИЛИ ЯДРА АБРИКОСОВ

Очищенные от скорлупы ядра положить в соленую воду (на 1 л воды – 1 ст. л. соли с верхом) на 3–4 дня, затем высушить на солнце и пережарить в котле или казанке вместе с сухим речным (мелким) песком и небольшим количеством соли, постоянно помешивая. Дать остыть на доске вместе с песком.

СОЛЕНЫЕ ЯДРА АБРИКОСОВ

Косточки урюка залить на 6–7 дней большим количеством холодной воды, затем осторожно надколоть их так, чтобы видно было ядрышко, но скорлупа при этом не развалилась, залить их соленым кипятком (на 1 л – 200 г соли), оставив в соленой воде на 3–4 дня. После этого ядра вынуть, высушить и пережарить на сковороде или в котле вместе с просеянной древесной золой.

ЯДРА МИНДАЛЯ ИЛИ УРЮКА С ИЗЮМОМ

Ядра ошпарить кипятком и снять с них верхнюю коричневую кожицу, чуть подсушить в котле или на листе в духовке. Затем смешать с промытым изюмом в пропорции 1:1, при желании пропустить через мясорубку.

ЯНЧМИШ

Подготовленные орехи (очищенные от кожицы и прокаленные), взятые в равных долях с промытым изюмом, растолочь в ступке или пропустить через мясорубку вместе с кукурузным толокном, составляющим десятую часть веса смеси (100 г толокна на 500 г изюма и 500 г орехов), и добавить любую фруктовую эссенцию (из расчета 30–40 капель на 1 кг смеси), перемешать в клейкое тесто, сделать из него шарики величиной с грецкий орех и обвалять в сахарной пудре.

АШТАК-ПАШТАК

Свежие абрикосы с мясистой мякотью осторожно раздвоить, не разрывая полностью, вынуть косточки, достать из них ядра и вложить их обратно в абрикосы, которые закрыть и разложить для сушки на солнце.

ХАЛВОПОДОБНЫЕ СЛАДОСТИ

Халвоподобные сладости только по внешнему виду и наименованию напоминают подлинную халву. Скрепляющим компонентом в халвоподобных сладостях служит сахар или мед в сочетании с мукой.

Разнообразия вкуса добиваются добавлением орехов или молочных продуктов (молока, сметаны).

ХАЛВАЙТАР

100 г **бараньего сала** или **топленого масла**
100 г **орехового ядра**
1 стакан **муки**
1 стакан **сахарного песка**
1–3 стакана **воды**
0,25 ч. л. **ванилина**

ХАЛВАЙТАР – это жидкая халвоподобная смесь.

В разных районах Узбекистана ее делают различной консистенции, разводя различным количеством воды, но в пределах, указанных выше.

Вначале перекалить жир или масло, охладить его, всыпать в него муку и, размешивая, вновь поставить на огонь, осторожно подогревая, пока мука не приобретет коричневый оттенок (но не подгорит!). После этого влить разведенный в кипятке сахар и кипятить на слабом огне, все время помешивая, до густоты сметаны или вязкой глины. Незадолго до готовности в халвайтар добавить орехи, а после готовности – ванилин. Подавать халвайтар в пиалах, есть в горячем виде с чаем.

БУКМАН

1 л **молока**
0,5 стакана **пшеничной муки** или **кукурузного толокна**
1 стакан **толченого виноградного сахара навата**
1–2 ст. л. **сливочного** или **топленого масла**

Муку поджарить в масле, как указано в рецепте «Халвайтар». В кипящем молоке растворить сахар, соединить сладкое молоко с пережаренной мукой, осторожно вливая молоко, и варить на слабом огне до сгущения, помешивая.

Букман едят, когда он полностью остынет.

БОЛКАЙМОК

2 стакана **сметаны**
0,5 стакана **меда**
1 ст. л. **муки**

Сметану залить в сотейник и довести до кипения на умеренном огне, помешивая. Когда масло всплывет на поверхность, смешать с предварительно доведенным до кипения (в другой посуде) медом и хорошенько взбить, добавляя понемногу муку, чтобы масса была более густой и тягучей.

Взбивать болкаймок надо стараться как можно быстрее, чтобы масса не успела остыть во время взбивания.

Болкаймок едят в горячем виде.

{ ГЛАВА 14 }

ТАДЖИКСКАЯ КУХНЯ

ПЕРВЫЕ БЛЮДА (СУПЫ)

НУТОВЫЙ СУП

4 л **воды**
1 кг **нута** (горного гороха)
4 **луковицы**
1 кг **баранины**
10 **лавровых листьев**
20 горошин **черного перца**
2 ч. л. **соды**
0,5 ч. л. **соли** в процессе приготовления, а в конце варки – соль по вкусу

ПОДГОТОВКА БУЛЬОНА

Баранину, тщательно промыв, залить холодной водой и варить одним-двумя кусками на очень медленном огне. В процессе варки снимать пену, выбрасывая ее, а жир собирать с поверхности бульона в отдельную посуду. Бульон варить 2,5 ч. Лук закладывать через час после начала варки мелко нарезанным. Мясо к концу варки вынуть из бульона, объем получившегося бульона зафиксировать.

ПОДГОТОВКА ГОРОХА

Горох тщательно промыть, очистить от примесей и поврежденных горошин и замочить в теплой воде (не выше 35 °С) так, чтобы она на 0,5 см прикрывала его. Примерно через час, если вода к этому времени впитается в горох, добавить еще 2 л теплой воды и так повторять в течение 5 часов. После третьей заливки горох посолить солью (только указанным количеством!) и хорошенько перемешать. После этого горох должен начать трескаться, что свидетельствует о его готовности. Когда после пятой заливки горох перестанет вбирать воду, избыток ее следует слить, горох высыпать на сито, дать совершенно стечь воде и посыпать горох содой, хорошо перемешать, закатать в холщовую или льняную салфетку (скатерть) и продержать так 1 ч. После этого горох несколько раз тщательно промыть в холодной и теплой воде, чтобы полностью удалить соду.

ВАРКА СУПА

Подготовленный горох засыпать в теплый бульон, довести до кипения на медленном огне и варить при очень спокойном, равномерном кипении, не допуская бурления. Для этого надо непрерывно регулировать огонь и небольшими порциями подливать кипяток, чтобы уровень бульона, зафиксированный после окончания варки мяса, не снижался. Суп подобным образом должен вариться в течение 5 часов. За два часа до окончания варки вновь заложить отваренное ранее мясо. За 15 мин до конца варки суп посолить и положить пряности – лавровый лист и перец (в раздавленном, но не молотом виде).

КАШК

1,2–1,6 кг **смеси круп** и **бобовых (фасоль, маш, нут, пшеница, рис** в равном объеме)
4 **бараньих ножки**
500 г **баранины с костями**
3–4 **луковицы**
1 стакан **зелени кинзы**
1 стакан **зелени базилика**
0,5 стакана **зелени чабера**
1 ч. л. **красного молотого перца**
5–6 **лавровых листьев**

Бобовые и крупы перебрать, промыть каждую в отдельности и замочить на 30–40 мин, затем вновь промыть, залить водой, вскипятить и слить первый отвар, как только смесь закипит.

После этого залить 4 л воды, добавить бараньи ножки и мясо, варить на медленном огне.
Через час заложить лук, треть лаврового листа, пятую часть зелени и варить на медленном огне еще 5 ч. За 10–15 мин до готовности заложить всю остальную зелень и пряности, кроме красного перца и соли, которые закладывают в момент готовности, после чего супу дают настояться еще 10 мин.
Кашк можно сделать и без мяса, но тогда его надо перед подачей заправить жирным катыком или сметаной (0,5 л).

ОШИ-СИЁЛАФ (СУП ИЗ ПРЯНОЙ И КИСЛОЙ ЗЕЛЕНИ)

6 **луковиц**
3 ст. л. **подсолнечного масла**
1,5 стакана **муки**
500 г **картофеля**
6–8 стаканов **рубленого щавеля** (сиёлафа)
2 ст. л. **зелени укропа**
2 ст. л. **зелени базилика**
2 ст. л. **зелени кинзы**
10 горошин **черного перца**
1,5 стакана **катыка** (или **сметаны**)
2 ч. л. **соли**

Мелко нарезанный лук обжарить в перекаленном масле, добавить муку, слегка поджарить ее до светло-желтого цвета. Залить примерно 1 л воды, подливая ее постепенно и размешивая муку, чтобы не было комочков, слегка проварить и еще добавить около 1,5 л воды, вновь размешивая. Когда вода закипит, посолить, поперчить, засыпать картофель, нарезанный кубиками по 1 см, и через 20 мин добавить рубленый щавель. Через 10–12 мин засыпать пряной зеленью, дать прокипеть еще 1–2 мин, выключить огонь и дать супу настояться 5–10 мин. Затем заправить катыком и разлить по тарелкам.

БРИНЧОБА

1 стакан **риса**
4 **луковицы**
2 **моркови**
4 **помидора**
50–75 г **топленого масла**, **курдючного сала** или **растительного масла**
750 г **картофеля**
2 стакана **сметаны**
1 стакан **зелени кинзы** и **базилика**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**
4 **лавровых листа**

Обжарить на предварительно прокаленном масле или сале мелко нарезанный лук, морковь, помидоры и залить эту смесь 2,5 л воды, дать вскипеть, заложить промытый рис, посолить 1 ч. ложкой соли. Когда рис наполовину сварится, всыпать предварительно нарезанный маленькими кусочками (1×0,5 см) картофель и еще раз подсолить, заправить лавровым листом, перцем и варить до готовности картофеля, заправив в конце варки рубленой пряной зеленью и сметаной.

ШАКАРОБ

200–250 г **зелени лука** (или 4–5 **луковиц**)
4–6 стаканов **зелени кинзы, базилика, петрушки, чабера** (поровну)
1 стручок **красного перца**
2 стакана **сметаны**
1–2 **лепешки «кулча»**
2 ч. л. **соли**

Лук, зелень пряных растений и перец нарезать очень мелко и растереть вместе с солью в ступке до образования густой кашицеобразной массы, которую развести кипятком, постепенно вливая его так, чтобы получилось жиденькое зеленое пюре. Этим пюре залить куски свежеиспеченной лепешки «кулча» и добавить сметану.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

МЯСНЫЕ БЛЮДА

МЯСНЫЕ БЛЮДА таджикской кухни в большинстве своем сходны с узбекскими. Поэтому ниже рассматриваются только те блюда, которые либо совершенно

отличаются от узбекских, либо имеют существенные вариации в подборе продуктов или в способе приготовления. Остальные встречающиеся в Таджикистане, но совпадающие с узбекскими, блюда не упоминаются.

ПЛОВЫ

Таджикские **ПЛОВЫ** по своей технологии и основным продуктам в целом аналогичны узбекским. Некоторые виды плова – например туграма и «Софи» (называемый в Узбекистане самаркандским) – полностью повторяются и имеют даже более широкое распространение, чем в Узбекистане.

Небольшой технологической особенностью приготовления таджикских пловов является лишь то, что рис перед закладкой иногда замачивают на 1–2 ч в теплой подсоленной воде, что ускоряет варку.

Вместе с тем таджикские пловы имеют ряд особенностей, касающихся введения дополнительных компонентов, что придает им новые вкусовые оттенки. Наиболее частыми, повсеместно распространенными дополнениями к обычному составу плова служит излюбленный в Таджикистане горох нут (предварительно замоченный за 10–12 ч), айва (нарезанная ломтиками или мелкими кубиками и без кожи), а также чеснок, закладываемый целыми головками. Эти дополнения обычно составляют примерно 250 г на каждый килограмм риса.

В Таджикистане часто делают плов угро, для которого вместо риса используют крупу угро, приготовляемую из лапши.

Как и в Узбекистане, в Таджикистане имеются некоторые региональные виды плова, отличающиеся мясными компонентами. Таковы душанбинский и ходжентский пловы. В обоих вместо мяса используются более сложные мясные изделия из фарша – фарш с яйцами и фарш с виноградными листьями, которые и закладывают в зирвак сразу после его подготовки, но до заливки водой.

Почти все пловы в Таджикистане закусывают салатом из горного ревеня – ривоча, который очищают от поверхностной кожицы-пленки, нарезают поперек волокон на кусочки длиной 1 см и слегка солят.

Рецепты крупки угро и фаршей для душанбинского и ходжентского пловов даются ниже. О соотношении остальных продуктов для плова (рис, морковь, изюм, урюк, лук) и о приготовлении плова см. с. 650–654.

ФАРШ ДЛЯ ДУШАНБИНСКОГО ПЛОВА

500 г **мяса**
5–6 **яиц**
5–6 **луковиц**
2–3 **головки чеснока**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**

1. Приготовить фарш из мяса, лука, чеснока (сильно измельченных и растертых с солью) и 1 сырого яйца. Тщательно растереть фарш, добиваясь полной эластичности (дважды пропустить через мясорубку), посолить.
2. Остальные яйца сварить вкрутую.
3. Сформовать из фарша лепешки и завернуть в них (облепить ими) крутые яйца (целые или половинки), затем обвалять их в муке (лучше всего в рисовой) и обжарить в отдельной посуде в перекаленном масле до полуготовности, т. е. 2–3 мин (только до образования тонкой золотистой корочки).
4. Подготовленные таким образом яйца заложить в зирвак плова вместо мяса и далее продолжать приготовление плова по обычной технологии.

ФАРШ ДЛЯ ХОДЖЕНТСКОГО ПЛОВА

1. Из той же пропорции мяса, лука, чеснока и 1,5 ч. л. черного перца приготовить фарш.
2. Виноградные листья промыть в холодной воде, затем ошпарить кипятком, чтобы они сделались эластичными, и завернуть в них фарш.
3. Затем проткнуть каждый «голубец» в центре на месте соединения концов листа иголкой с ниткой и нанизать на нитку несколько «голубцов», связывая их кольцом.

Подготовленные таким образом «голубцы» погрузить в готовый зирвак плова, где помимо лука и моркови обжарить также мелкие кубики мяса.

После погружения «голубцов» зирвак залить 0,5 стакана воды, заправить пряностями, солью и тушить 15 мин на медленном огне.

Затем заложить рис и приготавливать плов по обычной схеме.

КРУПКА ДЛЯ ПЛОВА УГРО

2,5 стакана **пшеничной муки**
1 **яйцо**
2 ст. л. **воды**

Замесить крутое эластичное тесто, накрыть его на полчаса влажным полотенцем, затем раскатать в тонкий пласт толщиной 1 мм, свернуть в рулет, нарезать тонкую лапшу толщиной 2 мм, дать ей слегка подсохнуть и затем измельчить в однородную крупку величиной с рисовое зерно. Крупку слегка обжарить в отдельной посуде в перекаленном масле и переложить в зирвак плова (см. с. 651–652) лишь после того, как к нему добавлена вода, соль, пряности и он основательно прокипел вместе с ними. В таком зирваке должно быть достаточно масла (несколько выше обычной нормы), так как в отличие от рисовых пловов к нему нельзя добавлять воду – угро распадается. Поэтому крупу угро доваривают только на жидкости зирвака.

МЯСО-ОВОЩНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

НАХУДШУРАК

1 кг **мяса**
500 г **моркови**
7–8 **луковиц**
2 стакана **нута**
2 ст. л. **мелко нарезанного чабера**
2 ст. л. **базилика**
1 ч. л. **мяты**
1 ч. л. **красного молотого перца**
3 **лавровых листа**
6 зерен **черного перца**

Крупные куски мяса вместе с костями и целую морковь отварить в течение 1–1,5 ч в 2 л воды, добавить мелко нарезанный лук, черный перец, лавровый лист и варить до готовности мяса еще 30 мин на медленном огне. Затем вынуть мясо и морковь и в оставшийся бульон засыпать предварительно замоченный за 10–12 ч горох и варить до его готовности. За минуту до готовности бульон с горохом заправить пряной зеленью, красным перцем, посолить, дать постоять 5 мин под крышкой, но не на огне, а затем слить бульон в отдельную посуду, процедив его, а к оставшемуся гороху подмешать ранее вынутые из бульона и нарезанные кубиками отварную морковь и отварное мясо. Бульон подать отдельно в чашках или пиалах, чтобы небольшими глотками запивать им нахудшурак.

МЯСО-ТЕСТЯНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

В основном мясо-тестяные изделия таджикской кухни похожи на узбекские. Но среди них есть некоторые вариации, характерные для таджикской кухни. Таковы, например, хушан – таджикские манты с нутом и, кроме того, с мясо-овощной частью – кайлой, а также шима и ман пар, напоминающие по технологии отчасти узбекский лагман, но отличающиеся от него и составом продуктов в кайле, и наличием третьей, яичной части (наряду с лапшой и кайлой), а также видом используемого теста.

ХУШАН

ДЛЯ ТЕСТА:
3 стакана **пшеничной муки**
1 **яйцо**
0,5 ч. л. **соли**
0,75 стакана **холодной воды**

ДЛЯ КАЙЛЫ:
500 г **бараньей грудинки**
7–8 **луковиц**
4 **репы**
5 **картофелин**
1 **свекла**
150 г **курдючного сала** или **растительного масла**
2 ч. л. **зиры**
3 ч. л. **барбариса**
2 ст. л. **зелени кинзы** или **базилика**
10 зерен **черного перца**
1 ч. л. **красного молотого перца**.

ДЛЯ ФАРША:
500 г мякоти **баранины**
2 стакана **нута**

7–8 **луковиц**
1 ч. л. **черного молотого перца**
2–3 ч. л. **порошка сухого чабера** или 2 ст. л. **свежего мелко нарезанного**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**
1 ч. л. **мяты**

ДЛЯ ПОДЛИВЫ:
1 стакан **сметаны** или 2 стакана **катыка**
1 стакан **сузьмы** (чакка)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ И РАЗДЕЛКА ТЕСТА
Из муки, яиц и воды замесить крутое тесто, оставить его для расстойки под влажным полотенцем (на полчаса-час), а затем раскатать в пласт толщиной 2 мм и нарезать ромбиками (5×5 см).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ФАРША И ПЕЛЬМЕНЕЙ
Мясо пропустить через мясорубку с крупной решеткой, перемешать в однородный фарш с предварительно замоченным за 10–15 ч и очищенным от кожицы нутом, мелко нарезанным луком, пряностями, солью (по вкусу) и наполнить этой смесью тестяные ромбы, из которых вылепить пельмени удлиненной формы в виде полумесяцев или треугольников. Пельмени обжарить в перекаленном масле до полуготовности, т. е. до золотистого цвета.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КАЙЛЫ
Грудинку порубить на небольшие кусочки с косточками, обжарить в перекаленном масле с нарезанным кубиками луком в течение 10–15 мин, после чего добавить нарезанные соломкой свеклу и репу, нарезанный мелкими кубиками по 0,5 см картофель, все тщательно перемешать и продолжать обжаривать примерно 5–7 мин, затем влить 2 стакана воды, кайлу довести до кипения, после чего слегка посолить и снова перемешать.

ЗАВЕРШЕНИЕ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ХУШАНА
Когда кайла закипит, огонь уменьшить до слабого, положить поверх кайлы полуобжаренные пельмени и в течение 30–40 мин доводить хушан на медленном огне при закрытой крышке до готовности. За 7–10 мин до готовности заложить пряности и, если необходимо, соль по вкусу. Пряную зелень закладывать либо за 1 мин до готовности, либо после готовности. Готовый хушан уже в тарелках залить 2–3 ст. л. катыка или 1,5 ст. л. сметаны (на каждую порцию). Кайлу и пельмени распределять так, чтобы их было примерно поровну в каждом блюде и чтобы каждый пельмень можно было закусывать кайлой.

ШИМА

ШИМУ готовят в основном по той же схеме, что и хушан, но она ближе к узбекскому лагману или дунганской лапше, т. е. основные операции в шиме те же. Разница лишь в составе продуктов, идущих в кайлу, и в добавлении яиц, в форме и обработке тестяной основы, что отражается и на вкусе.

ДЛЯ ТЕСТА:
3 стакана **муки**
0,5 ч. л. **соли**
0,75–1 стакан **воды**

ДЛЯ ОТВАРИВАНИЯ ЛАПШИ:
1 ч. л. **соли**
0,5 ч. л. **соды**
2,5 л **воды**

ДЛЯ КАЙЛЫ:
500 г **баранины**
100–150 г **масла растительного**
4–5 **луковиц**
2–3 **помидора** (или 2 ст. л. **густой томатной пасты**)
1–2 ст. л. **слабого виноградного уксуса**
1 **головка чеснока**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**
3 ст. л. **мелко рубленной зелени кинзы**
2 ст. л. **мелко рубленной зелени базилика**
2 **крутых яйца**

ПОДГОТОВКА ТЕСТА
Замесить тесто из указанных компонентов, добавляя воду постепенно, с таким расчетом, чтобы получить крутое тесто, если лапшу будут

раскатывать и резать по типу лагмана (см. с. 658), или менее крутое, если лапшу будут растягивать по типу дунганской лапши. Замешенное тесто расстаивают под влажным полотенцем в течение 30–40 мин.

ПОДГОТОВКА ЛАПШИ

Лапша для шимы должна быть как можно более тонкой. При этом из половины теста можно сделать резаную лапшу (пласт раскатывать до 1 мм, ширина лапши – 2 мм), а из другой половины – тянутую лапшу[1].

Лапшу отварить в подсоленной воде с добавлением соды, откинуть на дуршлаг, слегка смазать маслом. Если к моменту подачи на стол лапша остынет, надо окатить ее дополнительно кипятком.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КАЙЛЫ

В перекаленное масло заложить мясо, нарезанное кусочками по 20 г, затем лук, помидоры, все обжарить в течение 10–15 мин, затем залить уксус, 1–1,5 стакана воды, закрыть крышкой и, периодически помешивая, тушить до почти полного выпаривания воды, а затем за 2 мин до готовности добавить соль и пряности – мелко нарезанный чеснок, молотый перец, пряную зелень.

ПОДГОТОВКА ЯИЦ

Отварить яйца вкрутую, мелко изрубить и слегка обжарить в отдельной посуде в масле с солью и красным перцем.

СОЕДИНЕНИЕ ШИМЫ

Все подготовленные порознь части шимы соединить в следующем порядке: положить лапшу на дно глубоких тарелок, залить ее кайлой, посыпать сверху обжаренными яйцами и небольшим количеством пряной рубленой зелени.

МАНПАР

ДЛЯ ТЕСТА:

3 стакана **муки**
0,5 ч. л. **соли**
1 стакан **воды**

ДЛЯ ОМЛЕТА:

3 **яйца**
0,25 стакана **воды** или **молока**
1 ч. л. **растительного масла**
1–2 ч. л. **муки**
0,5 ч. л. **соли**

ДЛЯ КАЙЛЫ:

500 г **мяса**
100 г **масла растительного**
1 ст. л. **виноградного уксуса**
5 **луковиц**
4 **помидора**
5 **картофелин**
2 стручка **сладкого перца**
1–2 **лавровых листа**
1 ч. л. **черного молотого перца**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**
1 ч. л. **семян кинзы** или 3 ст. л. **мелко нарезанной зелени кинзы**
1 ст. л. **зелени чабера**
1 ст. л. **зелени базилика**
0,5 **головки чеснока**

МАНПАР – очень близкое к шиме не только по составу продуктов, но и по технологии блюдо. Поэтому подчеркнем лишь то, чем отличается манпар от шимы. В остальном схема их приготовления одна.

1. Тесто для лапши замешивать так же, но его расстойка под влажным полотенцем может длиться от 40 мин до 1,5 ч. Затем тесто раскатать в тонкий пласт толщиной 1 мм и нарезать не лапшой, а небольшими квадратиками (1×1 см). Часто от куска теста, которое долго расстаивалось, просто отщипывают двумя пальцами маленькие клецки, которые отваривают (как и квадратики) в подсоленной воде, но без добавления в нее соды.

[1] Тесто делят в этом случае на небольшие кусочки величиной с абрикос, из которых делают маленькие валики шириной с ладонь. Эти валики обмакивают в масло, затем складывают в миску или кастрюлю, дают полежать 5–7 мин и после этого растягивают каждый валик руками на весу приблизительно до толщины вермишели.

2. Кайлу для манпара готовить так же, как для шимы, но мясо резать на кусочки, вдвое меньшие по размеру (по 10 г или около 1–1,5 $см^3$). Кроме того, после обжаривания мяса, лука, помидоров в кайлу залить вместе с уксусом 1,5 стакана кипятка, после чего заправить солью, лавровым листом, перцем, тушить около 10–15 мин на медленном огне, а затем добавить нарезанный мелкими кубиками картофель и сладкий перец. Пряную зелень и чеснок положить только за 2–3 мин до конца варки кайлы.
3. Омлет готовить из указанных выше продуктов, как обычно: вылить взбитую смесь на разогретую с маслом сковороду. Когда готовый омлет слегка остынет, нарезать его в виде толстой лапши и положить, как в шиме, поверх кайлы, посыпая остатком пряной зелени.

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Таджикская кухня также знает различные виды лепешек нони, патыров, кулчи, катламы. Особенно распространена самса, называемая в Таджикистане самбусой. Способ ее изготовления и даже названия наиболее популярных видов полностью совпадают с узбекскими.

Вместе с тем некоторые виды лепешек, хотя и встречаются в южных районах Узбекистана, все же более характерны для таджикской кухни. Сюда относятся лепешки из джугарной муки, из смеси пшеничной и кукурузной муки, а также лепешки, замешиваемые на таджикской сузьме – чакке. Типичны для таджикской кухни лепешки ширмоль, которые замешивают на специальной гороховой закваске, получаемой в результате брожения гороха. Эта закваска в отличие от дрожжей и других традиционных разрыхлителей теста придает лепешкам ширмоль особый вкус и консистенцию.

Рецепты указанных мучных изделий, характерных для таджикской кухни и отличающихся оригинальной технологией, приводятся ниже.

ЛЕПЕШКИ ИЗ СМЕСИ КУКУРУЗНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ

2 стакана **пшеничной муки**
2 стакана **кукурузной муки**
100–150 г **курдючного сала**
1–1,5 ч. л. **соли**
2 ч. л. **ажгона** (зиры)
1 ч. л. **красного молотого перца**
2 ст. л. **мелко нарезанного укропа**
1 ст. л. **мелко нарезанной кинзы**
1 **луковица**

Муку, особенно пшеничную, тщательно просеять, замесить из меньшей части ее на воде вначале пресное жидкое тесто, добавить в него измельченное в фарш курдючное сало, мелко нарезанный лук, пряную зелень, пряности, ввести остальную муку и, тщательно перемешивая, довести тесто до нормальной консистенции, чтобы оно легко отставало от рук. После получасовой расстойки раскатать его в пласт толщиной 1–1,5 см, сформовать лепешки диаметром 10–12 см и выпечь их в закрытой, смазанной маслом сковороде на углях или в горячей золе.

ЛЕПЕШКИ НА СУЗЬМЕ (ЧАККЕ)

5 стаканов **пшеничной муки**
2 стакана **сузьмы**
2 ч. л. **соли**

В сузьму размешать соль, а затем замесить на ней тесто. Если оно будет крутоватым из-за густой сузьмы, добавить чуть-чуть сметаны, сливок или молока. Тесто оставить для брожения на 1 ч, после чего раскатать его в пласт толщиной около 0,5 см, вырезать из него лепешки величиной с чайное блюдце и слегка наколоть их вилкой. Выпекают такие лепешки обычно в тануре, но если их сделать чуть меньше размером, то можно выпекать на умеренном огне в духовке.

ШИРМОЛЬ (ИЛИ ШИРМОЙ)

1 кг **муки**
2 стакана **воды**
1 стакан **нута**
2–3 стакана **пшеничных отрубей**
1 ч. л. **семян аниса** или **семян ажгона** (зиры)
2 ч. л. **соли**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ АНИСОВОЙ ИЛИ АЖГОНОВОЙ ВОДЫ

В литре воды прокипятить чайную ложку (с верхом) семян аниса. (В некоторых районах Таджикистана используют вместо аниса ажгон – это придает тесту несколько иной вкус.)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЗАКВАСКИ (ХУРУШ)

Горох нут раздробить, насыпать в чашку емкостью 250 мл, залить анисовой водой. В небольшой котел насыпать немного отрубей, поставить на них чашку с горохом, прикрыть пиалой или глубокой чашкой, засыпать сверху отрубями и прикрыть котел полотном и теплой стеганкой из ваты или ватина. Котел поставить на камни или кирпичи и положить под него тлеющие угли, присыпанные золой, но так, чтобы они не касались дна котла. Важно, чтобы в котле была одинаковая, постоянная теплая температура в течение 12–14 ч. К этому времени горох начнет выделять пену – это и будет закваска хуруш.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ОПАРЫ (ПАЙГИР)

Пену снять деревянной ложкой, развести ее в воде, всыпать в нее от трети до половины муки (смотря по количеству жидкости) и замесить опару – пайгир. Пайгир скатать в шар, закрыть салфеткой и поставить зреть на 5–6 ч.

ЗАМЕШИВАНИЕ ТЕСТА И ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЛЕПЕШЕК

Когда пайгир подойдет, добавить остальную муку и воду, замесить и тщательно обмять тесто, дать ему расстояться минут 20 и сделать из него лепешки толщиной 1 см в центре и 3 см по краям. Центр наколоть вилкой, а края слегка надрезать ножом.

ВЫПЕЧКА

Выпекать в раскаленном тындыре. Ширмоли меньших размеров можно выпекать в духовке, предварительно очень хорошо прогретой, с высокой исходной температурой, которую по мере выпечки (около 20 мин) постепенно убавлять.

СЛАДОСТИ

НИШАЛЛО

1 кг **сахара**
1 л **воды**
4 **яичных белка**
50 г **мыльного корня** (колючелистник метельчатый туркестанский)
2 ч. л. **лимонной цедры**
0,5 ч. л. **лимонной кислоты**
0,5 ч. л. **ванилина**

НИШАЛЛО – полужидкий вид халвы, не подлежащей долгому хранению. Его сравнительно легко приготовить в домашних условиях.

ПОДГОТОВКА САХАРНОГО СИРОПА

Отлить от литра воды 1–1,5 стакана, в остальной воде растворить сахар, сварить сироп, тщательно снимая с него пену (сироп должен прокипеть и увариться), после чего остудить его.

ПОДГОТОВКА ОТВАРА МЫЛЬНОГО КОРНЯ

Очистить поверхность корня, нарезать его на мелкие кусочки по 0,5 см, положить в чайник, залить 1–1,5 стакана воды и прокипятить в течение 20–30 мин. Затем процедить отвар через марлю и охладить до теплого состояния.

ПОДГОТОВКА БЕЛКОВОЙ СМЕСИ

Белки взбить в пену и небольшими дозами вводить в еще теплый отвар мыльного корня, непрерывно взбивая его до образования густой белой пены.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НИШАЛЛО

Белково-мыльную смесь соединить с охлажденным сахарным сиропом по частям, небольшими дозами и все время непрерывно взбивать до тех пор, пока не образуется тягучая густая сметанообразная масса, при опробовании которой будут ощущаться кристаллы сахара. При этом сироп должен не отделяться от белой пены, а образовывать с ней единое целое. За несколько минут до окончания взбивания ввести в нишалло лимонную кислоту, ванилин, цедру.

ПАШМАК

1 кг **сахара**
0,5 стакана **пшеничной муки**
50 г **топленого масла** или **сливочного**
1 ч. л. **лимонной кислоты**
около 1 стакана **воды**

Сахар распустить в воде, добавить лимонную кислоту и уварить в густую карамельную массу, которую вылить на мраморную плиту и растянуть до появления белого цвета.

К этому времени растопить в отдельной посуде масло, добавить в него муку и слегка прогреть их, перемешивая, до светло-желтого цвета, но не давая подгорать.

Подготовленную таким образом муку распределить ровным слоем по еще горячей растянутой карамельной массе, стараясь перемешать их как можно лучше, и затем продолжать растягивать полученную массу на тонкие нити, напоминающие лапшу. Готовые нити нарезать небольшими кусками и свернуть в виде небольших колбасок. Пашмак – нестойкий продукт, его употребляют сразу после приготовления, поэтому делают в небольшом количестве.

ШЕРБЕТЫ

ШЕРБЕТЫ – род сладостей, состоящих из сока или отвара ягод или фруктов, смешанных или уваренных с сахаром. В зависимости от соотношения фруктового сока, воды и сахара шербеты могут быть различной плотности – жидкими или густыми, при этом первые довольно существенно отличаются от вторых. Они распространены в разных географических районах нашей страны.

Шербеты – сладость иранского происхождения, поэтому они получили распространение в основном в тех районах Средней Азии и Кавказа, которые длительное время входили в состав Ирана или были традиционно связаны с иранской культурой. Однако, например, в Азербайджане вошли в обиход легкие, жидкие шербеты, используемые главным образом как прохладительные напитки, а в Таджикистане распространены тяжелые, густые шербеты, используемые скорее как варенье.

Для таджикских плотных шербетов характерно соотношение (по весу) воды и сахара 3:1. Но так как часть сахара содержится во фруктах, а часть воды при варке испаряется, то в начале варки воды берется несколько более указанной пропорции.

Характерным признаком шербета является также содержание в его составе ароматических (пряных) и красящих (естественных) веществ, выражающихся во вкусе и внешнем виде изделия. Этой же цели служит обязательная прозрачность шербетов и наличие у них оттенка тех ягод или фруктов, именем которых они называются.

Чаще всего шербеты в Таджикистане готовят из гранатов, абрикосов, винограда, клубники, лимонов, вишни и из джиды (ягоды лоха), но возможны шербеты и из яблок, груш, черешни, тутовника.

Разные фрукты и ягоды требуют различной обработки для получения шербета, однако имеются некоторые общие принципы приготовления. Прежде всего ягоды и фрукты должны быть тщательно вымыты и очищены от повреждений, пленок, кожицы, а некоторые виды плотных фруктов измельчены. После этого ягоды и фрукты засыпают сахаром и оставляют на 10–12 ч, а иногда и на сутки для выделения сока. Затем обычно добавляют воду или сироп и варят на очень слабом огне крайне незначительное время – от 1 до 3 мин после закипания воды. Иногда только доводят до кипения или только заливают кипятком, даже не ставя после этого сироп на огонь.

Этот технологический прием – отсутствие кипения или сведение его до минимума – наиболее характерный момент в приготовлении шербетов, принципиально отличающий их от варений, киёмов, бекмесов и других сладких блюд из фруктов и сахара, получаемых после длительного или относительно сильного кипячения.

Шербеты при варке помешивают, что также отличает их от варки варений.

Готовый шербет процеживают через очень мелкое сито, чтобы освободить от твердых частей, а в жидкость, составляющую собственно шербет, добавляют пряности, ароматизаторы, красители и остужают.

Надо помнить, что шербеты можно готовить только в эмалированной или фарфоровой посуде.

ГРАНАТОВЫЙ ШЕРБЕТ

1 кг **гранатов**
1 л **воды**

2 стакана **сахара**
1 щепотка **ванилина**

Сок граната отжать. В воде развести сахар, сварить сироп. В горячий, но уже снятый с огня сироп влить гранатовый сок, хорошо размешать, добавить ванилин, охладить.

ВИНОГРАДНЫЙ ШЕРБЕТ

1 кг **незрелого винограда**
500 г **сахара**
2 стакана **воды** или **сиропа**
1–1,5 стакана **воды** для **винограда**

Для виноградного шербета используется только недозрелый зеленый виноград сорта хусайне («дамские пальчики»).
Ягоды винограда очистить от плодоножек, вымыть, положить в воду, довести до кипения (кипятить не более 1–2 мин), после чего охладить и только затем отжать из них сок вместе с отваром, процедить отжатую жидкость, влить ее в подготовленный кипящий сахарный сироп, продержать на огне 1–1,5 мин.
Готовый шербет охладить.

АБРИКОСОВЫЙ ШЕРБЕТ

1 кг **спелых абрикосов**
1,5 стакана **сахара**
4 стакана **кипятка**
куркума на кончике ножа

Из абрикосов вынуть косточки, отжать из мякоти сок, засыпать сахаром и дать постоять 10 ч. В полученный сок залить кипяток, перемешать, процедить, добавить немного куркумы для подкраски.

Готовый шербет охладить.

КЛУБНИЧНЫЙ ШЕРБЕТ

1 кг **клубники**
1 стакан **сахара**
2 стакана **воды**

Клубнику тщательно очистить, промыть в холодной воде, отжать сок, процедить через марлю, дать отстояться, засыпать сахаром, постараться размешать его, а затем влить не очень горячую кипяченую воду, довести до кипения на очень слабом огне и варить не более 1–2 мин.
Готовый шербет охладить.

ЛИМОННЫЙ ШЕРБЕТ

3 **лимона**
2 стакана **сахара**
3 стакана **воды**

С лимонов снять цедру, измельчить, подсушить; сок из лимонов отжать в отдельную посуду. Из воды и сахара сварить сироп, опустить в него цедру, проварить 2–3 мин. В готовый не кипящий, но еще горячий сироп влить сок лимонов, хорошенько размешать.
Готовый шербет охладить.

ВИШНЕВЫЙ ШЕРБЕТ

1 кг **вишни**
1,5 стакана **сахара**
2 стакана **воды**

Подготовить сахарный сироп. Из вишни удалить косточки, отжать сок. Вишневый сок влить в еще не остывший сироп, размешать, охладить.

{ ГЛАВА 15 }

ТУРКМЕНСКАЯ КУХНЯ

ТУРКМЕНСКАЯ КУХНЯ до сих пор не была предметом изучения. Дело в том, во-первых, туркменская кухня и по технологии, и в значительной степени по ассортименту используемых продуктов близка к кухням других среднеазиатских народов – узбеков и таджиков, поэтому долгое время полагали, что туркменской кухни вообще нет; во-вторых, жители разных районов Туркмении имеют свои этнографические особенности, в том числе и в области питания, что затрудняло и затрудняет до сих пор определение общей характеристики туркменской национальной кухни.

Огромные пустынные с редкими оазисами пространства Туркмении обусловили занятие скотоводством и содействовали тому, что для большинства туркмен основными продуктами питания стали мясо и молоко. Только у некоторых туркмен, например у мурчалинцев, занятых земледелием, преобладали в прошлом мучные блюда.

Туркмены в первую очередь ценят баранье мясо. Однако его употребляют чаще туркмены-текинцы, а туркмены-йомуды, сарыки и другие используют мясо джейранов (горных козлов), молодых нерабочих верблюдов, пернатой дичи (фазанов, куропаток, перепелок). Говядина раньше в Туркмении была малоизвестна, а у прибалханских йомудов совершенно неизвестна.

Туркменской кухне более, чем кухням других среднеазиатских народов, свойственны чисто мясные блюда, точнее, блюда из одного мяса, прошедшего тепловую обработку без примеси других продуктов или гарниров.

В большинстве случаев в Туркмении бытуют общие для всей Средней Азии способы приготовления мяса – обжаривание его в собственном жире небольшими кусочками с последующей презервацией в глазированной изнутри глиняной посуде (у туркмен это называется «говурма» – блюдо, аналогичное казахскому и узбекскому «кавурдаку»), а также обжаривание мяса молодых животных над углями (кебапы или шара). При этом национальным туркменским шашлыком (кебапом) является «кейикджерен кебап», т. е. шашлык из мяса молодого горного козла. Наконец, в Туркмении, как и в Таджикистане, нередко запекают мясо в тандыре (тамдыре).

Вместе с тем у туркмен имеются такие национальные способы приготовления и консервации мяса, которые не встречаются у соседних народов и обусловлены специфическими природными условиями: наличием высокой температуры воздуха, сухих горячих ветров и сильного нагрева песка. Один из этих способов, распространенный у йомудов, состоит в высушивании мяса на ветру под палящим солнцем. Очень крупные куски мяса вместе с костями нанизывают на острие высокого шеста и оставляют так на несколько дней. Такое вялено-сушеное мясо называется «какмач». Другой способ – текинский – основан на комбинировании различных сред. В заранее подготовленный (т. е. промытый и натертый солью и красным перцем) желудок барана или козла набивают нарезанное мелкими кусочками мясо и сало так плотно, чтобы там не осталось воздуха. После этого желудок зашивают и зарывают в раскаленный песок на день, а вечером вырывают и привязывают на высокий шест. Эта смена условий повторяется до тех пор, пока желудок не засыхает. Тогда заключенное в него мясо приобретает приятный вкус, оно долго не портится. Это мясо называется гарын (желудочное).

В современной туркменской кухне часто мясные блюда все более уступают место комбинированным мясо-крупяным, мясо-тестяным и мясо-овощным блюдам, распространенным у других народов Средней Азии и Казахстана, т. е. пловам, мантам, бешбармаку и т. п.

Правда, у туркмен эти блюда носят свои названия, причем зачастую разные. Это приводит к тому, что нередко думают, будто речь идет о совершенно различных блюдах. Так, например, пловы называются в Туркмении аш, манты – бёрек, бешбармак у большинства туркмен – гулак, у текинцев – белке, а у северных йомудов – куртук.

Уже из этого примера видно, что туркменская кухня сочетает блюда типичные и для узбекско-таджикской, и для казахско-киргизской кухни.

Лишь меньшая часть туркменских вторых блюд отличается самобытными технологическими приемами и не применяемым соседними народами сочетанием продуктов. К таким блюдам относятся из мясо-крупяных и мясо-тестяных огурджалиаш, ыштыкма, этлиунаш, гатыкли унаш.

Что касается молока, то наиболее употребляемым является верблюжье и овечье, из которых в основном изготовляют разного рода молочные изделия при помощи молочнокислого, сычужного и спиртового (дрожжевого) брожения с последующим отцеживанием, сбиванием, отжимом и высушиванием. У туркмен сложился разнообразный молочный стол, молочные продукты проходят сложную биохимическую и химико-физическую обработку. Таковы, например, оригинальные туркменские молочные изделия агаран, чал, карагурт, телеме, сыкман, сарган.

Оригинальность молочных изделий туркменской кухни обусловлена не только своеобразием исходного продукта – верблюжьего молока, но и неповторимостью климатических условий Туркмении – сухих субтропиков, создающих особые условия для молочнокислого и дрожжевого брожения.

Верблюжье молоко и изделия из него, главным образом чал, более характерны для западной и юго-западной частей Туркмении, в то время как в оазисах на востоке и юго-востоке чаще употребляют овечье молоко.

В отличие от узбекской и таджикской кухонь в туркменской используется гораздо меньше овощей, что объясняется опять-таки и климатическими условиями, и в большинстве случаев полукочевым, а не земледельческим образом жизни туркмен в прошлом. Пожалуй, чаще используют редьку и помидоры, значительно реже и меньше – тыкву и морковь, еще реже – маш. Отсутствие овощей в рационе компенсируется отчасти зеленью – щавелем, туркменской лебедой (гара сельме), туркестанским шпинатом (ысманак) и клубнями козельца (скорценера). Из фруктов наиболее распространен абрикос (урюк), используемый не только в мясных и мучных, но и в рыбных блюдах. Из бахчевых широко используются дыни, арбузы.

Набор употребляемых пряностей несколько отличается от узбекского и таджикского. Наряду с непременным луком и красным перцем у йомудов-прибалханцев, текинцев и сарыков, с черным перцем у йомудов-огурджалинцев, большинство туркмен широко используют мяту, дикую петрушку, ажгон, текинцы – бужгун (галлы фисташкового дерева) для блюд из дичи; вместо куркумы туркмены употребляют шафран (особенно огурджалинцы) и, наконец, асафетиду или ее заменитель – чеснок. По-видимому, туркмены являются единственным народом в пределах СНГ, использующим асафетиду (чомуч) как пряность[1] и даже делающим из нее особую приправу – алажу (у йомудов).

От кухонь других среднеазиатских народов туркменская кухня отличается также набором жиров. Гораздо шире, нежели топленое курдючное сало, распространенное во всей Средней Азии, применяется в Туркмении топленое масло из верблюжьего молока (сары яг) и особенно кунжутное масло, которое туркмены используют не только при изготовлении мясных блюд, но и мучных, сладких, а также рыбных.

Наличие у туркмен рыбных национальных блюд, созданных прикаспийскими йомудами-огурджалинцами, резко отличает туркменскую кухню в целом от других среднеазиатских кухонь. Даже у каракалпаков, живущих по берегам Амударьи и Сырдарьи, рыбные блюда встречаются более или менее эпизодически. А у огурджалинцев они занимают центральное место в кухне. При этом важно подчеркнуть не только то, что необычен сам по себе продукт, редкий в условиях Средней Азии, но и то, что технология приготовления его особая.

Туркмены-огурджалинцы приспособили рыбу к традиционной среднеазиатской технологии (например, к обжариванию на вертеле или в перекаленном масле, в казанах), а также к традиционным азиатским растительным продуктам – кунжуту, рису, урюку, изю-

[1] Асафетида встречается в диком виде в Юго-Восточном Казахстане, но у автора нет сведений об использовании ее в казахской кухне. Однако казахи в Синьцзяне и дунгане, уйгуры, живущие в Казахстане, в прошлом применяли асафетиду. Ввиду резкого запаха асафетида используется в минимальных дозах: в блюда ее не кладут, а прочерчивают кусочком асафетиды одну-две черты по дну котла, а затем закладывают рис, овощи, мясо и т. д. Этого бывает достаточно, чтобы все блюдо приобрело чесночно-луковый аромат. Одна черта равна двум луковицам по силе запаха.

му, гранатовому соку, которые, с точки зрения европейцев, совершенно не сочетаются с рыбой. В результате получилось причудливое смешение, дающее благодаря тщательно продуманным пропорциям основных продуктов и искусному сочетанию пряностей и жиров новые, приятные и неожиданные вкусовые эффекты.

Основным условием для приготовления туркменских рыбных блюд является наличие совершенно свежей, лучше всего свежепойманной рыбы; только с такой рыбой может органически сочетаться сладкокислая гамма приправ; при этом вопрос о сорте рыбы имеет уже более или менее второстепенное значение. Сами огурджалинцы используют преимущественно осетрину, севрюгу, а также морского и речного судака, сома, кефаль, сазана и кутума.

Для изготовления туркменских рыбных блюд вне Туркмении можно использовать, кроме перечисленных видов рыб, треску, мерлузу, макруруса, нототению, палтуса, всех окуневых и карповых рыб. При этом морская замороженная рыба или филе не нуждаются в предварительном размораживании. В то же время абсолютно исключается использование всех сельдевых, имеющих специфический запах, несовместимый со сладковато-кислой приправой.

Красную рыбу в туркменской кухне особенно часто используют для приготовления шашлыков (балык-шара), а также кавурдака (балык гавурдак). При этом полностью сохраняется та же самая технология, что и для мяса. Для балык-шара кусочки рыбы, предварительно посоленные и перемеженные на пруте (вертеле) с кружочками лука, обжаривают над углями. Для балык гавурдака, как и для обычного кавурдака, небольшие кусочки рыбы, освобожденные от костей, обжаривают в собственном жиру (специально срезанном с брюшной части) в казане, иногда с небольшим добавлением перекаленного кунжутного масла, после закладывания в глиняные кувшины заливают растопленным курдючным салом.

Остальные рыбные блюда – гаплама, чёме, балык берек, балыклы янахлы аш – представляют собой гораздо более сложные комбинации продуктов и приемов обработки. Некоторые из них напоминают приготовление плова и манты, т. е. изделий с мясом, другие же не имеют аналогов среди мясных блюд, так как быстрота приготовления рыбы по сравнению с мясом диктует особую технологию.

Огурджалинцы, как правило, подвергают рыбу смешанным способам предварительной и тепловой обработки. Например, рыбу вялят, а затем жарят; обрабатывают солью и кислотой, а затем томят или обжаривают; или же отваривают, а потом томят и обрабатывают кислотой. Основная цель этих операций состоит в том, чтобы приспособить рыбу к сладковато-кислой и сладковато-острой гамме сопутствующих продуктов и пряностей.

Таким образом, рыбные блюда, созданные туркменами юго-западной части республики, выделяются из общей среднеазиатской кухни и являются оригинальным вкладом туркменского народа в мировое кулинарное искусство.

Вот почему при обзоре основных национальных блюд туркменской кухни мы обратим внимание в основном на наиболее оригинальные молочные изделия из верблюжьего молока и на рыбные блюда туркмен-огурджалинцев.

Подавляющая часть туркмен, особенно соседствующих с Узбекистаном и Таджикистаном, т. е. в восточных и центральных районах Туркмении, более близки по своей кухне к народам этих республик.

Различия в традиционных блюдах и вкусах прикаспийских туркмен и туркмен из восточных районов республики видны хотя бы из следующего примера. Когда текинцы едят говядину, то, если она им нравится, они говорят: «Какая прелесть, как баранина!» Когда же огурджалинцы едят баранину, они хвалят ее на свой лад: «Какая прелесть – совсем как осетрина!»

Известно, что туркмены, как и остальные народы Средней Азии, пьют много чая, но текинцы, сарыки, мервцы пьют зеленый чай, как их непосредственные соседи – узбеки, а йомуды-прибалханцы и огурджалинцы – черный чай, как казахи. При этом с черным чаем они пьют парное верблюжье молоко, которым чай как бы «заваривают», а затем ненадолго ставят на угли. Такое употребление молока вместо воды для заварки чая объясняется в значительной степени тем, что вода в районах обитания йомудов слишком солоновата и жестка.

Что касается сладостей, то у туркмен они в основном те же, что и у узбеков, но ассортимент их по существу сводится к набату и бекмесам (дошабам) из арбузного и реже виноградного сока. Единственной собственно национальной туркменской сладостью является особая масса типа халвы, приготовляемая

из корней лилейного растения череш (чырыш), из которого йомуды добывают камедь тригант и варят из нее в сочетании с растительными соками (виноградным, арбузным, дынным и др.) и пряностями повидлообразную массу.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА (СУПЫ)

ТУРКМЕНСКАЯ КУХНЯ знает два типа супов. Один из них – шорба, аналогичная по технологии узбекской и таджикской шурпе (ее готовят поджарочным методом), но более однообразная и бедная по составу продуктов. Так, в черную шорбу (гара шорба) входят лишь вода, мясо и лук, в других случаях добавляют еще помидоры и тыкву. В то же время в кухне прикаспийских туркмен есть рыбная шорба – неизвестная другим народам Средней Азии и несколько отличающаяся по технологии от классических шорб.

Супы второго типа готовят неподжарочным методом. Это три разновидности – гайнатма, чектырме и дограма, не отличающиеся по технологии и очень мало разнящиеся по составу продуктов. Для них характерно прежде всего то, что мясо закладывают в кипяток, а не в холодную воду. Эти супы различаются только количеством вложенных продуктов и некоторыми деталями в составе продуктов и в разделке мяса. Именно эти супы, особенно гайнатма, являются у туркмен общенациональными блюдами.

ШОРБА ТУРКМЕНСКАЯ

500–750 г **баранины**
50 г **топленого масла**
2–3 **луковицы**
2–3 **помидора**
300–400 г **тыквы**
2 **патыра** (см. с. 663) или **кулчи**
0,5–1 ч. л. **красного молотого перца** или 10–12 горошин **черного перца** (раздавленных)
2 л **кипятка**

Мясо нарезать мелкими кубиками по 1 см, помидоры и тыкву – примерно так же, лук – вдвое мельче. Мясо пережарить на собственном жиру, а если его недостаточно, то на топленом масле, затем добавить овощи, лук, слегка посолить, обжарить и потушить около 20–25 мин. Затем залить кипятком, добавить соль, перец и варить на умеренном огне до готовности мяса.

Перед подачей на стол в тарелки накрошить черствые патыры или другие лепешки, залить их вначале бульоном, а затем разделить по тарелкам густую часть шорбы.

ШОРБА ОГУРДЖАЛИНСКАЯ

ДЛЯ ТОРБЫ:

500–750 г **рыбы**
2 **луковицы**
1 **морковь**
1 **петрушка**
3 ст. л. **кунжутного масла**
3 **лавровых листа**
10–15 зерен **черного перца**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**
1 ст. л. **зелени петрушки**
1–2 ст. л. **зелени фенхеля** или **ажгона**
7–8 тычинок **шафрана**
3–3,5 ч. л. **соли**
2 л **кипятка**

ДЛЯ УНАША (ЛАПШИ):

1 стакан **муки**
1 **яйцо**
2 ст. л. **воды**
1 ст. л. **укропа**

ПОДГОТОВКА ЛАПШИ

Яйцо взбить с водой и мелко нарезанным укропом и замесить на этой смеси муку в крутое тесто, скатать в шар, дать полежать под влажным полотенцем 15 мин, раскатать в тонкий пласт, нарезать тонкую лапшу или, не раскатывая, сделать из теста унаш, протирая его сквозь дуршлаг. В шорбу использовать лишь половину полученной лапши.

ПОДГОТОВКА ОСНОВЫ ШОРБЫ

В казанке или металлической кастрюле с толстым дном перекалить масло (см. с. 651), всыпать в него мелко нарезанный лук, нарезанную тонкой соломкой морковь, обжарить в течение 10 мин, затем переложить в эмалированную посуду.



ВАРКА ШОРБЫ

Эмалированную посуду с основой для шорбы поставить на слабый огонь, тотчас же положить рыбу, разрезанную на куски толщиной 2,5 см, посолить, поперчить, положить часть лаврового листа и шафрана, влить кипяток, увеличить огонь и проварить рыбу 7–10 мин.

Затем вынуть рыбу, засыпать в кипящую шорбу лапшу, положить остальные пряности и варить до готовности лапши на умеренном огне.

Когда лапша сварится, положить в шорбу вновь рыбу на 2–3 мин, а затем снять шорбу с огня и дать настояться еще в течение 5–7 мин.

ГАЙНАТМА

3 л **кипятка**
750 г **баранины** (или **молодой верблюжатины**)
3 **луковицы**
2 **помидора**
1–2 **клубня скорценера** (козельца) или **картофеля**
1 **корень петрушки**
1 **головка чеснока**
2 ст. л. **зелени ажгона** или 1 ч. л. **семян**
2 ч. л. **сухой мяты**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**
4–5 тычинок **шафрана**
1 ст. л. **зелени петрушки**

В кипяток положить свежее мясо, нарезанное крупными кусками (с костью), проварить около 1,5 ч на небольшом огне, прибавить мелко нарезанный лук, помидоры и скорценер, нарезанные дольками и кубиками, слегка посолить, продолжать варить еще 30 мин. Затем посолить, прибавить перец, шафран, через 5 мин – мяту, растертую в порошок, и, проварив еще 1–2 мин, снять с огня, после чего всыпать мелко нарезанный чеснок, хорошо перемешать, закрыть крышкой и дать настояться 10–15 мин.

ЧЕКТЫРМЕ

750 г **баранины** (наполовину **грудинки**)
4 **луковицы**
4 **помидора**
1 **головка чеснока**
2 стакана **листьев лебеды**
2 ст. л. **зелени петрушки**
0,5 стакана **мелко нарезанного щавеля**
6–7 тычинок **шафрана**
0,5 ч. л. **мяты**
1 ч. л. **красного молотого перца**
2,5 л **кипятка**

Чектырме готовят так же, как гайнатму, но для нее следует брать исключительно молодую баранину.

Мясо нарезать не такими крупными кусками, как для гайнатмы, но обязательно с костью.

В чектырме по сравнению с гайнатмой должен быть более высокий процент овощной гущи.

Листья лебеды надо нарезать очень мелко и закладывать их через 10 мин после лука и помидоров.

Остальные операции точно такие же, как для приготовления гайнатмы (см. предыдущий рецепт).

ВТОРЫЕ БЛЮДА

МЯСО-КРУПЯНЫЕ БЛЮДА

АШ (ПЛОВ)

Как и всюду в Средней Азии, в Туркмении к числу любимейших и распространенных вторых блюд с мясом относится ПЛОВ (аш).

По своей технологии и составу туркменский аш в основном аналогичен узбекским пловам, но в Туркмении в качестве мяса для плова чаще, чем в Узбекистане, используется дичь, особенно фазаны. Такой плов готовят, как правило, с зеленым рисом. Морковь частично или полностью заменяют урюком, для обжаривания используют кунжутное масло и едят готовый аш обычно с кислым соусом из альбухары (мелкой кислой зеленой сливы типа мирабель или ткемали) или с экстрактом из гранатового сока – нарровом, в то время как в Узбекистане в качестве приправы к плову чаще употребляют гураоб или пиез-ансур (см. с. 664).

Лишь один вид плова в Туркмении отличается технологией от общего среднеазиатского типа. Это огурджалинский плов, распространенный у прика-

спийских туркмен. В нем обращает на себя внимание раздельное приготовление мяса и рисовой части плова, а также вываривание мяса после обжаривания.

АШ ОГУРДЖАЛИНСКИЙ

750 г **баранины**
4 **луковицы**
3–4 **моркови**
1,5 стакана **риса**
0,75–1 стакан **кунжутного масла**
1 ч. л. **красного молотого перца**
2 ч. л. **ажгона** (семян)
1,5 стакана **урюка**
2 щепотки **шафрана**
по 2 ст. л. **зелени петрушки и укропа**
1 л **кипятка**

Обжарить баранину кусками по 50–60 г в перекаленном масле, добавить мелко нарезанный лук, морковь соломкой, как в обычный плов (см. с. 650); через 20–25 мин вынуть мясо из зирвака, переложить его в кипяток, отварить до готовности, выложить в отдельную посуду, а навар вылить в котел с зирваком, засыпать рис и урюк, пряности (ажгон, перец, шафран) и варить вначале с открытой крышкой до испарения воды, а затем 10–15 мин на слабом огне для подсушивания. За 3–5 мин до готовности на рис сверху положить мясо, обсыпать его зеленью петрушки и укропа, дать потомиться несколько минут.

ЫШТЫКМА (ПТИЦА ТУШЕНАЯ)

ЫШТЫКМА – блюдо прикаспийских туркмен. Чаще всего для него идет водоплавающая птица – дикие гуси и утки, но его можно приготовить и из домашней птицы.

Казан для приготовления ыштыкмы должен быть такого размера, чтобы в нем было удобно переворачивать птицу и чтобы тушка в нем свободно помещалась.

1 **утка**[1]
1,5 стакана **риса**
0,75 стакана **кунжутного масла**
1–1,5 стакана **кипятка**
1 щепотка **шафрана**

ДЛЯ НАЧИНКИ:
4 **луковицы**
1–1,5 стакана **урюка**
2 ст. л. **изюма**
1 ст. л. **наррова** (гранатового экстракта) или **лимонного сока**
0,5 **головки чеснока**
1 ч. л. **красного молотого перца**
10 горошин **черного перца**
0,5–1 ч. л. **соли**
1 ст. л. **зелени ажгона** или 1 ч. л. **семян**

ПОДГОТОВКА ПТИЦЫ

Птицу очистить, опалить, обмыть, вытереть насухо, слегка натереть изнутри солью.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НАЧИНКИ

Лук нарезать кубиками, обжарить в 2–3 ст. л. перекаленного кунжутного масла, добавить урюк, изюм, чуть посолить, протомить 10–15 мин до золотистого цвета, вынуть из казанка, остудить, добавить перец, мелко нарубленный чеснок, ажгон, соль, перемешать с нарровом, дать постоять 5–7 мин.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПТИЦЫ

В подготовленную птицу туго набить начинку, опустить тушку в перекаленное кунжутное масло, хорошо обжарить со всех сторон до образования темно-золотистой корочки, потушить минут 15–20, затем залить примерно 0,5 стакана кипятка в казан и продолжать тушить птицу на медленном огне, добавить в образовавшийся соус понемногу тех же пряностей, что и в начинку, и поливать этим соусом птицу. Когда вода почти выпарится, а птица будет готова, переложить тушку в другую посуду.

[1] Набор продуктов дан для наиболее характерной ыштыкмы – из утки. При использовании гуся или индейки объем продуктов следует увеличить наполовину.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ РИСА

В оставшиеся в казане после тушения птицы масло и навар положить остатки начинки, залить кипятком, посолить, добавить шафран и засыпать предварительно промытый в холодной воде и замоченный на 30–40 мин в горячей воде рис, после чего варить на медленном огне до готовности риса и полного выпаривания воды, не помешивая.

Когда рис будет готов, разгрести его, положить на дно казана тушку птицы, чтобы она снова обжарилась в масле, зарыть ее в рис и дать потомиться и согреться на очень слабом огне несколько минут, после чего дать постоять еще 5–10 мин без огня с закрытой крышкой.

При подаче на стол птицу разрезать на куски, начинку и рис гарнировать отдельно.

МЯСО-ТЕСТЯНЫЕ БЛЮДА

ЭТЛИ УНАШ (МЯСО С УРЮЧНОЙ ЛАПШОЙ)

500 г **баранины**
4 **луковицы**
20–30 шт. **урюка**
1 **морковь**
0,75 стакана **кунжутного масла** или 150 г **верблюжьего** (сары яг)
2 ст. л. **зелени ажгона** или 1,5 ч. л. **семян**
2 ст. л. **укропа**
1 **головка чеснока**
1 ч. л. **черного молотого перца**
0,5 ч. л. **красного молотого перца**
1–2 ст. л. **наррова** (гранатового экстракта) или 1 ст. л. **слабого виноградного уксуса** или **лимонного сока**
1–1,25 л **кипятка**

ДЛЯ ЛАПШИ:

0,75–1 стакан **муки**
2–3 ст. л. **воды**

ПОДГОТОВКА ЛАПШИ

Замесить крутое тесто, раскатать в лист до 1 мм и нарезать полосами шириной от 0,5 до 1 см или же из этого теста сделать умач через дуршлаг.

Лапшу или умач обязательно высушить перед употреблением.

ПОДГОТОВКА МЯСА И ОВОЩЕЙ

Мясо нарезать мелкими кусочками (1×1 см), обжарить в перекаленном масле 10–15 мин, всыпать мелко нарезанный лук, морковь соломкой, урюк и продолжать обжаривать при открытой крышке еще 10–15 мин, добавив немного соли, черного перца и четвертую часть чеснока.

ВАРКА УНАША

Переложить мясо и овощи в эмалированную посуду, залить крутым кипятком, довести до кипения, посолить, опустить лапшу и варить на умеренном огне почти до полного выкипания воды.

Незадолго до конца варки ввести все пряности, кроме чеснока, а окончив варку, тотчас же засыпать унаш мелко нарубленным чесноком, перемешать, добавить уксус или нарров и, прикрыв крышкой, оставить на 10 мин упревать.

ГАТЫКЛИ УНАШ

Разновидностью этли унаша является гатыкли унаш. Это блюдо приготавливается абсолютно так же, как и этли унаш, и из тех же самых продуктов. Но после его готовности оно заправляется не уксусом или кислыми соками, а одним из кисломолочных продуктов: агараном (сметана из верблюжьего молока), гатыком (катыком) или кислой сывороткой – турышчалом.

Норма заправки произвольная, по вкусу. Но для сохранения вкусовой пропорции следует брать на вышеприведенную порцию этли унаша примерно 1–1,5 стакана сметаны или же 2 стакана катыка. Сыворотки, особенно очень кислой, берут от 0,5 до 0,75 стакана.

Заправляют кисломолочные продукты уже после упревания унаша, т. е. непосредственно во время подачи к столу.

РЫБНЫЕ БЛЮДА

Для **рыбных блюд** огурджалинской кухни характерна комбинированная, холодная и горячая обработка, не свойственная другим кухням. Поэтому рецепты этих блюд даны по возможности подробно.

ГАПЛАМА

500 г филе **вяленой кефали** (замена: **вяленая скумбрия, рыбец**)
5–6 **клубней скорценера** или **картофеля**
2–3 **помидора**
2 **луковицы**
0,5 стакана **кунжутного масла**
0,5–0,75 стакана **воды**
3 ст. л. **зелени петрушки**
2 ст. л. **зелени ажгона**
15 горошин **черного перца** или 1 ч. л. **черного молотого перца**
1 ст. л. **гранатового сока**

ПОДГОТОВКА РЫБЫ

Свежую кефаль выпотрошить, посолить изнутри и провялить слегка 1–2 дня. Затем разделать на филе, нарезать примерно на одинаковые куски (2×5 см).

ПОДГОТОВКА СКОРЦЕНЕРА ИЛИ КАРТОФЕЛЯ

Клубни очистить, нарезать кубиками по 1–1,5 см и обжарить их равномерно со всех сторон в казане до образования достаточно прочной золотистой корочки.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ГАПЛАМЫ

В перекаленном масле обжарить мелко нарезанный лук и помидоры в течение 10–12 мин, слегка посолить, добавить половину зелени петрушки и меньшую часть перца, а затем положить куски рыбного филе в подготовленный скорценер и обжаривать их около 10 мин на умеренном огне. Затем, осторожно заливая небольшими порциями воду (лучше всего по столовой ложке), потомить гапламу, стараясь, чтобы большая часть воды (но не вся!) выпарилась, а рыба и скорценер размягчились. Одновременно с водой надо ввести и остальные пряности. При подаче к столу можно слегка сбрызнуть рыбу гранатовым соком.

БАЛЫКЛЫ ЯНАХЛЫ-АШ (РЫБНЫЙ ПЛОВ)

500–750 г **рыбного филе**
0,75–1 л **воды**
0,5 стакана **кунжутного масла**
4 **луковицы**
2–3 крупные **моркови**
1–1,5 стакана **риса**
0,5–0,75 стакана **жирной, густой сметаны** или 1 стакан **катыка**
20 горошин **черного перца** или 1,5–2 ч. л. **молотого перца**
1 ч. л. **семян фенхеля** или **ажгона**
1 **корень петрушки**
3 ст. л. **зелени петрушки**
2 ст. л. **зелени укропа**
1–2 щепотки **шафрана** или 6–8 тычинок
2 **лавровых листа**
0,5 стакана **кислого гранатового сока** или **сок 0,5 лимона**
1–1,5 ч. л. **соли** для подсаливания 1 л **воды**, остальная соль – по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ РЫБЫ

Воду вскипятить, подсолить, положить лавровый лист, половину мелко нарезанного корня петрушки, 5 раздавленных горошин перца, пол-луковицы и отварить в этом бульоне в течение 10 мин на умеренном огне рыбу, нарезанную на куски. Затем рыбу вынуть из бульона, переложить в глиняную посуду, засыпать мелко нарезанными двумя луковицами, натертым корнем петрушки, половиной перца, зеленью петрушки и укропа, молотым фенхелем и частью шафрана, посолить, залить сметаной и поставить томиться на очень слабый огонь или угли, а при отсутствии их – на паровую баню.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ АША

Перекалить кунжутное масло, обжарить в нем лук, морковь, нарезанную тонкой соломкой,

влить процеженный рыбный бульон, довести до кипения и сразу же всыпать предварительно промытый в холодной воде и замоченный в горячей воде на 30 мин рис, посолить. В открытом казанке продолжать варить рис на умеренном огне до тех пор, пока весь бульон не выкипит. После этого заправить аш оставшимися пряностями, перемешать рис, закрыть крышкой и поставить на очень слабый огонь упревать на 20 мин.

ПОДАЧА БЛЮДА

Выложить аш в глубокую тарелку, облить кислым гранатовым соком. Отдельно подать протомившуюся рыбу. Кусочки рыбы заедать ашем.

БАЛЫК БЁРЕК (МАНТЫ ОГУРДЖАЛИНСКИЕ)

БАЛЫК БЁРЕК – манты с рыбной начинкой. Тесто для них, а также общая технология приготовления аналогичны узбекским мантам (см. с. 657). Отличие составляет начинка, в которую идет рыбный рубленый фарш и пряности.

НАЧИНКА ДЛЯ ОГУРДЖАЛИНСКИХ МАНТОВ:

1 кг **рыбного филе**
1 **сырое яйцо**
3 **луковицы**
1 ч. л. **черного молотого перца**
1 капсулка **кардамона** (растертая в порошок)
1 ч. л. **красного перца**
2–3 ст. л. **мелко нарезанного укропа и петрушки**
1 ст. л. **фенхеля**
2 щепотки **шафрана**

Рыбное филе нарезать кусочками величиной с фасоль или нарубить кубиками по 1 см. Лук нарезать мелко-мелко, перемешать с молотыми и измельченными пряностями, соединить с рыбным фаршем, посолить, облить хорошо взбитым яйцом, вновь тщательно перемешать и тотчас же начинять манты, беря по полной чайной ложке (с горкой) на каждый мант.

МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

МОЛОКО и главным образом молочные изделия играют весьма важную роль в туркменской кухне. Они наряду с мясом являются основным продуктом питания туркмен. В среднем, особенно летом, туркмен употребляет 4–5 л молока в день, а с учетом масла и сыра – и того больше.

При этом употребляется не столько само по себе молоко, сколько различные изделия из него, ассортимент которых у туркмен гораздо шире, чем у их соседей-узбеков. Поэтому в туркменской кухне мы отмечаем прежде всего не молочные блюда, т. е. такие, которые изготовлены на молоке или где молоко выступает в качестве главного компонента, а молочные изделия, полученные целиком из молока путем его сквашивания, брожения и других операций.

Особый, неповторимый характер туркменских молочных изделий объясняется также использованием верблюжьего молока. Хотя по химическому составу верблюжье молоко приближается к коровьему, но вкус его более сладковатый и запах специфический. Верблюжье молоко обладает высокой степенью жирности, но жир его отстаивается медленнее, чем у коровьего молока, причем усваивается он значительно лучше. По сравнению с коровьим молоком в верблюжьем больше витамина С. Но главное отличие верблюжьего молока от коровьего состоит в том, что при одинаковом примерно количестве белков наблюдается резкая качественная разница в их белковом составе. Казеин верблюжьего молока дает нежные, мелкие хлопья, которые при встряхивании легко разбиваются. Все это отражается на схеме сбраживания, а следовательно, и на консистенции, вкусе и аромате изделий и продуктов из верблюжьего молока.

Интересно, что при самозакисании сырого верблюжьего молока во вкусе его возникает резкая неприятная кислотность с горьковатым привкусом, поскольку при этом образуется наряду с молочной кислотой ряд побочных продуктов брожения вроде уксусной и янтарной кислот, которые ухудшают вкус продукта. Поэтому верблюжье молоко сквашивают всегда специальным методом, пользуясь особыми закваскими и соблюдая определенные условия, гарантирующие управляемое, а не стихийное развитие микрофлоры.

Так, из верблюжьего молока приготовляют катык (или, как он по-разному называется у туркмен, га-

тык, егурт, чекизе) по общему для всех стран Ближнего и Среднего Востока методу. Более специфическим для туркменской кухни является чал – совершенно особый молочный продукт из верблюжьего молока, получаемый в результате не только молочнокислого, но и дрожжевого брожения[1]. Попутно с чалом (или, как его еще называют, дуечалом) в процессе его приготовления получают также агаран (или акайран), который можно определить как жирную фракцию чала, своеобразную туркменскую «сметану», и турыш-чал – острую, жидкую сыворотку от чала.

Кроме того, из верблюжьего и другого молока получают катык (егурт) и его производные:

МЕСГЕ ЯГ (масло) – сбивают из смеси катыка и небольшого количества воды;

САРЫ ЯГ (топленое масло) – получают перетапливанием сливочного масла;

ДУРДА (отходы топления масла) – используют в некоторых видах теста;

АЙРАН (оставшаяся от сбивания масла пахта, иногда еще смешанная с водой, составляющей пятую или четвертую часть пахты);

КАРА СУЗМЕ (черная сузьма) – получают отцеживанием пахты;

СУЗМЕ (отцеженный егурт, катык, аналогичный узбекской сузьме);

СУЗЬМЕ ЧАЛ (соответствующий айрану у других народов Средней Азии, т. е. смесь сузьмы с водой в соотношении 1:1);

АК ГУРТ (соответствующий узбекскому курту – сушеные шарики из сузьмы);

КАРА ГУРТ – сыворотка от катыка или от пахты, долго и медленно кипяченная до образования густой массы, с кислым, но приятным вкусом (не встречается у других народов).

Но и это еще не все. Из овечьего молока туркмены готовят местные сыры – **ТЕЛЕМЕ**, **сыкман** (он же **ПЕЙНИР**) и **САРГАН**.

По способу получения и вкусу эти сыры отличаются от рассольных и кувшинных сыров народов Кавказа, хотя принцип получения их одинаков.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЧАЛА

Чал приготовляют несколькими способами: при помощи специальной закваски или ее заменителей, при помощи старого чала или из сочетания чала с водой и, наконец, при помощи чистых культур молочнокислых бактерий.

1. Приготовление специальной закваски, называемой гор, сложно и длительно, поэтому в большинстве случаев новый чал получают, используя в качестве закваски чал предыдущего дня. Если же такового нет, то в качестве первичной закваски можно использовать катык (см. с. 754), в том числе из коровьего и овечьего (козьего) молока. Но в этом случае в первый раз чал получается более низкого качества, слабогазированный, и только после трех-четырех переквашиваний он «выравнивается», приобретает все свойства, типичные для настоящего чала.

2. Самый обычный способ приготовления чала следующий. Обязательно парное верблюжье молоко, сохраняющее довольно высокую исходную температуру (свыше 37–40 °С), процеживают сквозь двойной-тройной слой марли, и если оно при этом не остудилось, то ожидают, чтобы температура его упала до 30 °С, максимум до 32 °С. В это время готовят закваску – чал, который должен составлять от четверти до трети объема парного молока, предназначенного для получения чала. Закваску-чал тщательно размешивают и льют на нее, обычно в большой глиняный кувшин на 6–10 л, процеженное и остуженное парное молоко, которое вновь старательно перемешивают с закваской в течение 20 мин и даже более. После этого прикрытый марлей кувшин ставят в тень, где температура не менее 25–30 °С, или поддерживают такую температуру в кувшине, укутывая его в холодное время года. Уже через полчаса на поверхности будущего чала появляется сквашенная шапка более жирных и легких фракций – агаран. Ее можно снять и использовать как сметану. После этого квашение чала продолжается при непрерывном поддерживании температуры на уровне 30 °С. Через 4 ч

[1] Чал делают и казахи юго-западных районов Казахстана, где также развито верблюдоводство, но по-казахски он называется шубатом. Вот почему иногда чал и шубат считают разными молочными изделиями или, как их часто неправильно называют, напитками. Чал (шубат) правильнее называть кисломолочным продуктом.

молоко в основном сквашивается полностью, а через 6–8 ч приобретает специфические свойства полноценного чала.

В процессе сквашивания, особенно после первых четырех часов, будущий чал все время (несколько раз в сутки) вымешивают, не давая образоваться крупным хлопьям и скоплениям сгустка. Чаще всего вымешивание совпадает с добавлением в сквасившийся первичный чал (после первых четырех – шести часов) новых порций парного верблюжьего молока (поскольку верблюдиц доят 4 раза в день, новое молоко добавляют не менее 4–5 раз в сутки). Спустя 10 ч после образования чала температуру его дальнейшего содержания следует понизить до 20–25 °С. На вторые сутки чал уже следует хранить при 5–10 °С. При такой температуре можно сохранить чал до 3–4 дней, но обычно в Туркмении стараются использовать чал в течение суток, иначе он становится резким, неприятным, невкусным (кислотность увеличивается, газированность уменьшается).

Периодическое снятие агарана, а также частое перемешивание чала дают однородный по консистенции напиток, и все же возможно расслоение чала на верхнюю, более густую, жирную часть и нижнюю, более жидкую, похожую на сыворотку, называемую турыш-чал. Это обычно связано с неровностью температуры, большими перерывами в размешивании и другими нарушениями правил приготовления.

3. Поскольку чал как напиток предназначен прежде всего для утоления жажды, его очень часто готовят с водой. Такой чал иногда получается даже более однородным, чем без воды. В этом случае к парному теплому верблюжьему молоку после его процеживания добавляют подогретую до 30–32 °С воду в пропорции 1:1, вымешивают эту смесь, а затем добавляют закваску, обязательно в размере 1/3 от общего объема смеси воды и молока.

Дальнейшее приготовление идет по вышеописанной схеме.

ТЕЛЕМЕ

ТЕЛЕМЕ – молодой сыр, представляющий собой густую, мягкую, влажную массу, внешне похожую на творог. Для приготовления телеме необходима особая закваска, называемая гонзелик или маялык. Полученную после сквашивания массу – маялык хранят в глиняном кувшине 1 месяц. Для получения телеме 1 ст. ложку маялыка растворяют в 1 ведре парного, еще теплого овечьего молока, которое начинает бродить уже через несколько часов. Брожение может происходить в глиняной посуде или кожаном бурдюке. Через 16–20 ч получается густая масса – телеме, которую уже к исходу суток можно употреблять в пищу.

СЫКМАН

Для получения **СЫКМАНА**, или **ПЕЙНИРА**, молодой сыр телеме отцеживают в мешке из тонкой хлопчатобумажной ткани, а через 10–12 ч после отцеживания кладут под не слишком тяжелый пресс: накрывают доской, на которую кладут камень весом примерно 5–6 кг (на ведро телеме). Через сутки получается сыкман, что в переводе означает «выжатый». Это так называемый холодный способ обработки телеме.

САРГАН

Для получения **САРГАНА** творожную массу телеме обрабатывают горячим способом: кипятят на слабом огне до выпаривания жидкости – сыворотки. В результате получается другой сорт сыра – хрустящий сладковатый сарган.

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ туркменской кухни фактически повторяют мучные изделия узбеков и таджиков, но по ассортименту не столь разнообразны, как последние. Кроме того, они, как правило, проще по составу компонентов. Однако технология их приготовления и выпечки в тындыре – та же самая, что и у узбеков. Иногда применяется еще более упрощенная выпечка – в золе. Так выпекается национальный хлеб туркмен ер чурек. Основное масло, используемое в мучных изделиях, – кунжутное.

Лепешки выпекаются из пресного теста.

{ ГЛАВА 16 }

ПРИБАЛТИЙСКИЕ КУХНИ

ПРИБАЛТИЙСКИЕ КУХНИ – эстонская, латышская и литовская – имеют ряд общих черт, обусловленных сходством природных условий и исторического развития народов Прибалтики.

Прохладное, дождливое лето, суглинисто-песчаные почвы, сосновые, дубовые леса, обширные луга и болота, близость моря, наличие полноводных рек и крупных озер – все это, вместе взятое, способствовало тому, что основным пищевым сырьем для народов Прибалтики издавна были рожь и ячмень, брюква и капуста, горох и конопля (как менее теплолюбивые и наиболее неприхотливые зерновые и огородные культуры), грибы и лесные ягоды (в основном черника, брусника и клюква) и рыба (салака, балтийская сельдь, снеток, налим и щука).

Обилие неудобных для земледелия, полузаболоченных, полузаросших кустарником и покрытых валунами земель в сочетании с влажным климатом, содействующим быстрому обновлению травостоя, послужило основанием для использования этих земель не под пашни, а под пастбища и создало возможность развития молочного животноводства. С XVIII века в Прибалтике, почти на 100 лет раньше, чем в России, в культуру был введен картофель, и вместе с ним еще более расширилось развитие свиноводства. Картофель наряду со свиным салом и молочными продуктами становится основным продуктом в национальных блюдах народов Прибалтики.

Что же касается влияния исторических условий на формирование прибалтийской кулинарии, то здесь наиболее общим моментом было воздействие немецкой кухни, являвшейся в течение шести веков кухней господствующих классов в Прибалтике. Хотя эстонская, латышская и литовская кухни лишь отчасти восприняли состав блюд немецкой кухни, но зато во многом усвоили ее технологию и общую вкусовую направленность. Отсюда преимущественно отварные, а не жареные, пресные, а не пряные и острые блюда в прибалтийских кухнях, где в качестве приправ чаще всего выступают масло, сливки, молоко, сметана.

Обилие крупяных, картофельных, мучных и других крахмалсодержащих блюд, например киселей, хлебных супов, кондитерских изделий из картофельной муки, а также употребление свиных колбас и использование пива в качестве компонента в ряде блюд – другая общая черта, свойственная всем прибалтийским кухням и также исторически в значительной степени обусловленная воздействием немецкой кулинарии.

В то же время наряду с общими чертами эстонская, латышская и литовская кухни – каждая в отдельности – имеют и свои национальные черты, тесно связанные с особенностями их исторического развития.

ЭСТОНСКАЯ КУХНЯ, как кухня финно-угорского народа, была близка к финской кухне и в целом более «морская» – в ней рыбные блюда из морской рыбы (салаки) играют гораздо более значительную роль, чем в латышской и тем более литовской кухнях. Кроме того, эстонская кухня испытала влияние не только немецкой, но и шведской кухни: почти столетие (XVII–XVIII века) территория Эстонии принадлежала Швеции.

ЛАТЫШСКАЯ КУХНЯ, если судить о ней по городской кулинарии, наиболее онемечена, если же судить о ней по крестьянским блюдам, особенно латгальским и курземским, она сохранила наиболее древние, самобытные черты.

ЛИТОВСКАЯ КУХНЯ, близкая в своих истоках к древнерусской полоцкой кухне, затем долгое время развивалась совместно с польской и восприняла у нее не только технологические навыки, но и значительный ассортимент блюд, но при этом одновременно обогатила и польскую кухню своими национальными блюдами. Литовская кухня отличается большей близостью

к славянским кухням, а не к германским. Она же и наименее «морская» из всех прибалтийских кухонь, скорее выраженная «лесная», т. е. в большей степени использует дары леса, чем моря; отсюда в литовской кухне большое число блюд из пернатой и особенно красной дичи (кабаньего и лосиного мяса), а также широкое использование меда и ягод.

Все отмеченные общие черты национальных кухонь народов Прибалтики, равно как и наиболее характерные различия между ними, не исчерпывают, разумеется, всех особенностей национальной кулинарии латышей, эстонцев и литовцев, но помогают лучше понять то особое место, которое занимают прибалтийские кухни в ряду разных кулинарных направлений.

{ ГЛАВА 17 }

ЭСТОНСКАЯ КУХНЯ

ЭСТОНСКАЯ КУХНЯ наиболее полно сохранила до наших дней свои специфические национальные черты, сложившиеся к концу XIX – началу XX века.

Надо сразу же подчеркнуть, что и пищевое сырье, и технология, и композиционные приемы эстонской кухни просты настолько, что их можно было бы рассматривать как упрощенные, если бы в самой последовательности выдерживания этой простоты не заключалось ее основное своеобразие.

Из пищевого сырья самыми характерными для эстонской кухни являются рыба, молоко, сметана, сливки, постная и беконная свинина, мясные субпродукты, картофель, капуста, горох, брюква, причем молоко и картофель всегда выступают в качестве обязательных компонентов подавляющего большинства блюд, сочетаясь почти со всеми используемыми в эстонской кухне продуктами, в том числе с такими, с какими они не сочетаются ни в одной другой национальной кухне (например, молоко с горохом и рыбой, картофель в качестве компонента кондитерского изделия), при этом соотношения и технология этих необычных сочетаний таковы, что они в конечном итоге дают вкусное блюдо.

Что же касается технологии, то эстонская кухня – ярко выраженная «отварная». Овощи, мясо, рыба, яйца, грибы – все это преимущественно варится. Это, конечно, не значит, что в эстонской кухне отсутствуют жареные блюда. Они имеются, но в незначительном количестве, ибо принадлежат к заимствованным. Знает эстонская кухня и процесс обжаривания, но применяется он крайне редко, главным образом как вспомогательный. К тому же обжаривание по-эстонски происходит в молочно-сметанной или молочно-мучной среде (а не на масле) – блюда получаются полужареными-полуваренными, без характерных признаков жареных продуктов (без запаха масла и внешней жесткой обжаренной корочки).

К этому надо добавить, что отваривание в эстонской кухне ведется только в жидкой среде (другие виды отваривания – на пару, в водяной и паровой бане – не используются). Однако, меняя среду для отваривания (вода, квас, молоко, молочно-мучная, молочно-сметанная и молочно-яичная смесь) и температуру отваривания (наплитный огонь, печной жар, духовка), а также изменяя время и последовательность закладки отвариваемых продуктов, эстонские кулинары достигли известного разнообразия во вкусе отварной пищи.

Это разнообразие, конечно, весьма относительное, поскольку эстонская кухня крайне слабо и неохотно использует приправы и пряности. Из вкусовых приправ употребляются, кроме молока, сливок и сметаны в чистом виде, еще так называемый «кастмед» – молочные и молочно-сметанные подливки, которые сопровождают почти каждое эстонское мясное, овощное и рыбное блюдо (в подливку для рыбных блюд вводят тертое рыбное или селедочное филе). Что же касается собственно пряностей, то кроме лука употребляются еще укроп, майоран, тмин как специфические эстонские и изредка петрушка, сельдерей, причем в крайне малых дозах и в строго определенные, конкретные блюда: укроп – в салаку, майоран – в кровяные колбасы, тмин – в творог, петрушка, сельдерей – в мясные супы, да и то далеко не во все. Подавляющее же число блюд приготовляют совершенно без пряных добавок и приправ.

В результате чего достигается своеобразие вкуса эстонских блюд? Прежде всего, в результате отмеченной выше смены среды для отваривания. Затем в результате некоторых необычных сочетаний пищевого сырья (рыба со свиным салом, яблоки с бычьей кровью, горох с молоком); сохранения чистого, без примесей, естественного вкуса пищевого сырья, что обязывает использовать самые свежие, самые качественные продукты, и, наконец, благодаря молочному привкусу, поскольку молоко в том или ином виде присутствует во всех или, по крайней мере, в большинстве эстонских блюд – от мясных до сладких включительно, будь то компонент или основа или же молочная подливка.

Таким образом, вкусовая гамма эстонской кухни весьма ограниченна, но в то же время исключительно цельна и определенна – она выраженно-пресная, ее вкус мягок, нежен, сдержан, естествен, ее основной аромат – молочный, преобладающий даже в рыбных и сладких блюдах.

Прост и состав эстонского стола. Как и у всех прибалтов, у эстонцев заметную роль играют холодный стол, молочные и мясные супы, кашицеобразные овощезерновые блюда, рыба во всех видах и сытные, содержащие всегда муку, крупы и крахмал, сладкие блюда.

Вместе с тем холодные блюда занимают у эстонцев меньшее место, чем у литовцев и латышей. Эстонский холодный стол не требует в целом той длительной подготовки, в какой нуждаются латышский и особенно литовский с их сложными и дорогими рулетами из мяса, дичи, с их копченостями из домашней птицы, колбасными изделиями и домашними сырами. В эстонский «кюльм лауд» обычно входят черный плотный эстонский хлеб или сеппик (серый хлеб), маринованная килька или сельдь, сельдь со сметаной и картофелем или копченая салака, молоко, простокваша, кама, в более сложном и богатом варианте – сюльт (студень), бекон или отварная ветчина, кисло-сладкий ржаной хлеб, лейваватск (ржано-картофельный рулет) и опять-таки неизменное молоко или простокваша, а также сливочное масло и крутые яйца.

Из блюд горячего стола, который стал доминировать лишь с начала XX века, немалую роль играют супы, особенно молочные, по числу и разнообразию которых эстонская кухня превосходит другие. Так, имеются молочно-тестяные, молочно-крупяные, молочно-овощные, молочно-рыбные, молочно-грибные, молочно-яичные, молочно-пивные и даже молочно-молочные супы (т. е. из молока и молочных продуктов), причем все они приготовляются из пресного молока в отличие от молочно-кислых супов среднеазиатской и закавказских кухонь. В перечисленный ассортимент молочных супов не вошли еще сладкие супы, где молоко также присутствует, но уже не в качестве основы, а лишь одного из компонентов.

Из немолочных супов наиболее распространены картофельные, капустные и гороховые, приготовляемые с небольшим добавлением свиного сала, обычно копченого, а не соленого.

Что же касается собственно мясных супов, то они не оригинальны ни по своей технологии, ни по составу – мясо отваривается в них обычно одним куском, а немясная часть состоит из картофеля, капусты или гороха и какой-либо крупы, чаще всего перловой, с добавлением небольшого количества других овощей – брюквы или моркови. Лук, петрушку кладут не всегда и в весьма умеренных дозах. Вкус и аромат супов создается не сдабривающими их пряностями, а в результате введения в их состав копченого мяса (баранины, ветчины), солонины или копченого сала (бекона). Поэтому в эстонских мясных супах крайне редко используется парное мясо.

Особый характер эстонских мясных супов проявляется также и в том, что мясная часть состоит не из собственно мяса, а из субпродуктов: само мясо в Эстонии всегда считалось слишком хорошим и дорогостоящим продуктом, чтобы использовать его в супы, и оно всегда предназначалось только для вторых блюд.

Несмотря на то что свинина распространена в эстонской кухне, она сравнительно редко используется в супах как самостоятельный компонент, а чаще всего выступает в виде вкусовой добавки к субпродуктам, например к бараньим, говяжьим, причем лишь в капустные и гороховые супы, да и то в небольших количествах – 200–250 г на блюдо для четырех человек.

Немалое место в рационе занимают мучные изделия и крупяные блюда. К числу первых относятся эстонские национальные виды хлеба из ржаной и ячменной муки с добавлением различных соложеных заквасок или иных продуктов (картофеля, меда), отчего эти хлебы приобретают совершенно особые вкус (привкус) и консистенцию. Таковы кисло-сладкий хлеб, эстонский ржаной из крутого теста, картофельный хлеб, ячменный хлеб, сеппик (серый хлеб), лейваватск (ржано-картофельный рулет на конопляном масле), медовый хлеб. К этим видам мучных изделий примыкают и эстонские пироги – пирукад, приготовляемые из ржаного теста и более похожие не на собственно пироги, а скорее на начинки, обернутые сравнительно толстой тестяной оболочкой и выпекаемые в виде овальных караваев или буханок, поскольку начинка составляет три четверти всего изделия. Начинки также довольно значительно отличаются от начинок русских пирогов: например, рыба используется в них со свиным салом, ветчина с ячменной кашей и яйцами, мясо с конопляным семенем в соотношении 1:1.

Из крупяных блюд самыми характерными для эстонской кухни являются так называемые составные



или смешанные крупяные, овоще-крупяные и овощные каши, сходные с латышскими путрами, но несколько отличающиеся от них и составом, и отсутствием процесса заквашивания, и строгим постоянством своих комбинаций. Так, тангу пудер является смесью овсяной и гречневой крупы, мульги пудер – сочетанием перловки и картофеля, мульги капсад – перловки и капусты, кама – соединением муки гороха, бобов, ржи, ячменя и овса.

Как и остальные эстонские блюда, смешанные каши варят на пресном молоке, или его добавляют после приготовления. А блюда из камы представляют собой просто механическую смесь муки и молока или простокваши без всякой тепловой обработки.

Выше уже упоминалось, что из всех прибалтийских кухонь эстонская является наиболее рыбной. Рыбные блюда составляют в ней не только большую часть по сравнению с мясными и овощными, но и наиболее тщательно и оригинально разработаны. Для их приготовления применяются более сложные технологические приемы, чем для приготовления мясных блюд.

При этом есть различия в использовании рыбы в приморских (северных и западных) и причудских (восточных) районах Эстонии. Камбалу, салаку, балтийскую сельдь, сырть, угря используют в приморских частях республики. На востоке Эстонии у Чудского озера и во внутренних районах, у Выртсъярва, рыбные блюда приготовляют из снетков, ряпушки, ершей, щуки. Как правило, рыбно-молочные и рыбно-овощные супы делают из рыбы с белым, бескостным филе – преимущественно из камбалы, трески, сига. Супы из рыбы с капустой в виде исключения делают со щукой. Обычно же щука, линь, окунь, сельдь, салака идут на вторые блюда, хотя из салаки в приморской Эстонии иногда делают и рыбно-молочные супы. Из снетков, ряпушки, ершей делают супы, предварительно провялив или высушив их, причем из каждой породы в отдельности, не смешивая их. Из этой же мелкой рыбы и из салаки приготовляют, кроме того, запеканки (калаворм), запекая рыбу хотя и в массе в виде пудинга, но целиком. К таким запеканкам добавляют обычно свиное сало и укроп, пересыпая кубиками сала и мелко нарезанным укропом слои рыбы, что придает всему блюду оригинальный вкус.

Немалое место на эстонском столе занимает копченая, сушеная и вяленая рыба. Вяленая и сушеная рыба идет в основном на приготовление супов, копченая отчасти используется для вторых горячих блюд.

Копчению подвергают в основном салаку, леща, сырть, угря. Как правило, в эстонской национальной кухне применяется горячее копчение. Исключение делается для сырти (балтийского рыбца), которую коптят холодным копчением. В некоторых национальных блюдах используется также балтийский лосось (лох) в слегка подсоленном виде.

Больше других видов рыб в эстонской кухне употребляются все же салака и килька. Эту рыбу отваривают, используют в различных супах, делают из нее запеканки, томят в горшках, заливая молоком, сметаной или яично-молочной смесью, и даже жарят.

Интересно отметить, что в рыбных блюдах эстонской кухни относительно мало используется лук, являющийся незаменимым компонентом во всякой другой рыбной кулинарии. Это объясняется нелюбовью эстонцев к пряному сырью, нежеланием «обострять» гамму рыбных блюд. Поэтому эстонская кухня нашла иной способ, точнее, способы нейтрализации специфического рыбного запаха. Сюда относится копчение, вяление и сушка рыбы и последующее использование этого, уже нейтрализованного сырья в горячих блюдах. С другой стороны, для непосредственной нейтрализации запаха свежей рыбы применяются молоко, сметана, свиное сало, яичные желтки и белки как своеобразные поглотители (адсорбенты). Пряности же играют незначительную роль. Характерно, что к рыбе чаще добавляют нежный и мягкий как пряность укроп, а не острый лук. Не случайно в Эстонии выращивается полуострый, близкий к сладким сортам цитаусский лук, гораздо более нежный, чем бессоновский, ростовский и стригуновский, используемые в русских и белорусских рыбных блюдах. Такой лук хорошо сочетается с молоком, не вызывая вкусового диссонанса, и это обязательно следует учитывать, приготовляя рыбно-молочные блюда по эстонской рецептуре.

Таким образом, простота эстонской технологии в данном случае дала возможность получать рыбные блюда с более оригинальным, неизбитым вкусом, удачно отражающим общее направление эстонской кулинарии, и внесла существенное разнообразие в международный рыбный стол.

Несколько слов следует сказать об эстонском рыбном супе. Прежде всего его нельзя называть ухой. Жидкие рыбные блюда эстонской кухни являются именно супами, поскольку в отличие от русской ухи в их состав входят крупы и разнообразные овощи

(картофель, брюква, репа, морковь, капуста), а из жидкостей – вода и очень часто молоко, а в случае его отсутствия – сметанная подбелка. Кроме того, к рыбным супам всегда подмешивается мука.

По сравнению с рыбными блюдами эстонские мясные блюда не оригинальны. В мясных вторых блюдах преобладает постная (нежирная, мясная) свинина, довольно широко используется телятина, употребляется также баранина, особенно баранья солонина, слегка прикопченная, и значительно реже и меньше – говядина и курятина.

В отличие от литовской кухни эстонская народная кухня почти не знает блюд из гусятины, равно как и дичи (некоторым исключением является зайчатина).

Мясо, предназначенное для второго, отваривают либо в супах, либо просто в небольшом количестве воды, либо в кашицах, а потом подают с гарниром из отдельно отваренных овощей, чаще всего с картофелем, или капустой, или же с брюквой и морковью. Правда, эстонская кухня использует такой метод медленного отваривания больших кусков мяса (не менее 1–1,5 кг) в небольшом количестве кипятка в чугунной толстостенной посуде, который дает возможность получать мясо с прекрасным, полным вкусом, с естественным ароматом и приятной консистенцией, сочетающей известную плотность с хорошей проваренностью, нежностью и «сдобностью», которой обычно лишено суповое мясо. Такое мясо – по-эстонски «ахьюлиха», т. е. «печное мясо», – варят либо в духовке, либо непосредственно в печи на углях. Оно используется как для вторых блюд, так и в холодном виде обычно с отварным картофелем.

Отварное мясо и отварные овощи, приготовленные отдельно, объединяются в блюдо чаще всего с помощью жидкой молочной подливки. Композиция и состав таких блюд всегда произвольны, поэтому они не имеют собственных названий. В то же время овоще-зерновые блюда, где состав и пропорции строго определены, имеют собственные названия, например мульги капсад, мульги пудер. Едва полдесятка эстонских мясных блюд названы собственными именами – тухлинотт, киллатухлид, картулипорсс и макскастмес. Однако в них мясо составляет лишь треть объема, остальное приходится на картофель.

К мясным блюдам относятся также сюльты и пальтены, характерные вообще для всех прибалтийских кухонь. Сюльты – это эстонские студни, которые в отличие от русских студней приготовляют не из ножек, а только из голов и хвостов животных (свиных, телячьих, бараньих), причем всегда отдельно из каждого вида мяса (только из поросячьих хвостов, только из свиных голов, только из телячьих голов и т. д.). Они имеют более плотную консистенцию и иной вкус.

В состав эстонских студней входит язык, что еще более повышает их ценность и вкусовые достоинства.

Как и во всякой национальной кухне, в эстонской используется ливер, в основном в супах, за исключением самой ценной части – печени, из которой готовят вторые блюда. Как и телятину, печень можно приготовить быстро, за несколько минут, отваривая ее в сметанно-сливочном соусе. При этом получается полувареное-полужареное мясо приятной консистенции и вкуса. Поэтому и печень и телятина высоко ценятся в эстонской кулинарии, блюда из них принадлежат к излюбленным.

Овощи в эстонской кухне не используются самостоятельно, если не считать овощных каш – брюквенной, капустной, гороховой, а также единственного овощного блюда – овощей в молочном соусе.

Но даже и эти блюда служат лишь гарнирами к отварному мясу, помогают таким образом разнообразить мясной стол, но не являются самостоятельной подачей.

Зато овощи составляют значительную долю во всех видах супов, в смешанных крупяно-овощных и крупяно-овоще-мясных блюдах, в рыбных запеканках и отчасти в сладких блюдах (например, морковный пирог, ревенная гуща).

Независимо от того, отваривают ли овощи целиком или превращают в пюреобразную массу (что бывает гораздо чаще), их обязательно сдабривают салом, маслом, сметаной и молоком, а также молочной подливкой. Гораздо реже их заправляют луком, укропом, тмином.

На первом месте по употреблению стоит картофель, на втором – капуста и горох, затем брюква и морковь.

Свекла используется редко, главным образом в свекольный салат.

Что же касается сладких блюд, то в их ассортимент входят главным образом хлебные супы, кисели со сливками или молоком, фруктовые гущи преимущественно из ревеня и яблок, а также из клюквенной и брусничной кашиц (сок этих ягод вместе с гущей, с прибавлением небольшого количества сахара или меда и слегка закисший).



Общие для всей Прибалтики мучные сладкие блюда – снежки, сладкие каши со взбитыми сливками – также широко употребляются и в Эстонии.

Большое значение в эстонском десерте приобрел кофе. Однако его, как правило, употребляют вне обеденного стола, в промежутках между основными приемами пищи с кондитерскими изделиями – печеньем и сдобными булочками со взбитыми сливками.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА (СУПЫ)

Среди эстонских супов – мясных, овощекрупяных, мучных, рыбных и молочных – молочные занимают совершенно особое место, поскольку отличаются от супов этого вида в остальных национальных кухнях как по составу входящих в них продуктов, так и по разнообразию видов. Молочные супы следует считать самыми характерными и самыми оригинальными из первых блюд эстонской кухни. Вот почему мы приводим из первых эстонских блюд только молочные супы, причем восемь видов: молочно-крупяные, молочно-тестяные (клецочные), молочно-овощные, молочно-рыбные, молочно-грибные, молочно-яичные, молочно-гороховые и молочно-молочные, т. е. являющиеся соединением молока и других молочных продуктов (молозива, сливок, сметаны). Имеются и промежуточные виды молочных супов – крупяно-овощные молочные, крупяно-тестяные молочные, есть вариации супов с молоком из сухих и свежих овощей – в общей сложности можно насчитать более дюжины молочных супов в эстонской кухне.

При этом технология их чрезвычайно проста. Самые простые и самые распространенные – клецочные супы (климписуппи).

Их получают простым отвариванием клецек в молоке.

Для остальных же видов молочных супов (овощных, крупяных, рыбных) характерно то, что входящие в них компоненты отваривают первоначально в воде, а молоко вводят в эти супы лишь в самом конце приготовления и быстро доводят до кипения. Такой прием значительно улучшает вкус молочных супов.

По иной технологии готовят молочно-яичные, молочно-пивные и молочно-молочные супы.

Их немолочную часть вначале приготовляют отдельно (взбивают, растирают и т. д.), а затем вливают в горячее и кипящее молоко, непрерывно помешивая. При этом вновь до кипения такие супы не доводят.

МОЛОЧНО-КЛЕЦОЧНЫЙ СУП

2 л **молока**
1 ст. л. **сливочного масла**
соль и **сахар** по вкусу

Клецки приготовляют обычно из манной крупы или пшеничной, ячменной, гречневой муки, яиц, масла и молока. Иногда в суп с клецками добавляют еще картофель. Наиболее характерные виды клецек эстонской кухни и их пропорции для молочных супов следующие (в расчете на 2 л молока):

ВАРИАНТ I

1 стакан **гречневой муки**
0,5 стакана **молока**
2 **яйца**
3 ст. л. **сливочного масла**

ВАРИАНТ II

1 стакан **манной крупы**
1 стакан **молока**
1 **яйцо**
1 ст. л. **пшеничной муки**
1,5 ст. л. **масла**

Перемешать все компоненты, вскипятить молоко и чайной ложечкой опускать в него небольшие клецки.

МОЛОЧНО-КРУПЯНОЙ СУП

0,75 стакана **ячневой крупы**
4–5 **картофелин**
1,5 л **молока**
1 ст. л. **сливочного масла**
0,5–0,75 л **воды**

Крупу отварить в воде до полуготовности, добавить картофель и варить до готовности, после чего влить молоко, довести до кипения, посолить, сдобрить маслом.

МОЛОЧНО-ОВОЩНОЙ СУП (КАПУСТНЫЙ)

2 л **молока**
0,5 л **воды**
0,5 кочана **капусты**
2–3 **моркови**
6–7 **картофелин**
1 **петрушка (корень)**
1 ст. л. **сливочного масла**
1–2 ч. л. **укропа**
1 ст. л. **муки**

Капусту и морковь нарезать кубиками, припустить в воде до полуготовности, посолить, добавить картофель, нарезанный брусочками, и петрушку и отварить до готовности всех овощей.
В холодном молоке развести муку, влить его в почти готовую овощную гущу, довести до кипения, затем заправить маслом, укропом.

МОЛОЧНО-ОВОЩНОЙ СУП (БРЮКВЕННЫЙ)

0,5–0,75 л **воды**
2 л **молока**
0,5 стакана **гречневой** или **перловой крупы**
1 **брюква**
5 **картофелин**
2–3 ст. л. **сливочного масла**
2 ч. л. **укропа**
0,5 ч. л. **тмина**

Крупу отварить в воде до полуготовности, добавить нарезанную кубиками брюкву, посолить и, проварив около 10 мин, добавить картофель, тмин и варить до готовности овощей и почти полного выпаривания воды. Затем влить молоко, довести до кипения, добавить масло, укроп.

МОЛОЧНО-РЫБНЫЙ СУП

1,25 л **воды**
1 л **молока**
1–1,5 кг **трески (филе)**
1 пол-литровая банка **очищенного и нарезанного картофеля**
1 **луковица**
2 ст. л. **сливочного масла**
1 ст. л. **муки**
1 ст. л. **мелко нарезанного укропа**
1 **корень петрушки**

Рыбу варить в кипятке не более 10 мин, затем вынуть. В отвар положить картофель, мелко нарезанный лук, петрушку, посолить и варить еще 10–15 мин, затем влить молоко, предварительно разведя в нем муку, и продолжать варить, помешивая, до готовности картофеля, после чего положить ранее вынутое рыбное филе, добавить укроп, масло и еще прогреть 2 мин, затем снять с огня, закрыть крышкой и выдержать 3–5 мин.

МОЛОЧНО-ЯИЧНЫЙ СУП

2 л **молока**
3 **яйца**
0,5 стакана **сметаны**

Молоко вскипятить и влить в него яйца со сметаной (предварительно тщательно взбитые до однородной жидкости), все время помешивая, затем посолить и слегка подогреть на очень слабом огне, не доводя до кипения, непрерывно помешивая (яйца не свернутся).

МОЛОЧНО-ГОРОХОВЫЙ СУП

ВАРИАНТ I

1,5 стакана **сухого гороха**
2 л **воды**
1 л **молока**
4–6 ст. л. **гречневой крупы**
3–4 ст. л. **сливочного масла**

ВАРИАНТ II

1,5 стакана **размоченного гороха**
0,5 стакана **гречневой крупы**
0,5–0,75 л **воды**
1,5 л **молока**

Горох отварить в воде до мягкости вместе с крупой, добавив ее несколько позднее. Затем долить молоко, вскипятить, посолить и помаслить. Вкус у горохового супа каждого варианта свой.

МОЛОЧНО-ГРИБНОЙ СУП

1 л **воды** или **мясного бульона**
2 л **молока**
1 пол-литровая банка **очищенных свежих грибов**
7–8 **картофелин**
3 ст. л. **сливочного масла**
1 **луковица**
2 ст. л. **укропа**

Отварить в бульоне картофель, нарезанный ломтиками. Грибы обжарить с луком и маслом почти до готовности и ввести в бульон, проварить 7–10 мин.
Добавить молоко, довести до кипения, посолить, посыпать укропом.

МОЛОЧНО-СЛИВОЧНЫЙ СУП

2 л **молока**
0,5 л **простокваши**
0,5 стакана **сливок**
5 **яиц**
3 ст. л. **меда** или **сахара**
соль

Молоко вскипятить. Яйца перетереть с медом (сахаром), развести их в простокваше, взбить всю смесь и постепенно вливать ее, помешивая, в горячее молоко, затем посолить, влить сливки. Суп есть горячим.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

МОЛОЧНЫЕ ПОДЛИВКИ К МЯСНЫМ И ОВОЩНЫМ БЛЮДАМ

МОЛОЧНАЯ ПОДЛИВКА

1 стакан **овощного (морковно-брюквенного) отвара**
1,5 стакана **молока**
1,5 ст. л. **муки** (с верхом)
2–3 ст. л. **сливочного масла**

Масло распустить в сотейнике, размешать в нем муку, обжарить ее до светло-желтого цвета и влить постепенно овощной отвар, все время помешивая и доводя до загущения, одновременно постепенно вливать молоко. В конце приготовления посолить.

СМЕТАННАЯ ПОДЛИВКА

2 стакана **овощного отвара**
0,5–0,75 стакана **сметаны**
1 **луковица**
1 ст. л. **муки**
2 ст. л. **сливочного масла**

Приготовляется так же, как и молочная подливка. Кипятить около 10 мин. В конце приготовления к горячему соусу прибавить сметану, которую не нагревать. Лук ввести в мелко нарезанном виде, обжаренным на масле в начале приготовления.

РЫБНЫЕ БЛЮДА

Приводимые ниже рецепты рыбных блюд отобраны таким образом, что они представляют лишь то особенное, чем отличается эстонская рыбная кулинария от рыбной кулинарии других народов.

Во-первых, здесь представлены эстонские сельдяные закуски в маринаде, в сметане и с картофельным салатом, во-вторых, блюда, в которых рыба сочетается со свиным салом (беконом, солониной), в-третьих, блюда, приготовляемые из рыбы в молочно-яичной и молочно-мучной среде, в-четвертых, рыба с корнеплодами и различные виды рыбных запеканок, в-пятых, блюда, в которых вяленая или копченая рыба используется для приготовления вторых горячих блюд.

Не приводятся блюда из отварной и жареной рыбы, рыбные паштеты и заливные, блюда из рыбьей икры (щучьей и лещовой), потому что они имеются и в других национальных кухнях и не являются специфически эстонскими – ни с точки зрения состава входящих в них продуктов, ни с точки зрения технологии.

СИЛЬД КООРЕГА (СЕЛЬДЬ В СМЕТАНЕ)

2–3 **слабосоленые сельди**
1–2 **луковицы**
0,5 стакана **мелко нарезанного укропа**
1 стакан **сметаны**
0,25 л **молока**

Сельдь полностью очистить и филировать, разделив на две половины. Вымочить филе в молоке в течение 10–12 ч, затем нарезать кусочками шириной 1–1,5 см и разложить на блюде ровным слоем. Поверх положить тонко нарезанный лук колечками, залить ровным слоем густой сметаны и сверху засыпать нарезанным укропом. К блюду подать горячий отварной картофель.

СИЛЬГУ КАРТУЛИСАЛАТ

250 г **филе сельди**
5 **картофелин**
1 **луковица**
2 ст. л. **зеленого лука**
1 стакан **сметаны**

Сельдь филировать, вымочить в кипяченой холодной воде пополам с молоком, мелко нарезать кубиками.
Так же нарезать отварной картофель, колечками нарезать репчатый лук.
Все перемешать, залить сметаной, посыпать зеленым луком.

СИЛЬГУРУЛЛИД (СЕЛЬДЯНЫЕ РОЛИКИ)

1 кг **сельди**
1 крупная **луковица**

ДЛЯ МАРИНАДА:
2 стакана **кипяченой воды**
1 **морковь**
2 **луковицы**
2 ст. л. **3%-ного уксуса**
6–8 зерен **черного перца**
1 **лавровый лист**
2 бутона **гвоздики**
3–5 зерен **душистого перца**
1 ч. л. **сахарного песка**
соль по вкусу

Приготовить маринад: сварить морковь, нарезанную крупной соломкой, до полуготовности, добавить нарезанный кольцами лук, сахар, пряности и продолжать варить до готовности моркови, затем влить уксус, охладить маринад.
Подготовить селедку: филировать на две половинки, вымочить их в молоке пополам с водой в течение 5–8 ч, затем обсушить на бумаге и втереть с внутренней (мягкой) стороны в филе истолченный до кашицеобразного состояния лук. Затем свернуть каждое филе катушкой, чтобы натертая луком часть была внутри, и уложить плотно в стеклянную банку, не давая «роликам» развертываться.
Залить «ролики» маринадом. Выдержать 2–3 дня.

СИЛЬГУКАСТЕ (САЛАКОВЫЙ ИЛИ СЕЛЕДОЧНЫЙ СОУС)

Есть два варианта этого соуса: из свежей салаки или селедки и из соленой селедки. Наиболее частый первый вариант. Если готовят из селедки, то ее предварительно вымачивают в молоке или смеси молока с водой в течение 10–12 ч.

400 г **салаки**
50 г **сливочного масла**
1 ст. л. **муки**
1 **луковица**
1,5 стакана **молока**
1 стакан **густой сметаны**
2–3 ст. л. **мелко нарезанного укропа**

Нарезать рыбу мелкими кусочками. Масло распустить на сковороде, обжарить в нем муку и мелко нарезанный лук, постепенно влить горячее молоко, размешивая, всыпать измельченную рыбу и прокипятить 10 мин, затем влить сметану, слегка подогреть, не доводя до кипения, и затем заправить мелко нарезанным укропом.

СИЛЬГУД ПЕКИКАСТМЕС

500 г **салаки**
200–250 г **свиного сала**
2 **луковицы**
2 ст. л. **муки**
2–2,5 стакана **молока**
2 ст. л. **сливок**

Рыбу филировать, разделив на две половинки. Сало нарезать мелкими кубиками, слегка обжарить (3–4 мин), добавить мелко нарезанный лук, муку, перемешать, доведя муку до золотистого цвета. Затем влить молоко и подогревать до легкого загустения 5–7 мин. В кипящий соус положить филе салаки, прокипятить 7–8 мин, влить сливки, снять с огня, добавить укроп.

КАЛАПИРУКАТ (РЫБНЫЕ ЗАПЕКАНКИ В ТЕСТЕ)

ДЛЯ ТЕСТА:

500 г **ржаной муки**
0,25 л **воды**
30 г **дрожжей**
2 ч. л. **тмина**

ДЛЯ НАЧИНКИ:

500 г **рыбного филе** и 100 г **копченого свиного сала**[1] или 500 г **рыбного филе** (салака) и 100 г **соленого свиного сала**

Приготовить тесто: замесить, дать подойти, раскатать в пласт толщиной 1 см. Заложить начинку несколькими слоями: рыбное филе и тонкие пласты сала, а салаку заложить вперемешку с мелкими кубиками сала, не разрезая филе. Защипать в виде небольшой овальной буханки, обмазать ее сверху холодным молоком, выпечь на слабом огне в печи или духовке в течение 30–45 мин или даже 1 ч (духовка должна быть предварительно хорошо нагрета).

[1] С копченым салом сочетается только мясо речной рыбы.

ХАУТАТУД КАЛА (ТУШЕНАЯ РЫБА)

400 г **вяленой рыбы** или **снетков** (сушеных)
300 г **свиной солонины**
1 **морковь**
1 **брюква**
500 г **картофеля**
1 **луковица**
1–1,5 л **воды**
1,5 ст. л. **муки**

Рыбу разделать, освободив от костей, и замочить на 30 мин. Снетки только замочить на 15 мин. Солонину сварить, добавить измельченную подготовленную рыбу, лук и все остальные овощи, а через 15 мин варки – картофель и варить до полной готовности всех продуктов и уваривания бульона до 0,5 л. В конце варки развести в оставшемся бульоне муку, перемешать получившийся соус с остальными продуктами и проварить их еще 3–5 мин. (Должно остаться менее 1 стакана жидкости-подливки.)

ХАУТАТУД РЯЙМЕД (ТУШЕНАЯ САЛАКА)

1 кг **мелкой салаки**
1 стакан **мелко нарезанного зеленого лука**
0,5 стакана **укропа**
1 стакан **молока**
0,5 ст. л. **муки**
3 ст. л. **растительного масла**

Салаку вычистить, обрезать головы и хвосты, положить слоями в смазанную маслом глубокую сковороду или невысокую кастрюлю, пересыпать луком и укропом, залить молоком, предварительно разведя в нем муку, сверху положить масло, закрыть крышкой и выпекать 30–40 мин в духовке. На гарнир подать отварной картофель.

КИЛУВОРМ

500 г **свежей кильки** (или **мелкой салаки**)
50 г **сливочного масла**

2 **луковицы**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

Освобожденную от голов и хвостов потрошеную кильку заложить слоями вперемешку с луком в смазанную маслом невысокую кастрюлю, поперчить, посолить, плотно закрыть крышкой и затем запечь в духовке в течение 20 мин.

СИЛЬГУ ВОРМ

500 г **свежей салаки**
500 г **копченой салаки**
500 г **сельди, вымоченной в молоке**
500 г **картофеля**
1 стакан **мелко нарезанного зеленого лука**
100 г **сливочного масла**
0,5 стакана **мелко нарезанного укропа**
2 **яйца**
1–1,5 л **молока**

Рыбу всех сортов филировать. Отварить картофельное пюре или нарезать сырой картофель мелкой соломкой. Форму смазать маслом и положить в нее слоями лук, картофель (или пюре), рыбное филе разных сортов, причем нижний и верхний слои должны быть картофельными.
Яйца взбить с молоком, посолить и залить этой смесью рыбу с картофелем.
Сверху положить масло и запечь (не закрывая крышкой) на умеренном огне в духовке.
Это блюдо можно делать только из свежей или только из копченой салаки (но не из соленой сельди).

МЯСНЫЕ БЛЮДА

Ниже приводится несколько эстонских мясных или, точнее, мясо-овощных блюд, все компоненты которых приготовляются одновременно (в отличие от блюд, для которых мясо и овощи отваривают раздельно, а затем соединяют подливкой в одно блюдо).

ТУХЛИНОТТ

1 кг **картофеля**
300 г **мяса**
3 ст. л. **муки**
1 **луковица**
3 ст. л. **укропа**
0,5 ч. л. **майорана**

Мясо нарезать небольшими кусочками, слегка отбить и варить вместе с картофелем и мелко нарезанным луком на слабом огне в небольшом количестве воды до мягкости, затем ввести муку и варить до консистенции кашицы, заправить ее майораном, укропом, посолить.

КИЛЛАТУХЛИД

2–3 ломтя **постной свинины** величиной с антрекот
10 **картофелин**
1 стакан **сметаны**

Свинину отварить в слегка подсоленном кипятке в течение 20–30 мин, воду слить.
Мясо залить сметаной, засыпать нарезанным кубиками картофелем, долить немного воды (0,5–0,75 стакана) и тушить до готовности, посолить. Никаких пряностей, даже лука, в киллатухлид не добавляют.

КАРТУЛИПОРСС («КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПОРОСЯТА»)

500 г **постной свинины**
1–1,5 кг **сваренного картофельного пюре**
2 **яйца**
1 стакан **сметаны**
0,75 стакана **молока**
2–3 ст. л. **ржаной** или **пшеничной муки** и **манной крупы**
1 ст. л. **сливочного масла**

Свинину нарезать квадратами (3×6 см) толщиной 1 см, обжарить на сковороде почти до полной готовности. Из отварного картофеля, молока, части сметаны, муки и 1 яйца приготовить эластичное пюре, обернуть (облепить) этим пюре каждый кусочек свинины, обмазать получившийся колобок взбитым яйцом, обвалять в муке или манной крупе, разложить на смазан-



ный маслом противень и выпечь в духовке. Готовые колобки полить сметаной.

МАКСКАСТМЕС

500 г **печенки**
2 ст. л. **масла**
1 **луковица**
1,5 ст. л. **муки**
2 стакана **молока**
0,5 стакана **сметаны**

Печенку вымочить в течение 2–3 ч в холодной воде, затем ошпарить кипятком, снять пленку, вырезать желчные протоки, измельчить на ровные кубики, обвалять в муке и обжарить на масле с луком. Остальную муку развести в молоке, залить печенку, посолить и тушить всю смесь до готовности 5–7 мин. Влить сметану и слегка прогреть 1–2 мин, не доводя до кипения.

АХЬЮЛИХА

2 кг **говядины** или **свинины**
1 л **воды**
1 **луковица**
1 **морковь**
0,5 ч. л. **соли**

Мясо хорошо обмыть, но не снимать пленок и жира, а одним куском положить с овощами в толстостенную чугунную посуду (чугунок, гусятницу, казан), залить кипятком, очень плотно закрыть и поставить в вытопленную печь на угли и горячую золу. Выпекать (варить) 2–3 ч. При варке в духовке необходимо налить больше воды (1,5 л) и варить 3 ч на сильном огне.

К готовому мясу подать отварные овощи или овощи в молоке.

ОВОЩНЫЕ И ОВОЩЕ-ЗЕРНОВЫЕ БЛЮДА

КААЛИКАПУДЕР (БРЮКВЕННАЯ КАША)

2 **брюквы**
1–2 **луковицы**
1,5 стакана **молока**
1 ст. л. **муки**
1 ст. л. **растительного масла**

Отварить брюкву в воде, сделать из нее пюре, добавить в него обжаренный в масле лук, посолить, залить молоком и подогреть, помешивая, в течение 5–7 мин.

КААЛИКАКАРТУЛИПУДЕР (БРЮКВЕННО-КАРТОФЕЛЬНАЯ КАША)

1 **брюква**
8 **картофелин**
2 **луковицы**
2 ст. л. **растительного масла**
2 стакана **молока**

Готовят так же, как брюквенную кашу.

КАПСАПУДЕР (КАПУСТНАЯ КАША)

1 кочан **капусты** (около 1 кг)
3 ст. л. **ячневой крупы**
2 стакана **молока**
100 г **свиного сала** (внутреннего)

Капусту нарезать, засыпать крупой и потушить в небольшом количестве воды. Когда крупа наполовину сварится и вода почти выпарится, долить молоко, положить сало, посолить. Тушить до разваривания всех продуктов, перемешать.

КЁЁГИВИЛИ ПИИМАКАСТМЕС (ОВОЩЕ-МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ)

1 кг **картофеля**
4 **моркови**
1 **брюква**
2 л **молока**
2 ч. л. **муки**
1 ст. л. **сливочного масла**

Овощи нарезать крупными кубиками и припустить почти до готовности так, чтобы вода совсем выпарилась. В молоке развести муку, залить им овощи, прокипятить 5–10 мин, посолить, размешать с маслом.

КААЛИКАКРУУБИПУДЕР (БРЮКВЕННО-КРУПЯНАЯ КАША)

0,5 стакана **гречневой крупы**
2 ст. л. **ячневой крупы (перловой)**
1 **брюква**
2,5 стакана **молока**
2–3 ст. л. **сливочного масла**

Отварить крупы до полуготовности в воде, добавить мелко нарезанную брюкву, доварить крупы до выпаривания воды, добавить молоко, соль, варить всю массу до мягкости, после чего заправить ее маслом.

ХЕРНЕКАРТУЛИПУДЕР (ГОРОХОВО-КАРТОФЕЛЬНАЯ КАША)

2 стакана **гороха**
5 **картофелин**
150 г **сала свиного копченого** или **бекона**
0,5 л **молока** или **сливок**

Горох отварить до мягкости в воде, добавить картофель, мелко нарезанное сало и продолжать варить до готовности и полного выпаривания воды. Затем добавить молоко, посолить, перетереть все в однородную массу.

ХЕРНЕТАТРАПУДЕР (ГОРОХОВО-ГРЕЧИШНАЯ КАША)

1 стакан **гороха**
0,75 стакана **гречневой крупы**
4 **картофелины**
100 г **сливочного масла**
50 г **свиного сала (нутряного)**
0,5 л **молока**
1 **луковица**

Горох отварить до полуготовности, добавить картофель, крупу и, не перемешивая, продолжать варить до готовности всех продуктов. Затем посолить, влить молоко, перетереть все в однородную массу, добавить мелко нарезанный лук, обжаренный на сале, и растопленное сливочное масло.

МУЛЬГИ ПУДЕР

1 кг **очищенного картофеля**
1 л **воды**
0,75 стакана **перловой крупы**
2 **луковицы**
100 г **свиного сала**
соль, молоко, сметана, простокваша по вкусу

Картофель отварить до полуготовности, засыпать крупой (ни в коем случае не перемешивать!) и варить на слабом огне до готовности. Добавить обжаренный на масле или сале мелко нарезанный лук, забелить молоком или сметаной.

МУЛЬГИ КАПСАД

1 кг **квашеной капусты**
500 г **бекона** или **жирной свинины**
0,5 стакана **перловой крупы**
1–2 **луковицы**
1 ч. л. **сахара**

Мясо нарезать крупными кусками, положить на дно толстостенного чугунного котелка, поверх заложить капусту, засыпать крупу (не перемешивая!), залить водой, чтобы она покрывала продукты на 0,5 см, и поставить в духовку или в печь на умеренный огонь на 3–5 ч до полного выпаривания воды.
После готовности добавить мелко нарезанный лук, обжаренный на сале, посолить, подсластить.

КАМА

КАМА – комбинированное толокно. Его приготовляют из муки, смолотой из предвари-

тельно обжаренных семян ржи, овса, ячменя, гороха, черных бобов, взятых в равных долях. Кама как продукт характерна только для эстонской кухни. Это один из древнейших эстонских пищевых продуктов, не потерявший популярности и ныне. Кама выпускается пищевой промышленностью Эстонии, входит в состав ряда блюд. Но наиболее частое и традиционное применение камы – это ее механическое смешивание со свежим молоком или простоквашей, сливками в кашицу – камакёрт, которая при подслащивании медом служит сладким блюдом, а при подсаливании играет роль закуски. При иной пропорции камы с молочными продуктами из нее делают бабашки размером с клецки, которые едят сырыми.

КАМАКЁРТ

0,5 л **молока** или **простокваши**
0,5 стакана **камы**
2 ст. л. **меда**

Все продукты соединить.

КАМАКЯКИД

0,5 стакана **сметаны**
0,5 стакана **камы**
1 ст. л. **меда**

Все продукты соединить, сформовать небольшие клецки, обвалять их в смеси сухой камы и сахарной пудры, дать слегка подсохнуть и есть, запивая молоком.

{ ГЛАВА 18 }

ЛАТЫШСКАЯ КУХНЯ

ЛАТЫШСКАЯ КУХНЯ на протяжении многих столетий испытывала влияние других национальных кухонь. Территория Латвии длительное время входила в состав различных государств. Это, естественно, не могло не способствовать некоторому влиянию на латышскую кухню кулинарии других народов.

Так, в Северной Латвии, Видземе, объединенной с Южной Эстонией в Лифландию, было заметно влияние эстонской молочной кухни, в Западной Латвии, Курземе (Курляндии), долгое время входившей в состав немецких земель, а затем существовавшей как самостоятельное государство, господствующим было немецкое влияние, которое проявилось в пристрастии к копченому мясу и салу. Наконец, Восточная Латвия – Латгалия (Ифлянты), входившая в состав славянских земель, испытывала всегда сильное воздействие литовской и белорусской кухонь.

И все же в латышской кухне можно выделить общие для большинства латышского народа блюда, которые и составляют, так сказать, основу латышской национальной кулинарии. Сюда относятся блюда холодного стола, путры, кисломолочные изделия и в первую очередь домашние сыры (типа бакштейн и так называемые яичные). В этом перечне отсутствуют супы, сладкие блюда, не выделены горячие вторые.

Действительно, супы не получили самостоятельного развития в латышской кухне. Они либо аналогичны эстонским – молочные, либо похожи на немецкие – картофельные и крупяные, либо ближе стоят к литовским – капустно-свекольные. По этой причине первые блюда латышской кухни не включены в рецептурную часть.

Что же касается классических национальных вторых горячих блюд, то они ограничиваются в основном путрами. Путры – это овоще-зерновые кашицы с добавлением сала, копченого мяса или рыбы, а также кисломолочных продуктов (подробное описание путр дано в рецептурной части).

В латышской кухне в отличие от эстонской, использующей в основном свежее молоко и сливки, широко применяются и отдельно, и в составе горячих блюд кисломолочные продукты – простокваша (скабс пиенс), сыворотка, сметана, творог и кисловатые сыры. Ей свойственны также закисление зернового сырья, его соложение и сбраживание – отсюда в латышской кухне кислые овсяные и гороховые кисели, которые подквашиваются еще простоквашей или прибавлением к овсяной гуще кислого брусничного сока. Такое старинное блюдо носит название путельс.

Однако применение этих подлинно национальных латышских блюд в современной кухне ограниченно.

Их место уже сравнительно давно заняли блюда, заимствованные из немецкой кухни, особенно это касается мясного и рыбного стола.

Дело в том, что мясной горячий стол до конца XIX века был крайне слабо разработан в крестьянской кухне, ограничивался, как и у эстонцев, блюдами из отварных субпродуктов, которые впоследствии, в начале XX века, получили дальнейшую разработку, пополнились подходящими к ним национальными гарнирами (см. в рецептурной части, например, кидас – рубцы). Остальные же мясные блюда – жареные и отварные колбасы, котлеты, клопсы (отбивное мясо) – были заимствованы из немецкой кухни и не приобрели национальных латышских черт. Как и эстонцы, латыши стали использовать не столько свежее, сколько копченое мясо и сало. На этой основе и были созданы простые супы с горохом или свеклой и копченым мясом или же просто копченое мясо (вариант – домашние колбасы) с отварными овощами или путрой. Таким образом, горячие блюда не получили оригинального развития в латышской кухне.

Латышский стол фактически на две трети состоит из холодных блюд – свекольного салата, мясной и рыбной закусок, яиц, сыров, творога и простокваши.

Холодный стол латышской кухни формировался под влиянием различных факторов. Прежде всего под влиянием условий крестьянского (в основном батрацкого) хозяйства и быта, когда, во-первых, батрак по-

лучал свое жалованье у помещика натуральными продуктами (рожь, солод, картофель, сало, яйца, сельдь) и когда, во-вторых, ранние полевые работы (от солнца до солнца) и в связи с ними отсутствие времени для приготовления пищи, а также ее ограниченный, раз и навсегда определенный ассортимент заставляли латышского крестьянина ограничиваться в будни той холодной готовой едой, которую давало натуральное хозяйство, – хлебом, простоквашей из снятого молока или сыворотки (жир снимался на мызе для изготовления масла, сметаны, цельное молоко шло на творог и сыры), а в праздники – яйцами, куском сала, домашним сыром и селедкой.

Выработавшаяся таким образом привычка к холодному столу, по крайней мере в завтрак и в дневное время (ужин почти всегда был горячим – с путрой), получила впоследствии развитие у зажиточного крестьянина и городского бюргерства под влиянием шведской и немецкой кухонь с их чрезвычайно развитым и богатым холодным столом (Smurgasbordet, Kalte Tafeln, Feinkost), в ассортимент которого уже в XVIII веке и даже ранее входили сложные по составу разнообразные колбасные изделия, зельцы, ветчины (вестфальский окорок), рулеты, паштеты.

Это направление все более закреплялось в латышской кухне по мере роста благосостояния латышской национальной буржуазии и стало основным к концу XIX века, когда закусочный стол под влиянием русской кухни пополнился еще и рыбными изделиями как из соленой, так и копченой рыбы, а также овощными закусками – салатами и особыми овощными запеканками в тесте, приготовляемыми по типу мясных рулетов. Такие овощные капустники и морковники получили распространение и в народе, поскольку были вполне доступны к этому времени и бедняцкой среде. До вхождения Латвии в состав России (начало XVIII в.) крестьяне и батраки не знали огородничества.

Многие овощи вообще не были известны в Латвии, например огурцы, которые первоначально назывались там «русским яблоком».

Летом во время полевых работ ели до 5–6 раз в сутки, ибо каждый раз ограничивались хлебом, простоквашей, холодной овощной закуской с небольшим добавлением крутых яиц и сала или селедки.

К началу XX века латышский холодный стол, вобрав в себя и частично переработав в своем духе шведский и немецкий стол, стал более разнообразным и интересным. Он обогатился такими блюдами, как мясные и мясо-яичные паштеты, запеченные в тесте (см. «заячий сыр»), соленая сельдь и томленная в яично-молочной среде рыба в сочетании с колбасными изделиями, разнообразными холодными овощными закусками – салатами и запеканками в тесте. К этому перечню надо еще добавить значительную часть сладких холодных блюд немецкой кухни – хлебные супы, фруктовые гущи на крахмале, кисели, пивные супы, снежки, шарлотки и т. п.

Наряду и в сочетании с кисломолочными продуктами, особенно с сырами, такой холодный стол становился разнообразным и в какой-то мере, конечно, компенсировал, по существу, отсутствие национального горячего стола.

Вкусовую гамму латышской кухни определяют, как уже говорилось, кисломолочные (простокваша, сметана, творог, домашние сыры) и копченые продукты. Чрезвычайно характерно для нее также широкое использование яиц, и притом в весьма значительных количествах, в качестве компонентов всех холодных закусок, в мясо-яичных паштетах, в рыбных блюдах, в овощных запеканках, в сырых (яичные сыры, где творог варится вместе со взбитыми яйцами) и в сладких блюдах (например, в яичных кашах и в чисто яичных блюдах типа гоголь-моголь).

Холодный стол определил и гораздо менее пресный, чем в эстонской кухне, состав пищи. Латышской кулинарии свойственно широкое использование соленой и маринованной сельди и копченой рыбы (угря, салаки), а также лука, который в натуральном виде входит в набор холодного стола. В Восточной Латвии в молочные блюда обязательно добавляют тмин по примеру литовской кухни. Сало, копченое мясо, холодные мясные закуски вызвали употребление горчицы. Таким образом, вкусовую гамму латышской кухни можно считать умеренно кисловато-солоноватой.

Недостаток жидких горячих блюд в рационе в какой-то степени компенсируется значительным употреблением кофе.

Что же касается кондитерских изделий латышской кухни, то они заимствованы из немецкой и переработаны. Популярностью пользуются в Латвии бисквиты и песочные пирожные, в то время как в эстонской кухне преобладает молочно- и масляно-сдобное тесто, а не яично-сдобное.

РЫБНЫЕ БЛЮДА

СИЛЬКУМАЙЗЕС

3 **селедки**
4 **сосиски**
6 **крутых яиц**
2 ст. л. **конопляного (оливкового) масла**
1 ст. л. **сухой горчицы** (порошка)
1 ст. л. **свежего укропа**
черный хлеб (около 1 кг)
сливочное масло

Сельдь филировать, замочить на 8–10 ч в молоке, мелко нарезать, перемешать с рубленными крутыми яйцами, оливковым маслом, горчичным порошком, укропом в однородную массу. Черный хлеб нарезать ровными ломтями толщиной 1,5 см, подсушить в духовке, намазать, не давая остыть, сливочным маслом, положить толстый слой (1–1,5 см) селедочно-яичной массы и прикрыть ее тонкими полосками сосисок, нарезанных вдоль. (Из одной сосиски должно выйти 3 полоски.)

ЛИДАКА-УН-ОЛА

1 **щука** (0,75–1 кг)
4 **яйца**
1–1,5 стакана **молока** или **простокваши**
1 **луковица**
1 ст. л. **зелени петрушки**
1–2 ст. л. **муки**

Щуку разделить, удалить голову и хвост, тушку выпотрошить и натереть снаружи и изнутри солью с рубленой зеленью петрушки, затем обвалять в муке и дать полежать 30–45 мин. После этого освободить от костей. В глиняный горшок на 1–1,5 л сложить филе щуки, пересыпав его мелко рубленным луком, и залить хорошо взбитой яично-молочной смесью. Поставить в печь или духовку на 30–40 мин, хорошо закрыв.
Подавать с отварным картофелем и кислым молоком или сметаной.

МЯСНЫЕ БЛЮДА

«ЗАЯЧИЙ СЫР»

1 **заяц** или **кролик**
100 г **свиного сала**
9 **яиц**
100 г **творога** (или **латвийского сыра**)
100 г **сливочного масла**
10–15 **белых сухих грибов**
1 ст. л. **тмина**
3 ч. л. **порошка сухого майорана**
2 ст. л. **сухого укропа**

ДЛЯ ТЕСТА:
1–1,25 стакана **муки**
2 **яйца**
0,5 стакана **сметаны**
1 ст. л. **сливочного масла**

ПОДГОТОВКА МЯСА
Зайца очистить от пленки, нашпиговать салом, зажарить на противне в духовке до полуготовности (примерно 1 ч), затем нарезать на несколько кусков, сложить в кастрюлю, перемешать с кубиками свиного сала, долить 2 стакана кипятка и тушить на медленном огне до выпаривания воды и полной мягкости мяса. Затем отделить кости, истолочь их, положить в кастрюлю, долить воды и тушить (разваривать) до полной мягкости и выпаривания воды. Мясо и разваренные кости пропустить дважды через мясорубку, протереть сквозь сито.

ПОДГОТОВКА НЕМЯСНОЙ ЧАСТИ
Из 5 яиц зажарить яичницу и пропустить ее вместе с творогом через мясорубку. Добавить к этой массе порошок сухих грибов, пряности, масло, перетереть все в эластичную массу, пропустить сквозь сито.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ФАРША
Мясную и немясную части перемешать, вбить туда сырые яйца, тщательно вымешать до получения однородной массы.

ВЫПЕЧКА «ЗАЯЧЬЕГО СЫРА»

Замесить тесто, раскатать его в пласт толщиной 3 мм, обернуть им начинку-фарш в виде буханки хлеба и запечь в духовке. Запечь фарш можно и в кастрюле, обмазанной маслом, но в этом случае «заячий сыр» будет менее вкусным.

КИДАС

1 кг **рубцов**
500 г **мясной свинины**
100 г **копченого сала**
2 **луковицы**
1 **морковь**
1 **петрушка**
3 ч. л. **майорана**

ДЛЯ ГАРНИРА:

0,5 кочана **капусты**
2–3 **яйца**
50 г **сала**
3 ст. л. **перловой** или **гречневой крупы**
4 **картофелины**
1 **луковица**
1 ч. л. **тмина**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ РУБЦОВ

Рубцы вычистить, промыть несколько раз и отварить целиком в течение 5–6 ч, затем вновь вычистить, выскоблить, нарезать лапшой. Свинину нарезать крупными кусками, сало – кубиками, слегка обжарить их с луком и сложить все в кастрюлю, переложив мясо рубцами, нарезанными морковью и петрушкой. Варить до полной мягкости мяса в течение 2 ч на умеренном огне.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ГАРНИРА

Капусту потушить с салом до полуготовности, всыпать крупу, когда вытопится достаточное количество капустного сока и жира (чтобы не доливать воды), и варить до готовности крупы. Затем добавить отварной картофель, приготовленный отдельно, взбитые яйца, все перемешать в однородное пюре.

Иногда из этого пюре скатывают шарики величиной с голубиное яйцо, обваливают их в муке и слегка обжаривают на масле или сале. Шариками-тефтелями гарнируют рубцы.

ПУТРЫ

ПУТРА – одно из древнейших национальных латышских блюд, имеющих несколько разновидностей. Часто слово «путра» переводится на русский язык как «каша». Это неверно. Как известно, каши, классические образцы которых мы находим в русской кухне, представляют собой какой-либо один вид зерна, сваренный в воде до разной степени рыхлости и сдобренный маслом или иным видом жира. Путры же являются сочетанием нескольких видов пищевого сырья, среди которых зерно не всегда составляет главную, непременную часть. Обязательным компонентом путры является молоко и другие молочные продукты (простокваша, сметана, творог). Доля молока и молочных продуктов в путрах весьма велика, их вес примерно вдвое больше веса всех остальных компонентов, вместе взятых.

Другими компонентами должны быть зерно, картофель, овощи, а также могут быть рыба, мясо или иные продукты (свинина, ветчина и т. д.). Наконец, путры коренным образом отличаются от каш технологией, которая в данном случае включает процесс созревания, т. е. легкого брожения, закисания в течение нескольких часов. Технологической особенностью является также и то, что каждый из компонентов путры доводится вначале до пюреобразного состояния отдельно, а затем все они смешиваются.

Ниже приводятся два вида латышской путры – старинная вецс-путра (с рыбой) и наиболее распространенная ныне скабапутра (с ячневой крупой). По ее типу можно приготовить картофельную путру, в которую обязательно помимо молока и сметаны добавляют творог, и гороховую путру, которую готовят без сметаны, но с молоком, творогом и салом.

ВЕЦС-ПУТРА

1 стакан **ячневой** или **перловой крупы**
500 г **картофеля**
500 г **трески** или другой **простой рыбы**
1,5 л **молока**

1–1,5 стакана **свежего кислого творога**
1 стакан **сметаны** или **простокваши**
1–2 **луковицы**
зеленый лук, укроп

1. Перловую крупу отварить в воде до мягкости. Ячневую крупу отварить лишь слегка, наполовину, не доводя до разбухания, или дважды-трижды залить кипятком, дать набухнуть, воду слить, затем доварить крупу на 0,5 л молока до полного разваривания.
2. Отварить картофель в мундире, очистить, размять в пюре, развести молоком.
3. Отварить рыбу в небольшом количестве воды (2 стакана) с мелко нарезанным луком. Отделить от костей, размять или пропустить через мясорубку, смешать с небольшим количеством процеженного бульона (около 0,5 стакана) в жиденькую кашицу.
4. Соединить кашу, пюре и рыбную кашицу вместе, равномерно перемешать, добавить творог, растертый со сметаной или простоквашей, и, если будет густовато, добавить оставшийся рыбный отвар и поставить в холодильник на сутки, в течение которых путра созреет и приобретет характерный для нее вкус.
5. Непосредственно перед подачей посыпать вецс-путру рубленым свежим укропом и зеленым луком.
Солить вецс-путру не следует.

СКАБАПУТРА

0,5 стакана **ячневой крупы**
0,5 л **воды**
2 стакана **молока**
1 стакан **простокваши**
0,5 стакана **сметаны**

Ячневую крупу разварить до мягкости, растереть, взбить в суфле, смешать со сметаной и слегка подогреть, положить в горячую кашу простоквашу ложками, стараясь не взбалтывать ее, чтобы заварились комки, затем налить сырое молоко и дать путре прокиснуть. Солить не надо. Подавать с отварным картофелем.

КАПОСТУ ЭДЕЙС (КАПУСТНИК)

1 кочан **капусты**
2–3 **луковицы**
4 **яйца**
1 ст. л. **тмина**
50 г **бекона**

ДЛЯ ТЕСТА:
1 стакан **муки**
1 **яйцо**
1 ст. л. **масла**
0,5–0,75 стакана **молока**

1. Замесить тесто, дать ему выстояться 10–15 мин под крышкой, затем раскатать в пласт толщиной 3 мм.
2. Капусту нашинковать, потушить (без воды) с тмином в кастрюле, прибавив 25 г мелко нарезанного бекона, посолить. На остальном беконе обжарить мелко нарезанный лук, затем прибавить предварительно потушенную капусту, слегка обжарить. Половину яиц сварить вкрутую, нашинковать, смешать с капустно-луковым фаршем, остальные яйца взбить и облить этой смесью капустно-луковый фарш; сформовать из приготовленного фарша толстую «колбасу».
3. Капустную «колбасу» завернуть в пласт теста, наглухо защипать, обернуть в марлю, опустить в подсоленный крутой кипяток, проварить 5–7 мин.
Затем вынуть, обмазать взбитым яйцом и заколеровать в течение 3–5 мин в духовке на сильном огне.

БУРКАНУ ПАРДЕВЕЙ (МОРКОВНИК)

4 средние **моркови**
0,5 стакана **сметаны**
0,5 стакана **сахарного песка**
2 **яйца**
3 ст. л. **муки**
3 ч. л. **сухой лимонной цедры**

ДЛЯ ТЕСТА:

1–1,5 стакана **муки**
75 г **сливочного масла**
3 ст. л. **сахарного песка**
0,5 стакана **сметаны**
15–20 г **дрожжей**
1 **яйцо**

Морковь отварить или испечь в духовке, затем мелко нашинковать, перемешать с сахаром, сметаной и мелко рубленным крутым яйцом и цедрой.

Дать приготовленной массе немного постоять, чтобы впитались сахар и сметана. Затем влить в массу взбитое сырое яйцо, перемешать и начинять ею тесто.

Дрожжи развести в сметане и смешать их с сахаром.

Замесить тесто, прибавить взбитое яйцо и масло.

Если тесто окажется крутым – добавить 1–2 ст. ложки молока, дать подойти.

Разделать на небольшие лепешки величиной с блюдце, начинить морковной массой, как открытые ватрушки.

Выпечь на листе, смазанном маслом, в духовке.

МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

ЯНЮ-СИЕРИНЬШ

1 кг **домашнего творога** (обязательно **кислого, из снятого молока**)
5 л **молока**
0,5 л **простокваши**
2 **яйца**
100 г **сливочного масла**
100 г **сметаны**
2–2,5 ст. л. **тмина**

1. Молоко нагреть до 95 °С на медленном огне, но не доводить до кипения.
2. Творог перемешать с простоквашей, пропустить через мясорубку и ввести его в разрыхленном виде в молоко, продолжая медленно подогревать до тех пор, пока молоко не свернется.
3. После свертывания молока отделить сыворотку от творожной массы, выложить эту массу в салфетку, не допуская остывания, и быстро отжать оставшуюся сыворотку.
4. Теплую массу переложить в металлическую кастрюлю с предварительно растопленным горячим сливочным маслом, добавить соль, тмин и постепенно ввести заранее приготовленную яично-сметанную смесь, все время размешивая и постепенно нагревая до получения однородной массы.
5. Готовый сыр выложить во влажную полотняную салфетку, положить под груз, придав форму круга.

ТМИННЫЕ СЫРКИ

1 кг **творога**
0,5 стакана **сметаны**
1 ст. л. **тмина**

Творог пропустить через мясорубку, перемешать с остальными компонентами, затем разделать на конусообразные сырки по 100 г, обернуть их пергаментной бумагой. Когда сырки покроются прозрачным слоем плесени, бумагу снять, дать сыркам обсохнуть. При большем высушивании сырков их натирают на терке.

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

ШПЕККУХЕНЫ

4 стакана **муки**
1 стакан **теплого молока**
1 **яйцо**
40 г **дрожжей**

ДЛЯ НАЧИНКИ:

150–200 г **бекона**
1 **луковица**
6 зерен **черного перца**
3 зерна **душистого перца**
2 ч. л. **майорана**

Из муки, молока, дрожжей замесить тесто, дать подняться, добавить яйцо, соль, взбить тесто

до рыхлости, вновь дать подняться, затем раскатать в пласт толщиной до 3 мм, вырезать стаканом кружки, начинить их начинкой, смазать яйцом и выпечь на противне в духовке.

ВАРИАНТ:

приготовленные пирожки быстро обмакнуть в горячее растопленное сало или масло (фритюр), плотно уложить в низкую кастрюлю один рядом с другим в два ряда, закрыть кастрюлю крышкой, дать подняться пирожкам вплотную к крышке, еще раз обмазать сверху салом и затем выпечь в духовке.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НАЧИНКИ

Бекон нарезать мелкими кубиками, слегка обжарить на сковороде с мелко нарезанным луком, пересыпать молотыми пряностями. Класть в каждый пирожок не более 1,5–2 чайных ложек начинки.

РОЗИНМАЙЗЕС

500 г **муки**
1 стакан **молока** (250 мл)
50 г **масла**
25–30 г **дрожжей**
10 г **сахара** (1,5–2 кусочка **рафинада**)
50 г **изюма**
1 ч. л. **соли**

Муку, соль, сахар перемешать. Дрожжи развести в полстакане теплого молока. Масло подогреть, смешать с остальным молоком. Из всех подготовленных компонентов замесить тесто, закрыть крышкой, выдержать 1 ч. В подошедшее тесто замесить промытый в горячей воде, нарезанный на кусочки и обвалянный в муке изюм.

Все тесто разделить на 24 одинаковых куска, скатать из них круглые булочки, положить их на смазанный маслом лист, дать подойти в течение 15 мин, обмазать взбитым яйцом и выпечь в течение 30 мин на умеренном огне в духовке.

МЕШУПЛАЗЕНИТИС (ЯЧНЕВЫЕ ЛЕПЕШЕЧКИ)

1–1,5 стакана **ячневой крупы**
3 **яйца**
3 ст. л. **пшеничной муки**
1 стакан **молока**
масло или **сало** для обжаривания

Яйца взбить с молоком, посолить и постепенно прибавлять муку и крупу до получения теста консистенции густой каши-размазни. Скатать из этого теста маленькие лепешечки, обвалять их в муке и обжарить на масле или сале в сковороде.

{ ГЛАВА 19 }

ЛИТОВСКАЯ КУХНЯ

Говоря о **литовской кухне**, нельзя не сказать о двух некогда возникших различных направлениях, по-своему сказавшихся на ее развитии. В XIV–XVIII веках сложилась кухня привилегированных литовских сословий (вельможества и шляхты) – так называемая старинная литовская или старолитовская кухня, развитие которой затем прервалось. Ко второй половине и даже к последней трети XIX века относится начало кухни литовского крестьянства, фактически не связанной с традициями старолитовской кухни. Именно эта новолитовская национальная кухня имеет много общих черт с кухнями остальных народов Прибалтики.

Что же касается исторически сложившейся старолитовской кухни, то она отличается от прибалтийских кухонь как своими технологическими принципами, так и комбинациями пищевого сырья. Однако было бы неправильно сбрасывать ее со счетов на этом основании. Следует учесть, что целый ряд созданных ею блюд вошел в международную кухню еще в XIX веке как литовские блюда. Таковы, например, литовский борщ, литовские пельмени (колдунай), литовские гусиные полотки и др. Эти старолитовские блюда сильно отличаются по своей вкусовой гамме и технологии от блюд литовской крестьянской кухни. Старолитовская кухня представляла собой своеобразный сплав заимствований из русской, литовской, а впоследствии и польской кухни, дополненных восточным (татарским) и западноевропейским (германским) влиянием.

Это сложное переплетение разнородных кулинарных тенденций оставалось в то же время литовским в том смысле, что оно базировалось в основном на местном, традиционном литовском пищевом сырье, но одновременно не было национальным, поскольку было приспособлено ко вкусам, потребностям и возможностям литовской знати, литовского вельможества, многонационального по составу, располагающего несметными богатствами. Отсюда обильность старолитовской кухни, ее известная изощренность в технологии и подчас излишества в числе компонентов, входящих в состав отдельных блюд (таков, например, старолитовский борщ, суп гусиный жемайтский и др.).

В XIV–XVI веках Литовское государство представляло собой одно из самых могущественных образований в Восточной Европе, имело сложную и разветвленную государственную структуру, обладало развитыми международными связями, особенно тесными с восточными государствами – Золотой Ордой, Крымом, Оттоманской империей. Не только возможности торгового обмена с этими государствами и получение оттуда пряностей и другого специфического восточного пищевого сырья, но и длительное и систематическое проживание в Литве при великокняжеском дворе татарских ханов (в том числе Тохтамыша IV) и мурз, изгнанных из Орды, и переселенных из Крыма крымских татар и караимов с XIV века, а также вхождение так называемых львовских армян в литовское войско и охрану великого князя – все это создавало широкие возможности для влияния восточной кухни на старолитовскую кухню вельможеской знати и привело в конце концов к заимствованию восточной кулинарной технологии и к применению ее к иному пищевому сырью. Так, на основе долмы возникли и распространились голубцы из капусты, свинины, грибов и сметаны (вместо виноградных листьев, баранины, кураги, гранатового сока и курдючного сала), а использование технологии приготовления мусак привело к появлению таких старолитовских блюд из рыбы, как щука с кислой капустой, щука с хреном и др. Некоторые блюда были целиком заимствованы из восточной кухни (пельмени, хинкал).

С другой стороны, большое значение имело то, что Литовское государство на две трети состояло из русских и белорусов. Таким же примерно по составу было и вельможество, сформировавшееся в значительной мере из потомков удельных князей. И это оказывало немалое влияние на формирование стола тогдашней литовской знати и шляхты.

Наконец, собственно литовский вклад в старолитовскую кухню состоял главным образом в насыщении

ее продуктами леса – в основном звероловства и бортничества, отсюда широкое распространение в старолитовской кухне блюд из красной дичи (вепря, лосины, оленины, медвежатины), а также из болотной водоплавающей и лесной дичи. Доля этих продуктов в общем составе блюд была весьма значительной, причем в широком употреблении было не только свежее мясо, но главным образом солонина, вяленая и копченая дичина. В этом отношении весьма показательно то, что Литва уже в XIV–XVI веках экспортировала вяленую дичь и копченую кабанину в Германию и другие страны Западной Европы. Ветчина из дикого кабана принималась в литовской казне вместо денежных взносов в XV веке – настолько высока была степень качества и сохранности этих продуктов.

Еще большее распространение получили в старолитовской кухне продукты бортничества – мед и изделия из него (браги, медки, пряники и т. д.). И это не удивительно. По словам средневекового летописца, литовским медом «пробавлялась вся Германия, Британия и отдаленнейшие страны Европы». О значении меда в литовском быте говорит хотя бы то, что Литва была единственным государством Европы, где издревле существовала медовая дань, и особое бортное право, и бортные братства (общества). Медом литовцы заменяли монету.

Все эти составные части старолитовской кухни превратились в течение XVII–XVIII веков в единый сплав, присовокупив также ряд черт польской кулинарии, ибо в XVI–XVIII веках Литовское государство входило в состав Речи Посполитой.

С ликвидацией Польши и Литвы как самостоятельного государства в конце XVIII века и с постепенным исчезновением того социального слоя, который являлся основным потребителем блюд старолитовской кухни, это направление в литовской кулинарии фактически больше не развивалось. Созданные ими блюда в значительной степени вошли в состав польской кухни, а позже частично были включены даже в международную кухню, где претерпели сильные изменения в сторону упрощения в основном за счет сокращения числа компонентов и в результате замены специфического литовского сырья обычным (вместо веприны – свинина, вместо конины и медвежатины – говядина, вместо меда – сахар и т. д.).

Поскольку литовская крестьянская кухня до середины XIX века была крайне примитивной и, по существу, базировалась исключительно на продуктах натурального хозяйства, то прямой связи ее со старолитовской кухней фактически не существовало и между ними не возникло четкой преемственности, хотя некоторые блюда старолитовской кухни частично и в более упрощенном виде вошли впоследствии в состав литовской национальной кухни.

Если литовская крестьянская кухня что и унаследовала от старолитовской, так это соление и копчение мяса (как дичи, так и особенно свинины и гусятины). Более всего распространено было копчение в Западной Литве, причем копчение не только мяса, но и рыбы. Литовское коптильное дело отличалось не столько техникой копчения, которая в Литве, как и во всей Прибалтике, оставалась примитивной (коптили в овинах и ригах) и не изменялась в течение веков, сколько применением богатого ассортимента коптильного сырья – разнообразных древесных пород, имеющихся в литовских лесах (красный, скальный и обыкновенный дуб, черная и серая ольха, ясень, вяз, граб, орешник, можжевельник), и созданием на этой основе навыков в составлении изысканных коптильных смесей. Вместе с тем весь патриархальный, неторопливый уклад жизни литовской деревни содействовал выработке и сохранению медленных, постепенных, «нежных» форм копчения, продолжавшегося порой в течение нескольких дней. Все это, вместе взятое, и привело к созданию специфического вкуса литовских копченых изделий.

Сохранилось в новолитовской кухне и употребление меда, хотя и не столь частое, как прежде.

Что касается технологии, то в ряде блюд новолитовской кухни сохранился мусакообразный (по типу мусаки – см. с. 545) вид закладки и запекания продуктов, развитый в старолитовской кухне. В остальном же новолитовская кухня имеет больше отличий от старолитовской, чем сходства с ней.

Она отличается, во-первых, простотой пищевых комбинаций, а порой и полным их отсутствием, что особенно ярко проявляется в употреблении в пищу чаще полуфабрикатов и готовых пищевых изделий (колбас, солонины, сала, полотков, творога, сметаны, простокваши, масла), чем готовых горячих блюд. Эта тенденция еще более усилилась с появлением картофеля на столе литовского крестьянина. Горячий отварной картофель, поданный с перечисленными выше мясными и молочными изделиями-полуфабрикатами, создавал не только возможность различных комбина-

ций, но и исключительно хорошо гармонировал как раз с указанным ассортиментом продуктов.

Именно широкое применение картофеля и создание на его основе картофельных, картофельно-овощных и картофельно-крупяных блюд, которых не знала старолитовская кухня, составляют второе серьезное отличие новолитовской кухни от старолитовской.

Несмотря на всю несложность и четкое отличие от старолитовской кухни, новолитовская кухня не является монолитной – она заметно подразделяется на жемайтскую (т. е. западнолитовскую) и на дзукскую и аукштайтскую (восточнолитовскую). В западнолитовской кухне известное место занимает копченая рыба, кроме того, сохраняется, хотя и чрезвычайно редко, употребление конины в старых национальных блюдах, чего совершенно нет в восточнолитовской кухне.

Несмотря на то что долгое время Жемайтия была как раз такой областью Литвы, где наиболее ревностно сохранялись национальные традиции, западнолитовская кухня в целом испытала известное влияние немецкой кулинарии как в составе употребляемого пищевого сырья (например, введение в рацион привозных продуктов – вроде кофе), так и отчасти в технологии (употребление молотого мяса, приготовление блюд типа рулетов и паштетов) и почти полностью в рецептуре кондитерских изделий.

В целом же для новолитовской кухни характерно наряду с преобладанием в ней закусок (что подчеркивается крайне незначительным употреблением супов) широкое применение картофельно-мясных, картофельно-молочных и картофельно-яичных вторых горячих блюд. Остальные овощи и крупы применяются в гораздо меньшей степени. Из них своего рода национальными литовскими являются ячмень (перловая и ячневая крупа), капуста кольраби, репа, брюква и морковь, горох. Технологические принципы приготовления новолитовских горячих блюд не отличаются особой оригинальностью – они сводятся к отвариванию или к запеканию уже отваренных или полуотваренных мясо-овощных и мясо-крупяных блюд.

Употребление солонины и копченых изделий из свинины, домашней птицы, рыбы в качестве не только собственно закусок, но и основы стола привело к тому, что все сопровождающие эти изделия картофельные, овощные и крупяные блюда приготовляют пресными, зачастую совершенно без соли. Что же касается применения пряностей, то в литовской кухне оно относительно более распространено, чем в других прибалтийских, хотя и ограничивается в основном майораном, тмином, петрушкой, луком, укропом, причем тмин и майоран являются национальными пряностями. Из привозных пряностей в блюда старолитовской кухни и в кондитерские изделия употребляются черный перец, душистый (ямайский) перец, лимонная цедра, мускатный орех.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА (СУПЫ)

БОРЩ СТАРОЛИТОВСКИЙ[1]

500–750 г **говядины** (грудинки)
300 г **ветчины**
100 г **свиного копченого сала**
10 **сухих белых грибов**
2 **свеклы**
1 кочан **кольраби**
1 **морковь**
2 крупные **репы**
1 **антоновское яблоко**
0,5 л **свекольного рассола** или **свекольного кваса** (см. с. 505) или 0,5 л **тминного кваса**
1 **луковица**
0,5–0,75 стакана **сметаны**
1 **петрушка**
1 ч. л. **сухого майорана**
1–2 ст. л. **свежего укропа**
0,5 ч. л. **тмина**

ДЛЯ ТЕСТА КОЛДУНАЙ:
1–1,5 стакана **муки**
1 **яйцо**
2 **желтка**
0,5 ч. л. **соли**
1–3 ст. л. **лукового сока** (1 луковица)

ДЛЯ ГРИБНОЙ НАЧИНКИ:
отварные грибы
2 **яйца**

[1] Здесь и далее звездочками отмечены блюда старолитовской кухни.

1 **луковица**
1 ст. л. **масла**

ДЛЯ МЯСНОЙ НАЧИНКИ:
250 г **мяса**
100 г **сала**
2 ч. л. **майорана**
1 **луковица**
0,5 ч. л. **черного перца**

1. Отварить мясную часть борща с луковицей, половиной моркови и петрушкой до готовности мяса, вынуть его из бульона. Разделить говядину на две части. Из одной сделать фарш, другую вместе с ветчиной нарезать небольшими одинаковыми кусочками, как для окрошки.
2. Свеклу испечь до полуготовности в кожуре, очистить, нарезать соломкой; репу, капусту, яблоко нарезать соломкой, соединить со свеклой и отварить в мясном бульоне.
3. Грибы отварить отдельно. Отвар соединить с бульоном, а грибы использовать для начинки колдунай.

4. ПРИГОТОВИТЬ КОЛДУНАЙ:
замесить крутое пресное тесто, раскатать в пласт толщиной 1–2 мм, нарезать квадратами (4×4 см) и сформовать из них мелкие пельмени (колдунай), начинив половину из них грибной начинкой, а другую половину – обжаренными кубиками сала с небольшим добавлением фарша из отварной говядины; колдунай, начиненные грибами, обжарить на масле, а начиненные мясом и салом не обжаривать.
5. В мясо-грибной бульон со сваренными овощами долить квас, довести до кипения, засыпать сначала сырые, а затем через 3–4 мин обжаренные колдунай и после их готовности, спустя 5–7 мин, положить отваренное мясо и пряности и продержать на слабом огне еще 3–4 мин.
Затем снять с огня и заправить сметаной и зеленью укропа.

СУП ГУСИНЫЙ ЖЕМАЙТСКИЙ*

1–1,25 кг **гуся** (или 1 **утка**)
1 стакан **перловой крупы**
2 стакана **сметаны**
2 ст. л. **сливочного масла**
4–5 **белых грибов**
2 **луковицы**
1 **морковь**
3 **антоновских яблока**
1 **корень петрушки**
0,5 **корня сельдерея**
0,5 ч. л. **тмина**
1 стакан **свекольного рассола** (см. с. 505) или **свекольного кваса** (или сок 1 лимона)
зелень укропа

1. Снять с гуся лишний жир, разделить его на крупные куски и отварить в кипятке под крышкой с овощами и яблоками. За 5–7 мин до готовности добавить тмин.
2. Отдельно отварить грибы с луком в 0,5 л воды (см. «Грибной суп с пирожками», с. 715) и закислить готовый отвар свекольным квасом или лимонным соком.
3. Перловую крупу сварить до полного разваривания, растереть со сливочным маслом в пюре и взбить до побеления в суфлеобразную массу, прибавить к ней сметану, довести до пенообразного состояния.
4. Соединить все части подготовленного супа, подогреть, не доводя до кипения, посыпать укропом.

СУП ИЗ ДИЧИ ДЗУКСКИЙ*

1 стакан **фарша из жареной дичи**
1 ст. л. **сливочного масла**
0,5 стакана **сметаны**
1 кочан **кольраби**
3 **репы**
0,5 **моркови**
1 **петрушка** (корень и зелень)
1 **лук-порей**
2 **луковицы**
1 ч. л. **сухого майорана**
0,25 ч. л. **черного молотого перца**
1 ст. л. **укропа**

1. Овощи (кольраби, репу, морковь, петрушку) нарезать соломкой, сварить с пореем на слабом огне овощной бульон.

2. Приготовить заправку из дичи: жареное мясо (рябчиков, куропаток) пропустить через мясорубку и обжарить на масле вместе с мелко нарезанным луком. В конце обжаривания добавить сметану, майоран, зелень петрушки (или часть тертого корня петрушки), хорошо растереть.
3. Ввести заправку из дичи в овощной бульон, прогреть 2–3 мин на умеренном огне, не доводя до кипения.
Заправить укропом.

ЖУВИЕНЕ АУКШТАЙТСКАЯ*

500 г **сушеной мелкой рыбы** (речной)
4 **свеклы**
5–6 **белых грибов** (сухих или свежих)
0,5 **моркови**
3 **луковицы**
1 **петрушка** (корень и зелень)
3 **яйца**
0,5 стакана **пива**
1 стакан **кислого свекольного кваса** или **сок 1 лимона**
100 г **черного** или **серого хлеба** или **сухарей**
1 ст. л. **муки**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**
2 ст. л. **зелени укропа**

1. Свеклу полуиспечь в кожуре, очистить, нарезать соломкой и припустить вместе с морковью и петрушкой в 0,5–0,75 л воды. Полученный густоватый отвар снять с огня, подкислить квасом или лимонным соком.
2. Грибы отварить в 0,5 л воды с луком, измельчить, вновь опустить в отвар, добавить сушеную рыбу (половину), отварить ее до мягкости.
3. Остальную рыбу пропустить через мясорубку с луком, посолить, поперчить, перемешать в однородную массу с намоченным в пиве хлебом и сырым яйцом и сформовать из этой массы палочки (1,5×8 см), обвалять их в муке, обжарить на подсолнечном масле или отварить отдельно.
4. Соединить свекольный отвар (п. 1) с грибным (п. 2), добавить разрезанные пополам крутые яйца. Рыбные палочки подать к супу на отдельной тарелке.

ГРИБНОЙ СУП С ПИРОЖКАМИ*

10–15 **сушеных белых грибов**
1 небольшой кочан **кольраби**
1 **морковь**
0,5 **корня сельдерея**
4 **луковицы**
1 **петрушка** (корень)
1 ст. л. **зелени укропа**
0,5 стакана **сметаны**
0,5 стакана **манной крупы**
2 ст. л. **сливочного масла**

ДЛЯ ТЕСТА:
1 стакан **муки**
1 **яйцо**
1–2 ст. л. **воды**

1. Сушеные грибы и 1 луковицу залить 0,5 л кипятка, отварить в течение 10–15 мин под крышкой на слабом огне и поставить в духовку томиться на 15–30 мин. Грибы из отвара вынуть и использовать в пирожки.
2. Нарезать овощи (в том числе 1 луковицу) и припустить их отдельно на слабом огне в 1 л воды до готовности.
3. Из манной крупы сварить очень густую кашу на молоке, выложить ее в неглубокие тарелки, остудить, нарезать правильными кубиками.
4. Соединить грибную и овощную части, посолить, подогреть, не доводя до кипения, положить туда кусочки манной каши, забелить сметаной, посыпать укропом.
5. Приготовить начинку для пирожков к супу: отваренные грибы измельчить и обжарить с мелко нарезанным луком (2 шт.) и с 1 ст. ложкой сливочного масла, добавить мелко рубленные яйца (крутые), перец, соль. Замесить пресное тесто, как для лапши, вырезать стаканом круги, начинить их грибной начинкой, сделать полукруглые пирожки и обжарить их на сливочном масле; подавать к грибному супу.

ПИВНОЙ СУП ЖЕМАЙТСКИЙ

1 л **пива**
1,5 стакана **сметаны**

2 **желтка**
0,5–1 стакан **творога** или **сыра**
2 ч. л. **сахарного песка**
2–3 ч. л. **тмина**
500 г **черного хлеба**
1,5 ч. л. **соли**

1. Желтки растереть с сахаром и солью, взбить со сметаной в однородную массу.
2. Пиво вскипятить в эмалированной посуде, снять с огня, развести в нем сметанно-яичную смесь, добавить тмин, затем вновь подогреть на медленном огне, постоянно помешивая, но не доводя до кипения.
3. Хлеб нарезать палочками шириной 2 см, посыпать тмином и солью и подсушить в духовке, затем подать к пивному супу. Можно подсушить хлеб, нарезав его кубиками, и полученные гренки залить супом.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

БЛЮДА ИЗ ДИЧИ

БЛЮДА ИЗ ДИЧИ, занимавшие в прошлом значительное место на литовском столе, ныне встречаются сравнительно редко. Из крупной дичи в основном используют кабанье и лосиное мясо, а также зайчатину.

Технология обработки кабаньего мяса, унаследованная от старолитовской кухни, перенесена ныне на приготовление свиных окороков. Всю остальную крупную дичь обязательно вымачивают в течение суток в холодной воде пополам с квасом и с добавлением меда, лука, а затем шпигуют свиным салом и запекают в печи крупными кусками. Что же касается пернатой дичи, то в Литве ее обычно жарят либо на противне, либо на вертеле, обернув предварительно в тонкие пласты свиного сала. Во время жарения на противне и вертеле дичь стараются переворачивать как можно чаще.

Глухарей и тетеревов, не ощипывая, предварительно зарывают на сутки в землю, обернув в плотную ткань или бумагу, а более мелкую птицу даже не маринуют.

Блюда из дичи, особенно из крупной, подают в Литве чаще всего в холодном виде как закуску, а в горячем – с отварным или тушеным картофелем, политым соком, который образовался при жарении дичи с салом, а также со смесью черники и клюквы, отваренных с небольшим количеством воды и меда (сахара) и слегка закисших. Из напитков к дичи обычно подают тминный квас.

МЯСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Из МЯСНЫХ ИЗДЕЛИЙ литовской кухни до сих пор домашним способом приготовляют свиные окорока – кумпис – и мясные рулеты из разных видов мяса и их сочетаний. Домашнее производство солонины и колбас почти прекращено, поскольку промышленность Литвы выпускает достаточно широкий ассортимент национальных колбасных изделий.

КУМПИС ВАРЕНЫЙ

На 10 кг **окорока**:
6–7 бутонов **гвоздики**
10 горошин **душистого (ямайского) перца**
10 **лавровых листьев**
2–3 ч. л. **майорана** (сухого)
2 ч. л. **корицы молотой**
50 г **сахара**
1 ст. л. **соли**

Свежий окорок молодого кабана или свиной окорок с толщиной сала 1,5 см положить на несколько дней в эмалированную или керамическую посуду, залив 3%-ным уксусом, прокипяченным с гвоздикой, душистым перцем, лавровым листом, майораном и солью, после чего отварить в воде в течение 2,5–3 ч, затем снять кожу, обильно посыпать сальную часть сахарной пудрой с корицей и подрумянить окорок в духовке на противне 10–15 мин.

КУМПИС ШПИГОВАННЫЙ

Свежий окорок (кожу с него не снимать) сильно отбить деревянным молотком, вымочить в холодной воде с майораном, чесноком и струганым хреном в течение 12 ч. После этого снять кожу, нашпиговать окорок свиным салом, посолить. Приготовить пряную смесь из лука, петрушки, лаврового листа, душистого (ямайского) пер-

ца, гвоздики, нарезать тонкими пластами свиное сало, положить их на противень, обсыпать пряной смесью, поверх положить окорок, обмазать его сверху маслом и жарить в духовке 3–4 ч, все время поливая образующимся соусом.

К концу жарения соус собрать в отдельную посуду, отделить от него жир и залить обезжиренной частью окорок на блюде, а на жире поджарить целиком мелкие луковицы диаметром 1,5–2 см. К ним добавить маринованные или соленые грибы, слегка отваренные перед подачей, и перемешать их с остатками растопленного сала.

РУЛЕТ СКАНЕСТАС–СУДЕТИНИС

1 **говяжий язык** (500–700 г)
2–3 **куропатки** или **рябчика**
1 кг **телятины**
500 г **свиного сала** или **бекона**
2 крупных **корня петрушки**
2–3 ч. л. **сухого майорана**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**
0,25 ч. л. **тертого мускатного ореха**

ДЛЯ МАРИНАДА:

1 **луковица**
1 **морковь**
1 **петрушка**
10 **можжевеловых ягод**
0,5 **головки чеснока**
0,5 л **пива**

ДЛЯ ТЕСТА:

1 стакан **ржаной муки**
0,5 стакана **пшеничной муки**
около 0,5 стакана **воды**
1 ч. л. **соли**

1. Язык вымочить в течение 12 ч в маринаде из пива или кислого кваса, вскипяченного с луком, можжевеловыми ягодами, майораном, чесноком, петрушкой. Затем отварить с луком, морковью, перцем, петрушкой, лавровым листом в течение примерно 1 ч, облить холодной водой и сразу же снять с него кожу.
2. Куропаток обжарить почти до полной готовности, филетировать грудные части, обжарить их слегка в масле с луком.
3. Телятину (телячий бок или заднюю часть) слегка посолить, отбить в пласт толщиной 1–1,5 см, затем натереть смесью соли, перца и мускатного ореха.
4. Свиное сало нарезать пластами толщиной 3 и 5 мм.
5. Подготовленные продукты расположить следующим образом: язык обернуть пластами сала толщиной 3 мм, затем обложить по обе стороны филейными частями куропаток и плотно завернуть пластами сала толщиной 5 мм, положить поверх сала вдоль всего рулета корень петрушки, натруганный на крупной терке, посыпать майораном и завернуть в пласт телятины, который покрыть тонким слоем пресного теста (из муки, воды, соли), обернуть салфеткой из плотного грубого полотна, обвязать бечевкой так, чтобы она охватывала рулет по окружности через каждые 3 см, и отварить в подсоленном кипятке в течение 1,5 ч.

Затем охладить, снять салфетку, слой теста, обернуть рулет вновь в сухую салфетку и положить под легкий пресс на 6–8 ч в холодное место.

МЯСНЫЕ БЛЮДА

Из МЯСНЫХ БЛЮД следует выделить литовские зразы.

Зразы пришли в старолитовскую кухню из польской. В новолитовской кухне они иногда называются ристиниай. Под зразами в литовской кухне понимают, как правило, блюдо из отбивной или молотой говядины, начиненной яйцами, луком, овощами (картофелем, капустой, брюквой), хлебом (сухарями) или сочетанием этих компонентов. Литовские зразы готовят в кастрюле, а не на сковороде, и они не обязательно имеют форму котлет.

ЗРАЗЫ ЗАВИВНЫЕ

500 г **говядины** (задняя часть)
100 г **свиного сала**
2 **луковицы**

3 **яйца** (2 крутых)
0,5 стакана **ржаных толченых сухарей**
1 ч. л. **черного молотого перца**
майоран

Говядину нарезать пластами толщиной 0,5 см, размером с ладонь или более, отбить, посолить, поперчить, смазать взбитым яйцом, выдержать 15 мин.
Сало нарезать мелкими кубиками, вытопить до образования шкварок.
Из обжаренного лука, крутых яиц, шкварок и сухарей сделать начинку, насыпать ее на подготовленную говядину слоем 0,5–1 см, завернуть рулетом или конвертиком, обвязать и смазать зразы взбитым яйцом.
В растопленном сале обжарить зразы, вначале на сильном, затем на слабом огне. При вытапливании жира подлить 1–2 ст. л. воды.

ЗРАЗЫ ОТКРЫТЫЕ

500 г **говядины** (задняя часть)
3 **крутых яйца**
1 ст. л. **муки**
50 г **сливочного масла**
1 стакан **сметаны**
1 стакан **ржаных толченых сухарей**
0,5 стакана **мясного бульона** или **воды**
3 **луковицы**
2 **репы**
2 ст. л. **укропа**

Говядину нарезать небольшими ломтиками, отбить их, обвалять в муке, обжарить на масле в течение 2–3 мин, уложить в глубокую сковороду, засыпать сверху мелко нарезанными луком, репой и крутыми яйцами и залить смесью сметаны, бульона и сухарей, поставить в духовку для запекания. Готовые зразы посыпать укропом.

ЗРАЗЫ ЗАКРЫТЫЕ С ХРЕНОМ

500 г **говядины**
1 **яйцо**
0,5 стакана **толченых черных сухарей**
2–3 ст. л. **муки**
2–3 ст. л. **сливочного масла**
1 крупный **корень хрена**
2 ч. л. **майорана**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**
2 **луковицы**
1 стакан **сметаны**
0,5 стакана **бульона** или **воды**
2 ст. л. **конопляного** (или другого **растительного**) **масла**

Говядину отбить, отделить все прожилки, мелко посечь ее или пропустить через мясорубку, перемешать полученный фарш с яйцом и майораном, посолить, поперчить и сформовать плоские котлеты, затем обвалять их в муке и слегка обжарить на сильном огне в сковороде.
Муку и сухари обжарить на масле, перемешать с натертым хреном.
В смазанную маслом кастрюлю уложить подготовленные котлеты, намазать их толстым слоем (1–1,5 см) смеси хрена и сухарей, посыпать мукой и мелко нарезанным луком так, чтобы образовался еще один слой, и залить смесью сметаны, бульона (воды) и растительного масла. Тушить под крышкой на слабом огне в духовке.
К зразам подать отварной картофель, облить его соусом, в котором тушились зразы.

БЛЮДА ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

В литовской кухне, как и в белорусской, гусятину предпочитают всякой другой домашней птице. Из нее приготовляют парадные блюда. Как правило, гуся готовят целиком и в отличие от белорусской кухни не тушат, а всегда жарят, причем готовят на свином сале, а собственное гусиное сало обычно снимают и обжаривают на нем гарниры. Гуся приготовляют с кислой капустой, с кашей и с яблоками (не с антоновскими, а с пепином литовским – мелкими, твердыми, кисло-сладкими яблоками).

ЖАСИС КОПУСТИНИС (ГУСЬ С КИСЛОЙ КАПУСТОЙ)

1 **гусь**
1–1,5 кг **кислой капусты**

4–5 **пепинов литовских** (или 2 **антоновских яблока**)
200 г **свиного сала**
4 **луковицы**
1 ст. л. **тмина**
1 ч. л. зерен **душистого (ямайского) перца**

Капусту потушить со свиным салом (половина указанной нормы) в течение 10 мин до готовности, добавить нарезанные лук и яблоки, тмин. Гуся разрезать сзади, вдоль хребта, вынуть кости, не затронув кожи, снять лишний жир, посолить и натереть изнутри перцем, начинить подготовленной капустой, зашить, придав форму целого гуся, обложить тонкими ломтиками сала. Зажарить на противне в духовке, периодически поливая выделяющимся соком.

ЖАСИС ОБУОЛИНИС (ГУСЬ С ЯБЛОКАМИ)

1 **гусь**
2 кг **яблок сорта пепин литовский**
4 **луковицы**
1,5–2 ст. л. **тмина**

С гуся снять лишний жир, натереть снаружи и изнутри солью с тмином, начинить яблоками (через брюшную полость), зашить.
Лук нарезать, положить толстым слоем на противень, поверх положить подготовленного гуся и жарить, вначале облив бульоном, а затем на собственном соусе.
Оставшиеся яблоки обжарить отдельно в гусином жире; остальным жиром облить отварной картофель. Подать все вместе с луковым соусом, образовавшимся на противне, как гарнир к гусю.

ЖАСИС КАМШАЛИС (ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ КАШЕЙ С ГРИБАМИ)

1 **гусь**
15–20 **белых сушеных грибов**
2–3 стакана **гречневой крупы-ядрицы**
1–2 **яйца**
50 г **сливочного масла**
1 **морковь**
2 **петрушки** (корень и зелень)
2 ст. л. **укропа**
2 **луковицы**
150 г **свиного сала**

Гуся разрезать вдоль хребта, вынуть кости, не нарушая кожи.
Кости разломать, отварить в 1 л воды с морковью, петрушкой и сушеными грибами, добавить масло, зелень укропа. Нашинковать отваренные грибы. Вынуть кости и всыпать в полученный отвар гречневую крупу, предварительно прокаленную и перемешанную со взбитым яйцом; тушить до готовности каши.
Начинить гуся кашей, зашить его, обложить со всех сторон свиным салом и зажарить на листе в духовке. К готовому гусю подать тминный квас.

МЯСО-КРУПЯНО-ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

В литовской кухне значительное место, особенно в прошлом, занимали крупяно-овощные блюда с небольшим добавлением мяса или сала. Такой состав блюд объяснялся стремлением экономить более дорогие мясные продукты и жиры, он в то же время разнообразил крупяную или овощную основу различными добавками.

По своему составу и отчасти по своей технологии эти литовские блюда близки к латышским путрам (см. с. 707). Однако их основное отличие от путр состоит в том, что в них отсутствует молоко и что их не доводят до закисания. Молочные же продукты – сметану, творог, сыр – вносят иногда как заправку, но лишь после приготовления блюда.

Все эти блюда имеют кашицеобразную консистенцию; при нарушении пропорций в сторону увеличения доли круп, а также при отсутствии соответствующих приправ и пряностей вкус их резко ухудшается, поэтому они постепенно были вытеснены из употребления другими, более вкусными блюдами. При правильном же приготовлении мясо-крупяно-овощные блюда и приятны, и весьма полезны.

До настоящего времени из блюд этого типа сохранились в основном литовские голубцы, шюпинис и ведарай, рецепты которых и приводятся ниже.

ГОЛУБЦЫ ЛИТОВСКИЕ*

1 кочан **капусты**
10 **белых сушеных грибов**
1 **луковица**
0,5 стакана **перловой крупы**
2 **яйца**
100 г **фарша из постной свинины**
50 г **свиного сала**
0,5 стакана **сметаны**
майоран

1. Кочан разрезать на 4 части, отварить до полуготовности в слегка подсоленной воде, отжать.
2. Перловку отварить до мягкости, обжарить вместе со свиным салом.
3. Грибы отварить в 1,5 стакана воды, затем вынуть, нарезать соломкой, поджарить с луком. Отвар сохранить.
4. Перемешать перловку и грибы со свиным фаршем и взбитыми яйцами. Начинить этой массой междулистные промежутки капусты, части кочана перевязать, залить грибным отваром и сметаной и тушить под крышкой до готовности.

ШЮПИНС

0,5 стакана **ячневой крупы**
1 стакан **гороха**
1 **брюква**
3 **луковицы**
200 г **свиного сала**
250 г **ветчины**
1 стакан **сметаны**
1 ч. л. **майорана**
2 ст. л. **зелени укропа**

Отдельно разварить каждый из следующих компонентов – ячневую крупу, предварительно замоченный горох, нарезанную брюкву.
Нарезанное кубиками сало обжарить с мелко нарезанным луком, соединить с разваренными крупой, горохом и брюквой, прибавить мелко нарезанную ветчину, посыпать майораном и укропом, заправить сметаной. Подавать к столу в горячем виде.

ВЕДАРАЙ

2 стакана **ячневой крупы**
1,5 стакана **молока**
200 г **кишечного свиного сала**
200 г **печенки**
200 г **сердца (почек)**
2 **луковицы**
150 г **шпика свиного**
1 ч. л. **черного молотого перца**
майоран

Ячневую крупу ошпарить кипящим молоком и поставить в горячую духовку на слабый огонь до выпаривания молока. Затем добавить поджаренное с луком кишечное сало и поджаренный с салом фарш из потрохов, перемешать и поставить упревать. Начинить этой начинкой промытые и оскобленные свиные толстые кишки (концы кишок завязать), положить их на смазанный маслом противень и жарить 1,5 ч, время от времени переворачивая.

РЫБНЫЕ БЛЮДА

Для РЫБНЫХ БЛЮД литовской кухни характерным является сочетание и приготовление их с кислыми овощами (свекольным отваром, кислой капустой и т. п.), с грибами и со свиным салом. Кроме того, рыбу готовят не в целом виде, а обязательно филированном или рубленом. При этом все продукты вместе с рыбой закладывают по типу мусак – в одну посуду с соусом – и тушат под крышкой в духовке.

Методы приготовления рыб по-литовски не являются универсальными, они применимы только к определенным и весьма ограниченным видам рыб – щуке, налиму, карпу, выработаны с учетом их вкусовых особенностей.

ЛИДЕКА КОПУСТИНЕС (ЩУКА С КИСЛОЙ КАПУСТОЙ)

1,5–2 кг **щуки**
1 кг **квашеной капусты**
0,5 стакана **ржаных сухарей**
100 г **сливочного масла**
3 ч. л. **тмина**
1,5–2 ч. л. **черного молотого перца**

ДЛЯ ОТВАРА:

1 **луковица**
1 **петрушка** (корень и зелень)
1 ст. л. **укропа**

1. Щуку целиком слегка припустить в отваре измельченного лука, укропа, петрушки не более 5–6 мин, после чего отвар слить, а щуку охладить и филировать.
2. В горшке в духовке в течение получаса сварить кислую капусту, как для щей, но с 1 ст. ложкой масла, почти без воды, дать остыть.
3. Покрыть дно кастрюли слоем масла, положить на него слоями капусту, щуку, нарезанную кусками по 2,5–3 см шириной, смазать ее маслом, вновь положить капусту и т.д. до наполнения кастрюли. Верхний слой должен быть капустным. Щуку посыпать перцем, капусту – тмином.
4. Поставить в сильно нагретую духовку на умеренный огонь на 10–15 мин, закрыв крышкой, затем вынуть, обсыпать ржаными сухарями, облить обильно маслом, проткнуть в нескольких местах, чтобы масло вошло внутрь, снять крышку и подрумянить на большом огне в духовке около 5 мин.

ЛИДЕКА СУ ТАУКАЙС (ЩУКА, ЖАРЕННАЯ НА СВИНОМ САЛЕ)

1,5–2 кг **щуки**
200 г **свиного сала**
2 **луковицы**
1 **морковь**
2 **петрушки** (корень и зелень)
1–1,5 ч. л. **черного молотого перца**

ДЛЯ СОУСА-ГАРНИРА:

1 стакан **сметаны**
0,5 кочана **свежей капусты**
10 **раков**

Очищенную щуку натереть слегка обжаренной на сковороде солью и дать полежать около 1 ч, затем филировать на две половины.
Покрыть противень тонкими пластами сала, посыпать его мелко нашинкованными луком, морковью, петрушкой и черным перцем, затем положить филе щуки, сверху вновь посыпать смесью мелко нарезанных овощей и пряностей, покрыть салом и поставить в духовку на 20–25 мин.
К щуке подать соус-гарнир из сметаны, капусты и раков.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ СОУСА-ГАРНИРА

Капусту нашинковать, потушить в кастрюле без воды на слабом огне под крышкой, добавить сметану, прогреть.
Раков отварить, очистить, измельчить, перемешать с капустой.

БУЛЬВЮ СИЛЬКЕ (СЕЛЕДКА С КАРТОФЕЛЕМ)

1 кг **селедки**
1 кг **картофеля**
4 **луковицы**
100–150 г **масла** или **сала**
0,5–1 стакан **сметаны**
1 **яйцо**
3 ст. л. **укропа**

Сельдь филировать, вымочить в смеси молока и воды в течение 10–12 ч, затем измельчить. Картофель нарезать соломкой.
Обжарить мелко нарезанный лук с маслом (или салом).
Тонкую металлическую кастрюлю смазать маслом, уложить слоями картофель и селедку, смазывая каждый слой взбитым яйцом, посыпать луком и укропом, шкварками. Последний слой – картофельный – густо смазать яйцом. Залить все сметаной и поставить в духовку на 25–30 мин.

ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

В **овощных блюдах** литовской кухни, как правило, преобладает какой-либо один вид овощей, например брюква, картофель или капуста, который составляет 90% блюда. Такой состав овощных блюд идет еще от традиций древнерусской кухни, с которой литовская

имела общие корни в далеком прошлом. Но бывают и исключения, когда разные овощи берут в равных долях и создают смесь. Таков, например, герлаш, название которого, как и русское слово «ералаш», означает «неразбериха», «путаница» и происходит от тюркского арлаш – смесь, соединение.

Вместе с тем во все овощные блюда в качестве вкусовых добавок вводят в небольших дозах мясо, яйца, грибы, творог, сметану в самых разнообразных сочетаниях, причем сало и сметана неизменно соседствуют в подавляющем большинстве овощных блюд.

Эти добавки либо придаются овощной массе в виде подливок, либо непосредственно вводятся в нее, либо, как правило, играют роль начинки для той или иной овощной основы. Такой метод приготовления дает возможность создавать разнообразие одной и той же овощной основы, меняя не только состав начинки, но и характер обработки основы, подвергая ее в одних случаях отвариванию, в других – тушению, в-третьих – запеканию. Примером этого являются приводимые ниже брюквенные и картофельные блюда. В целом же технология литовских овощных блюд строится примерно по одинаковой схеме – подготовка овощей, приготовление начинки, фарширование и тепловая обработка.

КИМШТИ СЕТИНАЙ (БРЮКВА ФАРШИРОВАННАЯ)

2–3 **брюквы**
150 г **масла**
1 стакан **сметаны**
1 **яйцо**
2–3 ст. л. **муки**
1–2 **петрушки** (корень и зелень)
1 ст. л. **тмина**

1. Брюкву очистить, сварить целиком до полуготовности (отвар не выливать), разрезать пополам, выдолбить так, чтобы осталась оболочка толщиной 1 см.
2. Вынутую мякоть брюквы доварить, сделать из нее пюре, перемешать его с мукой, обжаренной на масле, натертой петрушкой, тмином, 2–3 ст. ложками сметаны, посолить, положить эту начинку в брюкву, обмазать сверху маслом и взбитым яйцом.

Положить на противень или сковороду и запечь в духовке.
3. Из сметаны, муки, масла, зелени петрушки и 0,5 стакана воды, в которой отваривалась брюква, сделать подливку и полить ею запеченную брюкву.

ГЕРЛАШ

500 г **брюквы**
500 г **картофеля**
500 г **моркови**
500 г **кольраби**
100 г **сливочного масла**
100 г **сала**
2 ст. л. **муки**
2 **петрушки** (корень и зелень)
1 ст. л. **тмина**
3 ст. л. **укропа**
1–1,5 стакана **воды**

Овощи нарезать одинаковыми кубиками, обжарить на масле до образования легкой корочки, сложить в кастрюлю, заправить кубиками сала, обжаренными с мукой и измельченными пряностями, затем добавить воду и припустить на слабом огне до полного выпаривания воды.

БУЛЬВЕС АГУОНИС

4 стакана **картофельного пюре**
0,5 стакана **сухого мака**
50 г **масла**

Приготовить картофельное пюре.
Мак ошпарить, слить воду, еще дважды ошпарить, выдержав каждый раз по 5 мин, затем воду отцедить, мак протолочь в ступке.
Смешать пюре с маком и растопленным маслом.

КУГЕЛИС

20 **картофелин**
2 **яйца**
1 стакан **творога**
50 г **сала**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**

ДЛЯ СОУСА:
3 **луковицы**
100 г **сала**
1 стакан **сметаны**

Натереть сырой картофель, добавить яйцо, творог, соль, перец.
Противень смазать растопленным салом, остальное сало и шкварки перемешать с картофельной массой, разложить ее слоем 3–4 см на противне и запечь в духовке в течение 1 ч.

ПРИГОТОВИТЬ СОУС:
обжарить на сале лук, смешать со сметаной. Облить этим соусом готовый кугелис.

ЦЕПЕЛИНАЙ

15 **сырых картофелин**
5 **вареных картофелин**
0,5 стакана **сметаны**

ДЛЯ НАЧИНКИ:
500 г **мяса** или **печенки**
3 **луковицы**
50 г **свиного сала**

ВАРИАНТ НАЧИНКИ:
500 г **творога**
2 **яйца**
3 **луковицы**
150 г **свиного сала**

1. Натереть сырой картофель, отжать сок, перемешать с пюре из отварного картофеля в однородную массу.
2. Приготовить начинку: из фарша отварного мяса и лука, обжаренного на сале, или из творога, перемешанного с сырым яйцом и луком, обжаренным на сале.
3. Из картофельной массы сделать оладьи и, беря их по одной на ладонь, закладывать начинку, при этом складывать оладьи так, чтобы получились пирожки яйцевидной формы – цепелинай.
4. Цепелинай отварить в подсоленном кипятке 20 мин, выложить на блюдо и облить кипящей подливкой из сала, лука и сметаны (см. «Кугелис»).

РАГОУЛЯЙ

15 **сырых картофелин**
2 **вареные картофелины**
6 ст. л. **гречневой муки**
25 г **дрожжей**
2 ст. л. **воды**
100 г **свиного сала**
3 **луковицы**

1. Из вареного картофеля сделать пюре, добавить дрожжи, разведенные теплой водой, муку, поставить в теплое место на закваску.
2. Сырой картофель натереть, сок отжать, добавить муку (4 ст. л.) и закваску (п. 1), поставить на 8 ч в теплое место.
3. Затем слить образовавшуюся жидкость, добавить соль, оставшуюся муку и выложить массу слоем 3 см на лист, смазанный маслом, запечь в духовке в течение 30 мин.

БЛЮДА ИЗ ОТВАРНОГО ТЕСТА С НАЧИНКОЙ

Литовские **БЛЮДА ИЗ ОТВАРНОГО ТЕСТА** – типа пельменей, вареников, хинкала – заимствованы из восточной кухни еще в период Средневековья. По своей технологии и внешнему виду эти блюда не отличаются от блюд-прародителей. Но по характеру начинки, по вкусу и по названиям они литовские, национальные.

Литовский национальный характер придают этим блюдам, конечно, начинки, в состав которых входят ветчина, свиное сало, сыр, тмин, майоран, черника – продукты, неизвестные или не употребляемые на Востоке.

Некоторым изменениям подверглась и тестяная часть этих блюд. Как правило, литовское тесто крутое, в него идет много яиц (1 яйцо и 1 или 2 желтка), в то время как восточное иногда делается без яиц или с одним белком.

И хотя литовские блюда из отварного теста не являются абсолютно оригинальными, мы приводим их и как пример литовской кулинарной обра-

ботки, и как часть того ассортимента, без которого немыслимо литовское национальное меню. Немаловажно и то, что некоторые из этой категории блюд, например литовские пельмени, уже давно известны в русской и международной кухнях как литовское блюдо, названное, правда, неверным и вводящим в заблуждение словом «колдуны», искажающим литовское наименование «колдунай», т. е. пельмени.

Под чисто литовским названием «скриляй» в современной литовской кухне фигурирует также видоизмененная за много веков татарская салма или кавказский хинкал, а вареники носят название «виртиняй» или «шалтаносяй» в зависимости от начинки (творожно-картофельной или ягодной).

КОЛДУНАЙ

Колдунай приготовляют так же, как пельмени, но с некоторыми особенностями.

СОСТАВ МЯСНОЙ НАЧИНКИ:
жирная говядина (кострец)
свиное сало (четвертая часть)
лук (луковый сок или кашица)
сырое яйцо
майоран (сухой)
черный молотый перец

СОСТАВ ГРИБНОЙ НАЧИНКИ:
белые грибы (сухие или свежие)
свиное сало
лук (измельченный, обжаренный)
петрушка (тертый корень)
майоран (сухой)
черный молотый перец

Для приготовления теста на 1 стакан муки (пшеничной) берут 1 целое яйцо и 2 желтка, соль. Вода не используется совершенно! Вместо нее можно использовать луковый сок, если тесто слишком крутое.

1. Начинку пропускают через мясорубку дважды, а затем растирают в эластичную массу. Поэтому вместо мелко нарезанного свежего лука в колдунай используют луковый сок или луковую кашицу.
2. Тесто раскатывают в пласт толщиной до 1 мм (а пельмени делают как можно меньшего размера – не более 2–3 см в диаметре).
3. Колдунай в отличие от пельменей, как правило, сначала обжаривают на сковороде, а затем отваривают в подсоленной воде.
4. Колдунай реже употребляется как второе блюдо, а служит главным образом для наполнения супов – литовского борща, овощных супов, мясных отваров.

СКРИЛЯЙ

Тесто, как для колдунай (см. выше).

ДЛЯ НАЧИНКИ:
ветчина, сало (то или другое или их сочетание в любой пропорции)
лук (в любых соотношениях)
сырная начинка из 250 г сыра
2 **яйца**
0,5 стакана **сметаны**
1 ст. л. **сливочного масла**
1 ч. л. **тмина**

ДЛЯ СОУСА
(ПРИМЕРНОЕ СООТНОШЕНИЕ):
3 **луковицы**
0,5 стакана **сметаны**
1 ст. л. **сливочного масла**

1. Приготовить начинки: а) ветчину или сало нарезать кубиками (1×1 см), обжарить вместе с луком; б) сыр натереть на мелкой терке, желтки растереть, белки взбить, все перемешать.
2. Тесто раскатать в пласт толщиной 1,5–2 мм, нарезать квадратами (3×3 см), отварить в подсоленной воде, уложить в смазанную маслом или салом кастрюлю рядами, пересыпая каждый ряд соответствующей начинкой.
Верхний ряд должен быть тестяной.
3. Полить маслом, обмазать яйцом, запекать в духовке около 1 ч.
4. Готовый скриляй залить луковым соусом (лук обжарить в сале, добавить сметану, соль, подогреть).

ВИРТИНЯЙ

8 **картофелин**
100 г **свиного сала**
0,5 стакана **сметаны**
2 **луковицы**
5 ч. л. **черного молотого перца**

Сделать тесто, как для колдунай (см. с. 724), но нарезать его квадратами 6×6 см.
Приготовить начинку: сырой картофель натереть, тщательно отжать, перемешать с поджаренным луком и мелко нарезанным салом, посолить, поперчить.
Начинить начинкой виртиняй, отварить их в подсоленной воде (более 10 мин), подать в соусе из распущенного сала, шкварок и сметаны.

ШАЛТАНОСЯЙ

500 г **свежей черники**
2 ст. л. **сахарного песка**
1 ч. л. **молотой корицы**

ДЛЯ ПОДЛИВКИ:
1 стакан **густой сметаны**
1,5 ст. л. **сахарной пудры**

Приготовить тесто, как для вареников (см. с. 513).
Приготовить начинку, перемешав толченую чернику, сахар и корицу и слив лишний сок (см. приготовление вареников с вишнями – с. 514).
Начинить и отварить шалтаносяй, как вареники, подать, залив их взбитой с сахарной пудрой сметаной и подслащенным соком.

ПРИБАЛТИЙСКИЕ СЛАДКИЕ БЛЮДА И КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

СЛАДКИЕ БЛЮДА И КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ литовской, латышской и эстонской кухонь заимствованы в основном из немецкой кухни и потому почти полностью совпадают. Совпадения объясняются тем, что литовцы, латыши и эстонцы отобрали, обработали и усвоили из немецкой кухни именно те изделия, которые более всего соответствовали прибалтийскому пищевому сырью. Вот почему здесь многие кондитерские изделия приготовляют на картофельной муке, а не только на пшеничной, охотнее используют мед, а не сахар; в сладких блюдах широко применяют яйца, черный хлеб, морковь, ревень, яблоки, лесные ягоды (чернику, бруснику, клюкву), взбитые сливки и сметану.

Широкое употребление в Прибалтике кофе как основного горячего утреннего, послеобеденного и вечернего напитка также способствовало прочному закреплению немецкого кондитерского ассортимента – в виде печений, слоек и сдоб со взбитыми сливками, а также других изделий из песочного, масляного и сахарного теста, которые хорошо сочетаются с кофе.

Поскольку заимствование сладких и кондитерских изделий происходило сравнительно поздно, в конце XIX века, то в большинстве случаев изделия этой группы продолжают сохранять во всех прибалтийских кухнях свои первоначальные немецкие названия, иногда в виде прямых переводов на местные языки (например, розенмайзес, лейвасуппи и др.), а порой и в неизмененном виде (пумперникель, пипаркоок, буберт).

Отсюда понятно, что распределить сладкие и особенно кондитерские изделия Прибалтики по отдельным национальным кухням фактически невозможно, ибо они присущи им всем примерно в одинаковой степени. И, кроме того, многие из них пищевая промышленность производит сегодня по единой рецептуре (особенно торты, печенье). Однако можно указать, какие сладкие изделия и блюда пользуются наибольшей популярностью в каждой из трех республик: в Эстонии – блюда из взбитых сливок и сметаны, хлебные супы и ягодные кисели (гущи), в Латвии – блюда, в которых главную роль играют яйца, в Литве – блюда с медом.

Так как для приготовления прибалтийских кондитерских изделий используется в основном бездрожжевое сдобное тесто, то в качестве разрыхлителя здесь широко применяется «пекарский порошок», состоящий из смеси соды, углекислого аммония и виннокаменной соли (кремортартора). Следует иметь в виду, что пекарский порошок всегда вводят в тесто последним, причем после его введения тесто нельзя мять или рас-

тирать слишком долго. За неимением пекарского порошка его можно заменить смесью соды и лимонной кислоты, взятых в равных частях, хотя подобная замена не дает такого эффекта, как настоящий пекарский порошок.

Общей чертой прибалтийских сладких блюд является то, что они довольно тяжелые и сытные, даже когда в их состав входят овощи и фрукты. Назначение сладких блюд – быть десертом, третьими блюдами во время обеда и вторыми блюдами во время ужина. Что же касается кондитерских изделий, то их употребляют главным образом с кофе вне обеда.

СЛАДКИЕ БЛЮДА

ХЛЕБНЫЙ СУП МЕДОВЫЙ

300 г **сухарей из черного хлеба**
1,5 л **воды**
0,75 стакана **меда**
2 ст. л. **сливочного масла**
2 стакана **крепкого домашнего сладкого кваса с изюмом и тмином**
0,5–1 стакан **взбитых сливок**

Сухари замочить в воде на несколько часов, затем варить до полного разваривания, т. е. до получения студнеобразной массы; прибавить мед, квас и в самом конце варки – сливочное масло. Подавать, полив взбитыми сливками.

ХЛЕБНЫЙ СУП С ЯБЛОКАМИ

200–250 г **ржаных сухарей**
1,5 л **воды**
1 стакан **сахара**
5–6 **кислых яблок**
2 ч. л. **лимонной цедры (сухой)**
3 бутона **гвоздики**
0,5 стакана **сливок**

Сухари замочить, а затем разварить (см. предыдущий рецепт) вместе с мелко нарезанными яблоками. Всю массу пропустить через дуршлаг, отсеяв нерастворимые части. Добавить сахар, пряности, проварить, не доводя до кипения. Подать со взбитыми сливками.

«БЕДНЫЙ РЫЦАРЬ»

Белый хлеб, очищенный от корки, обмакнуть в молоко или сливки, посыпать сахарной пудрой с корицей, обмазать взбитым яйцом и слегка поджарить на сливочном масле; полить киселем или сиропом от варенья или вновь посыпать сахарной пудрой с корицей.

СНЕЖКИ (ЛУММИПАЛЛИД. СНЯГИЕЛИС. СНЕЕГАПИКАС)

ДЛЯ ТЕСТА:
35 г **сливочного масла**
30 г **муки пшеничной**
35 г **картофельного крахмала**
125 г **кипятка**
2 **яйца**
2 ч. л. **сахара**

ДЛЯ ОБЖАРИВАНИЯ:
масло сливочное

ДЛЯ СОУСА-КРЕМА:
1 стакан **сливок**
1 ст. л. **сахарной пудры** или 1 стакан **киселя из ревеня**, **клюквы** или **крыжовника**

Перемешать муку и крахмал, слегка обжарить на масле до светло-желтого цвета, быстро влить в эту смесь кипяток, размешать, снять с огня, добавить взбитые яйца, размешать тесто и столовой ложкой брать, как клецки, опуская в теплое растопленное масло и обжаривая на очень слабом огне до легкого затвердения и появления светло-желтого оттенка.
После обжаривания выложить снежки на промокательную бумагу, чтобы обсушились от масла, и подать посыпанными сахарной пудрой, с киселем или взбитыми сливками.

ПУДИНГ ЯИЧНЫЙ (МУНАПУДИ. ОЛУПУДИНЬШ)

4 **яйца**
100 г **сахара**
80 г **картофельной муки (крахмала)**

50 г **лесных орехов** (ядер)
3 ст. л. **клюквенного сока** (или **сок 0,5 лимона**)
2 ч. л. **лимонной цедры**
0,25 ч. л. **соды**
ванилин или **ванильный сахар**

ДЛЯ СМАЗКИ:
2–3 ст. л. **панировочных сухарей**
1 ст. л. **масла**

Желтки и сахар растереть добела, добавить крахмал, соль, цедру, орехи, ягодный сок и взбитые белки, все хорошо растереть, взбить.
Тесто залить в форму, смазанную маслом и обсыпанную сухарями, и выпечь на небольшом огне (45 мин). Готовый пудинг посыпать сахарной пудрой с ванилином.

БУБЕРТ

0,75 стакана **манной крупы**
0,5 л **молока**
4 **яйца**
10–12 кусочков **сахара-рафинада**
1 ч. л. **сухой лимонной цедры** или **свежей цедры с 1 лимона**
0,5–1 стакан **клюквенного** или **смородинного сока** (киселя)

1. В кипящее молоко засыпать манную крупу, все время размешивая, и на слабом огне продолжать нагревать 1–2 мин, затем снять с огня, плотно закрыть крышкой, дать крупе набухнуть настолько, чтобы она вобрала все молоко, добавить соль, размешать.
2. Яичные желтки растереть с сахаром и цедрой, взбить и постепенно добавлять в манную кашу при температуре не выше 70 °С, все время размешивая.
3. Продолжать размешивать буберт 2–3 мин и постепенно ввести в него взбитые белки, взбивая всю массу.
4. Подавать, облив ягодным соком.

МОРКОВНЫЙ ПИРОГ (ПОРГАНДПИРУК АС. БУРКАНУРАУЗИС. МОРКУПИРАГАС)

400 г **моркови**
400 г **сахара**
2 **желтка**
1 **белок**
75 г **сливочного масла**
2 ст. л. – 0,5 стакана **муки** (в зависимости от сочности моркови)
1,5 ч. л. **пекарского порошка**
1 ч. л. **аниса**
1 ч. л. **лимонной цедры**
2 ч. л. **корицы**
3 бутона **гвоздики**

1. Морковь натереть на мелкой терке, положить в фарфоровую или стеклянную посуду и засыпать сахарным песком или пудрой, оставив до тех пор, пока сахар полностью не впитается в морковь и не образуется однородная масса.
2. Желтки растереть с маслом и молотыми пряностями добела, соединить с морковной массой и, добавив муку и взбитые белки, замесить тесто, как для оладий, а затем ввести пекарский порошок.
3. Выложить тесто на противень слоем толщиной 1,5–2 см и выпекать в духовке на слабом огне 40 мин.
4. Вынуть из духовки, посыпать сахарной пудрой. К пирогу подать взбитые сливки.

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПИРОЖНОЕ

10 **крупных картофелин**
300 г **сливочного масла**
8 **яиц**
3 ст. л. **сахара**
0,5 ч. л. **пекарского порошка**

1. Картофель испечь (а не отварить, чтобы пюре было совершенно сухое), тщательно растереть с растопленным горячим маслом, стараясь не давать остыть всей массе, а затем добавить постепенно по одному 4 взбитых яйца, все время не переставая растирать.

2. Отдельно растереть 4 желтка с сахаром добела, соединить с картофельной массой.
3. Оставшиеся белки взбить в твердую пену, соединить с картофельно-яичной смесью, стараясь взбить ее как можно пышнее, и запечь в огнеупорном блюде в нагретой духовке.

ЯБЛОЧНОЕ ПИРОЖНОЕ

10 **яиц**
5 крупных **яблок**
1 ст. л. **картофельной муки**
3–4 ст. л. **сахарного песка**
0,5 ч. л. **пекарского порошка**

Желтки растереть с сахаром добела. Яблоки испечь в духовке, отжать из них пюре в соковыжималке, смешать с желтками и картофельной мукой.
Добавить к смеси взбитые белки и пекарский порошок и выпечь в духовке в форме.

ЯБЛОКИ В ТЕСТЕ

500 г **яблок**
125 г **муки**
125 г **воды**
0,5 ч. л. **сахара**
0,5 ч. л. **соли**
0,5 ст. л. **растительного масла**
0,5 ст. л. **пива**
1 **яйцо**
молоко
масло для обжаривания

ДЛЯ ПОСЫПКИ:
1 ч. л. **корицы**
1 ч. л. **сахарной пудры**

Муку замесить на воде, добавить сахар, соль, масло, взбитое яйцо, пиво и столько молока, чтобы получить консистенцию густого блинного теста. Дать тесту выстояться 20 мин.
Яблоки очистить от кожицы, семечек, нарезать толстыми дольками. Каждую дольку обмакнуть в тесто и обжарить на масле до золотистого цвета. После обжаривания выложить на бумагу и посыпать сахарной пудрой с корицей.
Подавать со взбитыми сливками.

ФРУКТОВЫЕ ГУЩИ (ПУУВИЛЬЯПАКС. АУГЛУМИЕЛИС)

ФРУКТОВЫЕ ГУЩИ, или, как их еще называют, «фруктовые каши», готовят из свежих и сухих фруктов. Они представляют собой загущенный крахмалом компот, похожий на кисель, но несколько иначе приготовленный. «Фруктовые каши» отличаются от киселей и более жидковатой консистенцией, и, кроме того, отсутствием пленки на поверхности, образующейся при застывании киселя.

Фруктовые гущи готовят только в эмалированной посуде, всегда из первосортных фруктов и ягод. Сливу, вишню, черешню варят обязательно без косточек. К яблокам и грушам, чтобы они не темнели при варке, прибавляют лимонный сок или лимонную кислоту. Сразу же после чистки их кладут в воду, где оставляют до варки на 20–30 мин. Для загущения фруктовых гущ используют крахмал (картофельную муку) из расчета 20–40 г на 1 л жидкости.

Крахмал вводят в закипевший сироп или отвар, который затем сразу же снимают с огня (лишь при использовании кукурузного крахмала требуется дополнительное кипячение фруктовой гущи около 5 мин).

Приготовление фруктовых гущ несложно. Воду доводят до кипения, опускают в нее фрукты, слегка припускают их на очень слабом огне при закрытой крышке и затем настаивают 20–30 мин. После этого фрукты, если они не растерты в пюре, вынимают из отвара, в нем распускают сахар, доведенный до кипения сироп снимают с огня и вводят в него при непрерывном помешивании крахмал, а также засыпают ранее вынутые фрукты. Помешивание продолжают около 10 мин, чтобы не образовалась пленка, после чего посыпают поверхность гущи сахарной пудрой.

Переливать гущу в другую посуду следует не раньше чем через 15 мин. Все это создает более нежную консистенцию гущ по сравнению с киселями, препятствует образованию пленки.

Из фруктов и других желирующих растений готовят также фруктовые каши по несколько иной технологии (см. с. 729).

Фруктовые гущи едят с молоком, сливками (чаще всего взбитыми в пену).

ЯБЛОЧНАЯ КАША

1,5 кг **яблок**
400 г **сахара**
50–100 г **воды**

Яблоки очистить от семечек, нарезать дольками толщиной 1 см, припустить на очень слабом огне и добавить сахар.
Желирование должно произойти от пектина, содержащегося в яблоках.
В очень сочные яблоки можно почти не добавлять воды – лишь 1–2 ст. л.

ЯБЛОЧНАЯ ГУЩА

1,5 кг **яблок**
500 г **сахара**
около 300 г **воды** (в зависимости от сочности яблок доза меняется)
20 г **картофельной муки**

Яблоки нарезать дольками, сварить на слабом огне до мягкости, пропустить через сито. В отваре развести сахар, довести отвар-сироп до кипения, добавить крахмал, яблочное пюре.

КАША ИЗ РЕВЕНЯ

1 кг **ревеня**
0,5 л **воды**
175 г **сахара**
20 г **картофельного крахмала** на каждые 30 мл **сока (отвара) ревеня**
1 ст. л. **40%-ного хлористого кальция**

Ревень очистить от верхней уплотненной части, нарезать кубиками (1,5 см), припустить. В конце отваривания добавить хлористый кальций, процедить сок, откинув гущу, подогреть его, распустить в нем сахар, довести до кипения, ввести крахмал.
Размешать в течение 2–3 мин, ввести гущу ревеня, вновь размешать.

ГУЩА ИЗ РЕВЕНЯ

0,75 кг **ревеня**
0,75 л **воды**
250 г **сахара**
25–30 г **картофельного крахмала**
0,75 ст. л. **40%-ного хлористого кальция**

Нарезать кубиками (1,5 $см^3$) очищенный ревень, засыпать в кипящую воду на 1 мин, затем снять с огня, добавить хлористый кальций, распустить сахар, довести до кипения и ввести крахмал.

КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

Национальными кондитерскими изделиями прибалтийской кухни, помимо заимствованных в начале XX в. печений, булочек и кремовых тортов немецкой кухни, подаваемых обычно к кофе, являются печенья пряничного типа. Таковы литовские пряники медуолис, латышские пумперникель и эстонские месилейб и пипаркоок.

МЕДОУЛИС

1 стакан **ржаной муки**
1 стакан **пшеничной муки**
400 г **меда**
1 ст. л. **водки** (литовской тминной)
2–3 бутона **гвоздики**
6 зерен **черного перца**
0,5 ч. л. **молотого имбиря**
1 ч. л. **цедры**

Муку перемешать, обжарить на сковороде до легкого золотистого цвета, затем просеять и, не давая остыть, влить в нее и быстро размешать горячий мед. Добавить пряности, спирт, взбить тесто как можно сильнее в течение 30–45 мин. Раскатать тесто в пласт толщиной 1,5 см, нарезать жестяными выемками и выпечь печенье на листе в нагретой духовке за 2–4 мин.

ПУМПЕРНИКЕЛЬ

500 г **муки**
100 г **сливочного масла**

3 **яйца**
200 г **сахара**
50 г **лесных орехов** (крупномолотых)
1 ч. л. **корицы**
1 г **углекислого аммония** или **пекарского порошка**

Сливочное масло растереть с сахаром и корицей и к этой смеси по одному добавить яйца, растирая их до побеления.
Затем ввести аммоний, разведенный в 1 ч. ложке воды, муку и орехи.
Тесто раскатать в колбаску сечением 2,5 см, слегка приплюснуть ее, придав прямоугольную форму, и положить на лист, смазав яйцом.
Выпечь в духовке до светло-желтого цвета, сразу же поделить на ромбики, нарезав наискось. (Выпекать около 20–25 мин на слабом огне.)

ПИПАРКООК

100 г **меда**
100 г **сахара**
100 г **патоки**
100 г **масла сливочного**
2 **яйца**
0,5 стакана **воды**
3 ч. л. **корицы**
7 бутонов **гвоздики**
1,5 ч. л. **имбиря**
0,5 ч. л. **мускатного ореха** (молотого)
0,25 ч. л. **черного молотого перца**
1,5 ч. л. **аммония**
немногим более 0,5 и менее 1 кг **муки** (в зависимости от влажности и вида помола)

Тесто замесить, как для пумперникеля (см. выше), приготовив сначала яично-масляную смесь. К замешанному на ней некрутому тесту прибавить разведенный в воде горячий мед и патоку и затем добавить остальную муку до получения крутого теста, одновременно введя молотые пряности и аммоний. Тесто тотчас же раскатать в пласт толщиной 1–1,5 см, нарезать прямоугольниками (3×5 см), нанести узор в виде параллельных линий, смазать желтком и выпекать в духовке на умеренном огне не более 10 мин (до появления запаха пряностей).

{ ГЛАВА 20 }

КУХНЯ ФИННО-УГОРСКИХ НАРОДОВ РОССИИ

До сих пор мы рассматривали национальные кухни тех народов ближнего зарубежья, которые в процессе своего исторического развития сложились в относительно крупные нации, обладающие численностью не менее одного миллиона человек, причем компактно живущие веками на своей определенной национальной территории, нередко в прошлом имевшие свои государства (Латвия, Литва, Эстония, Грузия, Армения, Молдавия, Узбекистан). Такие народы, сохранившие национальную развитую культуру, в том числе и ярко выраженные национальные кухни, образуют, как правило, страны ближнего зарубежья.

Финно-угорские народы занимают с этой точки зрения особое положение. Помимо эстонцев, компактно живущих на территории Эстонии и насчитывающих около миллиона человек, все остальные финно-угорские народы рассеяны на обширной территории в пределах России. Обладая национальной автономией, они насчитывают в общей сложности 3 млн 250 тыс. человек. За исключением небольшой группы балтийских финнов (карелы, финны, вепсы, ижора, водь, ливы – общей численностью 230 тыс.), основная масса финно-угорских народов, т. е. более 3 млн человек, расселена на обширной территории от Поволжья до Зауралья, от нижнего течения Оки, Цны, Мокши до среднего течения Оби.

Было бы необоснованным обойти вниманием эту значительную национальную группу населения России. И дело не только в том, что она занимает территорию в 1 млн 235 тыс. кв. км, т. е. более чем пяти Великобританий, включает 5 автономных республик, 2 автономных национальных округа, 14 народов, говорящих на 16 языках и более чем на 30 диалектах. Эти народы играли особую роль в истории нашей страны, и особенно в истории русского народа. Более того, кулинарное искусство финно-угорских народов, хотя и сохранилось в гораздо более сокращенном виде по сравнению с кулинарным наследием других народов, обладает такими оригинальными чертами и оказало такое воздействие на русскую кухню, что заслуживает специального и притом внимательного рассмотрения.

Финно-угорские народы волжской, балтийской и уральской (пермской) групп принадлежат к древнейшему населению северо-запада и северо-востока европейской части России. Это мордва, марийцы, коми, коми-пермяки, удмурты, манси, ханты, саамы, кроме уже названных представителей балтийской группы.

«Не знаем, когда они в России поселились, но не знаем также никого старобытнее их», – отмечал еще Н. М. Карамзин. Славянские племена пришли в эти районы значительно позже, застав уже на всем пространстве к северо-востоку от линии Псков – Москва – Рязань – Пенза финно-угорские племена. Правда, древние финно-угорские поселенцы составляли крайне редкое, рассредоточенное на огромных пространствах население. Они не имели ни городов, ни сел либо деревень, жили в небольших укрепленных поселениях по берегам рек – так называемых «городках», память о которых до сих пор осталась в названиях Белый городок (на Волге под Кимрами), Тарногский городок (вблизи впадения р. Тарноги в р. Сухону), Чусовские городки (на Чусовой), Кичменгский городок (на р. Кичменге вблизи р. Юга) и др.

Современная археология дает основания считать, что уже в III–IV веках происходила консолидация финно-угорских племен, создавших к V–VI векам союзы племен – фратрии. Их встреча со славянскими племенами, притекавшими с юго-запада, произошла не ранее VIII века. В течение четырех-пяти сотен лет, т. е. на протяжении VIII–XII веков, происходил процесс ассимиляции, растворения в славянской массе самой крайней, выдвинутой на юго-запад группы угрофинских племен. Отчасти они были уничтожены в во-

енных столкновениях, в борьбе за занятие мест, богатых рыбой или лесными пчелиными дикими пасеками (бортневыми ухожаями). Так, в районе среднего течения Оки, Москвы-реки, Клязьмы, Лопасни, на Верхней Волге, вокруг озера Неро, реки Которосли, у Кубенского озера и по Шексне и Мологе полностью исчезли уже к XII веку такие финно-угорские племена, как весь, меря, мурома, мещера, чудь белоглазая. Они были истреблены или полностью поглощены в процессе ассимиляции славянами, образовавшими таким путем северорусскую народность.

В дальнейшем, начиная с XIV века и на протяжении XV–XVII веков, происходит продвижение русских – в результате военных походов, но более всего из-за крестьянской колонизации – в направлении Заволжья и Урала. Пермские племена Предуралья и Зауралья подвергаются в этот период христианизации, происходит также ассимиляция с ними значительно меньшего по количеству пришлого русского населения. В эту эпоху преобладает мирный характер русской колонизации, в результате чего полного исчезновения малых местных финно-угорских племен уже не происходит, а, наоборот, немногочисленное пришлое русское население начинает частично перенимать, а частично переиначивать на свой лад местные обычаи и навыки в области хозяйства, в том числе и в области кулинарии. Марийцы, удмурты, коми и коми-пермяки сохраняют за собой крупные территории, основы своей национальной культуры, хотя и вбирают в себя многое из русской культуры.

Вот почему до сих пор блюда таких региональных ответвлений русской кухни, как поволжская, северная (архангельская) и уральская, обнаруживают черты сильного влияния древней угро-финской кулинарии. Это проявляется и в подборе пищевого сырья (рыба, лесная дичь, лесные ягоды, травы), и в особых приемах его композиции, и в методах приготовления, в технологии (например, квашение… рыбы).

Вместе с тем процесс непрерывного увеличения доли пришлого русского населения в Заволжье, Предуралье и Зауралье за последние 200 лет, процесс постоянного привнесения новых хозяйственных навыков из Западной и Центральной России привел постепенно к значительной утрате местных обычаев, особенно в области кулинарии. У молодых поколений эти навыки и знание национальной рецептуры финно-угорских блюд к середине XX века практически отсутствовали. Немалую роль в этом забвении национальных кулинарных традиций, например среди мордовского, марийского, удмуртского и коми-пермяцкого населения, сыграло то обстоятельство, что с 20-х до 40-х годов все местное, народное отождествлялось и расценивалось как провинциальное, «отсталое» и по этой причине некритически заменялось всем «городским», «современным», «культурным». Так, русские городские, «столовские» кулинарные приемы и правила практически вытеснили многие национальные.

А в районах расселения таких малых финно-угорских народов, как манси, ханты и саамы, индустриализация и изменение системы хозяйства и снабжения привели к исчезновению даже самих продуктов, необходимых для создания национальных блюд (например, деликатесных видов красной рыбы – семги, нельмы, белорыбицы и сосьвинской сельди; национального мясного сырья – оленины, оленьей крови и оленьего молока; некоторых видов местных растений – жерухи, сараны, водяники, крайне чувствительных к изменению экологической обстановки в связи с превращением ряда районов Севера в нефтедобывающие).

В силу всех этих причин ныне нельзя уже говорить о наличии какой-либо обширной по ассортименту блюд, по своей последовательности и фундаментальности кухне финно-угорских народов, большинство которых до 1917 года были бесписьменными, а потому не зафиксировали вовремя в письменном виде свой кулинарный национальный репертуар.

Большинство блюд национальных кухонь финно-угорских народов Урала и Зауралья фактически либо не сохранилось, либо получило искаженную трактовку в навыках местного населения и даже в записях приезжавших туда этнографов. Современный кулинарный репертуар таких народов, как мордва, марийцы, удмурты, коми, если подходить к нему с чисто этнографической, научной точки зрения, содержит крайне мало национального, ибо в своем нынешнем виде искажен многочисленными перекрестными влияниями или прямыми заимствованиями из кухонь соседних народов – русской, татарской, чувашской, башкирской и даже украинской, которая через общественное питание оказывает серьезное «давление» на национальные кухни целого ряда народов нашей страны.

В то же время, хотя в целом, законченном виде национальные кухни финно-угорских народов практиче-

ски не существуют, почти у каждого из них сохранились одно-два наиболее характерных, излюбленных, просто традиционных, праздничных или ритуальных блюда, переживших века. Эти блюда и составляют как бы ядро национальной кухни финно-угорских народов. Некоторые из них имеют аналоги в кулинарии двух-трех народов, иные представляют собой уникумы, сохранившиеся лишь у одного народа, третьи, наконец, известны и дошли до нас под видом… старинных блюд русской кухни, забытых ныне в национальной русской кулинарии, ибо они исчезли из нее еще в XVII–XVIII веках.

Если собрать воедино все эти разрозненные реликты финно-угорского кулинарного мастерства, если реконструировать некоторые из них, очистив от искажений и наслоений, то в сумме они дадут верное представление о наиболее характерных особенностях финно-угорской кулинарии, так как в далеком прошлом, до разделения угро-финнов на отдельные народности, такие блюда были типичны для них в целом.

Именно этот небольшой по числу названий блюд кулинарный репертуар можно считать единственно достоверным с этнографической точки зрения материалом, дающим представление об особенностях, своеобразии и неповторимом характере финно-угорской кулинарной культуры.

И хотя свод сохранившихся национальных блюд угро-финской народной кухни составлен из «кусочков», «обломков» некогда обширного кулинарного наследства, созданная таким образом мозаика не грешит искусственностью и пестротой, а дает цельное представление об основных принципах кулинарного подхода угро-финнов к композиции блюд, о принципах подбора сырьевого материала, о методах его кулинарной обработки.

Эти принципы и методы были связаны в прошлом с условиями особого хозяйства угро-финнов, с религиозными верованиями, представлениями, обычаями народов, занимающихся рыболовством и охотой на лесного зверя и птицу.

В период своей полной национальной самостоятельности, до христианизации, наложившей узду на многие языческие кулинарные обычаи и приведшей к полному запрету ряда национальных блюд как «поганых», «нечистых», большинство финно-угорских народов вело полукочевой образ жизни.

Они селились по берегам рек, часто перенося свои временные стоянки, за исключением тех, что обосновывались на удобных местах рыбного лова. В верховьях рек финно-угорские племена, как правило, не селились, а нижнее и среднее течение делилось между разными племенами одного и того же народа; одна народность занимала бассейн какой-либо крупной реки со всеми ее притоками. Бассейн других крупных рек заселяли другие народности финно-угров. В пределах «своего» бассейна, – а у таких рек, как Вычегда, Печора, Кама, Вятка, Обь, он достигал нескольких сотен и даже тысяч километров, – перемещение племен шло непрерывно, вернее сезонно. Поэтому расстояние в 300–500 км было привычным для «хода» охотника или рыболова, оно покрывалось летом по течению реки, на лодках, а зимой – по ледоставу на лыжах.

Небольшое по численности, редкое население постоянно контролировало огромную территорию и осваивало ее только экстенсивно. Вплоть до XVIII века у угро-финнов не было огнестрельного оружия и основным хозяйственным правилом на протяжении тысячелетий было поддержание изобилия природы, крайне бережное, щадящее отношение к ней, сохранение непуганым животного мира. Верховья рек оставались неприкосновенными, священными и недоступными. Практически на протяжении трети любой реки от истоков нельзя было ловить рыбу, бить зверя, уничтожать деревья и даже собирать ягоды и грибы. Так веками сохранялись в Заволжье и Предуралье огромные, непроходимые лесные пространства, многие из которых до середины XIX века оставались нетронутыми.

Ловить рыбу во время нереста или уничтожать детенышей лесной дичи считалось у язычников угро-финнов тягчайшим преступлением. Ослушников согласно обычаям изгоняли из племени или чаще всего казнили, принося в жертвы богам.

Изобилие рыбы и дичи, разнообразие их видового состава нашло отражение в особенностях кулинарии финно-угорских народов. Рыба, разумеется, была основным пищевым сырьем. Но рыбные блюда различались не только степенью кулинарной обработки той или иной рыбы, тем, что ее ели сырую, мороженую, вяленую, сушеную, кислую (квашеную), соленую или вареную, но и тем, что разные виды рыб обладали разным вкусом и приготовлялись по-разному, разными методами. Кроме того, можно было по-разному использовать их субпродукты – печень, икру, молоки, жир. Отсюда огромное разнообразие блюд из рыбы.

Так, например, в карельской кухне только сигов запекали целиком в пирог, в мансийской кухне только

сосьвинскую сельдь приготовляли с лесными травами, в мордовской кухне только стерлядь отваривали для ухи живьем, без потрошения, и т. д.

На подбор кулинарного сырья веками влиял и такой фактор, как ограниченность средств лова лесного зверя и птицы. Основными орудиями лова были силки, западни. Поэтому ловили в основном лесную птицу – глухарей, тетеревов, куропаток, а из зверей – зайцев. Крупные звери вроде медведя и даже лося были практически недосягаемыми, пока не появилось огнестрельное оружие. Медведь и лось поэтому считались священными животными, хозяевами тайги. Они долгое время не подлежали охоте. Национальным мясом у мордвы, марийцев, пермяков была зайчатина. По русским религиозным правилам до XIX века это мясо считалось нечистым, поэтому угро-финны после насильственного принятия христианства блюда из зайчатины зачастую изготовляли «подпольно», отчего национальная технология их со временем была утрачена.

Мясо и птицу тушили, пекли и варили. Жарили значительно реже, и то в основном в районах, где угрофинны контактировали с татарскими и башкирскими племенами.

Из овощей национальными для финно-угорских народов можно считать редьку и репу, из пряных трав – жеруху, хрен, ложечную траву, лук, сарану, борщевик, лесной хвощ (пермский подвид), крапиву, молодую сныть.

Картофель по-настоящему стал известен восточным угро-финнам лишь в годы Советской власти. Употребление картофеля в их национальных блюдах считается дурным тоном даже в наше время, ибо видоизменяет вкус этих блюд, придает не свойственный им характер.

В то же время картофель в кухне западных финнов, в карельской и эстонской кухне – абсолютно нормальное национальное явление, поскольку в быт и кулинарию этих народов он вошел в начале XVIII века, даже раньше, чем в России.

По-иному обстоит дело с грибами. Для западных финнов грибы как пищевое сырье практически не существуют. Наоборот, у народов восточной финно-угорской группы грибы – существенный элемент национального пищевого рациона. Их, как правило, отваривают, реже жарят, но охотнее всего солят, квасят и сушат, благо в лесах северо-востока обилие и разнообразие грибов.

Сладкий стол финно-угров относительно скромен: это в основном различные комбинации двух ценных продуктов – лесных ягод и меда. Сахар до революции почти не употреблялся. К национальным кондитерским изделиям можно отнести пироги с тертой сушеной черемухой, со свежей калиной (чевчелень-прякат) и пироги с щавелем, слегка подслащенным сахаром или медом. На основе меда у мордвы и марийцев созданы национальные напитки.

Таким образом, по своему пищевому сырью финно-угорская кухня весьма несложна, здорова, но ныне относительно труднодоступна: красная рыба, икра, зайчатина, оленина, лосина, лесные ягоды – брусника, земляника, черника, клюква, куманика, водяника, морошка; грибы, дичь – глухари, тетерева, куропатки, рябчики; мед, лесные травы.

Особое место в кулинарии финно-угорских народов занимает использование зерна и каш из него. Древнейшие виды зерна – ячмень и полба. Поэтому ячменная каша (перловая) – национальное блюдо карелов, а также коми и пермяков. Мордва и марийцы, тесно связанные с народами Нижнего Поволжья, предпочитают пшено, хотя перловка, полба и рожь (черная каша) также долгое время считались основным сырьем для приготовления кашиц – сильно разваренных каш, разжиженных затем водой, маслом или горячим молоком, с добавлением лесных трав и лука или черемши.

Особенностью использования зерна является также фарширование крутыми кашами (перловой, пшенной, полбяной) свиных и бараньих кишок и обжаривание их в сале. В Предуралье начиняют ячменем и полбой бараньи кишки, в Поволжье – пшеном – свиные кишки.

К кашам и кашицам по характеру пищевого сырья близки и такие блюда, как мучные кисели – овсяный, гороховый, ржаной. Однако по технологии и виду подачи финно-угорские мучные кисели более походят на супы, их и едят всегда горячими, как супы.

В то же время в некоторых районах Предуралья и Зауралья сохранилось употребление и русских кислых «твердых» киселей – ржаного и овсяного, которые едят как сладкое блюдо, лакомство, холодными, с медово-ягодной подливой. Однако это скорее реликты древнерусской кухни, еще сохранившиеся в глухих уголках Закамья и Заволжья, пережитки занесенной сюда в XVIII–XIX веках русской старообрядческой кулинарной культуры.

В XV–XVII веках финно-угорские народы в результате расширившихся контактов с русскими и татарами знакомятся с пшеничной мукой. Однако до XVIII века мука была привозной, а не местного производства, а значит, расходуется она ограниченно, и это побуждает создавать особые мясо-тестяные блюда, где тестяная часть тщательно дозируется, так, чтобы она не превышала мясную. Именно угро-финнам Предуралья принадлежит такая удачная кулинарная находка (или древнее заимствование из Китая?), как пельмени. Это вкусное праздничное блюдо заимствуют у них, в свою очередь, татары и русские, и оно переходит в национальные кухни этих народов.

Сама идея комбинации мяса и теста в одном блюде или кулинарном изделии не нова. У всех народов найдется целый ряд национальных блюд, сочетающих зерно (в виде крупы, каши или муки, теста) и мясо (в виде отдельных кусков, молотой или рубленой начинки или соуса). Русские принесли с собой на Урал искусство приготовления пирогов с мясной начинкой. У татар были к этому времени свои мясо-тестяные изделия: отварная конина с лапшой (умачем) и беляши – толстые ватрушки с мясным фаршем сверху. Как в пирогах, так и в беляшах мясо составляло гораздо меньший процент по сравнению с тестом, с мукой. Для русских и татар это было естественно: мука была для них обычным, дешевым сырьем, его не жалели, мясо доставалось труднее. Для уральских пермяков мука, наоборот, была редким товаром – ее приходилось выменивать на меха. Поэтому расходовали ее экономно, делали очень тонкую (толщиной 1 мм) тестяную оболочку для каждого кусочка мясного фарша. Так появились пельняни – «тестяные (или хлебные) уши» (пель – ухо, нянь – тесто, хлеб), которые русские позднее переименовали в пельмени.

Интересно, что у разных финно-угорских народов этот кулинарный прием – заворачивание мяса в тонкую либо нежную по консистенции оболочку – применяется по-своему, с использованием разного пищевого сырья. Так, в эстонской кухне нежное свиное мясо (поросятину, вырезку), нарезанное небольшими кусочками и предварительно испеченное, обертывают в оболочку из картофельного пюре, панируют и выпекают на противне. Это известные «картулипорсс» – «картофельные поросята». В мордовской кухне небольшие кусочки сала облепляют тестом, и полученные таким образом «галушки» отваривают и обжаривают, получая типично национальное блюдо цемарт. Коми-пермяки по такой же схеме готовят пельмени, обертывая в тонкую тестяную оболочку кусочек мясного фарша, а карелы – калакукко – завернутую в ржаное тесто салаку с листиками свиного сала. У марийцев тоже есть пельмени – подкогыльо (с репчатым луком, зайчатиной), но они заимствованы через татар и имеют более грубую тестяную оболочку, а формой напоминают полумесяц.

Но еще более удивляет другой общий для всех финно-угорских народов, характерный только для них и редкий в Европе кулинарный композиционный прием, сложившийся, очевидно, в эпоху, когда все народы этой группы были еще неразделенными и в этническом, и в географическом отношении. Прием этот состоит в комбинации трех видов мяса (причем в определенной пропорции) в одном блюде или изделии. Говядину, баранину и свинину коми-пермяки соединяют в фарш для пельменей (истинных пермяцких пельняней) в пропорции 45:35:20, а западные финны, отделившиеся от основной ветви угро-финнов 5 тыс. лет тому назад и не имевшие никакого представления о коми-пермяцких пельнянях, делают свое праздничное блюдо лапскоусси из тех же трех видов мяса в пропорции 45:33:22.

Объяснить подобные совпадения одной лишь кулинарно-вкусовой целесообразностью невозможно. Почему же тогда такие «вкусные сочетания» мы не находим у других народов?

Еще более типично для угро-финской кулинарии и не встречается в других национальных кухнях сочетание в одном блюде мяса и рыбы или даже мяса, рыбы и птицы. Так, например, манси варят в одном котле суп-уху из рыбы хариус и рябчиков, а обские ханты кипятят в одном котле оленину, рыбу и куропатку пополам с крапивой. При одном виде этого варева (у него мутный, неприглядный грязно-серо-зелено-коричневый цвет) европейские путешественники приходили в ужас. И наконец, сурская мордва-эрзя тоже использует птицу и рыбу в одном супе, делая и поныне в исключительно торжественных случаях стерляжью шурьбу на курином бульоне. Все эти пищевые комбинации, несмотря на необычность и неприглядный внешний вид, обладают исключительно хорошим вкусом, и потому оригинальная кухня финно-угорских народов заслуживает внимания.

АЗЪЯШЫД

Основное первое блюдо народа коми и коми-пермяков, обычно переводимое на русский язык как щи, а иногда называемое самими коми «щами», и ныне даже приготовляется, как щи, из квашеной капусты. На самом деле «азъяшыд» как национальное блюдо готовят из сибирского борщевика, специально обработанного для этой цели. Борщевик рубят, как капусту, а затем бланшируют или запаривают кипятком (иногда 2–3 мин отваривают) и, слив воду, слегка солят и сохраняют в кадках, где он приобретает характерный вкус. Летом в азъяшыд добавляют немного свежей крапивы, лебеды и чертополоха, придающих блюду «наваристость» и нежность. Обязательным компонентом азъяшыд служит ячневая крупа, которую коми кладут даже в капустные щи, чтобы придать им национальный колорит. Заправляют азъяшыд луком, а на Урале и в Зауралье – колбой (черемшой). Забеливают, как и щи, сметаной. Вычегодские и сысольские коми в прошлом традиционно использовали в азъяшыд солонину, ижемские коми – оленину, коми-пермяки и колвинские вогулы (манси) – лесную дичь (рябчиков, куропаток), зауральские манси – рыбу (таймень).
Пропорции произвольны.

1 л **рубленого подготовленного борщевика**
1 стакан **рубленой зелени (крапивы, лебеды)**
0,5 кг **мяса**
2–3 **луковицы** или 1–1,5 стакана **рубленой колбы (черемши)**
30–40 г **ячневой крупы** (2 ст. л.)

Готовить, как щи (см. с. 447).
Наряду с азъяшыд среди коми и особенно коми-пермяков распространены репяные губные щи (см. с. 451), приготовляемые из репы и редьки с добавлением щавеля, на густом наваре свежих или чаще соленых и сушеных белых грибов. Ячневая крупа (1–2 ст. л.) – обязательный компонент репяных щей.

БАЛАНДА[1]

Летнее блюдо мордвы-мокши. Приготавливается из молодой лебеды и чертополоха (в мае), мелко сеченных и варенных на молоке. Используются только листья растений, без стеблей. Баланда заправляется тертыми желтками крутых яиц и манной крупой.

1,5 л **молока**
1 л **мелко сеченных листьев лебеды с добавкой чертополоха**
2 **луковицы**
1 **морковь**
1 ст. л. **манной крупы**
укроп
4–5 **желтков крутого яйца**

1. Чертополох обдать кипятком в дуршлаге, чтобы лишить его колючести. Затем соединить с промытой зеленью лебеды, мелко нашинковать вместе с морковкой, залить пол-литром кипятка и дать слегка свариться до мягкости.
2. Добавить измельченный лук, укроп, залить подогретым молоком и варить до закипания на слабом огне.
3. В момент закипания засыпать через сито манную крупу и продолжать варить до пюреобразного состояния. Снять с огня, заправить желтками, дать постоять под крышкой 10 мин.

УШИЦА

У всех финно-угорских народов, существование которых тысячелетиями было связано с рыболовством, бытует много местных видов ухи, часто изменяющихся в зависимости от сорта рыбы. Однако наиболее общими и характерными для большинства из них – карелов, вепсов, коми, коми-пермяков, манси и хантов, а отчасти и мордвы – остаются по сей день два вида «быстрой ухи» –

[1] В русском языке слово «баланда» получило иное значение, подлинного представления о баланде как национальном блюде мокши русский народ, конечно, не имел.

ушицы, отличающейся высокой концентрацией рыбного бульона, типичной именно для рыболовецкого хозяйства с его постоянным и обильным рыбным сырьем. Оба эти вида – летнюю и зимнюю ушицу – готовят из мелкой рыбы разных сортов, поскольку крупная рыба традиционно считается «товарной», т. е. идет на продажу или впрок на засол, копчение, вяление или на приготовление парадных рыбных блюд, в то время как попавшая в невод мелкая рыба должна быть использована непосредственно в повседневном питании.

ДЛЯ ЛЕТНЕЙ УШИЦЫ:

1 кг **рыбы**
3–5 **луковиц** (закладывают целиком, затем вынимают после готовности блюда)
1,5 л **воды**
1 стакан **сеченой зелени укропа и петрушки**

ДЛЯ ЗИМНЕЙ УШИЦЫ:

0,5 кг **сущика**
1,5 л **воды**
4–5 **луковиц**
1 ст. л. **ячневой крупы**

ИОЛА-КУШМАН (ЛЕТНИЙ МОЛОЧНЫЙ СУП КОМИ)

1 л **молока**
2–3 крупные **картофелины**
1 **редька** (200–250 г тертой редьки на каждый литр **молока**)
соль

Картофель отварить в мундире. Редьку очистить, натереть на мелкой терке. Нарезанный небольшими кубиками картофель перемешать с редькой, залить кипяченым холодным молоком. Дать постоять 3–5 мин. (Молоко должно быть кипяченым, сырое молоко при соединении с редькой скиснет.) Поставить на холод. Подавать холодным.

ПИРОГИ

ПИРОГИ играют большую роль в национальной пище финно-угорских народов России, особенно северных – от Карелии до Урала. Они служили и продолжают еще служить, хотя и в меньшей степени, чем прежде, для заедания рыбных и молочных супов, а также щей. Несомненно, что обычай приготовлять пироги был усвоен финно-угорами со времен господства на Севере Великого Новгорода. Однако население Карелии, Заволочья, Пермии внесло в технологию приготовления этих изделий свои навыки или, по крайней мере, сохранило то, что было позднее утрачено русской кухней.

Насколько пироги являются неотъемлемой частью национального стола финно-угорских народов, показывает бытующая в том или ином варианте у ряда народов карело-уральского региона пословица: «Суббота без бани, мужик без бабы и воскресный стол без пирогов – ничего не стоят».

Если в русской кухне пироги все более превращались в праздничное кушанье и приготовление их тестяной основы и начинки все более разнообразилось и усложнялось, становилось изощренным по технологии и изысканным по вкусу, то у финно-угров (карелов, вепсов, коми, пермяков, мордвы) пироги всегда оставались рядовой, повседневной и потому относительно быстро приготовляемой пищей. Вот почему некоторые виды их изготовляются и поныне из пресного теста (например, карельские калитки) с начинкой в виде различных каш или картофельного пюре и не требуют длительного приготовления.

Наряду с кашеными пирогами есть у финно-угорских народов и рыбные или каше-рыбные пироги. Последние могут украсить любой парадный стол. Готовят их, как правило, из лучших пород рыб – сига, семги, тайменя, – а также из пшеничной муки и дрожжевого теста.

КАЛИТКИ (КАРЕЛЬСКИЕ ПИРОЖКИ)

1–1,5 стакана **ржаной муки** (или 1 буханка **черного хлеба**)
0,5–1 стакан **пшеничной муки**
0,5–0,75 л **простокваши**
1 стакан **сметаны**
2–3 **яйца**
1–2 **луковицы**
0,5 стакана **перловой крупы** или **риса**
около 1 кг **картофеля**
100 г **сливочного масла**
1 л **молока**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЕСТА

Для теста идет ржаная мука или смесь ржаной и пшеничной муки (треть или в крайнем случае половина). Ржаную муку может заменить мякоть свежего черного хлеба в сочетании с пшеничной мукой, в тех же пропорциях. Во всех случаях тесто замешивается на простокваше или на сметане с добавлением небольшого количества воды. Вместо простокваши и сметаны можно использовать кефир, но в этом случае надо добавить в тесто немного сливочного масла (25–50 г на каждый стакан кефира). Тесто замешивается, исходя из постоянного количества жидкости (вода, сметана или простокваша), к которой постепенно подмешивается мука до тех пор, пока тесто не перестанет прилипать к рукам.

Тесто без выстойки раскатывают в пласт толщиной 1–1,5 мм и, накладывая на него перевернутое блюдце, вырезают острым ножом по окружности блюдца «блины», или сканцы, диаметром 20–30 см. В народной кухне каждый сканец раскатывают отдельно, из небольших кусочков теста, чтобы не иметь дело с обрезками, но такой способ хорош только при надлежащей сноровке.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НАЧИНКИ

Начинка может быть нескольких видов, например традиционная начинка из ячневой крупы, которая не отваривается, а предварительно замачивается на 12 ч в простокваше с топленым маслом; в этом случае начинку перед закладкой отцеживают на сите. Другая начинка, тоже традиционная, – из перловой каши, сваренной на молоке (см. рецепт с. 739).

Современные виды начинки – из картофельного пюре, заправленного сырым яйцом, луком, молоком, маслом, рублеными крутыми яйцами; из риса, сваренного на молоке, заправленного маслом и крутыми яйцами.

Начинки довольно крепко солят.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КАЛИТОК

КАЛИТКИ – это полуоткрытые пирожки.

Начинку кладут в центр сканцев, а края их не защипывают, а слегка перекрывают ими начинку и собирают гармошкой с каждой стороны отдельно так, что часть начинки остается открытой, а сами пирожки приобретают ромбовидно-овальную форму. Иногда вместо сборки-гармошки загибают окружность сканцев на 4, 5, 6 или даже на 7 углов, и они получаются многоугольными, а не овальными. Это придает калиткам чрезвычайно разнообразный вид, что часто соответствует разнообразию их начинки. Подготовленные калитки смазывают смесью сметаны с сырым яйцом, обычно подсоленной, даже если тесто посолено достаточно, и выпекают на среднем или слабом огне в духовке обычно не более 10–20 мин (в зависимости от температуры печи). Готовые калитки, еще горячие, либо смазывают, как обычные пироги, сливочным маслом, либо, если они рассчитаны на немедленную подачу к столу, опускают в большую супницу, наполненную топленым молоком или сливками с распущенным в них сливочным маслом, и через 2 мин вынимают из этой жидкости и едят, запивая тем молоком, в котором они плавали.

ЧУКУР

Это небольшие треугольные пирожки с отверстием в середине (для выхода пара), начиняемые крутой пшенной молочной кашей с кусочками мяса (зайчатины) или птицы (рябчиков, куропатки).

Пермяки и коми делают чукур из ржаной или ячневой муки, замешенной на сметане с добавлением топленого масла.

ЧЕРИНЯНЬ (КОМИ-ПЕРМЯЦКИЙ ПИРОГ)

Дрожжевой пирог на ячменной муке (30 г дрожжей на 1 кг теста). Тесто выстаивается 1 ч. Начиняется пирог слегка отваренной (5 мин) или бланшированной круто посоленной рыбой-филе, рублеными крутыми яйцами и перловой кашей. Рыба составляет 75% начинки.

НАЦИОНАЛЬНЫЕ (ОБРЯДОВЫЕ, РИТУАЛЬНЫЕ) КАШИ

ОЗРАНССУУРИМПУТРО (КАРЕЛЬСКАЯ ПЕРЛОВАЯ КАША)

На 8 порций:
1 стакан **перловой крупы**
1 л **воды** (для замачивания)
2 л **молока**
100 г **сливок**
100–150 г **сливочного масла**

Крупу замочить ровно в 1 л холодной воды на 8–12 ч. Затем воду слить, залить крупу теплым молоком и варить на слабом огне до закипания, после чего продолжать варить на водяной бане 5–6 ч под крышкой (без помешивания).
Готовность каши определяется по цвету: она должна стать бежевого цвета с палевым (красноватым) отливом.
Замоченную перловку можно также варить в смеси воды с молоком (последнего вдвое больше), с добавлением небольшого кусочка масла. В этом случае кашу варят на слабом наплитном огне 3–4 ч. Этот способ требует постоянного наблюдения и последующего допревания каши в укутанном виде.
В готовую кашу добавляют сливки и масло, размешивают и едят, запивая холодным молоком.

ПОЛБЯНАЯ КАША

Была хорошо известна северным, уральским и волжским финно-уграм.

1 стакан **полбы**
0,5 л **простокваши**
0,5 стакана **воды**
0,5 л **молока**
100 г **масла**

Полбу замочить на 4–6 ч (или на ночь) в смеси простокваши (или скисшего молока) и кипяченой холодной воды, затем промыть в холодной воде и отварить на слабом наплитном огне в молоке или смеси молока с водой до готовности (каша не разваривается, каждое зернышко остается целым, готовность проверяется пробой на вкус после полного выкипания жидкости). Кашу укутать и дать выстояться 30–40 мин, после чего заправить ее маслом и подать к столу.

ШОНГАРЯМ (МОРДОВСКАЯ ПШЕННАЯ КАША)

1 стакан **пшена**
0,5–1 л **молока**
50–75 г **сливочного масла**
150–200 г **обрезков любого отварного мяса**
1–2 **крутых яйца**
1–2 **луковицы**

Пшено промыть несколько раз в холодной воде, затем обдать кипятком и варить до полуготовности (10–15 мин), чтобы не разварилось в воде, после чего жидкость слить, в кашу залить молоко, в котором уварить ее до густоты.
Готовую кашу заправить маслом, мелко накрошенными кусочками мяса (зайчатины, свинины, говядины – любого) или курицы, рублеными яйцами и измельченным луком и тщательно размешать. После этого добавить в кашу небольшие кусочки верхней корки от свежевыпеченного черного домашнего хлеба (для этого срезается только сухая, зазубренная часть корки, совершенно без мякоти). Если домашнего хлеба нет, то покупной для этой цели лучше не использовать – он лишь испортит вкус каши, в то время как корка домашнего хлеба придаст ей особое вкусовое своеобразие (в этом случае каша должна постоять перед подачей 5–10 мин, чтобы корка упрела).

МЯСО-ТЕСТЯНЫЕ БЛЮДА

ПЕЛЬНЯНИ (НАСТОЯЩИЕ ПЕРМЯЦКИЕ ПЕЛЬМЕНИ)

ДЛЯ ТЕСТА:
2,5 стакана **пшеничной муки**
2 **яйца**
0,5 стакана **холодной (ледяной) воды**

ДЛЯ НАЧИНКИ:

450 г **говядины**
350 г **баранины**
200 г **свинины** (распространено также соотношение 400:400:200, более легкое и простое для отмеривания)
3 **луковицы**
2 ст. л. **муки**
1 **сырое яйцо**
0,5 ч. л. **черного молотого перца**
0,5 стакана **мелко нарезанной молодой крапивы** или **сныти** (можно заменить **зеленью петрушки**)

1. Зелень до нарезки ошпарить кипятком.
2. Подготовить начинку: все виды мяса провернуть через мясорубку, перемешать с мелко нарезанным луком, зеленью и другими компонентами, составляющими начинку.
3. Замесить крутое тесто, дать ему расстояться 15–20 мин под влажным полотенцем, затем раскатать в тонкий пласт толщиной до 1 мм (чем тоньше раскатано тесто, тем лучше).
4. Из тестяной «простыни» вырезать тонким стаканом круги, провести по краю каждого кружка смоченным в ледяной воде пальцем, чтобы прочнее соединились потом края теста, положить на середину каждого кружка по чайной ложке начинки и тщательно защипать (у краев должен быть рант) пельмени полумесяцем. Затем острые края полумесяца соединить между собой так, чтобы пельмень напоминал сумку. Готовые пельмени расположить рядами на разделочном столе, но так, чтобы они не касались друг друга. Дать им чуть-чуть подсохнуть.

ПРИМЕЧАНИЕ

Использовать стандартную доску-пельменницу для выделки пермяцких пельменей нельзя, так как при этом прочность защипки тестяных швов крайне низка и пельмени такого рода обычно недоваривают, чтобы они не развалились. Но так поступают лишь при использовании быстроваркого свиного фарша со значительной долей хлеба в нем; пермяцкие пельмени с их полноценным мясным фаршем трех сортов варят до полной готовности – и этим достигают особого вкуса.

5. Подготовленные пельмени отварить либо в обычном мясо-костном бульоне, либо просто в подсоленной воде. И бульон, и воду сильно сдобрить луком, лавровым листом, перцем, петрушкой и досолить, чтобы он был возможно более крепким и острым. Отваривать пельмени в широкой низкой кастрюле порциями, чтобы им не было тесно и они свободно могли бы всплывать. Обычно для отваривания требуется 10–12 мин (если тесто раскатано очень тонко). По правилам пельмени должны всплыть дважды. При первом всплытии их вылавливают, складывают в сотейник с небольшим количеством масла, чтобы они не слипались, и затем вновь высыпают в кастрюлю, где они варились, уменьшив огонь до умеренного или слабого. Когда пельмени снова всплывут – они будут готовы. Едят пельмени с бульоном, в котором они варились, если это был хороший мясной бульон. Но если пельмени отваривались в специально подсоленной воде, их отбрасывают на сито (или решето) и тщательно отцеживают от них жидкость, после чего подают к столу, сдабривая сливочным маслом или сметаной.

ПОДКОГЫЛЬО (МАРИЙСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ)

Подкогыльо – это «вареные пирожки». Они отличаются от пельменей начинкой, формой и отчасти составом теста, которое содержит меньше яиц (одно вместо двух) и, следовательно, чуть больше воды. Но главное отличие в начинке. Она делается из заячьего или кроличьего мяса и содержит наряду с луком (1 луковица на каждые 200 г мяса) небольшое количество какой-либо густой каши – перловой или пшенной (1 стакан на каждые 750 г мяса).

ЦЕМАРТ (МОРДОВСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ)

В пельменное тесто, раскатанное как для пермяцких пельменей и нарезанное небольшими квадратиками 4×4 см или максимум 5×5 см, завернуть маленькие кубики жирной свинины или сала, крепко посоленные и обильно сдобренные мелкосеченым или пассерованным луком и чер-

ным перцем. Свернуть квадратики треугольниками, края теста защипать. Отварить пельмени в течение 20–25 мин в мясном или костном говяжьем бульоне. Есть их вместе с бульоном, посыпав его свежим укропом, петрушкой и дудником (зелень кервеля).

РЫБНО-МЯСНЫЕ И РЫБНО-КУРИНЫЕ БЛЮДА

Сочетание рыбы с мясом (свининой, бараниной) и с птицей (курицей, индейкой, рябчиком, куропаткой) в одном блюде – особенность кухни финно-угорских народов. Эти блюда крайне древнего происхождения, и неудивительно, что многие из них не дошли до наших дней, а если и встречаются в быту, то очень редко. Необычные пищевые сочетания шокируют современного человека, но блюда эти тем не менее обладают прекрасными вкусовыми качествами.

СТАРИННЫЙ КАРЕЛЬСКИЙ КАНУННИК

750 **свинины, баранины, телятины** (по 250 г каждой)
1 кг **рыбы** (1 **ряпушка** или **сиг, судак, окунь, таймень, лосось**)
3–4 **луковицы**
3–6 крупных **картофелин**
1 средняя **брюква**
2 **репы**
10 горошин **черного перца**
4 ст. л. **мелкосеченого укропа**
1 **петрушка**
2–4 **лавровых листа**
2 л **кипятка**

1. Мясо нарезать кусками и отварить в кипятке за 10–15 мин, снимая пену. Затем добавить овощи, нарезанные крупными кусками, и варить до готовности картофеля и овощей (примерно 1 ч).
2. Разложить мясо и овощи в 3–4 горшочка, положить в каждый сверху куски свежей рыбы, посолить слегка (или вовсе не солить) и равномерно залить доведенным до кипения бульоном, оставшимся после варки мяса. Заложить во все горшочки пряности, плотно закрыть их (опрокинутыми сковородками, фольгой или обвязать бумагой, обмазанной жидким тестом). Томить в духовке 1–1,5 ч на умеренном огне.
3. После готовности сразу досолить по вкусу, засыпать укропом, дать постоять перед подачей 5–10 мин.

ЮРМА

ЮРМА – одно из древнейших блюд финно-угров, преимущественно угров Урала. Его нет ни в одной поваренной книге. Название, правда, упоминается среди древнерусских блюд конца XVI – середины XVII века, но без всякого указания на состав, пропорции и приемы приготовления. Для русского парадного стола высших сословий юрма готовилась особенно часто в XVII веке, во время патриаршества Никона, мордвина по национальности, что косвенно подтверждает тот факт, что первоначально юрма была ритуальным, жертвенным блюдом ряда финно-угорских народов России. Приводимый рецепт – реконструкция автора на основе изучения и сопоставления фольклорного и архивного материалов. Попытки реконструкции юрмы предпринимались и во второй половине XIX века, но были неудачными (если говорить о вкусе блюда) в силу того, что не учитывалась особая технология приготовления. По своей композиции юрма принадлежит к одним из самых оригинальных блюд мировой кулинарии. Она представляет собой соединение куриного и рыбного бульонов, наполненное нежной зеленью, кусками филированной рыбы и отварной курицы или куриными кнелями. Готовят юрму только из самых свежих, высококачественных продуктов.

1 **курица** (или **цыпленок**)
1 кг **разделанной рыбы**
3 **луковицы**
1 **яйцо**
1–2 ст. л. **манной крупы**
6–8 горошин **черного перца**
5 **зубчиков чеснока**
2–3 **лавровых листа**
3–4 тычинки **шафрана**
2–3 **листика молодого хрена**

зеленое перо одной луковицы
1 стакан **промытой, ошпаренной и нарезанной зелени крапивы** (или **зелени петрушки**)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КУРИНОГО БУЛЬОНА ДЛЯ ЮРМЫ

Курицу для юрмы лучше брать молодую и нежирную. Но если жир все же имеется, то надо тщательно срезать его, снять также кожу и отварить курицу в 1,5 л воды, положив в бульон целую луковицу. Варить вначале на сильном огне, затем на умеренном, слабом, пока не останется не более 1 л жидкости. В конце варки курицу вынуть, луковицу выбросить, с поверхности бульона тщательно собрать весь жир, и если вовремя не была снята пена и бульон слегка потемнел, то процедить его. Можно осветлить бульон при помощи сырого взбитого белка, но лучше не прибегать к искусственным мерам улучшения качества. Подготовленный куриный бульон отставить.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ РЫБНОГО БУЛЬОНА ДЛЯ ЮРМЫ

Рыбу красных или белых сортов, т. е. без мелких костей, мясистую, с крупной хребтовой костью, с белым вкусным мясом (таймень, хариус, судак, толстолобик, речной окунь), но ни в коем случае не бесчешуйчатую (сом или налим), нарезать крупными кусками длиной 6–8 см и отварить в подсоленной воде с двумя целыми луковицами. По объему рыбный бульон должен составлять менее половины куриного, т. е. 0,5–0,6 л. Через 15–20 мин с момента закипания рыбу вынуть, освободить от костей, сложить филированные куски в сотейник, залить холодной кипяченой водой и отставить.

Рыбный бульон слить в эмалированную или фарфоровую посуду и, не давая ему остыть, медленно влить в него подготовленный куриный бульон. (Обязательно вливать куриный бульон в рыбный, а не наоборот![1]) Поставить соединенный куриный-рыбный бульон на очень слабый огонь.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ МЯСНОЙ И ОВОЩНОЙ ЗАПРАВКИ ДЛЯ ЮРМЫ

Зелень промыть, мелко нарезать, а крапиву еще и ошпарить, и только после этого нарезать, положить в отдельную тарелку.

С курицы снять мясо, мелко измельчить его ножом (но не пропускать через мясорубку), перемешать со взбитым сырым яйцом, манной крупой и горстью измельченного лука и листьев хрена, сформовать ложкой кнели величиной с крупный орех или небольшое яблоко и опускать их в кипящий соединенный бульон, сняв с него перед этим пену и резко увеличив огонь. Не забыть перед этим попробовать и посолить. Когда все кнели всплывут, выбрать их из бульона, засыпать в него оставшуюся зелень и все пряности, дать прокипеть 2–3 мин, обратно ввести кнели, филированные куски рыбы и дать всему провариться еще 2 мин, после чего выключить огонь, закрыть юрму крышкой, дать постоять 5–6 мин.

Разлить юрму на 6 порций, предварительно положив в каждую тарелку по 1–2 куска рыбы и по 3–4 куриных кнели. Есть с мягким белым хлебом.

ТРАДИЦИОННЫЕ БЛЮДА ИЗ МЯСА И РЫБЫ

Традиционная национальная кухня финно-угорских народов не знает жареных блюд. Лишь мордва и марийцы заимствовали у соседних татар в конце XIX в. некоторые жареные блюда из мяса, но для национальной кухни типичны лишь отварные или томленые блюда, а точнее, томленые мясо и рыба в сочетании с отдельно приготовленными отварными или паренными (томлеными) овощами (см. ниже – паренки).

ТОМЛЕНОЕ МЯСО

Мясо (любое, особенно заячье) обычно томят крупным куском (2–3 кг) в печи (духовке) с небольшим количеством воды и луком в плот-

[1] При соединении двух жидкостей в кулинарии всегда следуют правилу: более тяжелая жидкость вливается в более легкую. Так, чай вливается в молоко, вода в вино, молоко в пиво, куриный бульон в рыбный, а не наоборот. Правильное соединение жидкостей крайне важно для получения хорошего вкуса блюда.

но закрытой посуде в течение 2–3 ч (см. аналогичное эстонское блюдо ахьюлиха, с. 701).
В качестве гарнира используют лапшу, отварную морковь и паренки, приготовляемые отдельно, а в последнее время – отварной картофель.

ТОМЛЕНАЯ РЫБА

Рыба как второе блюдо также приготавливается отдельно путем запекания в оболочке, т. е. фактически проходит процесс томления.
Крупную рыбу чистят, прополаскивают проточной водой, тщательно, насухо вытирают и затем снаружи и изнутри натирают солью с черным перцем, небольшим количеством муки, иногда набивают луком и укропом (у вепсов, ливов, карелов Приладожья), завертывают в перо зеленого лука, щавель, поверх которого оборачивают пятью-шестью слоями листьев капусты или конского щавеля, молодого лопуха, иногда – клена, обвязывают для прочности травой и в таком виде запекают в золе и углях костра. При соблюдении тщательности покрытия рыба остается варенотомленой. Гарниром к такой рыбе служат печеный лук, отварная и пареная морковь, печеный и отварной картофель. Подачу сырых овощей традиционная национальная кухня финно-угров, как правило, не знает, но теперь их уже употребляют.
Приготовление указанных мясных и рыбных блюд можно имитировать в современной городской кухне, используя в качестве верхнего (основного) покрытия фольгу, а в качестве огня – духовку. Пищевые покрытия – укроп, зеленый лук, щавель – вполне доступны, особенно в летнее время, в любом городе.

КИСЛАЯ РЫБА

Помимо томленой или отварной рыбы (в ухе), некоторые финно-угорские народы – северные карелы, коми-ижемцы, чердынские коми-пермяки, колвинские и сосьвинские манси – употребляют квашеную, или кислую, рыбу. Это национальное блюдо представляет собой разновидность презервированных продуктов. Кислую рыбу приготовляют в деревянных небольших кадках. Свежую рыбу чистят, потрошат и, вытерев насухо, смазывают брюхо небольшим количеством крупной соли с отрубями, чтобы вызвать кислое брожение. Поверхность рыбы и междурядья при закладке в кадку не солят. Готовность кислой рыбы определяется по появлению специфического запаха. Долгое время кислую рыбу считали протухшим продуктом, и на этом основании медики объявляли ее употребление вредным. На самом деле кислая рыба хорошо усваивается, считается радикальным противоцинготным средством, что немаловажно в условиях Севера, обладает хорошим нежным вкусом, но, к сожалению, отличается настолько тяжелым и отвратительным запахом, что непривычный к нему человек не может оставаться в помещении, где едят кислую рыбу. Внешне зрелая «кислая рыба» напоминает студенистую массу, которую черпают и едят ложками с хлебом (или с картофелем) прямо в сыром виде. Менее «разложившуюся» кислую рыбу, еще сохраняющую форму, часто запекают в пирогах-рыбниках.
Местные жители – коми-ижемцы, припечорские коми и русские усть-цилемцы – едят эту рыбу с удовольствием, считают ее лучшей, полезнейшей пищей, более ценной, чем свежая рыба. Она сытна, хорошо усваивается, придает бодрость, и потому на Севере ее предпочитают рыбе обычного соления.

СЛАДКИЕ БЛЮДА И КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

СЛАДКИЕ БЛЮДА финно-угорских народов основываются исключительно на богатом ягодном сырье лесов Поволжья, Предуралья, Карелии и Задвинья. Излюбленные ягоды народов этого региона – брусника, клюква, голубика и морошка. Прежде бытовала пословица: «Ягоды – пища бедняка: соли не надо, была бы бочка». Ягодные блюда были очень просты, примитивны по композиции, чрезвычайно питательны, полезны и приятны на вкус.

Традиционное блюдо карелов, вепсов, коми, пермяков, марийцев – «марьямесу» – ягоды с мукой или толокном. Любые лесные ягоды толкут и в произволь-

ных пропорциях смешивают с толокном или ржаной мукой, с медом (сахарным песком) и молоком. Наиболее вкусное сочетание дает брусника с овсяным толокном, сахаром и медом – это блюдо называется мяхкю, его запивают холодным молоком.

Кондитерские изделия очень редки в финно-угорских кухнях, и те немногие, что имеются, чрезвычайно просты, но своеобразны по технологии. Готовятся они без дрожжей.

ТИЛУШКА (ЧЕРНИКА С ЧЕРНЫМ ХЛЕБОМ – КАРЕЛЬСКОЕ БЛЮДО)

Свежую чернику тщательно размять и равномерно размешать с мякишем свежего черного хлеба и сахарным песком в совершенно однородную массу. Примерная пропорция: 1 стакан черники, 1 ст. л. сахарного песка, 1 ломоть хлеба толщиной 1–1,5 см (без корок).
Запивать эту смесь холодным молоком.

КИСЕЛЬ ИЗ МЕДА

0,5 л **воды**
100–150 г **меда**
1 ст. л. **крахмала**
0,5–1 стакан **сока клюквы** или **брусники**
2–3 кусочка **сахара** или 2–3 ч. л. **сахарного песка**

Мед развести горячей водой, довести до кипения, снять пену, влить разведенный холодной водой крахмал и, быстро размешивая его, заварить кисель. Прежде чем он окончательно загустеет, влить подслащенный клюквенный сок и подогреть, не доводя до кипения.

БРУСНИКА (КЛЮКВА) С РЕПОЙ (РЕДЬКОЙ)

1 стакан **ягод**
0,5–1 стакан **тертой репы (редьки)**
3–4 ст. л. **сахара** или **меда**

Для приготовления этого распространенного национального блюда используются только так называемые паренки, т. е. брюква, репа или редька, выпеченная в печи, а потому сухая, с особым приятным вкусом. Репа, отваренная обычным способом, в воде, не годится.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПАРЕНКОВ

Овощи тщательно очистить от повреждений, кожуру снять, крупные клубни разрезать на 3–4 куска, плотно уложить в чугун или горшок. Отверстие вверху плотно заткнуть чистой соломой (ржаной, овсяной, ячменной), чугунок перевернуть дном вверх на лист, который поместить в духовку. Все это должно томиться на умеренном огне до появления приятного запаха, сигнализирующего о готовности (примерно через 35–50 мин).
Горячие паренки можно подать как самостоятельное блюдо, на гарнир к мясу или как горячую закуску со сливочным маслом. Для сладкого блюда паренки остужают и натирают на мелкой терке, после чего смешивают с сахаром и ягодой.

ТАЛКУНА ПРЯННИКАЙСЕТ (ТОЛОКОННИКИ – КАРЕЛЬСКОЕ ПЕЧЕНЬЕ)

Толокно
сметана (**простокваша**)
сливки

Толокно (овсяное) замесить на сметане или простокваше (сначала не очень густо), дать постоять примерно час, затем добавить сливки и еще толокна, чуть-чуть подсолить и вымесить тесто средней густоты, но отстающее от рук. Дать ему подойти в теплом месте (или под опрокинутой кастрюлей, или в чуть влажном полотенце) примерно 1–1,5 ч, иногда более. Затем тесто отбить на доске до полной эластичности, раскатать из него сочень толщиной 1–1,5 см, из которого вырезать стаканом коржики. Смазав коржи маслом, выпечь их в печи (или в духовке) на слабом огне примерно за четверть часа или чуть более, в зависимости от силы печи (вначале сделать пробу).
Подавать толоконники с брусничным или клюквенным вареньем.

{ ГЛАВА 21 }

ОБЩИЕ ЧЕРТЫ КУХНИ ТЮРКОЯЗЫЧНЫХ НАРОДОВ РОССИИ

НАЦИОНАЛЬНЫЕ КУХНИ многочисленных тюркоязычных народов России (свыше 25 народов общей численностью 10 млн. чел.), населяющих Татарию, Башкирию, ряд соседних с ними областей Поволжья, несколько автономных республик и областей Северного Кавказа – Дагестан, Чечню, Ингушетию, Осетию, Черкессию, Карачай, Кабарду, Балкарию, Адыгею, а также Якутию в Сибири, так или иначе повторяют по составу сырья, по композиции и технологии приготовления пищи основные кулинарные направления, рассмотренные в этой книге.

За малым исключением, национальные блюда указанных народов под иными названиями дублируют сходные с ними блюда основных национальных кухонь нашей страны.

Например, распространенная в нашей стране татарская кухня (и близкая ей башкирская), получившая широкую известность в ряде районов России через систему общественного питания, во-первых, далеко не сохраняется в своем чистом виде, ибо испытала сильное влияние народов, в среде которых татары существуют (татарское население численностью 6,5 млн чел., а вместе с башкирами – 8 млн, на 75% проживает вне своей республики), а во-вторых, по технологии и ассортименту блюд фактически совпадает со среднеазиатскими кухнями – казахской и узбекской, так как корень у них во многом общий – золотоордынская кухня XIII–XVI веков.

Две другие крупные кухни тюркоязычных народов – северокавказская и якутская, хотя и разнятся между собой, что объясняется неодинаковыми природными условиями Кавказа и Восточной Сибири, сохраняют общие черты древней кухни кочевых тюрков, своих прародичей, но в то же время близки кухням соседствующих с ними народов: северокавказская – азербайджанской, а якутская – монгольской и субарктической, или заполярной. Северокавказская и якутская кухни полны заимствований и переделок из этих кухонь и мало чем отличаются от них технологией. Но черты древней кухни, несмотря на все позднейшие влияния, стойко держатся и проявляются в подборе продуктов и в композиции ряда блюд современных тюркских кухонь. Так, конина, блюда из нее и кумыс до наших дней принадлежат к самым почетным кушаньям и у татар Поволжья, и у башкир Урала, и у ногайцев Прикаспия, и у кумыков Дагестана, и у якутов Заполярья. Интересно, что в то время, как в промышленной европейской части страны даже татарская кухня в целом все более теряет свои классические тюркские черты, уступая то тут, то там модным городским кулинарным влияниям, в далекой Якутии тюркские кулинарные традиции, прежде не столь ярко выраженные, заметно укрепляются в последние годы. Ныне как раз в Якутии, как нигде в стране, процветает мясное направление коневодства. Здесь конина лучшего качества, так как якутские лошади при табунном содержании за лето быстро нажировываются и дают отличное мясо, пользующееся большим спросом даже на мировом рынке.

Поскольку северокавказская кухня распадается еще на полтора десятка мелких кухонь, разнящихся в деталях, полезно дать ей более подробную характеристику и тем самым отграничить от закавказских, определить ее место в системе основных кулинарных направлений. То же самое надо сделать и в отношении якутской кухни, развивавшейся обособленно от других тюркских.

СЕВЕРОКАВКАЗСКАЯ КУХНЯ. Часто кухню народов Кавказа называют кавказской кухней. Такого кулинарного направления не существует. Есть три закавказские кухни – грузинская, армянская и азербайджанская, – и есть кухня северокавказских народов. Последняя имеет много черт, свойственных азербайджанской

и отчасти грузинской кухне, но гораздо в большей степени она связана с кухней степных, скотоводческих народов, с казахской и татаро-узбекской, обычаи которой были занесены на Северный Кавказ еще в древности ногайцами, кумыками, кипчаками и туркменами, а позднее – турецкими завоевателями.

Конечно, северокавказская кухня неоднородна. Она состоит из нескольких региональных кухонь, в которых сходные блюда носят разные национальные названия, а одинаковые по названию блюда и изделия готовят из разных продуктов. Но принципы и кулинарное направление у всех этих кухонь – общие.

С татаро-узбекской кухней северокавказскую роднят общие принципы приготовления хлеба (пресных лепешек, чурека), одинаковый подход к обработке мяса, употребление баранины, наличие супов типа шурпы (шурва, чурпа), большое значение, отводимое мясо-тестяным блюдам, сходные кисломолочные продукты (катык, айран, творожные сыры). В то же время такие блюда и изделия, как дюшбере, курзе, буглама, шашлыки (кобобы), рассольные сыры, употребление пряностей и катыка в качестве компонента пищевых изделий и все кондитерские изделия – халвы, шербеты, пахлавы – сходны с закавказскими кухнями, особенно с азербайджанской.

Самыми характерными в меню северокавказских народов являются различные виды пресных лепешек (с маслом, сметаной), разнообразные хинкалы (ханкалы), т. е. широкая лапша или куски пресного теста из пшеничной, кукурузной или гороховой муки, отваренные вместе с бараниной (мясом) в разных сочетаниях и с разными приправами, затем чуду (чюду), т. е. пирог из пресного теста, полувыпекаемый, полужаренный на сковороде, с тонкой тестяной оболочкой и толстым слоем начинки из мяса, творога, тыквы, зелени (лука) в зависимости от того, в каком районе Северного Кавказа его делают. Наконец, в качестве основной пищи, напитка и приправы широко применяется молоко типа катыка – айран, жуурт и т. д.

Часто по названию и композиции северокавказские блюда напоминают блюда разных соседних народов. В национальных кухнях аварцев, лезгин, кумыков, даргинцев, чеченцев, ингушей, черкесов, карачаевцев, лаков, кабардинцев, адыгейцев можно встретить блюда с закавказскими названиями, которые, однако, по композиции и технологии напоминают блюда татаро-узбекской кухни. Северокавказская кухня внесла в общесоюзную кухню несколько весьма популярных пищевых изделий. Это кефир, воздушная кукуруза (къурмач) и чебуреки.

ЯКУТСКАЯ КУХНЯ. Среди народов России около трети миллиона составляют якуты, народ тюркский по происхождению и языку, но живущий в условиях Восточной Сибири и Крайнего Севера и уже с XVIII века довольно прочно воспринявший русскую культуру (достаточно сказать, что имена и фамилии у всех якутов русские).

Вполне понятно, что якутская кухня отразила эти особенности исторического развития якутов. Вторые мясные блюда технологией напоминают монгольскую и казахскую кухни, поскольку в древности хозяйство якутов базировалось на кочевом скотоводстве. Целый ряд блюд якутов, особенно молочные, напоминают кухню их соседей – бурятов. В то же время первые блюда якутской современной кухни – русские, поскольку в прошлом якутская кухня не знала национальных супов. Условия жизни в восточно-сибирской тайге, на Крайнем Севере, вдоль рек Анабар, Индигирка, Оленек, Колыма и великой сибирской реки Лены и ее притоков – Олекмы, Вилюя и Алдана наложили решающий отпечаток на якутскую кухню. В ней широко используются пернатая дичь, оленина, сибирская рыба: хатыс (сибирский осетр), чир, омуль, муксун, пелядь, нельма, таймень, хариус. При этом методы использования пищевого сырья во многом аналогичны принятым в субарктической кухне, т. е. мясо и рыба используются очень часто сырыми, и притом только в зимнее время, когда из этих замороженных продуктов можно делать строганину, т. е. нарезать тонкими в виде стружек кусочками, которые употребляют в пищу вместе с острой приправой из колбы (черемши), ложечника (подобие хрена) и сараны (луковое растение).

Что же касается композиции якутских блюд, то она чрезвычайно проста: это либо отварные продукты (мясо, рыба), либо сырые (молоко, кровь, мясо, рыба, травы), либо сырые сброженные (кумыс, буза). Овощи, а тем более фрукты не применялись в блюдах национальной кухни. Даже использование ягод и грибов началось сравнительно недавно – в прошлом их не умели готовить.

{ ГЛАВА 22 }

ЗАПОЛЯРНАЯ, МОНГОЛЬСКАЯ, ЕВРЕЙСКАЯ КУХНИ

ТРИ КРУПНЫХ национальных кулинарных направления представлены не только на территории СНГ, но и за его пределами. Это монгольская, субарктическая (заполярная) и еврейская кухни. Все они значительно отличаются и друг от друга, и от рассмотренных в книге. Народы, пользующиеся в быту указанными национальными кухнями, рассеяны на большом расстоянии один от другого в европейской и азиатской частях СНГ, и, кроме того, основная масса их находится за пределами нашей страны, поэтому за рубежом эти направления в кулинарии получили наибольшее развитие.

Так, монгольская кулинария получила, естественно, наибольшее развитие в Монголии и в Китае (Внутренняя Монголия и Тибет), еврейская кухня культивируется в большей степени в Румынии и Польше и, конечно же, в Израиле и США, субарктическая кухня сохранилась у эскимосов Гренландии и Канады, саамов Швеции, Норвегии и Финляндии.

Три миллиона человек, пользующихся перечисленными национальными кухнями, обязывают автора охарактеризовать их основные черты, упомянуть о наиболее типичных блюдах.

ЗАПОЛЯРНАЯ КУХНЯ

Несмотря на то что народы Крайнего Севера – саамы, ненцы, долгане, эвенки, чукчи, нганасаны, эскимосы, коряки и другие – принадлежат к разным этническим группам, говорят на разных языках и разбросаны на огромных пространствах Заполярья от Кольского полуострова до Чукотки, природные условия их обитания сходны, и у них веками складывался единый тип хозяйства, основанный на оленеводстве, зверобойном промысле и рыболовстве. Все это привело к формированию у этих народов сходных кулинарных навыков и обычаев, единого кулинарного направления, которое можно назвать субарктическим (заполярным).

Очень часто, даже в серьезных научных работах, кулинарное творчество этих народов совершенно не упоминается или же оценивается как примитивное. Иногда отрицается вообще наличие у них какой-либо своей, особой кухни. Эти оценки основываются на бедности пищевого сырья, на ограниченном применении огня для приготовления пищи, а также на отсутствии кухонной утвари.

Имеются лишь разрозненные этнографические описания, чисто внешне фиксирующие виды пищи народов Севера (мясо, рыба). Глубокого же изучения субарктической кухни еще не было предпринято.

Между тем очень важно отметить, что, живя в тяжелых условиях Заполярья и питаясь как будто бы очень однообразно – мясом и рыбой, народы Крайнего Севера почти не болеют цингой и другими видами авитаминозов, поражающих в этих широтах европейцев. Употребление сырых продуктов и особенно сырых мяса и рыбы не столь примитивно, как кажется на первый взгляд. В субарктической кухне имеется три вида употребляемого сырого мяса (т. е. без тепловой обработки). Все они объяснимы с современной научной точки зрения.

Первый вид – это свежепарное мясо, жир и кровь животного (оленя, моржа, тюленя, кита), а точнее – мясо живого животного, т. е. такого, которое еще не умерло, а только ранено. Так, например, эскимосы-гренландцы вырезают и тотчас же едят мясо из туши раненого кита, выброшенного на берег. В этом случае мясо обладает особой мягкостью, нежностью, приятным вкусом, поскольку в нем не наступили еще процессы распада. Говоря современным научным языком, это применение мяса в короткий период от убоя до начала rigor mortis (окоченение), пока не наступает денатурализация белков и мышцы сохраняют гибкость.

Все европейские путешественники, пробовавшие такое мясо, отмечают его исключительно высокие вкусовые качества. До самого последнего времени такие свойства сырого мяса казались необъяснимыми. Между тем народам Заполярья известны и другие способы повышения качества мяса, которые только теперь признаны наукой: это успокаивание животного перед забоем, содержание его в тепле, особое кормление, правильные методы обескровливания.

К этому же роду пищи относится и кровь животного (оленя, лошади), выпускаемая из легкого надреза артерии и выпиваемая тотчас же. В субарктической кухне такая кровь смешивается с парным оленьим молоком в разных пропорциях и является изысканным блюдом. Аналогичный обычай существовал в XII–XVII веках у татар, а еще ранее – у скифов. Выражение «кровь с молоком» сохранилось в русском языке с тех пор и означает здоровую пищу, а не здоровый цвет лица, как стали объяснять впоследствии. Человек, который употреблял кровь с молоком, был отменно здоров.

Казалось бы, употребление сырого мяса очень просто, оно не требует особых кулинарных приемов. На самом же деле, помимо особой подготовки (о которой сказано выше), обязателен еще и такой прием, как быстрота употребления парного мяса. Его надо есть немедленно и как можно быстрее. Европейские путешественники часто обращали внимание на быстроту, с которой съедали «туземцы» свежее мясо, и объясняли это лишь жадностью и алчностью. На самом же деле парное мясо надо есть тотчас же, ибо оно теряет нежную консистенцию и вкус почти мгновенно, при наступлении rigor mortis. (Кстати, выражение «парное мясо» в русском языке также древнее, оно означает, что от мяса идет пар – настолько оно еще теплое и свежее. Но от парного мяса пар может идти только на большом морозе, т. е. в северных широтах.)

Второй вид употребляемого сырого мяса и рыбы также своеобразен. Это свежее, на наш взгляд, тоже почти парное мясо, но схваченное морозом (а не вымороженное) и потому не потерявшее сока. Оно строгается тонкими длинными стружками и называется строганиной, причем строганина может быть говяжьей, оленьей, рыбной. Если парное мясо употребляется без всяких приправ, даже соли, которая может только испортить его необычайно нежный, слегка сладковатый вкус, то строганину, как рыбную, так и мясную, сдабривают возможно более острыми приправами Заполярья – ложечной травой (напоминает хрен), морским и речным крессом, колбой (черемшой) и сараной. Кроме того, строганину слегка посыпают солью. К мясной строганине подают мороженую квашеную или моченую полярную ягоду: морошку, куманику, клюкву или воронью ягоду (крекбэр). Получающееся таким образом блюдо никак не может расцениваться как примитивное. Другое дело, что оно просто по композиции и приготовлено без огня.

Кстати, отсутствие огневой кухни у народов Крайнего Севера во многом объясняется отсутствием металлической кухонной посуды. Зато используются каменные горшки, плоские камни (каменные сковороды) или каменные пластины, дающие возможность печь мясо под давлением, угли, открытый огонь, зола и песок (для так называемого песочного парения корней, мясистых частей растений). Варка мяса и употребление мясных наваров применяются в субарктической кухне гораздо реже и пришли в нее из русской кухни. Отсутствует как национальный кулинарный прием жарение мяса на масле.

Третий вид употребляемого мяса – мясо, сушенное на морозе и ветру. Другие способы консервации – засол, копчение – здесь не применяют.

Рыба в субарктической кухне подается сырой, соленой, квашеной, сушеной, мороженой (строганина), печенной в золе, но ее не варят и тем более не жарят. Из растительных продуктов, кроме перечисленных трав и корней, а также ягод, употребляются разные мясистые травы с нейтральным вкусом, дикие корнеплоды, сок деревьев и исландский мох.

Первое горячее блюдо заменяют чай, чай с молоком, а у некоторых народов – продукты перегонки оленьего молока. Иногда пернатая дичь – полярные куропатки и яйца водоплавающей перелетной дичи довершают продуктовый ассортимент субарктической кухни.

В целом этот ассортимент не так уж и беден, тем более что ряд народов – например, саамы, коряки, ненцы, эвенки – пополняют свой рацион ценнейшими видами рыбы (семга, лосось, омуль).

МОНГОЛЬСКАЯ КУХНЯ

К монгольскому направлению в кулинарии на территории нашей страны относятся национальные кухни

калмыков, бурят, шорцев, алтайцев, тувинцев и отчасти хакасов.

Это кулинарное направление построено в основном на использовании мяса, молока и муки, причем технологические приемы обработки этих продуктов отличаются от приемов казахско-киргизской кухни, что и является определяющим для выделения последней в самостоятельное кулинарное направление.

В монгольской кухне молоко подвергается более сложной и разнообразной переработке, суть которой состоит главным образом не в воздействии микрофлоры, а в его дрожжевом и спиртовом брожении. При этом используются почти в равной степени, как минимум, три, а иногда и пять видов молока: кобылье, овечье, коровье, верблюжье и молоко яков. Это дает возможность получать разнообразные виды масла, творожистых сыров, кисломолочных продуктов. Сочетание разных видов молока и молочных изделий, использование разных заквасок, а также изделий из молозива еще более расширяют ассортимент молочных продуктов монгольской кухни. Наряду с похожим на катык тараком (см. с. 755) и кумысом вырабатывается хурунга и продукты ее тепловой обработки и перегонки: арька, бозо и др.

Мясные блюда и изделия также отличаются разнообразием сырья: используются конина, говядина, баранина, верблюжатина, козлятина, мясо яков, сайгаков.

Из технологических приемов обработки мяса наиболее характерны сушка его на ветру и на морозе длинными, тонкими лентами без всякой предварительной обработки, обязательно в декабре – январе, и отваривание мяса в сочетании с продуктами молочно-спиртового брожения (с бозо) без доступа воздуха. В первом случае получается борцо (калмыцкое), или борсо (бурятское), во втором – болхойрюк. Все это мясные блюда прекрасных вкусовых качеств.

Как и у всех народов, занимающихся скотоводством, в монгольской кухне широко используется ливер в разных сочетаниях, причем типично сочетание не нескольких видов ливера, как в татарской и узбекской кулинарии, а какого-нибудь одного вида ливера (например, легкого или сердца) с пашиной (рулькой), нефаршированными кишками и разными видами внутреннего жира (почечным жиром, сальником).

Простые по композиции, без всяких гарниров и приправ (кроме сушеного лука-мангира) мясные блюда монгольской кухни требуют тем не менее длительного приготовления (как, впрочем, и молочные), поскольку мясо варят или сушат большими порциями. Например, болхойрюк необходимо варить 8–10 ч (приготовляют его в основном в закрытых котлах крупных объемов).

Специфика монгольской кулинарии – в ее приспособленности к степным условиям. Поэтому весьма сложно воспроизводить блюда монгольской кухни в современных городских условиях. Попытки осовременить то или иное блюдо ведут не только к упрощению, но и к искажению национальной технологии, а следовательно, к изменению вкуса блюда. Так, целое мясо крупными кусками заменяют фаршем, не свойственным монгольской кухне.

В отличие от тюркской в монгольской кулинарии мясо не жарят, в отличие от русской его не солят, а также не едят сырым в отличие от заполярной кухни. Его сушат, запекают в золе, между двумя сковородами, в тесте, а также вялят, отваривают в котле и варят без котла, в шкуре. Последний вид варки сохранился в тувинской кухне. Тушу барана, не снимая с него шкуры, потрошат, наполняют водой или льдом (зимой), кладут внутрь раскаленные на огне камни, а самого барана помещают под угли костра. Таким образом, мясо варится внутри и запекается снаружи. Этот способ резко отличается от закавказского, так как здесь мясо не имеет прямого контакта с огнем (см. «Грузинскую кухню»).

Для мучных изделий характерно соотношение жира и муки как 1:2, замена воды жиром (маслом) и добавление масла в качестве последнего компонента в уже готовое тесто (после замеса его на воде). Приготовляют мучные изделия в основном из пресного теста, выпекают на сковородах или в золе (ныне можно заменять этот способ выпекания печением в фольге, не дающим изменения вкуса изделий). Форма мучных изделий – небольшие кусочки теста или тонкие блины.

В монгольской кулинарии мало используются растительные продукты. К наиболее характерным следует отнести лук-мангир, черемшу, колбу, сарану. Из лесных ягод – только рябину, черемуху (сушеные). Из пряностей употребляют черный перец, корицу, лавровый лист, бадьян, японский перец (зантоксилум), а также как приправу и как одно из основных блюд – зеленый кирпичный чай, называемый часто калмыцким.

Ниже приведены рецепты некоторых блюд и изделий монгольской кухни, отличающихся своеобразной технологией или составом и легко приготовляемых в современных городских условиях.

ПЫШТАК (МЯГКИЙ НЕКИСЛЫЙ ТВОРОЖНЫЙ СЫР)

3 л **свежего молока**
2 л **кислой, двух- или трехдневной сыворотки, очень холодной, ледяной**

Молоко довести до кипения в большой кастрюле или котле объемом не менее 7–8 л и в момент его наибольшего подъема резко влить сильной струей холодную сыворотку, используя при этом трубку или желоб. Молоко будет свертываться, образуя ленты, которые надо осторожно вынуть, дать им обсохнуть и затем свить из них жгутики, высушить. Так получают нойген-пыштак. Если жгуты образуются плохо, то творожистую массу кладут под легкий пресс и получают кыскан-пыштак.

ТИБГЕН

2,3 кг **корней сараны**
1 л **субэ (вытопки от масла, дурда)**

Корни мелко нарезать, слегка отварить (бланшировать), опустить в кипящее субэ, варить до полного разваривания на очень слабом огне до получения однородной массы.

МОЙЧОТОЙ ТИБГЕН

1 кг **сараны**
3 л **молока**
200 г **сахара**
50–100 г **меда**
1 стакан **сухой молотой черемухи**

Сарану целиком варить в молоке на слабом огне, без крышки до тех пор, пока она не разварится на отдельные лепестки (при этом выпарится треть молока). Затем добавить молотую черемуху, сахар, мед, вымешать и продолжать варить массу до кашеобразного состояния. Едят это блюдо охлажденным.

ХУРУНГА

Приготовлять хурунгу классическим способом чрезвычайно сложно. Для этого требуются, во-первых, большая посуда – примерно с бочку, а также особая закваска – эхэ. Эхэ – старая хурунга, или мать-хурунга, которую буряты хранят иногда по полгода и более. Современный, более облегченный способ приготовления хурунги состоит в следующем:
3 ведра **скисшей пахты от взбивания масла**
1 л **эхэ** или **ржаной закваски**, приготовляемой из 1 кг **ржаных зерен**, помещенных в плотный полотняный мешочек и опущенных на 1 неделю в пахту

Пахту прикрыть крышкой с дырочками. Время от времени в течение суток помешивать – примерно через равные промежутки времени, не более чем через 3–4 ч. Помешивать каждый раз не менее 15 мин.
Когда появятся мелкие пузырьки, можно считать, что хурунга готова.

БОРЦОК

2,5 стакана **пшеничной муки**
1,5 стакана **ржаной муки**
1 стакан **бараньего топленого сала (внутреннего)**
0,5 стакана **топленого (жидкого) сливочного масла**
0,5–0,75 стакана **воды**
простоквашу, сметану, сыворотку можно добавить для получения нужной консистенции теста

Смешать оба вида муки, просеять сквозь сито. Смесь замесить на небольшом количестве воды в крутое тесто (фактически слегка смочить).
Добавить к тесту топленое сало и масло, вымесить и, если необходимо, добавить для связи немного сыворотки.
Сформовать блины-лепешки величиной с небольшое блюдце толщиной около 0,5 см и выпечь (без масла) на сковородке на медленном огне с обеих сторон, прикрыв другой сковородкой или тарелкой.

ЦЯ – КАЛМЫЦКИЙ ЧАЙ

ВАРИАНТ I

200 г **кирпичного чая**
3 л **воды**
2 л **сливок**
50 г **сливочного масла**
2 ч. л. **соли**
5–6 горошин **черного перца**

Чай растолочь, залить холодной водой и варить на среднем огне до закипания, затем убавить огонь, варить еще 15–20 мин, снять появившиеся на поверхности прутики, влить подогретые сливки, проварить еще 5–10 мин, добавить масло, соль, дать постоять в закрытом виде 10–15 мин, после чего разливать.

ВАРИАНТ II

4 ст. л. с верхом **калмыцкого чая**
2 л **молока**
1,5 л **воды**
100 г **сливочного масла**
3 ст. л. **пшеничной муки**
7–8 горошин **черного перца**
2 **лавровых листа**
2 ч. л. **соли**

Порядок варки тот же, но соль добавить вместе с молоком, затем пассеровать муку с маслом до светло-желтого цвета (не допуская пережаривания) и ввести в чай вместе с пряностями.

ЕВРЕЙСКАЯ КУХНЯ

ЕВРЕЙСКАЯ КУХНЯ в том виде, в каком она сложилась на территории бывшего СССР, является результатом сочетания традиционной кулинарии евреев с элементами польской и отчасти немецкой кулинарии. Кроме того, кухня караимов, татов, молдавских и бухарских евреев (джугутов) носит на себе сильный отпечаток турецкой и иранской кухни, что особенно проявляется в мучных и кондитерских изделиях.

Для еврейской кухни в целом характерны специфические ограничения в выборе и смешивании определенного пищевого сырья. Например, нельзя сочетать мясо и молоко ни в блюдах, ни в меню. Некоторые продукты являются излюбленными: это гусиный жир как основной жир еврейской кухни (допускается замена его куриным и другим птичьим жиром), печень говяжья и телячья, яйца, из рыбы – щука, из овощей – горох, свекла и морковь и их сочетание даже в рыбных блюдах.

Наряду с излюбленными продуктами имеются и излюбленные типы блюд: из первых блюд – это бульоны (мясные, куриные) с гренками, профитролями (мандлен), обжаренной лапшой. Из вторых блюд предпочтение отдается фаршированным блюдам (фаршированной рыбе, фаршированным гусиным шейкам), блюдам, приготовленным из молотого мяса (рулетам, тефтелям, кнедлям), а также цимесам – полутушеным, полуотваренным овощам. В ряде блюд сохраняется, правда в весьма малой степени, влияние восточной кухни: кисло-сладкое мясо, цимесы, где мясо или овощи сочетаются с крайне небольшим количеством сухофруктов, а также применение сахара в несладких блюдах (селедка, рыба, овощи).

Молоко в еврейской кухне применяется только свежее. Отсюда пресные молочные блюда, так называемые диетические, разварные, полужидкие молочные кашки. Композиция блюд, как правило, несложна. Особенно это касается овощных, молочных блюд и супов. Излюбленный метод горячей обработки – припускание, отваривание, слабое тушение, обязательно наплитное, с добавлением воды, под крышкой. Духовка используется крайне редко или почти не используется. Все это резко отличает еврейскую кухню от восточных, предпочитающих жарение и пряжение в открытом котле, варку на пару и в специальных приспособлениях (танурах, касканах и т. д.).

Применение пряностей ограничено и по ассортименту (лук, чеснок, хрен, укроп, черный перец, имбирь, корица, гвоздика), и особенно по количеству (объему). Все направлено на сохранение нерезкого, пресного вкуса. В еврейской кухне имеются специальные приемы, снижающие нежность консистенции блюд. Например, широко используется пассерование овощей и муки; яйца как связывающий продукт применяются без смеси с молоком, в чистом виде и в относительно повышенном количестве. Так, в кугели (блюда, средние между пудингами и запеканками) используется яичная заливка без добавления молока. Кугели весьма часты в меню: их делают из лапши, риса, свеклы, картофеля, причем чрезвычайно быстро:

основной продукт отваривают, измельчают, слегка пассеруют в масле, а затем заливают яйцом и доваривают под крышкой на плите за 3–4 мин (а не запекают в духовке или печи, как украинские запеканки).

Для кондитерских изделий характерно сходство с ближневосточными. Но эта близость проявляется в технологии, а не в подборе и в композиции пищевого сырья. Например, в еврейской кухне используется редька там, где в ближневосточной – инжир (варенье, «ангемахц»); мучные, тестяные шарики и мак там, где в закавказской кухне – орехи. Излюбленное тесто еврейской кухни – пресное, песочное, или «крохное», но в отличие от ближневосточного оно не масляное, а яичное, т. е. его основу, 50% от веса муки, составляют яйца, часто одни желтки. Характерно также сочетание меда и сахара в кондитерских изделиях, чаще всего в равной пропорции. Несдобное пресное тесто (точнее полусдобное) сохраняется только в маце, по внешнему виду близкой к вафельному тесту, но только очень плотному.

Простота композиции, быстрота приготовления, использование готового сырья – бульонов, яиц, лапши (вермишели) и рубленого мяса (котлеты, паштеты), а также приспособленность еврейских блюд к наплитному приготовлению – все это послужило причиной широкого распространения их в сети общественного питания, хотя и с некоторыми изменениями (гусиный жир заменен маргарином, комбижиром, не соблюдаются такие характерные особенности, как раздельное приготовление, несмешивание продуктов и т. п.). В результате многие блюда утратили национальный колорит и вкус, а также национальные названия. Ниже приведены три типичных блюда еврейской кухни – форшмак, цимес, фаршированная щука.

ФОРШМАК

ФОРШМАК – значит «закуска», «еда перед едой», «предвкушение». В еврейской кухне это блюдо стало национальным, хотя первоначально оно было заимствовано из восточнопрусской кухни, где так называлось блюдо из жареной сельди, также подаваемое на закуску. В еврейской кухне форшмак трансформировался в холодную закуску из молотой сельди.

И по композиции, и по технологии приготовления форшмак – типичное блюдо еврейской кухни, употребляемое в ней, кстати, не только как закуска, но и как основное блюдо на завтрак, обычно с отварным картофелем.

2 **сельди**
0,5 батона **белого хлеба, очищенного от корки**
3 **яйца**
4 ст. л. **растительного масла**, лучше **оливкового**
1 крупное **антоновское яблоко**
2 **луковицы**
1 **луковица с зеленым пером**
2 ст. л. **сахарного песка**
1 ч. л. **черного молотого перца**
2 зерна **душистого перца**
2 ст. л. **слабого раствора (3%-ного) винного уксуса**
1–2 ч. л. **горчичного порошка** или 0,5 ст. л. **готовой горчицы**

Сельдь разделать, мякоть вымочить в кипяченой воде или чае с молоком, пропустить через мясорубку, добавить лук, размоченный белый хлеб, яблоко и вновь пропустить через мясорубку. Полученную массу перемешать. Яйца сварить вкрутую, отделить белки от желтков, желтки перетереть с уксусом, белки мелко посечь, соединить с селедочной массой, добавить пряности, остальной уксус, горчицу. Желтки заправить сахаром, перцем, растительным маслом и обмазать этой смесью сформованный в виде прямоугольника или овала форшмак. Посыпать зеленым луком.

ЩУКА ФАРШИРОВАННАЯ

1 крупная **щука** весом 1,5–2 кг
3 **луковицы**
0,25 батона **белого хлеба**
2 **яйца**
2 ч. л. **черного молотого перца**
2 ч. л. **сахарного песка**
1 ч. л. **соли** (для фарша); остальная соль по вкусу
1 крупная **свекла**
1 крупная **морковь**

1. Щуку очистить от чешуи, не потроша, разрезать поперек на крупные куски шириной

4–5 см. Затем очистить от внутренностей и осторожно вырезать мякоть и кости, оставляя нетронутой кожу и слой подкожного мяса не менее 0,5 см, чтобы получились «кольца». Точно так же вычистить голову, чтобы она представляла собой полость.

Хвост оставить целым.

2. Мякоть пропустить через мясорубку вместе с луком, хлебом, крутыми яйцами; к полученной массе добавить соль, сахар, перец и начинить ею «кольца» и голову.

3. Свеклу и морковь нашинковать мелкой тонкой соломкой, лук нарезать полукольцами, положить в сотейник слой овощей, на них вплотную «кольца» нафаршированной щуки, затем снова слой овощной смеси, посолить, поперчить. Оставшийся фарш намазать тонким слоем по верхнему слою овощей, смазать яйцом, поставить на 3–4 мин в открытую горячую духовку (чтобы на яичном слое образовалась легкая корочка), затем залить холодной водой так, чтобы она слегка закрыла овощи, и варить на плите на слабом огне, под крышкой в течение примерно 1 ч.

(В еврейской кухне щуку, да и всякую рыбу, варят очень долго – 1,5–2 ч. В этом нет никакой необходимости. Вполне достаточно 30 мин для щуки и 20 мин для карпа.)

Затем рыбу вынуть, охладить, сформовать из нее «рыбу» на блюде и полить оставшимся от варки загустевшим бульоном, смешанным с хреном.

Фаршированную щуку подать со свекольно-морковным гарниром, в котором она варилась, и с отварным картофелем.

ЦИМЕС-КНЕЙДЛАХ

0,5 кг **моркови**
0,5 стакана **изюма**
5–10 шт. **чернослива**
50–75 г **сливочного масла**
0,5–1 ч. л. **соли**
0,5 ст. л. **сахарного песка**
1 стакан **крутой манной каши**
1 **сырое яйцо**
0,25 ч. л. **молотого перца, душистого** или **черного**

Морковь нарезать мелкими кубиками, слегка обжарить на масле в сотейнике, залить водой так, чтобы она слегка покрыла морковь, и, закрыв крышкой, тушить до полуготовности.

Затем добавить изюм, чернослив, сахар, соль, дать закипеть, положить кнедли (кнейдлах), довести до готовности.

Кнедли сформовать из манной каши, смешанной с сырым яйцом, маслом, перцем, солью (сделать тестообразные шарики величиной с грецкий орех), обвалять их в муке (но можно и не обваливая в муке погрузить в кипящий цимес).

{ ГЛАВА 23 }

ОСНОВНЫЕ МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ, ОБЩИЕ ДЛЯ НАРОДОВ СРЕДНЕЙ АЗИИ, КАЗАХСТАНА, ЗАКАВКАЗЬЯ, БАШКИРИИ, ТАТАРИИ, БУРЯТИИ, КАЛМЫКИИ, ТУВЫ

В КУХНЯХ народов Средней Азии, Казахстана, Закавказья и целого ряда автономных республик широко используются различные изделия из молока и молочные продукты для приготовления супов, мясных и мучных блюд. Эти молочные изделия приготовляют обычно домашним способом и используют их не только как полуфабрикаты, но и как самостоятельные кушанья с хлебом. Большинство из них получается посредством закисания молока, причем приемы закваски у всех тюркоязычных народов сходные.

Таковы катык, тарак, сузьма, курт, айран, каймак. Поскольку приготовление их одинаково у многих народов и поскольку они составляют основу, на которой создаются другие молочные изделия и блюда, целесообразно дать здесь их сводную характеристику и приемы приготовления.

КАТЫК

КАТЫК (узбекск., татарск., башкирск., азербайджанск.), ЧУРГОТ (тадж.), МАЦУН (армянск.), МАЦОНИ (грузинск.), ЧЕКИЗЕ (туркм.-сарыки), ЕГУРТ (туркм.-иомуды), ГАТЫК (туркм.-теке и мурчали), АЙРАН (казахск., киргизск.).

Катыком называется кислое молоко в большинстве тюркоязычных стран Ближнего и Среднего Востока. От простокваши катык отличается прежде всего тем, что заквашивается не из сырого, а из кипяченого молока и что процесс заквашивания происходит при определенных условиях.

Во-первых, молоко не просто предварительно кипятят, а вытапливают на медленном огне при помешивании или в глиняной посуде в духовке так, чтобы оно при этом не закипало, а нагревалось до 90 °С, теряя от 15 до 30% воды. Это создает более плотную консистенцию у катыка по сравнению с русской простоквашей, а также ведет к почти полному отсутствию отстоя в виде сыворотки при скисании (если сыворотка и появляется в небольшом количестве, то только сверху, а не снизу массы катыка).

Во-вторых, для равномерного закисания, а главное, во избежание побочных процессов – прогоркания, преждевременного створаживания и т. п. – молоко после кипячения процеживают через легкую хлопчатобумажную ткань или через марлю, сложенную вдвоевчетверо. После процеживания в марле остается упругий сгусток сладковатого вкуса.

В-третьих, *температура молока*, при которой заквашивается катык, не должна превышать 40 °С. Оптимальная температура роста кисломолочных палочек катыка в молоке – от 30 до 40 °С.

В-четвертых, закваской для катыка служит катык предыдущего дня из расчета 100 г на 1 л молока (причем чем старее грибки катыка, тем он крепче, плотнее, т. е. качество его лучше). Предварительно закваску хорошо размешивают в отдельной посуде, затем вливают в теплое молоко, тщательно и равномерно раз-

мешивают в нем, после чего посуду (эмалированную, фарфоровую, керамическую, стеклянную, но только не металлическую) закрывают блюдцем, тщательно закутывают во что-нибудь теплое (в это время надо стараться не встряхнуть молоко) и ставят в теплой комнате на 8–10 ч, после чего выносят в прохладное помещение для уплотнения сгустка и предотвращения перекисания.

В случае отсутствия катыка для первоначальной закваски можно использовать простоквашу, получаемую из сырого молока следующим образом: в свежее молоко, лучше всего парное, кладут сметану (100–150 г на 1 л молока) и ставят на сутки в теплое место открытым. 100 г из полученной простокваши достаточно для закваски 1 л катыка.

Катык, полученный во второй-третий раз, примет характерный для него вид, консистенцию и вкус. Хороший катык имеет плотную, однородную, без крупинок, консистенцию, приятный освежающий вкус.

В Татарии и Башкирии катык нередко приготовляют со свеклой или вишнями. Для этого свеклу варят или пекут в кожуре, затем очищают, мелко нарезают соломкой и кладут в еще совсем горячее молоко до заквашивания катыка. У вишни просто удаляют косточки и разминают мякоть толкушкой.

На 1 л молока берут половину небольшой свеклы или 2–3 вишни.

Катык (мацун) служит полуфабрикатом для приготовления других молочных изделий – сузьмы, курта, айрана, чивота, пишлока, а также приправой в различные супы и вторые блюда.

ТАРАК

ТАРАК (бурятск.), **ЧЕГЕНЬ** (алтайск.), **ХОЙТПАК**, **ТАРЫК** (тувинск.), **ТАРГ** (калмыцк.).

Тарак – основное кисломолочное изделие монгольского направления в кулинарии. Тарак близок к катыку (йогурту), но в его создании принимает участие не болгарская палочка, а швейцарская (Lactobakerium helveticim), развивающаяся в условиях разреженного высокогорья Алтая, Саян, Прибайкалья и в сухих степях Западного Прикаспия. Кроме указанного, есть еще и другие отличия тарака от катыка.

Во-первых, тарак обычно делают не из одного какого-либо вида молока, а из смеси овечьего, козьего и коровьего молока, иногда с примесью молока верблюдиц или ячих (в Туве). Такое смешение первоначально было обусловлено тем, что скот в условиях высокогорья и экстенсивного животноводства давал крайне небольшие удои и для производства тарака на большую семью требовалось собирать все имевшиеся в хозяйстве виды молока. Впоследствии было замечено, что такая молочная смесь дает тарак лучшего качества, чем молоко одного какого-либо вида.

Во-вторых, молоко для тарака никогда не кипятят, как для катыка, а лишь согревают, не доводя до кипения. Затем его остужают до плюс 23 °С и вносят закваску.

В-третьих, после закваски тарак закрывают как можно плотнее (герметично). Обычно тарак в условиях национального быта (в полевых условиях) приготовляют просто: в емкость (бочку или кожаное ведро) со старым тараком или его остатками вливают (или доливают частично) теплое, согретое молоко, которое через 3–4 ч полностью заквашивается, после перемешивания оно превращается в тарак, одинаковый по вкусу с закваской. В городских или сельских условиях тувинцы, буряты, калмыки и шорцы приготовляют тарак по тюркскому способу, как и катык, т. е. добавляют в согретое молоко закваску, а не льют молоко на закваску. Соотношение закваски и молока, как и для катыка, 100 г на 1 л, а иногда чуть больше – 150 г закваски (старого тарака) на 1 л молока.

Кроме старого тарака (суточного), в качестве первичной закваски употребляют свежую заболонь (внутреннюю часть коры) молодого тальника; пророщенную в небольшом мешочке в тепле и темноте пшеницу; корку свежепеченого ржаного хлеба; серебряные предметы; кусочек кирпичного зеленого (калмыцкого) чая.

Техника приготовления заквасок проста: заболонь и хлеб растирают в небольшом количестве теплого молока, затем эту смесь вливают в заквашиваемое молоко и размешивают. Так же поступают и с пророщенной пшеницей. Кирпичный чай кладут кусочком, серебряные предметы чаще с нерастертой корочкой ржаного хлеба.

После приготовления тарака на новой закваске надо дважды повторить заквашивание, чтобы тарак выровнялся. Первые две партии тарака будут слегка горчить.

В отличие от катыка тарак не дает такого же плотного сгустка абсолютно без сыворотки, поэтому сыворотку тарака либо частично сцеживают, чтобы полу-

чить большую плотность тарака, либо размешивают готовый тарак, так что он становится по консистенции чуть жиже кефира. Такой тарак в отличие от тарака сгустком и сцеженного называют по-тувински тарык, а не хойтпак. Отличия в названиях тарака разной консистенции есть и у других народов. Это обстоятельство иногда вызывает недоразумение, и тот, кто не знает технологии приготовления тарака, принимает хойтпак и тарык за два разных вида кисломолочных продуктов.

СУЗЬМА

СУЗЬМА (татарск., узбекск.), ЧАККА (тадж.), СУЗМЕ (туркм.).

Сузьма – это более концентрированный катык, к тому же подсоленный. Ее приготовляют отцеживанием катыка в специально для этой цели предназначенном мешочке, сшитом из легкой белой хлопчатобумажной ткани (ситца, бязи, кисеи) или из многослойной марли. Для получения сузьмы катык заправляют солью из расчета 1 ч. ложка соли на 1 л катыка, сливают в мешочек и отцеживают в холодном месте в подвешенном состоянии в течение 24–30 ч. Подсаливают сузьму только на юге – для лучшей сохранности.

В Татарии сузьму отцеживают в мешочках из двухслойной марли в течение 4 ч, но такая скороспелая сузьма менее вкусна.

Употребляют сузьму так же, как и катык, но чаще для приготовления холодных и горячих супов с зеленью (в Азербайджане – для довги, в Таджикистане – для чакки по-таджикски и для голоба). Сузьму едят и просто с хлебом, а также делают из нее курт.

КУРТ

КУРТ (узбекск.), КУРУТ (тадж.), КОРТ (татарск.), АК ГУРТ (туркм.).

Способ приготовления курта прост.

Сузьму (1 кг), соль (1 ст. ложка), красный молотый перец (1 ч. ложка) размешивают в однородную массу, формуют из нее шарики величиной с грецкий орех и раскладывают, накрыв марлей, на солнце. Через три дня курт готов. Его можно хранить в мешочке из редкого полотна до 1 месяца в сухом проветриваемом месте.

Курт используют как закуску, возбуждающую аппетит, для приправы в каши и супы, а также для приготовления куртавы.

Таджикский курут готовят так же, как и узбекский, но только без красного перца. Татарский курт отличается от среднеазиатского принципом приготовления и похож на него только по названию.

АЙРАН

АЙРАН (название одинаково для большинства народов Средней Азии и Закавказья), СУЗМЕ ЧАЛ (туркм.), ШАЛАТ (казахск.), ЧАЛАП (киргизск.).

Айран – летний прохладительный напиток, приготовляемый из катыка или сузьмы, смешанных с холодной кипяченой водой, а лучше всего с родниковой, которую в городских условиях можно заменять минеральной водой с добавлением кусочков льда. Вода может составлять в айране от 30 до 50%. В разных районах придерживаются различных соотношений, однако наилучшим считается все же айран, в котором вода составляет не более 1/3, а лед чуть менее 1/10 катыка.

Вначале в посуде тщательно размешивают катык, а затем постепенно вливают воду, непрерывно помешивая, полученный айран готов к употреблению. Его можно подержать в холодном месте после приготовления не более 1 ч, перед употреблением необходимо взболтать.

Поскольку в разных местах Кавказа и Средней Азии катык и сузьму приготовляют из разных видов молока (коровьего, овечьего, козьего, буйволиного, верблюжьего) и в разных соотношениях смешивают эти продукты с водой, то вкус и консистенция айрана у разных народов несколько различны. Айран из сузьмы, особенно если она не перекисла, считается лучшим, он обычно приятнее на вкус и по консистенции.

У туркмен айраном называют смесь пахты, полученной от сбивания масла из катыка, с водой.

КАЙМАК

КАЙМАК – кисломолочное изделие, подобное сметане.

В Татарии и Башкирии каймаком ныне называют обыкновенную сметану, снятую вручную с простокваши через 2–3 дня или отогнанную сепаратором.

В Узбекистане каймак отличается от сметаны. Для его изготовления с цельного молока через 12–15 ч снимают сливки в отдельную посуду, ставят в тень при

температуре 30–35 °С, что возможно, конечно, только в условиях Средней Азии. Сливки накапливаются в эту посуду в течение 2–3 дней, что создает особые условия для брожения – к кислой среде все время добавляется новая, свежая, жирная. Когда сливок будет накоплено достаточно, их взбивают и в течение 1–2 мин держат над огнем, но так, чтобы пламя не касалось посуды, и затем резко охлаждают, ставя в холодную воду или холодильник. Готовый каймак должен быть густым, темно-кремового, чуть желтоватого цвета.

В Таджикистане такой каймак носит название *равгани маскá*, в то время как каймаком там и в Азербайджане называют несколько иное молочное изделие, представляющее собой снятые сливочные пенки.

Готовят каймак по-таджикски и по-азербайджански так: цельное молоко свежего надоя с вечера слегка кипятят 1–2 мин, закрывают крышкой, закутывают полотенцем и ставят в прохладное место, не встряхивая. Утром или через сутки осторожно снимают пенки вместе со сливками в отдельную посуду. Так повторяют 2–3 дня, в продолжение которых пенки хранят в прохладном месте в закрытом виде. В результате получаются густые сливки с разбухшими прослойками пленок, жирные, нежные и очень приятные на вкус. Такой каймак в Таджикистане и Азербайджане употребляют с горячими лепешками.

О НАЦИОНАЛЬНЫХ И РЕГИОНАЛЬНЫХ КУХНЯХ И БЛЮДАХ

ОСНОВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ КИТАЙСКОЙ КУХНИ. СПЕЦИФИКА ЕЕ МЕТОДОВ И ПРИЕМОВ

КИТАЙСКАЯ КУХНЯ – одна из шести самых распространенных кухонь мира. Ею ныне постоянно пользуется свыше 1 миллиарда человек на земном шаре, то есть больше четверти всего человечества.

Помимо китайцев, проживающих в самом Китае, ею пользуется многочисленное китайское население на Тайване, а также десятки миллионов китайцев, эмигрировавших в свое время в страны Юго-Восточной Азии, Австралию, Африку (ЮАР) и США.

За последние десятилетия китайская кухня стала весьма популярной и среди некитайского населения планеты – у европейцев и американцев. Во многих странах Европы, от таких небольших, как Латвия и Финляндия, и кончая Англией и Францией, открыты многочисленные китайские рестораны, никогда не страдающие от отсутствия посетителей. А в США китайская кухня сделала особые успехи – она все время завоевывает себе новых приверженцев среди белых американцев, особенно на тихоокеанском побережье США. Она побеждает и оригинальным вкусом, и относительной дешевизной своих изделий.

Не осталась в стороне от процесса распространения китайской кухни и Россия, но по сравнению с другими странами мы, хоть и являемся основным соседом Китая, тем не менее сильно отстаем. В Москве сейчас полтора десятка ресторанов китайской кухни, почти столько же, сколько и французской. Однако китайские рестораны пока еще во многом непривычны для россиян, имеющих устаревшие и неверные представления о китайской кухне. К тому же многолетнее существование в Москве ресторана «Пекин», где в 60–80-е годы готовили очень плохо, надолго отбило охоту пробовать китайскую еду у тех, кто когда-либо посетил это заведение.

Да и кулинарные книги, издававшиеся в нашей стране о китайской кухне, отнюдь не способствовали ее популяризации, поскольку крайне упрощенно рассказывали об особенностях китайской кулинарии, не умея объяснить ее достоинства квалифицированно, а тем более будучи не в состоянии научить русских людей приготавливать блюда по-китайски.

Чуть ли не со времен Марко Поло в Европе были распространены легенды об экзотических китайских продуктах вроде змей, ласточкина гнезда, акульих плавников и собачьего мяса, что привело только к тому, что в этой необычности европейцы видели всю особенность китайской кулинарии, что, разумеется, было неправильно и крайне примитивно. Особенности китайской кулинарии лежат гораздо глубже, являются неизмеримо более серьезными и сложными, чем видимые на поверхности факты об отдельных, странных для европейцев продуктах.

Особенности китайской кухни коренятся в самой истории Китая, в особенностях многотысячелетней культуры китайского народа, в специфике его психологии, его развития.

Эти особенности состоят не в употреблении в пищу необычных продуктов, что является редким и незначительным явлением, а в особой технологии приготовления всех блюд, в применении особой поварской, кухонной посуды, в особом искусстве управления огнем, в применении особых приемов маринования, вымачивания, обезжиривания или подслащивания

различных продуктов. Приемов и методов, совершенно неизвестных в Европе!

Вот почему, прежде чем приступить к описанию приготовления китайских блюд, необходимо иметь достаточно точное и профессионально верное представление о характере китайской кухни в целом, о сущности ее отличий от всех европейских и азиатских кухонь, а для этого показать, какое место она занимает во всей китайской культуре.

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ КИТАЙСКОЙ КУХНИ И ЕЕ МЕСТО В КИТАЙСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Китайская кухня стала проникать на другие континенты лишь с начала XX века, после поражения Китая в китайско-японской войне и особенно после интервенции европейских держав в Китае для подавления «боксерского» восстания в 1900–1901 годах.

Первоначально китайская кухня доминировала не на суше, а на морях и океанах, особенно на Тихом и Индийском океанах, ибо коками в торговом флоте различных стран плавали чаще всего китайские повара.

И это объяснялось не только достоинствами китайской кухни и искусством китайских поваров, но и такими особенностями китайской кулинарии, как широкое использование продуктов моря, быстрота приготовления, возможность пользоваться исключительно несложным очагом – жаровней, в то время как блюда других кухонь – французской, немецкой, итальянской, русской – нельзя приготовить без плиты и печи.

В начале века славились фешенебельные китайские рестораны в Западной Европе и США, а простые китайские харчевни можно было увидеть почти в любом порту мира. По разным причинам международные связи китайской кухни стали сокращаться после Первой мировой войны, а к началу Второй мировой войны и в последующие годы этот процесс еще более усилился, так что к середине XX века международное распространение китайской кухни временно сократилось, но с 70-х – начала 80-х годов вновь стало стремительно расширяться.

Интересно, что китайские очаги общественного питания, в какой бы стране они ни находились, никогда не оказывали непосредственного влияния на местную кухню. Объяснить это можно в первую очередь специфическими особенностями китайской кухни, сильно отличающейся не только от европейской, но и от таких, к примеру, кухонь, как среднеазиатская, закавказская, африканская.

Ведь хорошо известно, что и в общественное питание, и в нашу современную домашнюю кухню проникли не только многие польские, чешские, болгарские, румынские и немецкие блюда, но и кушанья арабские, кубинские, африканские, индийские, привнесенные, в частности, студенческой молодежью в те страны мира, где довелось им учиться.

С китайскими блюдами этого не произошло, хотя дважды в истории нашей страны – в Гражданскую войну и в 50-е годы – в СССР находились значительные контингенты китайцев – военнослужащих, учащихся, то есть лиц, преимущественно пользующихся услугами столовых. Китайские столовые создавались, существовали, но были изолированы и не вызывали подражания, не вносили свою лепту в распространение китайских блюд за пределами Китая. Причина этого явления, как уже говорилось, в таких специфических особенностях китайской кулинарии, которые необходимо понять и конкретно, практически представить себе у плиты. Например, понять и увидеть, чем приготовление мясного или рыбного блюда китайским поваром будет отличаться от приготовления этих же продуктов в знакомой нам русской кулинарной практике. Без этого нельзя приготовить китайское блюдо. Ибо, даже употребив только чисто китайские продукты, мы будем готовить их технологически по-русски.

Но дело не в продуктах, а в китайских методах, приемах приготовления, формирующих особый «китайский вкус» блюд, которые составлены из абсолютно обычных продуктов: свинины, овощей, грибов, речной рыбы и т. п., то есть в своем пищевом составе абсолютно интернациональных.

Чтобы понять коренное принципиальное отличие китайской кулинарии от европейской, достаточно напомнить следующие исторические факты.

Французское кулинарное искусство стало складываться в классическую французскую кухню в XVII веке и достигло своего завершения в конце XVIII века, после чего лишь все более оттачивалось и совершенствовалось.

Русское кулинарное искусство имело древний период развития, завершившийся в XVII веке, и фактически совершенно заново стало развиваться с середины XVIII века до 80-х годов XIX века, достигнув в конце XIX века наивысшего расцвета.

Таким образом, французское кулинарное искусство сложилось 300 лет тому назад, а русское – 100 лет тому назад.

Китайское же кулинарное искусство сложилось, как минимум, 3000 лет тому назад, а то и более, и с тех пор фактически весьма мало изменилось.

Следовательно, китайское кулинарное искусство чрезвычайно архаично.

Приведем еще один пример. Американская кулинария, факт существования которой многие историки и этнографы вообще отрицают, но которая как особая область американской материальной массовой культуры все же существует, начала складываться в 20–30-х годах нашего века и достигла кульминации в 60-х годах как кухня преимущественного применения консервов, полуфабрикатов и сублимированных продуктов. В этом своем виде американская кухня стала оказывать влияние на всю мировую кулинарию. Почему? Да не потому, что она вкусная, вовсе нет, а потому, что она самая близкая нашему времени, самая приспособленная к темпам и запросам современных людей. Она близка современному человеку не по вкусу, а по духу, по психологии: она быстра, динамична, непретенциозна, даже примитивна, не доставляет хлопот.

Таким образом, мы видим, что, чем ближе по времени формирования к нашему веку та или иная национальная кухня, тем она кажется ближе и приемлемее по своей технологии для современного человека независимо от ее национальных и исторических особенностей и вкуса.

Китайская же кухня чрезвычайно древняя, чрезвычайно архаичная, во многом чуждая современному человеку, многое в ней его отпугивает уже одной своей необычностью, сложностью, непохожестью на то, к чему он привык. А ее приемы, требующие больших затрат времени и труда, кажутся излишними, как и все вообще китайские церемонии. Таково одно из следствий архаичности.

Но древность, архаичность китайской кухни имеет и другую сторону. Если у всех народов поваренное искусство имеет свою историю и включает довольно длительный исторический опыт, то опыт китайской кухни колоссален и имеет исключительно древние корни, причем он почти не обновлялся за последние 100–150 лет. Наоборот, то, что сложилось, то, что достигнуто, закрепляется и становится как бы кулинарным законом, кулинарной аксиомой, разъяснять которую никто не возьмется. Так принято делать – вот и все. Такое положение предполагает зазубривание правил. А современный человек этого не любит. Однако только тот, кто знает эти законы, кто строго придерживается их, может приготовить блюда действительно по-китайски, так, чтобы они имели истинный национальный вкус и колорит. Иначе выйдут блюда не китайские, а лишь с китайским составом продуктов, но без китайского аромата и вкуса. Или даже вовсе европейские, ибо в большинстве случаев китайцы употребляют те же продукты, что и европейцы: свинину, курицу, грибы, овощи (капусту, морковь, редьку, репу, лук, редис, шпинат), растительное масло, рыбу, рис, пшеничную муку, сахар. Это самые излюбленные продукты китайской кухни. Почти на 90% китайская кулинарная экзотика заключается не в составе продуктов (трепанги, каракатицы, бамбук), а в особенностях приготовления обычных продуктов. Эти особенности мы подробно рассмотрим дальше, здесь же продолжим перечисление основных специфических черт китайской кулинарии в целом.

Второй, после архаичности, характерной особенностью китайской кухни является то, что она занимает одно из решающих мест не только в материальной культуре китайцев, но и вообще в истории культуры китайского народа. Если в повседневной жизни и в мышлении современного европейца вопросы кухни находятся, во всяком случае, не на переднем плане, то у китайца, кем бы он ни был, вопросы кулинарной культуры не сводятся просто к еде, а занимают доминирующее положение во всем его жизненном укладе как один из краеугольных камней материальной культуры.

Традиции китайской домашней культуры глубоки и неискоренимы. Чтобы понять, почему китайская кулинарная культура вошла в плоть и кровь китайского народа и тесно связана в его представлениях со всем комплексом китайских национальных традиций и мышления, отвлечемся на миг от кулинарии и вспомним одну из поразительных и своеобразных черт развития китайской культуры вообще.

Хорошо известно, что в Китае были сделаны многие изобретения и открытия задолго до того, как они впоследствии вновь были изобретены в Европе независимо от китайцев, но с использованием их идей.

Какие же это были изобретения, что они собой представляли и было ли у них что-либо общее, характерное для всех? Приглядитесь внимательно к таблице этих изобретений и открытий.

Изобретения, открытия	В Китае (годы)	В Европе (годы, страна)
Употребление чая	2700 г. до н. э.	1590 г., Португалия; 1638 г., Россия
Шелк, открытие пряжи и применение	2000 г. до н. э.	1520 г., Франция
Зонтик	1200 г. до н. э.	1640 г., Франция
Компас, магнитная стрелка	1120 г. до н. э.	1320 г., Италия
Бумага писчая	123 г. до н. э.	1227 г., Франция; 1390 г., Германия
Фарфор	108 г. до н. э.	1695 г., Франция
Порох	80 г.	1250 г., Англия; 1320 г., Германия, Швеция
Инструменты для резьбы по дереву	593 г.	1384 г., Германия

Бросается в глаза, что все они касаются либо открытия материалов (бумага, шелк, фарфор), либо самых простейших приборов, не содержащих в себе и не требующих для своего изготовления механизмов (зонтик, веер, компас), то есть вообще всего того, что связано с кропотливой ручной работой и требует не механико-технического, а скорее гуманитарного и ассоциативно-аналитического мышления. Примечательно, что *в Китае никогда не было изобретено ни одной машины, ни одного станка или аппарата.* Все они были сделаны в Европе: от манометра (1661) до космического корабля (1961).

В то же время все или почти *все изобретения, требующие длительного ручного труда, искусства* в отборе материалов, компонентов, усовершенствования в многочисленных опытах, экспериментах и отработке, то есть все, что нуждалось в долголетнем терпеливом наблюдении или в накоплении огромного эмпирического материала и в его последующем досконально анализе, было *сделано в Китае.*

Иными словами, там, где нужны были терпение, адский труд, тонкая, искусная, почти ювелирная ручная работа и при этом подлинный композиционный талант, китайцы оказывались на высоте положения – такие задачи они решали лучше других и выполняли работы на высоком уровне.

Характерно, однако, что, опередив европейцев в этой области, китайцы уже в XVII–XVIII столетиях стали постепенно отставать от европейцев в общем техническом развитии, а в XIX веке оказались в области техники среди слаборазвитых стран. Достаточно сказать, что в Тибете, например, и в других отдаленных районах Китая еще в начале XX века не знали простого круглого колеса! Колесо было многоугольное, точнее, 24-угольное, сколоченное из отдельных кусков. Но круглого не было.

В свете этих фактов из истории культуры Китая легче понять и особенности китайской кухни, и ее положение, ее место в общей культуре китайского народа. *Кулинария как ремесло и искусство исключительно ручное и требующее композиционного мышления хорошо вписалась в общую традиционную схему китайской культуры и заняла в ней почетное место.* Ибо занятие тщательным приготовлением пищи, выдумывание пищевых композиций и их искусное осуществление – это занятие как нельзя более китайское по своему духу, по своей направленности.

Китайская кухня, как уже было сказано выше, сложилась в основных своих чертах за 3–2,5 тысячи лет до нашей эры, то есть примерно 5 тысяч лет тому назад. Как типично ручное мастерство, кулинарное искусство в Китае развивалось по генеральной китайской национальной линии: исключительная тщательность и аккуратность в операциях, почти ювелирная точность в обработке сырья, только ручная обработка, никаких механизмов, облегчающих труд, работа, не зависимая от затрат времени и сил, ибо труд в Китае всегда был дешев, а сил, то есть людей, всегда было достаточно, да и времени было немало: старт китайской истории был дан почти за 6 тысячелетий до европейской, и китайцам некуда было спешить. Китайская история развивалась медленно, неспешно и изолированно от всего мира, китайцы как бы были убаюканы собственными достижениями.

И хотя с тех пор прошло шесть тысяч лет, но *основные факторы,* обусловившие одну из главных особен-

ностей китайской кухни – кропотливую ручную обработку пищевого сырья, – *остались и по сей день:* многолюдность Китая (свыше 1 млрд чел.), наличие большого количества свободных рук по сравнению с гораздо меньшим количеством пищевого сырья. Китайцы никогда в своей массе не ели досыта, и потому их кулинария ориентирована на экономное приготовление. Но это не значит, что китайцы не являются большими любителями поесть и ценителями хорошей кухни. Наоборот, они весьма ценят вкусную пищу, но очень экономно относятся к пищевому сырью, веря, что *нет плохих продуктов, а могут быть лишь плохие повара.*

Таким образом, китайская кулинария за всю свою историю почти не менялась: ее принципы, ее древние методы сохранились до наших дней. Более того, она, как сугубо немеханическое ремесло, хорошо отвечает способностям, склонностям и возможностям китайцев и является для них, что называется, родной стихией. Нет такого китайца или китаянки, которые бы не умели и не любили готовить. Китайцы всегда готовят с любовью, с воодушевлением, нисколько не сетуя на трудности и нисколько не пытаясь механически убыстрить процессы, сделать кое-как, лишь бы быстрее. Вместе с тем китайские кулинары работают вручную виртуозно и быстро, как фокусники или жонглеры.

Все это надо иметь в виду каждому, кто хочет попробовать себя в китайской кулинарии. Нерадивому или нетерпеливому человеку она не дается. И непривыкшему к кропотливой работе лучше за нее не браться – у него вряд ли получатся китайские блюда.

Ниже мы подробнее расскажем, в чем конкретно проявляются особенности крайне тщательной, трудоемкой обработки сырых продуктов в китайской кухне, а пока остановимся еще на одной, третьей, характерной черте китайской кухни – на ее разделении на парадную и повседневную, на кухню мандаринскую и на кухню простого народа.

Как известно, у всех народов во всех досоциалистических общественных формациях национальная кухня разделялась на кухню господствующих классов и простонародья. Но в Китае эти различия были особенно резкими, особенно контрастными. Между парадным, мандаринским, а тем более императорским, столом и столом простых подданных богдыхана существовала буквально пропасть. Если в других странах стол знати отличался в основном количеством и качеством продуктов и в очень слабой степени их составом, который был единым для всей нации, то в Китае главные отличия мандаринского стола от обычного коренились именно в составе продуктов и еще усугублялись, дополнялись различиями в технологии приготовления и особенно в композиции блюд.

Веками и даже тысячелетиями народ не видел и даже не знал о существовании многих продуктов, которые были предназначены для стола мандаринов. Но и мандарины 2-й степени не имели права есть некоторые блюда и продукты, предназначенные для стола императора. Так обстояло дело, например, с одним из сортов желтого чая, который подавался только для богдыхана. Такие продукты, как ласточкино гнездо, акульи плавники, золотые рыбки, гигантские жемчужные карпы (дорады), морские гребешки, крабы, голотурии, вяленая медуза, каракатицы, цесарки, фазаны, семена лотоса и личи, корни таро и ямса, маринованные утиные языки и яйца, маринованный корень фошоу, утки, кормленные только пшеницей с имбирной мукой, варенье из апельсинов и калгана, кунжутная халва, ананасы, пальмовый сок, персимоны, сладкие вяленые листья хризантем (иланг-иланг), засахаренные плоды померанца и другие подобные этим экзотические продукты, которые в Европе считаются специфически китайскими, доступны были всегда лишь китайской знати. Массы оставались весьма далекими от этой экзотики, фантастичной для них так же, как и для европейцев. Народ питался весьма умеренно, довольствуясь миской чумизы или гаоляна, иногда бататом, горстью риса или соевых бобов, тертой редькой с хлопковым маслом, черемшой, сушеной рыбой и несколькими чашками зеленого чая или простой кипяченой водой с бадьяном. Трепанги, бамбуковые ростки, свинину, а тем более утку можно было позволить себе лишь по большим праздникам, равно как черный и красный чай, и то дешевых сортов. Единственную роскошь, доступную всем, представлял красный перец, да и то в северных районах Китая.

Вплоть до наших дней парадный стол в Китае существует отдельно от народного. Правда, ныне он используется в основном для дипломатических приемов, для банкетов, для угощения зарубежных делегаций или по большим праздникам в домашнем обиходе. Но факт, что парадный стол все же существует как особый, отличный от обычного китайского стола. Более того,



парадный стол превращается в показательный общенациональный единый всекитайский стол с общим экзотическим составом продуктов и единым экзотическим меню от 50 до 100 блюд.

Обычный стол – это повседневный, строго разделяемый на полтора десятка простых региональных кухонь (по числу основных кулинарных провинций Китая). Он подразумевает ограниченный набор продуктов и блюд, характерных только для каждой отдельной провинции. Так, если на севере едят сою и гаолян, то в Сычуани – рис, в Хунани – батат, в Синьцзяне – лапшу как основную пищу. И приправляют ее в каждой провинции на свой лад: на севере – соевым соусом, на юге – душистым перцем хуацзе, в Хунани – жгучим красным перцем, а в Синьцзяне – маринованным луком и черемшой.

Вот что сообщает в своей книге «Особый район Китая» П. П. Владимиров: «Харчи кадровых фронтовых частей 8-й НРА – чумиза на воде два раза в сутки… В пещерах нет мышей – давно съели». Это не преувеличение и в то же время вовсе не чрезвычайная ситуация. Надо сказать, что в Китае едят не только мышей, но и тарбаганов (степных грызунов), лягушек, змей, ежей (в вареном, соленом и сушеном виде) и особенно – собак. Мясо всех этих животных, не пригодных в пищу при обычном приготовлении, в китайской кухне предварительно подвергается вымачиванию, обработке селитрой, содой, солью, поташом, маринуется в уксусе и горячей рисовой водке – маотае, сдабривается пряностями и острыми приправами, так что в конце концов вредные вещества и неприятный запах этих видов мяса ликвидируются. Бывали случаи, когда европейцы ели собачье мясо, не подозревая об этом, так как принимали его за свинину.

А вот как тот же автор описывает парадный обед в тех же самых частях 8-й НРА и в те же годы: «Невозможно перечислить семьдесят блюд, предложенных гостям. В изобилии закуски. Подавали винегреты, салаты, капусту, маринованные тушки уток, мясо в различных соусах, лакомства из морских водорослей. Затем разносили различные ароматные супы, трепангов, которых торжественно и осторожно накладывали на тарелки и вкушали стоя. Угощали излюбленным парадным китайским блюдом – курицей в сахаре. Потом предложили всевозможные каши, сваренные на пару и в воде, без соли, пампушки из пшеничной муки – очень пышные, жирную свинину в сахарной пудре и многое другое».

Даже это беглое, далеко не полное и терминологически не всегда верное описание, сделанное человеком, далеким от кулинарии и называющим большинство оригинальных китайских блюд по-русски (каши, пампушки, винегрет, салат), все же показывает, что китайский парадный обед отличается не только обилием, но и тем, что обязательно содержит необычные для повседневного стола блюда – необычные не только по составу, по продуктам, но и по их сочетанию (свинина в сахаре, курица в сахаре).

Для парадной китайской кухни характерны сочетания мяса с сахаром и фруктами, водорослей – с орехами, цветочных лепестков – с жгучим перцем и пресной лапшой, морских членистоногих и мягкотелых – креветок, каракатиц, ежей – с уксусом или пряностями кисло-сладкой гаммы. Эти сочетания не только необычны по вкусу, но еще более необычны по аромату.

Надо сказать, что при всей необычности сочетаний продуктов в китайской парадной кулинарии эти сочетания таковы, что они никогда не отталкивают по вкусу и аромату даже новичка и всегда настолько точно выверены с физиологической точки зрения, что не только не вредят здоровью, но и укрепляют его.

При этом имеется в виду, конечно, то важнейшее правило хорошей кухни, что употребляемые продукты должны отличаться исключительной свежестью. Кроме того, в классической китайской кухне продукты, имеющие сильный, специфический естественный аромат, никогда не смешивают с другими, а используют исключительно в чистом виде с нейтральными по вкусу овощами или мучными изделиями. Такое правило относится, например, к баранине, но не относится к свинине, которую разрешается смешивать с любой, даже самой неожиданной добавкой (сахаром, рыбой, фруктами), поскольку она нейтральна по запаху и вкусу. Точно так же любые добавки допустимы к куриному белому мясу, но не к утке, не к конине. Если это правило нарушается, если по незнанию смешивают продукты хаотически, не по правилам, то такое смешивание, естественно, отталкивает. Но с хорошей, классической китайской кухней оно не имеет ничего общего.

Применение контрастных продуктов в китайской кухне, следовательно, вовсе не произвольное, не случайное, а строго и основательно выверенное. И там, где оно выдерживается, никакого нарушения общей

вкусовой гаммы и тем более пищеварения не происходит, каким бы несуразным на первый взгляд такое сочетание ни казалось.

Одна из самых примечательных черт строгого деления китайской кухни на повседневную и парадную заключается в том, что *блюда повседневной кухни*, как бы они ни были вкусны, любимы и желанны для тех или иных лиц, *не могут быть употреблены за торжественным, парадным*, праздничным или гостевым *столом*, особенно во время официальных приемов, будь то государственные или частные. Разумеется, действует и обратное правило – запрет на употребление парадных блюд за обычным, повседневным столом, но это как бы само собой разумеющееся и вполне понятное правило, учитывая высокую стоимость пищевого сырья парадного стола или его необычность и, следовательно, усложненную кулинарную обработку.

Запрет на употребление обычных блюд за парадным столом – особенно в XX веке, да еще в современном социалистическом Китае (этот запрет сохранялся всегда, даже когда Красная Армия Китая терпела поражение и была вынуждена вести борьбу в глухих районах, причем даже в условиях голода) – необычен даже с точки зрения европейцев, причем таких, которые с удовольствием бы отведали вкусные китайские повседневные блюда, но в силу своего высокого официального положения и как гости не имеют возможности этого сделать и *обязаны есть блюда в соответствии со своей должностью*.

Сословная элитарность китайской кухни, таким образом, – редчайший кулинарный факт, свидетельствующий об архаичных пищевых законах Китая, дошедших почти в течение пяти тысячелетий до наших дней не в качестве каких-то отрывочных, отдельных правил, а в виде цельной, строго разработанной системы, причем приспособленной к сегодняшнему дню.

Вот как описывает практическое осуществление этой системы подбора блюд в зависимости от ранга участников обеда и гостей жена посла ФРГ в Китае в 70–80-х годах Эрика Шедель:

«Лао Хуа – мастер своего дела, более того – художник, и он совершенно не позволяет никому – даже мне – делать какие-либо замечания и вообще допускать непрофессиональные высказывания о своем ремесле.

Когда мы вместе с ним планируем устройство банкета, то есть официального или торжественного приема гостей в посольстве, он прежде всего спрашивает, кто будет главным гостем на этом приеме – министр, вице-министр, знаменитый актер или писатель или, быть может, «только» какой-нибудь директор, продюсер или начальник отдела в министерстве? Ибо порядок подачи блюд и, конечно, сами блюда необходимо подбирать в строгой зависимости от ранга гостей, прежде всего – главного гостя, определяющего уровень банкета!

Если гость чрезвычайно важен и имеет ранг премьера или президента страны, то необходимо делать очень сложные блюда, и в таких случаях Лао Хуа приходится брать поваров-помощников.

После семи холодных изысканных закусок, которые к началу трапезы уже стоят на подвижном подносе и с которых каждый гость с помощью специальной указки может попросить своего соседа по столу, крайне вежливо и строго по рангу, передать, пододвинуть или положить кусочек блюда на его тарелку, следует, разумеется, после обязательных застольных речей хозяина и главного гостя, главнейшее, ценнейшее, сложнейшее блюдо всего банкета.

Ценнейшее – не значит обязательно самое дорогое по стоимости, но самое вкусное, самое приятное и самое полезное для здоровья высокочтимого гостя в пожилом возрасте. А таким полезным считаются в Китае акульи плавники, которые в соответствии с достоинством и рангом гостя могут быть «увеличены», «продолжены», «удлинены» с помощью лент из куриного мяса. За этим блюдом следуют обязательно черные «морские огурцы», абалоны, лангусты, утка по-пекински, одна большая, целозапеченная морская рыба, тушенная в масле, и, наконец, овощное самостоятельное блюдо. Все это, кроме того, с различными сладкими и кислыми «дополнениями» в виде гарнира и заедок.

По окончании всех этих «соленых», то есть требующих соли, а не сладких блюд, подается «суп для усвоения твердой еды» – куриный бульон с рыбным филе и с кабачками или огурцами – строго по сезону и в чашках, изготовленных из свежевареных тыкв.

Как «десерт» следуют затем «серебряные уши», то есть белые грибы – вешенки, сваренные в карамельном сиропе, или «миндальный чай» – горячий суп из миндаля, а в заключение – свежие фрукты.

В этом благородном меню из ценных по китайским меркам и сложно приготовленных блюд я никогда не могла увидеть тех яств, которые мне лично очень

нравились в китайской кухне и которые я считала очень вкусными и своими любимыми, но которые я никак не могла уговорить Лао Хуа приготовить для моих гостей.

– Нет, – холодно сказал он мне, – это блюда для простых людей, обычные блюда – они недопустимы в парадной кухне, невозможны для высоких гостей.

Что же это были за «запретные блюда»?

Во-первых, прекрасные, вкуснейшие китайские пельмени – «жиаоци», любимое блюдо всех детей. Во-вторых, сочный ароматный шницель из говядины с ростками соевых бобов и луком. Недозволенными для парадного стола, как слишком простое блюдо, оказалась и прозрачная китайская лапша с китайской капустой и сушеными цветами лилии. Такие «грубые» блюда не подходят к официальному, банкетному столу, считают китайцы.

И только тогда, когда мы в посольстве остаемся совсем одни, с прислугой и младшим персоналом, Лао Хуа весьма неохотно, и лишь из уважения к моим настойчивым просьбам, разрешает и как бы снисходительно соглашается приготовить мои самые любимые блюда: салат из свежих огурцов с кунжутной пастой и чесноком, «лаобин» – поджаренные блинчики китайской кухни, свиную отбивную с арахисовым соусом и красным перцем, кисло-сладкое рыбное филе и, конечно, «Восемь сокровищ» – рисовый пудинг, а также чашку моего любимого риса на пару, чему он особенно противится, ибо считает такую еду ну совершенно плебейской!»

Итак, мы перечислили три основные особенности китайской кухни – это ее архаичность, ее чрезвычайно важное место во всей китайской культуре и быте, ее резкое разделение на парадный и повседневный стол, каждый со своими канонами, что создает как бы две разные кухни, два разных меню у одного и того же народа.

К этому следует добавить еще одну общую для всей китайской кухни особенность, касающуюся, впрочем, не столько самой кухни, сколько консистенции приготовляемой пищи. Китайские кулинары, которые часто по совместительству оказываются врачами или аптекарями (эти три специальности – врач, фармацевт и повар – в Китае не имеют такого резкого различия, как в Европе, они не только совмещаются, но и переходят одна в другую), считают, что пища должна быть преимущественно жидкой, полужидкой и мягкой и лишь на четверть или даже на пятую часть – твердой. Отсюда меню каждого обеда, каждого приема пищи составляется так, чтобы в нем выдерживалось соотношение блюд по их консистенции. Это значит, что в обеде из пяти блюд одно должно быть бульоном, то есть полностью жидким, другое – иметь характер супа с овощами или крупой, то есть полужидким, а третье – похожим на кашу, мусс-пюре или омлет, то есть мягким, и лишь четвертое и даже пятое может быть твердым, то есть представлять собой лепешки, хлеб, кусочек жареного мяса, рыбы или же быть салатом из сырых или жареных овощей.

Это правило о соотношении консистенции блюд помогает выдерживать общий характер китайского меню и в то же время весьма свободно подбирать в рамках указанного канона любые и, в сущности, самые разные блюда.

Теперь, после этих общих замечаний о китайской кухне, которые дали читателю представление о ее специфике и положении в мировой кулинарии, мы обратимся к тем конкретным приемам и методам приготовления пищи, которые составляют характерную особенность китайской кухни.

МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ КИТАЙСКОЙ КУХНИ

Самым характерным приемом китайской кулинарии является тщательность подготовки сырого продукта до его тепловой обработки.

В китайской кухне существует правило, согласно которому на предварительную и холодную обработку продукта отводится 60–75% времени приготовления блюда, а на тепловую (будь то варка, жарение, тушение) – только 25–35% времени, в отличие, например, от европейской кухни, где соотношение между этими двумя процессами обратное. По тому же правилу около 5–10% времени отводится на украшение, сервировку и все то, что касается внешнего вида блюд, которому китайские кулинары тоже придают большое значение.

Итак, обработка до огня и без огня – главный, основной, даже решающий метод приготовления. Что же означает холодная и предварительная обработка продуктов по-китайски, какие обязательные стадии включает эта обработка?

На первый взгляд, казалось бы, ничего особенного в обработке продуктов по-китайски нет. Это просто

тщательность, аккуратность, доведенные до предела. Однако эта аккуратность не стихийна, она подчинена определенным требованиям, главные из которых следующие.

Первое и основное требование – аккуратнейшая очистка продукта, включающая *снятие внешних грубых покрытий, оболочек* (кожи, шкуры, чешуи, пленок, кожуры, перьев, щетины, ости, пеньков и т. д.), *очищение* его *от грязи* и *отсечение* всех *поврежденных, испорченных частей,* в том числе их механическая обрезка, соскабливание, вырезывание и даже высверливание (в случае поражения корнеплода червоточиной). Проиллюстрировать специфику особо тщательной обработки можно на таком примере: у всех народов, как правило, принято опаливать домашнюю птицу, у китайцев – выщипывать пеньки (остатки от перьев) при помощи особых пинцетов.

Второе обязательное требование – мытье полученного полуфабриката, который отмывают не только *от внешнего загрязнения,* но и от *запаха.* Китайцы толкуют понятие «мытье» чрезвычайно широко. Это не просто обычное споласкивание водой, к которому привыкли мы, но и специальные виды мытья – в подсоленной воде, в содовой воде, в горячей воде, в воде с поташом, в воде с измельченным углем, в слабом растворе алкоголя или кислоты, в молоке, в растительном масле и т. д. Кроме того, к мытью в китайской кухне относится и *освобождение продуктов* (мясных, рыбных, морских) *от крови, лимфы* и различных специфических жидкостей (чернильного мешка каракатицы, мускусной сумки оленя, кабарги).

Третье (самое специфичное) требование обработки – это измельчение продукта и его *карбование* или надсечение и надрезание. Китайская кухня имеет дело почти исключительно с измельченным продуктом, причем измельченным при помощи нарезки и сечения, а не провернутым через мясорубку. Измельчается буквально все: мясо, птица, рыба, овощи, грибы, фрукты, водоросли, морские животные и даже листовые овощи и травы. Предпочтительная форма измельчения – соломка, кубики величиной с горошину, тонкие брусочки и лапшевидные полоски. *Не измельчаются только* (да и то не всегда) *дичь и части домашней птицы* (грудка, ножки, тушка). Иногда, в особо торжественных случаях, фазана, гуся, утку, курицу можно приготовить целиком, но и в этом случае они подвергаются таким дополнительным операциям, которые не применяют в европейской кухне: выем всех костей без повреждения кожи, оболочки, внешнего вида птицы и расплющивание (по типу цыплята табака, но без распластывания, путем вдавливания килевой кости).

Если измельчение не доводят до стадии соломки или горошин, а желают сделать мясо более крупными кусочками, то такие кусочки обязательно глубоко надрезают, с тем чтобы вынуть из них пленки, фасции, сухожилия, протоки, или же мелко-намелко надсекают на поверхности (карбуют), если мясо представляет собой первосортную, мягкую часть вырезки или чистого филе, лишенного фасций. Этот прием китайской кухни заменяет собой отбивание, принятое во французской и армянской кухнях, как основной метод достижения мягкости и нежности пищевого изделия.

Китайская кухня не использует молотков, тяпок, толкушек. Для всех операций необходим только нож, причем нож, с нашей точки зрения, крайне неудобный, так как представляет собой толстый, тяжелый металлический прямоугольник с короткой ручкой, иногда слегка закругленный со стороны лезвия и не имеющий острия. По внешнему виду он похож на тесак для отщипывания щепы от полена, применяемый у нас при колке дров. Но китайские повара действуют этим с виду абсолютно неудобным орудием чрезвычайно ловко, быстро и искусно. По-видимому, при помощи обычного европейского кухонного разделочного ножа приготовить блюда китайской кухни весьма затруднительно. Китайский нож, несмотря на толщину полотна почти в полсантиметра, заточен очень остро со стороны лезвия. Им работают как сечкой, но не на доске, которая бы не выдержала приготовления и одного обеда, а на срезе (в торец) с толстого ствола дерева. Все это надо иметь в виду, прежде чем приниматься за разделку и холодную обработку продуктов по-китайски. *Без соответствующих инструментов приготовить китайское блюдо, конечно, можно, но затраты сил и времени возрастут намного,* а они и так в китайской кухне немалые.

Само собой разумеется, что раз на предварительную обработку и холодную разделку продуктов затрачивается львиная доля времени и сил, то на горячее приготовление остается мало времени и, следовательно, повар должен применить такой метод горячей обработки продукта, который помог бы ему ускорить процесс приготовления пищи. Китайская кухня, идя по такому пути развития, нашла средства убыстрить

стадию горячего приготовления. Вот почему в китайской кухне применяется самый быстрый или самые быстрые способы горячей обработки: обжигание и обжаривание. И то и другое предполагает сильный огонь. Достаточно сказать, что в китайской кухне принято, чтобы высота пламени, вырывающегося через конфорку, достигала 30–40 см. При таком огне обжаривание на сковороде превращается в мгновенную операцию, длящуюся 1–2–2,5 минуты. При этом обжаривание происходит очень часто не в тонком слое масла, а во фритюре, что также сокращает время горячей обработки. Помогает этому и тот факт, что продукт всегда измельчен, поэтому прожаривается почти всегда мгновенно.

Наконец, масло (обычно растительное или свиной нутряной жир) по обычаю всех восточных кухонь предварительно перекаливают и никогда не наливают на сковороду толщиной менее 1 см. При сильном огне все эти условия, вместе взятые, создают на поверхности сковороды температуру, близкую к температуре мгновенного испарения масла, и попавший в эту атмосферу пищевой продукт стремительно охватывается со всех сторон раскаленным масляным облаком и, конечно, моментально прожаривается.

Чтобы предотвратить обугливание и в то же время еще более ускорить в целом процесс жарения, китайские кулинары покрывают измельченный продукт разного рода защитными пищевыми пленками: кляром, яичным белком, желтком, смешанной яичной эмульсией, раствором крахмала или рисовой муки. В целом эти четыре момента – измельченный продукт, сильный огонь, перекаленное масло и применение защитных покрытий – создают вкусовое своеобразие китайских жареных блюд.

Обжаривание всех продуктов для любого блюда китайской кухни ведется, как правило, раздельно. При этом в Китае применяется сковородка особой формы – т. н. *вок*. Так, на одной сковороде обжаривают кусочки мяса, на другой – кусочки моркови или картофеля, на третьей – капусту и т. д.

Бывают, конечно, исключения. Но они касаются буквально двух-трех блюд. Так, вместе с овощами обжаривают только баранину. Китайские кулинары считают раздельное приготовление верхом кулинарной мудрости, потому что при таком методе плюс одинаковых размерах поджариваемых частиц никогда не может быть ни пережаривания, ни недожаривания продуктов. Ибо каждый продукт, каждый овощ, каждый вид рыбы или мяса имеет свои собственные температуру и длительность приготовления; вот почему соединение многих продуктов на одной сковороде или в одной кастрюле означает, что что-то будет поспевать раньше, а что-то будет запаздывать и это в результате отразится на вкусе блюда. При раздельном приготовлении равномерность прожаривания и одновременность готовности всего блюда гарантированы. Во французской кухне избегают ошибок путем разновременной закладки продуктов в суп или в котелок для тушения. Но это стало возможным в полной мере лишь теперь, когда созданы таймеры, предупреждающие повара или хозяйку, что наступило время закладки очередного продукта. Во всех других случаях хорошее приготовление неизбежно требует личного высокого искусства, таланта повара. А такие таланты, как известно, редки. В китайской же кухне с ее методом раздельного приготовления отличных результатов может достичь и человек средних кулинарных способностей, но исключительно добросовестный и точный. Поэтому в Китае кулинарное искусство – удел не только профессионалов, им как обязательной грамотой владеют практически все взрослые люди. Это одна из национальных традиций.

Метод раздельного приготовления вызвал в китайской кухне еще одну специфическую операцию, уже после горячей обработки. Это составление композиции блюда.

В самом деле, когда у вас имеется набор продуктов, каждый из которых готовится раздельно, то из них, как из отдельных «кирпичиков», можно компоновать разные блюда. Во всяком случае, можно составлять самые разнообразные гарниры. Операция эта, конечно, несложна, но все же требует кулинарного и художественного вкуса. На плоскую тарелку или в плоский четырехугольный соусник надо положить понемногу шесть-семь разных готовых (поджаренных) продуктов так, чтобы они гармонировали по вкусу и цвету. При этом ни в коем случае нельзя нагромождать или перемешивать их между собой, как мы порой поступаем с нашими овощными гарнирами. Границы между кучками разных пищевых продуктов на тарелке должны быть видимыми, четкими, не представляя в то же время широкой пустой полосы. Это искусство украшения блюд не с помощью «пищевой архитектуры» и разных «розочек» из продуктов, а посредством их гармонич-

ного цветового расположения в единую композицию китайцы весьма ценят и уделяют ему немалое внимание, считая, что хороший стол должен быть не только вкусным, но и красивым.

Один из характерных и, пожалуй, исключительно национальных приемов китайской кулинарии – это настойчивое, а порой даже навязчивое стремление к маскировке истинного состава и качества продуктов. Так, свинину стремятся почти всегда обработать таким образом, чтобы выдать ее за курятину. Собачье жирное мясо (в Китае разводят специально мясных, съедобных собак) стараются выдавать за свиное. Но это далеко не все: соевой растительной массе стремятся длительной (иногда многолетней!) обработкой придать запах сыра, ветчины, колбасы, яиц, а настоящие свежие яйца – лишить во что бы то ни стало их природного вкуса путем длительного маринования и выдержки в земле в известковых капсулах.

И так буквально на каждом шагу: наросты на деревьях путем особого вымачивания и последующей сушки и ароматизации превращают по вкусу в орехи, а орехи – в студенистую массу затхловатого вкуса, напоминающую медузу. В то же время настоящую живую морскую медузу, несъедобную ни для каких животных из-за ее обжигающего яда, выдерживают по нескольку месяцев в поташе и других составах, а затем сушат и получают съедобную хрустящую соломку. Лепестки желтых больших хризантем сушат, вялят, маринуют, так что в конце концов они становятся похожими по вкусу на сухофрукты. А свежие фрукты солят и квасят в таких невероятных составах, что они в результате напоминают собой грубые овощи. Зачем? – спросит читатель. Такова китайская традиция, родившаяся в глубочайшей древности, когда понятия «искусство кулинара» понимали так же, как «искусство фокусника». Император, богдыхан и мандарины требовали лишь одного доказательства кулинарского таланта: сделать невозможное! Выдать свинью за курицу, кусок дерева – за орех, несъедобную и отвратительную медузу превратить в неузнаваемую хрустящую сухую травку. Такие фокусы, такие чудеса давали право повару занять не просто место на кухне, а стать приближенным «врачевателем» у мандарина 1-й степени (лечить едой считалось важнее, чем лекарствами). Ныне, разумеется, такие фокусы бессмысленны. Но по традиции они все еще сохраняются в арсенале китайской кухни, правда, в основном парадной, а не домашней.

Китайская кулинария обладает и еще одной особенностью – своим пониманием гармонии блюд.

Хорошо известно, что самая гармоничная кухня в Европе – французская. Гармония блюд и гармония меню по-французски состоит в том, что в блюде каждая его часть дополняет другую, а в меню обеда одно блюдо дополняет другое, а не повторяет его по составу продуктов, хотя бы частично. Далее французская гармония блюд требует, чтобы тяжелые для пищеварения блюда чередовались с легкими во время обеда. Так, если суп мясной, то второе должно быть рыбное, а если суп овощной, то второе – мясное и т. д.

Казалось бы, эти разумные принципы могли быть приняты всеми другими кухнями мира. Во всяком случае, для большинства народов дело обстоит именно таким образом, но китайская кухня и в этом вопросе представляет исключение.

Здесь, повторяем, тоже существует гармония, но это не гармония контрастов, а гармония единообразия и монолитности. Так, мягкое подбирается к мягкому, жесткое – к жесткому, упругое – к упругому, взбитое, воздушное – к воздушному. Более того, гармония единообразия распространяется не только на консистенцию блюд, но и на их цвет. Так, светлое подбирают к светлому, темное – к темному, пестрое – к пестрому, яркое – к яркому. Поэтому зажаренное до густо-коричневого цвета мясо будет подано по-китайски только с доведенными до такого же густо-коричневого цвета овощами независимо от того, картофель это, морковь, горох, соевые бобы или что-нибудь другое. Если мясо будет жестким, то таким же будет и гарнир, то есть его постараются специально либо засушить, либо недожарить.

Если, скажем, кондитер-француз, составляя десерт из белоснежного или кремового мороженого, сделает на нем для пикантности темные и яркие вкрапления цукатов, изюма, засахаренных фруктов или ягод варенья сочных красных оттенков – вишневого, смородинового, – считая, что контрастные пятна красивы на светлом фоне и придают блюду привлекательность и вкусовое разнообразие, то кондитер-китаец в таком же случае придаст мороженому дополнения в виде светлого яблочного мусса, светло-желтого лимонного желе и даже молочно-орехового киселя, то есть пищевых изделий столь же мягких по консистенции, как и мороженое, и к тому же почти не отличающихся от него по цвету. Для китайского кулинара здесь важно,

что компонентов вроде бы много, а узнать, распознать их с первого взгляда невозможно – они сливаются по цвету в один фон с основным продуктом. Француз считает, что при виде блюда должен радоваться глаз, давая сигнал для радости желудку. Китаец же считает, что пусть глаз обманывает человека, особенно неискушенного, зато желудок удивится неожиданно, и это будет для него сюрприз. Пища, по представлениям китайцев, – это часть жизненных испытаний, причем серьезная часть. И пусть каждый обед будет испытанием. Если человек не проявит своих эмоций, не удивится открыто, хотя и будет поражен блюдом, – хорошо. Если же выскажет свое удивление – тоже хорошо, но не столько для него, сколько для повара – тот будет знать, что он победил этого человека, заставил его показать, обнаружить свое удивление.

Таким образом, и китайского повара, и китайского потребителя привлекают в блюде маскировка, неожиданность, сюрпризность, привлекают элементы фокусничества, игры. Следовательно, обедая, китаец хочет не только есть, но и мыслить, размышлять. Его привлекает сама возможность распознать, что скрыто под обычной личиной, а не броскость, внешняя эффектность, красивость, привлекательность блюда и пищевого материала, ценимые европейскими и прежде всего французскими кулинарами.

Позиции, как видим, совершенно разные. И они обусловлены различиями в истории китайской и европейской культуры.

Что же касается вкусовых качеств китайских блюд, то из приведенного выше примера с составом мороженого видно, что и такая (китайская) вкусовая гамма приятна (мороженое, яблоки, лимон, орех, молоко) и что она в конце концов нисколько не хуже европейской и столь же сочетаема. Вопрос в том, с каких национальных позиций подходят к композиции кулинарного блюда, какую цель ставят, создавая его, что желают получить? В руках мастера любой национальной кухни любое блюдо любого состава не может оказаться невкусным. Ибо «за спиной» каждой национальной кухни стоит многовековая практика. У китайской же кухни за плечами опыт тысячелетий. И это – одна из гарантий хорошего вкуса китайских блюд.

Наряду с необычными особенностями китайская кухня разделяет и некоторые принципы, ставшие интернациональными в кулинарии. Так, большое значение придают китайские повара и диетологи сезонности питания. Сезонный продукт – всегда самый свежий. Кроме того, он экономичен, его легче приобрести и хранить, а главное – в свой сезон каждый продукт наиболее вкусен. Но и понятие сезонности у китайцев свое, не похожее ни на европейское, ни на русское, ни, скажем, на среднеазиатское. Понятие это связано с различными географическими условиями. Даже в самом Китае есть несколько разных сезонностей, ибо сельскохозяйственный календарь в разных районах Китая различен. Так, на севере, в Маньчжурии, снимают один урожай в год, в Северном Китае (в долине р. Хуанхэ) – три урожая в два года, в Среднем Китае (в долине р. Янцзы) – два урожая в год, в Южном Китае и в Сычуани – три урожая в год, а в провинции Юньнань – четыре урожая в год.

Кроме сезонности питания, определяемой календарем, есть в Китае и сезонность, определяемая древними общекитайскими традициями. Так, по заведенному богдыханами порядку, дары моря – от морской капусты до крабов – едят только летом, в жару, хотя в южных морях их можно ловить круглый год. Баранину едят только холодной зимой, хотя, например, в Синьцзяне и Чахаре, а также Жехэ есть возможность получать этот продукт в течение всего года.

Иногда сезонность регламентируется еще более узко – на один определенный месяц. Так, карпа и золотых рыбок едят только в мае, крабов – только в августе, креветок – только в июле, горячий наваристый мясной бульон с перцем – только в декабре – январе, горчицу – в июне – июле.

Разумеется, об этих особенностях можно знать, даже учитывать их при приготовлении пищи, если, например, угощая китайцев, не хотите нарушить этикет, но серьезно следовать им вовсе не обязательно. Это всего лишь дань исторической традиции, условности.

В заключение остановимся еще на двух приемах, используемых в китайской кухне. Они, в сущности, знакомы и другим кухням мира и могут быть рекомендованы для каждого, кто интересуется поваренным искусством, в его повседневной кулинарной практике, но в китайской кухне они достигли, пожалуй, наивысшего развития.

Один из этих приемов – *вымачивание*, другой – *ароматизация*. Оба приема, хотя и не похожи по технологии друг на друга (и даже противоположны по месту в кулинарном процессе, ибо вымачивают продукты

сырые, а ароматизируют их на завершающей стадии горячего приготовления), в то же время внутренне связаны и направлены, в сущности, к одной цели – сделать еду наиболее приятной на вкус.

Цель и вымачивания, и ароматизации всегда двоякая: либо лишить продукт определенного запаха (неприятного) и превратить его в нейтральный, либо навязать ему определенный запах и придать иной вкус по сравнению с естественным.

В вымачивании на первый план выступает, конечно, первая задача, в ароматизации – вторая. Но каждый прием в отдельности способен решать и ту и другую задачу.

Китайские кулинары ***вымачивают*** не только в воде, но и в рисовой водке (маотае), аптечной водке, в спирте и его растворах, в китайском пиве, в растительных маслах (кунжутном, конопляном, льняном, рапсовом, соевом, хлопковом), в водном растворе меда и в оксимеле (уксусомед), в настое бадьяна, черемши, чеснока и других пряностей, особенно в настое корицы или имбиря. Реже применяются для вымачивания молоко и молочные продукты – сыворотка, пахта, ибо молочный скот имеется только на севере Китая и в Тибете.

Вымачивание может продолжаться от нескольких часов (минимум полусуток) до нескольких недель и даже месяцев.

Понятно, что вымачивание часто радикально изменяет не только запах и вкус продукта, но и его физический и химический состав и тем самым его пищевую ценность. Это дает возможность китайским кулинарам значительно разнообразить вкусовую гамму китайских блюд. Вымачивание чаще всего сопровождается последующим высушиванием или сушкой продукта.

Однако все эти приемы используют обычно для приготовления парадных блюд – именно они дают возможность создавать чудеса превращения продуктов. В повседневной кухне вымачивание применяют, во-первых, реже, во-вторых, кратковременное, с целью только смягчить консистенцию пищевого сырья.

Ароматизация – прием, включающий в Китае не только добавление в блюдо приправ (подливок, заправок, соусов, специальных паст и сгущенных растительных соков), не только сдабривание пищи пряностями, но и ароматизаторами, среди которых большую роль играют корень солодки (лакрица), цветы иланг-иланга, камелии, розы, бергамота и др.

Китай – родина большинства классических пряностей. Наряду с употреблением классических пряностей китайцы уделяют немалое внимание пряным травам и пряным овощам. Такие пряности, как бадьян, корица, все виды перцев (красный, белый, черный, японский), калган, имбирь, все виды цедры (апельсинная, лимонная, померанцевая, мандариновая), а также чеснок, черемша, колба, лук (точнее, все сорта лука) и многие пряные травы (мята, тимьян, иссоп) принадлежат к повседневным ароматизаторам пищи. Особенно любят китайцы приправлять свои блюда соевым соусом, красным перцем и бадьяном. Это самые дешевые в Китае и самые распространенные ароматизаторы пищи.

В качестве приправ используются также ароматизированный уксус и ароматизированная китайская рисовая водка – маотай, добавляемая в пищу всегда в горячем виде. В ряде китайских кулинарных книг, да и в быту, алкоголь называют вином. Речь идет вовсе не о виноградном вине. Под словом «вино», или чаще всего «поварское вино», в китайской поварской терминологии всегда подразумевается рисовая водка, используемая для кулинарных целей,– маотай, или чистый ароматизированный спирт, в то время как водка для питья делается из гаоляна и носит название «ханшина»; у нас маотай уместно заменять коньяком или водкой, настоянной на лимонной цедре, тем более что алкоголь добавляется в пищу к блюдам в крайне малых, просто мизерных дозах: от нескольких капель до 1 чайной ложки, крайне редко – 1 десертная ложка (при приготовлении блюда, рассчитанного на 4–6 человек).

В новейшее время в понятие «поварское вино» включаются также сухие белые виноградные вина европейского происхождения, которые применяются в современной ресторанной китайской кухне как замена рисовой водки, особенно в Европе, США и в других странах за пределами Китая.

Основная цель применения алкоголя в китайской кулинарии – это отбивание любых побочных запахов при жарении, особенно у рыбы, морских иглокожих и голотурий.

С такой же целью добавляется в готовые кушанья и чай – либо в сухом виде, либо в виде крепчайшего настоя – заварки (от 1 ч. л. до 1 ст. л. на 1 кг продуктов).

В дополнение к этому обзору приемов и методов китайской кухни приводим некоторые полезные советы китайских поваров, касающиеся более конкретных, практических вопросов приготовления пищи.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ПРИ РАБОТЕ С КИТАЙСКИМИ БЛЮДАМИ

О ПРИГОТОВЛЕНИИ МЯСА, ПТИЦЫ, РЫБЫ

1. Свинина, вымоченная в молоке или в воде, а затем слегка отжатая рукой и запанированная яичным белком, становится после легкого и быстрого обжаривания похожей на куриное белое мясо.

2. Если куриное мясо нарезают тонкой соломкой, то его можно зажаривать лишь в панировке из кляра или яичного белка.

3. Перед жарением курицы, измельченной кубиками, чтобы предотвратить ее засушивание на сильном огне, необходимо предварительно облить подготовленное мясо ложкой подслащенной воды и перемешать, дав постоять 10–15 минут до полного впитывания воды в мясо.

4. Печень домашних животных, и особенно свиную, надо жарить, предварительно сняв с нее пленку, иначе при сильном огне она станет сухой, ломкой, невкусной, жесткой. Чтобы пленка легко снялась, печень надо ошпарить кипящей водой.

5. Любое мясо следует класть на сковороду для обжаривания лишь после тщательного обсушивания его полотенцем или мукой.

6. Мясо при хранении в холодильнике надо завертывать в капустные листья и в бумагу, иначе при жарении или варке у него обнаружится неприятный запах, который повлияет на все блюдо.

7. При поджаривании или варке свинины или морской рыбы, имеющей сильный запах, надо всегда добавлять в масло или воду 1 чайную ложечку алкоголя (рисовой водки маотая, простой водки, коньяка, в крайнем случае – виноградного вина).

8. Сильно засоленную рыбу следует вымачивать не в воде, а в смеси воды с уксусом (на 8 частей воды – 1 часть уксуса).

9. Если купленная рыба не тонет в воде – значит, она настолько несвежая, что ее нельзя использовать в пищу.

О ПРИГОТОВЛЕНИИ ОВОЩЕЙ

10. Овощи следует прожаривать наполовину, очень быстро и всегда раздельно – не только по видам овощей (капуста, морковь, редька и т. д.), но и по видам частей одного и того же растения (листья, стебли, плоды, семена, корни). При этом корни и листья следует нарезать лапшевидно на равные части: первые – вдоль, вторые – поперек волокон.

11. Нельзя заранее чистить овощи, а затем хранить их в таком виде некоторое время. Их надо очищать непосредственно перед тепловой обработкой (закладкой в суп, тушением и жарением) и сразу класть на сковороду или в кастрюлю. Иначе сильно ухудшается их вкус, разрушаются витамины.

12. Бобовые (горох, фасоль, бобы, маш) следует всегда замачивать перед приготовлением за несколько часов или за сутки.

13. Огородную зелень (укроп, кресс, шпинат, петрушку, сельдерей) лучше хранить не в холодильнике, а наподобие цветов, в сосуде с широким горлышком, но с очень небольшим количеством воды – на донышке сосуда (1 см). Перед этим зелень надо вымыть холодной кипяченой водой.

14. В китайской кухне чаще всего используют лук-порей, в крайнем случае – лук-батун. Редко используют репчатый лук, и то всегда особых, китайских сладких сортов. Заменять лук в китайских блюдах можно шалотом и луковицами каба или применять лук-порей там, где в рецепте указан просто лук. В мясных блюдах допустима замена лука черемшой и колбой.

15. В салатах китайская кухня использует исключительно белую часть лука (у основания пера), а зеленая идет для отваривания и жарения. То же самое относится ко всем луковым, черемше, колбе, саране.

О РИСЕ

16. Рис лучше всего хранить в стеклянных банках со стручком жгучего перца – тогда он никогда не будет затхлым.

17. Рис хорошо не просто отваривать в воде, а всегда добавлять в нее растительное масло. Примерно на 1–1,5 стакана сухого риса – 1 столовую ложку масла и 1 десертную ложку соли (без верха).

18. Самый вкусный рис – отваренный не в воде, а на пару – в холщовом мешочке, помещенном над котлом с кипящей водой.

О ПРИПРАВАХ И ПРЯНОСТЯХ

19. Приправы и пряности в китайской кухне вводятся один раз – в самом конце приготовления, часто – после снятия блюда с огня или в самый момент окончания приготовления.

20. После принятия пищи с сильным запахом лука, чеснока, черемши надо пожевать сухого зеленого чая. В блюдах сильный запах этих же растений умеряется при добавлении в них бадьяна, солодки, барбариса или корицы – в зависимости от состава блюда.

21. Все приправы в бобовые – соль, сахар, соевый соус, пряности – можно вносить только после полной готовности блюда.

22. В китайской кухне почти во все блюда, даже в супы и бульоны, добавляют глютамат натрия, или, как его еще называют на поварском жаргоне, «концентрат». Вводят его с той же целью, что и соль у европейцев. Поэтому там, где введен глютамат, следует быть осторожным с употреблением соли. Вообще *глютаматом надо пользоваться очень умеренно* и осторожно и вводить его в блюда только после их полного приготовления, *избегая нагревания блюда с глютаматом*. Его можно и не употреблять вовсе, не обращая внимания на указания рецепта. *Доза глютамата натрия* – обычно щепотка, то есть *в 5–6 раз меньшая, чем доза* поваренной соли.

О МАЛЕНЬКИХ ХИТРОСТЯХ КИТАЙСКОЙ КУХНИ

23. Кляр лучше замешивать не на воде, а на смеси минеральной воды и пива или просто на ложке пива. Тогда он будет пышным, нежным, а не сухим и ломким при поджаривании.

24. После перекаливания растительного масла в него надо положить соль и немного лука, а затем то, что предназначено обжаривать как основное блюдо.

25. Запах ила, сырости у рыбы можно отбить, промыв ее ледяной водой, а затем вытерев насухо, положить в брюхо немного имбиря.

26. Вновь купленная металлическая посуда должна быть очищена смесью соли и растительного масла, затем прокипячена вместе с налитой в нее водой и, наконец, протерта срезанным корнем сельдерея. Тогда она не будет давать привкуса металла и на ней долго ничего не будет пригорать.

О КУХОННОЙ УТВАРИ И СЕРВИРОВОЧНОЙ ПОСУДЕ

Для сохранения китайского колорита блюд немалое значение имеет правильный подбор кухонной посуды.

Необходимый инвентарь: фритюрница, 2 лотка (один алюминиевый, другой эмалированный), веерная подставка для отваривания блюд на пару, полотняный мешочек для парового риса, фритюрная сетка из тонкой проволоки и плотная сетка с деревянными ручками, анодированная сетка из толстой проволоки для сковороды, 3 сковородки – 2 глубокие из толстого металла, из них одна – специально китайская – *вонк* из углеродистой стали и другая – эмалированная, а третья мелкая – из белого прочного металла.

Всюду, где в рецептах имеется указание «переложить в другую сковородку» или «в другой сковородке обжарить», речь идет об эмалированной посуде, потому что именно в конце приготовления в блюдо добавляются пряности, кислоты, острые приправы, которые при соприкосновении с непокрытым эмалью раскаленным металлом могут сообщать неприятный привкус всему блюду.

Из сервировочной посуды желательно иметь фарфоровую супницу для бульона с большим половником, глубокое блюдо для отварного риса, который всегда должен быть на столе подобно нашему хлебу. Для различных овощных гарниров пригодятся несколько глубоких пиал-мисочек и, наконец, не обойтись без 2–3 соусников, один – для непременного соевого соуса, другие – для чесночного или кисло-сладкого, которыми сдабривается рассыпчатый рис.

Подводя итоги всему сказанному о китайской кухне и ее особенностях, следует еще раз обратить внимание наших домашних хозяек и поваров, впервые сталкивающихся с этой национальной кухней, на то, что в целом приготовление в китайской кухне несложное, быстрое и экономное. Оно включает три главных операции: мелкая нарезка, жарение на сильном огне и использование обволакивающих и иных средств, убыстряющих приготовление блюда (кляров, крахмала, соусов).

Когда все эти главные особенности будут поняты и хорошо усвоены, то запоминание еще десятка более конкретных приемов и правил китайской кухни и ее освоение не представит трудностей, если хозяйка к тому же хорошо разбирается в пряностях и умеет их применять.

ШОТЛАНДСКАЯ КУХНЯ И КУЛИНАРНЫЕ ОБЫЧАИ ШОТЛАНДЦЕВ

ШОТЛАНДИЯ – одна из пяти национальных историко-географических областей, из которых состоит Великобритания (Англия, Шотландия, Уэльс, Северная Ирландия и Корнуолл). Эта страна расположена на севере Британии и на прилегающих к ней островах и трех больших архипелагах – Гебридских, Оркнейских и Шетлендских островах. Граница Шотландии с Англией проходит по четкому географическому естественному рубежу – там, где остров Великобритания резко суживается и где, кроме того, границу составляют река Твид и Чивиотские (Шевьотские) горы[1]. В национальном отношении шотландцы также резко отличаются от англичан – они потомки *кельтов* (пиктов, бриттов и гэльских племен), древнейших обитателей Британии, а не англосаксов, как англичане.

Шотландцы, насчитывающие ныне 5,5 миллиона человек, являются чуть ли не единственным кельтским народом Западной Европы, который сохранил национальные черты в течение нескольких тысячелетий, донеся до нашего времени особую национальную мужскую одежду (шотландские вязаные гольфы и мужские юбки-килты), национальные музыкальные инструменты (волынку), танцы (хороводрила), национальный эпос и фольклор, бытовые обычаи и *национальную кухню*.

Главной причиной этнической стойкости шотландцев была, без сомнения, их многовековая непрерывная, упорная борьба с Англией за политическую и национальную самостоятельность. И хотя в этой борьбе шотландцам не удалось сохранить отдельное государство, они все же отстояли свою культурную автономию и отчасти свои политические учреждения: есть шотландские политические партии, шотландские общественные организации, шотландские спортивные общества, в том числе футбольные клубы, выступающие на европейских и мировых соревнованиях отдельно от Англии, как представители особой страны.

Однако с национальной кухней, с отстаиванием национальной самобытности в области кулинарной культуры, домашнего быта положение для шотландцев складывалось более сложно, чем в области национальной политической борьбы, где противник был ясен. Шотландская же национальная кухня чуть было не оказалась уничтоженной под воздействием… «дружеских объятий» французской кухни.

Как известно, кулинарная культура народов Западной Европы в течение последних 200–250 лет развивается в столь тесном взаимодействии и взаимовлиянии друг на друга, что в наше время обычно принято говорить о западноевропейской кухне в целом, а не об отдельных национальных кухнях народов Западной Европы. Это объясняется тем, что основной и наиболее часто употребляемый репертуар блюд в таких странах Западной Европы, как Франция, ФРГ, Швейцария, Бельгия, Голландия, Австрия, Люксембург, Дания и даже Великобритания, почти полностью совпадает. В каждой из этих стран сохранилась поэтому не столько национальная кухня, сколько своеобразный «национальный набор» из общего западноевропейского репертуара, включающий также отдельные национальные блюда, придающие, быть может, некоторый национальный акцент, скажем, швейцарскому или голландскому столу, но ни в коем случае не составляющие из-за своей немногочисленности и разрозненности особого национального кулинарного направления или хотя бы национального меню. Очень часто это пара-другая вторых горячих блюд или еще чаще – какое-нибудь *одно* национальное сладкое блюдо.

Остальные блюда как повседневного, так и парадного меню носят явственный отпечаток английской, немецкой или французской кухни, либо даже целиком сформировались под влиянием французской кухни (Бельгия, Люксембург, Швейцария), или прошли столь сильную французскую обработку, что она сгладила все национальное (Голландия, рейнская часть ФРГ). Если учесть, что в XVIII и XIX веках на протяжении двухсот лет французская кухня оказывала влияние даже на такую самобыт-

[1] По имени этих географических объектов названы две известные ткани – твид и шевиот, указывающие, что они изготовлены из шерсти овец, пасущихся на берегах реки Твид и склонах Шевьотских гор.

ную и самостоятельно развивавшуюся и оригинальную кухню, как русская, то станет понятным, почему многие западноевропейские кухни не вынесли почти трехсотлетней французской «обработки» и были буквально «подмяты» французской кулинарной системой. Даже немецкая и английская кухни, сохранив ряд своих блюд, «позволили» обработать их французской технологией и в таком обработанном виде они перекочевали в космополитическое общеевропейское меню.

Такое превращение произошло, например, со знаменитым английским бифштексом, который, пройдя франко-немецкую обработку, превратился… в обычную рубленую котлету «гамбургер», а в результате чисто французской обработки стал знаменитым «Шатобрианом».

Вне подобного нивелирующего влияния оказались лишь страны окраин Европы, населенные в XVIII и XIX веках народами по преимуществу бедными и со слаборазвитым хозяйством ярко выраженного аграрного направления. К их числу относились испанцы, португальцы, итальянцы, греки, югославы на юге Европы, а также финны, шведы, норвежцы, ирландцы на севере Европы. У этих-то народов и сохранилась до наших дней в большей степени, чем у других в зарубежной Европе, национальная кухня.

Шотландцы тоже могут быть причислены к этой категории, но с тремя существенными оговорками.

Во-первых, шотландцы, будучи наряду с ирландцами потомками самого древнего населения в Европе – кельтов, донесли с далеких доисторических времен до наших дней, хотя и в сильно трансформированном, «осколочном» виде, некоторые черты древней кельтской кулинарии. Эти осколки древности хотя и не могут составить национальную кухню, но зато придают современным кулинарным обычаям шотландцев такие уникальные черты, которыми не могут похвалиться другие западноевропейские народы, соседи шотландцев.

Во-вторых, Шотландия, утратившая свою государственную и национальную самостоятельность с начала XVIII века и с 1707 года соединенная с Англией в одно государство – Великобританию, не могла не испытать за прошедшие три века – XVIII, XIX и XX – общего влияния английской культуры и нравов, в том числе и английских кулинарных обычаев, например употребление эля (пива), чая, бекона, введение в рацион таких типично английских блюд, как ростбиф.

В-третьих, даже в периоды своей национальной независимости шотландцы испытывали сильнейшие иностранные влияния в области кулинарной культуры.

Первым по времени таким влиянием было влияние скандинавских, в основном норвежских, викингов в VIII – XII веках, а в Северо-Восточной Шотландии и на архипелагах сохранявшееся вплоть до XV века, то есть осуществлявшееся в общей сложности 700–750 лет. Оно, естественно, не прошло бесследно для шотландской кухни, особенно повлияв на состав шотландских национальных продуктов. До викингов шотландские кельты не знали, что такое блюда из рыбы и морепродуктов. Викинги принесли и закрепили на островах также обычай есть баранину и конину (шотландских пони), делать некоторые овечьи и козьи сыры (оркни).

Второе иностранное влияние было французское. Оно сказалось со всей силой в XVII веке, в период подъема французской придворной классической кухни, и оказало подавляющее влияние на шотландскую кухню правящих классов. То обстоятельство, что Франция была чуть ли не единственной и главной политической союзницей Шотландии против Англии, послужило быстрому добровольному усвоению всего французского, распространению этого влияния в довольно широких слоях шотландских сословий.

Если в других странах противились «иностранщине» хотя бы в первые десятилетия, то в Шотландии, наоборот, культивировали эту «иностранщину» и в области нравов, и в области материальной культуры. Французское влияние в области кулинарии выразилось во включении целого ряда французских блюд в шотландское меню, в глубоком внедрении французской технологии в приготовлении французских же блюд и в сильном внедрении французских нравов в области шотландского десерта, до XVII века почти неизвестного суровым шотландцам.

В результате такого сложного, длительного и противоречивого развития сложилась «шотландская кухня», которая хотя не является чисто на-

циональной шотландской, кельтской, но в то же время носит явные черты своеобразия. Так, например, она отличается от кухни соседей – англичан – в первую очередь по составу «любимых продуктов».

В Англии «нормальным» считают бычье мясо и свинину, в Шотландии же признают в основном баранину. В Англии едят свои бычьи бифштексы и ростбифы недожаренными, розоватыми, с кровью. В Шотландии любое мясо ценят запеченным, длительно, основательно проваренным и прожаренным насквозь, глубоко. Традиционный английский ленч отличается по составу блюд весьма сильно от такого же традиционного шотландского завтрака. Для англичан каша – немыслимое варварское блюдо, для шотландца же она основное и почитаемое национальное блюдо.

Хотя чай в Шотландии, как и в Англии, священен, но у англичан его пьют рано утром с молоком, а затем в файф-о-клок, а у шотландцев «большой чай» устраивают на ужин, перед ним едят полукопченую рыбу, а сам чай сопровождают массой джема, мармелада, сдоб, кексов и других сладостей. В результате английский и шотландский чайный стол отличаются друг от друга весьма сильно.

И так почти во всем. Старинные французские блюда, принятые в Шотландии как свои, англичанами не признаются, хотя новофранцузские блюда XIX века в Англии распространены довольно широко. Даже рыбу, такой общий и любимый для всех жителей Британии, окруженной океаном, продукт, англичане предпочитают есть жаренной в растительных маслах и свином жире, да еще обязательно обернутой во время жарения в газету (самой вкусной считается сельдь, обернутая в газету «Санди таймс»), а шотландцы – копченой и отварной.

Для тех, кто приезжает в Шотландию с континента, шотландская кухня также кажется экзотической и своеобразной, особенно рыбный стол, баранина, овсяные блюда, о которых в Западной Европе давно забыли. Невиданными и чисто «шотландскими» кажутся для немца, бельгийца, голландца или француза такие деликатесы, как лососина и оленина, а также тетерева и куропатки. Более того, и сами шотландцы убеждены, что эти продукты, а также водоросли, виски – их исключительная национальная особенность и достояние. Кстати, подобные убеждения или, скорее, заблуждения встречаются и у всех других народов, обитающих на тихих окраинах крупных государств и свыкшихся с тем, что к ним приезжают в качестве туристов стандартизированные горожане, ориентированные на однообразное столовское, гостиничное, ресторанное питание.

Так, архангельские поморы были убеждены, что семга водится только в их краях, уральские казаки и задунайские запорожцы точно так же всегда утверждают, что осетр – рыба исключительно их рек, а волжане испокон веков считали, что вобла и стерлядь только волжская рыба.

Эти утверждения проникли и продолжают проникать в художественную литературу и таким образом становятся предубеждениями миллионов людей, привыкших связывать какой-нибудь продукт с определенной географической местностью, а изделия из этого продукта относить к своеобразию какой-нибудь одной национальной кухни. На самом деле все обстоит далеко не так. Тот же лосось встречается чуть ли не в сотне географических пунктов земного шара, а форель – в десятках сотен, и эти продукты, как и многие другие одинаковые, вроде муки, зерна, овощей, употребляются во всех кухнях мира. Но *сочетания одинаковых продуктов*, а иногда и *сочетания одинаковых блюд у разных народов различны*.

Эти-то различия, если они складываются в определенную систему, и создают отдельную национальную кухню.

Современная шотландская кухня является прекрасной иллюстрацией этого историко-кулинарного закона.

Как мы видели, она включает очень многие нешотландские элементы, которые по числу своему сильно перевешивают чисто шотландские, особенно древние, кельтские. Но в то же время от всего этого шотландская кухня *не утратила черты непохожести на другие кухни*, черты своего «шотландского» своеобразия. И потому она воспринимается всеми – и самими шотландцами, и другими народами – как особая шотландская кухня, хотя к нашему времени от ее самобытного репертуара осталось весьма немногое.

Это рецепты прабабушек, сохранявших традиционные клановые и семейные блюда, состав кото-

рых передавался из рода в род и не был даже знаком подчас ближайшим соседям из другого клана, это и закрепившиеся в народе или в домах шотландской знати блюда, связанные с определенными историческими событиями или с конкретными историческими лицами, это, наконец, и старые трактирные блюда маленьких шотландских городков.

Весь этот набор, который внешне может показаться очень разнородным, случайным и даже разнокалиберным, на самом деле наиболее точно и правильно отражает состав нынешней шотландской кухни и ее отличие от других западноевропейских.

Одним из таких отличий является, в частности, компоновка, объединение блюд не по месту и очередности их подачи, как, например, в русской кухне, то есть не подразделение их на первое, второе и третье, а сочетание их по характеру и времени приема пищи. Так, блюда в Шотландии делятся на то, *что принято есть и пить в шотландский завтрак* или в шотландский *большой чай*, а также отдельно выделяются шотландские *парадные блюда и блюда шотландских национальных праздников*, причем каждого праздника отдельно. Такое подразделение национального меню отражает до сих пор и основные особенности шотландского застолья, и ориентацию шотландской кухни, а также дает правильное представление о своеобразии шотландских кулинарных композиций и шотландского национального вкуса. В праздничных и повседневных блюдах больше всего сохранилось истинно шотландских национальных черт, в то время как в парадных блюдах многое привнесено извне, но преобразовалось в шотландское.

При этом не сами по себе блюда, их состав, их продукты или их приготовление составляют особенность шотландского национального стола, а употребление этих блюд в определенное время как суток, так и года.

Иначе говоря – не столько сами по себе блюда *шотландские*, сколько их соединение в одно меню и *приурочивание* этих различных *сочетаний к определенным дням*, *событиям* или к одному и тому же времени суток и *составляют главную*, *характерную особенность шотландского застолья*.

Другую особенность шотландского стола составляет *соблюдение своеобразных национальных «застольных ритуалов»*, вроде употребления для жареной рыбы только газеты «Санди таймс» или разрезания круглых тортов только на 8 или на 9 частей, и отсюда – именно это число приглашаемых гостей на праздники.

Для блюд и изделий, знакомых нам как общеевропейские, например джемов, мармеладов, пудингов, в шотландской кухне применяется совершенно или частично иная технология.

Желая придать таким изделиям истинно шотландский колорит, следует поэтому приготавливать их абсолютно точно по шотландскому рецепту, не полагаясь на свой предыдущий опыт приготовления таких блюд.

Настоящие пудинги, например, являясь древнейшим шотландским блюдом, были восприняты и английской кухней и перешли в общеевропейскую, но большей частью лишь механически, как смесь определенного набора продуктов, в то время как *главное* существо и *отличие истинных шотландских пудингов состоит в том*, что в них вначале должен пройти процесс ферментации (в течение суток), а затем уже наступить выпечка. В результате шотландские пудинги *должны готовиться целых два дня*, и уже одно это кулинарное решение переводит их в разряд редкого, особого праздничного блюда, на изготовление которого необходимо специальное, свободное время.

Для тех, кто хотя бы раз в жизни захочет приготовить себе настоящее шотландское блюдо или сделать полный шотландский стол, а может быть, и один целый шотландский кулинарный день, необходимо и особое терпение, и тщательная подготовка в виде скрупулезного штудирования шотландской кулинарной литературы с учетом всех отмечаемых в ней «мелочей» и «деталей», составляющих своеобразие шотландской кухни, и ее отличие от общебританской, английской. Короче говоря, шотландская кухня – это кухня трудолюбивых, упорных, терпеливых и чрезвычайно спокойных людей, педантично стремящихся добиться наилучшего результата в своей работе.



КУЛИНАРНЫЙ СЛОВАРЬ

КУЛИНАРНЫЙ СЛОВАРЬ

- А -

АБАКА (от греч. *άβάκιον* – доска). В приложении к кухонному инвентарю абака первоначально – специальная доска над полым ящиком высотой в полтора метра, в которой делались вырезы (кружки) различного диаметра для постановки сосудов, имевших либо коническое (острое), либо закругленное (сферическое) дно, а не плоское, как у нынешних кастрюль.

Позднее абакой стали называть весь ящик под доской, превращенный в шкаф для хранения столовой посуды. Иногда он делался открытым. Имел широкие, квадратные (как абака-доска в вершине дорической колонны) полки. По своей форме абака – прообраз большинства современных кухонных напольных шкафов, а также холодильников. В Средние века античная абака была заменена *буфетом* (см. с. 798), переместившимся из кухни в особое помещение и превратившимся из утилитарного хранилища в произведение декоративного искусства, украшение интерьера. Начиная с конца 30-х, а особенно с конца 40-х годов XX в. повсеместно в Европе началось возвращение к конструкции абаки, как к более простой, рациональной и экономичной форме шкафа для современных небольших кухонных домашних помещений.

АБГОРА (азерб., не скл.). Незрелый виноград любого сорта, или его терпкий сок, в возрасте, когда виноградины еще твердые и не начали наливаться и приобретать прозрачность. Используется в азербайджанской национальной кухне как компонент в процессе приготовления ряда мясных блюд из целого мяса (гора-мусабе, сабзи-кавурма, турши-кавурма, плов и др.) для придания мясу более нежной консистенции и кисловатого вкуса.

AB O VO (лат. «с яйца», то есть с самого начала). Выражение, употребляемое в переносном смысле для обозначения того, что данный вопрос рассматривается с самых своих истоков. Произошло от обычая древних римлян всегда начинать обед с яиц как с символа «начала жизни». В диетическом отношении это оправданно лишь в том случае, если яйца выпиваются сырыми. Вареные яйца, особенно крутые, перевариваются крайне трудно. Поэтому еду следует начинать с приема различных *аперитивов или салатов, каш*иц. Однако по традиции, сохраняющейся тысячелетиями, до сих пор на первый прием пищи, на утренний завтрак, во всех санаториях, больницах, детских садах и т. п. подают яйца, причем главным образом крутые, что в корне неверно.

AB OVO USQUE AD MALA (лат. «от яйца до яблок»). С начала до конца. Выражение, впервые употребленное в одах римского поэта Квинтия Горация Флакка. Происходит от обычая римлян подавать яйца к началу трапезы, а яблоки – к ее концу, на десерт.

АБЕС (фр. *abaisse* – корка). Общее название всех видов теста, употребляемых в поварском и кондитерском деле для содействия процессам тепловой обработки продуктов и затем не используемых в пищу. Сюда относится тесто для запекания окороков, дичи, крольчатины, для герметизации поваренных сосудов (горшочков, чугунков), тесто для поддонов тортов, саваренов, пудингов и других сладких блюд; абес используется не только в западноевропейских, но и в русской и восточной кухнях. Например, казмаг при изготовлении азербайджанских пловов.

АБЕС ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ (ветчины, уток, крупной дичи, зайцев и кроликов) приготавливают следующим образом: ржаная мука круто замешивается на теплой воде, с добавлением небольшого количества сливочного масла и соли (50 г масла на 3–3,5 л муки и 1 ч. ложку соли). Этим тестом обмазывают окорок слоем в 1 см, а дичь – слоем в 0,4–0,5 см.

АБЕС ДЛЯ ЗАКУПОРИВАНИЯ ГОРШЕЧНЫХ ОТВЕРСТИЙ (наносится на марлевую или бязевую повязку) приготавливают из пшеничной муки, на горячей воде, с обычным для съедобного теста количеством масла и присаливают круче, примерно вдвое; тесто делают различной крутости, в зависимости от характера использования. Оно может употребляться также для запекания в нем мясных паштетов, рулетов, «заячьего сыра», овощных (капустных) рулетов латышской кухни и т. п. В последнем случае для усиления непроницаемости теста его замешивают из пшеничной муки на холодной воде с добавлением яичных желтков и после раскатки натирают сливочным маслом, стараясь втереть масло в готовое крутое тесто от руки, а затем 5–6 раз сгибают тесто и раскатывают его скалкой. Пропорции муки, яиц, масла, воды и соли для этого вида абеса произвольны.

Последний вид абеса может быть использован также для изготовления «корзиночек» (гарнирных), начиняемых отварными овощами. (О приготовлении кондитерских абесов см. *тимбалы*.)

Абесы являются противоположностью другим видам теста, употребляемым также для содействия тепловой обработке основного продукта (рыбы, фарша, фруктов), но съедаемого вместе с изготовленным блюдом. Эти виды теста носят общее название *кляров* (см. с. 846) и приготавливаются иными способами.

АБЕССЕ (фр. *abaisser* – превратить в корку). Кондитерский термин: раскатывать тесто скалкой до обозначенной в рецепте толщины.

АБИЛИРОВАТЬ (от фр. *abeiller* – пчелиный). Очистить, обработать добросовестно, как пчела, по-пчелиному. Термин западноевропейской и международной ресторанной кухни, означающий полную и тщательную первичную обработку любого пищевого сырья животного происхождения. Так, абилировать птицу – значит ощипать, выпотрошить и опалить ее; абилировать мясо – очистить его от кожи, поверхностной пленки, сухожилий, фасций; абилировать рыбу – очистить ее от чешуи, слизи, колющих плавников, щитков (у осетровых), а также выпотрошить и промыть. Термин удобен, так как охватывает своим значением всю сумму действий по первичной обработке пищевого сырья.

АБРИКОС. Древесное садовое растение семейства миндальных, дающее плоды, находящие самое широкое применение в кулинарии, кондитерском деле, консервной промышленности. Используется мякоть (оболочка) и ядро (семя) плодов абрикоса. Как культурное растение, абрикос был вывезен Александром Македонским из Армении и распространился в эпоху эллинизма по всей Южной Европе, Средиземноморью, Ближнему и Среднему Востоку. Это привело к появлению различных сортов абрикосов с разными качествами. Поэтому в разных районах СНГ и мира абрикос носит в свежем, сушеном и вяленом виде различные торговые и кулинарные названия: *шептала* (крупные, спелые плоды в слегка подвяленном состоянии, без косточки); *урюк* (целые засушенные плоды с косточкой); *кайса* (целые завяленные плоды, без косточки, надрезанные пополам); *курага* (засушенные плоды без косточки, разрезанные на половинки и четвертинки); *жердела* (мелкий сладкий абрикос) и др. Благодаря очень высокому содержанию пектинов абрикос используют для приготовления наиболее ценных *мармеладов* (патов) и мармеладов из других ягод и фруктов, где не хватает собственных пектинов, разнообразных *джемов, варений* (иногда вместе с ядром), для выработки сока, экстрактов, сиропов, кальвадоса. Косточки абрикоса используют при изготовлении натурального *абрикотина* (см. ниже). Ядра (семена) – как заменитель миндаля, в мармеладно-ореховых смесях (см. *бадам*), восточных сладостях и халвах, *рахат-лукуме* (см. с. 914). В поваренном деле абрикосы в вяленом и свежем виде применяются как компонент и приправа (в виде *мезги*) при приготовлении кисло-сладких мясных блюд восточной кухни (например, к пловам, к дичи – фазанам) и для самостоятельного обжаривания в масле *(кайсаба),* а также для производства столовых национальных напитков – см. *гулунгоб, шербеты.*

АБРИКОТИН. Ликер на натуральной (фруктовой или косточковой) основе, наиболее часто применяемый в кондитерской промышленности, а также при изготовлении сладких блюд (киселей, компотов, шарлоток, желе и др.) в качестве ароматизатора.

Абрикотином называют также синтетическую ликерную эссенцию (альдегид), применяемую ныне как замена натурального абрикотина при производстве карамелей и фруктовых вод.

АБСЕНТ (фр. *absinthe,* от лат. *absinthium* – полынь). Полынная настойка, ароматизированная одновременно небольшим количеством аниса или мяты. Один из прообразов современных вермутов. Родина производства абсента – Франция, где он и получил наибольшее распространение во второй половине XIX – начале XX в. Вследствие присутствия *полынных эфиров,* трудно поддающихся очистке, и других дефектов при производстве абсент оказался чрезвычайно вредным алкогольным напитком, вызывающим серьезные нарушения центральной нервной системы, особый синдром алкоголизма – «абсентизм» и смерть. Был запрещен особым законом в 1915 г. к производству и к продаже. Нелегально изготовлялся, однако, вплоть до середины 20-х годов.

АБСИНТ (фр. *absinthe*). Полынный ликер, изготовляемый из альпийской полыни. Обладает теми же отрицательными свойствами, что и абсент, но менее резко выраженными за счет того, что ликеры употребляются в малых дозах и как добавки в кофе или в минеральные столовые воды. Изготавливается во Франции, французской и итальянской Швейцарии, в княжестве Лихтенштейн. Имитации абсинта распространены и в других странах. Иногда на этикетках ликера-абсинта добавляется слово *tisane,* т. е. ликер. Но чаще всего пояснение отсутствует, так как вид продукта устанавливается потребителем из указания на процентное содержание спирта и сахара на этикетке.

АБСИСТЕНЦИЯ (от лат. *absistere* – отступать, отходить от чего-либо). Воздержание от мясной пищи по пятницам и субботам у католиков.

АБСТРАКТЫ (от лат. *abstrahere* – удалять, извлекать). Растительные вытяжки, собственно экстракты соков растений, но растертые с молочным сахаром. Применялись до конца XIX в. как диетологическое средство, а также в кондитерском производстве.

АБУРА. Общее обозначение жиров в японской кухне, сохраняемое даже в переводных поваренных книгах, в японских рецептах и в ресторанных меню. Различают мохи-абура (твердые жиры), нама-абура (сырые жиры) и абура-бин (жидкие масла).

АБУРАГЕ (яп.). Сваренная с маслом соевая масса или концентрированный соевый соус.

АВАРТАНА (от греч. *αυ* – опять, снова (повторение действия) и *αρταμέω* – крошить). То есть *накрошенное.* Так назывался у древних греков прототип современного салата – блюдо, приготовленное из зерен граната, с приправой чеснока, зеленого лука, укропа, кинзы (кориандра), эндивия. Гранат составлял половину смеси, а все остальные компоненты брались в равных частях и измельчались так, чтобы не быть больше зерен граната. Никаких заправок, соусов этот салат не имел.

АВГАРДЕНТ. Термин русского дипломатического и внешнеторгового языка XVII в., означающий *передвоенное* (двойное) вино, запрещенное к ввозу в Россию. Впервые слово авгардент упоминается в источниках 25 августа 1668 г. в связи с переговорами русского посла, стольника Петра Ивановича

Потемкина, с королем Франции Людовиком XIV в Сен-Жермене о заключении русско-французского торгового договора. Под авгардентом подразумевались такие крепкие («двойные») спиртные напитки, как коньяк или арманьяк, ввоз которых П. И. Потемкин считал невозможным допустить в Россию без особого разрешения царя. Инструкция, данная послам, не давала им права самим решать подобный вопрос. Договор не был заключен, хотя по основным пунктам договоренность была достигнута. Посольство вернулось в Россию 10 октября 1668 г.

АВДАН-СИРЫ (от чуваш. «афтан» – петух, «сира» – домашнее пиво). Ритуальный чувашский праздник (поминовение предков), а также трапеза, на которой подают особое блюдо (того же названия) из тушеной курицы и домашнее пиво.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Молодую, упитанную курицу *абилировать* (см. с. 779), обжарить в течение 15 минут целиком или лучше в крупных кусках на собственном жире с добавлением бараньего или говяжьего сала, затем залить кипятком и варить с луком, морковью и грибами до мягкости. Когда овощи сварятся, вынуть их из бульона, протереть; грибы измельчить, обжарить в сливочном масле или сметане, соединить с протертыми овощами и вновь заправить в бульон, добавив к нему немного муки (1 столовая ложка) и пряности (лук, укроп, петрушка, черный перец). Все перемешать и варить на медленном огне до закипания под крышкой 7–10 минут. Подавать с отварным картофелем, посыпанным зеленью петрушки, лука и укропа, политым топленым маслом. (К блюду подается домашнее молодое пиво или крепкий хлебно-малиновый квас. А при их отсутствии – крепко заваренный, густой горячий настой шиповника.)

АВЕЛЛАНЫ. Большие (крупные) лесные орехи типа фундука в Италии.

АВЕРТИССЁР (от фр. *avertisseur* – уведомитель). Придворный чин при французских королях до 1789 г., а затем в 1804–1815 гг. при французском императоре, обязанностью которого было возвещать выход монарха к обеденному столу (вначале – к аперитивам, расставленным заранее) и докладывать ему, что «кушанье подано». Последнее уведомление делалось лишь после того, как авертиссер замечал, что в столовую уже вносятся суп и пирожки или что они уже поставлены на приборный столик у дверей столовой залы. Это делалось для того, чтобы между уведомлением о подаче горячей еды (сигнал) и самой подачей еды к столу (уведомление, что сигнал сработал) не проходило бы более минуты времени. Один этот факт говорит о том, что во французской высокой кухне придавали огромное значение воздействию еды и связанным с нею условным рефлексам на центральную нервную систему, стремились создать наилучшие условия для гармоничного усвоения пищи. Указанные правила уже в XIX в. стали широко распространенными, так что они применялись и по отношению к «рядовым» посетителям парижских ресторанов, которых абсолютно не заставляли ждать подачи блюд, что создало парижским ресторанам огромную популярность.

АВРАД или **АВРАДИН.** Наиболее тяжелая, жирная часть померанцевого масла, перегнанного не из *цедры* (см. с. 950) померанцев, а из померанцевых цветов. Употребляется для ароматизации ликеров, а также чая (некоторыми английскими чайными фирмами). Аврад и ароматизированные им продукты склонны к быстрому прогорканию вследствие наличия в нем смол и тяжелых эфиров. В некоторых странах ароматизация аврадом считается фальсификацией и запрещена (см. также *нероли*).

АВСЕНЬ (встречается также неправильное написание и произношение: овсень, говсень, усень, баусень, таусень, митусень, мисень и *бигусень* – см. *бигос*). Древнерусское блюдо, точнее – древнеславянское, названное по одноименному языческому празднику – первой встрече весны, приуроченному к 1 марта, начиная с которого, вплоть до 1492 г., исчислялся новый год. Праздник и блюдо были распространены и сохранялись в основном до середины XIX в. лишь в «акающих» областях Центральной России (Смоленской, Калужской, Брянской) и Восточной Белоруссии (Витебской, Могилевской).

Авсень состоит из целой свиной головы, запеченной в тесте (см. *абес*), и подается на обед 1 марта, т. е. в 11–12 часов дня. (Язык и мозги отвариваются отдельно, мозги иногда поджариваются.) На гарнир подаются отдельно репчатый лук (целыми головками), чеснок, печеные антоновские яблоки. В Орловской и Липецкой областях и в прилегающих к ним частях других южнорусских областей авсень состоит из жареного поросенка. В Восточной Белоруссии авсень в XIX в. состоял часто из домашней колбасы (т. н. кишки) и свиных ножек, из которых делали студень (холодец), в то время как в Западной Белоруссии, где авсень формально не праздновали, он фактически послужил основой для создания *бигоса* (см с. 789).

АВСТЕРИЯ (от лат. *austerus* – терпкий, горький, темный, суровый). Так в Древнем Риме назывались харчевни для черни (*аустерия, остерия*) в отличие от *локанда* – гостиниц и «ресторанов» для знатных людей.

Петр I назвал австерией первые русские трактиры-клубы, заведенные им в 1706 г. в Петербурге. Цель этих заведений была двоякой: вначале чисто утилитарной – быстро и в любую минуту поесть, а затем общественной – стать местом, где дворяне *всех состояний* (родовитые и мелкопоместные, служилые) могли бы встречаться и «сближаться». Фактически же Петр I создал австерию для себя и того круга военных и гражданских людей (независимо от звания), которые работали непосредственно вместе с ним в неблагоустроенном и преимущественно «мужском» и «холостом» по составу населения Петербурге. Вставая в 3 часа утра (по существу – ночью) и заставляя работать государственные учреждения с 4–5 часов утра, Петр был вынужден все время ходить по строящемуся городу и, «дабы не слабеть от столь долговременного воздержания», учредил в различных местах Петербурга трактиры под названием «австерий», куда заходил, как говорится, перекусить. Обыкновенный его завтрак состоял из рюмки водки и куска ржаного хлеба с солью. Все люди, порядочно одетые, имели право на вход в австерию и на ту же порцию, которая и выдавалась им за царский счет; за прочие требования платили они по таксе, назначенной самим Петром I. Всего в Петербурге было три австерии. Каждая из них имела вывеску – «Австерия Его Царского Величества». Кроме того,

в народе за ними закрепились стойкие прозвища. Так, первая, называвшаяся Царской или Торжественной, поскольку все фейерверки устраивались на площади перед нею, находилась на Петербургской стороне у Петровского моста (затем – Троицкого моста, после 1917 г. – моста Равенства, а в 1934 г. – Кировского), на Троицкой площади (в советское время – площадь Революции). Это был самый центр петровского Петербурга. Ныне на месте этой австерии разбит сквер.

Вторая – находилась на том месте, где ныне стоит здание старого Сената, на углу Английской набережной (в советское время – Красного флота) и площади Декабристов. Она называлась в народе Меншиковской, так как Меншиков, переправляясь из своего дворца через Неву на лодке, приставал к пристани, расположенной у этой австерии. Она была основана в 1708 г.

Третья австерия была построена позднее, в 1719 г., и находилась в районе нынешней Театральной площади, на набережной Крюкова канала (у бывш. Никольского моста). Здесь вокруг этой австерии со временем сложился центр театрально-музыкального Петербурга (Мариинский театр, консерватория, Государственный музыкальный техникум, Оперная студия). Здесь издавна селились композиторы и музыканты. Этот район граничил с трущобным сектором, где были сконцентрированы все петербургские притоны (Малков переулок, Никольский рынок). Таким образом, австерии – первые русские общественные столовые – дали два направления, одно из которых так и тянуло к грязному, разгульному средневековому кабаку, а другое – к западноевропейскому богемному кафе-варьете.

АВЮТОРГА. Засоленная икра черноморской кефали. Приготовлялась первоначально крымскими (таврическими) греками, от которых метод был заимствован запорожскими казаками в период Алешковской Сечи (1708–1775 гг.), перенесен ими после ликвидации Сечи в 1775 г. в Задунайскую Сечь (Вилково), где принципы засола авюторги были применены к засолу и выделке осетровой *икры* (см. с. 834). Отсюда дунайская черная икра отличается по вкусу от уральской и каспийской (астраханской).

АГАВОВЫЙ СОК. Добывается из нерасцветших бутонов цветка кактуса агавы и сбраживается в мексиканский национальный напиток – *пульке.*

АГАНЦ. Армянское кондитерское изделие. Восточная сладость. Представляет собой смесь пшеницы, изюма, орехов и конопли, взятых в соотношении – 2:2:1:1 и залитых густым горячим сахарным *сиропом* (см. с. 921), в пробе *твердый шарик.* Все компоненты, кроме пшеничных зерен, берутся в натуральном виде без дополнительной обработки. Пшеница же предварительно замачивается на 1 час, обсушивается и обжаривается без масла на накаленной сковороде, после чего смешивается с остальными компонентами. Аганц – вкусная, питательная, чрезвычайно полезная по своему составу сладость.

АГАР-АГАР (с 1978 г. по-русски принято написание: *агар*). Синонимы на русском языке: китайский (японский) желатин, бенгальский рыбий клей (устар.), целентанг (в Западной Европе). Вид морских водорослей в морях Юго-Восточной Азии (Южно-Китайском, Желтом и Японском), из которых извлекается продукт, дающий при смешении с пресной водой нежные, но стойкие желе, не распускающиеся при нагревании, как животный желатин. Агар-агар широко применяется в пищевой кондитерской промышленности, а также для изготовления столовых сладких блюд (желе, муссов, бламанже, киселей и т. п.). Желирующая сила агар-агара во много раз превосходит желатин. Агар-агар способен желироваться уже при смешении одной его части с 200 и даже 300 частями воды! Находит также широкое применение в медицине и микробиологии как основа для посева микрофлоры. В последние годы натуральный агар-агар стал все чаще заменяться искусственными желирующими веществами или же полуискусственными, например агар-агаром, извлекаемым из других видов морских водорослей (из водорослей Белого моря).

Главные центры мирового производства и торговли агар-агаром – Япония и Калифорния (США).

АГАФЬИН ДЕНЬ. 5 февраля (18 февраля по новому стилю). День хлеба и соли. В этот день древние славяне освящали каравай хлеба и солонку соли как символы домашнего очага и сберегали их в течение года как талисманы, охраняющие дом от несчастий: пожара, мора и т. п. В случае пожара соль бросали в пламя, а хлеб – в сторону поля, куда хотели, чтобы «отвлекся» огонь. В случае болезни дом обносили хлебом и солью, а в случае мора домашних животных надевали каравай коровам на рога, а солью посыпали сено. Только впоследствии, когда первоначальное назначение употребления «хлеба и соли» как талисманов было постепенно забыто, стали выносить эти продукты, как самое священное, что есть в доме, навстречу знатным или почетным гостям. При этом, вплоть до конца XIX в., выносили именно сбереженный с Агафьиного дня «хлеб-соль», а не любой случайный или вновь испеченный каравай.

АГЕЙЗИЯ (от греч. *ά* – отрицание и *γέοται* – вкушать). Неспособность некоторых людей различать вкус или оттенки вкуса пищевых продуктов и еды.

АГЕМОНО. Общее обозначение японских блюд, жаренных в масле. Различают два вида агемоно: 1) *шемпура,* то есть все, что обжаривается в кляре и тесте и в большом количестве масла; 2) *кара-агэ* – на открытой сковороде без тестяного покрытия и с небольшим количеством масла.

АГОРЫ (от нем. *Ahorn* – клен). Сахар, получаемый в США и Канаде из сока американского или канадского клена. Обладает особым ароматом, содержит большой процент фруктозы и поэтому используется для питания тучных людей.

АГОРНОВЫЙ СИРОП. Сгущенный, уваренный сок американского клена; применяется широко в молочных коктейлях, а также при изготовлении вафель и сладких блинчиков, сообщая им особый вкус.

АГРАФЕНЫ ДЕНЬ. 23 июня (6 июля по новому стилю). Языческий и впоследствии русский народный *праздник каши,* в который принято было есть либо овсяную (на северо-западе

России), либо *гречневую кашу* (в центральных и южных областях России). В урожайные годы праздник сопровождался приготовлением различных видов гречневой каши: крутой, с яйцами и грибами, пуховой, с молоком, червячками и др., и превращался в соревнование *кашеваров* в искусстве приготовления и в создании новых блюд из каши.

АДЖОН – напиток типа пива, приготавливаемый из чумизы (проса) в Уганде, Бурунди и других центральноафриканских странах. Считается национальным угандийским. Выпускается промышленно изготовленный экстракт аджона как полуфабрикат для домашнего приготовления в современных городских условиях.

АЗАРОЛЬ (от араб, «аззурур» – кизил). Порода чрезвычайно мелких груш, величиной с крупную смородину, распространенных в Греции, Италии, Южной Франции и на Адриатическом побережье Югославии. Из них варят варенье, как из китайских яблочек, – целиком и с цветоножкой.

АЙРАН. Молочный напиток у народов Северного Кавказа и Азербайджана. Приготавливается из *катыка* (йогурта), разведенного на одну треть холодной кипяченой водой. Айран – нестойкий напиток, он имеет тенденцию быстро отторгать воду. Поэтому, во-первых, его постоянно взбалтывают и держат все время на льду или в погребе сразу же после приготовления. Во-вторых, стараются использовать в течение суток. В-третьих, перед разведением водой катык отцеживают от сыворотки, чтобы айран был «ровным».

АКВЕТТА (от лат. *aqua* – вода). Буквально – водичка, водочка. Так в Древней Греции и Риме называлось повседневно употребляемое во время еды виноградное вино, разбавленное на 2/3 холодной кипяченой или ключевой водой. Греки считали, что пить неразбавленное вино – варварство. Так называемое «вино Гиппократа», употребляемое для лечебных целей, для подкрепления выздоравливающих больных, перенесших тяжелую, длительную болезнь, было более «крепким» – оно разбавлялось водой на 1/3.

АЛЕКСАНДР МАКЕДОНСКИЙ. В историю кулинарии этот известный полководец вошел как первый организатор постоянно проводившихся в покоренных им странах конкурсов на скорость и количество съедаемой пищи. Целью Александра Македонского была не только и даже не столько зрелищность подобных «поединков», сколько установление пределов, «максимумов» каждого вида съедаемой пищи.

Таблица таких «максимумов» служила врачам Александра Македонского для выработки диетологических правил. Большинство конкурсов, устраиваемых Александром Македонским, заканчивались смертельным исходом, которого, по обычаю того времени, требовала толпа, видевшая в таких «поединках» лишь разновидность мирного гладиаторского боя.

Так, из 300 участников одного из поединков на «чемпиона» пьянства 152 выбыли из строя задолго до финала, 58 тяжело заболели и остались калеками на всю жизнь, 44 умерло до финала, 39 – после, 6 сошли с ума и только 1 остался жив.

АМБИГЮ (от лат. *ambigere* – соединять противоположное). Обед, на котором в одну подачу, то есть на первое или на третье, подают сразу два противоположных блюда: горячее и холодное, легкое и тяжелое, но относящихся по типу своему к одной и той же подаче. Амбигю свойственно многим древнейшим национальным кухням, хотя и не имеет в них определенного термина, который дали этому французы. Так, в русской кухне типичнейшим амбигю являлась подача на первое двух видов супов – горячих, жарких, прямо пышущих печным жаром тяжелых мясных наваристых щей со сметаной и холодной, прозрачно-янтарной, легкой ботвиньи из свекольного и крапивного листа, щавеля с осетриной да еще с тарелкой колотого льда, чтобы в течение обеда подпускать кусочки в тарелку и не давать ботвинье принимать температуру окружающего воздуха. В жаркий, знойный летний день вначале ели ледяную ботвинью, а затем, когда восстанавливался аппетит, принимались за «настоящую еду» – наваристые горячие щи.

В закавказской кухне примером амбигю является подача после шашлыка или плова двух третьих блюд: горячей, жаренной на масле сладкой кураги (кайсабы) и кислого, холодного винограда, шербета или наршараба (сока граната).

Во французской кухне – десертным амбигю было мороженое с ягодами (черной смородиной, клубникой) и к нему – горячее печенье, бисквиты, кофе.

АМБРОЗИЯ (от греч. *αμβροτος*, «а» – отрицание и «бротос» – смертный). Общее название пищи олимпийских богов, делавшей их бессмертными. У разных народов были различные представления о том, какая пища дает возможность наилучшим образом сохранить молодость и даже приобрести бессмертие. Однако показательно, что особых расхождений нет, все сводится буквально к трем-четырем видам продуктов.

Это из известных и распространенных до сих пор продуктов – *мед* (или *дивий мед*) (см. с. 871), *гранат* или *яблоки* (по представлениям скандинавов – т. н. яблоки Идун, богини садоводчества, охоты, леса, покровительницы животных). Кроме того, *полынь* (или сок полыни – и других травяных, горьких пряностей), которую у древних греков добывала богиня лесов и охоты – Артемида (Диана). А также не совсем ясные по составу – *нектар* и *акриды*. Под нектаром, по-видимому, древние имели в виду различный фруктовый сок и сок ягод, но в какой-то определенной смеси, пропорции. Что касается *акрид*, или *прух* (врух, пругии), то это саранча или другие съедобные насекомые. По другим данным, *акриды* – это почки, нераспустившиеся листья особого кустарника, растущего на Ближнем Востоке, или малатра (малагетта), райское зерно – род пряности, растущей в Эфиопии и напоминающей перец. Таким образом, мед, гранат, яблоки, пряности (полынь и перец) и молодая зелень (почки), а также фруктово-ягодный сок и символический минимум мяса (сухие насекомые! – «ножки» саранчи, кузнечиков) – вот вполне реальное, даже можно сказать, вполне обоснованное научное меню бессмертия, которое народ в древности приписывал богам. Характерно и то, что в качестве напитка богов указывалась горная, родниковая вода.

АМЕТИСТА (от греч. – отрицание, и *μεθητον* – быть пьяным). Средства, предупреждающие пьянство или ликвиди-

рующие опьянение. Отсюда – аметист – название драгоценного камня, цвет которого напоминает вино; ему приписывалось свойство быть якобы амулетом, предохраняющим от пьянства. Для этого камень клали в прозрачный сосуд с красным вином и разбавляли водой вино до цвета аметиста, т. е. чтобы цвет камня полностью бы сливался с цветом раствора и переставал бы быть виден.

АННОНАРИЯ (от лат. *annonarius* – средства продовольствия). В Древнем Риме прибавка содержания сверх жалованья натуральными продуктами, которая полагалась лицам, занимавшим общественные посты (должности), чтобы общество имело уверенность, что эти лица будут честно, добросовестно и совершенно беспристрастно исполнять свои обязанности по отношению ко всем членам общества. В состав аннонарии входили фундаментальные продукты – *хлеб, оливковое масло, лук, соль и вино.* Фундаментальный характер хлеба не нуждается в разъяснении. То же самое относится к соли и виноградному вину, которое в сочетании с водой было основным столовым напитком в античные времена. Лук – приправа, без которой практически невозможно изготовить ни одно блюдо так, чтобы оно не было безвкусным: без лука нельзя делать супы, приготавливать мясные, рыбные и овощные блюда. Еще более важным было в античной кухне оливковое масло: на нем жарили мясо, рыбу, овощи, мучные и яичные блюда, его обязательно замешивали в тесто, добавляли к сырым овощам, заливали им в качестве презервирующей прокладки и пленки разные сберегаемые готовые продукты.

АНТЖУЛХИНА. «Земляная тыква» (*Ipomoea polpha Latz*), клубневое растение, растущее как картошка в Центральной Австралии и открытое в 70-х годах XX в. Питером Латцем. Средний вес клубня 1 кг. Отдельные экземпляры по 2–2,5 кг – величиной со средний арбуз. Плодоносит круглый год. По вкусу и сочности напоминает яблоки. Употребляется в сыром либо в печеном виде.

АНТРЕ (от фр. *entrée* – вход). Закуска на парадных обедах за полтора часа – час перед обедом, происходящая в другом помещении, чаще всего в приемной, в комнате перед гостиной или перед обеденным залом. В русском быту XIX в. *антре* носили название *закуски с подноса* или подносной закуски, так как в богатых домах в большие праздники для мелких чиновников в приемную выставляли поднос с бутербродами, рюмками и солеными огурчиками. Отсюда позднее, в конце XIX в., *антре,* или *подносная закуска,* переехала на стол, хотя в начале XIX в. все еще считалось, что держать спиртные напитки на столе во время обеда неприлично.

АНТРЕКОТ (от фр. *entre* – между и *côte* – ребро). В классической французской кухне так назывался кусок *воловьего мяса,* срезанный между ребрами и хребтом. Тот же кусок мяса у коровы, быка, теленка носил название *медальé,* так как напоминал собой крупную округлую медаль.

В наши дни антрекотом стали называть любой кусок мяса без костей (говядина) толщиной в 1–1,5 см и величиной с ладонь.

АНТРЕМЕ (от фр. *entre* – между и *mets* – кушанье, блюдо). Блюда, подаваемые между главными, основными блюдами или перед десертом.

В русской кухне к антреме относились, например, пироги, подаваемые между первым (щами, ухой) и жарким. К антреме относилась и каша, особенно молочная, подаваемая после мясного второго блюда, но перед третьим, сладким. Во французской кухне типичным антреме были сыры, подаваемые в конце обеда, перед фруктовым десертом. Задача антреме состоит в том, чтобы нейтрализовать или заглушать вкус предыдущего блюда. Вот почему в качестве антреме чаще всего выступают либо кашеобразные блюда, либо овощные – и те, и другие хорошо поглощают сильные запахи.

АНЧОУСЫ. Под этим наименованием известны три вида продуктов (изделий) из сельдевых рыб. В западноевропейских языках все они пишутся по-разному, хотя по-русски произносятся одинаково.

1. *Anchosen.* Сельдь, несколько месяцев вызревающая в неразделанном виде в рассоле с пряностями. Уже в разделанном виде ее перекладывают в другой соус с небольшим количеством селитры – чтобы мясо сельди стало красным. Потом сельдь нарезается дольками. Мясо таких анчоусов в готовом виде очень нежное.

2. *Anchovis.* Мелкая сельдь или мелкая салака, помещенная на несколько дней в рассол сразу же после вылова. На полмесяца ее перекладывают в новый рассол, а затем кладут в бочонки рядами уже без рассола, пересыпая крупной солью с пряностями. При температуре +4 °С ее выдерживают в течение четырех месяцев – и без разделки отправляют в мелкой таре в продажу.

3. *Anschovsen.* Сардины, разделанные тушкой сразу после вылова, а в дальнейшем обработанные так, как во втором случае.

АПАСТИЯ (греч. – отрицание и *πάοτος* – пища). Воздержание от пищи. В античные времена апастия проводилась, чтобы похудеть или как лечебная мера. Позднее этим термином стали обозначать сознательное воздержание по религиозным мотивам от пищи. Отсюда и произошло русское слово – пост. В простонародном произношении оно утратило отрицательную приставку.

АПЕРИТИВ (от фр. *apéritif*). Буквально: послабляющий. Так называют напитки, которые употребляются до или во время еды для лучшего усвоения пищи или для возбуждения аппетита. Аперитив не должен быть насыщающим, не должен обладать резким вкусом – иначе отвлечет от еды. Вот почему в этой роли чаще используют соки овощей и фруктов, минеральную воду. У некоторых народов в качестве аперитива применяется молоко (финская кухня), зеленый чай (среднеазиатская и японская кухни), кумыс (башкирская, казахская, киргизская кухни), айран (азербайджанская, северокавказская кухни), тарак (бурятская кухня).

АПОФИКА (греч. *απο* – с, *θήκη* – класть; отсюда – склад, амбар; *αποφερβομαι* – склад, амбар, житница). Чистая, светлая, сухая, хорошо проветриваемая кладовая (в отличие от погреба – хо-

лодного, сырого, темного, и чулана – кладовой теплой, сухой, темной, но непроветриваемой). Употреблялась для хранения муки, круп, а затем сухих трав, пряностей, масел растительных (оливкового, орехового), орехов, сухих фруктов. Отсюда произошло общеевропейское, современное – *аптека* как хранилище лекарственных трав, семян, кореньев, цветков и целебных масел, а позднее и вообще всех лекарств.

АПОФОРЕТЫ (от греч. *апофе́рю* – уносить). Так в античном мире и в Византии, а также в Средние века в странах Юго-Восточной Европы и на Руси (до XIII в.) обозначали продукты или готовые блюда, которые оставались после пира. Они делились поровну между всеми гостями, которые уносили их домой. Обычай этот применялся только во время общественных пиров, а не частных и являлся древнейшим пережитком эпохи первобытного коммунизма.

АППЕТИТ (лат. *appetitus* – желание). Желание или, точнее, позыв на еду. Как и голод, аппетит – явление физиологическое, но в отличие от голода не инстинктивное и бессознательное, а вызываемое специальными факторами. Поэтому аппетит – понятие, относящееся более к кулинарии, чем к физиологии. Еще в античные времена, в эпоху эллинизма, когда возникло само понятие и термин «аппетит», строго различали «желание вентрикулярное» (т. е. желудочное), или голод, от «желания языкового», то есть аппетита в современном значении, или желания кушать, не будучи голодным, а лишь от одного привлекательного вида или запаха еды. Сам термин «аппетит» возник исторически как сугубо классовый в рабовладельческом обществе. Раб мог испытывать только голод, сытый же рабовладелец мог иметь только аппетит. Обычай устраивать в патрицианской среде обеды, тянувшиеся подчас 8–10 часов, во время которых надо было сохранять желание есть, в то время как оно утрачивалось, и породил термин «аппетит». Чтобы его вызвать, применялись различные средства, воздействующие на эмоциональную сферу, – музыка, выступления танцовщиц, поражающие воображение, украшения блюд… Когда эти средства не помогали, то вызывали извержение пищи при помощи как рвотных, так и слабительных. Таким образом, *аппетит* в античные времена *возбуждался искусственно*. Позднее же под аппетитом стали понимать лишь естественное проявление желания есть у здорового, не голодного человека. Когда аппетит утрачивался, применяли *аперитивы* (см. с. 783), но наилучшим «лекарством» для появления аппетита издревле считались «телодвижения на свежем воздухе», т. е. физкультура.

Если же исчезновение аппетита не связано с пресыщением, то это свидетельствует о каких-то неполадках в организме человека, и в этом случае надо уже обращаться к врачам. Наряду со средствами, повышающими аппетит, применяются и средства, понижающие его. Но эта сфера уже не имеет никакого отношения к кулинарии, и здесь следует опять-таки говорить не об аппетите – понятии историческом и кулинарном, а о том или ином физиологическом явлении, связанном с нарушением деятельности органов внутренней секреции, пищеварения, и применять, следовательно, иное обозначение, иной термин, а не «аппетит».

АРБИН (см. *Арьбин*).

АРБОЛАД (фр. *arbolade*). Торт, в состав теста которого входят мука, масло, сахар и молоко – как у обычного сдобного теста, но вместо воды тесто замешивается на грушевом соке. Выпекается в форме для куличей. В качестве разрыхлителя берется не сода, а *пекарский порошок* (см. с. 900). Арболад покрывается либо масляно-яичным кремом на фруктовой основе, либо глазурью. Этот торт принадлежит к числу старинных французских национальных сладостей, подобно английскому и американскому яблочному пирогу.

АРГЯН – одно из названий пахты, получаемой в результате сбивания сливок или сметаны при выделке сливочного масла.

АРМЕРИТТЕР (нем. *armer Ritter* – бедный рыцарь). Название блюда немецкой кухни, широко распространенного в XIX в. в Германии, Скандинавии, Польше и в России благодаря студенчеству. В Россию было занесено как прямым путем, из Германии, так и через посредство немецких университетов в Прибалтике. Ныне это блюдо совершенно забыто у нас по названию и почти забыто фактически как блюдо. В конце XIX – начале XX в. оно было почти ежедневным блюдом большой части русской интеллигенции как легко, быстро приготавливаемое и не требующее никаких особых кулинарных знаний и способностей, а также (что было чуть ли не наиболее важным достоинством в глазах интеллигенции) не требующее никакой предварительной обработки – мытья, очистки и т. п.

Эти особенности данного блюда плюс его дешевизна породили и его название: «Бедный рыцарь». Его мог делать благородный, хотя и крайне бедный человек, не обнаруживая свою бедность, ибо он не должен был обращаться за содействием прислуги, чтобы приготовить себе это элементарное кушанье. «Бедный рыцарь» – это кусочки черного или белого хлеба, поджаренные в масле на сковородке. При всей своей простоте это блюдо не лишено приятного вкуса, если делать его мало-мальски умеючи.

Черный хлеб надо нарезать тоненькими (но не узенькими) ломтиками, лучше всего квадратными, толщиной в 0,5 см и жарить только на растительном масле, а затем есть с луком, чесноком или другой зеленью (укропом, петрушкой). Белый хлеб (ломтиками не толще 1 см) необходимо обмакнуть в молоко, слегка дать стечь излишней жидкости на опрокинутом сите, а затем обжаривать в сливочном масле или смеси 2/3 сливочного и 1/3 растительного. После обжаривания такой хлеб либо посыпают сахарным песком, либо обмазывают слегка вареньем. Если белый хлеб обжаривается на растительном масле, то его можно облить хорошо взбитым цельным яйцом, размешанным с двумя чайными ложечками холодной воды.

АРТИШОКИ. Многолетнее южное огородное растение. Съедобной частью у него является цветоложе соцветий, богатое витаминами и имеющее приятный вкус. Эта так называемая «шишка артишока» внешне напоминает мясистую сосновую шишку. Прежде чем есть, артишоки надо обдать крутым кипятком – *бланшировать*. Хранят и приготавливают артишоки только в эмалированной или глиняной посуде, ибо в металлической они чернеют. На территории ближнего зарубежья артишоки выращивают в основном в Азербайджане.

АРХИМАГИР (от греч. *άρχι* – начальник, и *μάγειρος* – повар). Начальник над поварами. Так до XIII в. почти во всех странах Европы, особенно в Восточной, назывался главный повар. С XVII в. в международной кухне для главного повара принимается повсеместно французское название: шеф де кюзин, а с XVIII в. – метр-д'отель (не путать с современным наименованием *метрдотель* (см. с. 870), принятым у нас для обозначения бригадира официантов в ресторанах).

АРХИТРИКЛИН (от греч. *άρχι* – начальник, *τρι* – три, *κλινος* – ложе). Буквально: главный покоя трех лож, т. е. главный распорядитель столовой. Название это произошло из-за того, что в античные времена вокруг стола с трех сторон ставили ложа, а одна сторона оставалась свободной – чтобы к ней могли подходить люди, подносившие блюда. Архитриклином в Древней Греции, а позднее в Византии, называли избираемого из числа гостей главу пира, который распоряжался и ходом обеда, и порядком подноса блюд, и распределением их между гостями согласно старшинству. Он следил и за правильным подношением вин, и за порядком на пиру, поддерживал или возглавлял общую беседу, направлял ее, задавая ту или иную тематику, следя за порядком тостов и т. п.

В Грузии и Армении, тесно связанных с Византией, «должность» архитриклина также существовала и постепенно превратилась в тамаду. Главной заботой тамады стала застольная беседа, порядок за столом, в то время как другие обязанности архитриклина стали брать на себя хозяева. На Руси в светском быту в XV–XVII вв. обязанности архитриклина частично выполняли при дворе виночерпий или кравчий, а в XVIII–XIX вв. – мундшенк.

До конца XVIII в. архитриклин в России сохранялся только в монастырском быту, где его «права» были весьма урезаны. Он не избирался, а назначался – каждый день или на неделю. Это был, так сказать, дежурный по столовой. В светском частном быту все обязанности архитриклина обычно целиком исполнял хозяин дома. Это привело в конце концов к тому, что традиции застольной беседы, застольных порядков, а также само искусство «застольного конферанса» постепенно утрачивались, поскольку ни соревнования за должность архитриклина, ни отбора на нее наиболее способных для этого людей самими участниками пиршеств не было.

АРЬБИН. Жир из брюшной полости лошади, употребляемый в *бурятской кухне,* (см. также *далан*).

АСПИК. В русском языке этот термин принято писать искаженно – *ланспик* (см. с. 855).

АШУК. Армянский национальный овощной салат (ахцан). Он бывает летним – из свежих овощей и зимним – из соленых, маринованных. Зимний ашук постоянен для всех частей Армении. Он состоит из маринованной капусты в свекольном (красном) маринаде, маринованного дикого лука, соленых маслин и свежего лука (зеленого). Летний ашук варьируется в разных местах Армении. Чаще всего в его состав входят зеленый лук, молодой чеснок с пером, базилик, портулак (дандур), мята (дахп), эстрагон (тархун), чабер (цотрик), резак (сибех), просвирняк (пиперт), кресс-салат (котем). Иногда один или два из указанных компонентов отсутствуют или заменяются кинзой. Ашук не крошат. Это салат целиком. В зимнем – целые головки лука и чеснока, кочаны капусты. Летом – целые стебли, зеленые побеги названных растений. При еде каждый выбирает себе по нескольку разных стеблей, меняя их сочетания, складывает их в пучок и откусывает, как гарнир, заедая мясом, сыром или теплым лавашем с маслом.

- Б -

БАБА. Сдобное кондитерское изделие, имеющее несколько разновидностей, но обладающее одним общим внешним признаком: высокое и рыхлое.

Первоначально бабы делались исключительно на дрожжах, причем для лучшего подъема дрожжей закладывалось много и тесто замешивалось целиком на молоке, без добавления воды. Чем выше подымалась баба, тем считалось лучше. В старину кондитеры, щеголявшие хорошим всходом выпеченного изделия, подчеркивали, что баба у них вышла так высока, что не лезет из печи.

Это изделие, являясь произведением кулинарного искусства Западной Руси (Полоцкой, Псковской, Новгородской), Смоленщины и Белоруссии, получило развитие в основном в этом географическом районе, а со временем почти исчезло из обихода.

В Польше в XVII–XVIII вв. баба была приспособлена как кондитерское изделие, в связи с чем в ее состав вошло повышенное количество яиц, а также ваниль, шафран, сахар, цукаты, глазурь. Эта кондитерская *баба по-польски* делается на опаре, на дрожжах, как и традиционная баба, с использованием наилучшей крупчатой муки.

СОСТАВ ПРОДУКТОВ

2 стакана пшеничной муки, 1 1/2 стакана кипящего молока, 6 желтков, 50 г дрожжей, 4 белка, изюм, ваниль, шафран, сахар по вкусу. Масло сливочное – около 50 г.

ТЕХНОЛОГИЯ

Относительно сложна и состоит в приготовлении опары, заваривании муки молоком, взбивании желтков и белков, выстаивании и взбивании теста.

Время производства теста. Около 4,5–5,5 часа.

Время выпечки. Полтора-два часа.

ТЕХНОЛОГИЯ ВЫПЕЧКИ

Тесто помещают в смазанную маслом форму, дают подойти у отверстия истопленной печи, а затем выпекают на умеренном огне. Общее время, необходимое для приготовления бабы, достигает 7–8 часов, т. е. требуется целый рабочий день.

Вполне понятно, что уже с середины XIX в. бабу в ее классическом виде делают все реже и реже. Зато создается своего рода замена или суррогат бабы – получивший название *бабки,* т. е. маленькой бабы.

БАБКА. Кондитерское изделие, применяемое как сладкое (третье) блюдо и приготавливаемое без дрожжей, либо с использованием в качестве разрыхлителя соды, аммония, пекарского порошка, либо вовсе без искусственных разрыхлителей,

но с небольшим количеством муки или даже без муки, с готовым хлебом или сухарями. В этом случае подъем теста совершается за счет взбитых белков. Происхождение бабки таково: с середины XIX в. бабы стали пытаться делать на соде и выпекать в духовке, а не в русской печи; это привело к изменению и вкуса, и самой формы, и размеров изделия: бабы на соде не могли быть высокими, а становились широкими и плоскими. Чтобы сохранить традиционный внешний вид бабы, изменили размеры ее диаметра – получились маленькие бабки. А чтобы такая бездрожжевая баба не теряла форму и равномерно подымалась, ввели для нее специальные стандартные металлические формы, в которые стало возможным наливать более жидкое тесто, т. е. упростить и удешевить выпечку изделия. Наконец, бабки из жидкого теста стали выпекать вовсе без соды, увеличив долю взбитых белков. Бабки подаются обычно на десерт и поливаются перед подачей каким-нибудь сладким соусом (шоколадным, лимонным или вареньем, сиропом).

Ныне наиболее распространены сухарные и фруктовые бабки. Их выпекают всегда за полчаса до обеда, чтобы подать к столу горячими.

РЕЦЕПТ СУХАРНОЙ БАБКИ

СОСТАВ

10 яиц,
250 г сахарной пудры,
10 ст. ложек сухарей белого хлеба,
1 лимон,
2 ч. ложки корицы.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Молотые сухари замочить в любом виноградном вине, прибавив цедру, сок лимона, корицу. Растереть желтки с сахарной пудрой, добавить подготовленные сухари. Затем добавить к массе взбитые белки, равномерно вымесить. Тесто выложить в смазанную маслом форму и выпечь на среднем огне 45 минут.

Фруктовые бабки делают из пюре соответствующих фруктов (печеных). Для яблочной бабки на 1 кг яблок (чищеных) необходимо 6 желтков, 5 белков, 150 г сахарного песка, 2 ч. ложки корицы, 1 ст. ложка сухарей, 1/2 ч. ложки уксуса.

БОЛЕЕ ПРОСТОЙ РЕЦЕПТ

на 10 ст. ложек яблочного пюре – 3 ст. ложки тертых сухарей, а пряности и сахар – на выбор по индивидуальному вкусу.

БАБЬЯ КОЖА. Русское народное лакомство, состоящее из уваренных до состояния пасты растительных и ягодных соков, сахара, лакрицы (уральской солодки), смешанных с яичным взбитым белком. В названии отражена в шутливой форме оценка нежности консистенции этого пищевого изделия (другое название – девичья кожа, где в состав входят также пряности, а не одна лакрица), а также прямо указывается основной потребитель – женская половина человечества.

БАГРЕНЕЦ. Мелкие кусочки льда, употребляемые в пищу и подаваемые непосредственно к столу в отдельной посуде к некоторым блюдам русской кухни, например к ботвинье, квасу, шипучкам. Багренец подавался обычно в глубоком и широком блюде с особой деревянной ложкой, с помощью которой кусочки льда клались в соответствующее блюдо или напиток. Поскольку багренец был необязательной «приправой» и его употребление зависело от личного вкуса каждого, то он ставился на стол с краю для общего пользования. Слово происходит от глагола *багрить*, т. е. зацеплять багром льдины, что обычно происходило при ледоходе. (Не путать со словом «багрянец», от багровый, багряный, т. е. темно-красный – «Роняет лес багряный свой убор».)

БАДАМ (от персид. – миндаль). Составная часть в названии ряда восточных сладостей (иранских, турецких, закавказских), содержащих какие-нибудь орехи. Например, бадамнуча или бадам-нухат – абрикосовый мармелад с орехами.

БАЛАНДА. Слово это имеет четыре значения:

1. Отлит, *balanda* – лебеда. Лебеда, ботва свеклы, идущая на приготовление ботвиньи.

2. Баланда (укр.) – мятый отварной картофель, разведенный квасом или огуречным рассолом. Синоним еды, приготовленной на скорую руку.

3. Баланда (рус.) – плохая еда, чаще всего – жидкий суп. Последнее понятие сравнительно недавнее, относится к периоду Первой мировой войны, когда баландой стали называть армейские супы.

4. Баланда (мокшанско-мордовское) – летний суп: лебеда и чертополох, сваренные на молоке. На 1 л молока – 1,5 л рубленой зелени, 2 луковицы, 1 морковь, 1 ст. ложка манной крупы, 5 крутых желтков для заправки.

БАЛМУШ (молд.). Один из видов мамалыги, варится почти целиком на молоке (1,25 л молока, 0,25 л воды) и сдабривается тертой брынзой. Балмуш варится жиже обычной мамалыги и поэтому напоминает кашу и выкладывается из мамалыжного горшка ложкой (в то время как мамалыга вываливается из горшка единым монолитом). Балмуш едят со сметаной.

БАЛЫК-БЕРЕК. Блюдо туркменской кухни. Рыбные пельмени. Являются национальным блюдом туркмен-огурджалинцев, населяющих юго-восточную часть побережья Каспийского моря.

БАМИЯ (или *окра*). Стручковое растение, мягкое, без жесткой кожуры, без жестких семян внутри, нейтральное по вкусу, применяемое в закавказской и балканской кухнях. Служит хорошим дополнением к острым мясным блюдам и особенно к блюдам из птицы. Чрезвычайно быстро отваривается и тушится и поэтому добавляется к почти готовому блюду в последнюю очередь.

БАНКЕТ (от ит. *banco* – скамья). Первоначально итальянское слово *banchetto* – великолепный пир произошло от обычая покрывать на особо торжественных пирах скамьи цветным сукном (красным, зеленым, фиолетовым – в зависимости от смысла и значения торжества). Поэтому значимость того или иного пиршества, его великолепие выражались не в особенностях

и качестве самой еды, а в чисто внешних аксессуарах: убранстве скамей, т. е. в том, что менее всего относилось к столу, к кулинарному искусству. Именно такого рода застолья, знаменитые не тем, что на них подавали, не едой, а событием, в честь которого они устраивались, и стали называть *банкетами.*

В русский язык это слово пришло из немецкого (*Bankett*) довольно рано, в 1675 г., т. е. еще в допетровские времена, до того как в русский язык хлынул основной поток иностранных слов. Оно писалось одно время бенкет, биньке́т, но всегда имело точное значение: праздничное застолье в честь какого-нибудь выдающегося события.

До конца XIX в. применялось, однако, сравнительно редко, ибо банкетов в их подлинном значении устраивалось мало. В частной жизни был распространен другой термин: «званый обед». С конца XIX в. банкеты получили большое распространение как один из видов застолья, носящего общественный характер и проходящего в общественном месте, а не дома (т. е. в кафе, ресторане, на предприятии, в учреждении). Время банкетов в связи с этим было установлено на 7–8 часов вечера, в соответствии с французской системой (в 7 часов – обед). До 40-х годов слово «банкет» у нас заменялось понятием «торжественный ужин» и «товарищеский ужин». Таким образом, банкет отличается от всех других видов застолий тем, что всегда носит официальный характер и посвящен определенному торжественному событию периодического, а не эпизодического характера (например, юбилею, годовщине, окончанию работ и т. п.). Так, банкет может быть посвящен ежегодному собранию какого-либо общества, юбилею организации, очередной годовщине подписания международного договора, но в честь делегации, прибывшей с краткосрочным визитом, дают обед, делают прием, но не банкет.

В соответствии с тем, что главное в банкете – событие, в честь которого он дается, на банкетах основное внимание уделяется не столу, а ведению банкета – порядку речей, их содержанию, выбору ведущего банкет, выбору помещения (просторного, с хорошей акустикой), убранству помещения и стола (скатерть, сервизы), одежде приглашенных и обслуживающего персонала, рассадке гостей, безукоризненному обслуживанию. Кулинарная сторона обставляется значительно скромнее: несколько холодных закусок, одно горячее (второе блюдо), сладкое и чай или кофе. Иногда банкет попроще вообще ограничивается закусочным (холодным) столом. Вина и другие алкогольные напитки подбираются в соответствии с тем, чему посвящен банкет и каков состав его участников. Поскольку многие участники банкета должны выступать с тостами или спичами, то крепкие спиртные напитки должны подаваться на банкетах в минимальном количестве или лучше вовсе отсутствовать. Этим, кстати, банкеты отличаются от приемов, на которых выступают лишь главные представители сторон, да и то в самом начале застолья.

БАРАНКИ. Хлебные изделия из заварного теста в виде колец разной величины, но толщиной не более 1,5 см.

Слово это происходит от глагола «обварить». Родина баранок – город Сморгонь в Белоруссии, где из заварного (обварного) теста впервые начали формировать узкие жгутики и выпекать из них обваранки (изделия из обваренного теста). Маленькие обваранки называли обвареночками, вареночками и, наконец, бараночками (за их крутизну, как бараний рог). Такими бараночками особенно славился Валдай – крайняя северо-восточная точка, куда из Белоруссии в Россию распространилось бараночное ремесло. Баранки делали также в Орше, Витебске, Вязьме, Смоленске, Рославле. На Украине же были распространены бублики – крупные, толстые и более рыхлые баранки, название которых произошло от глагола «бублиться», т. е. пухнуть, пузыриться, набухать. Бублики по украинскому обычаю всегда посыпались маком – это является признаком лакомого изделия. Отсюда и некоторые русские баранки – вплоть до наших дней – традиционно посыпаются маком скорее символически, так как это нисколько не отражается на их вкусе.

БАРБЕКЮ (англ. *barbecue*). Блюда, приготовленные под открытым небом на углях. К барбекю относятся как гриллированные, так и верченые блюда, то есть все, что жарится над углями, будь то на рашпоре, гратаре, вертеле, шпажках или прутьях.

БАРДИРОВАТЬ (от фр. *harder* – одевать в латы). Подготовка дичи, птицы для тушения и жарения, состоящая в обвертывании дичи пластинками свиного сала и привязывании крылышек и ножек домашней птицы таким образом, чтобы они не развертывались во время приготовления и тушку можно было бы равномерно обжаривать со всех сторон.

В широком смысле бардирование – общая подготовка дичи и птицы для приготовления, в том числе и *шпигование* (см. с. 960).

БАСМАН – название *дворцового* белого (пшеничного) хлеба, т. е. выпекаемого для царского стола в XV–XVII вв. в дворцовой пекарне татарскими или кавказскими пекарями. Название получил по клейму (басме), выдавливаемому на тесте каждой булки (узор получался на верхней корке).

БАТТУТО (ит. *battuto* – битое мясо). Блюдо из отбивного мяса с подливкой (кисло-сладкой) из фруктов.

БАТТУФФО (ит. *battuffo* – беспорядок). Смесь лука, чеснока, петрушки, сельдерея и других пряных трав (меняющихся почти в каждом городе), которая является в итальянской кухне основой для приготовления супов и тушений. Это своего рода итальянский *«букет гарни»* (см. с. 797), но с особым ароматом, придающим своеобразие большинству блюд итальянской кухни.

БЕАРНЭЗ (фр. *béarnaise*). Один из основных и наиболее знаменитых соусов французской и международной кухни. «Изобретен» на юге Франции, в Беарне, столице королевства Наварра. Был привезен в Париж Генрихом IV и с тех пор получил широкое распространение. Используется для блюд *барбекю* (см. выше).

Основа – лук-шалот (5–6 луковиц) с добавкой эстрагона, кервеля, тимьяна, лаврового листа, белого перца. Лук и пряности варятся в смеси белого виноградного вина и уксуса (50:50 г), затем охлаждаются, добавляется два желтка, разведенные в чайной ложке воды, смесь слегка подогревается, взбивается и сдабривается 50–75 г сливочного масла, солится,

перчится, и можно добавить еще несколько капель лимонного сока.

БЕЗЕ (фр. *baiser*). Кондитерское изделие из сахара и яичного взбитого белка.

БЕКМЕС (патока, дошаб). Выварная патока или сгущенный сок различных ягод, фруктов или овощей. Приготавливается медленным вываривaнием больших масс фруктов или ягод – чаще всего яблок, тутовника, арбузов, груш. Минимальная закладка в котел сырья для получения бекмеса – 20 кг. Бекмес варится медленно и длительное время, как правило, под открытым небом. Используется как хорошо сохраняемый сладкий концентрат для добавок в компоты, кисели, для быстрого приготовления морсов, водиц, ягодных квасов.

БЕНМАРИ (фр. *bain-marie*). Большая, широкая, но неглубокая кастрюля или прямоугольный невысокий бак с плотно закрывающейся крышкой, наполняемый на четверть, треть или половину кипятком. В бенмари помещаются кастрюли с супами, горшочки и сотейники с готовыми соусами и другими блюдами, которые необходимо держать горячими, но нельзя вновь подогревать перед подачей на стол.

БЕРЕЗОВИЦА. Один из древнейших напитков, известный на территории нашей страны еще во времена скифов. Приготовлялся из нацеженного весной березового сока, который, перебродив естественно в открытых огромных бочках, давал сладковатый напиток. До X–XI вв. березовица была основным русским напитком, затем уступила место квасу. В XIX в. осталась в основном в Белоруссии. В это время в связи с повышением цен на березовый лес возникает пословица: «Березовицы на грош, а лесу – на рубль изведешь», и производство березовицы ограничивается. Выпускаемый ныне пищевой промышленностью березовый сок отличается от березовицы, ибо изготавливается с добавлением сахара и консервантов.

БЁРР-МАНИ (фр. *beurre manie*). Смесь 75 г сливочного масла и 100 г муки (или других количеств при таком же весовом соотношении), применяемая для лиирования (т. е. насыщения и придания «гладкости», тягучести) большинства европейских соусов.

БЕРСИ (фр. *bercy*). Нежная и приятная (не острая, диетическая) приправа французской кухни. Состоит из предварительно уваренного до половины белого виноградного вина, в котором отваривается лук-шалот и добавляется слегка отваренный костный мозг, петрушка, молотый черный перец, лимон, соль и чуть масла.

БЁФ-БРЕЗЕ́ (фр. *boeuf-braisé*). Означает технологический процесс сложного отваривания мяса и получаемое в результате него блюдо. Кстати, это единственное из французских кулинарных понятий, вошедшее в нормативный орфографический словарь русского языка. Между тем бёф-брезе у нас практически никогда не приготавливают ни в домашней, ни в ресторанной кухне ввиду его сложности. Обычное отваривание мяса с кореньями носит название бёф-бульи, или просто бульи. В этом случае мясо отваривается в таком виде, в каком оно поступило в продажу.

Для бёф-брезе мясо предварительно подготавливают: освобождают от костей, отбивают и плотно укатывают мякоть в компактный кусок, обвязывая его нитками, чтобы эта компактная форма поддерживалась при варке. Кроме того, мясо заливается кипящим *брезом* (см. жиром), а не водой, и помещается в тесную посуду (обычно в гусятницу), а промежутки между мясом и стенками посуды обкладываются различными овощами. Наконец, кастрюля покрывается пергаментной бумагой, а затем крышкой, и ее ставят в духовку, а не на плиту. Отваривание длится час на сильном огне. Три-четыре раза за это время мясо перевертывают и доливают брез. Спустя час снимают крышку и бумагу, сливают остатки бреза (жира) и в течение 10–15 минут *колеруют* мясо в открытой посуде на среднем огне в той же духовке. Подают, нарезав поперек волокон крупными кусками, полив мясным соком (жиром), гарнировав отварными овощами и жареным картофелем.

БЁФ-БУЛЬИ (фр. *bceuf-bouilli*). См. *бёф-брезе́.*

БЕФ-СТРОГАНОВ (встречаются также другие написания: Беф а-ля Строганов, Беф Строганов, мясо по-строгановски, бефстроганов). Популярное мясное блюдо, принятое в основную номенклатуру блюд системы общественного питания всех категорий (от ресторанов до столовых) и вошедшее после Второй мировой войны в номенклатуру международной ресторанной кухни как «русское блюдо», хотя таковым оно не является. Беф-строганов – не национальное, народное блюдо, а типичное изобретенное. Впервые оно появилось в конце XIX в., не ранее второй половины 90-х годов. Вошло в ряд поваренных книг, изданных в начале XX в., а относительно широкое распространение и известность получило только в советское время через систему общественного питания.

Блюдо названо в честь графа Александра Григорьевича Строганова (1795–1891 гг.), последнего в роду Строгановых, известного в научном мире тем, что он подарил громадную библиотеку, собиравшуюся более двухсот лет баронами и графами Строгановыми, Томскому университету, и тем, что по его проекту был основан Одесский университет, называвшийся первоначально Новороссийским. Долгое время А. Г. Строганов был генерал-губернатором Новороссии, жил и умер в Одессе, где был избран после отставки почетным гражданином города. Как человек исключительно богатый и как бездетный наследник обеих ветвей Строгановых (графской и баронской), Строганов, по обычаю вельмож, держал в Одессе «открытый стол». Это означало, что любой образованный или прилично одетый человек мог зайти на обед прямо «с улицы». Вот для таких открытых столов и было изобретено не самим Строгановым, а кем-то из его поваров своего рода гибридное русско-французское блюдо: мелкие кусочки мяса, обжаренные, но под соусом, причем соус подавался не отдельно, по-французски, а как русская подливка. Блюдо хорошо позволяло выдерживать стандарт, удобно делилось на порции и было в то же время вкусным. Его оценили прежде всего одесские авторы поваренных книг. Именно одесситы ввели его в широкий общероссийский оборот, и они же, разумеется, дали и название блюду.

Так как блюдо это стало известно «из вторых рук», значительно позднее того времени, когда его готовили сами создатели, его рецепт часто искажают, что и ведет обычно к ухудшению вкуса блюда.

Для беф-строганов берется обычно говяжья вырезка или филе поясничной части, которое вначале слегка отбивается в куске (!), а затем разделывается на прямоугольники 5–6 см длиной и 1 см толщиной. Из этих прямоугольников нарезаются узкие кусочки-полоски толщиной от 0,5 до 1 см. Мясо разделывается обязательно ***поперек волокон,*** иначе беф-строганов не раскусишь. Полоски панируются в муке и жарятся на сковородке, где предварительно дно заложено кружочками лука, так что непосредственного контакта мяса и дна сковородки не допускается. Огонь сильный. Но обжаривание ведется несколько минут до появления блеска мяса: оно должно выглядеть, как лакированное. В этот момент надо ***немедленно прекратить*** обжаривание, иначе мясо затвердеет. Затем бефстроганов кладется в сотейник (небольшую кастрюльку с длинной ручкой), заливается сметанно-томатным соусом (1 стакан сметаны, 1 ст. ложка муки, 1–2 ст. ложки томатной пасты или сока) и тушится 15–30 минут (в зависимости от качества мяса) на умеренном огне. Все приготовление блюда занимает около 1 часа. Беф-строганов подают с картофелем, жаренным во фритюре, и иногда со свежим помидором. Это наиболее подходящий по вкусовым признакам гарнир. Все блюдо, включая гарнир, должно быть обязательно горячим, иначе оно многое теряет как по вкусу, так и по консистенции.

БЕШАМЕЛЬ. Один из основных соусов французской и европейской кухни. Создание его приписывается гофмейстеру Людовика XIV Луи де Бешамелю маркизу де Нуантель, сыну известного ориенталиста, этнографа и дипломата, создателя музея восточного искусства в Париже Шарля М.-Ф. де Нуантеля-и-Д'Арженвий. Популярность соуса бешамель объясняется простотой его приготовления и универсальностью применения: он одинаково хорошо подходит к горячим мясным, рыбным и овощным блюдам. Кроме того, его легко варьировать, видоизменять, дополнять путем прибавления всего одного какого-либо нового (но, конечно, гармонично подходящего по вкусу) компонента. Технология его обычная для *соусов* (см. с. 925).

СОСТАВ

Масляно-мучная основа, где масло преобладает над мукой (100 г сливочного масла, 1 ст. ложка муки), кипящий бульон (мясной, рыбный, овощной – в зависимости от назначения соуса) – 2 ст. ложки; горячие сливки, свежая негустая сметана или, в крайнем случае, молоко – 1 стакан.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В основу вливают бульон, размешивают, не переставая подогревать, а затем небольшими порциями вливают молоко или сливки, все время поддерживая одинаковую густоту, непрерывно помешивая. После готовности в бешамель можно добавить 1–2 столовых ложки поджаренного для мягкости и светло-золотистого цвета мелкокрошеного лука, сдобренного солью, черным перцем, мускатным орехом.

В России бешамель улучшили еще тем, что прибавляли к нему после готовности 2–3 столовых ложки свежетертого корня хрена. Вместе с тем в последнее время под видом бешамеля часто приготавливают просто молочный соус, лишенный вкуса и аромата из-за отсутствия приправ и не дающий никакого представления о достоинствах истинного бешамеля.

БИВЕТЬ (рус, олонецко-поморское). Заготовлять впрок мясо, птицу, дичь, т. е. разделывать ее, солить и коптить, вялить, как правило, большими партиями, с осени на зиму. Например, «биветь гусиные полотки», т. е. забить гусей (преимущественно диких), разделать их на половинки, засолить предварительно в бочке и затем обработать в коптильне слегка, чтобы сохранить в неиспорченном виде. Все это выражается в Поморье одним глаголом – биветь.

БИГОС (бигус, бикус, пигос). Блюдо польской и белорусской кухни, своего рода горячая окрошка, приготавливаемая тушением в кастрюле смеси кусочков свинины (ветчины, корейки, шпига), лука, огурцов, капусты, но не с водой, а с квасом. Основной овощной компонент – капуста (две трети объема). Бигос тушат на слабом огне в два приема: вначале свинину отваривают в небольшом количестве воды до ее полного выкипания, затем добавляют овощи (огурцы соленые, а капуста – квашеная или свежая) и горячий квас и продолжают тушить до полной готовности всего блюда.

БИДЕРТ (нем. *biedert*). Сливочная смесь (эмульгированная), применяемая для кормления грудных детей. Приготавливается из разных сочетаний сливок, воды и молочного сахара.

БИЛЬТОНГ (англ. *biltong*). Высушенная на солнце и ветру баранина, «сухие консервы», приготавливаемые в Южной Африке бурами – переселенцами из Голландии. Сухое мясо стирается в порошок.

БИСКВИТ (ит. *biscotto,* фр. *biscuit,* от лат. *bis* – дважды и *coctus* – вареный). Кондитерское тесто и кондитерский «хлеб», приготовленный из муки, сахара и яиц, причем яиц по весу (или объему) намного больше, чем муки.

Бисквиты имеют массу разновидностей, в которых используются либо целые яйца, либо только белки и только желтки. Или же меняется мука: пшеничная, овсяная, рисовая, кукурузная, а иногда вместо муки используются печеный картофель, ржаные сухари, смолотые в пудру, или ореховый порошок. При этом меняется вкус, окраска, консистенция того или иного вида бисквита, но его технология приготовления и структура теста и выпеченного изделия остается неизменной. Определяющим для бисквитов является, таким образом, соотношение между незначительной мучной основой (иногда 50–100 г муки) и большой яичной массой (от 10 до 100 и даже 200 яиц, белков, желтков).

Большинство бисквитов имеет жидкое, льющееся тесто, что обусловливает обязательное использование формы при выпечке; форма (жестяная, медная, алюминиевая, фольговая, бумажная) обязательно обмазывается изнутри маслом и подпыляется мукой, чтобы предотвратить прижаривание жидкого теста. Выпекаются бисквиты долго – от 45 минут до 1,5 часа на очень слабом, щадящем огне, в духовке. Бисквиты широко используются в кондитерском деле как основа для тортов, пирожных, для приготовления сложных, многослойных пече-

ний и даже для конфет (как один из элементов). Бисквиты при этом проходят после выпечки различную обработку: с них снимают корочку, образовавшуюся при выпечке, пластуют, пропитывают соками, ликерами, вареньями, сиропами, глазируют шоколадом или сахаром, лимонной и апельсиновой глазурью, покрывают различными кремами, прослаивают мармеладом, патом, смоквой, повидлом и т. п. Из них делают сухари, используют для кремов и начинок бисквитную крошку.

В XVIII–XIX вв. бисквиты считались «пищей легкой, питательной, здоровой», врачи того времени ошибочно полагали, что «прикуска оных старым добрым вином составляет отменное сердце и желудок укрепляющее средство». Следуя этому нелепому совету, аристократия XVIII в. нередко заменяла хлеб бисквитами, что зачастую приводило к преждевременной смерти многих писателей, поэтов, философов конца XVIII–XIX вв. Так, например, из-за исключительного питания бисквитами погиб преждевременно Байрон, имевший до 25 лет отличное здоровье и в 21 год переплывший пролив Геллеспонт, отделявший Европу от Азии. Однако, начав по прибытии в Италию питаться только бисквитами с вином, Байрон уже через три года заболел тяжелой формой почечной, а затем и сердечной болезни и умер на 36-м году жизни, т. е. спустя десять лет.

Из всех бисквитов наименее «опасны» бисквиты из сухарей черного (ржаного) хлеба, имеющие темно-коричневый цвет и используемые в основном в тортах.

БИСКЮ (фр. *bisgue*). Блюдо южнофранцузской, каталонской и корсиканской кухни, распространенное во всем западном Средиземноморье, приготавливаемое из ракообразных (омаров, крабов, креветок, лангустов), сваренных в смеси сливочного и растительного масла с сухим белым вином и девятью пряностями (лук, порей, сельдерей, тимьян, майоран, паприка, лавровый лист, базилик, черный перец).

БИТКИ, БИТОЧКИ. Русское название отбивных котлет, главным образом бараньих, круглой формы, из вырезки и без косточки (с косточкой свиные котлеты называются не битки, а отбивные). Во французской кухне, откуда они пришли в XVIII в., носят название «медальоны». В XIX в. битки из-за незначительного количества пригодного для них сырья уступили место рубленым котлетам, для которых выбор сорта мяса не имел серьезного значения. В XX в. в ресторанной кухне битками стали постепенно называть рубленые котлеты круглой формы, так что сам по себе этот термин потерял первоначальный смысл.

БИТЫЙ ПИРОГ. Старое русское название пирогов, тесто которых взбивается на яичных белках. Современное название (с видоизменением старинной технологии) – воздушный пирог.

БИТЫЙ ПРЯНИК. Толстые паточные или медовые коврижки крупных размеров (до 2 м) и большого веса (известны битые пряники весом в пуд теста), изготавливавшиеся в Городце на Волге до конца XIX в. Иногда битые пряники делали тиснеными, т. е. получали узор путем оттиска с резных досок.

БИФШТЕКС (от англ. *beef* – мясо и *steak* – кусок). Английское национальное блюдо, получившее распространение во всей европейской кухне. В Россию пришло в XVIII в.

Для бифштекса берется говядина (бычье или воловье провесное мясо, выдерживаемое не менее двух недель после убоя при температуре не ниже +4 °С и не выше +8 °С, в проветриваемом помещении, на весу) из поясничной части, предпочтительнее вырезка или филе, которое режется крупными «кубиками» 65 или 75 см поперек волокон и жарится в собственном соку (на решетке на сильном огне в течение десяти – пятнадцати минут) без добавления соли или иных приправ. Центр бифштекса обычно остается сырым или сыроватым, но мягким, нежным. При сервировке на бифштекс кладется кусок сливочного масла (20–25 г) и посыпается пряностями: петрушкой, сельдереем, черным перцем.

БЛАМАНЖЕ (правильнее бланманже; от фр. *blanc* – белый и *manger* – есть). Так называются все виды непрозрачных (нефруктовых) желе, приготавливаемых с использованием молока, яиц, крупы (манной) или муки на желатине, с добавлением сахара, пряностей или ароматизаторов. Бламанже имеют чаще всего белый, кремовый или бежевый цвет, сообщаемый им молоком, сливками или добавками порошков кофе, какао, шоколада, а не яркий цветной, как фруктовые желе. Поскольку в состав бламанже входят такие продукты, которые содержат клеящие вещества (казеин молока, клейстер муки и круп), то добавка желатина в них незначительна, отчего они по консистенции отличаются от желе, гораздо нежнее и «жиже» их. Бламанже относятся к сытным сладким блюдам и подаются при наличии легкого, не особенно сытного обеда (рыбного и овощного), чтобы компенсировать общую калорийность. Несмотря на простоту приготовления, бламанже требуют величайшей тщательности в выдерживании пропорций продуктов и наблюдении процесса варки, ибо их вкус и консистенцию весьма легко испортить перевариванием. Эта капризность бламанже привела к тому, что это недорогое и вкусное блюдо практически исчезло с современного стола, и его заменили невкусные молочные или кофейные желе, совершенно отличающиеся от бламанже по вкусу и консистенции. Современное поколение знает о бламанже только из художественной литературы XIX в. Классические бламанже XVIII – начала XIX вв. обязательно включали в свой состав орехи: миндаль, фундук или грецкие.

РЕЦЕПТ НАСТОЯЩЕГО БЛАМАНЖЕ

1,5 л молока (или 1 л молока и 0,5 л сливок),
1 стакан любых толченых орехов,
50–75 г рисовой муки,
сахар,
мускатный орех,
цедра лимона – по вкусу.

Муку развести в 0,5 л холодного молока, остальное молоко и сливки вскипятить, всыпать орехи и вливать постепенно молоко с рисовой мукой, непрерывно помешивая. Добавить сахар, пряности и варить до загустения.

БЛАНКЕТЫ (от фр. *blanc* – чистый, белый). Кондитерский термин, означающий прямые, ровно, правильно, параллельными линиями нарезанные кусочки теста или выпечки (бисквитной, слоеной и др.), предназначенные в качестве полуфабрикатов для изготовления пирожных, пряников, печенья. Бланкеты, таким образом, промежуточный этап изделия, до нанесения на него крема, глазури, тиснения, рисунка и окончательного превращения в готовое пирожное.

БЛАНШИРОВАТЬ (фр. *blanchir* – побелеть). Широко распространенный термин в поварском и кондитерском деле, встречающийся чаще всего в искаженной форме: бланширить, обланширить, бланжирить. Означает быстрое обваривание или ошпаривание любого пищевого продукта: мяса, рыбы, овощей, фруктов, в результате которого они меняют (теряют) цвет – чаще всего белеют. Бланширование достигается либо окатыванием продукта кипятком в замкнутом сосуде (но не дуршлаге, где вода проходит), либо чаще всего мгновенным погружением продукта в кипяток (до 1 минуты). Дальнейшее пребывание в кипятке – уже варка. Бланшированием называют иногда и выдерживание продукта в жидкой среде до момента ее закипания, что не совсем верно.

Бланширование применяется как замена варки или для дезинфекции при приготовлении нежных пищевых продуктов, длительная варка которых ведет к потере витаминов или вкусовых свойств, либо с целью создать защитную пленку на поверхности продукта, купировать, заварить его, чтобы предотвратить потерю его соков при дальнейшей обработке.

Целесообразно бланшировать, например, такие нежные овощи, как цветная капуста, спаржа, артишоки, а затем употреблять их сырыми с соответствующими соусами. Бланшируют огурцы перед засолом, чтобы они «мягче» просаливались. В венгерской и балканских кухнях бланшируют все корнеплоды (морковь, репу, брюкву, редьку, свеклу) перед квашением или маринованием. В консервной промышленности бланшируют некоторые виды рыб (сардины, сайру), а затем кладут их просто в оливковое масло, где они «доходят» до готовности сами, без нагревания, сохраняя особую нежность. Так, например, марокканские нежнейшие сардины бланшируются, а португальские – погружаются во фритюр, отчего рыба приобретает более суховатую, жесткую консистенцию, хотя и те, и другие консервы изготавливаются из одного и того же сырья. Во французской кухне применяется бланширование мяса перед варкой, а не промывание его холодной водой, в результате которого из мяса вымываются белковые и клеющие вещества, сообщающие ему вкус и питательность.

БЛЁ (от фр. *bleu* – голубой). Легко (едва-едва) обжаренный или обжаренный лишь внешне, а внутри почти сырой. Термин употребляется в европейской кухне для обозначения первой степени обжаривания. До степени блё жарят только высшие сорта мяса и некоторые нежные овощи, например цветную капусту.

БЛИННИК. Род круглого пшеничного пирога, который начинен мелкосечеными гречневыми блинами, пересыпанными крутыми яйцами, луком, грибами и гречневой кашей.

БЛИНЧАТЫЙ ПИРОГ. Пирог, составленный исключительно из готовых пшеничных блинов, наслоенных один на другой с прокладкой-начинкой между ними из яиц, рыбы, лука. Края блинчатого пирога обмазываются кляром, состоящим из муки пополам со взбитым яйцом. Выпекается (а точнее – запекается и подогревается, так как все компоненты уже готовы, сварены) в форме, смазанной маслом, в течение 5–10 минут на большом огне в духовке. Наиболее целесообразная высота блинчатого пирога 10 см.

БЛИНЫ. Блин – испорченное от *млин* (от глагола мелить), т. е. изделие из намеленного, из муки. В русской кухне блюдо, приготавливаемое из жидкого дрожжевого теста, специально выдержанного до состояния максимального образования в нем углекислого газа, что сообщает тесту особую разреженность и быстроту приготовления. Блины разного типа, разной консистенции и из разной муки известны почти у всех народов, от англичан до узбеков. Наибольшее развитие это блюдо получило у славянских народов, где имеет только специфическую – дрожжевую разновидность. (В Западной Европе и Средней Азии блины приготавливают из пресного теста разного состава.)

Известны русские блины из пшеничной, ячневой, овсяной, гречневой муки и их различного сочетания, в разных пропорциях. Лучшая пропорция муки: 2 1/2 стакана пшеничной, 1 стакан гречневой. Обычная: 4 стакана пшеничной муки. Соотношение жидкости (вода + молоко) и муки в блинах: в равных долях по объему (на 3 стакана муки – 3 стакана жидкости), дрожжей – 10–15 г на каждый стакан муки. Кроме того, после подхода теста – перед выпечкой блинов – в него добавляется для улучшения вкуса небольшое количество сливочного масла (20–25 г на 3 стакана муки), а также горячее молоко или сливки и взбитый белок одного-двух яиц.

ПОРЯДОК ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛЕДУЮЩИЙ:

1. Приготовление опары.
2. Замес теста (мука, дрожжи, вода, масло, сахар, соль) и его выстойка, подход.
3. После подхода теста введение добавок (сливки, белок).
4. Выпекание блинов.

Блины выпекаются только на предварительно вычищенных солью с маслом и прогретых *черных* (чугунных) сковородках (без ручек). Перед выпечкой *каждого* блина сковородка смазывается тонким слоем растительного масла при помощи половинки луковицы, насаженной на вилку. Пока блин печется на одной стороне, другая, после затягивания пленкой, также смазывается маслом «луковичной щеточкой». Выпечка происходит с обеих сторон блина в течение 2 минут. Существует разновидность блинов с припеком, когда на поверхность блина тонким слоем наносится пастообразный пищевой продукт (творог, мясной или рыбный фарш) и быстро припекается к блину на разогретой сковородке (обычно же блины после изготовления сдабриваются маслом или сметаной или их едят с соленой (копченой) рыбой, икрой).

БЛИЧНИК, БЛИЧНЫЙ ПИРОГ. Пирог, начиненный несколькими слоями разных грибов. Грибная кулебяка.

БЛЮДО. Одно из древнейших слов не только русского, но и ряда индоевропейских языков. Существует в неизменном по написанию и произношению виде с IX в. В старославянском имело два варианта и два значения: *блюдо* – вместилище еды – отсюда меска, миска; и *блюды* – яства, кушанья. С XVIII в. стало *одним словом* с единственным и множественным числом: *блюдо, блюда* и с двумя значениями.

На других языках означает: в *древнеготтском* (откуда оно заимствовано славянами) – *миска,* в *древненемецком – квашня (biutta),* в *финском – стол (pöytä),* в *шведском – предлагать (bjuda).* Таким образом, несколько языков разделили между собой полное древнейшее праязыковое значение слова блюдо: *то, что предлагают за столом в миске,* т. е. еда, готовое кушанье.

БЛЯШКА. Русское название железного листа, используемого для выпечки небольших хлебных изделий: булочек, пирожков, бриошей, кренделей, слоек, плюшек. По международной терминологии – пирожный лист. (В отличие *от кондитерского листа* (медного), используемого для выпечки песочного и масляного печенья, и в отличие от противня (с бортами), используемого для бисквитов и пирогов.)

БОБЫ СУХИЕ. Порошок из поджаренных и перемолотых в муку бобов или фасоли, сдобренный сухой мятой и чесноком. Добавляется для придания аромата в супы, соусы и в подливки вторых блюд. Относится к старинным приправам ряда славянских кухонь: болгарской, сербской, македонской, украинской, а также румынской и молдавской. До конца XIX в. часто применялся также и в русской кухне.

БОДРЯШКА. Русское народное блюдо из гречневой муки, смешанной пополам или в иной пропорции с простоквашей. Было широко распространено как летнее, быстрое блюдо безогневой кухни. Имеет чрезвычайно древнее происхождение. Носило разные названия в разных областях России. (В восточной части Московской, Владимирской и Рязанской – *бодряшка,* в Калужской и Тульской – *дерёбка,* в Орловской, Липецкой, Тамбовской – *космоножка,* в Курской, Белгородской, Воронежской – *потепуха.*) К западу и северу от Москвы это блюдо вовсе не было известно.

БОДЯК ОГОРОДНЫЙ. Сорняк огородов (лат. *Circium oleraceum*), используемый в кулинарии. Дает из молодой зелени хорошие суповые отвары, применяемые для обогащения витаминами и придания яркого зеленого цвета различным супам и бульонам, а также нежные овощные пюре. Очень молодые листья годны и для салатов. В годы Великой Отечественной войны был рекомендован Наркоматом Обороны СССР в рацион полевых войск и дал хорошие результаты. В настоящее время незаслуженно забыт.

БОКАЛ (от ит. *bocca* – рот). Большая рюмка на высокой ножке, применяемая для слабоалкогольных или безалкогольных напитков – пива, фруктовых вод, минеральной воды, соков. В ряде областей к востоку от Волги, и особенно в Зауралье и в Сибири, бокалом неправильно называют фаянсовые стаканы со слегка закругленным дном.

БОЛЮС (от греч. *βολος* – земляная глыба). Особый вид съедобной глины. Представляет собой кремнекислый глинозем, содержащий окись железа. Встречается в форме твердых глыб глубокого, насыщенного красного цвета. Жирный на ощупь, легко растирается, во рту быстро тает. У римлян носил название «terra rubra» (красная земля), на востоке известен как армянская глина. С древнейших времен употреблялся в кулинарии ряда национальных кухонь (греческой, ассирийской, армянской, египетской, а в новое время – во французской, испанской, португальской) для подкрашивания пищи, а иногда и для усиления вязкости некоторых блюд. До появления синтетических, химических красителей добавлялся в шоколад, а также для подкрашивания саго (в Германии). Представлял собой самую невинную пищевую краску, не только безвредную, но и полезную при некоторых заболеваниях: при расстройстве желудка, слабости, бледной немочи.

БОМБО. Американский напиток XVIII – начала XIX вв., часто упоминаемый в исторической и художественной литературе, посвященной жизни в южных штатах США. Состоял из смеси рома (1/3), десертного виноградного вина типа муската (2/3) и небольшого количества жженого (карамелизированного) сахара. Постепенно вышел из употребления после ликвидации конфедерации южных штатов (войны 1860–1865 гг.). В последние годы имеются сообщения о попытках возродить этот напиток как «традиционный» на сборищах куклускласновцев.

БОНБОНЬЕРКА (от фр. *bonbon* – конфета). Красочно оформленная коробка для конфет. Первоначально бонбоньерки были двух видов: в форме куба или сундучка, глубокие и высокие – для постоянного хранения рассыпных конфет (эти бонбоньерки изготавливались из дерева или металла – серебра, меди, латуни, жести) и плоские – для укладывания хрупких конфет (с ликерной начинкой) в один ряд, с отделением для каждой конфеты – они изготавливались из картона, так как служили лишь для переноски конфет из кондитерской, и вначале были лишены украшений. Постепенно этот вид бонбоньерок стал доминировать, в них стали укладывать в основном лишь шоколадные конфеты, а внешнюю сторону коробки оклеивать цветной бумагой с рисунками. В настоящее время искусство бонбоньерок получило чрезвычайное развитие. Большие художественные бонбоньерки 60–70-х годов «Первый бал», «Люблю и поздравляю» и др. выпускались фабрикой «Красный Октябрь» в Москве и экспортировались в страны Западной Европы; фабрика «Рот-фронт» выпускала в 70–80-е годы серию тематических бонбоньерок, посвященных таким событиям, как космический полет «Союз» – «Аполлон» (1975 г.), с автографами космонавтов, строительство БАМа и др.; Сормовская кондитерская фабрика выпускала бонбоньерки с изображениями дымковской игрушки («Русский сувенир») и т. п. Ряд зарубежных кондитерских предприятий и фирм вкладывает в последнее время в бонбоньерки краткие описания содержимого с указанием, какая начинка заключается в какой конфете (при разнообразном наборе).

Таким образом, современная бонбоньерка является своего рода гарантийным паспортом изделия, она содержит информацию о фирме, фабрике, годе ее основания, качестве и на-

звании изделия (иногда с объяснением), месте производства, цене, весе и разновесе отдельных конфет, а иногда и об истории фирмы. Бонбоньерки являются поэтому предметом коллекционирования наряду с марками, значками и спичечными коробками, так как помогают собирать сведения по истории кондитерского производства.

БОНДА (белорус). Имеет четыре разных значения:

1. Небольшая буханка хлеба, чаще всего делаемая для детей, «игрушечная», или из остатков муки, которой не хватило на большую буханку. Колобок, булочка. Иногда употребляется уменьшительно: бондочка.
2. Закваска тестяная, ржаного теста. В этом случае произносится как *бондачка* (бонда) (Вилейщина).
3. Кусок сала или мяса от свежезабитой свиньи или овцы, который традиционно дарят соседу (Полесье).
4. Небольшой круглый пирог (Новогрудок).

БОРАГО. Огуречная трава. Травянистое растение с широкими овальными мохнатыми листьями, имеющими сильный запах свежего огурца, и с голубыми цветами. Сохраняет аромат только в свежем виде и теряет его при увядании и высушивании. Бораго не является пряностью, а только ароматическим растением. Его используют в салаты, окрошки, чтобы усилить запах огурцов, наряду с настоящими огурцами, если они вялы или утратили аромат. Так как мохнатая, иногда колющая поверхность листьев бораго неприятна для полости рта, то его нарезают очень мелко. Ошпаривать бораго нельзя – в этом случае он теряет не только вкус, но и цвет.

БОРАКИ. Армянские пельмени. Изготовляются в виде цилиндров, открытых сверху, так что начинка видна и находится как бы в стаканчике из теста. Поэтому бораки устанавливают в кастрюлю вертикально плотными рядами (обычно в два ряда, в невысокую кастрюлю). Фарш для бораки предварительно обжаривается. После укладки их в кастрюлю вливается немного крепкого бульона с маслом (чтобы бораки не склеились), и они припускаются под плотно закрытой крышкой на слабом огне 15–20 минут, после чего их вынимают, дают стечь бульону и обжаривают на сковороде до золотистой корочки. Едят с подливкой, приготовленной из мацуна (кислого молока) с тертым чесноком.

БОРАНИ (груз.). Кулинарная традиционная композиция грузинской кухни, особенностью которой является расположение основного компонента блюда (мяса, птицы) между двумя слоями овощей (стручковой фасоли, шпината, баклажан и др.). Вся эта композиция заливается обычно мацони (специально сквашенным молоком) с добавлением пряностей. Так как борани – название, относящееся к композиции блюд, то всегда необходимо указывать, какое борани имеется в виду. Таким образом, блюда типа борани должны носить всегда название из двух слов, например борани баклажанное, борани шпинатное, борани из цыплят и т. д. На практике, однако, это не всегда соблюдается, отсюда даже в ресторанных меню подчас самые различные блюда – и овощные, и мясные, и яичные – носят название борани. На самом деле борани – не блюдо, а название типа большого числа блюд, причем это название относится не к составу блюда, а к его композиции: основная часть (жареная) между двумя слоями (отварными).

Обе части приготавливаются раздельно и соединяются в борани только на тарелке перед подачей к столу. В грузинской кухне особенной любовью пользуется борани из цыплят со стручковой фасолью.

БОРДО (или **БОРДОСКИЕ ВИНА**). Общее название нескольких марок французских вин, производимых в департаменте Жиронда со столицей Бордо. В более широком смысле к бордоским относят также вина, производимые в департаментах Дордонь, Гаронна-и-Ло, Ло, т. е. на юго-западе Франции. Бордоские вина в основном красные, хотя имеются и белые (почти десяток разновидностей). Все они принадлежат к столовым и делятся, как и большинство французских вин, на высокие и ординарные. За пределами страны известны, как правило, высокие (или «тонкие») бордоские вина, одновременно являющиеся наиболее употребительными. Они считаются самыми душистыми и самыми «мягкими» (слабоалкогольными). До середины XIX в. они занимали третье место в ряду высоких (гранд) французских вин после *бургонских* (см. с. 798) и *шампанских.* Но уже в начале нынешнего столетия бордоские становятся лучшими из всех французских вин. Такое возвышение их объяснялось прежде всего исчезновением старых лоз Бургундии, в результате чего произошло резкое ухудшение качества бургундских (бургонских) вин, в то время как бордоские остались по качеству, по сути, неизменными.

Бордоские вина «не пьянят». Это их основное отличительное свойство по сравнению с «горячими» сухими винами, каковыми издавна считались бургундские, а также по сравнению с «коварными» шампанскими.

Вот как поэтически образно и вместе с тем очень точно характеризовал А. С. Пушкин бордоские вина (в сравнении с шампанскими):

К Аи я больше неспособен;
Аи – любовнице подобен,
Блестящей, ветреной, живой
И своенравной и пустой…
Но ты, Бордо, подобен другу,
Который в горе и беде,Товарищ завсегда, везде,
Готов нам оказать услугу
Иль тихий разделить досуг,
Да здравствует Бордо, наш друг!

(«Евгений Онегин», гл. 4, XLVI)

Так как Бордо не является названием конкретного вина (определенной марки), а есть общее, собирательное обозначение трех-четырех десятков вин, приведем ниже перечень основных бордоских марок (это имеет значение при чтении и переводе не только зарубежной литературы, но и русской классической, где часто упоминаются те или иные названия марок вин без объяснения, к какой категории они относятся):

Белые бордоские: Сотерн, Сотерн-Салюс, Шато-Икем, Сент-Круа, Карбонье, Понтак, Пюжоль, Лянгон, Грав.

Красные бордоские: Шато-Лафит, Шато-Марго, Шато-Латур, Шато-Ляроз, Шато-Го-Брион, Сент-Эстеф, Сент-

Жюльен, Сент-Эмильон, Бран-Мутон, Розан, Горс, Леовиль, Пишон, Калон, Польяк, Пессак, Реньяк, Кастельно, Медок.

БОРКАННИК. Название морковного пирога (ржаной пирог, начиненный морковью с крутыми яйцами) в Псковской, Новгородской и Тверской областях. Название происходит от эстонского *поркан, поргандид* (морковь) и указывает на наличие тесных торговых и кулинарных связей между Новгородской Русью и народами Прибалтики с глубокой древности.

БОРНАЯ КИСЛОТА. В кулинарии применяется как средство против закисания молока, для сохранения свежести пива, мяса. Борная кислота входит в порошок *галактофиль* для сохранения молока (чайная ложка борной кислоты (сухой), 4 чайные ложки сахарной пудры). На 1 л молока или пива достаточно порошка борной кислоты на кончике ножа.

Широко рекламируемые в Западной Европе пищевые патентованные порошки-консерванты для сохранения мясных продуктов есть не что иное, как простая борная кислота с небольшими добавлениями селитры, глицерина, соли и сахара. Иногда такие консерванты не безвредны. Гораздо безопаснее использовать в экспедициях, в полевых условиях для сохранения рыбы, мяса раствор борной кислоты в спирте в пропорции 1:9 (не путать с борным спиртом как наружным средством!). На 1 кг мяса 2 столовые ложки раствора борной кислоты (побрызгать).

БОРОВАЯ КАША. Каша из так называемой боровой крупы или бора (*Milium effusum*), называемого также черным просом, птичьим пшеном. Употреблялась прежде в областях Нижнего Поволжья и в Калмыкии.

БОРЩ. Основное первое блюдо украинской кухни. Получило широкое международное распространение и признание. Имеет около дюжины разновидностей, что связано с разобщением в прошлом украинских земель, с существованием разных частей украинского народа в России, Польше, Молдавии, Румынии, Чехословакии, с влиянием на формирование украинской кухни турецких, ногайских, крымских, польских, венгерских, молдавских, греческих, русских кулинарных обычаев и вкусов. В связи с этим в борщах используется не только свинина, но и говядина, баранина, ветчина, сосиски, курятина, утятина, гусятина или же только костный бульон (без мяса).

Еще более разнообразна в борщах овощная часть: сюда могут входить – картофель, капуста, кабачки, фасоль, помидоры, яблоки, репа, морковь, стручки гороха, болгарский перец, кукуруза.

Но независимо от того, сколько и какие из этих овощей будут присутствовать в борще, основным, главным и определяющим вкус овощным компонентом будет свекла. Она может быть свежей, квашеной, в форме свекольного рассола и свекольной ботвы, но она всегда будет доминировать и по вкусу, и по цвету в любом виде борща.

Важной отличительной стороной борща является также большое, обильное употребление в нем пряных растений. Без лука (репчатого и зеленого), чеснока, перца (красного и черного), любистока, дудника (анжелики), укропа, майорана, чабера, кишнеца, петрушки, сельдерея – не может быть хорошего, настоящего борща, распространяющего дразнящий аппетитный аромат. Некоторые виды борща, наряду с мясной и растительной частью, имеют, кроме того, и засыпку из тестяных изделий. Так, в полтавский борщ добавляют галушки, в литовский (или староволынский) – маленькие пельмешки – колтуны, в одесский – ушки (небольшие кусочки теста) или лапшу, в черниговский (батуринский, малороссийский) – мучную подболтку.

Наконец, важной отличительной чертой борщей следует считать и то, что их жидкая часть лишь частично состоит из воды (вода идет на выварку мяса или костей), а главным образом из специальных борщевых жидкостей: кваса-сировца, свекольного кваса, свекольного рассола или в крайнем случае – обычного хлебного кваса. Выбор той или иной жидкости зависит от состава борща, связан с его наименованием и оказывает, естественно, влияние на общий вкус блюда. Вот почему львовский борщ не похож на одесский, полтавский на волынский, черниговский на киевский, закарпатский на харьковский и т. д. К некоторым видам борща могут быть добавлены еще и грибы и горчица. Но общей, как и свекла, является такая заправка, как сметана. Она входит в состав почти всех борщей, кроме одесского и литовского, приготавливаемых на курином и гусином бульонах.

Таким образом, уже по своему составу, по набору продуктов борщ является сложным блюдом, куда входит в среднем до 20 и более компонентов. Что же касается технологии приготовления, то борщ не менее сложен, ибо принадлежит к числу заправочных супов, часть продуктов которого предварительно пережаривается или пассеруется на сковородке, а лишь потом закладывается в предварительно подготовленный бульон.

Общая варка настоящего, хорошего борща длится не менее 2–3 часов (в случае использования мяса). Но и это еще не все. Принадлежностью настоящего борща являются еще пшеничные пампушки или пышки с луком; только с ними, а не с черным хлебом по-настоящему оценивается вкус истинного украинского борща.

БОРЩЕВИК СИБИРСКИЙ (*Heracleum sibiricum*). Крупное травянистое растение, применяемое в кулинарии нескольких национальных кухонь (в основном у народов, не использующих грибов). Имеет закавказскую разновидность (по-грузински – корквета, по-армянски – бох, бохи). Дает из листьев суповые отвары с нежным грибным ароматом. Пластинки листьев в молодом состоянии хороши для салатов. Черенки стеблей маринуются и употребляются как гарнир ко вторым блюдам. В некоторых местностях из борщевика делают также овощную «икру», напоминающую баклажанную, но с запахом и вкусом грибов.

БОРЩОК. Блюдо русской и украинской кухни, отличающееся от борща тем, что предназначено для постного стола. Борщок готовится на грибном бульоне из сухих белых грибов. В его состав входят свекольная ботва, репа, капуста, яблоки, кабачок, лук, сельдерей, порей, петрушка, укроп, чеснок, черный перец. Словом, миниатюрный борщ – борщок.

Подкисляется борщок лимоном, забелку делают простоквашей из снятого молока. Наряду со свекольной ботвой используется порой крапива, лебеда. В этом случае лимонное подкисление абсолютно необходимо. В борщок по традиции не входят все красные (скоромные) овощи: свекла, морковь, помидоры, красный перец. Овощи в борщок закладываются сырыми, без предварительной пассеровки или поджаривания, масла и сала не кладут. Борщок как грибное блюдо был более распространен в России, чем на Украине. Это легкий, освежающий, очень приятный по вкусу суп, но сильно отличающийся от традиционного наваристого украинского борща.

БОСМАНА. Древнерусское название дорожной пищи – хлеба, холодной закуски.

БОТА. Кожаный мешок (бурдюк) для хранения вин в Испании и Португалии.

БОТАНЕЦ. Твердая лепешка из разных видов муки, отличительной чертой которой является не ее состав, но то, что она не рассучивается скалкой, а тесто для нее сбивается мутовкой. В разных районах России ботанцы, как и пряники, имели свой особый состав: в Тамбовской области – ржаные, во Владимирской – пшеничные, в Ивановской – ячневые, в Пензенской – гороховые, в Оренбургской – гречневые. По форме ботанцы либо были тонкими, как блины, либо доходили до 2 см толщины. В старину ботанцы подавали на посиделках и ели в течение всего вечера, отщипывая по небольшому кусочку во время разговора. Таким образом, в России ботанцы играли роль семечек, неизвестных в центральных областях до середины XIX в. и пришедших в районы с русским населением с Украины лишь не более чем сто лет тому назад.

БОТВИНЬЯ. Холодное суповое блюдо на квасу из отварной свекольной ботвы, крапивы и лебеды, зеленого лука, огурцов и слегка отваренной красной рыбы, как свежей, так и соленокопченой. Кроме того, в ботвинью добавлялась огуречная трава (см. *борago*) и укроп.

БОУЛЬ (анг. *bowl*). Чашка в форме полушария, на низкой ножке, иногда даже совсем без всякой ножки. Боулем называется также разновидность английского пунша, приготавливаемого в этом сосуде.

БРАГА (от сканд. *brygga* – варить пиво). В Скандинавии домашнее пиво из ржаной муки, солода (ржаного или ячменного) и хмеля; известно с IX–X вв. В России это слово стало известно довольно поздно, в первой половине XVII в., и было занесено в период шведской интервенции в Новгороде в 1610–1612 гг., а распространение получило гораздо позже. Означает тот же продукт, который до XVII в. назывался полпиво или полпивцо (соответственно – бражка) – домашнее пиво, каждый раз разного качества, часто недоваренное, с добавлением различных ароматизаторов. Варилась в разных районах страны из овса, ржи, пшена, ячменя. Все это обусловило наличие самых разнообразных эпитетов к слову брага, которые уточняют характеристику напитка, в то время как термин *брага* крайне неопределен и не дает возможности установить, о какого рода напитке идет речь. Поэтому брага простая, брага хмельная, брага овсяная, пшеничная, пермяцкая (с малиной), сусляная, густая, сладкая, медовая – все это, по сути дела, разные напитки, имеющие лишь сходную технологию, но разное пищевое сырье, разный вкус и воздействие на здоровье человека.

БРИДОСТЬ или *асперация* (от старославянского *бридъкъ* – грубый, сырой, неотесанный, необработанный; латинское соответствие *aspere* – шероховатый, грубоватый, колкий). Интернациональный кулинарный термин, употребляемый в кулинарии разных стран на своих национальных языках и имеющий в каждой стране национальное, незаимствованное происхождение, что указывает на его чрезвычайную древность. По-видимому, возник одновременно с возникновением кулинарного искусства и ремесла.

Имеет два значения:

1. Отсутствие кулинарного вкуса, равнозначное понятию отсутствия слуха у музыканта.

2. Временная потеря или искажение вкуса у повара или кондитера, аналогичная временной потере голоса у певца. Это так называемая функциональная бридость.

Такая бридость является результатом переутомления, возбуждения, заболевания органов внутренней секреции или следствием ожога полости рта в результате пробования слишком горячей пищи или напитков.

Существует неписаное правило, что повар или кондитер в случае возникновения бридости должен немедленно прекратить работу у плиты и обратиться к врачу для получения отдыха до тех пор, пока бридость не исчезнет, независимо от того, есть ли у него температура или какое-либо объективное заболевание, или же бридость проявляется только субъективно. В прошлом хозяева ресторанов в случае бридости сами освобождали поваров от работы без всякого врачебного разрешения: достаточно было заявления самого повара.

Бридость – единственный из профессиональных недугов, установление которого принадлежит самому пациенту, а не врачу, так как нет никаких способов установить это ощущение объективно.

Это правило было обусловлено тем, что повар с бридостью, оставшийся на кухне, подвергал риску испортить пищу и здоровье большого числа людей.

С целью предотвратить бридость и сохранить свежесть вкусового ощущения в течение всего поварского рабочего дня издавна предпринимались различные меры. Во-первых, разработана была система опробования блюд в определенной последовательности. Во-вторых, повар в течение рабочего дня непрерывно время от времени должен был ополаскивать полость рта различными освежающими (в основном фруктовыми и овощными) составами или ключевой водой. В-третьих, уже в XVIII в. было установлено правило, что повар имеет право поесть только после того, как приготовлен не только завтрак, но и обед, т. е. непосредственно перед отпуском обеда к столу, не ранее 12 часов дня. Напоминанием об этом правиле до сих пор осталось время открытия ресторанов, приуроченное на 12–13 часов, когда поел главный повар.

В силу всех этих причин поварская профессия считалась тяжелой, трудной, изнурительной, что резко расходится с на-

шим теперешним представлением, рисующим работу повара как некое катание сыра в масле.

В кондитерском деле бридость возникает довольно часто, но длится обычно недолго – два-три часа. Это результат высокой температуры кондитерских цехов, особенно производящих печенье, и насыщенности воздуха цехов одуряющим сладким запахом. Кондитерская бридость обычно проходит, если употреблять крепкий, горячий, несладкий чай или глотать взбитые сырые яичные белки со льдом.

БРИНЧОБА. Блюдо таджикской кухни: загущенный суп. В его состав входят рис, картофель, лук, помидоры, морковь, масло растительное или курдючное сало, сметана и пряности: лавровый лист, красный перец, кинза (1 стакан зелени).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НЕСЛОЖНО:

лук, помидоры, морковь обжариваются на масле, перекладываются в кипящую воду (2–3 л) и засыпаются рисом (1 стакан). После полуготовности риса добавляется картофель мелкими кубиками – в 1 см, бринчоба солится и заправляется пряностями (вместо кинзы можно использовать зелень петрушки). После полной готовности суп заправляется двумя стаканами сметаны.

БРИОШ. Сдобная булочка особой формы (как бы состоящая из нескольких сросшихся шариков), названная так по имени изобретателя – французского кондитера Бриоша. Суть изобретения состояла в том, что сдобное тесто, приготовляемое на опаре, на сутки задерживалось в росте, так как помещалось на мороз, а на следующие сутки, будучи втиснуто в слишком тесную для него форму, подымалось необычайно быстро и поэтому давало непривычную форму подъема – не купол, а ряд маленьких, но высоких куполов – шаров, количество которых определялось надрезами теста в форме. Бриоши имели мягкое, воздушное, тающее во рту тесто, изготовлялись очень сдобными, сладкими и подавались как булочки к чаю.

Длительность приготовления бриошей постепенно привела к упрощению их технологии (а отсюда и к изменению вкуса) и даже к отказу от их слишком хлопотного производства. Теперь часто бриошами называют просто полусдобный хлеб или булочки, имеющие форму, похожую на бриоши, т. е. состоящие из трех-четырех крошечных булочек-шариков, соединенных вместе. К настоящим бриошам такие хлебные изделия никакого отношения не имеют.

БРОМАТОЛОГИЯ (от греч. *βρωμα* – пища). Наука о способах питания.

БРУСНИКА. Лесная ягода. Один из важных вкусовых компонентов русской кухни, создающий для нее национальный колорит. Употреблялась в виде добавок сока в мясные блюда и овощные гарниры. В качестве отдельных изделий изготовлялись: брусника моченая, брусника квашеная, брусничный взвар с луком, полукислая брусничная кашка с медом к дичи, брусничная вода (как аперитив и замена кваса), а также кондитерские изделия – брусничное варенье, пастила и кисели. Кроме того, брусника использовалась в кулагах, солодухах, пряниках и других тестяных изделиях русской кухни.

БРЫНЗА (овечий сыр). Важнейший кулинарный компонент молдавской, румынской, болгарской и македонской кухни. Употребляется как добавка в овощные блюда, в начинки для пирогов (плэчинт, вертут), особенно в сочетании с картофелем, в мамалыги, к мясным блюдам и супам в тертом виде для придания характерного аромата молдавской кухни. В самостоятельном виде употребляется как закуска, причем для этого брынзу надо бланшировать или запекать в фольге в духовом шкафу тонкими пластами в 1 см толщиной. Этот прием повышает вкусовые качества брынзы, облегчает ее усвоение. Наиболее характерное сопровождение к блюдам, включающим брынзу, – жареный лук, чеснок, сельдерей, баклажаны, пшеничный хлеб, картофель. К брынзе хорошо подходит легкое сухое молодое молдавское вино или виноградный сок-сырец – муст. Превосходные блюда дает смесь из тертой брынзы с разваренной тыквой – это и питательное пюре.

БУБЕРТ. Блюдо немецкой и прибалтийской кухни. Сытное сладкое, подаваемое на завтрак вторым блюдом и на обед – третьим. Состоит из манной крупы, молока (сливок), яиц, сахара и какого-либо кислого фруктового сока или жидкого киселька (лимонного, клюквенного, смородинного). Особенность буберта и его отличие от каш состоит в том, что он не варится, а лишь заваривается – это оказывает решающее влияние на формирование особого вкуса.

Буберт более питателен и более наделен витаминами по сравнению с манной кашей. Все это делает его ценным блюдом для детей. К сожалению, о бубертах почти не знают за пределами Прибалтики. Поэтому целесообразно привести здесь подробный рецепт.

СОСТАВ

3/4 стакана манной крупы,
0,5 л молока,
4 яйца,
10–15 кусочков сахара-рафинада,
1 ч. ложка сухой лимонной цедры или цедра с одного лимона,
стакан клюквенного сока или киселек из лимонного сока.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В кипящее молоко засыпать манную крупу, быстро размешать, две минуты прогреть на слабом огне, помешивая, затем снять с огня и продержать под плотно закрытой крышкой до полного впитывания крупой молока – 10–15 минут. Желтки растереть с сахаром, белки взбить отдельно. Желтки осторожно вводить в буберт при температуре не выше 70 °С, все время энергично размешивая, затем ввести цедру и белки. Все время размешивать, даже после полного введения белков минуты две-три. Затем буберт еще раз взбить и добавить фруктово-ягодный сок.

БУЖЕНИНА (белорус.). Отваренная особым способом свинина, *блюдо холодного стола* (см. с. 251, 948), подается с горчицей и хреном.

Буженина приготавливается только из *молодой свинины*, из окорока, вырезки или из поясничной части *подсвинка*. Обычно берется кусок весом не менее 3 кг, с кожей.



ПОДГОТОВКА И ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Кожу выскоблить, отвернуть (не срезая окончательно!) и нашпиговать мясо под кожей поглубже салом и чесноком, а его поверхность натереть солью с черным перцем и воткнуть в подкожное сало несколько бутончиков гвоздики (пряности). Затем закрыть кожу, крепко обвязать кусок буженины шпагатом в нескольких местах (только не синтетическими нитями!) и поставить вариться на 3 часа. Варить сразу в кипятке, на умеренном огне, с пряностями так, чтобы буженина вначале целиком была покрыта водой, под плотно закрытой крышкой. Во время кипения обязательно снимать пену! Воду ни в коем случае не подливать.

ПРЯНОСТИ ДЛЯ БУЖЕНИНЫ:

2 луковицы,
1 петрушка-корень и зелень,
8 лавровых листов,
6–8 зерен ямайского (душистого) перца,
10–12 зерен черного перца;
соль добавить через полтора-два часа после начала кипения, из расчета 1/2 ч. ложки на каждые 2 кг мяса.

БУКЕТ. Дегустаторское и титестерское понятие, характеризующее совокупность органолептических типичных признаков данного продукта (обычно относится к напиткам – виноградным винам, чаю, кофе). Букет – это вся совокупность вкусовых и ароматических черт, неповторимых в другом виде того же напитка и типичных лишь для данного сорта, вида, типа. Отсутствие букета – основание для понижения сортности напитка, ибо букет – высший показатель качества напитка, отличающий его как от других типов того же напитка, так и от напитков того же типа, но разного качества. Букет определяется только органолептически, субъективно, дегустатором или титестером. Этот показатель не совпадает с объективными данными о качестве продукта: его свежестью, калорийностью, химическим составом, процентным содержанием и соотношением различных веществ. Даже если объективные показатели не выходят за пределы нормы или высокие, но букет отсутствует, сортность продукта снижается. Таким образом, букет – важнейший и решающий показатель качества.

БУКЕТ ГАРНИ (фр. *bouquet garni* – сборный букет, букет необходимых принадлежностей). Традиционное международное название сочетания сухих пряных трав, используемых в супы. Термин взят из французской кухни и получил широкое распространение.

Букет гарни может быть малым (сокращенным) и большим (расширенным). В малый букет гарни входят: лавровый лист, петрушка, сельдерей и тмин. Иногда добавляется черный или красный перец, в зависимости от вида супа.

Большой букет гарни состоит кроме перечисленных пряностей еще и из кервеля, эстрагона, базилика, чабера, майорана, розмарина, пимпинеллы. Бывает иногда еще средний букет гарни: в этом случае к постоянному набору малого букета по желанию прибавляется две-четыре пряные травы из большого набора, в зависимости от характера супа (мясной, овощной, куриный, рыбный).

Букет гарни опускается в кипящий бульон в виде пучка, соединенного ниткой, за 5 минут до готовности, затем вынимается. Он может быть использован многократно после сушки (но не более трех раз).

БУЛАМИК. Узбекская каша из кукурузной муки с добавлением мясного фарша.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Мука разводится в молоке и отваривается до загустения (500 г муки на 0,5 л молока). 250 г фарша обжаривается на масле с двумя мелко нарезанными луковицами. Затем обе части в горячем состоянии перемешиваются, и буламик стоит под крышкой 10–15 минут для упревания. Эта каша быстро приготавливается и очень питательна.

БУЛДАВА (белорус). Толченый отварной картофель, пюре.

БУЛКА (от фр. *boule* – шар). Русское название всякого белого хлеба (в отличие от черного, называемого просто хлеб), получившее распространение с середины XIX в. в связи с тем, что черный хлеб пекся в пекарнях русскими пекарями, а белый – булки – немецкими булочниками (в булочных). Старые русские виды белого хлеба, получившие развитие отдельно от булочного производства, носили самостоятельные названия, так как имели иные технологические правила, чем выпекание булок – долго остававшееся секретом немецких и французских пекарей. Русские виды белого хлеба назывались: калач, сайка, сгибень, или витушка, ситники – и выпекались в основном только в Москве. Отсюда – московские сайки, московские калачи, ситники. Позднее калачи стали выпекаться также в Муроме, Саратове. Витушки – в Калуге.

В южных областях России и Украины булкой называют любой пшеничный хлеб, независимо от места и традиции производства.

В Московской и Ленинградской областях до 1947 г. небольшой батон белого хлеба назывался французской булкой по традиции (ныне – городская булка).

БУЛЬБЕНЯ (гульбеня). Белорусское, польское и литовское местное крестьянское наименование картофельного супа или запеканки из картофеля.

БУЛЬОН. Навар, образуемый в результате варки мяса, домашней птицы, рыбы или овощей. Бульоны обладают различной концентрацией, крепостью, что зависит от процентного соотношения количества варимого продукта и воды, а также от разного числа варок (можно в уже готовом бульоне вновь отваривать рыбу или овощи, многократно повышая тем самым концентрацию бульона). Бульоны употребляются как самостоятельные блюда (супы) и в этом случае либо процеживаются, либо осветляются специальными оттяжками, а также подкрашиваются естественными красителями. Поэтому в ресторанной практике различают бульоны светлые и красные. Чтобы увеличить сытность бульонов, к ним придаются различные мучные добавки: пирожки, булочки, сухарики – или они засыпаются макаронами, вермишелью, лапшой, кнелями, крупой (чаще всего – рисом) или профитролями, хлопьями из кукурузы и пшеницы.

Бульоны – блюда в основном немецкой и французской кухни, получили распространение в ресторанной кухне как быстроприготавливаемые, поскольку их основу – чистый бульон – всегда можно быстро дополнять и варьировать добавками. На практике, однако, бульоны – пища весьма нездоровая, однообразная во вкусовом отношении и, кроме того, легко доступная фальсификации: обычно «крепость» бульонов легко имитируется добавлением лишней соли. Кроме того, бульоны всегда долго хранятся, и отсюда в них чаще возникают распады органических веществ.

В последнее время бульоны все более уступают место супам национальных кухонь, обладающим большей вкусовой и ароматической оригинальностью и более высокими питательными качествами.

БУНДЕЧКА. Западнорусское, смоленское название всякого постного жидкого кушанья, чаще всего тюри, супов, кашиц.

БУРГА (белорус). Жидкая каша, водянистая, немасляная каша, отчасти соответствует русскому термину – кашица.

БУРГОНСКОЕ (или, реже, **БУРГУНДСКОЕ**). Русское традиционное название высоких французских вин разных типов (сухих, белых, красных, игристых, десертных), обладающих тем общим признаком, что они изготавливаются из винограда, растущего в департаменте Кот д'Ор вблизи города Дижона (северо-восток Франции).

Бургонские вина были первыми из фряжских (французских) вин, ставших известными в России уже в XV в. До тех пор здесь были знакомы только с греческим вином – мальвазией (с острова Самос). Мало кто знает, что известное по древним летописям, документам, историческим романам ценнейшее вино *романея* (столь часто упоминаемое и в «Князе Серебряном» А. К. Толстого, и в «Петре Первом» А. Н. Толстого, и в «Разине Степане» А. П. Чапыгина) – это бургонское красное сухое вино лучшей марки «Романе-Конти». Правда, в середине XIX в. виноградники Бургундии пострадали и были выкорчеваны, в результате чего знаменитые лозы горы Кот д'Ор изменили свой характер, стали давать виноград худшего качества. В годы Второй мировой войны почвы Бургундии были засорены осколками снарядов, залиты бензоотходами немецких танков и грузовиков, а виноградникам вновь был нанесен урон. Все это привело к тому, что бургонские вина того качества, которое создало им имя в истории Франции и других стран Европы, фактически исчезли.

Одной из особенностей бургонских вин была всегда их высокая степень хранимости, причем они обладали прекрасной способностью улучшать свои свойства по мере хранения. В годы войны немцы вывезли из Дижона и его окрестностей десятки тысяч бутылок старого бургонского многолетней выдержки (вплоть до трехвековой). В настоящее время в энотеках (винных хранилищах) Франции и других стран имеются отдельные экземпляры бургонского, срок давности которых исчисляется в 200–300 лет. Только они могут дать представление об этом прославленном и не похожем ни на одно другое в мире, теперь уже вымершем вине, напоминание о котором содержится в таких названиях, как Монраше, Мерсо, Шабли, Шарм, Пти-Бургонь, Кло-Вужо, Савиньи, столь знакомых нам по романам Дюма, Флобера, Гюго, Ромена Роллана.

БУТЕНЯ. Русское народное блюдо, широко используемое в страдную пору (в период уборки урожая) и состоящее из домашнего творога, смешанного с горячим или холодным *топленым молоком.*

Особенно было характерно в XVIII–XIX вв. для быта крестьян Ярославской, Владимирской, Ивановской и севера Нижегородской областей.

БУФЕТ (от лат. *bufetum* – блестящий, щегольский стол). Слово это было заимствовано французским языком из средневековой латыни и приобрело в течение веков несколько значений, каждое из которых так или иначе связано по смыслу с первоначальным.

Буфетом прежде всего во Франции стали называть особый шкаф, где находилась особо ценная столовая посуда – фарфоровая и серебряная. В связи с этим буфеты, во-первых, были разделены на несколько отделений сообразно с видом и назначением столовой посуды и приборов и, во-вторых, были снабжены дверцами и запорами. Уже в XVII в. буфеты-шкафы приобрели тот вид, который сохранили почти до наших дней и который оказался наиболее рациональным: верхние полки со стеклянными или закрытыми (непрозрачными) дверцами для стеклянной и хрустальной посуды, выдвижные ящики – для металлических столовых приборов, основные массивные нижние закрытые полки для тяжелой фарфоровой и металлической посуды – тарелок, блюд, чаш, чайников и т. п.

Нижнюю и верхнюю часть буфета разделял стол с нишей. Эта конструкция оказалась одной из тех «вечных» конструкций, которую, несмотря на все модернизации, смену эпох и вкусов, так и не смогло поколебать время. Буфетный стол был удобен для подготовки приборов, перед выносом их к столу. Он впоследствии дал и еще одну идею – подготовки тут же закусок, что привело к появлению еще одного значения слова «буфет».

Характерно, что конструкция буфета оказалась настолько удобной, что ее, не переделывая, восприняли все народы Европы. При этом каждый находил свое оригинальное применение, например, такой части буфета, как ниша. Во Франции в ней располагали бутылки с вином, вазы с фруктами, в Германии – декоративные вазы, большие пивные кружки (свинцовые, фарфоровые, в конечном счете также игравшие декоративную роль), в России в нишу ставили самовар на подносе, чайник для нагревания воды, иногда, если буфет был высоким и ниша большая, помещали медный таз для варки варенья. Эти приборы играли одновременно и декоративную роль, служа украшением интерьера. Постепенно буфетный шкаф стал средоточием богатства семьи или, во всяком случае, отражением достатка.

Уже в XVIII в. *буфетом* стали называть не только сам шкаф, но и комнату рядом с кухней или гостиной, где находился шкаф-буфет. Эта комната в ряде случаев использовалась для подготовки готовых холодных блюд, для предварительной сервировки и отбора напитков. Тем самым холодный стол и холодные напитки оказались отделены от кухни и теснее «привязаны» к буфетной комнате.

В ресторанах, которые особенно пышно расцвели в начале XIX в., в таких буфетных комнатах стали делать загородку-стойку, отделявшую ценный шкаф-буфет от публики. Для надзора за буфетом и его содержимым выделялся особый человек – буффетье, т. е. ответственный за буфет. Постепенно на него стали возлагать наряду с обязанностями надзора за буфетом и выдачей посуды также обязанности разлива холодных напитков и приготовления самых простых, примитивных закусок – бутербродов. Стойка была расширена – из загородки она превратилась в узкий стол. В конце XIX в. в США с другой стороны стойки придумали выставлять высокие табуреты, чтобы рационально использовать все пространство стойки для одиночных посетителей, а не только ту ее «рабочую» часть, которая была непосредственно напротив буфетчика, где он контактировал с «гостями» и выполнял их заказы.

Во Франции, Германии и в России, а также в Скандинавии буфеты как небольшие закусочные создавались в основном при железнодорожных станциях и на самих средствах транспорта – пароходах, поездах. Здесь под словом *буфет* уже с 80-х годов XIX в. стали понимать также небольшую торговую точку, где можно было утолить голод проезжему человеку. Однако постепенно буфеты при станциях превратились в места кутежа и распива алкогольных напитков, поэтому уже в конце XIX – начале XX вв. слово *буфет* нередко употребляется совсем не в кулинарном значении, например, в немецком языке, означая непотребный дом. (См. словарь Тибо-Вюлленвебера.)

Одновременно изменение понятия «буфет» шло и в кулинарном, высоком направлении.

Буфетом с начала XIX в. стали называть во Франции *холодный стол* (т. е. совокупность закусок). Это понятие не было принято в других странах, где закусочный стол получил свои национальные наименования.

Буфетом называют также парадный стол без стульев, когда гости едят стоя. В России этот вид застолья называют также по-иному – французским словом «а-ля фуршет» (т. е. вилочный стол).

Наконец, в ряде стран Западной Европы, особенно в ресторанах, принят также французский термин «вин дю буффе» (*вина буфета*), что означает самые дорогие вина, имеющиеся в данном месте.

БУШЁ (фр.). Имеет несколько кулинарных значений.

1. Этим словом (*officiers de la bouche*) обозначается полный персонал придворной кухни высшего ранга – от главного повара до поваренка.

2. Буше (*bouchée*) называется пирожное из особого бисквита (смесь пшеничной и картофельной муки), по форме напоминающее маленькую круглую булочку, но начиненную внутри мармеладом или желе, а иногда и кремом.

Рецепт *буше* был забыт последние 100 лет, поэтому приводим его полностью.

СОСТАВ

150 г муки пшеничной высшего сорта, 120 г картофельной муки, 14 яиц, 100 г сахарной пудры (песок надо превратить в пудру, если нет готовой). Лимонная или апельсиновая цедра, ванилин. Любой фруктовый мармелад, желе или сливочный крем.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Смешать хорошо два вида муки. Отделить желтки от белков. Желтки растереть с сахарной пудрой добела, белки взбить. Добавить к тертым желткам цедру, смешать с мукой, влить в смесь подготовленные взбитые белки и из полученного теста выпечь в духовке на легком огне маленькие булочки, диаметром 7–8 см. В середине булочек вырезать углубление, наполнить желе или кремом. Можно соединить булочки по две (они легко склеиваются, особенно если наполнены мармеладом). Места соединения промазать мармеладом, если булочки наполняются кремом.

БЫКИ. Старинное русское блюдо холодной кухни: овсяное толокно, смешанное с растительным (ореховым, оливковым или подсолнечным) маслом. Было распространено особенно к северу и востоку от Москвы – в Тверской, Владимирской, Ярославской и Ивановской областях.

БЬЕН-КЮИ (фр. *bien cuit*). Термин, принятый в международной кухне для обозначения хорошо прожаренного или пропеченного кулинарного изделия: буквально – «хорошо прожаренный».

- В -

ВАГАН. Корытце или неглубокая, но широкая деревянная миска овальной формы, похожая на плоское деревянное блюдо.

Ваган использовался для резки, сечки, рубки, шинковки и других видов измельчения вареного мяса, рыбы, овощей, грибов. Сохранялся в русском кухонном инвентаре до начала XX в. Исчез из обихода в основном из-за появления мясорубок, что привело к изменению консистенции фаршей, начинок, к исчезновению изделий из теста с рубленым мясом и *тельного* (см. с. 469-470, 932), многослойных (высоких) кулебяк и больших (в лист) пирогов, где для равномерного пропекания и недопущения *закала* (см. с. 826) необходимы сеченые (проветриваемые) начинки, а не терто-молотые, образующие более плотный, слеживающийся и непроницаемый для воздуха слой, пропекаемый лишь в небольших по размерам *пирогах* и *пирожках*. У латышей и литовцев ваганс, ваганис (*vagans, vaganis*) – плоское деревянное блюдо, на котором выставлялось к столу сливочное масло, имело часто прямоугольную, а не круглую форму.

ВАГЛОДКА. Изделия из простого (хлебного) теста, но в виде фигурок животных (козы, зайчика, оленя, лошадки, лисички), которые изготавливались для детей в Архангельской области в основном населением в бассейне Северной Двины.

ВАЛОВАНЫ, ВАЛОВАНЧИКИ (русское название – «жулички», от фр. *vol-au-vent*). Пирожки из пресного теста, подаваемые к разным бульонам. Особенность валованов в том, что тесто для них пекут отдельно от начинки, для которой используют разные остатки других блюд и которую за-

кладывают непосредственно перед подачей к столу в выемку, вырезанную в середине валована, и затем прикрывают накладным кусочком пирожковой корочки. Удобство валованов в том, что их можно быстро приготовить для большого количества обедающих и при этом в последний момент определить их число и размер: достаточно лишь выпечь широкие коржи теста (в палец толщиной), нарезать их на небольшие кусочки-пирожки, а затем быстро наполнить свежей (иногда горячей) готовой начинкой. Форма валованов также может быть любой: квадратной, овальной, шестигранной, прямоугольной и т. д. в зависимости от нарезки. Балованы были популярны до конца XIX в., а затем были вытеснены еще более быстро приготавливаемыми *бутербродами* (хлеб с маслом).

ВАНИЛИН. Искусственный заменитель ванили. Был изобретен независимо друг от друга в Англии (Гобли, 1858 г.), в Германии (Тиманн и Германн, 1874 г., 1876 г.) и во Франции (де Леер, 1891 г.). До начала XX в. рецепт производства сохранялся в тайне. Ныне производится во всех странах как побочный продукт при производстве канифоли из сосновой смолы. Используется широко в кондитерской промышленности, для ароматизации напитков и при приготовлении сладких блюд и варений.

ВАНИЛЬ (от исп. *vanilla* – стручок). Натуральная пряность с тонким, нежным ароматом, используемая в кондитерском деле. Родина ванили – Мексика. Ваниль впервые была завезена в Европу в начале XVI в. Первоначально использовалась исключительно для ароматизации какао, при производстве шоколада. Была причиной ряда колониальных войн между Португалией и Францией, Францией и Испанией. Содержит, наряду с ванилином, небольшое количество нераспознанного вещества, ослабляющего резкий аромат чистого ванилина и придающего натуральной ванили особую нежность.

ВАР. Термин, означавший в русском языке на протяжении многих веков кипяток, горячую, кипящую воду. Современное слово «кипяток» вошло в широкое употребление сравнительно недавно – не более 120–140 лет назад. До этого *кипеть* означало только пениться, бурлить. *Вар* дал основу для образования большого количества кулинарных понятий в русском языке: варево, варка, варенье, варец, взвар, варея, отвар, навар, повар, выварка, варенуха, варенец, вареники, варенки, приварок – и множество кулинарных глаголов: варить, отварить, переварить, недоварить, выварить, разварить, уварить, заварить, проварить, приварить, – учитывающих самые разнообразные операции и не только не уступающих по обилию оттенков и нюансов французской кулинарной лексике, но даже превосходящих ее. Ни в одном другом языке один и тот же корень не дал подобного количества кулинарных терминов.

ВАРАХОВИЦА. Русская национальная каша из зеленой, недозрелой ржи в молочно-восковой спелости зерна. Называлась также «зеленой кашей», но никогда не носила название ржаной, вследствие чего термин «вараховица» был забыт.

В XVIII–XIX вв. была популярна и среди простого народа, и среди дворянства. Была любимым русским лакомым блюдом. После 1861 г. постепенно стала исчезать со стола крестьян и рабочих в силу ее возрастающей дороговизны.

ВАРГЕНЯ (белорус, от литов. *vargas* – горе). Плохая, немасляная каша-размазня из продела. Отсюда происходит русский глагол «сварганить», т. е. приготовить блюдо наскоро и коекак, плохо.

ВАРЕВО. Древнерусский кулинарный термин, обозначающий все жидкие и полужидкие вареные блюда, т. е. супы, ушицы, кашки и кашицы. С XVIII в. употреблялся только в народной среде, и уже в конце XIX в. термин был забыт и слово приобрело пренебрежительный оттенок.

ВАРЕНЕЦ. Топленое молоко, приготавливаемое медленным вытапливанием (выпариванием) молока в глиняных крынках в русской печи так, чтобы оно убавилось минимум на треть своего объема и приобрело красноватый оттенок. Для этого молоко ставят в печь после хлебов на несколько часов, в течение которых оно «усыхает», но не кипит. Затем топленое молоко заправляется (заквашивается) сметаной (из расчета 200 г на литр) и выдерживается в закрытом виде 3–4 часа в теплом помещении.

На Урале и в Сибири варенцом называли топленое молоко, заправленное не сметаной, а сливками. Такой варенец подавался к чаю.

ВАРЕНИКИ. Украинское национальное блюдо из пресного отварного теста с разнообразной начинкой: творожной, картофельной, луковой, капустной, грибной, фруктовой (яблочной, вишневой). Особенно вкусны украинские вареники с вишнями.

Основная особенность приготовления вареников состоит в том, чтобы их тестяная оболочка была крепкой и в то же время хорошо проваренной, нежной, не сырой. Секрет здесь заключается в следующем: крутое пресное тесто замешивается на ***ледяной*** воде, и само приготовление ведется как можно дальше от плиты, в прохладном помещении. Тесто делается крутым, но не толстым. Второй секрет – в подготовке начинки таким образом, чтобы в ней при нагревании не образовалось бы жидкости, которая вызывает обычно прободение теста. С этой целью творог предварительно проваривается в кипятке и тщательно отжимается, к нему добавляются яичные желтки. Вишня освобождается от косточек, засыпается на несколько часов сахаром, и образовавшийся сок тщательно и несколько раз сцеживается. Только после этого вишневая начинка может использоваться без риска, что вареники развалятся. Наконец, третий секрет – прочная заделка швов вареников и варка в широкой, низкой кастрюле при спокойном кипении и так, чтобы вареникам не было тесно. Одна из особенностей вареников – их использование с подливками, зависящими от начинки. Так, творожные вареники едят со сметаной, яблочные с медом, вишневые с уваренным, подслащенным вишневым сиропом (предварительно сцеженным!), картофельные – с топленым салом, грибные – со сметанно-луковым отваром и т. д.

В сети общественного питания получило распространение изделие, состоящее из механической смеси 2/3 творога и 1/3 муки (или из смеси этих продуктов 1:1), раскатанной жгутиком и нарезанной кусочками по 3 см длиной, которые затем отвариваются в подсоленной воде. Эти так называемые

ленивые вареники, то есть сделанные кое-как от нежелания возиться с настоящими варениками, не являются национальным украинским блюдом, а – ресторанным, появившимся всего около 80–90 лет назад. Украинские же вареники известны с конца XVI в.

ВАРЕНУХА. Украинский алкогольный напиток, распространенный в Левобережной Украине с XVI в. и состоявший из сваренных вместе горилки, меда и сушеных яблок, груш, слив, вишен. Приготовлялась с целью отбить сивушный запах горилки, оставляя при этом ее «содержание». Наряду с подобным составом варенухой называли в XIX в. также смесь сливяной и вишневой наливок, с сахаром и пряностями, сваренную в печи. Позднее эта смесь стала называться запеканкой.

ВАРЕНЬЕ. Древнерусский термин, обозначающий *вареное лакомство,* т. е. сваренные в сладкой среде (меде, патоке, сахаре) *любые* ягоды, фрукты, орехи и *некоторые* овощи и цветы (из овощей – морковь, редька, тыква, зеленые помидоры, репа, цикорий, пасленовые ягодки (семена картофеля); из цветов – лепестки розы, плоды шиповника, лепестки японской хризантемы, цветки иланг-иланга, одуванчика). Термин сохранил свое значение поныне, хотя в конце XVII – начале XIX вв. часто заменялся словом «кандирование» – от итальянского *candire* – варить в сахаре.

В международной кулинарной терминологии слово *варенье* принято для обозначения исключительно русских национальных видов кандирования в отличие от французского (конфитюр), английского (джем), ближневосточного (смоква), среднеазиатского (кием), украинского (повидло).

Варенье приготавливается всегда из целой недробленой ягоды или фрукта (плода), а в случае измельчения нарезка ведется крупными дольками (или половинками). Ягоду или фрукты для варенья лучше всего брать не полной зрелости.

Сироп русского варенья – всегда густой, обязательно прозрачный, сохраняющий натуральный цвет ягоды или плода. Ягода должна прочно держаться в сиропе (не оседать на дно и не всплывать). К сожалению, этот традиционный стандарт русского варенья не всегда выдерживается как из-за незнания правил приготовления, так и из-за нарушения технологии его варки, путем смешивания с другими видами кандирования. Получаются «гибриды» варенья и повидла, с иной концентрацией и консистенцией, что ведет к искажению не только вкуса этих изделий, но и к их быстрой порче (скисанию, засахариванию, прогорканию, плесневению).

Основное правило при варке варенья – это соотношение ***равных объемов*** ягод и сахара (литр на литр), а не ***килограмм на килограмм,*** обязательная чистка (вываривание) сахара до варки варенья; варка твердых фруктов и ягод ведется в сиропе (ягоды и фрукты ***засыпают в кипящий сироп***), а мягких нежных ягод – лишь после того, как они пустят сок, будучи предварительно засыпаны сахаром. Для большинства ягод и фруктов необходима тщательная предварительная обработка: мытье в нескольких холодных водах, бланширование, накалывание, вынимание косточек. Все эти операции проводят для сохранения формы ягоды или плода, его цвета, для предотвращения разваривания и для сведения до минимума пены при варке.

Сама варка варенья ведется вначале на сильном огне, а затем – слабом, при обязательном снятии пены, но без всякого помешивания. Допускается лишь легкое встряхивание таза или кастрюли перед самым концов варки. Для избежания переваривания варенья и потери им натурального цвета (при переваривании варенье темнеет или жухнет) применяют прием раздельной варки, давая варенью после первых 15–20 минут варки остыть на 3–4 часа, а затем продолжая варку еще такое же время. Некоторые нежные фрукты, например абрикосы, персики, дыню, варят, только многократно заливая их кипящим сахарным сиропом, а сами ягоды (плоды) кипятят лишь несколько минут, на последней стадии приготовления. Твердые плоды (типа айвы, крепких груш) варят в заранее подготовленном жидком сиропе, путем медленного уваривания. Так как условия при варке варенья постоянно меняются (различная спелость, влажность, сухость, загрязненность ягоды и сахара, разные размеры и плотность мякоти ягоды и плодов одного и того же сорта), то в изготовлении варенья более важную роль, чем рецепт, играет опыт, наблюдательность и мастерство кондитера. Важно помнить, знать и творчески применять в каждом отдельном случае принципы и «секреты» варки.

Показателем готовности варенья является не время варки, меняющееся в зависимости от температуры огня, влажности воздуха снаружи и в помещении, от атмосферного давления и материала посуды, а также от характера огня (дрова, газ, электроплита), а такие признаки, как: 1) исчезновение пены; 2) прозрачность сиропа; 3) прозрачность «тела» ягоды или плода; 4) крепость сиропной капли (не должна растекаться на блюдце); 5) крепость сиропной нити (капля сиропа между большим и указательным пальцами должна при разведении их вытягиваться в прочную, нервущуюся нить; хрупкость этой нити – показатель переваренности сиропа, а отсутствие нити, невозможность ее растянуть – показатель недоваренности). После готовности варенье должно остыть в той же посуде, где и варилось, прикрытое льняным полотенцем (для оттягивания излишней остаточной влажности). Сразу по остывании варенье следует переложить в сухие, нагретые стеклянные банки, наполнив их доверху, и закрыть плотной, двухслойной бумагой. Поверхность варенья через 1–2 дня, когда оно станет плотнее, рекомендуется смазать водкой при помощи ватного тампона, чтобы предотвратить появление бактерий. Такое варенье может сохраняться до двух лет в обычном сухом помещении, не теряя нисколько своих высоких качеств.

ВАРЕНЬЕ СУХОЕ (КИЕВСКОЕ). Приготавливается из хорошо сваренного варенья с сохранившими форму плодами из твердых фруктов путем удаления сиропа и выдерживания твердой части варенья в течение нескольких часов на решете, чтобы сироп окончательно стек и подсох. После этого ягоды сбрызгиваются спиртом или водкой из пульверизатора (20 г на 1 кг варенья), обваливаются в сахарной пудре и слегка подсушиваются на листе в слабо истопленной или приоткрытой духовке. Сухое киевское варенье сохраняется в деревянных коробках или ящичках, выложенных бумагой, имеет приятный, неприторный вкус, служит прекрасной натуральной заменой конфет.

ВАРЕЯ. По терминологии XV–XVIII вв., женщина, которая готовит пищу в качестве постоянного занятия, стряпуха. Обычно так называли *кухарку* низшего разряда, занятую на работе не у хозяев, а в артели, приготавливающую пищу для дворни, сезонников и т. п. Варея обычно умела «справить» не всякое блюдо, а только *варево*, т. е. все, что варилось в жидкости и не могло подгореть, за чем сравнительно не трудно было уследить. На композицию же «варева» внимание не обращалось. Таким образом, исторически сложилось так, что приготовление супов, первых блюд, требующих в действительности гораздо большей квалификации, на практике всегда поручалось людям менее подготовленным. Отсюда и пренебрежительное отношение народа к «вареву» как к чему-то неопределенному, невкусному.

ВА́РИСТАЯ ПЕЧЬ. Так называли русскую печь в отличие от других систем очагов в Новороссии (юг Украины) и на Кубани, где русская печь стала известна только с конца XVIII в. и где до того использовались иные виды очагов: тандыр, дворовый очаг, жаровня, мангал, глинобитная печь (груба), ямочная печь. Это название русской печи, данное ей народами юга России (украинцами, татарами, молдаванами, греками), говорит о высокой оценке ими значительных преимуществ русской печи для приготовления вареной пищи.

ВАРИЦ. В XVI–XVII вв. одна из специальностей поварского ремесла, связанная в основном с приготовлением различных напитков. Например, «варец квасных варь», «варец пива». Варцы отличались от кашеваров или грибоваров как представители иной, более высокой профессии. От этой специальности в языке сохранились современные названия таких производств, как квасоварение, пивоварение, медоварение.

ВАРКА. Способ приготовления любого пищевого продукта (овощей, фруктов, рыбы, теста и т. д.) во всякой жидкой или парообразной среде, за исключением масел и сахара. Чаще всего варку ведут в воде и молоке, но она может происходить и в растительных соках, отварах, а для некоторых продуктов (например, арбуз, дыня) даже без всякой дополнительной жидкости. В этом случае надо, чтобы масса продуктов была не менее 20 кг. Так варят у нас арбузный бекмес.

Варка – третий по древности способ приготовления пищи. Она появилась после двух «сухих» способов: открытого огня и запекания в золе. Долгое время считали, что варка появилась лишь после изобретения человеком гончарной посуды, т. е. примерно лишь за два-три тысячелетия до нашей эры. Однако современные археологические и этнографические исследования показывают, что варка имеет более древнее происхождение. Она была известна человеку едва ли не за 10–15 тысяч лет до нашей эры и осуществлялась в то далекое время двумя чрезвычайно оригинальными способами, в том числе вовсе без… посуды или же в… деревянной посуде. Уже в ледниковый период выпотрошенную тушу животного набивали льдом, не снимая с нее шкуры, зашивали, припорашивали глиной и песком и разводили на ней костер. Другой способ состоял в том, что в деревянные сосуды, выдолбленные из стволов деревьев, наливали воду и опускали в нее раскаленные камни, отчего вода закипала почти так же скоро, как и на современной плите.

С изобретением гончарной посуды способы варки все более разнообразились. А с появлением металлической посуды варка становится ведущим, основным видом приготовления пищи.

Современная кулинария применяет в общей сложности целую дюжину способов варки, отличающихся друг от друга разной длительностью подогрева, интенсивностью кипения и различным использованием посуды, которая может быть открытой, герметически закупоренной или же вставленной в другую посуду. Любое изменение в характере варки влечет за собой перемену вкуса, аромата, консистенции и даже питательных веществ в пищевых продуктах. Вот почему варка, несмотря на всю свою, казалось бы, простоту, на самом деле является более сложным, более тонким методом обработки пищи, чем запекание и жарение. Не случайно приготовление супов хорошего качества удается только высококвалифицированным кулинарам.

Варка, несмотря на всю свою древность, к тому же и наиболее «растущий» способ приготовления пищи, непрерывно обновляемый и обогащаемый новыми «изобретениями». Так, например, с 30–40-х годов нашего века получила развитие варка в кастрюлях-скороварках. Этот способ и поныне считается «новым». С 80-х годов, наоборот, получили распространение тиховарки, особые электронагревательные устройства, где пища варится на крайне слабом, медленном «огне» 5–6 часов в режиме «томления», имитирующем русскую печь.

Однако поистине новым открытием в области приготовления пищи явился изобретенный в 1977 г. в Швеции способ варки в… холодной воде. При этом он в пять раз быстрее, чем традиционная варка в кипятке. Новое устройство состоит из специального сосуда, где закреплены два электрода, в то время как холодная вода играет роль проводника. Этим способом варят, например, крупные партии картофеля для больниц, школ, столовых.

ВАТРУШКИ. Национальное мучное сдобное изделие древнеславянской и русской кухни. Ватрушки – круглые, открытые сверху и защипанные только с краев лепешки, наполненные, как правило, творогом и реже – вареньем или повидлом. Название происходит от слова *ватра* – очаг, огонь, – имеющего одинаковое значение в большинстве славянских языков – украинском, польском, чешском, сербском, хорватском, болгарском и даже в румынском и албанском, что указывает на чрезвычайную древность этого термина. Поэтому не случайно ватрушки имеют круглую форму и солнцеобразный вид (окольцованный круг). Они означали символ огня (огонь, окаймленный, защищенный очагом, огонь внутри очага), «приручeнного», «обузданного» человеком. Гоголь ошибочно писал вотрушка, считая, что слово это происходит от глагола «тереть, втирать» (и от переиначивания слова творог – вотри творог в вотрушку). Писатель полагал, что простой народ ошибается, говоря это слово через «а», и упорно старался «исправить» правописание. Как показали лингвисты, в данном случае ошибался как раз великий писатель (см. *Фасмер*, т. 1, стр. 279). Но и в новых изданиях правописание Гоголя сохранено.

Ватрушки делают из смеси пшеничной и ржаной муки или чаще всего из пшеничной муки высшего качества. В первом

случае ватрушки делают не сладкими и к творогу добавляют небольшое количество жареного лука. Во втором случае ватрушки делают сладкими, к чаю, и тесто слегка подслащивают. Тесто ватрушек во многих случаях легкое, некрутое, дрожжевое, сдобное, иногда слоеное (у сладких ватрушек). Творог для ватрушек отжимается, как для вареников, смешивается с сырым яйцом или только с желтками и слегка подслащивается, если ватрушки предназначены не к супу, а к чаю. Перед посадкой в духовку ватрушки обмазывают смесью желтка и сливочного масла, чтобы они приобретали румяный, красивый, глянцевитый вид после выпечки. Выпекаются ватрушки довольно быстро, да и общее их приготовление несложно.

СОСТАВ ТЕСТА

2 стакана пшеничной муки,
25–30 г дрожжей,
2 ст. ложки масла,
1 яйцо или желток,
около 1/3 стакана молока,
2 ст. ложки воды,
1 десертная ложка сахара без верха.

НАЧИНКА

0,5 кг творога,
1 яйцо,
1 ст. ложка сливочного масла,
3 ч. ложки сахара,
щепотка соли.

ДЛЯ СМАЗКИ

1 желток,
2 ч. ложки масла.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Из дрожжей, воды, сахара и полстакана муки приготовить опару, поставить в теплое место, дать подойти 15 минут. Затем добавить все остальные компоненты, замесить тесто. Приготовить начинку, тщательно ее вымешав. Раскатать тесто пластом толщиной в полсантиметра, нарезать из него по размерам небольшого блюдца кружочки, положить на середину каждого по пол-ложки – ложку творожной начинки, разровнять, защипать края красивым рантом в 1,5–2 см. Разложить подготовленные ватрушки на смоченный холодной водой кондитерский лист или противень, дать подойти 10–15 минут, проколоть вилкой или ножом в середине, в двух-трех местах, смазать яично-масляной смесью при помощи птичьего перышка или кисточки, поставить в хорошо нагретую духовку на 15–25 минут, в зависимости от величины ватрушек, и выпекать на умеренном огне. Следить за тем, чтобы ватрушки не слишком запеклись сверху и хорошо пропеклись снизу. Проверка готовности, как у пирогов, – спичкой. К концу выпечки огонь убавить. Время можно продолжить до 30 минут. После выпечки ватрушки выложить на деревянную доску (но не на блюдо, иначе они отпотеют), обмазать растопленным сливочным маслом, прикрыть льняным полотенцем или грубым полотном и дать «отдохнуть» 10–15 минут, после чего их можно есть. Только после всех этих операций ватрушки приобретут настоящий «ватрушечный» вкус.

ВАФЛИ (от нем. *Wabe* – соты, ячейки). Особый вид печенья, приготавливаемого из жидкого, льющегося теста, в состав которого входят пшеничная мука, яйца и сливки. Вафли-печенье состоят из нескольких слоев вафельных листов (блинчиков), имеющих строго определенную толщину не более 2 мм, переложенных различными начинками (фруктовым мармеладом, джемом, медом, пралине, шоколадом и т. п.), которым приданы естественные клеющие вещества (пектины). Именно начинки придают различный вкус вафлям, само же вафельное тесто – безвкусно, нейтрально. Вафли можно сделать только в специальных жаровнях – вафельницах, представляющих собой две толстые металлические пластины, в узкую щель между которыми заливается вафельное тесто.

ВЕДЖВУДОВА ПОСУДА. Столовая посуда, в основном столовые сервизы на 6 или 12 персон, а также чайные сервизы и отдельные чайники, изготовленные в Англии и по своему качеству занимающие промежуточное положение между фарфором и фаянсом. В торговле, в бытовом языке и в гостиничном деле веджвудова посуда часто носит различные названия – английский фарфор, английский фаянс, королевский фаянс, веджвуд, ясперс, флинт-порцелан, базальтовый товар, улучшенный фаянс; это приводит к тому, что *веджвудова посуда* менее известна, чем фаянс, несмотря на то, что ею пользуются очень многие. Названа так по имени изобретателя Джошуа Веджвуда (1730–1795). Отличительная черта веджвудовой посуды – ее прочность и привлекательный внешний вид. Она не столь ломка, как фаянс и фарфор; даже при ударе о металлический предмет (нож, вилку, ложку) она не бьется, если удар был не сильным и пришелся вскользь. Яркая, повышенного блеска глазурь (смесь свинца и кремния), прочная и нетускнеющая, придает веджвудовой посуде вид «новенькой», только что купленной. Оба указанных качества весьма ценятся особенно в ресторанном деле, отчего веджвудовой посудой обслуживают обычно не одиночных рядовых посетителей, а мероприятия банкетного характера. Столовые сервизы веджвуда, как правило, имеют тематическую роспись, изображая сцены из английской жизни или пейзажи, что еще более придает этой посуде нарядный, привлекательный вид и является элементом, объединяющим весь сервиз. В цветовом отношении веджвудова посуда может быть сочетанием белого фона с одним из следующих тонов, которыми наносится рисунок, – синего, голубого, серого, зеленоватого, коричневатого, сепии. Наиболее красивый – синий и голубой веджвуд.

ВЕДЖЕМАЙТ (англ. *vegemite*). Австралийская особая приправа в виде темно-коричневой пасты, изобретенная биохимиком Каллистером в 1923 г. и ставшая за последние 50–60 лет национальной приправой жителей Австралии. Выпускается пищевой промышленностью и экспортируется в другие страны.

Является своеобразным заменителем горчицы по характеру употребления, но с иным вкусом. Содержит в качестве основы концентрат пивных дрожжей и порошок сублимированных пряных овощей – лука и сельдерея, а также эссенцию одного из ароматических альдегидов, составляющую секрет изобретателя. Имеет приятный вкус, легко имитирующий ощущение сытности. Веджемайт широко распространен

в Австралии и Новой Зеландии как непременная «дежурная» приправа к колбасным, яичным и мучным блюдам, придающая им «австралийский» вкус.

ВЕЛИГОРКА. Гречневая крупа мелкого помола, круглоокатанная, в отличие от натуральной, ребристой ядрицы. Велигорка была искусственно создана в конце XVIII в. как «более красивая» для подачи к великосветскому столу польских магнатов. По вкусу же она сильно уступала ядрице и была лишена ее питательных свойств, так как вместе с оболочкой крупы снимался и содержащийся в ней витамин Р. Интересно, что название этой крупе было дано по имени ее номинального «изобретателя» графа Михаля Виельгорского, который в 1762 г. занял пост великого кухмистера Литовского. Эту должность он просто купил, как почетную, а к кулинарии не имел никакого отношения. Спустя двадцать лет, когда Виельгорский жил уже в Париже как польский эмигрант, в России стала распространяться крупа, носившая его имя, которая долго не имела устойчивого правописания (велегорка и велигорка).

Между прочим, обычай окатывать гречневую крупу существовал в Белоруссии и на Смоленщине и Брянщине с глубокой древности, но применялся лишь изредка – для торжественных случаев. То, что эта крупа получила имя Виельгорского, – совершенно случайно, но тем не менее вплоть до 1917 г. она носила это название, которое закрепилось и в кулинарной, и еще более в художественной литературе.

ВЕНСКАЯ КОНДИТЕРСКАЯ ШКОЛА. Направление в кондитерском деле, получившее особенное развитие с 20-х годов XIX в. и распространившееся во всей Европе, особенно в Германии, Польше, Прибалтике и в России, в течение XIX – начале XX в.

Для венской кондитерской школы было характерно применение легкого сдобного дрожжевого теста – слоенного крупным, «пушистым» слоем, а не тонким, хрустящим и суховатым, как во французской кондитерской школе. Другим характерным признаком венского кондитерского мастерства было широкое применение молочных продуктов: молока и сливочного масла в тесте и взбитых сливок, масла – для приготовления кремов. Сочетание легких, воздушных кремов из сливок с пушистым тестом и с поданным к этим кондитерским изделиям черным кофе также со взбитыми сливками создало славу венским кондитерам.

Венская кондитерская школа впервые заявила о себе в 1815 г. во время крупнейшего дипломатического события того времени – Венского конгресса, явившегося заключительным аккордом в разгроме наполеоновской Франции. Политическое унижение Франции было довершено своего рода кулинарной победой венских кондитеров, впервые рискнувших предложить сонму монархов и дипломатов всей Европы свою альтернативу французской кондитерской школе. Успех был полным и длительным – на целое столетие, вплоть до Первой мировой войны, венское кондитерское направление стало доминирующим в странах Центральной и Восточной Европы. Отказ от бисквитов, от окрашенных кремов, от помпезных многоэтажных тортов был воспринят буржуазным потребителем как своеобразная демократизация кондитерских вкусов, как вызов французской вычурности и аристократизму, дороговизне кондитерских изделий. Особенно эти демократические черты венского кондитерского мастерства нашли свое отражение в Северной Германии, Польше и Прибалтике, где венская школа в кондитерском деле осталась доминирующей и после Первой мировой войны и в значительной степени сохранила свои позиции и после Второй мировой войны. В целом венские кондитерские изделия менее вредны для здоровья, чем кондитерские изделия других направлений, построенные на повышенном использовании яиц, жиров и сахара (слоеное, песочное, бисквитное, масляное тесто). Однако они требуют несколько больших затрат труда, времени и искусства, но в то же время оказываются более дешевыми по своей стоимости. Непременным условием создания венских кондитерских изделий является наличие 30–40-процентных сливок, легко взбиваемых. Венское кондитерское направление более всего получило развитие в Эстонии, хотя и в несколько измененном виде.

ВЕРГУНЫ. Основное кондитерское изделие украинской национальной кухни. Заимствовано из тюркской кухни в XVI в. и получило украинскую обработку. По-русски носит название «хворост», но приготавливается в более упрощенном виде, без тех правил, которые установлены в украинской кухне. Имеет несколько региональных разновидностей: вергуны киевские, львовские, субботивские, конотопские, волынские и др., отличающихся друг от друга разными пропорциями яиц, масла, молока и сахара.

Вергуны делают из бездрожжевого теста, к которому в качестве разрыхлителя добавляют минимальное количество (пол-ложки или ложку) водки или рома, улетучивающихся в процессе приготовления.

СОСТАВ ВЕРГУНОВ КИЕВСКИХ

2 1/2 стакана пшеничной муки,
3 яйца,
2 ст. ложки сливочного масла,
3 ст. ложки молока,
3 ст. ложки сахара,
1/2 ст. ложки водки или рома;
желательно 10–15 орехов горького миндаля.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сахар и яйца растереть, добавить масло, молоко, ром и растертые в порошок орехи.

2. В полученную массу медленно добавлять муку, все время растирая. Приготовить крутое тесто. Воды добавлять в крайнем случае не более четверти стакана, да и то постепенно, ложками.

3. Полученное тесто раскатать тонким пластом в 2–3 мм, нарезать полосками в 2–2,5 см шириной (широкую лапшу). Можно нарезать кусочки произвольной формы, но длинные. Полоски скрепить по двое у концов и переплести в нетугую косицу.

4. Приготовить в низкой, широкой кастрюле растопленный кипящий смалец (свиной жир). Его необходимо иметь не менее 1 кг. В кипящий смалец (фритюр) погружать вергуны и обжаривать их не более 1–2 минут, до приобретения золотистого цвета.

Готовые вергуны выкладывать на широкое блюдо и посыпать их, пока они еще влажные, сахарной пудрой. Едят их как горячими, так и холодными.

Быстрота приготовления вергунов без печки на наплитном огне и возможность в одном и том же жире обжаривать несколько партий вергунов (до двадцати), сохраняя его на следующие сутки, сделали вергуны массовым, распространенным украинским изделием.

ВЕРМИШЕЛЬ (от ит. *vermicelli* – червячки). Неаполитанское название *спагетти* (см. с. 927), не известное или не распространенное в остальной части Италии, как чисто местное (областное) и жаргонное. Было занесено в Россию в конце XIX – начале XX в. русскими писателями и художниками, посещавшими Неаполь. Первоначально в России называли вермишелью лишь то, что в Италии называется *феделини* и *копели д'анжело,* т. е. самую тонкую и скрученную вермишель, ибо она больше всего пришлась по вкусу и, главное, по быстроте и несложности приготовления русской интеллигенции, ее основному потребителю до революции. Спагетти же в Россию, а затем и в СССР до 60-х годов не ввозились; в настоящее время под названием «вермишели любительской» фактически выпускаются в продажу изделия, которые можно назвать спагетти отечественного производства, хотя они и толще настоящих спагетти, а главное – значительно короче их.

Кроме этого, в конце XIX – начале XX в. в России под названием «флорентийская вермишель» или «флорентийский снежок» фигурировали маленькие (сечением 2 мм) засушенные, как дробинки, тестяные шарики или звездочки, которые в Италии называются *стеллини.* Они служили для засыпания в кипящий бульон прямо на столе и быстро распускались без остатка в тарелке за 1 минуту.

В других странах название «вермишель» для итальянских макаронных изделий вообще не известно и не применяется.

ВЕСЕЛЫЙ СТОЛ. По русскому обычаю так называется вечер у молодых, на другой день после свадьбы, когда никого посторонних уже не бывает и остаются лишь новобрачные и самые близкие к ним (или самые любимые) родные. Этот стол называют еще *пирожным столом,* так как на нем только пироги или сладкие блюда, кофе, чай, поскольку на другой день после свадьбы все сыты, есть никто не хочет, а вот немного закусить пирожками да попить чаю с вареньем или конфетами очень хочется и весьма полезно для «промывки» обильного и жирного свадебного меню.

ВЗВАРЫ РУССКИЕ. Густые, кисловатые подливки – гарниры национальной русской кухни, приготавливаемые на растительной основе. Традиционными для русской кухни являются луковый взвар, капустный, клюквенный, брусничный. Их употребляют в основном ко вторым блюдам из домашней птицы, дичи, а также к жаркому из говядины. Готовят их по одному типу.

СОСТАВ ЛУКОВОГО ВЗВАРА

6 луковиц,
3 ст. ложки уксуса,
2 ст. ложки меда,
2 ст. ложки растительного масла,
1/2 ч. ложки молотого перца.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Лук нашинковать, смочить уксусом, дать постоять 10 минут, затем слегка обжарить (*пассеровать* – см. с. 899) на сковородке в масле до мягкости, но не засушивать, подсластить медом, уварить до загустения, поперчить, посолить. Жарить на слабом, небольшом огне. Подавать в качестве гарнира.

ВИВОЛОГА. Мясная начинка пирога, который предназначался для торжественных трапез делового характера – либо к сговору о свадьбе, либо к сговору о помолвке и о размерах приданого.

Виволога делалась из смеси всех видов мяса: говядины, телятины, свинины, баранины, курятины, гусятины, иногда и конины, зайчатины, медвежатины. Древнейшее ритуальное блюдо. Этот обычай был принят в тех русских областях, где русское население было смешано с финно-угорским, т. е. на севере и востоке России – в Архангельской, Вологодской, Вятской и Нижегородской губерниях.

ВИЛКА. Составная часть столового прибора, инструмент для еды твердой пищи. Состоит из стержня с зубцами, число которых менялось от одного (XI в.) до четырех (начало XX в.), а ныне установилось, как правило, на трех.

Впервые вилка в виде золотого шильца на ручке из слоновой кости была изготовлена в одном экземпляре для византийской принцессы в начале 70-х годов XI в., т. е. тысячу лет тому назад. В Италии, в Венеции, вилка стала известна через Византию в XII в. и изготавливалась для дожей, императоров, пап с двумя зубцами в единичных экземплярах, скорее как забава, игрушка. Французские короли впервые стали есть вилкой, а не пальцами лишь в 1379 г. Но попытки вывести вилку за пределы узкого придворного круга не имели успеха вплоть до XVI в., да и в это время она считалась предметом роскоши даже в аристократической среде и была для сатириков и памфлетистов эпохи Средневековья одним из главных объектов осмеяния и нападок. Вилка использовалась в политической антифеодальной литературе того времени как чуть ли не один из самых ярких примеров развращенности нравов «власть имущих», «безбожности», «связи с дьяволом» и т. п.

В Россию вилка была впервые завезена Лжедмитрием I из Польши в начале XVII в. в багаже Марины Мнишек и была демонстративно использована во время пиршества в Грановитой палате Кремля по случаю бракосочетания Лжедмитрия с Мариной 9 (19) мая 1606 г. Это вызвало неописуемый взрыв возмущения боярства и духовенства, послужило одним из непосредственных поводов к подготовке заговора Шуйского. Именно простота или, вернее сказать, примитивность аргумента, доказывающего простому народу нерусское происхождение Лжедмитрия (русским инструментом считалась только ложка), сыграла решающую роль в организации восстания против Лжедмитрия, несмотря на то что он ввел ряд мероприятий, облегчающих положение крестьянства и ослабляющих боярство (например, отменил запрет Юрьева дня). Вилка, что называется, подвела. Недаром и впоследствии в XVIII–XIX вв. в России уронить вилку считалось дурной приметой, кануном несчастья,

а в народе неодобрительно отзывались о вилке, о чем свидетельствует пословица: «Ложкою, что неводом, а вилкою – как удою», т. е. ничего не сделаешь, не поймаешь.

ВИНЕГРЕТ (от фр. *vinaigre* – уксус; *vinaigré* – то, что сбрызнуто уксусом). Холодное овощное блюдо, подаваемое на закуску и принятое в русской кухне. С середины XIX в. так стали называть в России салаты из отварных овощей, сдобренные уксусом. Во второй половине XIX в. окончательно сложился состав русских винегретов, которые тем не менее до сего времени весьма часто варьируются.

В ВИНЕГРЕТ ВХОДЯТ:

свекла, морковь, картофель – отваренные и охлажденные, соленые огурцы и квашеная капуста, лук репчатый и (или) зеленый, – все примерно в равных объемах, только лука чуть-чуть больше, чем других овощей, а моркови чуть-чуть меньше.

В этот овощной винегрет входит также *заправка* – смесь слабого, трехпроцентного уксуса, растительного масла, соли и черного перца. Классический русский винегрет обязательно включает рубленое крутое яйцо, небольшое количество мелкокрошеной сельди (предварительно вымоченной в молоке). Но в этом случае в винегрет не кладется квашеная капуста, а объем картофеля и лука увеличивается. Поскольку в винегретах не существует абсолютно точной пропорции продуктов, то составление их всегда немножко искусство. Основное – не сделать винегрет ни слишком острым, ни безвкусно пресным, а найти «золотую середину». Отваривать овощи для винегрета надо всегда в кожуре, чтобы они были вкуснее, не выварились; еще лучше – использовать не отварные, а запеченные овощи. Заправку надо приготавливать отдельно, пробовать ее на вкус и лишь затем подливать в овощную массу, следя, чтобы вся заправка впиталась в овощи без остатка, а не плавала на дне тарелки. Смешивать винегреты надо всегда в удобных, просторных, глубоких эмалированных или фарфоровых блюдах или мисках, но не в металлических кастрюлях. Держать винегреты после приготовления, даже в холодильнике, не следует: они быстро теряют вкус. Их надо использовать сразу же после приготовления.

ВИНОГРАДНЫЕ ВИНА. Продукт, получаемый в результате брожения, очистки, выдержки в специальных условиях натурального виноградного сока, иногда с добавлением к нему различных консервирующих и ароматизирующих веществ. Виноградные вина чаще всего используются как готовый продукт в застолье, но в то же время находят и широкое применение в кулинарии, особенно во французской, итальянской, испанской, португальской кухнях, а также в молдавской, румынской, венгерской, болгарской, армянской и грузинской. В кулинарии вино применяется в очень малых дозах, в несколько раз меньших, чем в застолье, и почти всегда – как среда для отваривания или тушения. При этом под влиянием нагрева весь спирт улетучивается, а оставшийся виноградный сок сгущается и своим ароматом способствует улучшению вкуса того или иного блюда. В этом и состоит основная цель кулинарного применения виноградных вин. Так, например, небольшое количество сухого вина, добавленного в воду, где отваривается рыба, не только отбивает неприятный рыбный запах, но и улучшает вкус самой рыбы. Кислое красное вино, влитое в жаркое (1–2 столовые ложки), улучшает вкус блюда и, кроме того, ускоряет его приготовление. Одна десертная или чайная ложка вина, добавленная на литр компота из сухофруктов за 5–7 минут до конца варки, придает этому блюду аромат, близкий к свежим фруктам, как бы освежает его.

Эти примеры показывают, что кулинарное применение виноградных вин предполагает не только крайне небольшие дозы вина, но и непременно должно учитывать, что вино в данном случае используется лишь как катализатор, что его присутствие в блюде само по себе не должно быть заметно, а может проявляться лишь через изменение или улучшение основного вкуса другого продукта.

Что касается столового употребления вина, то и здесь, как ни парадоксально, о подлинной культуре применения вина за столом известно очень мало, и это малое, кроме того, искажено. Так, например, неоднократно писалось, что вино можно и нужно употреблять в качестве аперитива с водой (разбавлять его), но делать это правильно почти никто не может. В результате разбавленное вино практически никто не употребляет. Между тем во всех странах традиционного виноградарства и виноделия – Франции, Испании, Португалии, Греции – вино пьют только разбавленным водой. Но не какой-нибудь и не как-нибудь. В этом-то все дело.

Необходимо иметь только дистиллированную или прокипяченную воду. Необходимо соблюдать правило: ***вина всегда должно быть меньше, чем воды.*** Если вина больше, чем воды, то такая смесь всегда будет невкусной, каким бы хорошим ни было вино. Лучшие пропорции: две трети воды и треть вина или три четверти воды и четверть вина. Даже при желании разбавить вино водой «один к одному» вина надо брать все равно чуть меньше половины. Еще одно наиважнейшее правило: вначале нужно наливать в сосуд вино, а затем на него лить воду. При попытке сделать иначе смесь сразу же станет невкусной. Желательно также красные вина разбавлять только кипятком, а белые виноградные – ледяной кипяченой водой или охлаждать в холодильнике после разбавления. Холодную, некипяченую воду «из-под крана» нельзя применять ни в коем случае: это значит просто испортить продукт. Крайне важно иметь в виду, что разбавленное вино имеет дезинфицирующее и общее гигиеническое значение, особенно если разбавление сделано крутым кипятком (в таком случае полученную смесь надо пить горячей, не давая ей остывать).

Разбавлять лучше всего сухие, полусухие и десертные, сладкие вина. Крепленые же и полусладкие разбавлять водой нельзя – такие смеси будут невкусны и неудобоваримы.

ВИШИ. Минеральная столовая вода, содержащая много естественного углекислого газа и небольшое количество железа. Не имеет никакого выраженного запаха и вкуса, но чрезвычайно мягкая, нежная и очень *питкая.* Идеальная естественная вода для аперитива. Хорошо гармонирует с блюдами французской и других европейских кухонь, чрезвычайно хорошо подходит для разбавления виноградных вин. Названа так по имени месторождения – французского курорта Виши (*Vichy*), откуда ежегодно экспортируется 100–150 миллионов бутылок. Вода виши была известна еще римлянам под именем «Аква калида» (*aqua calidae* – теплая вода), но приобрела свою всемирную известность лишь в основном с середины XIX в.

Наряду с виши-аперитивом имеется и лечебная вода виши, которая лишена приятных вкусовых, столовых свойств.

ВКУС. Одно из средств познания действительности. В кулинарном отношении – одно из четырех средств оценки качества кулинарного изделия (цвет, аромат, консистенция, вкус). Вкус – ведущее, главное свойство любого пищевого изделия, по которому определяется его качество. Хотя по сложившейся привычке мы относим вкус к субъективным явлениям (сравните, например, наши пословицы: «О вкусах не спорят», «Каждому – на свой вкус»), но на самом деле вкус в кулинарии вполне объективная категория и имеет четкие границы. Существуют вполне определенные градации вкуса, разбитые на четыре главных направления: горькое, соленое, кислое, сладкое. Между ними – промежуточные категории: кисло-сладкое, кисло-соленое, горько-соленое, горько-кислое. Кроме того, существуют и нюансы вкуса: горьковатое, кисловатое, сладковатое, солоноватое, кисленькое, сладенькое, но не совсем сладкое. Однако установить, что кисловатое, а что солоноватое, люди могут лишь при помощи органолептических методов, т. е. своими средствами вкуса и ощущения, т. е. в конечном счете субъективным путем, а не какими-либо приборами. Именно это кажущееся противоречие между тем, что объективно реально существующий вкус пищи устанавливается субъективными методами, что его определение зависит от субъективного решения одного человека, путает нас и заставляет думать, что вкус сам по себе субъективен. В кулинарии, однако, приняты эталоны вкуса, и его объективная оценка предоставлена специальным людям – дегустаторам и титестерам.

Вкус помогает определить в первую очередь качество пищевого продукта: его свежесть, его зрелость, уровень приготовления, мастерство кулинара. От вкуса зависит и усвояемость пищи. Еще в древности было замечено, что вкусная пища насыщает, а невкусная – нет, несмотря на то что она может быть обильной. Вкус имеет и физиологическое значение: вкусная еда, даже если она не полезна, хорошо усваивается, а невкусная – плохо. Таким образом, вкус – альфа и омега оценки качества пищевого продукта или кулинарного изделия, блюда.

ВКУСНЯ. Русское национальное название яичницы с кусочками белого хлеба, размоченными в молоке и обжаренными на масле. Вкусня была популярным блюдом городского населения России в конце XIX – начале XX в.

ВЛАДИМИРКА. Лучший сорт сладкой, с густым соком вишни, используемой для кондитерских целей (приготовления варенья, засахаренных вишен, наливок, сиропов и конфет – вишни в шоколаде). Другие сорта вишен пригодны только для компотов и переработки в сок, т. е. не для кондитерской, а пищевой и консервной промышленности. Сорт был вывезен в Киев в XII в. из Византии, а в XIII в. перенесен во Владимир-на-Клязьме, после чего и получил свое нынешнее название. Фактически владимирка распространена под своим названием в нечерноземной полосе, в то время как на Украине носит название «украинской» или «киевской» вишни.

ВОДА. Важнейший и незаменимый продукт в большинстве видов кулинарного производства. Используется в таких основных кулинарных процессах, как *варка, тушение, соление, маринование.* Без воды невозможно приготовить тесто и любое мучное изделие (кроме кондитерских), супы, большинство каш и напитков. Вода нужна не только как компонент, но и для технологических и гигиенических целей в кулинарии.

Основное требование, предъявляемое к воде как кулинарному продукту, – ее чистота (свежесть) и мягкость (не более 8 мг/экв для супов и 4–6 мг/экв (миллиграмм-эквивалентов) для напитков по шкале мягкости). Особенно чувствительны к нарушению мягкости воды такие продукты, как чай, кофе. Вода для технических и гигиенических целей в кулинарии может иметь любую жесткость, но должна быть без запаха.

ВОДИЧКИ. Русский термин для обозначения натуральных прохладительных напитков, изготавливаемых из ягодных соков (клюквы, морошки, малины, земляники, красной и черной смородины, крыжовника, ежевики, черники) с незначительным добавлением сахара или меда и разводимых кипяченой водой. Для стабилизации водичек как крайне нестойкого, быстро теряющего свой естественный аромат продукта и для фиксации их цвета применялся спирт (в тысячных долях – промилле: один грамм на литр воды). Водички изготавливались также путем разведения холодной кипяченой водой – *морсов* (см. с. 876).

Главными центрами производства водичек в России были города теперешней Тверской области – Ржев, Старица, Торжок.

Водички не выдержали конкуренции дешевых, искусственных фруктовых вод, производство которых началось в XX в. на основе применения синтетических эссенций (ароматических альдегидов).

ВОДКА. (Древнерусский уменьшительный падеж (деминутив) от слова *вода,* образование по типу – репа – репка, душа – душка, вода – водка.) Русское национальное название хлебного вина (спирта), полученного на основе зернового сырья (ржи, пшеницы), передвоенного и затем разведенного мягкой родниковой водой до 40°.

Изобретение производства водки в России беструбным методом («сидение») относится ко второй половине XV в. (между 1446 и 1478 гг.). Оно началось первоначально в монастырях и явилось результатом резких изменений в экономическом положении Московского государства в этот период – переход на трехпольное земледелие, прекращение уплаты дани Орде, что привело к значительному увеличению товарного хлеба, падению цен на хлеб и росту хлебных запасов, излишки которых требовали быстрой обработки.

Примерно в то же самое время происходит создание хлебного спирта и напитков из него в других странах Европы: в Англии джин в 1485 г., в Шотландии виски в 1490–1494 гг., в Германии брантвайн в 1522 г., в Польше горзалка в 1540-х годах, в остальных странах Европы разные «водки» во второй половине XVI в.

Название «водка» официально стало употребляться лишь в XVIII в., причем применительно к водкам домашнего производства (в помещичьих хозяйствах). До конца XIX в. официально, на казенном языке водка в России называлась «вином».

В период с 1894 г. и до 1902 г. на всей территории России вместо частного производства и продажи водки была введена 4-я государственная монополия (четвертая за всю историю) и введен контроль за качеством водки (установлен впервые за всю историю ее производства стандарт). В этом приняли участие крупнейшие химики России – Д. И. Менделеев и Н. Д. Зелинский; первый ввел смешивание воды и спирта не по объемам, а по весу, доказав, что только при таком смешении сивушные масла, остающиеся после ректификации, оказываются во взвешенном состоянии и могут быть убраны фильтром; второй разработал фильтр из активированного угля, позднее использованный также в противогазах. С 1894 г. водка официально стала называться водкой.

В 1914 г. в связи с началом Первой мировой войны производство водки в России было запрещено, весь спирт либо денатурировался, либо использовался для медицинских целей.

Советское правительство с первого дня своего существования запретило изготовление и продажу водки. Запрещение это сохранялось до 1928 г. Выделка спирта объявлялась с 1918 г. государственной монополией, и спирт шел лишь на технические и медицинские цели.

С 22.03 1923 г. была допущена продажа наливок крепостью не выше 20°, изготовляемых на государственных заводах. С 03.12 1924 г. допустимая крепость была повышена до 30°. С 1925 г. была объявлена государственная монополия на водку и разрешено ее производство в ограниченных масштабах. Это стало возможным в результате практически полной ликвидации пьянства к 1924 г.

В течение всего предвоенного периода водка производилась в СССР в крайне незначительных количествах, составляющих одну четвертую часть производства до 1914 г. При этом значительная доля водки шла на экспорт в страны, традиционно покупающие русскую водку, например в Германию.

Русская водка была выше по качеству немецкой и польской, поскольку производилась до войны преимущественно из ржаного зерна. В послевоенные годы производство водки расширилось, причем основным сырьем стали свекловица, картофель, кукурузное зерно, а в странах Северной Европы – целлюлоза, что привело к ухудшению качества водки, несмотря на совершенствование методов ее ректификации и фильтрования. В свое время еще Энгельс отмечал разницу между воздействием ржаного и картофельного спирта: первый вызывает добродушное веселье и расположение ко сну, второй же провоцирует на агрессивность и располагает к озлоблению и дракам.

С 1986 г. было введено резкое ограничение производства и продажи водки, что не привело, однако, к ликвидации пьянства, а вызвало лишь социальную напряженность в обществе. С 7 июля 1992 г. государственная (5-я) монополия на водку в России была вообще отменена, что привело к резкому повышению цен на спиртоводочные изделия. (Однако спустя год монополия государства на производство водки была восстановлена.) Водка – продукт типичный в том отношении, что ее возникновение было обусловлено и связано с определенными историческими, общественными условиями. Поэтому и исчезновение водки может произойти только тогда, когда для этого сложатся, созреют объективно необходимые общественные условия. Регулирование же водочного производства и торговли волевыми, субъективными мерами никогда не будет давать необходимого результата.

ВОЛОГА. Белорусский национальный кулинарный термин, означающий в основном жиры, вносимые в блюдо, или изделия в жидком виде. Роль вологи могут выполнять молоко, сливки, сметана, но чаще всего под этим термином понимают сливочное масло, топленое масло, нутряной топленый жир, топленое сало, конопляное, льняное и подсолнечное масло, а также все другие растительные масла.

ВОРОНОК. Русский керамический или металлический сосуд для хранения напитков. Имел форму высокого кувшина с ручкой, носиком, крышкой и поддоном. Крышка не снималась, а была приделана на шарнирах. Воронок вышел из употребления во второй половине XIX в., когда широко стали распространяться стеклянные графины, казавшиеся в то время верхом красоты.

ВОСТОЧНЫЕ СЛАДОСТИ. Русское бытовое и торговое собирательное название для весьма разнородных кондитерских изделий закавказской, турецкой и среднеазиатской кухни. Сюда входят как разные типы печений, так и в основном все *халвы,* изюмно-ореховые, мармеладно-ореховые и крахмало-сахарные изделия.

С кондитерской точки зрения объединение этих изделий под единым названием неправильно, ибо часть их (пахлавы, шакеры, курабье, кяты) изготавливается обычными кондитерами-пекарями, другая часть (чурчхела, цукаты, рахат-лукум, козинаки, бадамы) – в домашней кухне, в процессе заготовки плодов и орехов на зиму и, наконец, остальные сладости – *специалистами-кандалатчами.* Именно эта последняя часть, наиболее специфическая, требующая для своего изготовления особых помещений, инструментов, оборудования и навыков, и может быть названа «восточными сладостями», ибо подобного рода кондитерские изделия неизвестны европейской кухне ни по своим принципам, ни по конкретному составу.

К этим собственно восточным сладостям относятся: все виды *халвы* (см. с. 944) – тахинная, ореховая, подсолнечная; кос-халва, айла, альвица, разные виды *нуги* (см. с. 891) (сбитой, литой, тянутой); все сахарные изделия – кристаллический сахар, сахарная «вермишель» – нишалло, аморфный сахар с пряностями (ногул, постный, помадки) и др.

Восточные сладости в их наиболее полном ассортименте всегда производились в Иране, Афганистане и Турции. В меньшей степени они распространены на арабском востоке: Ливане, Сирии, Египте, Ираке, Саудовской Аравии, где главную роль играют вяленые фрукты (финики, инжир).

Основные центры производства восточных сладостей на территории Ближнего Зарубежья – Закавказье (особенно Армения и Азербайджан), Средняя Азия (главным образом Таджикистан) и отчасти Молдавия. В Европе восточные сладости производят лишь в четырех странах: в Югославии (республики Македония, Босния), Болгарии, Греции и Румынии. Болгария считается основным и наилучшим производителем в Европе рахат-лукума в его турецком варианте. Болгарский рахат-лукум пользуется заслуженной популярностью в России.

ВОЩАНКА. Плотная, навощенная бумага или тонкая специальная клеенка, употребляемая для раскатки масляного, сильно мажущего теста. Накладывается на доску, где намерены раскатывать тесто. Теперь заменяется обычно целлофаном или полиэтиленовой пленкой. Предохраняет доску от впитывания масла, а тесто от потери масла.

ВСМЯТКУ. Русский термин, обозначающий особую стадию варки яиц, при которой наступает неполное свертывание белка (лишь его внешней части) и слабое загустение желтка, который остается жидким. Время варки для яиц всмятку точно определено: 3–3,5 минуты. При варке в течение 4–4,5 минут наступает иное состояние, называемое «в мешочек». По западноевропейской терминологии это состояние яйца называется *восковым.* Начиная с 6 и до 8 минут яйцо становится крутым, т. е. полностью свертывается. Наиболее трудно выдержать варку «в мешочек».

ВСПЛЫВ. Перелив, «убегание» части жидкости какого-либо блюда через края посуды во время приготовления на огне (в печи, духовке, на плите). Всплывы происходят, как правило, вследствие трех причин:

1. Слишком сильного огня (высокой температуры, превышающей нормальную для данного блюда).

2. Превышения нормы и соотношения жидкой части блюда с его другими компонентами (твердыми, вязкими и т. п.).

3. Несоответствия посуды данному блюду (по объему, по материалу, теплопроводности, форме).

Отсюда ясно, что предотвращение всплывов должно сводиться прежде всего к устранению этих причин, т. е. к кулинарно грамотному приготовлению, к соблюдению строгого соответствия посуды и норм продуктов, а также теплового режима.

Однако кроме этих обычных профилактических средств необходимо также постоянное наблюдение за процессом приготовления блюда. Следует учитывать, что всплывы чаще всего происходят, когда пища приготавливается *под крышкой* или когда продукт, составляющий основу блюда, при кипячении в воде дает сильную *пену* (см. с. 902), закрывающую поверхность кипящей жидкости и препятствующую выходу паров, отчего пары выбрасывают через край не только жидкость, но и часть основы блюда.

Поэтому снятие пены, особенно при приготовлении супов, тестяных и крупяных отварных блюд является необходимым условием предотвращения всплывов. Необходимо также периодически сдвигать крышку с кипящими жидкостями, чтобы выпускать пары.

Эти действия направлены на сознательное, профилактическое предупреждение всплывов.

Всплывов нельзя допускать потому, что они не только и даже не столько механическая утрата того или иного количества жидкой части блюда, а нарушение общего нормального процесса приготовления. Всплывы ведут в конечном счете к общему браку качества блюда. Если простая домохозяйка при всплывах обычно бывает обеспокоена тем, что что-то «ушло», что-то «убежало» и поэтому рассчитанного заранее блюда не хватит на всех или придется лишний раз убирать испачканную плиту, посуду, то настоящий повар опасается всплывов только потому, что они *наносят вред кулинарному качеству блюда,* портят его или изменяют его вкус, создают «брак», а потому неизбежно заставляют либо заменять, либо исправлять блюдо, т. е. вызывают его дополнительную кулинарную обработку и, соответственно, расходы и потерю времени. Очень часто «замены» при всплывах осуществляются самым примитивным способом, путем *добавления воды,* что *еще более ухудшает качество* блюд.

Всплывы по своим последствиям и потерям качества пищи бывают неоднородны. Относительно безобидны всплывы, происходящие при отваривании тестяных блюд (пельменей, лапши, спагетти, макарон, *вермишели а-ля наж* (см. с. 881). Их кулинарное исправление довольно быстро.

Гораздо серьезнее всплывы супов. Они наносят *ущерб вкусу блюда,* особенно если происходят после закладки жиров и пряностей, так как практически *уносят все* эти *компоненты, находящиеся в верхних слоях суповой жидкости.* Кроме того, они лишают бульон нормальной концентрации, превращают его в «водичку» и в целом сильно обедняют суп. Всплывы тушеных блюд, а также всплывы варенья губительны в кулинарном отношении. Они резко нарушают принятые пропорции в блюде и часто вообще не могут быть исправлены. Потеря соуса (мясного) в тушеных блюдах и потеря сиропа в вареньях, создавая кулинарную диспропорцию, не только совершенно портят вкус, присущий данному блюду или пищевому изделию, но и ведут к дезорганизации всего кулинарного процесса на кухне, ибо требуют радикальных перемен: снятие с огня, остужение, отцеживание, добавка новых порций утраченных компонентов, их доведение до кипения и соединение с оставшейся после всплыва частью блюда, а затем уже доведение всего блюда до готовности.

Последствиями незамеченных или пропущенных всплывов обычно бывает подгорание блюда, жесткость мяса (при тушении), нарушение нормальной консистенции всех других компонентов и как общее следствие – резкое ухудшение вкуса и аромата блюда, их несоответствие принятым стандартам.

Всплывы в печи, духовке, при длительном тушении или печении (запекании, томлении) блюд могут носить «невидимый», постепенный характер, но от этого не делаются менее опасными. В таких случаях обычны потери прежде всего жиров (масла) в приготавливаемом блюде, что происходит из-за слишком педантично правильного заполнения посуды продуктами чуть ли не до краев, в то время как гораздо целесообразнее в этих случаях заполнять посуду до 3/4 или даже до 2/3 объема, если выдержка или выпечка блюда, обладающего значительной долей жидкости, рассчитана на срок свыше 30 минут. Так, например, даже не только тушеные блюда, но и изделия из «жидких» видов теста (куличи, бисквиты, кексы) выпекаются в посуде, заполненной только на 2/3 ее объема, но никак не более, во избежание «всплывов» теста, ведущих к деформации кондитерских изделий.

Всплывы в узкой высокой посуде происходят быстрее, чем в широкой, хотя бы и низкой.

ВЫДЕЛКА ТЕСТА. Термин, которым обозначается заключительный процесс в приготовлении кондитерского, сдобного теста. Выделкой кондитеры называют внесение в тесто различных разрыхлителей: соды, аммония, кремортартара, пекарского по-

рошка или не связанных органически с тестом добавок (цукатов, орехов, изюма, пряностей, пищевых красителей), а также масла, если оно должно быть внесено уже после окончательного приготовления теста и его следует втирать особыми методами (тесто в силу упругости отторгает в таких случаях масло).

Выделка включает ряд специальных приемов и «секретов», обеспечивающих равномерное внесение и распределение в тесте всех указанных разнородных компонентов. Ею обычно занимается или руководит самый квалифицированный кондитер. Так, при внесении искусственных разрыхлителей надо помнить, что при этом и особенно после этого тесто надо как можно менее подвергать давлению, мять. Изюм вносится в измельченном виде и предварительно обвалянный в муке, чтобы он не сбивался в одном месте теста и не опускался бы при выпечке на дно изделия, а «висел» в нем равномерно по всему «телу». Масло втирают, используя *вощанку* (см. с. 809) и т. д.

ВЫЕМКИ. Металлические, жестяные фигурные полости, при помощи которых вырезаются из теста печенья разной формы или вынимаются из фруктов косточки, сердцевины (у яблок, груш, айвы) или части плода, овоща (например, фигурные кусочки груши, айвы, моркови, свеклы – одинаковых размеров). Выемки облегчают труд кулинара и кондитера, дают широкую возможность разнообразить и в то же время стандартизировать внешний вид пищевых изделий и не требуют особенно длительного навыка пользования ими. Обычно целесообразно иметь как можно более широкий набор как кондитерских, так и овощных выемок, чтобы они могли быть использованы в самых различных кулинарных и кондитерских ситуациях.

ВЫТИ ОБЕДЕННЫЕ или *время еды.* Выть – старое русское слово, обозначающее пору еды. Каждая выть, каждая столовая пора издавна носила свое название, сохранившееся до нашего времени. Первоначально они назывались: перехватка (7 часов утра), полдник (11 часов утра), обед (3 часа дня), паобед (17–18 часов), ужин (20–21 час) и паужин (23 часа). Не все эти выти выполнялись одновременно. С конца XVIII – начала XIX в. устанавливаются следующие наименования вытей: *завтрак* (от 6 до 8 часов утра), *полдник* (от 10 до 11 часов утра), *обед* (между 14 и 15 часами), *чай* (17–18 часов), ужин (20–21 час). В основном эти выти признаны и поныне в качестве рационального времени еды для больниц, интернатов, санаториев. Полдник ныне чаще называют вторым завтраком, а как напоминание от паужина в санаториях остался кефир перед сном, через полтора-два часа после ужина.

В западноевропейской практике сложились иные выти. Они до сих пор сохраняются отчасти в ресторанной, отчасти в дипломатической практике многих стран.

Так, *завтрак* бывает в 7.30–8 часов, затем *миди* (во Франции) в 12 часов, а в большинстве стран Западной Европы, по английскому образцу, *ленч* – в 13 часов. Это, собственно, наш обед, хотя по дипломатической терминологии – это завтрак. В 17–18 часов *файф-о-клок* (чай или по дипломатической терминологии коктейль) и в 20 часов – *обед,* который фактически сходен с нашим ужином, поскольку в этот «обед» не подают супа. Ужина же на Западе не бывает. Но французская практика предусматривает иногда еще так называемое *супэ (souper),* т. е. вечерний или ночной ужин, который устраивают лишь тогда, когда празднество затягивается далеко за полночь. В этом случае в 23.30 или в 24.00 часа, а то и в час ночи, подают различные закуски и традиционный в таких случаях *луковый суп,* от которого этот ночной ужин и получил свое название, а затем легкое горячее рыбное второе (но часто ограничиваются одним супом). Практически к супэ прибегают крайне редко, буквально два-три, от силы четыре-пять раз в году, в большие праздники.

ВЯДЁРЫ (от литов. *vedarai*). Белорусское и литовское блюдо – жирные свиные кишки, начиненные картофельным пюре пополам с разваренной перловой крупой и сваренные в сильно подсоленной воде, а затем обжаренные в свином сале.

ВЯЛЕНИЕ. Вид кулинарной обработки пищевого продукта и одновременно его консервации, родственный сушке, но отличающийся от нее двумя характерными особенностями: 1) незначительным участием тепла или полным его отсутствием в процессе вяления; 2) медленным, постепенным характером высыхания, причем не полным, не окончательным, а частичным, так что вяленый продукт в отличие от высушенного сохраняет мягкую консистенцию и эластичность, в то время как высушенный продукт ломок, хрупок и тверд. Вяление, как правило, достигается путем сушки на открытом воздухе, в полуоткрытом или насквозь открытом помещении, на сильном ветру, в сильном токе воздуха, так чтобы продукт все время подвергался действию воздушных масс (ветер, сквозняк), при этом температура воздуха по сравнению с его движением играет подчиненную, вспомогательную роль и не должна выходить за определенные пределы, в то время как при сушке никаких температурных пределов практически не устанавливается (определяется лишь время сушки при высокой температуре). Вялению подвергаются, как правило, сочные пищевые продукты, практически не могущие высохнуть, а лишь «способные» довести в результате вяления свой сок до загустения.

Так, например, груши, яблоки, сливы, вишни и т. п. можно только сушить, ибо они тверды и их масса невелика (особенно в измельченном виде), их влага быстро исчезает, иссыхает. Наоборот, дыню, бананы невозможно полностью высушить – настолько они насыщены соком, но их можно вялить, то есть сгустить этот сахаристый сок. При действии температуры такие насыщенные соком пищевые продукты могут сгнить ранее, чем провялиться, но на сильном ветру их загнивание предотвращается постоянным охлаждением. Аналогичный процесс происходит и при вялении рыбы – пищевого продукта, также имеющего значительные запасы сока. Продукты, предназначенные для завяливания, обычно пластуют, т. е. превращают в тонкие плоскости-пласты.

Поскольку естественный ток воздуха всегда интенсивнее в удалении от поверхности земли, то вяление рекомендуется вести как можно выше человеческого роста и располагать пищевой продукт так, чтобы он был обдуваем со всех сторон. С этой целью продукт никогда не кладут на горизонтальную плоскость, а всегда подвешивают в вертикальном положении. Это гарантирует быстрое и качественное завяливание. Вяленые продукты, как не подверженные действию огня и высокой температуре, наиболее полноценны, сохраняют максимум полезных веществ, близки или аналогичны по своей биохими-

ческой характеристике свежим пищевым продуктам, а иногда даже превосходят их (например, вяленые фрукты, где происходит ферментация и появляются новые витамины).

ВЯНДЛИНА. Польский и западнобелорусский термин для обозначения комбинации копчено-соленых и колбасных изделий из свинины, нарезанных мелкими кусочками и перемешанных. В вяндлину входят ветчина, корейка, сало, домашняя колбаса (обычно полукопченая), мясная сырокопченая свинина, грудинка.

Пропорции этой комбинации произвольны, зависят от местных условий и традиций, но, как правило, приближаются к тому, что каждый компонент вяндлины берется в равных долях (мясные части в хорошей вяндлине вдвое выше жировых).

Вяндлина используется в *журе* (см. с. 825), *крупени,* в вяндличной *моканке* или просто подается (иногда после отваривания или легкого обжаривания) к отварному картофелю, к хлебу, как своего рода мясное ассорти.

- Г -

ГАБЕРСУП. Одно из дежурных блюд в царской армии и флоте. Упоминается часто в произведениях русской художественной литературы XIX в., описывающих армейский быт в насмешливом тоне (см. у А. С. Новикова-Прибоя, А. С. Серафимовича, С. А. Григорьева), как синоним бурды, что было связано с недозакладкой в него продуктов. На самом деле означает овсяный суп (от нем. *Hafer* – овес) и в неискаженном, хорошо приготовленном виде является национальным супом прусской кухни. Был введен в состав блюд русской армии Павлом I.

ГАДАЗЕЛИЛИ. Блюдо грузинской кухни, приготавливаемое из имеретинского сыра, который разводится в молоке при помощи специальных кулинарных приемов.

СОСТАВ

На 2 л молока 500–750 г сыра.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Крупный кусок сыра (половину или четверть головки) заливают горячим молоком и варят на слабом огне, пока он не станет мягким. Затем сыр вынимают, перекладывают в глубокую миску и постепенно, растирая ложкой, поливают отваром из кастрюли, которая продолжает стоять на слабом огне. Растворившуюся часть выливают обратно в кастрюлю с отваром, а оттуда берут новую горячую порцию отвара. Повторяют эту операцию, пока сыр полностью не растворится. При этом, конечно, отвар все более густеет и постепенно превращается благодаря молоку в особую массу – это и есть гадазелили. Тогда ее заправляют сухой мятой, кишнецом (кинзой) и базиликом. Гадазелили – чрезвычайно сытное и питательное блюдо; едят его не с хлебом, а с *гоми* (см. с. 579, 814).

ГАЛАКСИИ (от греч. *γαλαξιος*, лат. *galaxios* – молочный). Праздники в Древней Греции и Древнем Риме в честь богини плодородия Кибелы, во время которых ели молочные блюда и молочные изделия.

ГАЛАКТОПОЗИЯ (греч.). Питье молока с лечебными целями (например, питье по утрам парного (коровьего или козьего) молока, питье вечером горячего молока для укрепления сна, питье кумыса и т. д.).

ГАЛАКТОТРОФИЯ (греч.). Исключительное или преимущественное питание молоком.

ГАЛАМСКОЕ МАСЛО. Вкусная жироподобная *модель* – клеевидный сок, истекающий из тропических деревьев, растущих в Сенегале и Гамбии. Употребляется во французском кондитерском деле как естественный съедобный и приятный укрепитель для «многоэтажных» тортов.

ГАЛАНТИН (фр. *galantine*). От искаженного «желатин». В ресторанной кухне так обычно называют *заливное* (см. с. 827) в прочном, грубом желатинном желе – кусочек рыбы или птицы. Во французской кухне первоначально означало блюдо, напоминающее студень, из фаршированной телячьей головы.

ГАЛЕТА (ит. *galetta* – корабельная). Так первоначально назывались сухие лепешки, употребляемые моряками на кораблях вместо хлеба («морские бисквиты» – по французской терминологии). Впоследствии так стали называть сухари, специально приготавливаемые для морских и сухопутных экспедиций, путешествий и военных походов. Термин *галета* принят во всех странах, кроме Франции, где галетами называют только блинчики из гречневой муки.

ГАЛКИ. Белорусское национальное блюдо, подобие украинских галушек. Приготавливаются либо из гречневой муки, либо из рыбного фарша пополам с мукой. Отсюда появились два как бы различных блюда: гречневые галки со сметаной и рыбные галки с рыбным или грибным бульоном. Гречневые галки после отваривания иногда еще обжаривают на сале, а уже потом поливают сметаной. Рыбные же галки едят только в супе, как первое блюдо.

ГАЛУШКИ. Украинское национальное тестяное блюдо. Приготавливается из того же теста, что и для лапши, но более сдобного, и раскатывается не *сочнем* (см. с. 926), а в жгут сечением около 1 см и нарезается наискось ломтиками по 0,5 см толщиной. Основной секрет приготовления галушек состоит в том, что их надо оставить на полчаса-час заветриться или «завянуть», после чего можно отваривать в сильно подсоленном кипятке в течение 20 минут. Отваренные галушки либо слегка обжариваются в свином сале со шкварками, либо заливаются сметаной или растопленным салом. Галушки кладут также в полтавский борщ.

ГАМБРИНУС. Сказочный фламандский персонаж (якобы «король»), которому приписывают изобретение способа варки пива в Западной Европе, родиной которого считается город Брюгге в Бельгии (*Брюгге* в переводе и означает «варка пива»).

ГАНАЖЕВАЯ МАССА. В кондитерском деле так называется основная масса, употребляемая как фундамент для начинки подавляющего большинства шоколадных конфет.

К ганажевой массе для изменения вкуса начинки обычно прибавляют лишь какой-нибудь ароматизатор, основа же не меняется. Поэтому все шоколадные конфеты с ганажевой начинкой имеют практически один и тот же вкус, несмотря на их разные названия. Состав ганажевой массы: на 1 кг шоколада – 100 г молока, 1 г спирта и 0,1 г ванилина (т. е. 1101,1 г). Шоколад распускается в молоке, и все ингредиенты добавляются, перемешиваются и провариваются.

ГАНСВУРСТ. Шутовское лицо в немецких народных комедиях и фольклоре (*Hans-Wurst* – Ганс-Колбаса), соответствует английскому и голландскому персонажу Пикельхерингу (*Picklehering* (англ.) – Соленая Селедка) и русскому Петрушке, также имеющему «кулинарное» прозвище, а вовсе не уменьшительное от имени Петр, как часто неверно думают. Пренебрежительными от слова Петр в русском языке служат Петруха, Петька, Петряй. Уменьшительное Петрушка – неупотребительно.

ГАРБУЗОК (белорус. – тыква). Так называют национальный белорусский суп из разваренной тыквы или из кабачков. В него непременно кладут кроме этих основных овощей также луковицу, картофелину, морковь и заправляют шкварками.

ГАРДА (белорус, от *гардовица* – разная огородная зелень, и литов. *gardus* – вкусный). Термин, употребляемый в прилегающей к Литве части Белоруссии и в самой Литве (в основном в пограничных с Белоруссией районах) для обозначения смеси мятого вареного картофеля с мелкими кусочками селедки, сдобренной большим количеством зеленого лука и других огородных трав – укропа, зелени петрушки, кервеля (купыря), а также щавеля (или шпината) и крапивы, мелко нарезанных и залитых простоквашей или сметаной. Крапиву, щавель или лебеду перед закладкой бланшируют. Остальные травы закладываются сырыми.

Гарду не следует путать с *лапеней* – весенним салатом из крапивы, сныти, щавеля, лебеды и *бораго* (см. с. 793), заправленных сметаной или простоквашей.

ГАРНИР (фран. *garnir* – украсить, наполнить). Во французской и международной ресторанной кухне означает «украшение кушанья» или приправу и чаще всего относится к овощам, уложенным бордюром вокруг основного блюда, или к зеленому листочку петрушки, сельдерея и т. п.

В русской кухне этот же термин употребляется для обозначения всякого дополнения к основному блюду, т. е. к рыбе или мясу, – овощей, картофельного пюре, даже каш. В ряде зарубежных кухонь гарниром называют любую меньшую часть блюда по отношению к большей. Так, в азербайджанском плове рис будет основным блюдом, а мясо, фрукты – гарниром, что противоположно нашему бытовому представлению о гарнирах, сложившемуся под влиянием общепитовской терминологии.

ГАРНИРОВАТЬ (фр.) Украшать, отделывать, убирать. Во французский язык пришло из древнегерманского, где имело иной смысл – предупреждать, предостерегать. В кулинарии этот термин означает – придать блюду окончательную внешнюю отделку, красивый внешний вид.

ГАРО. Грузинский соус, в состав которого входят толченые грецкие орехи и мелко нарезанные лук, чеснок, кинза, разведенные винным уксусом или гранатовым соком и куриным бульоном, а затем уваренные. Для загустения к теплому соусу добавляют в конце приготовления два-три взбитых яичных желтка и солят по вкусу. Гаро обладает приятным вкусом, нежен, полезен, так как содержит много витаминов.

ГАРСОН. Название слуги, официанта в XIX в. в ресторанах, трактирах в большинстве стран Европы, в том числе и России. Во Франции гарсонами называют всех официантов-мужчин в ресторанах, кондитерских, кафе, бистро, но не в барах, пивных и погребках, где обслуживают бармены и кельнеры.

ГАСТРОМАН (от греч. *γαστρός* – желудок). Чревоугодник, любитель роскошного, хорошего стола.

ГАСТРОНОМ (греч.). Знаток, любитель и ценитель тонких блюд, человек, разбирающийся в тонкостях кулинарного искусства. У нас слово «гастроном» было присвоено в середине 30-х годов продовольственным магазинам высшей и первой категории с разнообразным ассортиментом пищевых «гастрономических» товаров, т. е. копченостей, икры, рыбы и мяса, консервов, в отличие от бакалейных и молочных товаров.

ГАСТРОСОФИЯ. Совокупность правил, устанавливающих разумное пользование пищей и напитками без вреда для здоровья. Основатель гастрософии – Эуген Вэрст (1797–1855).

ГАТЕЛЕТЫ (от фр. *hâtelet* – копье). Поварское украшение, состоящее из небольших ломтиков отборного кушанья (дичи, птицы, грибов, фруктов), нанизанных на небольшую шпажку, воткнутую вертикально в вершину основного, центрального блюда в центре стола. Иногда из гателетов устраивается пирамида. Употребляются исключительно на банкетах, для праздничных блюд.

ГЕРЛАШ. Блюдо литовской кухни, состоящее из разнообразных тушеных овощей, заправленных салом и сметаной. Название происходит от испорченного слова «ералаш» – смесь, неразбериха. Герлаш считается тем лучше, чем более разнообразен его овощной состав (брюква, репа, капуста, лук, горох, морковь, картофель, укроп, тмин, яблоки, чеснок, свекла, лавровый лист и какая-нибудь крупа – гречневая или рисовая, но очень мало).

ГИЧ (гичка, белорус). Обозначение в белорусской кухне всей совокупности стеблей и листьев, т. е. съедобных надземных частей огородных растений. Термин примерно соответствует слову «зелень» в русском языке, хотя этот русский термин менее точен, чем белорусский. Фактически эквивалент гичу в русской кулинарной терминологии отсутствует.

ГЛАЗУРЬ. Покрытие кондитерских изделий (пряников, печений, иногда пирогов и тортов) плотной, тонкой оболочкой из сахара, подкрашенного пищевым красителем (цедрой), или из смеси сахара и шоколада или яйца (сложная глазурь или *кувертюр*). Обычно покрывают глазурью,

макая кисточку в густой сахарный сироп и нанося его на поверхность пряника, который затем подсушивают в духовке. Иногда печенья просто обливают сахарным сиропом, а затем дают им обсохнуть.

ГЛИНТВЕЙН (нем. *Glühwein;* от *glühen* – быть раскаленным насквозь, пылать). Горячий напиток, приготавливаемый обычно в домашних условиях в праздничные дни, когда собирается большая разнородная компания и когда застолье не является основным событием данного дня. Глинтвейн приготавливается из смеси какого-нибудь виноградного вина, фруктового сока, чая, с добавлением изюма, орехов, цукатов и пряностей.

СОСТАВ ЧАЙНОГО ГЛИНТВЕЙНА

1 л крепкого чая (5 ч. ложек сухого чая заварить литром кипятка, поставить настаиваться на 5–6 минут), 1 бутылка (0,5–0,7 л) яблочного, виноградного или вишневого прозрачного сока (соки с мякотью не годятся; при этом лучше использовать смесь разных соков); 200–250 г (1 стакан) виноградного вина – сухого, но не полусладкого (если глинтвейн делается не для взрослых, то вино не добавляют); 100–200 г сахара, в зависимости от состава сока и вина, а также цедра и сок лимона, изюм, орехи, пряности (бадьян, корица).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В эмалированную посуду налить фруктовые соки, вино, положить сахар, цедру и сок лимона, пряности. Закрыв крышкой, подогреть слегка, не давая закипеть, на слабом огне, чтобы распустился сахар. Влить туда заваренный чай, подогреть до горячего состояния, но не до кипения. (Чай лить в соки, а не наоборот, это важно для формирования правильного вкуса напитка.) Одновременно подготовить изюм (промыть кипятком, накрошить, освободить от косточек), распарить его кипятком, очистить от кожицы орехи. Опустить изюм и орехи в горячий глинтвейн и разливать его по бокалам.

ГЛОСЬ. Кулинарное ресторанное название камбалы в блюдах болгарской, югославской и румынской кухни и в поваренных книгах, изданных в этих странах. Например, филе глося с грибами, глось по-фермерски и т. д. Отсутствие перевода этого термина на русский язык приводит к тому, что его часто путают с *лосиной* (см. с. 860) и *лососиной,* к которым глось-камбала никакого отношения не имеет.

ГЛУТОН (фр. *gloutonne*). Грубый обжора. Французский язык имеет массу терминов, обозначающих разное отношение человека к еде. (См. *гурман* и *гурмэ.*)

ГЛЮТАМАТ (*Monosodium glytomat*). Химическое вещество, постоянно употребляемое в китайской кухне ко всем блюдам, где осуществляется жарение, пряжение или тушение. Глютамат вносится на последней стадии жарения; им, как солью, посыпают блюдо на сковородке. (См. также книгу «Поваренное искусство и поварские приклады», раздел «Специи».)

ГЛЯС. Бульон, выкипяченный до совершенной густоты, ставший похожим на блестящий клей. Используется как полуфабрикат для быстрого приготовления соусов.

ГЛЯСЕРОВАТЬ (искаженное – глазировать). Обсыпать кондитерское изделие сахарной пудрой, а затем ставить в духовку на короткое время, чтобы сахар распустился и покрыл поверхность блестящей сухой пленкой.

ГЛЯСОВАТЬ. Покрыть *глясом* (см. выше) крупный кусок пищевого изделия или блюда, либо намазав и пригладив гляс специальным широким ножом-лопаточкой (шпателем), либо полив глясом сверху так, чтобы он сам, постепенно стекая, покрыл бы, как пелериной, блюдо. Глясование употребляется обычно в ресторанной кухне для украшения блюда.

ГОВЯДИНА. Общее название в русском языке для обозначения мяса крупного рогатого скота: бычьего, коровьего, телячьего и воловьего.

В XVIII–XIX вв. фактически стало использоваться лишь для обозначения обычного коровьего мяса. Происходит от старославянского слова *говядо* – рогатый скот или бык и литовского *govada* – стадо. В западноевропейской кулинарии общего понятия для говяжьего мяса не существует. Там строго различают *бычье мясо* (в основном используется для мясных блюд именно оно) и *телятину.* Собственно коровье мясо или воловье используется реже, исключительно в бедной или второсортной кухне.

В России же точное половое происхождение мяса в торговле никогда не подчеркивалось – все считалось *говядиной.* Таким образом в русской кухне этот термин превратился в слово, маскирующее фактическое качество мяса. Как особый остался только термин *телятина* – для молодого и явно лучшего по качеству мяса.

ГОГЕЛЬ-МОГЕЛЬ. Взбитые яичные желтки, растертые с сахаром и смешанные с чайной ложкой рома или коньяка, слегка разведенного водой, а затем вновь взбитые на льду. Чаще всего делается без рома, на одной воде с сахаром и служит в таком виде детским домашним сладким блюдом.

ГОЗИНАКИ (груз.). В торговле этот термин пишется неправильно – «козинаки». Ядра орехов, слегка подсушенные для ошелушения мягкой оболочки, а затем сваренные в сахаре. Национальное лакомство грузин и армян.

ГОЛУБЦЫ. Блюдо литовской, польской, белорусской и украинской кухни, в XIV–XV вв. заимствованное и «переделанное» литовскими и украинскими поварами из татарской и турецкой кухни, где оно называлось *долма* (см. с. 819). «Ославянивание» этого мусульманского блюда проявилось в том, что виноградные листья были заменены капустными, а баранье мясо – свининой, рис же – в первое время – пшеном. Название же (русское) было дано голубцам значительно позднее: в конце XVIII – начале XIX в. (см. *крепинет*).

Один из секретов приготовления голубцов – это превращение листа капусты в мягкий, эластичный, податливый и легко раскусываемый и прожевываемый субстрат. Для этого необходимо бланшировать листья капусты в кипятке, еще лучше завернуть листья в фольгу и продержать их в духовке минут 5–7. Эластичность их повысится, прочность сохранится, а вкус значительно улучшится; в то же время капуста не потеряет своего сока как при обычном бланшировании.

ГОМИ. Каша из чумизы, которую в Западной Грузии употребляют вместо хлеба для еды с супами и вторыми мясными блюдами.

ГОРЧИЦА. Одна из самых популярных приправ в международной кулинарии. В русской кухне употребляется исключительно к закускам и другим холодным блюдам либо к жареным колбасным изделиям, сосискам.

Во французской кухне в чистом виде почти не употребляется, но зато входит в состав многих соусов, тушений как добавка в подливки, масло и т. п. В шведской кухне употребляется как приправа к рыбным блюдам: в маринад сельди, для обмазки рыбы перед тушением и жарением, иногда в рыбные и другие бульоны.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Порошок горчицы заварить кипятком, быстро слить лишнюю воду, дать остыть, разбухнуть. Приготовить маринад: слабый винный уксус уварить с пряностями (корицей, перцем, лавровым листом, эстрагоном, сельдереем, луком, чесноком). Отвар сцедить, развести им заваренный горчичный порошок до консистенции густой сметаны и оставить в плотно закрытой посуде на сутки – трое. Горчица будет еще вкуснее, нежнее и ароматнее, если вместо уксуса взять лимонный сок, цедру и, кроме того, добавить к горчичной массе какое-нибудь фруктовое пюре: яблочное, грушевое, айвовое, апельсиновое. Чтобы сделать такое пюре, надо испечь в духовке одно-два яблока и отжать их в соковыжималке. Сырое пюре, а также яблоки тертые и вареные добавлять нельзя: горчица «забродит». Лишь печеные фрукты дают продукты высокого качества и длительной сохранности.

ГОРШКИ. Общее название керамической посуды, употребляемой в кулинарии. В современной кухне горшки нужны для приготовления супов не на плите, а в духовке, а также для тушения мяса и овощей. Мясные блюда в горшках готовятся сравнительно долго, не менее 1–1,5 часа. В горшки заливается только кипяток; холодная вода, молоко и другие жидкости исключаются.

ГОСТЕПРИИМСТВА ЗАКОНЫ. Правила приема гостей, включающие наряду с их устройством на ночлег и предоставлением жилья и санитарных услуг в значительной степени правила предоставления еды и размещения за столом.

Так, гостю надо прежде всего предложить вымыть руки, снабдив чистым полотенцем, осведомиться о его вкусах, усадить за столом напротив хозяина или рядом с женой хозяина, хозяйкой. Гостю по традиции предоставляется лучший кусок, независимо от его возраста и пола. Обслуживание начинают за столом с гостя. В то же время дурным тоном считается непрерывное «потчевание», «упрашивание» отведать то или иное блюдо. Гость должен чувствовать себя свободно, не скованно за столом, не испытывать мелкой опеки. Иначе подобное гостеприимство превращается в муку или в «демьянову уху».

ГОСТЬ. На ресторанном языке – посетитель ресторана, преимущественно постоянный. Случайные посетители носят название клиентов. В кафе, чайных, пивных постоянные посетители называются завсегдатаями. «Гость всегда прав» – это правило является основным руководством для работы хорошего ресторана.

ГРАНАДИН. Особый вид сахара, получаемый из молодых корней гранатового дерева. Обладает приятным ароматом и высокой чистотой, легко кристаллизуется. Употребляется для кондитерских изделий из сахара на Среднем Востоке и для приготовления различных видов халвы.

ГРАНАТ. Плод-ягода, в котором множество семян, окруженных сочной красной съедобной «мякотью» или, вернее, соком в тонкой оболочке. Весь гранат-плод заключен в жесткий кожистый околоплодник красного или желтого цвета, из которого необходимо извлечь семена-плоды, чтобы их съесть.

Существует более 140 сортов граната, растущих в Малой и Средней Азии – от Красного моря до Каспийского. Все они делятся на кислые и сладко-кисловатые. Первые используются для приготовления соков и кулинарных приправ («наршараб»), вторые употребляются в свежем виде как десерт к столу. Степень кислоты и сладости зависит от места возделывания. Как правило, туркменские, среднеазиатские гранаты – сладкие, азербайджанские (в Нахичевани, Талышских горах) тоже сладкие, но карабахские, западноазербайджанские, гянджевинские – кислые. Грузинские – все кислые, с розовой, а не красной мякотью и с карминово-белыми зернами.

Удовольствие от еды граната в свежем виде во многом связано с умением правильно его вскрыть и есть.

Гранат вскрывают острым ножом. Вначале срезается верхний слой кожуры с шипком, не задевая зерен. Затем по окружности всего плода делается надрез кожуры так, чтобы насквозь прорезать лишь кожистую оболочку, но не задеть зерен.

После этого под шипком и на противоположной стороне вырезают мягкие утолщения кожи, и только после этого гранат разламывается руками на две половинки.

Вскрытый таким образом плод легко и удобно есть, вышелушивая зерна и глотая их вместе с сочной мякотью. Это и удобно, и полезно, т. к. косточки зерен целебны.

ГРАТИНИРОВАТЬ (от фр. *gratin* – прижаренные крошки, пригарки). Означает запечь что-либо слегка сверху, дать чуть-чуть пригореть, принять коричневый цвет. Употребляется чаще всего, когда надо запечь блюдо, смазанное сверху кремом, соусом, сметаной или другим легко запекаемым и быстро плавящимся продуктом (например, хлеб, посыпанный тертым сыром).

ГРАУС (*англ. grouse*). Блюдо из полевой куропатки (серой) в английской кухне. Имеет особое историческое значение. Приготавливается только для лордов. До сих пор в Англии включение в меню блюда «граус» означает, что в числе приглашенных на данный обед присутствует член палаты лордов, один из пэров Англии.

ГРЕЙПФРУТ. Цитрусовый плод, гибрид лимона и апельсина, размером вдвое крупнее апельсинов, с тонким ароматом цедры и кислой, обильно насыщенной соком мякотью. Внешне

имеет светло-желтую или светло-зеленую кожуру, причем в обоих случаях плоды обладают одинаковой спелостью. Слишком желтые плоды, т. н. зрелые с точки зрения покупателей, в действительности менее сочны, суховаты и менее ценны с точки зрения кулинарного использования.

Грейпфрут едят в отличие от апельсинов, мандаринов и лимонов по совершенно иным правилам.

1. Тщательно вымыть плод в холодной или теплой кипяченой воде с содой, смыв с него всю грязь, до появления четкого тонкого цитрусового аромата от кожуры.

2. Положить подготовленный чистый плод в тарелку или лучше в пиалу (касу), соответствующую его диаметру так, чтобы утолщенная часть кожуры была бы вверху.

3. Срезать кожуру сверху горизонтально острым ножом так, чтобы обнажилась, но не была задета мякоть.

4. Вертикально держа нож над срезанной «крышкой», прорезать в грейпфруте отверстие диаметром 3 см и осторожно вырезать и вынуть «столбик» в центре плода.

5. Чайной ложкой осторожно продавить мякоть в грейпфруте так, чтобы образовался сок, но не выплеснулся из плода.

6. Засыпать в образовавшееся отверстие 2–4 чайные ложки сахарного песка и, постепенно продавливая мякоть грейпфрута, вынимать ложечкой сок в отдельную чашку, а затем просто вылить его из плода вместе с кусочками мякоти, выскребываемыми ложечкой. После этого сок можно пить, он будет приятно сладок, но не приторен, и ароматен. Без применения сахара сок будет слишком кислым и даже неприятно-горьковатым.

7. Оставшуюся оболочку грейпфрута не следует выбрасывать: она – ценное сырье для приготовления прекрасного цукатного варенья.

8. Оболочку (чем она толще, тем ценнее!) следует немедленно разрезать на крупные куски-полосы шириной не более 1,5–2 см и положить в холодную воду на сутки, так чтобы они разбухли. После этого можно начать приготавливать варенье.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ГРЕЙПФРУТА

1. Отварить оболочку в течение 20 минут. Отвар слить, дать стечь воде на решете, затем нарезать полосы оболочки на куски не длиннее 5 см и не шире 2 см.

2. Сварить жидкий сахарный сироп до тонкой нитки (см. *сахар*).

3. Засыпать в сироп при его бурном кипении куски кожуры грейпфрута, добавить щепотку соды (на один грейпфрут). (Количество соды на 4 грейпфрута – 1/2 чайной ложки.)

4. Варить варенье на умеренном огне до толстой нитки. Сразу же после варки, не остужая, переложить в хорошо прогретую чистую стеклянную банку, завязать плотной бумагой, станиолью или закрыть крышкой (только не капроновой и не пластмассовой!) и через 3–4 часа попробовать.

ГРЕНИРОВАННЫЕ НАПИТКИ (от фр. *grainer* – раздробить, раскрошить, сделать крупинками). Так называют напитки, которые столь сильно замораживаются, что в них начинают образовываться маленькие льдинки; или напитки, к которым просто добавляют раскрошенный лед. Например, фруктовые соки с крошеным льдом.

ГРЕНКИ (от фр. *grains* – крошки). Мелкие поджаренные или сильно высушенные хрустящие сухарики для еды с бульоном. Могут быть насыпаны прямо в бульон. Иногда гренками называют специально испеченные мелкие тестяные изделия (см. *профитроли*) или пшеничные и кукурузные хлопья, также используемые для еды с бульонами.

ГРЕЧАНИКИ. Блюдо украинской кухни.

Приготавливаются из гречневой муки, на дрожжах, с молоком и яйцом. Тесто должно подойти дважды в течение двух часов. Из теста формируют узкие длинные батончики, которые нарезают на полоски длиной в 3 см и выпекают в духовке. Подают горячими, смазанными подсолнечным маслом и политыми сметаной.

ГРЕЧНЕВАЯ КРУПА. Имеет несколько сортов и соответствующих им разных названий, в зависимости от внешнего вида и способа применения. 1. *Ядрица* – крупная, спелая крупа (зерно). Применяется для приготовления рассыпчатых каш с яйцами и луком. 2. *Буквица* – название ядрицы в южнорусских, украинских и особенно западноукраинских областях. 3. *Велигорка* – мелкая, целая, иногда слегка окатанная гречневая крупа. Название появилось с конца XVIII в. в Литве, Польше, Белоруссии и в соседних с нею областях России. 4. *Смоленская крупа* – мелкая гречневая крупа, окатанная до величины макового зерна. Применялась для начинок пирогов, для сладких и полусладких каш на молоке. 5. *Продел* – дробленая гречневая крупа или отходы окатывания велигорки и смоленской крупы. Применяется для приготовления вязкой каши-размазни. 6. *Гречневая мука* (мелкий порошковый помол продела) применяется для детского питания в смесях с молоком, сахаром, витаминами. Идет на приготовление блинов как добавка к пшеничной муке.

ГРИЛЬЯЖ (от фр. *griller* – обжигать). Так называются конфеты, приготовленные (отлитые) из расплавленного и слегка обожженного, карамелизированного сахара, смешанного с ореховой крошкой.

ГРОГ (англ. *grog*). Английский напиток. Смесь крепкого горячего чая, сахара и рома.

ГУЛУНГОБ. Таджикский национальный напиток из урюка.

Хороший, отборный урюк тщательно промывают в холодной воде, так чтобы она в конце концов была прозрачной, затем слегка обсушивают и заливают крутым кипятком, после чего дают настояться два-три часа, а иногда и более. Полученный настой пьют, а урюк заливают кипятком вторично. Так повторяют до тех пор, пока урюк не перестанет давать настой.

ГУЛЬБИШНИКИ. Блюдо белорусской кухни.

Состоит из картофельного пюре, в которое добавляются ржаная или пшеничная мука (1 столовая ложка на 1 кг пюре), молоко, сало, яйцо, лук и иногда – творог, сметана, мак. Размеры этих добавок всегда произвольные, по индивидуальному вкусу. Подготовленное пюре смазывают сверху маслом, помещают на сковородку и запекают в печи.

ГУЛЯФНАЯ ВОДА (от арабского «гюль» – роза). Название в русской кулинарии розовой воды, применяемой в качестве небольших добавок к пряникам, в настойки, иногда при варке варенья.

ГУЛЯШ. Венгерское главное национальное блюдо. Представляет собой густой наваристый мясной суп с добавлением муки, с небольшими кусочками мяса, нарезанными таким образом, что у каждого кусочка имеется небольшая частичка жира. На гуляш обычно идет грудинка или лопатка, завиток (пашина). Слово *гуляш* как название блюда стало использоваться и в других странах, но почти везде неправильно.

РЕЦЕПТ НАСТОЯЩЕГО ВЕНГЕРСКОГО ГУЛЯША

Кусочки говядины обжарить вместе с луком в жире 10–15 минут. При этом лука должна быть одна треть от количества мяса (по весу). Затем все переложить в эмалированную кастрюлю, залить кипятком (1 л на 0,5 кг мяса) и варить на медленном огне около 1 часа. Добавить крупно нарезанный, предварительно обжаренный картофель, по весу равный количеству мяса. Когда картофель будет готов, добавить столовую ложку муки, слегка обжаренной на сливочном масле и разведенной в холодной кипяченой воде, затем положить помидоры, нарезанные ломтиками, мелко нарезанный красный сладкий перец и щепотку жгучего перца, посолить и через 10–15 минут подавать на стол.

ГУНГЕР-КУММЕР. Кулинарный праздник в Латвии, ежегодно отмечавшийся в Риге вплоть до Второй мировой войны в течение почти трехсот лет как общегородской, муниципальный праздник. Был установлен в XVII в. в память об ужасном голоде. Состоял в том, что каждая улица выставляла прямо на мостовую столы, куда жители города выносили свои блюда и угощали ими соседей и прохожих. Движение городского транспорта в эти дни в Риге полностью приостанавливалось. Праздник длился с 12 часов дня до 6 вечера.

ГУРАОБ. Узбекская национальная подливка-соус, приготавливаемая из виноградного сока, который сгущается в течение нескольких месяцев в бутылках, выставленных на палящее солнце. На литр виноградного сока в гураоб кладут 50 г соли.

ГУРМАН (фр. *gourmand*). Человек, любящий много, сытно и вкусно поесть, иногда без меры, в общем, бытовой обжора. В русском языке, однако, это понятие еще в начале XIX в. спутали с понятием *гурмэ*.

ГУРМЭ (фр. *gourmet*). Человек, разбирающийся в тонкостях кулинарии, кулинарный эксперт, ценящий вкусные блюда, но вовсе не обжора, не гурман. К сожалению, этот правильный термин у нас почти не известен.

ГУРУЛИ. Грузинское национальное блюдо. Курица по-гурийски.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Курицу опалить, нарезать на четное число кусочков (от 10 до 16), обжарить их в смеси топленого масла и куриного жира в течение 15 минут до образования золотистой корочки, а затем засыпать нарезанным луком, кинзой, орехами (толчеными), петрушкой, сельдереем, перцем, пряностями (имбирем, имеретинским шафраном, красным перцем), залить 1/2 стакана молодого виноградного красного кислого вина или виноградного сока, добавить ложечку уксуса, посолить и тушить в кастрюльке или сотейнике под крышкой полчаса на слабом или умеренном огне.

ГУРЬЕВСКАЯ КАША. Одно из блюд русской кухни, сложившееся не как национальное, а появившееся в качестве выдуманного, «изобретенного» блюда в начале XIX в. «Изобретателем» ее является русский министр финансов первой четверти XIX в. граф Д. А. Гурьев.

СОСТАВ ГУРЬЕВСКОЙ КАШИ

Манная крупа, молоко и сливки, варенье (несколько сортов), мед, сухофрукты, цукаты, пряности (корица, ваниль, бадьян). Количества произвольные, важно сохранить лишь верные соотношения, пропорции между указанными продуктами.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Манная крупа не варится, а заваривается кипящим молоком и сливками и выдерживается под крышкой в сотейнике 15 минут. Из молока натапливается несколько десятков пенок. Слои манной каши перекладываются пенками и промазываются вареньем, медом, пересыпаются орехами, цукатами, сухофруктами, пряностями. Чем больше слоев у гурьевской каши, чем разнообразнее и сложнее ее состав, тем блюдо вкуснее. Таким образом, блюдо позволяет иметь бесчисленное количество вариантов во вкусе, но в целом остается стабильным. Сладкая часть не подавляет, а лишь акцентирует нейтрально-молочную.

ГЮВЕЧ. Блюдо молдавской, румынской и болгарской кухни. Состоит из набора овощей – сладкого перца, баклажан, бамии, зеленого горошка или стручков фасоли, петрушки, лука, помидоров, сладкого, жгучего перца. Этот набор до сих пор остается стабильным и выпускается пищевой промышленностью Болгарии в свежемороженом виде на экспорт. Однако в большинстве случаев за пределами Болгарии потребители не всегда правильно используют эти продукты, разъединяя их или применяя овощи гювеча в супы, т. е. не по назначению.

Гювеч надо готовить так: к овощному набору добавить 200–300 г фарша говядины или свинины, который предварительно обжарить на подсолнечном масле. Точно так же следует обжарить баклажаны, перец и лук в гювече. Затем все продукты закладываются в глубокую металлическую кастрюлю слоями, к ним добавляется слой сырого картофеля, нарезанного дольками или соломкой, и все блюдо заливается смесью стакана сметаны с двумя-тремя столовыми ложками подсолнечного масла, солится и ставится на 45 минут или час в духовку.

- Д -

ДАДЛИ. Тип конфет, в которых фрукты используются в их естественном виде, т. е. не в виде фруктовой начинки, пюре, крема, а целиком готовой ягодой или плодом, обычно ничем не маскируемых. Этим дадли отличаются от ягод в шоколаде

(вишен, изюма, слив) или в сахаре (клюквы, морошки, черной смородины), где искусственная кондитерская оболочка скрывает естественную форму фруктов и ягод и где ставится задача шоколадным или сахарным покрытием изменить вкус ягоды, фрукта. В дадлях поступают наоборот: используют слегка подвяленный, мягкий, мясистый плод финика, персика, абрикоса, который после удаления косточки начиняют марципаном или ореховой крошкой, смоченной в меду, тертым с сахаром желтком с добавлением коньяка или другим ароматическим наполнителем, составляющим, однако, весьма незначительную добавку по весу и объему.

Дадли – вкусный, полезный, легко приготавливаемый в домашних условиях вид конфет, требующих, однако, немедленной реализации и плохо приспособленных к хранению. Именно это обстоятельство привело к тому, что дадли постепенно исчезли из кондитерского ассортимента промышленных стран и сохраняются главным образом в странах Ближнего и Среднего Востока, Малой Азии, Юго-Восточной Азии, где их изготавливают ремесленным способом рыночные торговцы.

Дадли делают в Закавказье, главным образом в Армении, откуда этот вид кондитерского изделия и был занесен в Средние века в Европу (армянами Ливана).

Персиковые дадли – *алани* – до сих пор делают домашним способом в Араратской долине. Классическими дадлями считаются дадли из фиников, начиненные марципаном; именно они получили наибольшее распространение в кондитерском деле стран Западной и Южной Европы.

ДАЛАН. Жир из шейной части лошади (загривка), который в бурятской и калмыцкой кухне коптят, получая лакомое блюдо.

Используется в отличие от *арьбина* (см. с. 785) не с прямыми кулинарными целями, а лишь при торжественных жертвоприношениях духам, т. е. как типичное ритуальное блюдо. Далан стал употребляться в ритуальном обряде только в середине XIX в., когда заменил жертвоприношение целым жеребенком.

ДАМЕЗАНАС (исп., фр. *dame-jeanne;* от араб. *damagán*). Оплетенная лозой или другим материалом (веревками, проволокой) бутыль емкостью на 7–10 л. В дамезанасах до сих пор экспортируют вино страны Южной Европы, в том числе Болгария, Греция и Испания. Качество сухих вин в дамезанасах намного лучше обычного бутылочного розлива, ибо чем больше масса сухого вина, тем лучше оно сохраняется при транспортировке.

ДАРДАНАРИАТ. Термин, обозначающий в Западной Европе все, что связано с фальсификацией хлеба, от обвеса до недозакладки в тесто необходимых продуктов или использование в хлеб недоброкачественного сырья, а также продажу недоброкачественного хлеба. Термин введен средневековыми юристами «в честь» Дарданария, древнеримского спекулянта съестными припасами.

ДАРИОЛЬ. Сливочный крем для начинки или промазки пирожных.

Приготавливается из 250 г обычных сливок, 3 яиц и 50 г сахара с добавлением ванилина или другого ароматизатора и щепотки соли. Сахарная пудра, соль и ванилин смешиваются и тщательно растираются со взбитыми яйцами. После этого к смеси осторожно подливаются сливки при непрерывном помешивании, и затем крем разливается в формочки и выпекается в нежаркой духовке. Дариоль можно наливать и в формочки из недопеченного песочного теста и затем допекать вместе с ним.

ДАСТАРХАН. Узбекский низенький обеденный стол, высота которого 30–35 см. Он предназначен для обеда, когда гости сидят на полу на коврах или на специальных кошмах, натянутых в саду на уровне полуметра-метра от земли между деревьями, как гамаки. Дастархан как легкий, небольшой стол часто делается плетеным, а иногда и складным. Он является постоянным элементом обстановки жилья, а используется только во время еды. В европейской литературе *достарханом* принято также называть не только сам стол, но и вообще весь обеденный ритуал, принятый в Средней Азии. Поэтому, когда говорят: «За дастарханом там подавалось то-то и то-то», речь идет о всей сумме национального кулинарного репертуара в том или ином районе Среднего Востока.

Особенностью *достархана* в его значении национального меню является подача сладких блюд и напитков не только в конце стола на десерт, но и в начале перед обедом. Одновременно за дастарханом в течение всего обеда, от начала и до конца, должен быть также зеленый чай, которым дастархан открывается и завершается.

ДАФНИЯ. Древнерусское название лаврового листа, перешедшее в Россию из Византии и применявшееся до начала XVIII в.

ДЕГЛАСИРОВАТЬ. Добавить к тому, что жарилось на жире, для снятия пригорелости или ощущения жирности немного (чайную или десертную ложку!) сухого красного вина в самом конце приготовления. Дегласировать можно несколькими каплями уксуса, сливками, сметаной – в зависимости от рода блюда, но эти дегласировки не дают такого полного эффекта, как натуральное красное вино.

ДЕГУСТАЦИЯ (фр. *dégustation,* от лат. *degustare* – опробовать на вкус). Опробование, оценка качества пищи или пищевого продукта при помощи вкуса. Дегустация отличается от других органолептических методов оценки продуктов (на цвет, внешней вид, запах) и применяется не ко всем видам продовольствия и блюд. К сожалению, в последние годы слово «дегустация» зачастую употребляется неправильно, без понимания его истинного значения. Например: «В нашем ресторане Вы можете продегустировать любые блюда». Это неверно хотя бы потому, что ни один обычный посетитель не в состоянии быть дегустатором.

Для осуществления дегустации используются специалисты – люди, имеющие строго проверенный и неизменный эталон вкуса. Поэтому, строго говоря, кроме дегустаторов, никто не может *дегустировать* блюдо или пищевое изделие. Мы можем его лишь попробовать на вкус и съесть.

Дегустатор же не съедает пищу, но дает ей тем не менее оценку, которая не подлежит критике или опровержению со стороны недегустаторов, т. е. лиц, не обладающих эталоном вкуса. Поэтому и было установлено еще в Древнем Риме правило: «Degustibus non est disputandum», то есть *с дегустатором не спорят о вкусе пищи.* С течением веков это правило превратилось в не совсем и не во всем бесспорную пословицу: «О вкусах не спорят» (но о каких и с кем – при этом забывают).

В наши дни дегустирование или дегустация как метод определения качества продовольствия сохранилось во всей своей полноте и со всеми древними правилами лишь в отношении опробования и оценки виноградных вин. В других сферах пищевого производства дегустаторы пользуются ныне и вспомогательными химическими, биохимическими и физическими методами оценки качества товаров.

ДЕЖА. Невысокая, широкая, чуть сужающаяся кверху квашня для замеса ржаного теста при выпечке хлебов. Употреблялась в основном на северо-западе России.

ДЕЖЕНЬ. Имеет два значения: ржаной пирог из простого, грубого хлебного теста и пастообразное холодное блюдо из смеси творога, молока, сливок и овсяного толокна.

ДЕИПНОСОФИСТЫ (от греч. *δειπνον* – обед). В Древней Греции так назывались философы и ученые, обсуждавшие все свои научные проблемы только за обеденным столом, во время еды. *Деипнософисты* были противоположностью пифагорейцам, призывавшим к молчанию за столом, и перипатетикам, которые обсуждали все свои научные проблемы до еды, в саду во время прогулки. Ошибочность, ненаучность поведения деипнософистов была осуждена и научным миром, и общественностью Древней Греции, которая поэтому присвоила им имя софистов, т. е. коварных философов, лжефилософов. Позднее, в Древнем Риме, в эпоху разложения империи, методы деипнософистов вновь возобладали, а позднее были возрождены в Италии в эпоху Возрождения, где в придворных кругах многочисленных герцогов и князей стало считаться хорошим тоном вести умные беседы за столом. Позднее этот обычай застольных бесед быстро распространился и в других странах Европы. Только в XX в. наука неопровержимо доказала, что разговор во время еды – крайне вреден, и не в смысле чисто механическом, как понимали это прежде (трудно жевать и говорить, можно подавиться), но главным образом в силу нарушения секреторно-физиологических функций организма: отвлечения нервно-психической сферы на побочный процесс в организме и тем самым увеличение стресса.

Как доказано исследованиями русских физиологов Павлова, Быкова, Орбели и их учеников, гастритоподобные заболевания пищеварительного тракта в большей степени вызываются как раз стрессовыми явлениями в период еды и имеют нервно-психическое происхождение, а не являются результатом приема грубой пищи, как считалось прежде. Отсюда покой при еде более важен, чем диета. Словом, следуйте пословице: «Когда я ем – я глух и нем», и вы сохраните здоровый желудок.

ДЕКАНТИРОВАТЬ. Медленно и осторожно отделять жидкость от осадка путем отливания. Это указание часто содержится в рецептах различных европейских кухонь и встречается в переводных книгах по кулинарии без объяснения.

ДЕКОКТ. Особый вид отвара из овощей, фруктов и трав, при котором пищевое сырье вначале обязательно сильно измельчается, затем заливается холодной водой, доводится до кипения лишь на 1–2 минуты. После чего немедленно процеживается еще в теплом состоянии. По методу декоктов приготавливают некоторые диетические бульоны, где важно не допустить разрушения витаминов.

ДЕЛИБАЛЬ (турец.). В буквальном переводе – «отчаянный мед». Понятие, применяемое в Восточном Средиземноморье, Малой Азии, Черноморье и Закавказье для обозначения особого ядовитого меда, собираемого пчелами в этих районах с цветов лавра и лавровишни.

ДЕЛИКАТЕС (от фр. *délicatesse* – тонкость). Кулинарное понятие, в которое входит группа продуктов и изделий из них, воспринимаемых и поварами, и потребителями как редкие, незаурядные, отличающиеся от обычных, рядовых, «грубых» или распространенных продуктов. В связи с этим понятие «деликатеса» в каждой национальной кухне и в разных районах земного шара, а также в разные исторические периоды различно. Так, ананас – деликатес в России, но рядовой продукт в Латинской Америке; красная рыба – деликатес в Западной Европе, но обычный продукт у народов Восточной Сибири. Чай и картофель – деликатесы XVII в. в Западной Европе, ныне – обычные рядовые продукты. Соевый соус – обычная пища на Дальнем Востоке, деликатес в Европе, Африке, Америке. Цитрусовые – деликатес в дореволюционной России, ныне – массовый пищевой продукт. Таким образом, грань между деликатесами и остальными продуктами всегда условна, подвижна, непостоянна. Есть так называемые сезонные деликатесы. Огурцы, помидоры, клубника зимой, в Новый год, – дорогие деликатесы, а летом – рядовые, обычные продукты. Таким образом, деликатесность – не кулинарное понятие, а скорее торговое: ценность и, следовательно, стоимость деликатесов определяется исключительно конъюнктурой, редкостью появления, а далеко не всегда пищевой, чисто кулинарной ценностью. Эта специфика деликатесов накладывает отпечаток на их кулинарную обработку: деликатес либо не подвергается никакой обработке, кроме чистки, сохраняется его естественный внешний вид, либо его внешние качества подчеркиваются путем различных искусственных приемов: помещение в центр блюда, окружение броским бордюром из других продуктов, особыми формами *нарезки* (см. с. 885), увеличивающими ширину и другие размеры продукта по сравнению с естественными. В связи с тем что в подаче деликатесов играет большую роль внешнее оформление (например, подать 50 г икры так, чтобы казалось, что подано ее очень много), производством блюд из деликатесов ведают кулинары, проходящие особое обучение и носящие в разных странах разное название: повар *холодного* буфетного или фуршетного *стола* (см. с. 944, 948).

ДЕРЕН. Старинное русское название кизила.

ДЕСЕРТ (от фр. *desserrer* – делать ненапряженным, раскованным, легким). Этим французским термином во всем мире при-

нято называть завершающие блюда стола, независимо от того, какими они являются по порядку подачи – третьими или пятыми. Термин вошел во все европейские языки с XVI в. В русском языке «десерт» как термин известен с 1652 г. До этого его заменяло русское слово «заедки», которое стало особенно неудобно в XVIII в. в связи с появлением понятия *закуски* (см. с. 137, 827). Различать заедки от закусок стало трудно, и потому с середины XVIII в. слово «заедка» окончательно исчезает из русской кулинарной терминологии, и с этого времени используется только слово «десерт». Аналогичный процесс происходил и в других европейских языках – английском и немецком, где слово «послестолье» (Nachtisch) заменяется более точным французским кулинарным понятием «десерт». Смысл десерта – не добавить сытости, а, наоборот, снять ощущение послеобеденной тяжести, не вызывать у человека желания заснуть. Вот почему *десерт* в его точном французском кулинарном понимании – это не просто сладкое блюдо на заедку или в конце всего обеда, а обязательно легкое, освежающее блюдо. Вот почему совершенно неправильно и неразумно именовать *десертом* сладкие тяжелые блюда: пирожные, коржики, пряники, ромовые бабы, кексы, шарлотки, все виды бламанже, хлебные и другие сладкие супы, кисели. Десертом считаются только фрукты, ягоды, их соки, фруктово-ягодные желе, муссы, причем скорее кисленькие, чем сладкие. Любое использование сахара в повышенных количествах из десертных блюд, особенно в современном их понимании, исключается. Из горячих напитков к десерту по-прежнему относятся чай и кофе, не только «проталкивающие» пищу, но и тонизирующие общее состояние, ускоряющие процесс пищеварения и снимающие ощущение тяжести после обеда.

ДЕСЕРТНЫЕ ВИНА. Условное обозначение вин, не входящих в состав ни столовых, ни крепленых и употребляемых не в процессе еды и не для опьянения, а исключительно с целью наслаждения их вкусом и ароматом. Отсюда десертные вина употребляются только *после стола* или же вообще *вне всякой связи с едой.*

Десертные вина никогда не разбавляются водой, как столовые, и употребляются в значительно меньших количествах, чем легкие сухие.

По международной классификации *десертных вин* не существует. Это чисто бытовое, потребительское, ресторанное обозначение, принятое в России. Виноделие знает только ликерные вина, которые могут и должны использоваться как десертные. Таковы кипрское, мальвазия (Греция, Кипр), мускаты, лакрима кристи (Италия), ликанте, малага (Испания), токай (Венгрия). Франция ликерных вин не производит. В России к десертным винам относятся в первую очередь крымские мускаты, в том числе «Ливадия» – самое тяжелое и самое сладкое в мире вино (27% сахара). Натуральные десертные вина приготавливаются из подвяленного заизюмленного винограда, где сок сгустился естественно, на солнце. Такие вина – продукт высокого качества. Их вкус характеризуется большой полнотой, мягкостью, бархатистостью. Их сладость должна быть гармоничной, благородной и украшенной медовыми, шоколадными, розанистыми, цитроновыми и ореховыми оттенками аромата. Слащавый, неприятно-односторонний сладкий вкус, а тем более приторная, назойливая сладость указывают на плохое качество вина, на его малую экстрактивность, недостаточное брожение или на искусственное подслащивание, ненатуральность.

Чем ценнее десертное вино, тем меньше требуется его выпить, чтобы составить о нем полное представление. В этом и заключается культура употребления вин. Десертные вина, как правило, достаточно употреблять в количестве 100–150 г, не более.

ДИВИЙ МЕД. Народное русское обозначение меда диких пчел и шмелей; большей частью относится к меду пчел, селящихся в расселинах скал, в пещерах, земле, но не к дупляному (колодному) меду диких пчел.

ДИЕТА НУЛЕВАЯ. Курс полного голодания, предписываемого с целью вызвать шок в системе обмена веществ и побудить организм расходовать собственные запасы питательных веществ. Нулевая диета назначается тучным людям, не страдающим болезнями печени, почек, кроветворных органов и сердечно-сосудистой системы. При нулевой диете пациент должен ничего не есть, но выпивать не менее трех литров жидкости в сутки: чай, кофе, овощные отвары (но не соки), минеральную воду. Их соотношение определяет врач по согласованию с пациентом. Пациент должен проходить нулевую диету в стационаре, под наблюдением врача.

ДИЧЬ. Кулинарное обозначение блюд, приготовленных из разных видов лесных, полевых и водоплавающих животных и птиц. Различают *дичь красную* (лесных и степных животных) и дичь пернатую (птиц).

ДОВГА. Национальный азербайджанский суп, приготовленный из зерновых (горох нут, рис), зелени (мята, кинза, кырпыгын, лук) и кислого молока (мацони, катык) с яйцом. В этот основной набор могут быть добавлены и другие компоненты, например мясные *фрикадельки* (см. с. 943). Особенность довги состоит в том, что кислое молоко в процессе кипячения не свертывается, а приобретает консистенцию, близкую к эластичной эмульсии. Это достигается особыми приемами: 1) длительным непрерывным помешиванием довги в течение всего приготовления, т. е. на протяжении часа, и даже после приготовления (10 минут); 2) особым взбиванием яично-молочной смеси; 3) сочетанием крахмалистых (рис) и растительно-пряных (лук, мята) элементов; 4) введением в жидкость довги во время приготовления деревянных палочек (около трех-четырех десятков).

Довга – полезное, вкусное, высокопитательное и хорошо усваиваемое блюдо, требующее, однако, большой затраты ручного труда.

ДОЛМА. Блюдо закавказской и ближневосточной кухни, по типу близкое к голубцам, т. е. состоящее из растительной оболочки и мясо-зерновой начинки. Растительной оболочкой долмы могут быть не только листья овощных культур, но и чаще всего фруктовых и ягодных – виноградные листья, листья черной смородины, а также сами фрукты: яблоки, айва, груши, внутренняя часть которых удаляется и заполняется начинкой из риса, лука, пряностей и баранины. Долма может и отвариваться, и запекаться, в зависимости от желания.

«ДОМОСТРОЙ». Сборник наставлений, относящихся к ведению хозяйства, составленный в середине XVI в. по распоряжению Ивана Грозного. В «Домострое» значительную часть занимает раздел «Книги во все год, что в столы есту подают», т. е. первая русская поваренная книга, содержащая не рецепты приготовления, а просто список, перечень применявшихся в ту пору блюд. Она служила как бы напоминанием об ассортименте блюд, употребляющихся в древнерусской кухне с XII по XVI в. Сам же порядок приготовления был широко известен и потому не записывался.

То, что в «Домострое» наряду с кулинарными правилами и перечнем блюд содержались и правила, регулирующие отношения в семье, в хозяйстве средневекового поместья в целом, привело к тому, что именно эти разделы «Домостроя» стали неоднократно упоминаться в исторических исследованиях, посвященных общественным отношениям эпохи русского средневековья, в то время как все остальные главы «Домостроя» (устройство жилища, уход за скотом, хранение и приготовление продуктов, устройство погребов, кладовых и бань) не принимались в расчет. Отсюда само понятие *домострой* оказалось постепенно тесно связано с эмоционально-психологическим режимом в семье, а не с прямым значением этого слова – домашнее строение, домашнее хозяйство, и не с основным содержанием этого древнерусского сборника, где чисто хозяйственным, кулинарным и бытовым вопросам уделено почти 80 процентов места.

ДОРАДЫ (фр.). Крупные, золотистые морские карпы. Парадное блюдо народов Средиземноморья, Малой Азии, а также китайской и индокитайской кухни.

ДОРОЖНОЕ. Набор продовольствия, которое выдавалось на Руси послам до места назначения. Включало следующие чисто русские пищевые изделия: *мед питный* (см. с. 871), рыжики соленые, капусту квашеную, пряники битые, огурцы соленые, бруснику моченую, антоновские яблоки кислые, сухую малину, сушеную чернику, пастилу земляничную.

ДОСПЕШНЯ. В XI–XVII вв. так называлось на Руси помещение, где приготавливалось кушанье. Соответствовало французской буфетной комнате. Название происходило от слова доспех, т. е. снаряжение. Отсюда шло и выражение «снарядить обед из пяти блюд», или «ядь своего доспеха», т. е. еда собственного приготовления. Доспешня была одним из трех кухонных помещений, на которые в те времена делилась кухня: поварня (где стояла печь), доспешня (разделочная) и хлебня (где месили и выдерживали хлеба перед посадкой в печь).

ДОСТАКАН. Первоначальное название стакана в XVIII в. в России. От немецкого «дозе» (порция) и «канне» (кружка), т. е. «кружка точной порции». Достакан равнялся первоначально 16 золотникам, т. е. около 65–70 г, и позднее стал называться стопкой, а стаканом «стали» три стопки – 210–225 г. Нынешний стакан выпускается в двух вариантах – на 200 и на 250 мл.

ДОЩАН. Русский квасной чан, делавшийся из досок и имевший квадратную (кубическую) форму.

ДРАЖЕ (фр., от греч. *τραγημα* – лакомство). Так назывались первоначально любые осахаренные зерна, известные еще в Древнем Вавилоне, Персии (зерна аниса, кориандра, тмина). В России национальным драже была с конца XVIII в. клюква в сахаре. С XX в. драже стали называть любые круглые, небольшие конфеты размером от горошины до вишни, независимо от их состава, исключительно исходя из их формы.

ДРАНИКИ. Национальное блюдо белорусской кухни. Оладьи из тертого сырого картофеля с добавлением муки, дрожжей, выпекающиеся на подсолнечном или конопляном масле. К драникам можно добавлять также немного творога или яйцо, чтобы улучшить их вкус и понизить текучесть их теста.

ДРАЧЕНА. Блюдо русской, белорусской и отчасти украинской кухни, приготавливаемое из муки, яиц и молока. Драчена имеет разные рецепты, но общее соотношение продуктов в них сохраняется или лишь слегка варьируется.

СОСТАВ

1 1/2 стакана пшеничной муки,
10 яичных желтков,
5 яичных белков,
1 стакан сливок,
1 ст. ложка сливочного масла,
1/2 ч. ложки соли (без верха),
3 ст. ложки сахарной пудры.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Растереть желтки с сахаром, в смесь постепенно доливать сливки, растирая в эластичную массу. Замесить на этой массе тесто, постепенно добавляя муку. Посолить и взбивать тесто 30 минут. Ввести в тесто взбитые в пену белки и все осторожно перемешать, чтобы тесто не опало. На разогретую глубокую сковородку с маслом вылить тесто и поставить в хорошо разогретую духовку, но на слабый огонь. Выпекать в течение 15–20 минут. Драчена должна вырасти в два – два с половиной раза, стать высокой. Поэтому ее надо ставить на среднюю, а не на верхнюю ступеньку духовки, а еще лучше в духовку с высоким верхом, так как на верхней ступеньке драчена хорошо подходит, а на средней может опасть.

ДРИМИФАГИЯ (от греч. *δριμυς* – острый, едкий и *φαγός* – обжора). Склонность к острым, пряным кушаньям.

ДРОБЛЯ. Старинное русское обозначение мелкой рыбы. То, что сейчас в торговле носит наименование «рыбная мелочь».

ДРОЖЖИ. Грибковые стимуляторы пищевой активности, употребляемые в пищевой промышленности и в кулинарии при приготовлении напитков, хлебных, мучных и отчасти кондитерских изделий главным образом как разрыхлитель теста с целью увеличения его объема и улучшения качества (пышности, мягкости, усвояемости). До конца XIX в., пока не были изобретены современные стандартные прессованные дрожжи, изготавливались каждый раз заново перед кулинарным действием при помощи *заквасок* (см. с. 826). Само слово «дрожжи» имеет чрезвычайно древнее происхождение в рус-

ском языке и является переводом с древнегреческого слова, означающего «беспокойство», «смятение».

В настоящее время прессованные свежие дрожжи выпускают заводы спиртовой промышленности, жидкие пивные дрожжи – пивные заводы, и, кроме того, имеются сухие дрожжи бессрочного употребления, сила которых примерно вдвое слабее свежих прессованных дрожжей.

Поскольку для достижения необходимого эффекта нельзя пойти на применение вдвое большей дозы сухих дрожжей, ибо это вызовет ухудшение вкуса выпеченных изделий (появится запах дрожжей), то прибегают к следующему приему: на сухих дрожжах готовят опару, повышая тем самым подъемную силу дрожжей, а затем вносят эту опару в тесто, что дает тот же эффект при той же дозе сухих дрожжей, что и прессованных. (См. также «Поваренное искусство и поварские приклады», раздел «Специи».)

ДРЯЗГНУТИ. Старославянское выражение, означающее – «жадно есть». Дрязги – осуждались, и поэтому само слово было перенесено на все негативные понятия, даже далекие от кулинарии. Первоначально же это осуждение «дрязг» выражалось в такой форме: «Яждь, яко человек, предлежащая ти, а не жри, не дрягни, да не возненавиден будешь» (XI в.) – ешь, как человек, то, что перед тобой поставлено, а не жри, не дрязгни – не насыщайся быстро и жадно. Правило это сохраняет свою силу и поныне как одно из основных в гигиене и эстетике питания.

ДУРШЛАГ. Кухонный инструмент для процеживания и откидывания жидкости при варке риса, вермишели, лапши, макарон и т. п., а также инструмент для приготовления овощных пюре, протирания ягод, фруктов, для киселей. Название происходит от немецкого – *durch* (через) и *Schlag* (удар), т. е. прохождение пищевых продуктов под давлением через перфорированную поверхность с целью их измельчения и отсева.

ДУХИ СУХИЕ. Русское кондитерское обозначение набора пряностей, употребляемых в кондитерском производстве, особенно в пряничном. В сухие духи входят: корица, перец черный, перец душистый, бадьян, гвоздика, анис, имбирь, кориандр, цедра лимонная и померанцевая, аир, мускатный орех, мускатный цвет, ваниль.

ДУХОВКА. Бытовое, разговорное обозначение *духового шкафа* дровяной, газовой и электрической печи. Температурные режимы этих трех видов духовок сильно отличаются друг от друга, что необходимо учитывать при пользовании ими. Духовка дровяной плиты имеет наиболее подвижный, легко регулируемый температурный режим, допускающий достижение сильных перепадов. Однако управлять этим режимом надо умело, быстро, при соответствующем опыте и сноровке. Духовка газовой плиты обладает наиболее стабильным, ровным температурным режимом, легко управляется, особенно если снабжена термометром и смотровым окошком. Хлебобулочные, кондитерские изделия выпекаются в газовой духовке сравнительно хорошо. Но изготовление мясных изделий, запекание идет хуже. Особенно неудобно приготовление жаркого, так как при этом приходится располагать блюдо на неудобной по температуре средней или нижней ступеньке. Лучшее же место в газовой духовке – верхняя ступенька.

Электродуховка имеет ряд неудобств, связанных с трудностью регулирования температуры на последней стадии выпечки и со слишком быстрым возрастанием температуры к концу выпечки, когда требуется ее снижение. Поэтому электродуховка неудобна для выпечки хлебных и кондитерских изделий, но хороша для запекания, приготовления супов в горшочках, для жаркого, птицы.

В электродуховке важно в каждом отдельном случае установить порог эффективного накаливания. Для этого, включив духовку, надо поместить на ее среднюю ступеньку лист чистой бумаги и следить, когда он станет коричневым. Время, потребное на это, следует засечь и запомнить. Это и будет порог эффективного накаливания. Эти пять или десять минут надо каждый раз приплюсовывать ко времени, указанному в рецепте для газовой духовки, или же лучше всего ставить блюдо в электродуховку после горения ее в течение этого контрольного времени.

ДЫНЯ. Бахчевая культура, широко применяемая в кулинарии и в кондитерском деле. Дыни употребляются в свежем виде как один из самых лучших видов *десерта* (см. с. 818). Кроме того, дыни вялят, делают из них повидло, дошабы, варенье, цукаты, солят, квасят, маринуют и даже жарят в *кляре* (см. с. 846).

Сохраняют дыни либо в сетках, на весу (при лежке их бока подгнивают), либо в больших дощатых ящиках в сухой золе. При варке варенья необходимо сутки выдержать дыню в слабом растворе уксуса, а затем варить в густом сахарном сиропе. Другим способом варки дынного варенья является заливание измельченных кусочков сырой дыни расплавленным сахарным сиропом, повторяющееся несколько раз – вплоть до готовности (осахаривания) дыни.

Цукаты приготавливают из корок дыни, снимая с них лишь самую верхнюю, тонкую кожу и варя предварительно в кипятке мясистые кусочки дынных корок. Засол дынь лучше всего производить из мелких, твердых, зеленых сортов, беря для рассола 400 г соли на 12 л воды и добавляя в качестве пряных приправ: укроп, лавровый лист, смородиновый лист, эстрагон, чабер и черный перец.

Наконец, такой деликатес, как дыня, жаренная в кляре, приготавливается так: для кляра используют муку, сахар, вино, яйцо, из которых делают сметанообразное, жидкое тесто. В нем обмакивают кусочки дыни, нарезанные брусочками 4×2×2 см, и обжаривают их в подсолнечном масле или во фритюре (свином жире).

Лучшими сортами дынь для еды в свежем виде считаются «лимонно-желтая» с нежной мякотью ванильного вкуса; «бухарка» и «барги» с грушевым вкусом; «гюляби оранжевая», имеющая яйцевидные плоды, зеленовато-желтые с оранжевым оттенком и сеткой, с белой, мягкой мякотью отличного вкуса, напоминающего дюшес; «гюляби-сары» – плоды яйцевидные, темно-оранжевые, с крупной ячеистой сеткой, с прекрасной, сочной мякотью и ванильным вкусом. Из других хороших среднеазиатских сортов следует выделить также «вахармак», «ташлаки», «кзыл-урук», «хандаляк», «шакарпалак», а из ранних, скороспелых, растущих в европейской части России и на Украине, – «колхозница 749», «краснодарская Б-17», «крымка одесская 48». Все они имеют мягкую, нежную, достаточно ароматную белую мякоть и некрупные, округлые или слегка грушевидные (у «крымки») плоды.

ДЮШПАРА. Азербайджанские пельмени. Отличаются от обычных «русских пельменей» размерами – вдвое меньше их. Тесто поэтому раскатывается очень тонко – до одного миллиметра толщиной. Начинка из баранины, сдобренной луком, чесноком, мятой, базиликом, перцем и барбарисом, так что она получается очень пряной и наполовину из растений, причем кисленькая. Дюшпара отваривается, как и обычные пельмени, но только в два приема: вначале в подсоленном кипятке до полуготовности, а затем в очень крепком и жирном бульоне, вместе с которым ее едят как суп. Это блюдо – в целом, а не только одни пельмени – и носит название «дюшпара» или «дюшбере».

- Е -

EDE, BIBI, LUDE. Латинская поговорка, девиз эпикурейцев – «Ешь, пей, веселись», по смыслу: «довольствуйся внешними сторонами жизни». Приводится всегда в произведениях классиков для выражения отрицательного, иронического отношения к подобному «жизненному правилу». Русский вариант поговорки «Ешь, пей, гуляй» имеет несколько иной смысл: «пользуйся жизнью, не знай печали», без отрицательного оттенка. Поэтому данную пословицу для сохранения ее смысла приводят всегда в подлиннике, на латыни, а не в переводе. Это делается также для того, чтобы не путать ее с другой, чисто русской, но более поздней по времени появления пословицей – «Сыт, пьян и нос в табаке», которая означает: «доволен всем, полностью обеспечен» и которую порой неправильно приводят как перевод вышеупомянутой латинской поговорки.

ЕДА. Собирательное обозначение всех приготовленных для употребления человеком в пищу кушаний; все, что съедобно. В старину также – «едь», «ества», «ядь», «яства». В большинстве индоевропейских языков имеет тот же корень, означающий «корм», «приманка», «кушанье». В отличие от общего понятия «еды» – горячая еда обозначается в украинском и русском языке как «харч», «харчи» – от тюркского – вареное, согретое кушанье.

ЕЖЕГЕЙ. Вид творога, употребляемого в казахской кухне.

Приготавливается из 2,5 л катыка (или кислого молока, простокваши), 1 л свежего молока, 50 г масла и 1 ч. ложки соли. Пресное молоко нужно вскипятить и в момент закипания и подъема пены влить в него катык или простоквашу, прокипятив эту смесь не более 1–2 минут. Затем процедить сквозь марлю и полученный сгусток с нежнейшим, приятным творогом смешать со сливочным маслом и слегка подсолить.

ЕЛЕЙ. Старинное русское название оливкового масла, употреблявшееся до конца XIX в., объединяло два вида оливкового масла – высший сорт, называемый *прованским,* и низший сорт – *«деревянное»* масло. В украинском языке название *олий* стало применяться в XVIII в. для обозначения подсолнечного и всякого другого растительного масла. До начала XIX в. слово «елейный» означало «масляный», в переносном смысле – «нежный, мягкий, вкрадчивый», и затем получило значение «слащавый, приторно сладкий», с отрицательным оттенком.

ЕНДОВА. Низкий ковшеобразный сосуд с одной или двумя ручками (из меди, серебра, дерева) для разливания или коллективного питья кваса, браги, пива за столом большой семьей. Изготовлялась в виде ладьи, утки, гуся, петуха, тело которого представлял собой сосуд, а шея и хвост – ручки или рыльца для наливания. Ендовы были заимствованы в XVI в. у русских рядом народов Поволжья, особенно мордвой, чувашами, марийцами, а также карелами, и сохранились в настоящее время в качестве национальной утвари этих народов, изготавливаемой из липы, березы, дуба, клена и других лиственных пород деревьев.

ЕРМА. Узбекский суп из пшеницы, баранины и лука.

На 0,5 кг баранины берется полтора стакана пшеницы, 4 луковицы и 100 г масла. Ерма – очень питательный, вкусный суп. Особенность ее приготовления состоит в том, что вначале в течение получаса жарят мясо-луковичную часть, которую затем заливают кипятком и варят до готовности. Пшеницу же предварительно толкут в ступе для отделения шелухи, смачивая водой, а затем, промыв, вновь толкут, чтобы сделать мягче. Засыпают подготовленное зерно в кипящий бульон через 5–10 минут после начала его варки. В конце приготовления добавляют красный перец, зеленый лук и солят. Едят ерму либо с простоквашей (катыком), либо со сметаной, но не растворяя их в супе, а прихлебывая отдельно ложкой из другой посуды.

ЕРОФЕИЧ. Русское традиционное название спиртовых настоек на травах и пряностях (без добавления сахара). Произошло от имени цирюльника Ерофеича, вылечившего в 1767–1768 гг. графа Алексея Орлова от тяжелого желудочного заболевания подобными настойками и получившего право производить их на продажу. Известно, что Ерофеич, пробывший ряд лет в составе русской миссии в Пекине, был знаком с тибетской медициной.

Другие версии о происхождении этого названия не имеют исторической достоверности.

ЕРШИ. Вид русской мелкой и чрезвычайно вкусной речной рыбы, традиционно используемой в русских национальных блюдах, в основном в ухе. Из-за чрезвычайной костистости у ершей непосредственно для еды использовалась только спинка (в кляре, в панировке) или как *тельное* (см. с. 469, 932), а остальная часть рыбы шла на получение бульона, на котором затем варили рыбу других сортов, неспособную дать вкусный бульон, но обладающую нежным и, главное, бескостным мясом. Это специфическое использование ершей в ухе породило позднее одну из кулинарных ошибок, будто бы *уху* (см. с. 453, 939) вообще надо готовить на основе варки нескольких сортов рыбы.

Другое использование ершей – это приготовление из них так называемого *сущика* в смеси с мелкими окунями. Это использование ершей характерно для русского Севера, Поморья (Архангельская и Мурманская области, северная часть Карелии). Ерши породили один из кулинарных курьезов на рубеже XIX и XX вв. – ершовую уху с шампанским, блюдо, ставшее в кулинарии нарицательным, – подобно смеси французского наречия с нижегородским. «Изобретенное» русским пресытившимся и некультурным купечеством это неестественное блюдо кое-где в художественной литературе нача-



ла XX в. (например, у Гиляровского) выдается за «русское» кулинарное творчество, что, безусловно, неверно.

ЕТ. Национальное название казахского и киргизского блюда из отварной конины и широкой лапши с небольшим количеством наваристого бульона.

ЁРШ. Бытовое название несовместимых или плохо усваиваемых смесей различных крепких напитков. Название само по себе указывает на отрицательную оценку таких смесей с точки зрения классической кулинарии и нормативных понятий вкуса.

- Ж -

«ЖАВОРОНКИ». Слегка сдобные (на молоке) плюшки из пшеничной муки в форме, напоминающей сидящую птичку. Выпекались как праздничное русское национальное хлебное (не кондитерское!) изделие к первой неделе марта (обычно к 8 марта) в ознаменование «поворота с зимы на весну». В Москве, Московской области и в некоторых других городах центральных областей европейской части России выпускались хлебопекарной промышленностью в первой половине марта вплоть до конца 70-х годов, по традиции.

ЖАЙ. Национальное изделие казахской кухни. Представляет собой вяленые или сырокопченые и подсушенные верхние слои мышц задней части конины вместе с жиром.

ЖАЛ. Подгривное отложение жира у лошади, из которого в казахской кулинарии приготавливают изделие горячего копчения того же наименования.

ЖАРЕНИЕ. Один из девяти основных кулинарных процессов. Жарением называется приготовление любого вида пищевого сырья при помощи нагревания его в маслах или в жирах в металлической посуде. Жарение наиболее распространено в восточных кухнях: среднеазиатских, ближневосточных, арабских, китайской. В русской кухне жарение до XVI в. фактически не применялось. Его заменяло обжигание (гриллирование) и запекание, а также тушение и особенно томление.

ЖАРЕНИНА. Русское блюдо из толченой картошки, смешанной с крутой гречневой кашей и молоком и смазанной сверху яйцом, а затем запеченной на сковороде с маслом или салом.

ЖАРЕНИЦА. Открытый пирог овальной формы с целой рыбой, один из боков которой во время запекания становился обычно коричневым, что и дало повод считать его «жареным». Такие пироги делали в северных областях – Архангельской и Пермской.

ЖАРКОЕ. Русское название блюда из какой-либо части животного, без разделки на куски, запеченной в духовом шкафу или в русской печи. Название связано не с термином «жарение», а с существительным «жар», «жара», поскольку блюдо приготавливается не на плите, а в самой печи, в ее наибольшем жару.

ЖАРОВНЯ. Легкая металлическая плоская коробка разных размеров, от полуметра до аршина (70–75 см) в длину и произвольной ширины, перфорированная (с отверстиями) с боков и снизу и наполненная раскаленными углями. Жаровни использовались для приготовления пищи на рынках, базарах, в густой толпе и устанавливались на высоких кузлах, треножниках и других легких, переносных подставках. Используются в кухнях восточных и южных народов для жарения пирожков, самсы, лепешек, для приготовления шашлыков.

Разновидности жаровни – мангал (в Азербайджане) и цибати (в Японии).

ЖБАН. Высокая деревянная кружка, слегка суживающаяся кверху, на обручах, литра на полтора – три с крышкой на петлях и с резной, украшенной иногда орнаментом массивной ручкой, с рожком или рыльцем (носиком), а часто и без него (особенно в западнорусских областях). Жбаны употреблялись исключительно для кваса и браги. «Выдувать жбан» или «жбанить» означало много пить квасного.

ЖБЕНЬ. Толстая ржаная лепешка на пахтанье и простокваше, приготавливаемая вместо хлеба в Псковской и Тверской областях, – своего рода «национальный хлеб» этих русских государств-княжеств до присоединения их к Московской Руси. Жбень сохранился кое-где на Псковщине вплоть до середины XIX в.

ЖДАНИКИ. Пироги, испеченные для званых, жданных, хорошо знакомых гостей, с заказной (любимой данными гостями) начинкой. Жданики пеклись обычно по числу гостей – каждому жданик с его любимой начинкой. Позднее жданиками стали называть также наряду с заказными пирогами и пироги-загадки, т. е. с неизвестной гостям, но предложенной хозяином для разгадки начинкой, а также пироги-загадки с запеченными в них небольшими предметами-подарками (броши, серьги, кольца) или с записками, на которых было начертано пожелание или загадка-намек для определенного гостя.

Жданики были распространены в основном в северных районах бывшей Новгородской республики, в Вологодской области, отчасти в Вятской земле и являются отголоском культурных традиций Новгородской Руси, связанных с языческими и скандинавскими обычаями.

ЖЕЛАТИН (от фр. *geler* – стынуть, замерзать). Животный клей, представляющий собой экстракт клейких веществ хрящей и мяса (говядины, телятины) и употребляемый в кулинарии для быстрого приготовления студней, заливных, бламанже, желе. Изготавливается и хранится в сухом виде в тонких, прозрачных пластинках или россыпью (худшие сорта).

ПРИМЕНЯЕТСЯ СЛЕДУЮЩИМ ОБРАЗОМ:

растворить нужное количество желатина (одну или две-три ст. ложки) в холодной кипяченой воде, дать ему постоять около часа, время от времени размешивая, и осторожно подогреть на очень слабом огне при непрерывном помешивании до температуры 60–80 °С, а затем процедить раствор через марлю и, добавив тот или иной основной компонент (бульон,

сливки, сироп, ягодный сок), остудить в холодильнике. Соотношение желатина, основного продукта и воды всегда зависит от качества (клеящей силы) желатина. При хорошем качестве достаточно 1 ст. ложки сухого желатина на 1 стакан воды и 1 стакана раствора желатина на 2 1/2 стакана бульона или фруктового сока.

ЖЕЛЕ (фр. *gelée* – замерзшее). Десертное блюдо из фруктовых или ягодных соков и сахара, приготавливаемое при помощи любого желирующего вещества. Лучшие желе – на рыбьем клею (карлуке) – приготавливались до конца XIX в. В настоящее время все желе приготавливаются на *желатине.*

ЖЕЛОБИТЬ. Термин кондитерского и пирожного производства. Желобить тесто – значит сделать последнюю отделочную операцию: зубчатыми резцами вырезать тесто, главным образом места соединения, ранты. В отношении пирогов с начинкой (толстых, высоких) *желобить* – значит слегка надрезать осторожно края теста вокруг всего пирога ножичком или скальпелем, не прорезая нигде самого теста до начинки. Такой прием способствует лучшему пропеканию толстых пирогов и, как правило, абсолютно предотвращает образование *закала* (см.) в основании пирога. Кроме того, пирог, если он помещен не в форме или противне, а на листе, получает устойчивость и не теряет первоначальной формы в процессе выпечки (т. е. не делается кособоким и не вздувается), а приобретает роскошный, импозантный вид распашного пирога, т. е. как бы со вставками светлых мест в общую коричневато-кожистую гамму, что напоминает по внешнему виду средневековые французские вставные буфы на плечах и локтях.

ЖЕЛТОК. Часть яйца, находящая самое разнообразное применение в кулинарии и кондитерском деле. Основное свойство желтка в тесте – делать изделия из него более сыпучими и хрупкими, сухими. *В кремах, соусах, супах* желток повышает эластичность блюд, усиливает их густоту, вязкость. *В творожных и картофельных блюдах* – повышает силу вкуса основных продуктов, «подчеркивает их», усиливает питательность всего блюда, содействует большей связи всех компонентов изделия. *В мясных и рыбных фаршах* желток ускоряет готовность изделий из них. Желток – непременный компонент для обмазывания пирогов перед посадкой в печь, для покрытия поверхности также всех других, не тестяных, но выпекаемых изделий (например, для печеных творожных тортов). Желток может применяться не только в сыром, но и в сваренном, а затем растертом виде в тесте, творожных пастах – в качестве поглощающего излишнюю жидкость компонента. В *клярах* желток применяется для усиления их непроницаемости. Из желтка в основном создаются такие кулинарные изделия, как гогель-могель, яичный ликер, майонез, шешрянч-плов, литовский яичный суп, глазунья.

ЖЕМКИ. Вид пряников, обычно более тонких, чем простые пряники, и из менее плотного пряничного теста, вырезанных различными фигурными выемками (отсюда и название: *жемки,* т. е. выжатые, отжатые формой). Жемки не покрываются глазурью, остаются обычно белыми, матовыми, а по вкусу напоминают мятные пряники, так как изготавливаются, как правило, из остатков теста мятных пряников, сделанного более жидковатым. Жемки – дешевый, быстро выпекаемый вид «простонародных» пряников, получивших развитие лишь в конце XIX в.

ЖЕНУАЗ (от фр. *génois* – генуэзский). Особый вид кондитерского теста и изделий из него, близкий к бисквитным. Был изобретен кондитерами из Генуи, работавшими в Париже в XVI в. Отличается от бисквита тем, что помимо трех бисквитных компонентов, которые и в женуазе составляют основу (яйца, сахар, мука), в него входят также масло и орехи, растертые до состояния муки. При этом масло добавляется в женуаз в последнюю очередь, когда все тесто уже готово, и, кроме того, вводится в тесто обязательно в помадообразном виде, т. е. слегка согретым, но не расплавленным. Это – основное отличие женуаза от всех других видов теста. Выпекается женуаз, как и бисквит, в форме. А употребляется по-иному: в виде небольших брусочков, как добавка к кремам, желе, мороженому, компотам, шоколадным суфле, а также для отделки тортов поверх крема и к чаю, так как женуазы по вкусу нежнее и ароматнее, а по консистенции – воздушнее, но суше бисквитов. Иногда их специально слегка подсушивают после выпечки на «вольном духу».

ЖЕРУХА. Кресс-салат или садовый хрен, родиной которого является Субарктика. У жерухи или, как ее еще называют в Восточной Сибири, ложечной травы, съедобными являются листья, по виду имеющие форму ложки, а не корень. Они имеют слабый, но приятно освежающий аромат хрена с едва ощутимым жжением. Жеруха – чрезвычайно полезный пищевой продукт, с успехом возделываемый в средней полосе и употребляемый только в сыром виде в салаты. Является хорошим противоцинготным средством.

ЖЖЕНКА. Напиток типа пунша, приготавливаемый из алкоголя, фруктов и жженого сахара (точнее – сахара, добавляемого в основную смесь путем плавления). Этот внешне эффектный, по способу приготовления несложный, неоправданно дорогой и нездоровый напиток получил распространение в Европе в «золотоподкладочной» студенческой среде в начале XIX в. и перекочевал в Россию после Отечественной войны 1812–1814 гг. Разные виды жженки, отличающиеся пропорциями и количеством одних и тех же компонентов, известны под разными собственными названиями, например *карамболи, золотое руно, гаудеамус, буршенгетрэнк, чертов напиток* и др. Через художественную литературу XIX в. жженка получила неумеренно восторженную и не отвечающую ее реальному содержанию рекламу.

ЖИГАР-КЕБАБ. Шашлык, приготовленный из печени либо обычным способом – на шампуре, либо в котелке, под толстым слоем лука (обычно лука кладется столько же, сколько и печени, по весу, т. е. 1 кг на 1 кг). Употребляется в среднеазиатской кухне.

ЖИГО (фр. *gigot* – ляжка барана, круп лошади). Жаркое из сочной, мягкой, хорошо упитанной задней части барашка или теленка, приготовленное одним крупным куском.

ЖИР. Кулинарное обозначение для всех видов натурального сала животных или птиц. В кулинарном отношении жиры делятся на нутряной и подкожный. Первый предпочтительнее для всех видов жарения и тушения, так как дает минимальное количество отходов и продуктов горения. Животные жиры всегда смешиваются с растительными или между собой, чтобы дать более приятную по вкусу и более удобную для обжаривания смесь. Как правило, смешанные жиры не чадят. Жиры, как и масла, нуждаются в предварительном перекаливании перед собственно жарением или тушением на них.

ЖИРНИК. Русское блюдо из каши и грибов, поджаренных на каком-нибудь животном жире. Грибы в жирнике должны составлять не менее его четверти или трети, причем они вначале отвариваются, а затем обжариваются на жире сравнительно недолго, отчего их масса сохраняется лучше, чем у собственно жареных грибов, сильно «съеживающихся».

ЖИРЫ ТВЕРДЫЕ. Кулинарное обозначение, принятое для искусственных или комбинированных жиров: маргарина, маргогуселина, комбижира и др. Эти виды жиров ведут себя более единообразно в процессе обжаривания и придают единый (стандартный) цвет и общий внешний вид готовому изделию, что чрезвычайно важно при серийном, массовом выпуске кулинарных изделий в общественном питании.

При употреблении твердых жиров необходимо помнить, что их следует предварительно разогреть, довести до кипения, снять пену и только после этого приступать к приготовлению на них. Невыполнение этого правила, привычка поступать с маргарином, как с маслом, то есть добавлять его к поджаренному продукту непосредственно, кусочками, приводит к появлению специфического привкуса у готового продукта.

ЖИТНЫЙ ХЛЕБ. Общее название для черного (ржаного) и серого (ячменного) хлеба в отличие от белого хлеба (т. е. пшеничного, кукурузного и рисового). Термин *житный хлеб* широко употреблялся в кулинарной, художественной литературе, в фольклоре и в бытовом языке вплоть до 20-х годов нашего столетия. Ныне в бытовом языке сохранился лишь в некоторых районах Белоруссии, Тверской и Псковской областей.

ЖИТНЯ. Ржаная каша. Делилась на *черную* (из спелой ржи) и *зеленую* (из недозрелой ржи, зерна в восковой спелости). Зеленая каша была уже в середине XIX в. лакомством, недоступным народу, так как на нее шло почти вдвое-втрое больше зерна, чем на приготовление такого же количества черной житной каши.

ЖУК. Удмуртский национальный суп из субпродуктов.

ЖУЛАН. Старое русское название высшего сорта зеленого чая, с крупными ароматными чаинками.

ЖУР. Польский и западнобелорусский национальный суп из овсяной цежи, т. е. из суточного настоя дробленого овсяного зерна (геркулеса) или муки. Жур из цежи, имеющей приятный привкус слабой кислинки, приготавливается обычно с добавлением молодого картофеля. Тотчас же после закипания в жур, уже на столе, добавляют сливки или сметану. Современные диетологи называют жур супом долголетия.

ЖЮЛЬЕН (фр. *julienne*). В поварском деле этим термином обозначают такую холодную обработку (нарезку) овощей, предназначенных для супов или соусов, которая дает наиболее нежную консистенцию или ускоряет готовность блюда из молодых овощей или из побегов. Практически это означает, что под жюльеном чаще всего подразумевают нарезку соломкой (у корнеплодов) и тонкими колечками у лука и помидоров.

Салаты, составленные из таких тонко нарезанных овощей, носят поэтому название жюльенов, а суп, в который закладывают нарезанные таким образом овощи, тоже называется суп-жюльен.

Иногда в плохих ресторанах жюльеном называют и неовощные блюда, например грибы, запеченные в сметане. Это означает, что грибы перед отвариванием и запеканием были нарезаны (или должны были быть нарезаны) тонкой соломкой.

ЖЮС (от фр. *jus* – сок). Ресторанное название различных подливок французской кухни ко вторым блюдам. Жюсы приготавливаются из бульонов с добавлением крайне небольшого количества муки, масла (жира), пряностей или приправ. По своей консистенции жюсы значительно жиже соусов и не включают никогда яиц или крахмалов.

- З -

ЗАБЕЛКА. Русское народное название различных молочных приправ к холодным и горячим супам. Забелкой может служить молоко, простокваша, сливки, сметана. Последняя является самым распространенным видом забелки. Забелку делают после приготовления супа, как правило, уже за столом, индивидуально. Забеляют щи, борщи, картофельные супы, рассольники, окрошки. В белорусской кухне забеляют молоком или сливками все крупяные супы, особенно жур.

ЗАВАРНОЕ, ЗАВАРНОЙ. Определение, дающееся тем мучным изделиям и их полуфабрикатам (тесту), в технологии которых частично или полностью применяется заваривание муки кипятком в начале приготовления.

Заварной хлеб, заварное тесто, заварные бублики (украинские), куличи (где часть теста заваривается кипящим молоком) приобретают особый вкус и, как правило, имеют более плотную, слегка упругую консистенцию теста. Тесто для этих изделий требует большего времени на расстойку, большей закладки дрожжей, больших затрат сил на вымешивание, но зато получается более вкусным, а главное – обладает способностью не черстветь почти вдвое больше времени, чем обычные изделия. (Заварной хлеб не черствеет двое суток, а обычный начинает черстветь после 12–14 часов. Куличи же, заваренные на молоке или кипящих сливках, не черствеют в течение недели.)

ЗАВТРАК. Время приема пищи, одна из *вытей* (см. с. 810) (от древнерусского – за утрок, заутренья, т. е еда с раннего утра, спозаранок). В ряде областей завтрак назывался также

перехватoк, а на юге России – *снеданье, ранний кус* (ср. немецкое: *Frühstück* – ранний кусок). Завтрак считался быстрой, скорой, небольшой по объему и количеству закуской – обычно кусок хлеба с салом и луковица, стакан молока или кваса – и приходился вначале на 6–7 часов утра. Ввиду этого в 11–12 часов устраивался т. н. второй завтрак, или полдник.

Начиная с середины XIX в. количество пищи, приходящейся на завтрак, все более возрастает, завтрак начинает включать горячие блюда, а с XIX в. диетологи уже начинают рекомендовать на завтрак относить до 35 процентов всей принимаемой в день пищи.

ЗАГАЛУПИТЬ. Что-либо выдержать, вымочить в квасцах.

ЗАГИБА. Начинка, т. е. все, что идет *в загибень* – загнутое, свернутое тесто.

ЗАГИБКА. Тонкая металлическая овальная кондитерская пластинка, служащая для подбирания остатков теста, муки, начинки и других материалов с доски в ступку или в миску.

ЗАГУСТА. Крутая каша из ржаной муки с молоком и маслом. Блюдо, употреблявшееся в северо-западной России и в Белоруссии.

ЗАЕДКИ. До конца XVII – начала XVIII в. так назывался в России десерт. К заедкам относились сахар, пряники, сахарные изделия (леденцы), варенье, засахаренные фрукты, изюм, чернослив, сушеная вишня, винные ягоды, орехи, а также фрукты и некоторые засахаренные овощи, например анжелика (дудник, зоря).

ЗАЙЧАТИНА. Мясо зайца, кролика. До XIX в. не употреблялось в России, а с XI по XVII в. вообще считалось запретным, поганым, т. е. языческим. Одновременно являлось «национальным» мясом мордвы, марийцев, удмуртов и чувашей. Ныне кроличье мясо – «национальное» мясо кубинцев.

Зайчатина и крольчатина требуют предварительной обработки – вымачивания в растворе уксуса или в специальном уксусно-растительном маринаде или в молочной сыворотке несколько часов (до 10–12 часов). После чего употребляется для тушения (но не варки или жарения).

ЗАЙЧИК. Русское кулинарно-мясницкое название вырезки – лучшей части в говяжьем филе, идущей на приготовление натуральных бифштексов.

ЗАКАЛ. Сырое непропеченное место в тестяных изделиях, обычно на дне в виде потемневшего, вязкого и уплотненного теста. (Хлеб с закалом, пирог с закалом.)

Для предотвращения закала необходимо употреблять свежие дрожжи, давать изделию слегка подойти на листе до посадки в печь и не применять в пирогах неостывшей, теплой начинки.

ЗАКВАСКА. Кулинарное обозначение различных стимуляторов брожения, применяемых для подготовки пищевых сырых продуктов к дальнейшей кулинарной обработке. Закваски применяются для сквашивания молока с целью получения разнообразных кисломолочных продуктов от простокваши до сыра, для ускорения подъема теста (на хлеб, пироги, хлебобулочные изделия), при производстве напитков (кваса, пива, кумыса) и настоящих киселей (овсяного, ржаного, горохового) и некоторых мучных супов (жур).

В качестве заквасок используются разнообразные органические вещества, содержащие грибки или ферменты. Так, для заквашивания молочных продуктов используют: 1) ферменты, выделяемые третьим отделом желудка (сычугом) теленка или ягненка, – это самая лучшая, самая доброкачественная, но дорогая закваска; 2) грибковые культуры – болгарскую, швейцарскую палочки, грибки кефира, кумыса; эти закваски дают возможность получать ровный, стандартного качества пищевой продукт; 3) готовые сброженные продукты – сметана, катык также могут служить закваскими, но их воздействие как стимуляторов слабое.

Для заквашивания мучных изделий применяют: 1) дрожжи; 2) солод (мальтозу); 3) самозакисающую ржаную закваску из остатков теста в квашне, простоявшей сутки; 4) заболонь (внутреннюю нежную часть) коры некоторых деревьев – ивы, ольхи. В более узком смысле закваска – любое органическое вещество, внесение которого в пищевую среду вызывает процесс брожения. В этом смысле в кулинарной практике к заквaскам относят также винный уксус, сухое кислое виноградное вино, пиво, применяемые для быстрого, но непрочного и кратковременного действия на пищевую среду, отдельное блюдо.

ЗАКВАШИВАНИЕ. Искусственное или самопроизвольное частичное брожение сырых, преимущественно растительных продуктов под действием воды, воздуха и соли. Заквашивание относится к древнейшим видам кулинарного преобразования пищевых продуктов и было известно человеку как кулинарный прием еще задолго до изобретения огня. Таким образом, применение продуктов, содержащих закваску или прошедших процесс частичного заквашивания, является необходимым компонентом в повседневной еде человека, так как наш организм «приучен» к такому виду питания миллионами лет эволюции. Сквашенные пищевые продукты выполняют роль очистителей, санитаров нашего организма, всех его отделов и пор. Вот почему исключение из рациона квашеных изделий или изделий, содержащих закваску, ведет, как правило, к ухудшению самочувствия, к торможению процессов очистки организма от шлаков.

ЗАКОЛЕРОВАТЬ. Поварской термин, означающий «придать пищевому изделию красивый внешний вид». Применяется в отношении мучных, мясных изделий или блюд из домашней птицы, имеющих блеклый вид и нуждающихся не в пропекании, а в приобретении внешней блестящей золотисто-коричневой «аппетитной» корочки, т. е. красивого цвета, колера.

С этой целью уже готовое изделие на открытом блюде ставится в жарко натопленную, горячую духовку на 5–7 минут, на самую верхнюю ступеньку. За колеруемым блюдом надо наблюдать, ибо легко можно его испортить, либо засушив, либо передержав «золотистый оттенок» до некрасивого темно-коричневого, либо спалив весь верхний слой. Передержка

может порой выражаться в минуте или даже в 20–40 секундах лишнего времени.

ЗАКОЛОТА. Термин народной белорусской кухни. Означает любой мучнистый продукт, служащий для загущения блюда. Обычно это отруби, мука, крахмал, картофельное пюре, зерносечка. Заколота вводится либо в супы, либо во вторые блюда, особенно из свинины, как поглотитель жира (жирной подливки).

ЗАКРАСЫ. Термин народной белорусской кухни. Под закрасами понимают широкий и разнообразный круг продуктов, придающих блюдам их основной вкус, запах и питательность. К закрасам, следовательно, относятся мясо, рыба, грибы; одна из любимых национальных белорусских закрас – *вяндлина* (см. с. 811). Одним из основных принципов белорусской кухни, как и древнерусской, было то, что в каждом блюде может быть использован лишь один вид закрасы. Это означало, например, что грибы не могут быть введены в мясное или рыбное блюдо, как это имеет место во французской или австрийской кухне. Соблюдение этого принципа и создало особый национальный вкус блюдам белорусской и русской кухни, было одним из их отличительных признаков.

ЗАКУСКА. Столовый термин, означающий: 1) время и вид подачи к столу и 2) характер и форму блюд, подаваемых для еды либо самостоятельно, либо в определенное время в составе обеда. Закуски во втором значении этого слова могут быть холодные и горячие.

Как понятие этот термин («закуска») получил распространение лишь в XVIII в. и особенно в XIX в. В XVII в. русский язык знал слово «закуска», но в ином значении, и употреблялось оно тогда с предлогом «для» (например, хлеб для закуски мяса, сахар для закуски горького лекарства). С XVIII в. слово «закуска» употребляется с предлогами «к» и «на» («закуска к водке, пиву», «дать рыбки, огурчика на закуску»). В первой трети XVIII в. «закуска» часто заменялась словом «фриштих» и употреблялась в первом значении как синоним «завтрака». А поскольку на завтрак давались холодные блюда или неразогретое, оставшееся с ужина жаркое, то под закуской стали подразумевать с середины XVIII в. все холодные блюда русского стола: *квашения* (огурцы, капусту, грибы), *рыбные соления* (провесную, соленую, вяленую осетровую и лососевую рыбу и икру), *мясные копчения* (ветчину, буженину, полотки из гуся). В XIX в. в состав закуски были включены блюда немецкого, шведского и французского стола – крутые яйца, гусиный и печеночный паштеты, колбасы, сливочное масло, белый хлеб, а из русского стола были добавлены пироги, ранее подававшиеся исключительно в обед, к щам или отдельным блюдам.

В этот закусочный стол были включены и такие блюда русской кухни, которые приходилось подготавливать заранее, но которые могли оставаться и съедаться холодными. Это были студень, заливное. Из французского стола сюда вошли в основном паштеты и холодные соусы, консервированные фрукты и маринованные овощи, пикули. Из немецкого – бутерброды и соленая сельдь с луком.

Таким образом, в целом полный закусочный ассортимент русского стола был разнообразен. В начале XX в. начался процесс насыщения закусочного стола консервами, которые постепенно заняли в нем доминирующее место (к середине XX в.).

Что касается времени подачи закусок, то оно также пережило значительную эволюцию. Вначале закуску (одно-два-три блюда и водку) подавали вне обеда, за два-три часа до него в передней. Затем закуска стала все более придвигаться к обеду, пока в конце XIX – начале XX в. она не совместилась полностью с обеденной подачей, превратившись в первое, а точнее, в ряд первых блюд. На закуску стали подавать 2–3 блюда (рыбное, мясное, овощное). В то же время сам по себе закусочный ассортимент так разросся, что создалась возможность организовывать особый закусочный стол без традиционных для русской кухни супов и вторых горячих блюд, а состоящий из одних холодных. Так русский закусочный стол постепенно к концу XIX в. стал совпадать с общеевропейским понятием *холодного стола* (см. с. 251, 948), продолжая оставаться национальным по своему основному составу.

ЗАЛИВНОЕ. Русско-французское блюдо, явившееся результатом работы французских кулинаров в России, реформировавших и обработавших многие блюда национальной русской кухни. Заливное – это, как правило, отварные рыба, мясо или птица, залитые для сохранности, красоты и обогащения вкуса каким-либо прозрачным и прочно застывшим пищевым бульоном с добавкой в него декоративных кусочков овощей, фруктов, квашений, грибов. Заливное – блюдо холодного стола, закуска. До начала XIX в. заливных как особых блюд не существовало. В России делали разные студни – и мясные, и рыбные, используя в них крошенину, т. е. кусочки пищевого материала, обычно ставшие результатом отходов от основных блюд русского стола. Добротные по материалу и вкусу, эти блюда не обладали привлекательным парадным видом, оставались долгое время простонародными блюдами. Французские повара, работавшие в России, использовали и идею заливных, и все русские традиционные пищевые материалы, отсутствовавшие во Франции (красную рыбу, рыбий клей), но обработали студни так, что превратили их в новое блюдо. Они, во-первых, отказались от крошенины. Наоборот, для заливного они стали выбирать самые лучшие, самые вкусные, самые красивые куски рыбы и мяса и нарезать их так, чтобы была явственнее их красивая естественная фактура, т. е. мраморность структуры, сетчатость, чтобы сохранялась своеобразная естественная форма, помогающая узнаваемости продукта: будь то осетрина или стерлядь, телячий язык или индюшатина. Затем они занялись созданием исключительно прозрачного и крепкого заливающего раствора, который исполнял бы роль прозрачного стекла, прикрывающего драгоценное изделие, а еще лучше роль увеличительного стекла, помогающего усиливать достоинства изделия.

Русские крошеные студни были мутны, бесцветны и непривлекательны, серы. Французские повара ввели осветление бульонов, их легкое подкрашивание куркумой, шафраном и лимонной цедрой для придания золотистого, слегка зеленоватого или слегка желтоватого оттенка и, снабдив эти бульоны опять-таки исключительно русским желирующим материалом – *рыбьим клеем* (см. с. 916), довели заливные до прочного и прозрачного состояния в сочетании с нежнейшей консистен-

цией. Для повышения вкусовых качеств желе-заливки они ввели в состав бульона отвары пряностей и яркие добавки овощей и фруктов – моркови, лимона, померанца, лаврового листа.

Вначале заливные были в основном рыбные, затем французы распространили этот принцип на мясо, дичь и птицу. Но последние виды не получили распространения в России. Русским заливным осталось рыбное заливное, преимущественно из ценных пород рыбы.

Как парадное, декоративное кушанье заливные стали подавать на специальных овальных, продолговатых, прямоугольно вытянутых, как бы повторявших по форме целую рыбу блюдах.

ЗАЛОМ. Кулинарное и торговое название одного из видов крупной каспийской сельди, приготавливаемой, как правило, путем холодного копчения, а не соления. Залом имеет размеры от полуметра до аршина (71 см) в длину, а в ширину достигал размеров ладони. Название «залом» произошло от понятия «заломный купец», т. е. богатый, денежный, в переносном смысле – дорогостоящий, дорогой. Залом – дорогая, драгоценная рыба. Первоначально же «залом» – время вскрытия рек, начало багрения крупной рыбы.

ЗАЛОМНОЕ ПИВО. Пьяное, плохо очищенное домашнее пиво, приготовленное с добавлением хмеля, но недостаточно выброженное по технологии, примитивное.

ЗАМОЛАЖИВАНИЕ. Действие, приводящее в брожение какую-нибудь жидкость или *затор* (см. с. 830) (т. е. разведенную жидкостью, водой муку или зерно, мед и т. д.). Замолаживать – значит добавить в затор, внести в жидкость закваску – дрожжи, хмель – и размешать их. Замолаживают обычно пиво, брагу, мед. Молоко, тесто – заквашивают.

ЗАПЕКАНИЕ. Один из основных девяти кулинарных процессов (наряду с *варкой, жарением, тушением* – см. с. 802, 823, 936). Запекание разделяется на три вида: открытое или обжигание (гриллирование), закрытое и краткое. В свою очередь закрытое запекание может быть под крышкой, герметическое, в фольге и закрытое в естественной оболочке (рыба целиком, в чешуе, нераспоротая). Для запекания характерно следующее положение продукта и огня. Огонь (угли) расположен внизу, запекаемый предмет располагается выше огня, но не в посуде, а в подвешенном состоянии на шампуре, вертеле или на решетке. Если запекаемый предмет находится в посуде, то только в духовке, и тогда огонь действует не непосредственно, а через жар, тепло, нагрев окружающего воздуха. При кратком запекании продукт уже должен быть фактически готов (предварительно отварен) и закладывается в открытую посуду тонким слоем (на сковороду, противень) для запекания лишь верхней части, т. е. для ее *заколерования* (см. с. 826)

ЗАПЕКАНКА. Слово имеет два значения в кулинарной практике.

1. Измельченные или пюреобразные продукты, соединенные в комбинации творог – яйцо, творог – мука, мясо – картофель, мясо – лапша, рыба – картофель, мясо – овощи и запеченные в противне или сковороде по типу краткого *запекания* (см. выше). Такие запеканки перед посадкой в духовку смазываются сверху маслом и взбитым яйцом для усиления их герметичности и приобретения ими поверхностной корочки.

2. Домашние фруктово-ягодные настойки, соединенные с алкогольными продуктами и поставленные в керамической герметической посуде в печь для длительного (двое-трое суток) выдерживания в умеренном тепле с целью постепенного испарения излишнего алкоголя и выпадения из них вредных сивушных и иных примесей.

ЗАПОРТОК, ЗАПОРТКИ. Формально не тухлые, но испорченные яйца, которые нельзя использовать для кулинарных надобностей, несвежие, затхлые от лежания в непроветриваемом помещении, насиженные или всплывающие в подсоленной воде. Такие яйца использовались для технических целей – приготовления красок, грунтов, замазок, притираний, для мытья волос, но не в пищу.

ЗАПРАВКА. Кулинарный термин, имеющий в русской кухне двоякий смысл.

1. В широком смысле – любое внесение в готовую пищу, блюдо такого компонента, который не обязателен по рецептуре, но дает существенное улучшение вкуса данного блюда. В этом смысле заправкой могут служить масло, сало, сметана, молоко к самым разнообразным блюдам, а также такие соусы, как томатный, сметанный, грибной, подходящие к самому широкому ассортименту продуктов – мясных, мучных, рыбных, овощных. Такого рода заправка и ее количество не регулируются никакими правилами, рецептами и могут осуществляться любым человеком в отношении множества блюд, не ведя ни к каким нарушениям и кулинарным ошибкам, ибо она определяется здравым смыслом и здоровым вкусом данного человека.

2. В узком смысле заправкой называют *определенные составы,* сдабривающие пищу, улучшающие ее вкус и подходящие только к определенным продуктам или блюдам. Эти *заправки* имеют точную рецептуру и адресованы к совершенно конкретным блюдам, чаще всего – к одному блюду. Спутать, изменить, увеличить дозу таких заправок – значит испортить блюдо, сделать его несъедобным.

ПРИМЕРЫ НАСТОЯЩИХ ЗАПРАВОК:

подсолнечное масло с уксусом и солью – к зеленому салату; *горчица, разведенная с подсолнечным маслом и уксусом* – заправка к сельди с луком и картофелем; *тертый чеснок с солью или хрен* – заправка к студням; *соль, сахар, вода* – заправка для разведения тертого хрена и т. п. Салатные заправки бывают иногда сложными, содержащими множество компонентов, – их составление, подбор пропорций зависит часто от конкретного состава салата, его вкуса. Поэтому рецепты заправок чаще всего перечисляют необходимые компоненты, но подбор их соотношения, крепости предоставляют на усмотрение хозяйки, повара, ибо это – дело индивидуального вкуса. Так, например, заправка для холодного мясо-овощного салата должна состоять из уксуса, подсолнечного масла, хрена, соли, сахара, перца, чеснока, сельдерея, томатной пасты, лимонной цедры. Но если в состав данного салата входят бобовые, то хрен следует в такой заправке не употреблять, а заменить его, ска-



жем, порошком мяты или чабера или жареным луком. Разнообразием заправок славятся кулинары Закавказья, где заправки широко применяются для приготовления разных видов лобио, мхали, баклажанов и других овощных блюд.

ЗАСАХАРИВАНИЕ. Утрата вареньем, медом, патокой, сахарными сиропами своих естественных свойств – прозрачности, текучести, пластичности – и появление в них частично или во всей массе кристаллизованного «сахара». При внешнем совпадении признаков пищевое значение засахаривания неодинаково. В меде это вовсе не признак ухудшения качества, если засахаривание произошло естественно – через годполтора хранения меда. Наоборот, хороший, плотный мед должен засахариться, но его консистенция и в засахаренном виде останется нежной, «гладкой». Только появление «сахаринок» как инородных, мешающих частиц говорит о том, что засахаривание меда произошло не естественным путем, а от внесения каких-то примесей: добавление воды, муки, крахмала, пыли, сора.

Засахаривание варенья, его сиропа – всегда результат нарушений в правилах варки. Такое засахаривание сопровождается утратой вареньем своего яркого, чистого цвета (варенье буреет, жухнет). Но и такое варенье доброкачественно с пищевой точки зрения, хотя и делается значительно хуже по вкусу. Засахаривание варенья может быть результатом: неполного снятия пенок в период варки, загущения сиропа (из-за превышения нормы сахара или при переваривании его), неравномерной сваренности ягод или фруктов при достаточно густом сиропе (это бывает, когда нарезка фруктов неровна или ягоды разных размеров).

ЗАСАХАРИВАТЬ. Имеет два основных значения.

1. Покрывать слоем сахара, сахарной пудры для предохранения (кратковременного) от порчи. Ныне чаще говорят о засахаривании в этом смысле – *осахаривать*. Так осахаривают ягоды перед приготовлением варенья (за сутки или несколько часов), так осахаривают черную смородину (смешивают ее с сахаром в разных пропорциях для хранения сырой, без варки), осахаривают пастилу, мармелад, чтобы они не слипались и не портились и т. п.

2. Выдерживать в сахаре или сахарном сиропе для длительного хранения фрукты, ягоды, превращая их в самостоятельные кондитерские изделия: например, засахаренные корки цитрусовых, цукаты, киевское варенье. Этот вид «засахаривания» состоит вовсе не в механическом покрытии сахаром, а связан со сложными операциями.

Так, чтобы сделать засахаренные корки цитрусовых (лимона, апельсина), надо сначала вымочить их, сварить, затем проварить в густом сахарном сиропе, а вынув из него, – высушить (подсушить) в легком токе теплого воздуха от открытой духовки. *Киевское варенье* (см. с. 801) – не просто фрукты и ягоды, обвалянные в сахаре, но вначале выдержанные (вымоченные) в спирте, а затем в густом горячем сахарном сиропе (без кипячения в нем) и, наконец, вынутые из него, обвалянные в сахарном песке и подсушенные в духовке.

ЗАСОЛ. Термин для определения степени, качества и особенностей приготовления засоленных или заквашенных продуктов на основе субъективного органолептического определения аромата и вкуса пищевого изделия. Несмотря на свою неопределенность, термин широко понятен. Поэтому он употребляется не только в неофициальном рыночном жаргоне («домашний засол», «хороший засол», «свой засол», «деревенский засол», «астраханский засол», «кубанский засол»), но и в официальной торговой сети («крепкий засол», «средний засол», «слабый засол»). «Нижегородский засол» – соление в пустых тыквах огурцов (называется также – «засол в тебеньках»).

ЗАСОЛКА. Процесс консервирования (или пресервирования) мяса, рыбы, овощей, грибов, иногда фруктов и ягод (яблок, винограда, арбузов, лимонов). *Для засолки решающую роль играет характер соли.* Она должна быть в идеале крупной, кристаллической (прозрачной), т. е. каменной. В крайнем случае – выварочной. Но ни в коем случае не йодированной и пудрообразной, мелкой. Второе важное условие засолки: выбор посуды. Идеальна – деревянная (дубовая, березовая, липовая), хуже – еловая. Допустима керамическая, эмалированная, стеклянная – для небольших количеств грибов, овощей, фруктов, но ни в коем случае не для засолки рыбы. Совершенно недопустима металлическая посуда без покрытия.

Засолка – большое искусство, где многое зависит от конкретного состояния продукта, посуды, времени года. Но в то же время есть правила, общие для хорошей засолки: употреблять крупную соль и следить, чтобы продукт просаливался постепенно и равномерно (и в массе, и по времени!), а для этого закладывать его ровными слоями, просаливать не кое-как, а в промежутках между слоями одинаковыми количествами соли, стараться не доливать ни воды, ни рассола, не убирать слишком много излишнего рассола, уметь вовремя прервать засаливание, хранить продукт равномерно погруженным в рассол (или тузлук – рыбный рассол).

Поскольку для каждого продукта существуют определенные нормы соли, то надо их соблюдать точно, а не солить на авось.

Так, для каждых 10 кг нижепоименованных овощей требуются следующие рассолы:

Название овощей	Соль, г	Вода, л
Огурцы	300–400	5
Помидоры	400–500	8
Зеленые помидоры	250	5
Баклажаны	250–400	5
Арбузы	400–500	5
Перец фаршированный с морковью	700	5 (включая морковь – 4 кг)
Морковь	200–300	5
Капуста	200–250	5 (включая морковь – 500 г)
Капуста кочанами	320	8
Свекла	300	10
Хрен: на 1 кг –10 ч. ложек соли.		
Шпинат: на 1 кг – 2–4 г (четверть ч. ложки!) соли.		

ЗАСПИЦА. Жидкая каша с сушеной рыбой, мелочью.

ЗАСПИЦА-ГЛАЗУНЬЯ. Жидкая кашица, к основному зерну которой прибавлен горох, который в разваренной каше выделяется («глядит, как глазами») из общего фона желтыми крапинками.

ЗАСТЫЛЬ. Древнерусское название студня, сохранившееся в употреблении в северных областях России – Архангельской, Вологодской, Вятской, Пермской.

ЗАТОР (от глагола «затирать»). Термин, известный в России с XVI в. и означающий совокупность хлебных (мучных) продуктов, разведенных водой и оставленных для брожения при квасоварении, пивоварении и винокурении. В затор к муке (зерну, отрубям) прибавляют еще мох-ягель, древесную кору или уголь. От существительного «затор» произошли понятия – «заторный» (кислое, забродившее) и «уторный», «уторное» – как противоположность этому понятию, т. е. не выбродившее, слабокислое. Интересно, что «уторный» – слово, вовсе не имеющее самостоятельного смысла и образованное исключительно по созвучию с «заторный» и непонятное без этого слова.

ЗАУРЕЯ. Лучший сорт русской архангельской сельди, имеющей в засоле красивое, красноватого оттенка мясо.

ЗАЩИПКА. Кулинарный прием, употребляемый для герметизации изделий из теста с начинкой: вареников, пельменей, пирожков, пирогов. К каждому виду изделий применяются свои виды защипки, различие которых вызывается не столько стремлением к внешнему разнообразию и привлекательности пищевого изделия, сколько необходимостью сохранить высокое качество продукта при его варке или выпечке. ***Многовековой опыт привел к появлению таких защипок, как катаная, зубчатая, рантиком, кармашком, треугольничком, шнуровая и др.*** Все они направлены на то, чтобы начинка ни при каких обстоятельствах не вышла в разрыв. Поэтому вид защипки всегда связан не только с размерами пирога, пирожка, пельменя, но и с видом начинки. Так, например, для вареников с вишнями, которые наиболее подвержены прорыву, употребляют шнуровую или рантовую защипку, а для вареников с творогом – самую простую, ибо сам по себе творог (казеин) уже служит неплохим склеивающим материалом.

ЗАЯЦ ФАЛЬШИВЫЙ. Блюдо немецкой (прусской) кухни, приготовленное из свиного фарша пополам с хлебом, картофелем, луком и яйцом. Форма «фальшивого зайца» бывает разной: в виде рулета, батона, запеканки или котлет-брусков без панировки.

Метод приготовления: запекание в тесте или на блюде, в противне. Происхождение названия: перевод с немецкого, где слово «фальшивый» употреблено в значении «искусственный», а слово «заяц» использовано как символ дичи. «Фальшивый заяц» – блюдо третьего и четвертого сословий, не имевших права на отстрел и еду дичи, а потому вынужденных заменять ее искусственно создаваемыми блюдами. Блюдо возникло во второй половине XVIII в. и получило распространение во многих странах Восточной Европы, пограничных или близких с Германией – в Польше, Чехии, Финляндии, Прибалтике. Оно до сих пор сохраняется в меню столовых Эстонии и Латвии. В кулинарной терминологии ГДР это блюдо было переименовано в «мясо рубленое».

СОСТАВ

200 г постного мяса (нарубленного намелко сечкой),
200 г жирного мяса (провернутого в мясорубке),
100 г белого хлеба,
1–2 луковицы,
1 яйцо,
соль,
перец,
тмин,
ст. ложка муки (вместо хлеба можно полстакана картофельного пюре),
65 г маргарина.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Хлеб и лук провернуть в мясорубке, перемешать с фаршем в общее «тесто», посолить, поперчить, добавить тмин, сформировать «батон», обвалять его в муке с тмином и обжарить в маргарине, затем повернуть на другую сторону и запечь в духовке, поливая маргарином сверху, около 25 минут. Остатки масла в посуде после приготовления слегка подправить мукой и подавать с отварным картофелем. «Фальшивого зайца» можно сразу запекать, не обжаривая, в фольге в течение 40–45 минут.

ЗБОЖИЕ. Древнерусское название зернового хлеба, приготавливаемого не из муки, а из дробленого или цельномятого зерна. По своим питательным качествам такой хлеб неизмеримо ценнее обычного. С начала XIX в. по совету английского врача Грэхэма он стал вырабатываться во многих странах Европы, в том числе и в России, где также носил название «хлеб-грэхэм». До 1957 г. назывался «грэхэм» и в СССР, затем переименован в булочки «здоровье» и буханки «барвихинские» (по имени подмосковного санатория, где первоначально было налажено его применение). Старое русское название было забыто уже в XIX в., хотя Россия была родиной зернового хлеба.

ЗВАНЫЙ ОБЕД. Имеет два значения.

1. Обед или ужин, участники которого приходят по приглашению, рассылаемому заранее, где обозначена цель званого обеда. Имеет строго ограниченный состав участников, но количество приглашенных не регламентируется.

2. Древнерусское значение этого термина: обед у мужа, в старой семье, на другой день после свадьбы, с узким составом участников – или самые близкие родственники, или друзья.

ЗЕЛЬЕ, ЗЕЛЬНОЕ. Древнерусское название пряностей и других растительных острых приправ к кушаньям. Зе́льное или зе́льенное – обычно употребляется вместо прилагательного «горькое». Отсюда сказочный эпитет «зельено вино» – означает горькое вино или приправленное полынью, напер-

ченное, а вовсе не «зелено-вино», т. е. «зеленое вино», как часто пишут и думают.

ЗЕЛЬТЕРСКАЯ ВОДА. Популярная и распространенная в XIX – начале XX в. щелочно-углекислая минеральная, газированная вода. До мирового экономического кризиса 1929–1932 гг. поставлялась и в Россию (СССР). Название происходит от деревни Нидерзельтерс, в 5 километрах от города Эмс в Западной Германии, вблизи немецко-голландской границы. В русской и советской художественной литературе часто упоминалась как «сельтерская вода», неизбежный спутник городской бытовой обстановки в начале XX в.

ЗЕЛЬЯНИЦА. Раздел в древнерусских поваренных книгах и перечнях блюд, где речь шла об овощах и других растительных продуктах. Общее название всех овощных блюд.

ЗЕМЛЯНИКА. Русская национальная, самая почитаемая лесная ягода. Была основой для приготовления варенья и левишников – особой сухой пастилы (приготавливалась только в Костроме и ее окрестностях). Из земляники делали также обычную пастилу, сушили ягоду впрок для последующего заваривания как чай, а также готовили сиропы, настойки. Земляникой иногда называют садовую клубнику, но это название неверное, не народное, а агротехническое.

В кулинарном отношении земляника резко отличается от клубники, так как содержит большое количество железа, мало воды и иных жидкостей и не допускает длительного нагрева. Поэтому правила варки варенья из земляники отличаются от правил варки клубничного варенья.

Земляника засыпается сахарной пудрой за несколько часов до варки и варится на умеренном огне до первого появления обильной пены, после съема которой варка сразу же прекращается, а затем через час-полтора возобновляется всего на 10 минут.

ЗЕРНУШКА. Армянский крупяной суп из пшеницы, чечевицы, гороха, бобов и орехов, т. е. из разных «зерен». Приготавливается обычно зимой, весьма питателен и богат витаминами и белками.

СОСТАВ

3 ст. ложки пшеницы, 3 ст. ложки чечевицы, полстакана гороха, полстакана бобов, 1 стакан очищенных орехов (грецких или фундука), 4 луковицы, 100 г сливочного масла, пряности – базилик, чабер, мята – всего полстакана мелко нарезанной зелени, 1 ст. ложка муки, соль.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Все виды «зерен» замочить по отдельности на 12 часов. Затем слить настой, промыть зерна и залить все, кроме чечевицы, примерно литром воды и отваривать полчаса на слабом огне. Отвар слить, добавить чечевицу к полусваренным зернам, долить 2 литра кипятка и продолжать варить 1 час или более, до готовности. Между тем нашинковать лук, обвалять его в муке и обжарить на масле до светло-желтого цвета. Сваренную зернушку заправить жареным луком, мелко нарезанными пряными травами, мелко толченными орехами, и прокипятить 5 минут, дать постоять под закрытой крышкой столько же.

ЗЕФИР. Вид пастилы, приготавливаемый по французскому способу, т. е. путем добавления к основе русской пастилы – ягодно-фруктовому пюре – дополнительного (более высокого) процента яичных белков и сахара, а также путем введения совершенно нового компонента – небольшого количества масла и желтков, которые отсутствуют в русской пастиле. Полученное пастильное (зефирное) тесто отливается в формочки и заваривается в жаре пара, в то время как пастила подсыхает открытой в жаре духовой печи. Все это определяет некоторые изменения вкуса и консистенции зефира по сравнению с пастилой.

Зефиром называют также заварные кремы из манной крупы, приготавливаемые, как и фруктовый зефир, с добавлением сахара, яиц и масла и точно так же завариваемые в специальных формочках на пару. Изделия зефирного типа имеют более плотную консистенцию, слегка тянутся, усваиваются медленно и не соответствуют своему наименованию – *зефир,* т. е. легкий, воздушный. Скорее всего, имеется в виду общая «утонченность» технологии этих пищевых изделий, а не их консистенция и удельный вес (1 $см^3$ зефира по весу равен 1,5 $см^3$ пастилы).

ЗИРА (ажгон). Пряность, индийский тмин. В рыночной торговле бывает трех видов: *крупная* (кандагарская) из Пакистана и Афганистана, *мелкая* (памирская), со значительной примесью сора, и *молотая,* состав которой может меняться или фальсифицироваться в каждом отдельном случае.

Зира широко употребляется во всех национальных кухнях Средней Азии, Среднего Востока и Аравии как основная составная часть смеси пряностей для плова, а также в других мясных и овощных блюдах.

ЗИТОТЕХНИКА. Искусство пивоварения у древних греков. Отличалось тем, что пиво античных времен варилось из сочетания разнообразных злаков и было крайне слабым, фактически лишенным алкоголя. В середине 70-х годов нашего столетия в ряде стран были сделаны попытки возродить зитотехнику в связи с созданием «новых» (а фактически древнейших!) марок безалкогольного пива.

ЗОБ. Древненовгородский собирательный термин для обозначения пищи, продовольствия, харчей в отличие от напитков. «А зобу имал по берковцу жита, пуд ветшины, да полета стерледей, а питей – вина пеннаго три ведра, да квасу дощан» (из приходно-расходной книги Олонецкого погоста XVI в.).

ЗРАЗЫ. Блюдо литовской национальной кухни, известное с XIV в. Представляет собой в принципе любое мясо (цельномолотое) с начинкой из овощей и яиц. Было создано под влиянием «восточной» гвардии (татарской и армянской) у литовских князей. Получило распространение также в Белоруссии, на Украине, особенно на Волыни, входившей до XVI в. в состав Литвы. После соединения Литвы с Польшей вошло в состав блюд польской национальной кухни. В настоящее время считается в числе распространенных блюд

международной ресторанной кухни, имеет чрезвычайно много вариантов. Название «зразы» – польское (*zrazy*), дано по относительной быстроте приготовления этого блюда.

На литовском зразы называются *riestiniai,* т. е. сделанное из остатков, отходов кулинарного производства, так как в большинстве случаев зразы готовятся из остатков фарша и какой-нибудь начинки. Пригодны, например, лук, яйца, капуста, морковь, картофель, брюква, иногда – любая каша, словом, любой пищевой материал, который может быть на кухне.

Эти качества – быстрота и гибкость состава, возможность широкой замены компонентов – и способствовали распространению зраз как блюда далеко за пределами Литвы.

ЗЫРЕТ (от удмуртск. – *«зыраны»* – мазать, т. е. мажущееся). Специальная удмуртская и вятская приправа к лепешкам и блинам – вязкая подливка, приготавливаемая из сока и жира жареных потрохов домашних животных (свиней или баранов) с луком и разваренной репой.

Зырет обычно подают не ко всяким блинам, а только к *табаням* (см. с. 930).

- И -

ИБРИК-ШАГИРДИ. Начальник кухни. Так назывался главный повар и смотритель за припасами у султанов и калифов Турции, Багдада, Дамаска и у хедивов Египта. Ныне употребляется как почетное звание многоопытного повара в государствах арабского мира, в основном на Ближнем и Среднем Востоке.

ИВАН-ЧАЙ (*Epilobium angustifolium* – кипрей, копорский чай). Растение, встречающееся в средней полосе России и в Сибири на песчаных буграх. Листья его используются как суррогат чая. В дореволюционной России кипрей считался «чаем для бедняков» и широко использовался в продаже как дешевый заменитель чая в промышленных столичных районах, особенно в Петербурге. Отсюда одно из названий этого суррогата – «копорский чай». (Копорье – местность по южному побережью Финского залива от Петербурга до Нарвы, где на песчаных дюнах расположены целые заросли кипрея.) Кипрей – хороший медонос. Кипрейный мед – один из лучших сортов меда, собираемый в основном в Сибири. Молодые побеги кипрея используются также для весенних салатов, обычно в первую неделю роста, так как потом они сильно горчат.

ИВИШЕНЬ (вешенка – современное торговое название; фр. *mousseron,* кит. – *сянгу*). Русское название особого рода грибов, специально разводимых на колодах в лиственных лесах и применяемых из-за их особого аромата в блюдах западноевропейской и южноевропейской кухни, а также в национальных блюдах народов Дальнего Востока (китайцев, корейцев, мяо, японцев). До революции разводились в Молдавии, Закарпатье, на украинской и белорусской Волыни, в некоторых хозяйствах южной Орловщины, в Придонье, употреблялись в национальных блюдах этих областей. Культура ивишенья несложна: осенью на сухих, ранее срубленных или поваленных буреломом деревьях (дубе, буке, каштане, грабе, ясене, вязе, ильме, клене) делают надрубы топором поперек дерева глубиной от 3 до 5 см и к этим колодам подводят канавки, чтобы к ним подтекала дождевая вода или вода ручьев. Через 1–2 месяца на местах надрубов появляются грибы со шляпкой-зонтом от 6 до 11 см в диаметре. Их собирают и обязательно высушивают на солнце (на воздухе). Сушеные грибы перед использованием замачивают на 40 минут, после чего они разбухают, в три раза увеличиваясь в весе. Первую воду откидывают, затем грибы промывают еще раз и в дальнейшем хранят в холодной воде, меняя ее через 6 часов (хранить так не более двух суток). Ивишень дает блюдам тонкий, чуть сладковатый грибной вкус и запах, хорошо гармонирует с дичью, мясом, хуже – с рыбой.

ИГОТЬ. Русское название полусферической ступки из кости, рога или фаянса (фарфора), в то время как глубокая цилиндрическая ступка из дерева или металла называется ступой. Иготь применяется для растирания в ней, а ступа – для толчения.

ИГРИСТЫЕ ВИНА. Виноградные вина, насыщенные углекислым газом путем вторичного брожения (т. н. шампанские) или при первичном брожении за счет невыбродившего сахара (т. н. шипучие).

Наиболее известным игристым вином в мире является *шампанское,* чье имя идет от провинции Шампань на северо-востоке Франции. Игристые вина, в том числе шампанские, производятся и в других странах, но они известны менее французских, за исключением «Советского шампанского», завоевавшего широкую международную известность еще 90 лет назад как «русское шампанское» в основном под марками «Абрау-Дюрсо», «Парадиз», «Новый Свет».

Во времена А. С. Пушкина на крымском заводе шампанских вин наместника Новороссии М. С. Воронцова производилось до 2000 бутылок шампанского в год, но оно буквально бойкотировалось русским дворянством. Даже А. С. Пушкин считал «неблагородным» занятие виноделием и виноторговлей для аристократа и презрительно называл Воронцова «полумилорд-полукупец». Вот почему Россия, имея уже в начале XIX в. свое превосходное шампанское, вынуждена была ввозить из Франции это чрезвычайно дорогое вино. Только за 20 лет, с 1821 по 1841 г., ввоз шампанского из Франции в Россию возрос с 205 тысяч ведер до 823 тысяч ведер – в 4 раза! Это вынудило правительство увеличить пошлину на ввоз шампанского почти на рубль за бутылку! (При 4–5 рублях стоимости за ее содержимое!) Такая мера несколько сократила ввоз, разорительный для страны, и открыла путь на русский рынок отечественному шампанскому. Однако в течение почти 50 лет оно продавалось в замаскированном виде – во французских бутылках и с французскими этикетками: столь велико было предубеждение покупателей.

Только после того, как шампанское «Новый Свет» тиража 1899 г. получило на выставке в Париже высшую награду «Гран-при», его «псевдоним» был раскрыт для русских покупателей. С 1938 г. был возобновлен и обновлен выпуск «Советского шампанского». В 1940 г. на закрытой оценке в Центральной дегустационной комиссии «Советское шампанское» получило балл выше, чем образцы шампанского, представленные из Франции. В 1941 г. немцы, оккупировавшие Крым, вывезли 2,5 миллиона бутылок нашего шампан-

ского, которое они в годы войны продавали по всей Европе как французское.

Кроме крымского, а затем бессарабского (или молдавского) шампанского в послевоенные годы появились новые его виды – было создано несколько заводов шампанских вин, далеко от мест виноградарства, даже в Ленинграде, Горьком и Ульяновске, и применялись новые методы шампанизации в цистернах. Все это привело к резкому снижению качества этого праздничного вина. В дальнейшем отечественное виноделие, очевидно, будет ориентироваться на производство небольшого количества шампанских и игристых вин высокого качества, изготовленных традиционными (бутылочными) методами.

Наряду с шампанскими винами в нашей стране издавна производятся и другие национальные виды игристых вин – игристые донские, в том числе «Донское», «Раздорское», «Цимлянское» – белое и розовое. Первые бутылки такого вина появились уже в середине XVIII в., а в 70–80-х годах того же столетия на Дону производилось до пятидесяти тысячеведерных бочек «донского игристого». Таким образом, наши отечественные «донские шампанские» имеют почтенный возраст. Из игристых вин, менее известных у нас, отметим еще грузинские шипучие – «Чхавери» и «Атенури», а из иностранных (нефранцузских) – немецкий «Сект» (из мозельского винограда), итальянский «Асти спуманте», испанский «Мускатель», румынский «Цезарею».

США также выпускает свое шампанское из винограда *Пино гри* под маркой «Калифорнийское шампанское». Другими типами игристых вин в США являются «Калифорнийское розовое шампанское», «Калифорнийское бургундское» (иногда называемое «Красным шампанским») и «Калифорнийский игристый мускат». Игристые мускаты выпускаются также в некоторых странах Южной Европы – Италии, Греции, Югославии, но качество их относительно невысокое.

Игристые вина расцениваются по своей собственной, отличающейся от других виноградных вин «шкале сухости» – самое сухое, сухое, полусухое, полусладкое, сладкое. Самые редкие из них – первое и последнее; их выпускают всего 1/12 от общего количества ежегодного тиража шампанских вин.

Игристые вина считаются праздничными. Они не связаны непосредственно с едой; более того, всегда употребляются либо до еды (при провозглашении тостов), либо после десерта, а иногда и вообще вне обеденного стола.

По правилам игристые вина надо выдерживать на льду и подавать во льду. Их приносят на стол в ведерке или в особом сосуде со льдом.

ИЗВЕСТКОВОЕ МОЛОЧКО. Слабый водный раствор извести, хорошо отфильтрованный и применяемый как средство обработки пищевых продуктов (фруктов, овощей, орехов) перед приготовлением из них варений или иных сладостей – цукатов, дадлей, вяленых изделий, конфет.

Обычно известковой водой («молочком») обрабатывают незрелые плоды: незрелый крыжовник, зеленые сливы, арбузные и дынные корки, зеленые помидоры, зеленые баклажаны, недозрелую тыкву, дыню (из всех этих овощей также варят варенье), а также незрелые и зрелые грецкие орехи, а иногда и орехи-лещину.

Известковая вода приготавливается разными способами. Самый распространенный: 0,5 кг негашеной извести залить 5 л холодной воды, тщательно размешать и процедить сквозь марлю. Иногда поступают иначе: 1 кг извести разводят в 5 л воды, размешивают, дают отстояться, а затем две трети воды сливают для использования (это и есть известковое молочко), отбрасывают осадок. В этом случае нет необходимости процеживать всю известковую воду. Время выдерживания в известковом молочке бывает указано в рецепте. Так, орехи выдерживают сутки, арбуз и дыню – 20 минут, баклажаны – 40 минут. При этом твердые овощи и фрукты накалывают иглой, а после выдерживания промывают в холодной воде. Обработка известковым молочком придает пищевому изделию красивый вид, цвет, приятную консистенцию и не оказывает никаких отрицательных воздействий ни на пищевое изделие, ни на здоровье.

ИЗНУТРИТЬ. Русский кулинарный термин, означающий «очистить от сердцевины», вынуть ее, оставив для пищевого использования лишь оболочку. Употребляется в старых поваренных книгах: «Изнутрив крупную тыкву, начинить ее огурцами и засолить».

ИЗОБИЛИЯ ЭМБЛЕМА. В античной мифологии и искусстве – фигура зрелой, слегка располневшей женщины, с головой, увенчанной пышным венком из цветов и винограда, которая держит в правой руке рог, наполненный плодами, ягодами и цветами. В эпохи эллинизма и Возрождения эта эмблема была основным украшением столовых зал. Позднее один рог изобилия стал использоваться как вывеска в лавках, торгующих фруктами, а в булочных и кондитерских его заменяли рогом, из которого сыпались различные мелкие хлебобулочные изделия: плюшки, баранки, бублики, слойки, крендели. В XIX – начале XX в. повсеместным символом булочно-кондитерских становится один огромный крендель. Рог изобилия с фруктами и цветами постепенно исчезает.

ИЗОБОРНЕОЛАЦЕТАТ ($C_{12}H_{20}O_2$). Новое искусственное ароматическое вещество, употребляемое в пищевой промышленности при приготовлении безалкогольных напитков. Представляет собой уксусный эфир изоборнеола – прозрачную бесцветную жидкость с легким хвойным запахом. Хранится в темном прохладном месте в специальных алюминиевых баках. Применяется как ароматическая добавка к российским напиткам «Байкал», «Саяны», «Таежный» и др.

ИЗЮБРИНА. Мясо изюбря. Обладает высокими вкусовыми и целебными свойствами. Кроме того, в кулинарном отношении весьма приятный для поваров и хозяек пищевой материал: быстро приготавливается, почти лишен отходов (кости тонки и легки), не содержит излишнего жирового слоя, обладает приятным ароматом и вкусом, почти никогда не подгорает при жарении и неприхотлив к способам приготовления (одинаково легко и хорошо поддается и жарению, и пряжению, и тушению). Изюбрину не рекомендуют только варить и использовать для первых блюд, как и всякую дичь. Мясо имеет темно-коричневый цвет с бордовым отливом.

В зимнее время продается в специализированных магазинах «Дары природы». После покупки, перед приготовлением,

полезно обмыть мясо не водой, а молоком или дать полежать в молоке около часа (в случае заветренности).

ИЗЮМ (турец.). Вяленый виноград. Различается вкусом и цветом, в зависимости от сортов винограда. Имеет наибольшее кулинарное применение на Ближнем и Среднем Востоке и в Средиземноморье.

Торговые наименования разных видов изюма меняются очень часто. Поэтому в поваренных книгах, даже изданных 15–20 лет назад, они отличаются от сегодняшних, а тем более от названий столетней давности. Однако существо изюмных сортов за последние 2500 лет не менялось. Есть четыре основных вида:

1) светлый, мелкий изюм, без косточек из сладких зеленых и белых (серых) сортов винограда. Чаще всего он называется «кишмиш» (кулинарное название) или «сабза» (современное торговое название);

2) темный, почти черный или «синий», а чаще темно-бордовый бескосточковый изюм, по старой кулинарной терминологии – коринка, а по современной торговой – бидана или шигани (имеет две основных разновидности: очень сладкий и слабосладкий суховатой консистенции);

3) светло-оливкового цвета, средней величины, обычный изюм с одной косточкой;

4) крупный, мясистый, имеющий длину каждой ягоды до 2,5 см, очень сладкий, приятный на вкус, но обладающий крупными двумя-тремя косточками (получают его из винограда сорта хусайне – «дамских пальчиков» или из гермиана).

Использование этих сортов изюма различно.

Первый и второй используют в хлебобулочных и кондитерских изделиях, второй – в кексах и куличах. Третий вид идет обычно для приготовления компотов, напитков, иногда с учетом того, что он будет вываривaться ради сладости аромата, а сам по себе будет отброшен. Этот вид используется и при приготовлении мясных блюд, и для плова, особенно в сочетании с урюком.

Наконец, четвертый вид – крупный косточковый, имеет весьма разнообразное применение. Освобожденный от косточек и измельченный, он идет на приготовление кондитерских изделий и пудингов, в целом виде – для сдабривания напитков – квасов, морсов, а также с успехом может быть употреблен в компоты, но не для выварки, а как сухофрукт, сохраняющий свой приятный вкус и после варки. Лишь наличие неудобных в процессе еды косточек сдерживает употребление этого вида изюма. Хорош он и для еды без варки.

В торговле изюм различают еще по виду обработки: фабричной и ручной. Фабричный изюм ровнее в стандарте, лучше очищен от примесей, но со значительно ослабленным ароматом. В остальном же характер обработки не имеет существенного значения для кулинарного использования изюма. Во вкусовом отношении бидана, чиляги, шигани, хусайне лучше, чем сабза и гермиан.

В сдобное тесто изюм лучше использовать в измельченном виде и предварительно обвалять в муке. Тогда изюмины не сконцентрируются в одном месте теста, а распределятся в выпеченном изделии сверху донизу равномерно.

ИКРА. Обработанные и засоленные икринки рыб различных пород. Различают четыре вида пищевого продукта из икры:

1) *черную* икру, т. е. икру осетровых (осетра, белуги, севрюги, стерляди);

2) *красную* икру, или икру лососевых, главным образом дальневосточных (кетовую, семужью, чавычовую);

3) *розовую* (икру сигов, ряпушки, минтая);

4) частиковую или *желтую* (щучью, икру судака, воблы, тарани, кефали, лобана).

Существует, кроме того, икра *«белая»* (улиточная).

I. ***Черная*** (или осетровая, белужья, стерляжья) икра всегда подразделялась на несколько разновидностей. Так, уже с конца XVII в. вплоть до XIX в. (до 1861 г.) официально в торговой практике различали зернистую, паюсную, троишную и ястычную икру, причем каждый из основных видов мог делиться еще на торговые сорта: высший, первый, второй, в зависимости от степени свежести и деликатности соления (кроме ястычной, которая всегда была одного сорта).

1. *Зернистой* называется икра, которая сырой, сразу же по вылове рыбы, протирается на грохотке (решете) так, что зерна ее, проходя сквозь отверстия грохотки, строго соответствующие их диаметру, остаются целыми и совершенно чистыми от пленок и жилок *ястыка* (см. с. 973). Эти зерна в зернистой икре не связаны друг с другом и сохраняют круглую (шаровидную) форму. После пробойки сквозь грохотку зернистая икра крайне осторожно, слегка (почти неощутимо) подсаливается.

2. *Паюсной* икрой называется икра, которая сразу же по вылове рыбы засаливается в ястыках, а затем раскладывается в лубках (мелких корытцах) и слегка просушивается (обветривается). После этого икру освобождают от ястыков, очищают от всех прожилок и слизи и давят в чанах толкушками, отчего икринки становятся плотными, плоскими и приобретают особый вкус, возникающий из-за сочетания чуть подсохших (ферментированных) икринок с более свежими, пропитанными, насыщенными солоноватым осетровым жиром.

3. *Троишная* (вернее – троичная) икра приготавливалась редко, на специальный заказ, для любителей, в основном в Москву. Для ее получения свежую икру, вынув из рыбы, тут же протирали на грохотке, как и зернистую, но затем не подсаливали, а резко обливали в корыте теплым крепким рассолом и, осторожно помешав в нем икру, откидывали ее на решето, дав полностью стечь рассолу самотеком, сколько бы это времени ни заняло. Лишь после полного обезвоживания икры ее тщательно, герметично упаковывали в бочонки (по пуду) и тотчас же, на почтовых *тройках*, т. е. как можно быстрее по тем временам, отправляли в Москву. Отсюда и произошло ее название – «троишная».

4. *Ястычная* икра приготавливается наиболее просто: ее засаливают вместе с ястыком, даже не разрывая его, причем солят крутовато и оставляют в тузлуке вплоть до употребления. Когда-то это была икра для бедного люда, просто чтобы «посолиться», наесться с хлебом наскоро, а не для того, чтобы получить удовольствие. На ястычную икру шли худшие или в чем-то бракованные экземпляры рыбы, или же икра из рыбы не первой свежести.

Во вкусовом отношении самой лучшей, самой приятной, вкусной является паюсная икра, хотя в советской торговле она всегда была дешевле, чем зернистая, которая считалась более «красивой», т. е. имела лучший внешний, товарный вид.

На самом деле паюсная икра не только самая вкусная, но и самая стойкая в смысле сохранности.

II. ***Красная и розовая*** икра имеет только одну, зернистую разновидность, но солится крепче черной и практически обладает одинаковым стандартом вкуса. (Крупнее по размерам и нежнее лишь икра зубатки.)

III. ***Частиковую*** же икру изготавливают исключительно ястычного типа, т. е. в ястыках. Ее солят сухой солью (12–12,5 процента соли к весу икры) в течение 8–12 суток в сухих деревянных ларях, затем промывают и укладывают рядами в бочки. Или же солят в сильном растворе соли (тузлуке) 3–4 часа, а затем провяливают 2 недели (кефаль, лобан).

Только щучью икру делают пробойной, т. е. икринки освобождают от пленок ястыков и просаливают. Благородная же икра солится всего от 10–15 (красная) до 35–45 минут (черная зернистая).

IV. ***Белая*** икра, строго говоря, не относится к рыбьей, но имеет характерный для икры «рыбий икряной» вкус и одинаковый с зернистой икрой осетров биохимический состав. Это икра виноградных улиток, которые несут два раза в год несколько яиц общим весом 3 грамма (1 десертная ложка). Она представляет собой шарики белого (молочного) цвета, размером чуть больше, чем красные лососевые икринки. Вкус у них напоминает черную икру. Лишь в 1987 г. на эту икру улиток было обращено внимание, до тех пор никто проблемами размножения улиток не интересовался. Экономически и технически было признано невозможным практически наладить производство этой икры из-за слишком мизерного размера выхода «продукта». Однако французский кулинар Жан-Пьер Фаранк, «открывший» улиточную икру, взялся за дело, создав улиточную ферму-теплицу с 50 тыс. улиток, которые дали в 1989 г. продукцию в 300 кг икры. Центром по «добыче» улиточной икры является г. Сен-Сюэгр. Стоимость 100 г улиточной икры – 90–100 долларов.

ПРИМЕНЕНИЕ

Икра любых видов идет ныне практически исключительно на закусочный стол: для бутербродов. Но прежде икру использовали и для горячего стола: к блинам (особенно красную икру), в супе-калье (черную икру), к картофельным блюдам из целого печеного картофеля (черную и красную).

Икру любой частиковой свежевыловленной рыбы каждый может приготовить самостоятельно, превратив в блюдо-деликатес. Для этого надо разорвать *ястык* (см. с. 973), выложить икру в глубокую посуду, освободить от пленок, раздавленных икринок, жира и т. п., осторожно протереть икру на волосяном сите, ячейки которого должны быть чуть крупнее икринок. Очищенную икру перемешать с измельченным луком (чем тоньше, тем лучше), солью, перцем до получения однородной смеси (на 200 г икры – 1 луковица, 1 ч. ложка соли). Затем постепенно вливать чайной ложечкой в икру сливки (25 мл), осторожно втирая их в икру, но не повреждая целости икринок, которые чуть увеличатся в объеме. Посолить крупной солью, дать постоять час, убрать не впитавшиеся кристаллы соли (поэтому удобна именно крупная соль!).

Так приготавливать икру можно у всех рыб, лишь бы икра была свежая и чистая (не замаранная внутренностями и с неразрушенным, прочным ястыком).

ИЛАНГ-ИЛАНГ. Цветы и масло (цветов и плодов-семян) тропического растения семейства аноновых, называемые иногда «орхидейным маслом» или «орхидейными духами», употребляемые в кулинарии и чайном деле для ароматизации готового чая и некоторых сладостей. В Китае лепестки этих цветов вялят или сушат и используют как добавку в компоты (один лепесток на 1 литр жидкости).

ИМБИРЬ. Пряность, которую готовят из корневища тропического травянистого растения. В молотом виде – мучнистый, серовато-желтоватый порошок, жгучий на вкус. Возделывается как огородное растение. Имеет чрезвычайно широкий аспект кулинарного применения.

В русской кухне имбирь известен с XVI в. Он применялся как ароматическая добавка в квас, сбитень, брагу, мед, а также в пряники, куличи, сдобы, варенье, компоты. В западноевропейской кухне используется, кроме того, в пиво, пудинги; в странах Азии, на родине имбиря, его добавляют в блюда из птицы, а свежий имбирь целым корневищем засахаривают и варят из него варенье чоу-чоу (пополам с апельсинными корками). В Индии имбирь добавляют в пшеничную муку, чтобы улучшить ее вкус и предохранить от запаха затхлости, а также широко используют для маринадов.

В тесто имбирь вводят в процессе замешивания: в сладкие блюда (муссы, кисели, компоты, пудинги) – за 2–5 минут до их готовности, в соусы – лишь после тепловой обработки.

ИМЕНИННЫЙ (калач, пир, пирог, стол). Эпитет, широко употребляемый в русской кулинарной терминологии. Он обозначает разные понятия, но всегда связан с торжественным застольем.

ИМЕНИННЫЙ КАЛАЧ. Вдвое больших размеров, чем обычный. Он предназначен для виновника торжества (остальные получают калачи обычного размера).

ИМЕНИННЫЙ ПИРОГ. Рыбный, мясной или сладкий, в честь именинника, обычно крупных размеров, по возможности оригинальной формы (овал, восьмигранник, вытянутый прямоугольник). Он имеет несколько слоев начинки. Несладкий пирог бывает закрытым, сладкий – полузакрытым. На лицевой верхней стороне пишется имя именинника (для закрытых пирогов – наколкой, для полузакрытых – тестяным жгутом, накладываемым на начинку).

ИМЕНИННЫЙ СТОЛ. Так называют обед в честь именинника. От именинного пира он отличается тем, что это не полный обед, а стол – холодный или сладкий, – правда, заранее подготовленный. Холодный именинный стол включает разнообразные закуски, соленья. Из горячих блюд – отварной картофель к закускам и обязательно – пирог или пироги. Сладкий стол состоит из именинного сладкого пирога с вареньем и всевозможных кондитерских изделий – кексов, печений, сладостей, конфет, варений, орехов. На стол обязательно ставят самовар. Иногда после чайного стола подают фрукты или мороженое, особенно летом.

ИНГИБИТОРЫ (ИНГИБИРУЮЩИЕ ВЕЩЕСТВА). Собирательное наименование химических

веществ и соединений, которые препятствуют или тормозят развитие разного рода бактерий в ходе приготовления пищевых продуктов и тем самым содействуют достижению стандартного формального качества продуктов (их прозрачности, кислотности, цвета). Ингибирующие вещества применяются главным образом при производстве различных напитков, соков. Очень часто их применение приходит в противоречие с фактическим качеством продукта (например, мутный, но свежий яблочный сок лучше, чем красивый, яркий, прозрачный, но насыщенный ингибиторами); однако так называемая покупательская психология и торгово-рекламная целесообразность требуют применения ингибиторов. Поэтому отказ от ингибиторов прямо связан с повышением культуры и знаний покупателей. В капиталистических странах использование ингибиторов торговыми фирмами, производящими продукты, ничем не ограничено, что ведет к появлению на рынках красивых, но вредных пищевых товаров. В России действуют нормы, устанавливающие предел использования таких ингибиторов, как субтилин, тиротроцин, полиорденолы, хлорамфеникол, биомицин, террамицин, сернистый ангидрид и др., причем эти нормы ниже, чем в Болгарии, Венгрии, Польше, Югославии. При использовании консервированных компотов, соков, фруктовых пюре в кулинарии и особенно при их нагревании необходимо учитывать наличие и характер ингибиторов в том или ином продукте и по возможности избегать тепловой обработки таких продуктов, а также не давать консервированные соки, не имеющие гарантии «детского питания», детям до 6 лет.

ИНЖИР. Вяленый плод смоковницы. В русской кулинарии известен под названием «винные ягоды», «фиги», «смоква». Его используют в вяленом виде и в компотах, а кроме того, делают из него – и свежего, и вяленого – превосходное варенье. Очень полезен, целебен.

«ИСТОРИЧЕСКИЕ БЛЮДА». Блюда ресторанной и «высокой» кухни, названные в честь известных исторических лиц или событий. Особенно богата такими блюдами французская кухня, начиная с XVII в. В XVIII и в начале XIX в. мода называть блюда именами государственных, политических и военных деятелей перешла в Англию, Австрию, Италию, Польшу и Россию.

От «исторических блюд» следует отличать другие именные блюда, названные в честь лиц, реально существовавших, бывших нередко государственными деятелями, писателями или дипломатами, но выступавших в роли «изобретателей» определенных блюд, или лиц, которым было приписано такое изобретательство. Таковы, например, маршал Магон, дипломат маркиз де Бешамель, принцесса де Субиз, граф Строганов, граф Гурьев. Блюда этого рода пишутся всегда с маленькой буквы, чем подчеркивается полное слияние имени первоначального создателя с понятием самого данного блюда: соусы – майонез, бешамель, субиз; мясо бефстроганов, гурьевская каша и т. п.

«Исторические» же блюда пишутся всегда с большой буквы, чем подчеркивается то, что они названы исключительно в честь данных лиц, из уважения к ним или для их прославления как своеобразных памятников современной им эпохи. Таковы французские бифштекс Шатобриан, пирог Брильясаварен, суп Карла Пятого, бараньи котлеты Помпадур, соус Кольбер, пирожки Наполеон и Талейран, крем Мирабо, цыплята Ришелье. В Англии такими «историческими блюдами» являются гарнир Каннинг, зразы и консоме Нельсон, пудинг Ковлей (Каули), суп Джон Булль; в Польше – судак Радзивилл, рис Понятовский, баба Станислав (также в честь Понятовского); в Италии – ризотто Камерани; в Австрии – суп и пирожки Меттерних; в Германии – суп Зоннтаг, гарнир Гуттенберг; в России – различные блюда в честь министров – Киселева, Нессельроде, Баранова, Игнатьева, вельмож – Потемкина, Шувалова, Демидова, Бутурлина, генералов – Багратиона, Тотлебена, Скобелева, писателей – Карамзина, Одоевского (см. *названия блюд*).

Сравнительно мало «исторических блюд», имеющих названия по месту событий. Это супы Креси, Лондондерри, десерт «Тоффи эппл». Французский суп-пюре Креси из моркови назван в честь поражения французов в битве при Креси 26 августа 1346 г. от английских войск Эдуарда III. Это суп бедняков и больных. Английский суп из говяжьих костей и обрезков хвостов назван в честь трехмесячной осады городка Лондондерри в 1690 г. войсками Якова II в память о последних запасах продовольствия у осажденных. Наконец, глазированные сахаро-молочной помадкой яблоки на палочках, т. н. «Тоффи эппл», напоминают о «пороховом заговоре» в Англии 5 ноября 1605 г., который празднуется ежегодно приготовлением этих десертных маленьких «бомбочек».

К «историческим блюдам» причисляют также иногда и блюда, названные в честь литературных героев, ставших в глазах миллионов читателей во всем мире как бы историческими лицами. Таков суп д'Артаньян из ветчины, телятины и курицы, с клецками из куропатки, сваренных пополам с водой и белым сухим вином сотерн, и заправленный саго и красным перцем. Суп д'Артаньян варят 3 часа!

«Исторические блюда», таким образом, тесно связаны с историей и возникли, как правило, каждое в определенный исторический момент, а не получили свои наименования задним числом. Вот почему нельзя, скажем, в наше время выдумать какое-либо блюдо и прилепить ему какое-либо вымышленное историческое название. Это была бы и фальсификация истории, и профанация кулинарного развития, строго обусловленного историей. В то же время вполне возможно возникновение ныне блюд, имеющих современное историческое значение и название, если только оно вытекает из кулинарной оригинальности блюда и непосредственно связано с тем или иным событием или именем. К сожалению, не всегда такие случаи вовремя используются. Примером может служить, скажем, Крымская конференция 1945 г., на которой состоялась встреча Сталина, Рузвельта и Черчилля. Стол готовили армейские повара, хотя и самой высокой квалификации, но ограниченные в выборе продуктов условиями войны и далекие от канонов французской кухни, принятой в дипломатических кругах того времени. Все внимание было обращено на то, чтобы блюда были вкусны, а не просто соответствовали тем или иным названиям. И при этом была проявлена сметка и кулинарная фантазия. Некоторые блюда поразили участников, запомнились им, что нашло отражение в воспоминаниях. Но никто не догадался зафиксировать рецептуру и назвать наиболее удачные произведения – салаты, супы, жаркое – именем Крымской конференции.

Незаслуженно больше повезло в отношении закрепления своего имени в кулинарной истории первому (и последнему) президенту СССР М. С. Горбачеву. Хотя он и обрек население своей страны на длительное голодное существование, тем не менее американские бизнесмены и политики решили увековечить его имя: в честь него в США был создан в 1990 г. новый соус к холодным салатам, который американские кулинары не без ехидства окрестили «Gorby-lit» (от американского жаргонного слова *light*), что в переводе означает: «легковесный, ловкий Горби» или «ловкач Горби». Впервые эта новинка американского общепита была опробована в Сиэтле на Играх доброй воли. В кулинарном отношении соус действительно пустой, легковесный. Кроме оригинального названия, в нем, как и во всей американской кулинарии, нет ничего замечательного: он зауряден, рассчитан на непритязательный вкус. Может быть, в этом и состояла основная идея создателей данного «исторического» пищевого изделия? Вполне возможно.

- К -

КАББЧЕК. Круглый поднос-судок, состоящий из двух дисков, расположенных друг над другом на общем стержне; нижний диск служит поддоном, а верхний имеет несколько круглых отверстий. Употребляется для подачи одновременно разных видов какого-либо напитка или пищевого изделия, например разного вида приправ, разных наливок, разных ликеров, разных видов варенья и т. д., а также для подачи соусов. Каббчек остается на столе или чаще всего располагается на приставном столике в процессе еды так, что каждый может пользоваться поставленными в него изделиями по мере надобности.

КАБАЧОК (кабак, тебека, гарбуз, бухарка). Продолговатая столовая тыква с нежной, быстроваркой мякотью. Употребляется в мясных и овощных супах, для супов-пюре (пополам с крупами), для жарения; очень часто используется для фарширования мясо-рисовой смесью. Подается с томатным соком, луковым соусом или со сметаной. В супы кабачки закладываются последними из овощей, за 10 минут до готовности супа. Жарятся на любом жире и масле в течение 5–7 минут.

КАВАРДАК (от тюркского «каурдак» – смесь мелких кусочков мяса и сала). В разных русских областях употребляется для обозначения разнородных смешанных блюд. В Тульской области так называют род окрошки с толчеными черными сухарями, луком; иногда – солянку. В Псковской области – окрошку и всякую безвкусную стряпню. В Поволжье – пшенную жидкую кашицу с рыбой. В Прикаспии, Оренбуржье – завяленную мелкими кусочками красную рыбу. В Тамбовской – брагу из смеси пива, остатков меда, воды. Неудивительно, что в переносном смысле слово *кавардак* употребляется для обозначения всякого беспорядка, неубранности в доме и т. п.

КАВИАР, КАВИЯР, КАВЬЯР. Название рыбьей икры крупных рыб в устье Дуная, на юге Украины и в Молдавии. Отсюда это название перешло в Западную Европу для обозначения главным образом черной икры. Деления же на разные виды икры, связанные с особенностью ее производства, были известны только в России (см. *икра*).

КАДЖЁНОВ КУХНЯ (от фр. *cadeux-jeûn* – т. е. пост, как подарок). Кухня французов, переселившихся в конце XVIII в. в Америку и осевших в Луизиане в изолированном районе.

Кухня каджёнов – своеобразное сочетание французской кухни XVII–XVIII вв. с кухней индейцев и мулатов, с широким использованием растительных продуктов тропической и субтропической зоны и с кулинарными ограничениями религиозного характера.

В 1992 г. уникальные блюда каджёнской кухни демонстрировались в московском ресторане «Савой».

КАЗАН (татар.). Котел с выпуклым, полусферическим дном, используемый для приготовления мяса, пловов, «жареных» супов (шурпы) и других блюд восточной кухни. Казаны делятся на стационарные (вмазанные в печь или поставленные на камни) и подвесные – казанки. При наплитном приготовлении казаны необходимо ставить на особую подставку – кольцо с треножником. Благодаря форме дна пища в казанах, особенно медных, не подгорает даже при очень сильном огне.

КАЗАРЯТИНА. Кулинарное название мяса диких темно-серых гусей.

КАЗЮЛЬКА. Северорусское (ярославское, костромское, вологодское) название большой творожной ватрушки, величиной с тарелку.

КАЙЛА. Основная часть составных вторых блюд таджикской и узбекской кухни, в частности шимы, монпара, лагмана и др. В узбекской кухне носит название *ваджа,* в пловах – *зирвак,* т. е. основа, начинка.

Кайла состоит из *мяса* (обычно баранины, но иногда из мяса красной или пернатой дичи – косуль, джейранов, куропаток, перепелов), *овощей* определенного набора (лука, свеклы, маргеланской редьки, моркови, капусты, помидоров, пастушьей сумки, реже – картофеля, сладкого перца, скорцонеры, побегов люцерны) и *сухофруктов* (изюма, кураги, урюка, барбариса, иногда яблок).

Каждая из указанных групп продуктов приготавливается отдельно путем обжаривания в перекаленном масле, а затем все они соединяются и доводятся вместе до готовности, образуя кайлу. Готовая кайла заправляется пряностями и пряными травами в горячем состоянии, перед снятием с огня. Состав пряностей колеблется в зависимости от местных условий и обычаев (как правило, пряная заправка состоит из красного и черного перца, зиры, чеснока, укропа, иногда также куркумы и шафрана).

Полностью приготовленная кайла, обладающая специфическим островатым вкусом и ароматом, обычно соединяется с каким-нибудь готовым пресным, нейтральным, прошедшим тепловую обработку продуктом: отварной лапшой, картофелем, рисом, яйцом, паровым омлетом, которые в таких случаях не подсаливаются.

Различные сочетания кайлы с отварными мучными и яичными изделиями или их комбинациями создают разные по названию блюда среднеазиатских национальных кухонь, отличающиеся друг от друга лишь соотношением кайлы с нейтральной частью и вариациями в самом составе кайлы и нейтральных частей.

При приготовлении овощной части кайлы, или ваджи (кайла без сухофруктов), следует иметь в виду, что разные овощи нарезаются по-разному перед обжариванием. Корнеплоды (кроме моркови) и картофель – мелкими кубиками (*сальпиконом* (см. с. 917), морковь – соломкой, сладкий перец – кольцами, капуста – квадратиками и соломкой, помидоры – дольками, лук – крупными кубиками, реже кружочками. Все овощи обжариваются вместе в перекаленном масле, начиная с корнеплодов и кончая помидорами (закладываются самыми последними). Мясо также нарезается сальпиконом и в уже доведенном до готовности виде соединяется с овощной частью, после чего к кайле подливается 1 1/2 стакана бульона или кипятка, в котором отваривалась лапша, и кайла тушится на умеренном огне 30 минут.

Только после этого кайла заправляется пряностями.

КАЙМАК (южнорус., кавказ. и среднеазиат.). Густые, толстые, как блины, уваренные пенки, приготавливаемые из жирного топленого молока. Молоко для каймака кипятят на слабом огне в плоской посуде и по мере уплотнения пенок снимают их и наслаивают одну на другую, давая затем возможность в течение суток-двух слегка закиснуть. В результате образуется нечто среднее между сметаной, сладким творогом и сливочным маслом – каймак. Каймак едят с хлебом, подают к чаю сдобренным медом или используют в разные горячие блюда – в рисовую и гурьевскую кашу, в кутью, в пудинги – как приятную жирную приправу. Помимо вкусовых особенностей, каймак обладает также и особой микрофлорой, создающейся в нем в результате кислого брожения, что превращает его не только в приятный, вкусный, питательный, но и в полезный продукт, особенно для тех, кто трудно переносит обычные жиры.

КАКАО (бобы, порошок и напиток, а также масло). Пищевой продукт, оказывающий сильное стимулирующее воздействие на нервную систему. Поэтому не рекомендуется частое и систематическое употребление, особенно для детей. Какао-порошок, приготовленный для напитка, чаще всего уже обработан и соединен с ванилью. ***Его следует заваривать обязательно вначале водой,*** а уже затем вливать эту заварку в горячее молоко. Обычно же этим правилом пренебрегают и заваривают какао-порошок сразу молоком, или же еще хуже – опускают ложку порошка в горячее молоко. Происходящая при этом коагуляция затрудняет на несколько часов усваивание какао (а также всей еды, принятой вместе с ним в процессе завтрака, обеда).

Какао-масло – весьма ценный компонент для приготовления кондитерских изделий, особенно конфет. Оно позволяет приготавливать многие сладости холодным способом (хороший соединитель), превосходно усваивается, как и всякое растительное масло, полезно и даже целебно.

КАЛАБУХА (колобуха, калабушка, колеб, колобок). Толстая, круглая лепешка, изготавливаемая в виде хлебного кома, почти шара или разбухающая до формы шара к концу выпечки.

Калабуха (в сказках – колобок) – чисто русское хлебное изделие, возникновение которого было случайным, но вкус и постоянство его формы были обусловлены самим характером колобкового теста. Дело в том, что колобки пекли не всегда, а лишь при отсутствии обычных припасов для хлеба в их обычном количестве. На колобок – единственный! – шли остатки разной муки – все, что было в доме, и все поскребки квашни, которые обычно не изымались, а оставлялись на закваску. Таким образом, доля (процент) *закваски* в колобке всегда превышала обычную долю закваски в нормальном хлебном тесте, а мука бывала не однородной, а смешанной (пшеничной, ржаной, овсяной, ячневой и т. д.). По логике крестьянина, именно этот сборный характер колобкового теста должен был дать не особенно качественное изделие. Однако по законам биохимии именно высокий процент закваски и разнообразный характер муки, имеющей разное сечение помола и свои особенности ферментации, обеспечивал сверхпропекаемость хлеба, создавал чрезвычайно пышный, богатый проходами газа, особо ноздристый, мягкий, пропеченный и долго не черствеющий хлеб. Крестьянин мог объяснить такое явление лишь чудом либо тем, что его, как голодного человека, обманывали его вкусовые ощущения. И в том и в другом случае это и послужило причиной создания сказочных сюжетов о колобке, восприятия этого простого результата биохимических процессов как некоего сказочного, чудесного явления. С общим же улучшением жизни, с исчезновением ситуаций, когда необходимо было прибегать к изготовлению колобков, и сама по себе причина возникновения сказок о колобке стала совершенно неясной для новых поколений. Вся «чудесность» колобка трансформировалась у сказителей в его внешность – круглую, шарообразную форму, и именно это свойство отразилось в бытующих вариантах мифа-сказки о колобке. Но забывать или не знать истинных причин пышности и «вкусноты» колобочного теста не следует.

КАЛАЧ. Белый пшеничный русский хлеб – старейший вид белого хлеба в России. Известны только две разновидности калачей: муромский и московский, из которых до наших дней сохранился лишь последний.

Калач долгое время представлялся загадкой на фоне всего остального русского хлебного репертуара, основывавшегося на ржаном сырье и крутом заквашивании. Само происхождение его названия считается спорным. Одни лингвисты склонны видеть основу в слове «коло», «колесо», т. е. искаженное «колач» – круглый, кругообразный хлеб. Другие, более правильно, производят это наименование от татарского «калач», т. е. буквально – «Будь голоден!», выражение, отражающее высокую степень аппетита. Следовательно, «калач» означает «аппетитный», что кажется более верно и по смыслу, и по историческому происхождению. Калачи известны именно с XIV в. как заимствование татарского пресного белого хлеба (лепешек), преобразованного в русской обработке, – пшеничному тесту придавалась ржаная закваска. Отсюда непохожесть, отличие калачного теста и его приготовления от всех других известных русских видов хлеба. Чисто русской выдумкой являются и форма, и названия отдельных частей калача. Он имеет главную среднюю часть – *животок с губой,* затем *ручку,* или, правильнее, *дужку* (в древности называлось еще *перевясло*), причем каждая часть отличается нюансами вкуса, так как при разной форме и объеме они выдерживаются в печи одинаковое время и поэтому по-разному пропекаются и «под-



жариваются». Одно из отличий калачного теста – его способность не черстветь длительное время. В XIX в. калачи замораживали в Москве и везли в Париж, где оттаивали в горячих полотенцах и подавали как свежеиспеченные даже по прошествии одного-двух месяцев.

Калачу были посвящены многие русские пословицы, что говорит об огромной популярности и престиже этого хлебного изделия. Калач всегда был символом зажиточности и служил эмблемой богатства, достатка. «Кяхтинский чай, московский калач – так полдничает богач». «С калачика – бело личико». «Не рука крестьянскому сыну – калачи есть». «Куда ты лезешь со свиным рылом да в калачный ряд».

Возникновение калача в Муроме (первоначально) как раз и объясняется контактами с татарскими хлебопеками муромчан, а закрепление производства калачей в Муроме – торговым значением этого города в Средние века. Однако экономический и политический упадок Владимиро-Суздальской Руси сказался и на том, что калач как один из символов экономического благополучия переместился в Москву и именно здесь получил свое полное развитие, стал известен во всей стране. «В Москве калачи, как огонь, горячи», – говорит пословица. Здесь калач нашел и многочисленного потребителя, и отсюда стало возможным вывозить, экспортировать его не только по стране, но и за границу.

Калач до сих пор остается съедобным сувениром столицы. Его сохранение обеспечивается не только традицией, но главное – сохранением в неприкосновенности технологии его производства. Суть калача во вкусе, а не в его форме. Поэтому не только наивными, но и неверными являются попытки некоторых торгующих организаций называть калачом изделия иного типа и придумывать для них несоответствующие названия.

Такой попыткой является выпуск в последние годы хлеба в виде крупной, толстой баранки (круга) с названием «саратовский калач» и других ему подобных «калачей».

КАЛИНА (*Viburnum opulus L.*). Кустарник семейства жимолостных, дающий съедобный плод-костянку шаро-яйцевидной формы, красного цвета, по размеру чуть меньше рябины, в просторечии называемый «ягодой», имеющей своеобразный сладковато-кисловато-горьковатый вкус, слегка вяжущий.

Калина с древнейших времен считается «русской национальной ягодой», так как растет только на территории десяти великорусских областей и является основным компонентом древнейшего русского национального блюда – *кулаги* (см. с. 852). Примечательно, что на территории Украины и Белоруссии вместо калины распространен другой вид жимолостных – *гордовина* (*Viburnum lantana Z*), плоды которой черного цвета и иного вкуса.

В старину заросли калины были чрезвычайно распространены в русских смешанных лесах, особенно на опушках, но ныне она почти исчезла вследствие хищнического промысла: чтобы долго не собирать калину, ветки ее вместе с гроздьями «ягод» просто ломали и тем самым портили много кустов, прекращавших плодоношение на годы. Вырубка и изреживание лесов в Центральных областях России также нанесли громадный ущерб этому растению, не выносящему близости дорог и индустриальных построек.

В состав плодов калины входит более десятка различных органических кислот, спирты, смолы, сахара́, дубильные вещества. Это придает калине не только многообразное лекарственное значение (в основном противоспазматическое, противосудорожное, ранозаживляющее, противовоспалительное действие), но и диктует, определяет особенности ее кулинарной обработки.

Из калины приготовляют варенье, кулагу, но при этом ныне многие забывают, что ее нельзя, в принципе, нагревать выше 55–60 °С, а тем более доводить до кипения.

Этим объясняется особая технология блюд или изделий из калины.

Так, кулага приготавливается при падающей температуре от 60 °С до 18 °С. «Варенье» же приготавливается тремя способами:

1. БЕЗ НАГРЕВА

Плоды калины тщательно промываются, обсушиваются, а затем, слегка раздавленные пополам с медом или сахаром или их смесью в любой пропорции, сохраняются в герметически закрытой стеклянной или глиняной посуде при обычной комнатной температуре.

Давить кулагу можно только деревянной или фарфоровой толкушкой (пестом).

2. СО ЩАДЯЩИМ НАГРЕВОМ

Подготовленная калиносахарная смесь согревается в эмалированной посуде на очень слабом огне до 55 °С дважды с перерывом между прогреваниями на два-три часа. В этом случае необходимо иметь градусник, а не определять температуру на глазок.

3. С ЗАВАРИВАНИЕМ

Высушенные плоды калины размалываются в порошок, который смешивается в любой пропорции с сахаром или медом или с тем и другим, и эта смесь слегка заваривается кипятком так, чтобы получилась густая кашка, по консистенции близкая к каше-размазне или к вязкому пюре.

КАЛИНКА. Пирушка на второй день после свадьбы. Не имеет никакого особого кулинарного отличия. Это пирушка молодых с молодежью, чаще всего просто попойка, без еды.

КАЛИННИК. Калиновый пирог, который приготавливается особым образом, отличающимся от других ягодных пирогов. Калину не кладут в начинку, а, предварительно высушив, размалывают в порошок и этот порошок заваривают крутым кипятком в гущу, кашицу в виде пюре. На таком пюре и замешивают из теста калинник, который затем выпекается в виде толстой лепешки, без начинки. Сахара в калинник не кладут, это несладкий пресный пирог с приятным запахом свежей калины. Калинник делают из ржаной муки (рассоложенной), он является одним из самых старинных блюд русской кухни до XVIII в. Сохранился в Калужской и на юге Смоленской области.

КАЛИННИЦА. Современное название сладкого блюда из пареной калины, смешанной и слегка уваренной с медом

и сахаром. Употребляется в районах Южного и Среднего Урала, Юго-Западной Сибири, Северо-Восточного Казахстана.

КАЛИТКИ (карельск. *kalitt, kalittoa, karjalan piiras*). Карельские пирожки, национальное блюдо карелов и вепсов, приготавливаемое из пресного теста или даже из хлебного мякиша, без добавления каких-либо подъемных средств.

СОСТАВ

Ржаная мука, простокваша, перловая (или рисовая) крупа, картофельное пюре, яйца, сметана, топленое масло.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. В 0,5 л (или в стакане) простокваши размешивают ржаную муку (или мякиш черного хлеба) с небольшими добавками пшеничной муки, в плотное тесто, которое раскатывают в блинчики величиной с большое блюдце.

2. Приготавливают начинку – либо замачивая перловку с вечера (на 10 часов) в смеси простокваши с топленым маслом, либо отваривая рис и сдабривая его рубленым крутым яйцом.

3. В блинчики (сканцы) кладут столовую ложку начинки и, собирая в гармошку края сканцев, формируют полуоткрытый пирожок.

4. Пирожки выпекают 10–15 минут в духовке, смазав предварительно подсоленной сметаной со взбитым яйцом (или только с желтком).

5. Горячие калитки смазывают сливочным маслом, а затем, непосредственно перед едой, погружают в глубокую тарелку с горячим молоком, в котором распущено масло.

Калитки с картофелем едят также сухими с ухой.

КАЛЬЯ. Разновидность русского рыбного супа. Отличается от ухи, во-первых, тем, что в калье может использоваться не только пресноводная, но и морская рыба (как самостоятельно, так и в сочетании с речной), а во-вторых, тем, что в калью стараются употреблять преимущественно жирную рыбу, т. е. в первую очередь осетровые, белугу, севрюгу, калугу, карп.

Главная особенность жидкой части кальи состоит в том, что в нее наряду с водой входит огуречный рассол (1/2 от объема воды) и небольшое количество лимонного сока (1–2 ст. ложки). Огуречный рассол добавляется через 7–10 минут варки рыбы в кипящей воде, а лимонный сок – после окончания варки кальи и снятия ее с огня. Из других обязательных компонентов кальи следует назвать лук (2–4 луковицы на 1,5 л воды), картофель, мелко нарезанные соленые огурцы и рис (2–3 ст. ложки на 1 л воды). Рис в калью можно вводить также отварным, после варки рыбы, но перед заливкой лимонным соком. Варится калья недолго – в общей сложности 15–18 минут. Из пряностей необходимы черный перец, петрушка, лук-порей. Иногда делают сложную калью, где наряду с рыбой, отваренной кусками, вводят также галки – клецки из рыбного фарша, муки и взбитого яйца. Калья – приятное, вкусное первое блюдо, к сожалению выходящее из повседневного употребления.

КАМА. Эстонское национальное комбинированное толокно, смесь муки из предварительно обжаренного зерна ржи, овса, ячменя, гороха, бобов, взятых в равных долях. Это один из древнейших продуктов народов Прибалтики, оставшийся от времен неолита и периода безогневой кухни. Современная кама выпускается пищевой промышленностью Эстонии. Традиционное применение камы – простое механическое смешивание ее со свежим молоком, простоквашей или сливками и превращение в жиденькую кашицу или в плотные бабошки-клецки, которые едят сырыми. К каме можно добавлять также либо соль, либо мед, превращая ее то в закуску, то в сладкое блюдо.

КАМБАЛА. Рыба прибрежных (мелководных) морских районов, обладающая очень нежным и вкусным мясом. В западноевропейской ресторанной кулинарии фигурирует всегда под именем «сель». Камбала употребляется в основном для жарения в растительном масле. В отварном виде рыба теряет во вкусе.

Для сохранения наилучшего вкуса камбалы необходимо соблюдать правила разделки этой рыбы: обрезать голову и брюшную часть так, чтобы границы обреза приходились по костям, снять верхнюю кожу с обеих сторон камбалы, обрезать круговые плавники так, чтобы обрез оставлял бы совершенно бескостное мясо. Перед обжариванием камбалу необходимо панировать в муке, лучше – в рисовой, смешанной с небольшим количеством соли. Обжаривание ведется по 7–8 минут с каждой стороны до появления золотистой корочки. В качестве добавочной пряности, оттеняющей вкус камбалы, употребляют порошок тимьяна, которым посыпают камбалу во время жарения, как солью.

КАМЫ (русское – *комы*). Белорусская каша из картофеля, гороха, бобов, разваренных в пюре и тщательно перемешанных, сдобренных салом. Иногда из этой комбинированной каши-пюре делают клецки-комочки и обжаривают их в сале. Такое чисто внешнее оформление дало позднее основание думать, что название блюда происходит от испорченного русского слова «комок», «ком». В действительности «кам» – чрезвычайно древний корень, общий для наименования *смеси различных зерновых* у всех народов Прибалтики. Например, латышское *камс* – смесь гречневой, пшеничной и гороховой муки с простоквашей, эстонское *кама* (см. выше) – *смесь пяти видов муки.* В то же время «комок» на латышском – «пициня», на литовском – «жемес», на эстонском – «палль», т. е. слова с совершенно иными корнями. Все это позволяет думать, что блюдо *камы* в его различных вариантах было заимствовано всеми народами Прибалтики у древнейшего славянского населения Полоцкой Руси – кривичей, первыми в этом регионе перешедших к земледелию.

КАНАПЕ (фр. *canapé*). В первоначальном значении – мягкая скамья, род дивана. Так стали называть бутерброды, приготавливаемые на поджаренном хлебе (черном или белом) с румяной, твердой корочкой (своего рода «жесткая скамья»), на который стали накладывать уже не слой масла (как на обычные бутерброды), а толстый слой какого-нибудь мягкого, съедобного вещества, например шпрот, сардин, паштета, отварной курицы, рыбы горячего копчения, с дополнением свежих, мягких овощей – ломтика или кружочка огурца, помидора, листика сельдерея, веточки укропа, перышки лука.

Иногда для связи или для увеличения мягкости к канапе добавляют еще и ложечку какого-нибудь соуса – майонеза, бешамеля, сметаны. Так как канапе требуют известной «возни» с ними, то их готовят заранее, причем сразу несколько десятков штук или даже сотен. В этом случае их делают в виде маленьких квадратиков и втыкают в них вертикально небольшие палочки (в виде спички), чтобы можно было брать канапе, не касаясь и не деформируя их мягкую накладку.

КАНДИРОВАНИЕ (от фр. *candisation* – кристаллизация сахара и от нем. *kandieren* – варить, плавить сахар). В широком смысле – заниматься кондитерским искусством, производить различные операции с варкой сахара и приготовлять в нем кондитерские изделия. В узком смысле «кандировать» – варить варенье или еще уже – опустить в кипящий сахар и обварить в нем до получения необходимого цвета и вкуса тот или иной пищевой продукт: полуфабрикат – фрукты, тесто.

КАНЕЛОНЫ (от фр. *cannelure* – желобок, бороздка). Ребристые формы из тонкой жести для отливания в них желе, заливных, плотных киселей, для выпечки некоторых видов печений из полужидкого теста (например, орехового бисквита).

КАПЕРСЫ (капорцы, каперцы). Почки вечнозеленого средиземноморского кустарника Capparis spinosa, которые специально маринуют и только в таком виде используют как острую приправу к супам-кальям, солянкам, ко вторым (мясным) блюдам из почек, к рассольникам с почками, в салаты.

КАПЛУН (фр. *chapon*). Холощеный, специально откормленный петух. Употреблялся до начала XX в. в европейской кухне, в основном во французской, которая ввела еще в Средние века различие между четырьмя родами куриного мяса: курица, цыпленок, *пулярка* (см. с. 912) и каплун, которые отличались вкусом и, главное, предназначались для разных блюд и способов приготовления. Каплуна всегда делали целиком, в основном запекали как парадное блюдо. Цыплят жарили и отваривали, курицу отваривали на бульон и тушили (кусочками), пулярку жарили целиком или половинками.

В настоящее время при бройлерном производстве домашней птицы прежние методы подготовки птицы утратили свое значение, но старая терминология все же сохранилась в ресторанном языке как указание на характер приготовления. Так, на расфасованной заводским способом импортной домашней птице можно иногда прочитать пометку: «пулярка» (poularde), «цыпленок» (poulet), «каплун» (chapon), «курица» (poule). Это лишь указание на разный характер содержания птицы и ее приготовления.

КАПУСТА. Одно из древнейших культурных огородных растений, многообразно используемое в кулинарии. Наиболее распространенное во всем мире использование капусты для отваривания в супах – не самое правильное. Отваренная капуста теряет много полезных веществ.

Наилучшее использование капусты – для квашения, причем квасить капусту лучше всего рубленую, а не шинкованную. При квашении капусту надо сильно утрамбовывать в посуде и засаливать из расчета 4 процента соли от веса капусты. Выдержка забродившей капусты не менее двух-трех недель (до полного исчезновения запаха газов). Капусту по-русски заквашивают с морковью, яблоками и клюквой или брусникой. По-южному – со свеклой и красным перцем, по-западноевропейски (по-французски) квасят наскоро бланшированную капусту, добавляя не только 3 процента соли, но и 4–5 процентов сахара и 1/2 стакана сухого вина на каждые 10 кг капусты. Одновременно в такую капусту до заквашивания вводят примерно 1/4 или 1/3 от ее веса – яблок, слив, свежего кизила. Настоящая капуста-провансаль становится готовой к употреблению уже к исходу 5-го дня (вместо 20–24 дней при обычном заквашивании).

Капусту используют также в *голубцы* (см. с. 813), для завертывания фарша. При этом крайне важно сделать так, чтобы капустный лист был мягким, эластичным. Это важно и для улучшения вкуса всего голубца, и для завертывания фарша и его сохранения (твердый лист – ломок, и это может приводить к вываливанию или вытеканию фарша). Капусту надо подготовить таким образом, чтобы разнятые ее листья не менее 1–2 часов полежали бы в холодной воде, а затем были бы бланшированы: ошпарены или проварены в подсоленном кипятке 1–2 минуты.

В финской кухне капусту варят в молоке с добавлением сахара, превращая во вкусную кашу.

Наконец, в китайской кухне капусту, как правило, обжаривают во фритюре – полминуты-минуту, иногда даже бланшируя предварительно весь кочан и затем обсушивая его.

В качестве приправы к капусте употребляют лук, подсолнечное масло, перец, но только не сметану. Цветная капуста, наоборот, исключительно хороша сырой, бланшированной «бутонами» и с приправой из смеси зеленого (порошкового) сыра со сметаной. (О тушеной капусте, употребляемой как традиционное блюдо русской кухни, и о начинке см. ниже.)

КАПУСТНИКИ. Название запеканок и пирогов со свежей, чуть тушеной или слегка пассерованной капустой. При тушении капусту не следует доводить до изменения цвета (порыжения), надо лишь добиваться ее мягкости и прекращать тушить при появлении специфического приятного капустного аромата. Добавлять в тушеную капусту можно лук, тмин, немного очень тонко измельченной моркови. После охлаждения и добавки рубленых яиц или грибов такая тушеная капуста может служить превосходной начинкой для пирогов, пирожков, а также основой для приготовления запеканок. Для этого ее достаточно уложить на противне, сверху смазать взбитым яйцом и слегка припудрить мукой.

КАРАВАЙ. Название, получившее распространение в русском кулинарном обиходе, но относимое очень часто к совершенно разным изделиям. Так, караваем называют большую краюху хлеба домашней выпечки, каравайчиками зовут также круглые или продолговатые пирожки и булочки без начинки, наконец, в некоторых областях так называют толстые лепешки, в других же – ватрушки крупных размеров или сдобные полусладкие булочки. Причина такого разнобоя заключается в том, что слово «каравай» – не русское, оно означает – тмин, вернее, индийский тмин – ажгон, зиру, и отсюда все хлебобу-

лочные изделия, где применялся тмин, вначале получали наименование «каравайных». Однако в силу того, что русскому народу свойственно оценивать все изделия в первую очередь по форме, а не по содержанию, слово «каравай» было отнесено к круглой (полусферической) форме, и все изделия подобной формы, особенно в провинции, в XIX в. стало модным называть караваями.

Таким образом, произошло примерно то же самое, что некогда произошло с иностранным словом «фирма»: среди людей недалеких и малообразованных так называют любую иностранную штучку – от сумочки до джинсов, иногда совершенно не подозревая, что это слово означает деловое учреждение.

КАРА-КУРЧИНЦЫ. Небольшое племя на восточном побережье озера Лобнор (МНР) – единственная на Земле группа людей, открытая в XIX в., которая *не знала хлеба* или ему подобных заменителей, как все другие народы, и обладала своей особой системой питания. Кара-курчинцы не ели также и бараньего мяса, как окружающее их монгольское население. Употребляли в пищу лишь мясо пеликанов и выпи – речных птиц, питающихся исключительно рыбой и земноводными, – непригодное в пищу с точки зрения всех других народов и современной медицины. Вторым компонентом питания кара-курчинцев были поджаренные корни кендыря (Trachomitum Woodson) – травянистого растения семейства кутровых, для которых характерно наличие млечного сока и которые также считаются медициной абсолютно несъедобными для человека и даже ядовитыми (из-за строфанта). Из молодых побегов тростника, особенно метелок его в восковой спелости, кара-курчинцы вываривали густую массу, сладковатую на вкус. Таким образом, вся их пища состояла из *неплотного,* малокровного, лимфаторазреженного субстрата животного происхождения и такого же *неплотного* растительного сырья. Что же касается химического состава их пищи, то она состояла из легко усваиваемых белков и легких крахмалов. Таким образом, система питания была вполне стройная, ибо, как это было доказано только в начале 80-х годов нашего века, хлеба требует только жировое, основательное белковое и кислорастительное питание.

Пример кара-курчинцев имеет принципиальное значение. Он говорит о том, что питание человека может быть каким угодно, но только не хаотическим, что разделение продуктов на вредные и полезные чрезвычайно условно; гораздо важнее их взаимосвязь, их гармония в биохимическом смысле, а также сила привычки к определенному питанию или определенным продуктам. Кара-курчинцы не могли есть хлеб, который им давали европейцы, – они его тотчас же выплевывали, а тот, кто съедал, отравлялся. Вместе с тем это был чрезвычайно выносливый, крепкий народ, физически хорошо сложенный и развитый. И это понятно: их система питания была естественной, тесно связана, отрегулирована с окружающей их природой, вытекала логически из нее. Отсюда еще один важный вывод: все так называемые «научные», а фактически надуманные, вымышленные системы питания, предлагаемые для разных целей (похудения, набора веса и т. п.), – являются шарлатанскими, нереальными и неприемлемыми.

КАРАМЕЛЬ. Жженый сахар (фр. *caramel,* от испанского *caramelo,* заимствованного в свою очередь из арабского и означающего «черный мед»). Карамель ныне – международное название одного из видов конфет, для приготовления которых в основном используется плавленый сахар. Карамельной пробой называют такую стадию плавления сахара, когда он начинает буреть и приобретает слегка горьковатый вкус. Такой карамельный сахар используют для подкрашивания и придания особого запаха различным напиткам, кондитерским изделиям. Карамельные конфеты всегда изготавливаются по одному принципу: начинка любого состава обволакивается плотным «панцирем» расплавленного сахара-леденца в стадии, предшествующей карамелизации. Таким образом, в карамельных конфетах не всегда и не обязательно присутствует собственно карамелизованный сахар.

КАРАСИ. Традиционное рыбное блюдо русской кухни.

Особенностью приготовления является то, что оно имеет две стадии. Вначале караси, даже самые мелкие, после чистки и потрошения панируются в муке и обжариваются на любом растительном масле до полного уплотнения панировки (иногда с мелких карасей *не снимается чешуя*), а затем вся подготовленная рыба перекладывается в глубокую сковороду, засыпается мелкорезаным репчатым луком, заливается сметаной и тушится под крышкой еще четверть часа, обычно в духовом шкафу. В результате мелкие рыбные кости становятся мягкими, и блюдо не причиняет поэтому никаких неудобств.

КАРБОВАНИЕ (от нем. *kerben* – делать насечки и польск. *karbowac* – делать нарезки или надрезать, насекать). Кулинарный прием, широко используемый в западноевропейской профессиональной кухне, особенно ресторанной, при приготовлении блюд из мяса.

Карбование состоит в том, что кусок мяса, предназначенный для натурального шницеля, антрекота или ромштекса, т. е. для зажаривания целиком на сковороде, надрезается частыми, но неглубокими надрезами, несколько наискосок к поверхности куска с одной или с обеих сторон. В эти надрезы могут быть втерты пряности (сеченый лук, чеснок, молотый перец и т. п.).

Само применение карбования делается в основном с целью смягчить консистенцию мяса, ускорить его приготовление, придать ему какой-либо дополнительный оттенок вкуса, повысить его кулинарные качества.

Карбование применяется обычно вместо отбивания мяса или наряду с отбиванием (слабым). Карбование помогает сохранить лучше в неприкосновенности внешний вид цельного мясного куска, не деформируя его, как это бывает при отбивании, и одновременно добиваясь того же кулинарного эффекта, т. е. смягчения консистенции мяса. Применяется обычно к жесткому мясу (старому, малоупитанному), но может использоваться и вне зависимости от качества мяса, просто как улучшающий пищу прием.

Карбование противоположных сторон мясного куска ведется обычно в противоположных направлениях, т. е. если сверху наклон надреза идет справа налево, то снизу он должен идти слева направо.

Улучшение консистенции наступает в результате нарушения связи волокон и прожилок на поверхности мяса. Поэтому чем чаще и глубже нанесены на мясо карбы (надрезы), тем мягче будет его консистенция в готовом виде. Однако карбы по глубине не должны превышать 2–2,5 миллиметра с каждой стороны, т. е. быть действительно «царапинами», а не разрезами.

КАРБОНАД (фр. *carbonnade,* от лат. *carbo* – уголь). Так называют приготовленную особым образом свинину для сравнительно длительного хранения. Название произошло от того, что в прошлом тушение паром или сухим теплым воздухом, требующееся для приготовления карбонада, могло производиться только при помощи угля, на спокойном угольном жару. Другим непременным условием для приготовления карбонада является наличие скороваркого вида мяса. Поэтому карбонад можно приготавливать либо из свиной вырезки, либо из телятины, либо из свиного мяса. Во всех случаях мясо предварительно зачищается от пленок, но слой жира обязательно сохраняется. Затем создается плотная панировка мукой, иногда покрытие редкой тканью вместе с мукой или покрытие эмульсией, в составе которой имеются соль, пряности (перец), селитра, пищевые красители. Для лучшего проваривания карбонадам придается форма узкого продолговатого цилиндра или бруска, соответствующего размерам и сечению естественной вырезки, если карбонад приготавливается из других частей туши (в таких случаях в торговле карбонад называют «шейкой»).

КАРКАДЕ (*Hibiscus Z., Tea karkade,* носит также ряд других названий: гибискус, бакум, африканская мальва, суданская роза, «напиток фараонов»). Растение семейства мальвовых, подсемейства гибисковых. Распространено в тропиках, в верховьях Голубого и Белого Нила. Используются лепестки цветов каркаде, обладающие запахом, вкусом и способностью экстрагироваться.

Каркаде культивируется с середины XX в. также во Флориде (США), в оазисах Сирии и на Ближнем Востоке в наиболее влажных районах (приморских).

Каркаде был известен в Европе с XVIII в., но не получил применения вплоть до 60-х годов XX в.

Лепестки цветов каркаде у всех видов красные, но разных оттенков – алые, пурпурные, шарлаховые, бордовые или оранжевые с темно-вишневыми пятнами.

В высушенном виде они плотные, жесткие, темно-красные, розоватые по краям.

Напиток каркаде поступает в продажу в бумажных пакетах или в картонных коробочках по 100 г. Заваривание, указанное фирмами по аналогии с чаем, не обеспечивает правильного экстрагирования лепестков. Поэтому ряд фирм советует кипятить каркаде, что также неправильно, ибо, давая красивый цвет настоя, кипячение лишает каркаде полезных свойств.

ПРАВИЛЬНЫЙ СПОСОБ ЗАВАРКИ

10 лепестков (целых) или 2 ч. ложки (дробленых) завариваются крутым кипятком в фарфоровой чашке (пиале), которая в течение 10 минут должна стоять на конфорке газовой плиты с зажженной духовкой. Получаемый настой красивого, глубокого вишневого цвета с сахаром напоминает по вкусу вишневый сок. Заварку можно производить только один раз – лепестки каркаде полностью отдают свой сок.

КАРЛУК. См. *рыбий клей.*

КАРНЕПУРЕ (от ит. *carne* – мясо и фр. *purée* – измельченное, пюрированное). Итальянская запеканка из мяса, макарон, овощей и хлебного мякиша, разведенного молоком.

КАРП. Прудовая рыба, имеющая нежное, неплотное мясо, часто сохраняющее запах тины. Поэтому наилучшим видом приготовления карпа является тушение или запекание в духовке на сковороде под крышкой вместе с картофелем, луком, морковью и пряностями (лавровый лист, перец, укроп). Такой вид приготовления лишает мясо карпа водянистости и побочных запахов.

КАРТОФЕЛЬ. С кулинарной точки зрения продукт, дающий возможность универсального применения и имеющий множество способов приготовления. Отваривается в воде, на пару, жарится на всех видах масла и жиров, тушится и запекается во всех средах и видах посуды и даже кандируется в сахаре. Каждый новый вид обработки сообщает картофелю новый вкус, что создает возможность чрезвычайного разнообразия картофельных блюд. На вкус картофеля и его изменение помимо обработки влияет также форма его разделки: запекание и отваривание в мундире (кожуре) и целиком в чищеном виде, в форме бляшек, брусков, соломки, в виде пюре и сыротертом виде. Одно из основных качественных показателей картофеля – степень содержания крахмала: чем выше она, тем рассыпчатее сорт, тем вкуснее он. Поэтому картофель не следует мочить (мыть) задолго до приготовления, держать долго очищенным в воде, так как это ведет к вымыванию крахмала. Основное требование к блюдам из картофеля – чтобы они подавались горячими, сразу по приготовлении, иначе картофель твердеет.

Единственное ограничение при приготовлении картофеля: его нельзя совмещать с кислой средой, кислыми продуктами, так как при этом он твердеет, задерживает варку всего блюда и теряет все свои положительные качества. Точно так же нельзя оставлять и вторично разогревать блюда из картофеля. Чтобы задержать отвердение картофельного пюре при остывании, следует сдабривать его не только горячим молоком, но и яйцами, маслом (подсолнечным или оливковым), наряду со сливочным.

Это способствует сохранению и вкуса, и консистенции пюре.

КАСТРЮЛЯ (фр. *casserole,* от *casse* – яма, черпак). Кухонный прибор для варки, первоначально только из меди, введенный впервые во французской кухне в XVII в. По-немецки это слово первоначально переводилось как «сковорода для тушения». Кастрюля не употреблялась для супов вплоть до конца XIX в. (до появления эмалированной посуды). В России впервые была введена на флоте морским уставом 1720 г. Классический набор кастрюль – двенадцать входящих один в другой цилиндров диаметром от 12,5 до 25 см (т. е. от 5 до 10 дюймов).

КАСТЭРД (англ. *custard*). Яичный чай, или чай, который заваривается молоком с добавкой сырых взбитых яиц.

СОСТАВ

1/2 стакана кипятка,
1 л молока, 3–4 желтка,
2–3 ст. ложки сахара,
1–2 ст. ложки чая.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Вскипятить молоко; желтки растереть, взбить с сахаром в однородную массу. Заварить чай 1/2 стакана кипятка, выдержать 2–3 минуты, долить кипящим молоком, сильно размешать чай в чайнике ложкой, дать постоять 5 минут и быстро влить желтки, непрерывно размешивая их, чтобы они не свернулись, в течение 1–2 минут. Затем разлить кастэрд в чашки, подавать на десерт. (Можно добавить: сливки к молоку, ванилин, 10 г сливочного масла.)

КАТЫК. Кислое молоко, заквашенное культурой болгарской палочки. В отличие от простокваши (сыворотки) заквашивается после кипячения и последующего остуживания до 30–24 °С, но не ниже, катыком предыдущего дня изготовления в количестве 100–150 г на литр молока. Катык (он же – мацун, мацони, йогурт) широко употребляется и в чистом виде, и как приправа в национальных кухнях Средней Азии, Закавказья, Татарии, Башкирии.

КАЧ. Суп из заболони молодой осины (внутренняя сочная и нежная часть коры) с примесью лука, хрена, исландского мха и репы или редьки, а также клецек из ржаной муки. Был распространен в северо-восточных районах европейской части России, особенно в бассейне Вычегды, Верхней Камы, Вишеры и Печоры, а также в Зауралье. При правильном приготовлении обладает тонким ароматным запахом свежих овощей и приятным кисловатым вкусом, служит прекрасным противоцинготным средством в условиях Крайнего Севера. Неверны и поверхностны мнения, встречающиеся в художественной литературе, что «суп из осиновой коры» – признак крайней бедности местного населения при царизме. Название «кач» означает по-мансийски – «сила» (в некоторых диалектах также – «рука», «зелень», «растущий»). Наблюдая, как бобры, олени и зубры, поедая кору молодых осин, быстро жиреют, манси стали также использовать ее в пищу. По современным данным, заболонь молодой осины содержит высокий процент протеинов, аминокислот и энзимов, каталазу и пироксидазу, усиливающих обмен веществ в организме.

КАЧЕМАС. Дальневосточное (охотское, камчатское) название вяленой жирной рыбы, так называемой провесной, то есть остающейся после вяления эластичной, мягкой, нежной в отличие от насухо вяленой, называемой юкола.

КАШТАНЫ. Крупные семена каштанового дерева, содержащие очень высокий процент крахмала в сочетании с растительным маслом. В кулинарии они употребляются в национальных кухнях народов Южной Европы, Малой Азии, а также Закавказья. В пищу идут съедобные каштаны, а не конские, распространенные как декоративное дерево в среднеевропейской полосе.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ КАШТАНОВ

Приготовление каштанов довольно сложно. Вначале их надо перекалить в скорлупе на листе в духовке, затем обварить кипятком, очистить от скорлупы и отварить в молоке, как картофель, но на очень медленном огне. При отваривании в воде скорлупу не надо снимать, а сделать в ней сверху лишь крестообразный надрез, затем отварить 5–7 минут после закипания воды, слить воду, снять скорлупу и доваривать в небольшом количестве кипятка на медленном огне около получаса. Но и после этого каштаны лучше доваривать в молоке, до полной мягкости.

КВАС. Один из древнейших русских напитков. Впервые упоминается в летописи в 1056 г. (спустя 170 лет после упоминания меда). Вплоть до конца XIX в. приготавливался как слабоалкогольный напиток (2–3°) на ржаном солоде, с добавлением ароматических и пряных трав (мяты, чабреца, душицы) или ягодных и фруктовых соков (малины, брусники, яблок, груш). С переходом на фабричное производство технология была значительно изменена, что повлекло и изменение в сырье. Квас стали изготавливать из готового печеного хлеба, его остатков, из сухарей, из остатков теста и муки на хлебозаводах и т. д. В качестве солода ныне употребляют мальтозу (сироп) заводского производства. В результате производство кваса, шедшее прежде несколько суток, ныне ускорено до 5–6 часов. Для домашнего приготовления кваса используют квасной концентрат, сберегающий труд и время хозяек.

КВАЦАРАХИ. Соус из слив ткемали грузинского промышленного изготовления и рецептуры, концентрированный, в отличие от домашнего соуса-ткемали.

Очень высокого качества; выпускается в бутылках по 325 мл и 0,5 л.

КВИСЫ (происхождение неизв.). Русский профессиональный термин поварского жаргона, встречающийся в кулинарных книгах XIX в. Употреблялся для обозначения голеней птицы с тазовой костью, т. е. той части тушки, которая в 90-х годах XX в. получила в торговле название «окорочка», или «ножки Буша».

Термин «окорочка» никогда ранее не применялся в русском языке в приложении к птице и является калькой с английского. Повара в России, особенно ресторанные, употребляли термин «квисы».

КГОМОЛКА. Белорусское обозначение целого круга или головки сыра. Появилось в XVI в.

КЕКС (англ. *cakes*). Английское название различных сдобных кондитерских изделий, имеющих рассеянную начинку в виде вкраплений в тесто изюма, цукатов или орехов. Кексы – «родственники» русского кулича по своему составу, но не по технологии. Кексы ближе к бисквитам – по характеру приготовления, пропорциям муки, яиц и выпечке, а также по форме (в виде бруска, а не цилиндра). Кексы выпекаются в толстостенной

чугунной посуде (форме) или в огнеупорной глиняной, в отличие от куличей; их структура рыхлее куличной. Тесто кексов большей частью жидковатое, текучее. Форма смазывается всегда маслом и, кроме того, выкладывается изнутри промасленной бумагой (пергаментом).

Приведу пример настоящего английского кекса, носящего название «Тысячелетний», указывающее на его древность, традиционность и способность долго сохраняться, не черствея.

СОСТАВ

200 г сливочного масла (в крайнем случае – маргарина),
200 г сахара,
4 яйца,
250 г муки пшеничной высшего сорта,
50 г цукатов,
30 г миндаля – ошкуренного, рубленого (замена его изюмом или другими орехами возможна, но нежелательна),
ваниль,
половина ч. ложки углекислого аммония (карбонат аммония).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Масло распустить, стереть добела и взбить с сахарной пудрой, а затем по одному втирать взбитые яйца, после чего постепенно подмешать муку и в последнюю очередь ввести аммоний, ваниль и цукаты. Миндаль рубленый посыпается поверх теста или втыкается целиком. Можно добавить в тесто вишни, оставшиеся от настойки, или тертые грецкие орехи. Выпекается в любой форме один час. И еще один рецепт староанглийского национального кекса.

СОСТАВ

250 г масла,
250 г сахара,
5 яиц,
375 г муки,
75 г сладкого миндаля,
250 г изюма,
100 г цукатов,
тертая цедра половины лимона и его сок.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Распущенное масло стереть с сахаром добела, по одному добавлять и стирать желтки яйца, предварительно взбив их отдельно (на это затратить минимум полчаса), затем добавлять муку, рубленые миндалины, промытый рубленый изюм, мелко нарезанные цукаты (лучше разные – апельсиновые, лимонные, айвовые, арбузные, персиковые), сок лимона, цедру и в самом конце – взбитые отдельно в пену белки. Никаких средств подъема теста в этот очень старинный кекс не добавляется, но выпечка его в форме идет на среднем огне ровно 1 час 15 минут. Спустя час надо следить по верхней корке, чтобы кекс зарумянился ровно, не подгорел. В крайнем случае, если время не истекло, прикрыть влажным листком белой бумаги и менять его.

КИВИ (англ. *kiwi*). Европейское торговое и кулинарное наименование дальневосточного плодового растения, т. н. китайского крыжовника, принадлежащего к плющеподобным, лиановым и обладающего плодами величиной с крупную сливу, покрытыми тускло-коричневой кожицей, поросшей мельчайшими волосиками (щетинками); издали киви можно принять за мелкую картошку.

Возделывается главным образом в Китае и других странах Дальнего Востока, а также акклиматизировано в Европе (Франция, Италия, другие страны Средиземноморья) и в Новой Зеландии. Именно Новая Зеландия является основным поставщиком товарного киви в мире, в том числе и в нашу страну. Популярность киви в Европе объясняется тем, что это «зимний фрукт». Его ввоз из Новой Зеландии начинается с ноября и продолжается до апреля – мая, так что самый «бесфруктовый» период года заполняется свежими фруктами, причем фруктами не позднего хранения (как, например, яблоки), а свежими, поступающими «с ветки» и обладающими сочной, вкусной мякотью ярко-зеленого цвета. Сок киви тоже зеленый и дает основу для изумрудного по цвету ликера «Киви».

С 1992 г. киви впервые стали ввозиться в Россию и поступили на рынки (в магазины) Москвы, Петербурга и Киева (а также других столиц стран ближнего зарубежья). Поскольку с этим продуктом наш потребитель совершенно незнаком, а киви весьма дорогостоящи, при покупке следует обращать внимание на то, чтобы фрукты были доброкачественны.

Это значит: они должны быть сухими, шершавыми, ровно окрашенными в светло-коричневый цвет, без пятен, не выглядеть помятыми, влажными или слишком темными; быть не только упругими, но и способными при легком надавливании восстанавливать свою форму, как резиновые; иметь сильный приятный аромат (быть не перезрелыми). Киви, не обладающие ароматом, – испорчены.

Самое лучшее – покупать немножко недозрелые киви, с зеленоватой кожицей. Тогда они легко дозревают при комнатной температуре за сутки-двое. Хранить зеленые киви можно не более двух дней и только в овощном отделении холодильника. В этом случае их можно употреблять, заранее вынув из холодильника за один час до подачи к столу.

Употребляют киви так: на одном конце фрукта делают крестообразный надрез острым ножом на глубину 2 мм, затем отворачивают (снимают) кожицу, как перчатку, и берут мякоть чайной ложечкой, как яйцо всмятку. Киви нарезают дольками во фруктовые салаты, в торты (в качестве накладки сверху), употребляют в компоты, в маседуаны, в виде добавок в мороженое – то есть как изысканный десерт, понемногу. Киви, таким образом, является акцентирующей, яркой, ароматной добавкой, служит в качестве фруктово-кондитерской приправы (вроде кокосового ореха), а не как основной продукт.

КИСЕЛЬ. В кулинарии этот термин имеет два значения:

1) Русский кисель – кисловатое, полузаквашенное студенистое блюдо из различной муки – ржаной, овсяной, пшеничной (реже) и гороховой. Приготовление основано на вымывании из муки клеящих, крахмалистых частей, их разбухании и слабом заквашивании при длительном выстаивании в условиях умеренного тепла с последующим завариванием в плотную студенистую массу, разрезаемую на порции ножом. Такой несладкий, кисловатый или кислый кисель (ржаной, овсяный) едят с *сытой*, то есть с разведенным теплой кипяченой водой медом. Гороховый же кисель едят с мясным бульоном или мясной подливкой.

2) Ягодно-фруктовые кисели – сладкие блюда западноевропейской кухни, приготавливаемые на основе соков или отваров ягод и фруктов с добавлением к ним сахара (или меда) и завариванием картофельного (или кукурузного) крахмала. Такие сладкие кисели используются как третьи блюда, а также в качестве подливок к другим видам десерта. Консистенция этих сладких киселей непостоянна: она целиком зависит от вкуса изготовителя и может легко варьироваться в зависимости от доли внесенного крахмала. В западноевропейской практике приняты густые кисели (1 столовая ложка крахмала на 1 стакан воды). В русской же кухне приняты кисели средней густоты (2 чайные ложки на 1 стакан). В Прибалтике приготавливают жидкие кисели на базе компотов, вместе с фруктами и ягодами. Такие кисели носят название *фруктовой каши.* Кисели из красных, кислых сортов ягод – клюквенный, красносмородиновый, черничный – по-русски едят с молоком. Густые кисели, к сожалению, малоизвестные у нас, требуют, во-первых, чистых натуральных соков (а не фруктовых отваров) и, во-вторых, повышенной доли сахара, чтобы компенсировать пресный вкус крахмала. Их можно делать многослойными, заливая поверх остуженного слоя новые, изготовленные из других сортов ягод или фруктов. Такой кисель и по виду, и по вкусу гораздо привлекательнее обычного, но его надо подавать нарезанным на пласты или в прозрачной посуде.

КИШМИШ. См. *изюм.*

КЛАЙОНЫ (фр. *clayon*). Плетенки из ивовых прутьев. В отличие от корзин они неглубоки – широкие и длинные, имеющие крышки и оплетенные так неплотно, что между прутьями сохраняются зазоры (0,5–1,5 см). Употребляются для сушки овощей в подвешенном состоянии – либо на открытом воздухе, либо под навесами.

КЛАРЕТ (фр. *clairette*). Общее название красных бордоских вин в Западной Европе, а также вин бордоского типа, производимых в других странах. Например, немецкий кларет, австралийский кларет и т. д. В Испании «кларетом» называют все красные столовые вина, без различия типа.

КЛЁК. Одно из белорусских названий огуречного рассола.

КЛЁЦКИ (от нем. *Klößchen* – комочек). Мучные изделия, употребляемые либо для засыпки в супы, либо как гарниры ко вторым мясным блюдам. Бывают и сладкие клецки, добавляемые в кисели, компоты или к сладким соусам в качестве десертных блюд.

Для всех видов клецек требуется:

1) мука или мелкая крупа любых зерновых, а также пюре овощей, содержащих крахмал (например, картофеля, батата, арроута и др.), или хлеб;

2) яйцо;

3) небольшое количество жирной жидкости: молока, сливок, растопленного масла;

4) в качестве необязательных сменных добавок – пряности, соль, сахар (в зависимости от назначения клецек).

Приготовление клецек состоит из двух операций: смешивания всех компонентов и отваривания небольших порций клецечного теста в кипящей подсоленной воде. Размеры клецек не должны превышать 1/2 чайной ложки, так как они сильно разбариваются и увеличиваются в объеме. Варка клецек идет в кастрюле, до всплытия. Клецки снимаются и складываются или в сухую посуду, слегка смазанную маслом либо жиром, чтобы они там не слиплись, или в дуршлаг, чтобы с них сошла лишняя жидкость. Обсушенные и смазанные маслом, клецки добавляются в готовые кушанья.

Вариантов состава клецек очень много, вкус – крайне разнообразен. Клецки – национальное блюдо белорусской, литовской, польской кухни. Клецки из готового белого хлеба, размоченного в молоке, называются *кнелями* и употребляются в основном в чешской и словацкой кухнях.

КЛОПС (от нем. *klopfen* – отбивать, стучать). Мясное блюдо. Приготавливается из кусков мяса размером в 4–5 см, без панировки, но обязательно слегка отбитых (отсюда и название блюда). Это мясо обжаривается и тушится с луком. В качестве подливки употребляется либо мясной сок, либо сметана. Гарнируется обычно картофелем и свежими овощами (помидорами, огурцами).

КЛОШ (фр. *cloche* – колокол). Чугунная или глиняная посуда для запекания овощей, мяса. Она имеет толстое дно, форму невысокого широкого цилиндра (иногда слегка расширяющегося кверху) и плотно прилегающую крышку. Обычная форма клошей – полусфера или срезанная часть шара, отсюда и название этой посуды.

КЛЫНДА. Белорусская каша из льняного семени, прошедшего специальную обработку по освобождению от лузги (обдирка) и смачиванию в кипятке с последующей сушкой. Клында – древнее белорусское национальное кушанье. В современном белорусском языке *клындой* часто называют жир, сало, что связано с употреблением сала для сдабривания настоящей клынды и с полной утратой представления об этом исчезнувшем национальном блюде.

КЛЮКВА. Болотная ягода. Важный компонент блюд русской кухни, особенно древнерусской и северорусской. Клюква использовалась как приправа, создающая ароматический и вкусовой колорит – в квашениях, солениях и мочениях, в морсах, водичках, медах и в киселях, соусах в качестве приправы к мясу и дичи; позднее клюква нашла применение и в конфетном производстве. В настоящее время применяется большей частью в вареньях (как добавка и в чистом виде), а также в киселях и в виде пюре, протертого с сахаром.

КЛЯР (фр. *claire* – жидкий). Точнее, кляры – обволакивающие полужидкие продукты, эластичные панировки, применяемые для покрытия рыбы, овощей, фруктов, птицы, мяса, грибов с целью более быстрого обжаривания.

Состав кляров варьируется, но почти всегда в них входит мука, яйцо, вода, а также кое-какие добавки – соль, пряности, масло, молоко. Искусство приготовления кляров состоит в правильной дозировке соотношения воды, муки и яиц и особенно в том, как смешиваются эти компоненты. Важен порядок соединения, а также раздельное взбивание белка



и желтка. Высокое качество кляров достигается лишь практикой.

КОВРИГА. Круглый хлеб ручной формовки (коврига ржаного хлеба, коврига пшеничного хлеба). В некоторых областях России ковригой иногда называют круглый толстый ломоть хлеба, отрезанный «во всю ковригу», то есть по диаметру.

КОВРИЖКА. Крупный, даже скорее гигантский «пряник», то есть изделие из пряничного теста размером до 1–1,5 м в длину и до 1 м в ширину, иногда составленное из двух половинок. Высота коврижки 6–10 см, при условии, что она состоит из двух наложенных друг на друга половинок с промазкой между ними повидлом, вареньем.

Вес коврижек иногда достигает одного пуда и более. Помимо обычных компонентов пряничного теста в тесто коврижки иногда добавляют орехи (миндаль), изюм или цукаты. Как и все пряники, коврижка обязательно глазируется сахарной белой или розовой глазурью сверху.

Крупные размеры коврижек обеспечивают легкость ее транспортировки (по сравнению с рассыпными пряниками), прекрасную сохранность в свежем незачерствевшем виде длительное время и удобство отпуска покупателю в любых угодных для него разновесах и количествах. Главными центрами производства коврижек в России были Городец (на Волге) и Москва.

КОВРИЖНЫЙ СТОЛ. Угощение в доме невесты в то время, когда она, жених и друзья, а также основной состав приглашенных на свадьбу уезжают для совершения свадебного обряда (то есть на венчание или в загс). Коврижный стол устраивают родители невесты для той категории родных и знакомых, которые по какой-либо причине не могут быть приглашены на свадьбу или не хотят присутствовать на ней.

Название «коврижный», то есть хлебный, отражает не состав пищи за этим видом застолья, а более низкий ранг коврижного стола по сравнению со свадебным столом. Иногда, правда, бывает, что за коврижным столом собирается *большинство* и *лучший состав* приглашенных, а за свадебным остается меньшинство. Это обычно случается, когда родня невесты находится в оппозиции к холостому окружению жениха и не желает, чтобы оно «сопровождало» его и после женитьбы.

КОЖА, КОЖИЦА, КОЖУРА. Название внешних уплотненных оболочек животных и растительных продуктов, отношение к которым в кулинарии разных народов далеко не однозначно. Например, свиная кожа от сала, шпига используется как самостоятельный продукт и блюдо в китайской, кампучийской кухнях, а кожа домашней птицы (кур, индеек) и дичи (фазанов, куропаток) выбрасывается как вредная во всех национальных кухнях Ближнего и Среднего Востока. Кожица овощей, как правило, отвергается всеми кухнями, причем во французской кожица снимается с фруктов, в то время как во всех других странах фрукты отваривают целиком.

Таким образом, общих правил нет, но следует иметь в виду, что в коже (кожице, кожуре) концентрируются не только полезные, но и многие вредные вещества, например: металлы и их окислы, большинство фосфорсодержащих соединений, главная часть которых откладывается, правда, в костях, а также другие специфические соединения (соли, эфиры), попадающие в животные и растительные организмы из внешней среды.

КОКУРОК или **КОКРОК.** Пшеничные хлебцы, долго не черствеющие, которые брали с собой бурлаки на Волге, отправляясь в путь. В восточных областях России (Заволжье) так называли пирожки из пресного теста с картошкой. На Урале *кокурочка* – пышка, а на Дону *кокурма* – ватрушка.

КОЛЬЕРЕТКА (от фр. *collerette* – воротничок). Дополнительная этикетка, наклеиваемая не на цилиндрическую основную часть бутылок, а на их горлышко или, вернее, «плечики» и содержащая какое-либо уточнение или пояснение относительно качества напитка (вина, водки, коньяка, ликера и т. д.), например, «Выдержанный», «Марочное», «Экстра» и т. п.

Наличие кольеретки уже само по себе свидетельствует о более высоком классе продукта, ибо таких наклеек нет на ординарных напитках. На экспортных товарах всегда есть кольеретки, содержащие дополнительную рекламную информацию. В то же время безалкогольные напитки и пиво иногда снабжаются только одними кольеретками, без основной этикетки: так поступают с серийными фруктовыми водами, приготовленными на *эссенциях* (см. с. 968), где достаточно одного лишь наименования: «Апельсиновая», «Яблочная», «Грушевая» и т. д., что означает одновременно и название напитка, и основную эссенцию, идущую на его производство. То же самое относится и ко всем категориям светлого пива, выпускаемого по единой технологии. На кольеретках в таких случаях пишут: «Жигулевское» (Москва), «Жигулевское» (Петербург), «Рижское» (Рига), «Рижское» (Таллин), «Рижское» (Москва), то есть обозначается лишь сорт и место производства, без указания на сам продукт, поскольку кольеретка серийных, массовых, ординарных напитков не обязана включать всю ту информацию, которая присуща основным *этикеткам* (см. с. 968).

КОЛЬРАБИ. Вид овощного растения, родственного капусте, у которого кочерыжка составляет основную массу, а листья фактически отсутствуют. Кольраби чрезвычайно полезный продукт. Употребляют ее в супы как капусту, но в мелко нарезанном виде, соломкой. Сырую кольраби применяют в тертом виде (только на мелкой терке) как салат, без иных добавок.

КОМПОТ. Жидкое фруктовое десертное блюдо: смесь разного состава отваренных в подслащенной воде (жидком *сиропе* – см. с. 879, 918, 921) фруктов (свежих или сухих). Компоты бывают трех видов: *маседуаны* (см. с. 866), собственно компоты и узвары. В маседуанах отварные свежие фрукты и частично неотваренные кусочки свежих цитрусовых или ананасов смешиваются с небольшой частью отдельно приготовленного из других фруктов и остуженного густого сиропа, например вишневого или клюквенного. Узвары – это компоты, где гуща сухофруктов и сахар преобладают, а воды очень мало, и она уваривается в ароматный сироп, но все варится недолго и на крайне медленном огне.

КОНСОМЕ (фр. *consommé*). Крепкий, сильно уваренный бульон из мяса или дичи, иногда «двойной», то есть мясной бульон, сваренный на костном бульоне. Применялся в прошлом главным образом во французской и русской ресторанной кухне. В современной же кухне консоме считаются вредными, так как содействуют накоплению холестерина в организме. В современном ресторанном понимании консоме – крепкий и сильно посоленный бульон с пирожком.

КОНЬЯК (фр. *Cognac*). Виноградный натуральный спирт, полученный методом дистилляции и многолетней выдержки. Строго говоря, название «коньяк» присвоено только коньякам французского происхождения. Коньяки, получаемые в других странах, могут называться так только в пределах собственной страны, а при экспорте за границу обязаны переименовываться в бренди. Все коньяки, и французские, и иностранные, различаются по месту своего происхождения, то есть по областям или районам, где возделывается коньячный виноград. Отсюда и наши названия коньяков – армянский, грузинский, молдавский. Другое важное отличие, по которому оцениваются коньяки, это количество лет выдержки. Коньяки до двух лет выдержки называются во Франции *арманьяками,* и в этом случае время выдержки не указывается. Выдержка от 3 до 5 лет обозначается на этикетке соответствующим числом звездочек.

По международным правилам для всех старых коньяков приняты буквенные латинские обозначения:

10–12 лет выдержки – V. O.
12–17 лет выдержки – V. S. O.
20–25 лет выдержки – V. S. O. P.
35–40 лет выдержки – V. V. S. O. P.

Эти инициалы расшифровываются так:

V – very (очень)
S – superior (чрезвычайно)
O – old (старый)
P – pale (светлый, седой как лунь).

В России в 30–90-е годы были приняты свои буквенные обозначения для коньяков, производимых на территории СССР:

КВ – выдержанный, т. е. 6–7 лет
КС – старый, т. е. 10 лет
ОС – очень старый, т. е. свыше 13 лет.

Кроме того, коньяки (бренди), обладавшие собственными названиями и не имевшие на этикетках буквенных обозначений, должны были иметь гарантированную выдержку:

«Лезгинка» – 6–7 лет
«Юбилейный Дагестана» – 8 лет.

Крепость коньяков обратно пропорциональна срокам их выдержки. Так, арманьяки имеют крепость 51–52°, пятилетний коньяк – 43–45°, а тридцатилетний – 37°. Сорокалетние уникальные коньяки имеют порой крепость 32–33°, зато обладают сильным ароматом. Иногда на импортных французских коньяках, на этикетках, имеется слово *bois* (лес) с определениями – премьер-буа, дёзьем-буа, фен-буа, бон-буа и т. д. Это означает, что виноградники были разведены на месте вырубленных буковых лесов, что служит указанием на особое качество аромата данного коньяка. Особым видом коньяка является также коньяк фирмы «Хеннеси» с пометкой – «возвращено из Англии». Эти коньяки специально «катали» на пароходах через Ла-Манш и обратно, чтобы они лучше плескались в бочках и смывали бы с них дубовый аромат. Такие коньяки относятся к наивысшей категории.

КОРНЕТЫ (от фр. *cornet* – воронка). См. *шприц кондитерский.*

КОССОЛЕТТИ (от ит. *casella* – домик и *cassotto* – будка). Блюдо французской парадной кухни, представляющее собой фарш ракообразных (крабов, лангустов, омаров), запеченный в «домике», а точнее – в «сундучке» из приготовленного особым образом вермишелевого теста. Вермишель, которая идет на это «тесто», сохраняет свою фактуру и после варки и обжаривания, и «сундучок», или «хижина», становится похожим на сделанное из прутиков изделие. Коссолетти требуют очень длительного приготовления и фактически вышли из употребления за последние 50–60 лет. Это один из ярких примеров отмирания ряда вкусных, но трудоемких блюд XVIII–XIX вв. из-за снижения уровня поварской квалификации во всех странах Европы в XX в.

КОТЛЕТЫ (фр. *côtelette,* от *côtelé* – ребристый). Первоначально «котлетой» называли лишь натуральный кусок мяса, отрезанный вместе с реберной костью. Распространение получили в основном «свиные отбивные котлеты». С конца XIX и особенно с начала XX в. котлетами в России все чаще стали называть изделия из молотого мяса, из фаршей, которые в немецкой кухне назывались «мясными кнелями», а в старой русской – «битками» и приготавливались из рубленого мяса.

Во французской кухне натуральные отбивные котлеты до сих пор носят название *côte,* то есть ребро, а то, что мы называем котлетами из молотого мяса, – *фрикаделями* (см. с. 943), они имеют форму небольших шариков. На Востоке такие круглые котлеты издавна назывались «кюфтой», в странах Балкан котлеты носят наименование «кифтелуце».

КОФЕ (от арабского «кахва»). Зерна кофейного дерева, богатые ароматическими веществами и алкалоидами, в основном кофеином. Родина кофе – Южная Аравия (Йемен) и Эфиопия. Там и поныне – лучшие сорта кофе (*мокко* – искаженное Мекка; *арабика*). Дикорастущие леса кофейного дерева распространены в Африке, на Мадагаскаре. Однако основные поставщики кофе на мировой рынок – страны Южной Америки (Бразилия и Колумбия дают 60 процентов кофе на мировой рынок), куда кофе был завезен и культивирован европейцами. Эти сорта кофе по своим биохимическим показателям хуже настоящего африканского и арабского кофе. Лучший кофе из Латинской Америки поставляет Коста-Рика, на втором месте по качеству – колумбийский, а самый массовый, среднего или даже худшего качества – бразильский.

Оценка кофе как пищевого продукта претерпела за его многовековую историю ряд изменений. В странах арабского Востока, в Передней Азии кофе всегда оценивался положительно как стимулирующий, сильный, но *безвредный* напиток. В Европе кофе чрезвычайно ценился до XVIII в., когда в основном определились кофейно-потребительские зоны: Южная и Северная Европа, Польша, Австрия, Германия, – в противоположность чайным: Англия, Россия. В конце XVIII

и особенно в XIX в. против кофе и чая были выдвинуты резкие возражения как якобы вредных напитков. Эти возражения были начисто лишены научных аргументов, и причиной их была конкурентная политическая и экономическая борьба. В XX в. были сделаны попытки объективной научной оценки чая и кофе путем наблюдения за потребляющими эти продукты людьми. Это привело к полной реабилитации чая уже к 20–30-м годам как в высшей степени полезного, безвредного напитка и к усилению сомнений относительно кофе как значительно более возбуждающего нервную систему, и в первую очередь головной мозг, по сравнению с чаем. Сравнение химического состава обоих продуктов подтверждало, казалось, этот вывод: кофеин как алкалоид был гораздо сильнее теина чая. Однако все эти выводы были глубоко неверными, ибо делались механически (путем сравнения равных весовых количеств чая и кофе в чистом виде в лаборатории) или субъективно (путем опроса потребляющих чай и кофе людей), но совершенно без учета основных факторов: исследования самого напитка с точки зрения его правильной заварки. То есть с точки зрения того, что же *фактически* выходит в кофейный раствор в каждом отдельном случае. Мои многолетние наблюдения за качеством кофейного раствора в разных странах, в разных сочетаниях и у разных людей показали, что существует порой гигантская разница между кофейной заваркой одного и того же количества кофе в случае изменения условий заварки. Следовательно, вопрос о том, полезен или вреден кофе, зависит исключительно от того, как произведена заварка, то есть что фактически экстрагируется из кофе в каждом отдельном случае. При этом обнаружилась известная аналогия с чаем: усиление режима заварки, попытки выжать из кофе больше экстрагируемых веществ, усилить нагрев – вызывают выход в раствор нежелательных фракций алкалоидов с той только разницей, что кофе гораздо чувствительнее к нагреву, чем чай, и что доза вредных алкалоидов при неправильной заварке кофе гораздо больше, чем при неправильной заварке чая, причем если в чае имеется сигнал об этом в виде неприятной горечи, то кофе такого вкусового сигнала не дает, в результате чего ошибочная заварка не воспринимается субъективно как таковая.

Другим фактором, ведущим к усилению отрицательного воздействия кофе на организм, является европейская привычка употреблять его с молоком, причем всегда разбавляя кофе молоком или даже кипятя их вместе; в этом случае происходит такая коагуляция, которая в целом затрудняет пищеварение. Поскольку распространение питья кофе с молоком и сливками относится лишь к концу XVIII – началу XIX в. и было «изобретено» в Вене, понятно, отчего отрицательные явления, связанные с потреблением кофе, были зафиксированы именно в этот исторический период.

На Востоке же никогда и никто не употреблял кофе с молоком за весь тысячелетний период его применения как напитка. И там поэтому на крепкий кофе жалоб не бывает.

Что же требуется для правильного заваривания кофе? Во-первых, как и для чая – ***мягкая вода,*** свободная от солей и иных примесей. Во-вторых, очень плавный нагрев и очень краткий, практически измеряемый долями секунды момент вскипания, но не завершения этого закипания. Практически это достигается только при наличии специального оборудования для кипячения кофе: ***турки*** – сосуда с толстым дном, конусообразной формы, изготовленной из настоящего металла (меди или серебра, но не из сплавов), и жаровни, т. е. поставленного на огонь плиты металлического (железного) ящика, наполненного речным песком с мелкой галькой, куда и помещаются турки. Песок в жаровне раскаляется заранее, за несколько часов. Это оборудование обеспечивает бесконтактное с огнем, но быстрое и сильное прогревание сосудов и находящегося в них кофе. Само заваривание должно происходить в следующем порядке. В турку заливается кипяток или холодная вода, насыпается молотый кофе и кладется небольшое количество сахара, призванного также затормозить процесс вскипания и одновременно сделать его заметным. Малейшее появление на поверхности пены, а вернее, взбухание, незначительное посерение поверхности кофе в турке – является сигналом готовности кофе: он практически не успевает зримо проявить свое кипение и кипит лишь внутри сосуда. Такой кофе – абсолютно безвреден для сердечной деятельности (до 6–8 чашек в день) и мягко-стимулирующе действует на нервную деятельность. Как и чай, правильно заваренный кофе – сильное противоядное средство (антидот) от большинства ядов, особенно современных – угарного и углекислого газа, сероводорода, бензиновых, керосиновых и нефтяных (мазутовых) паров.

Пример кофе говорит о том, что необходимо отрешиться от распространенного за последние десятилетия механического, «суеверного» представления о вредности или полезности продуктов, взятых изолированно в их «спокойном» состоянии. Все зависит от кулинарной обработки этих продуктов, от нашего с ними культурного, правильного или же безграмотного, нарушающего исторически проверенные традиции обращения. Кофе родился на Востоке, и поэтому иное приготовление его, кроме восточного, просто абсурдно. Оно не только не дает нужного эффекта, но часто приводит к прямо противоположному (отрицательному) результату. Но при чем же здесь сам кофе?

«КРАСНАЯ РЫБА». Традиционное русское бытовое и кулинарное обозначение всей совокупности осетровых и лососевых рыб, прошедших ту или иную кулинарную обработку (соление, копчение, вяление, отваривание). Красная рыба делится в торгово-кулинарном отношении на три класса: осетровых, лососевых и белых лососевых (или розовых).

К первому классу относятся все осетровые, обитающие в бассейнах Каспийского, Черного морей (белуга, севрюга, русский осетр, осетр дунайский, бестер, стерлядь, шип, осетры сибирский и амурский).

Ко второму классу – балтийские и беломорские лососи (лох, семга, лосось финляндский, кумжа) и все лососевые Тихоокеанского бассейна (кета, горбуша, чавыча, нерка, сима).

К третьему классу – белых или бело-розовых лососей – относятся нельма, белорыбица, таймень, кижуч, из которых самая нежная – каспийская белорыбица, а самая грубая по свойствам мяса – кижуч.

Сиги, омуль и муксун, как правило, до XX в. в число красной рыбы не включались, хотя по своим вкусовым свойствам близки ей, а биологически относятся к тому же семейству лососевых. Однако биологические и кулинарные критерии не совпадают.

Обработка осетровой и лососевой красной рыбы дает различные в кулинарно-гастрономическом отношении продукты: *рыбу горячего копчения* (севрюгу, осетрину), считающуюся наиболее ценным гастрономическим продуктом, *рыбу холодного копчения* (балык, тешу, т. е. соответственно спинку и брюшко осетровых рыб), а также *бок белужий и осетровый,* имеющий как холоднокопченую, так и горячекопченую разновидности.

Лососевая красная рыба дает наиболее ценные гастрономические продукты, когда она подвергается *солению* или холодному копчению. Нежнейшее мясо при слабой солке крупной солью дают лосось балтийский (лох), семга беломорская, печорская и особенно нельма и белорыбица. Продукты холодного копчения, более грубые по консистенции, получаются из кеты, горбуши, чавычи, нерки. Горячему копчению из числа лососевых практически подвергается только горбуша, что связано главным образом с невозможностью сохранить поступающие на переработку огромные партии рыбы в течение краткого периода путины, если не прибегать к такому быстрому способу ее презервации, как горячее копчение.

Красная рыба во всех своих видах традиционной обработки (горячее, холодное копчение, вяление) дает готовый продукт к холодному, закусочному столу.

Вместе с тем из красной рыбы в отварном виде (из свежих и мороженых фабрикатов) получают самые изысканные виды ухи, особенно из осетровых рыб. Из лососевых же правильнее в кулинарном отношении варить не уху, а рыбный суп, т. е. добавлять обязательно в рыбный бульон не только лук, морковь, картофель и перец, но и другие овощи и пряности (петрушку, сельдерей, укроп, лавровый лист), а также обязательно хотя бы одну-две столовые ложки крупы (рисовой, перловой, овсяной), ибо при варке лососевые рыбы способны придавать бульону не совсем приятный запах и вкус, если они обветрены, и этот неудобный вкусовой акцент может быть поглощен только при введении в бульон мучных или зерновых компонентов (круп, клецек, вермишели).

КРАХМАЛ (от нем. *Kraftmehl* – крепкая, сильная мука). Мучнистое, сильное клеящее вещество ряда растений. В кулинарном и кондитерском деле применяют чаще всего картофельный, пшеничный и кукурузный крахмал, причем последний наиболее нежный. Крахмал идет для загущения киселей, фруктовых каш (кисель, в котором сок заваривается вместе с фруктами), а также как добавка в лапшу (треть или четверть по отношению к пшеничной муке), в кондитерские изделия – печенье, торты, рахат-лукум. В соединении с другой мукой крахмал повышает хрупкость и жесткость изделий. В составе киселей усиливает их вязкость и безвкусность. Поэтому чем выше доля крахмала, тем больше должно быть употреблено пряностей, сахара, тем выше должно быть качество и концентрация фруктового сока, чтобы компенсировать отрицательное действие крахмала на вкус. В китайской, корейской и японской кухне крахмал вводится в горячие мясные, рыбные или овощные жареные блюда в конце приготовления для ускорения жарения и искусственного увеличения ломкости и «хрустящего эффекта» жареной пищи.

КРЕМ. Термин, применяемый для обозначения разных по составу кулинарных и кондитерских изделий. 1. Начинка в шоколадных конфетах, состоящая из шоколада, масла и сливок. 2. Покрытие тортов и пирожных (сливочным кремом). 3. Прослойка и наполнитель слоеных тортов и пирожных, трубочек, сдоб (яичный заварной крем). 4. Густые взбитые сливки для кофе по-венски и венских сдоб. 5. Десертные блюда (фруктовые, фруктово-яичные и фруктово-масляные кремы). 6. Кулинарные кремы из мяса и дичи (отварное провернутое филе, взбитое со сливками), употребляемое для оформления, отделки и придания акцента вкуса супам или вторым блюдам.

КРЕНДЕЛЬ (нем. *Krengel,* от *kringeln* – сгибать, скручивать). Хлебные и мучные кондитерские изделия из сдобного теста, различных размеров, вкуса и консистенции, но обладающие характерной изогнутой формой, напоминающей восьмерку или сдвоенный венок. Крендельками могут называться и мелкие печенья, если они обладают той же формой.

КРЕПИНЕТ (фр. *crépinette,* от *crépir* – выскабливать). Голуби или перепелки, зажаренные целыми тушками на рашпоре или гратаре (решетках) над углями (не выше 10 см над слоем углей). Иногда крепинетом называют и ложножареных «голубей», то есть мясной фарш, завернутый в сальник и также приготовленный на рашпоре. Отсюда впоследствии всякий фарш, обернутый в листья капусты, получил на русском языке наименование «голубцов», то есть изделий, похожих по методу приготовления на «голубей».

КРИСТОФЛЕ. Любое сухое или столовое красное вино (например, кахетинское), вскипяченное с пряностями и сахаром, а затем остуженное на льду.

На 0,5 л вина – 100 г сахара, щепотка корицы, два-три бутона гвоздики, 3–4 горошка черного перца, кардамона.

КРОКЕТЫ (фр. *croquette,* от *croquer* – хрустеть, грызть). Изделия из молотого мяса, рыбы, картофеля или круп величиной с грецкий орех, сливу, голубиное яйцо, обжаренные в перекаленном масле и панированные чаще всего в муке. Наиболее распространенным видом крокетов являются комбинированные мясо-крупяные или рыбно-картофельные. Крокеты могут быть и чисто мясные или картофельные. Во всех случаях крокеты подаются либо с гарниром, либо в специально приготовленном для них соусе, хорошо сочетающемся с их составом: грибном, томатном, мясном и т. д. Соус этот обычно загущают мучной подболткой или приготавливают как заварной крем. Крокеты могут быть изготовлены как сладкое блюдо: рисовые крокеты во фруктовом креме или соусе.

КРОМЕСКИ (фр. *cromesquis*). Блюдо южнофранцузской кухни.

Суть его приготовления состоит в том, что основной продукт (например, рыба, ливер, овощи) измельчается на небольшие равные кусочки, которые отвариваются и обжариваются, затем соединяются с каким-либо дополняющим продуктом – рыба с грибами, овощи с яйцом – и вместе завариваются с густым соусом (яичным, сметанным, масляным) в плотную массу, которая при остуживании способна застывать. Из этой массы делаются шарики или кубики, которые панируются, снова обжариваются и подаются как закуска к супам, в основном к бульонам.

КРУЖОК ТЕЛЬНОЙ. Русское национальное блюдо из комбинации филе разных рыб, чаще всего парами, например: судак и щука, ерши и окуни. Цель такого кулинарного приема: сделать блюдо вкуснее путем прибавления к менее вкусному мясу более вкусного.

Так, в указанных выше комбинациях обычно берут две щуки на одного судака или десяток ершей на одного крупного окуня.

Филе очищается от костей, как *тельное* (см. с.469, 932), и в рубленом виде равномерно перемешивается с луком.

Приготовление аналогично *тельному.*

Было распространено в XVII в., позднее постепенно забыто.

КРУПЕНИК. Запеканка из крупы, чаще всего гречневой или манной, смешанной с творожно-яичной смесью и смазанной сверху маслом. В качестве подливки к крупенику используют мясной соус или сметану.

КРУПНИК (белорусское *крупеня*). Блюдо польской и белорусской кухни, крупяной суп особого приготовления.

БЕЛОРУССКУЮ КРУПЕНЮ делают на мясном бульоне из ячневой крупы, которую разваривают в жидкую кашицу, заправляют салом и маслом, уваривают до консистенции киселя, а затем заправляют отдельно сваренными овощами с густым овощным отваром, а также творогом и свежей зеленью петрушки.

ПОЛЬСКИЙ КРУПНИК приготавливают из перловой крупы, сваренной на овощном бульоне, а затем уваренной также до состояния кашицы. Эту кашицу вливают при непрерывном помешивании в смесь из 5–6 желтков и стакана сметаны и слегка подогревают ее, добавив по полстакана мелко нарезанного зеленого лука и петрушки. Сметанно-яичная смесь должна быть очень тщательно взбита.

КРУСТАДЫ. Особые хлебцы-закуски к супам, которые приготавливаются из продуктов, подходящих к данному супу, с добавкой хлебного мякиша. Крустады употреблялись большей частью к бульонам, с целью повысить их сытность. К бульонам крустады необходимы, хлеб не может их заменить. Наиболее распространены были крустады из хлеба, картофеля и риса. Приготовление крустадов не подчинялось никакой общей схеме, каждый вид крустадов готовился по-своему. Так, крустады к борщу готовили из хлеба и теста, которое замешивали на молоке, яйцах и рубленом луке. В это тесто обмакивали размоченный в молоке хлеб и быстро обжаривали в подсолнечном масле или сале. Картофельные крустады делали из картофельного пюре, смешанного с замоченным в молоке хлебом и яйцом, и из такого плотного теста-конгломерата нарезали пластинки, которые также обжаривали в масле. Наконец, рисовые крустады делали из хорошо сваренной, сухой рисовой каши, которую растирали в плотное тесто и формировали из него (с добавкой сала) крустады, даже не обжаривая, а лишь дав застыть.

Крустады, приготовленные более сложно, с добавкой рыбы, грибов, лука, петрушки и пряностей, могут служить совершенно самостоятельным блюдом – сытным и вкусным, несмотря на простоту продуктов, входящих в их состав. Крустады – прекрасный пример того, как обработка, а не сырье обогащает, варьирует и даже порой способна создать заново вкус обычного продукта: картофеля, риса, рыбы, хлеба. Не случайно крустады оказались забыты, потому что с ними много возни при ручном труде. Но на крупных предприятиях общественного питания, при использовании механизмов взбивания и приготовления пюре, крустады легко могут быть приготовлены при минимальном количестве времени. Как вкусное, дешевое и «новое» блюдо они достойны возрождения, особенно сложные крустады.

КРУТОНЫ (от фр. *croûton* – горбушка). Десертные блюда, комбинированные из хлеба и сладких фруктов (засахаренных или сваренных в сиропе), в которых хлеб служит одновременно и основанием (фундаментом, на который кладут часть персика, абрикоса или лимонного цуката, *цитроната* (см. с. 951), и компонентом, оттеняющим вкус и усиливающим сытность блюда. Кроме того, крутоны – эффектны, красиво смотрятся, зрительно «увеличивают» размеры кушанья, что также небезразлично, когда имеется небольшое количество редких фруктов, а надо разделить их на несколько человек. Так, например, достаточно всего три персика, чтобы накормить десертным блюдом 6 или даже 12 человек. Персик разрезается пополам или на 4 части, и каждая долька кладется на основание из хлеба, повторяющее ее конфигурацию. Для этого белый, сдобный или даже черный хлеб хорошего качества, например бородинский, замачивается в подслащенном молоке со взбитым яйцом, слегка обжаривается, посыпается сахарной пудрой или смазывается яичным кремом, а затем поверх накладывается отваренная, маринованная, взятая из варенья или свежая долька абрикоса или персика. Достаточно одного ананаса, чтобы сделать 8–12 крутонов – по числу долек.

КСЕНЬ. Древнерусское (до XVIII в.) название блюд из рыбьей печени. (Ксени белужьи пресно-просольные, ксени осетровые сухие.)

КУБЕБА. Вид перца, растущего в Индонезии и Южной Индии и отличающегося наряду с обычным для всех перцев жгучестью особым тонким ароматом и охлаждающим эффектом наподобие мяты. Кубеба используется, как и другие перцы, в качестве приправы в блюда национальных кухонь Юго-Восточной Азии, а также во французской кухне. Однако основное использование в Европе кубеба нашла в ликероводочной промышленности. Кубебой ароматизируют различные водки, из наших водок – перцовку, куда кубеба входит наряду с красным и черным перцем.

КУВЕРТ (фр. *couvert* – покрытый чем-либо). Ресторанный термин для обозначения полного столового прибора (ножи, ложки, вилки, тарелки, бокалы, салфетка) на накрытом столе. «Накрыть стол на 12 кувертов» означает – приготовить полностью накрытый стол на 12 персон.

КУГЕЛЬ. Национальное еврейское блюдо: лапша с гусиным жиром, залитая взбитыми яйцами.

КУКУССУ. Национальное блюдо алжирских арабов, приготавливаемое из кукурузной муки, как и мамалыга, но затем

обжариваемое на бараньем сале и разводимое куриным бульоном с добавлением зелени пряных овощей: лука, петрушки, сельдерея, а также пряностей – чабера, перца, куркумы.

КУЛАГА. Русское национальное сладкое блюдо. Существует в двух вариантах: настоящая кулага с калиной и кулага ягодная по-белорусски.

Настоящая кулага приготавливается из ржаного солода, ржаной муки и калины, без всяких добавок сладких пищевых продуктов: сахара, меда. Солод разводят кипятком, дают настояться 1 час, затем закладывают вдвое большее количество ржаной муки, замешивают тесто и дают ему остыть до теплоты парного молока (28–25 °С), после чего заквашивают ржаной хлебной коркой и после закисания теста ставят в протопленную печь (русскую) на несколько часов – обычно с вечера до утра (то есть на 8–10 часов). При этом посуду плотно закрывают и замазывают тестом для полной герметизации. Кулага создается в процессе сдержанного брожения без доступа воздуха со слабым нагреванием. В результате образуются особые ферменты, богатые витаминами группы B_2, B_6, B_{12} и B_{15}, которые и создают в сумме с токоферлами, возникающими в процессе дрожжевого брожения, и с активными витаминами калины (С и Р) поразительный эффект «вселечащего» продукта. Недаром кулага применялась для пользования от любых болезней – простудных, нервных, сердечных, почечных, желчекаменных, печеночных, неизменно давая отличный эффект. Одновременно кулага обладала исключительным, сдержанно сладковато-кисловатым приятным вкусом. Но и вкус, и лечащий эффект были результатом совершенно особых условий приготовления, а не состава сырья.

Кулага белорусская приготавливается намного быстрее и проще, без солода, в результате смешения 100 г ржаной муки с лесными ягодами (любыми, причем в смеси – земляника, черника, брусника) и небольшим количеством сахара или меда (стакан сахара или 1–2 столовые ложки меда). Затем смесь выдерживается в печи или просто нагревается, после чего остужается. Кулага белорусская очень вкусна из-за своего ягодного состава, но не обладает действием настоящей кулаги и далека от ее вкуса.

КУЛЕБЯКА. Вид закрытого мясного, рыбного или грибного пирога, наиболее почитаемого в русской кухне.

Термин происходит от глагола *кулебячить*, т. е. валять что-либо руками, мять, гнуть, сгибать, складывать, лепить тесто. Таким образом, этот глагол полностью охватывает все процессы, которые происходят при выделке кулебячного теста, требующего особых усилий и особой тщательности, без которых изделие не будет высококачественным. Часто встречающееся в популярных изданиях объяснение, что кулебяка – это испорченное немецкое *Kohlgebäck*, т. е. капустная выпечка, – абсолютная чушь, искусственно выдуманная басня, противоречащая не только хронологии, но и кулинарной логике. Кулебяки вовсе не капустные пироги, а в первую очередь – сложные и, во-вторых, преимущественно мясные и рыбные, грибные.

Кулебяка чаще всего имеет форму батона – длинного, узкого и высокого пирога. Такая форма была придана кулебяке с XVIII в., так как гарантировала наилучшее пропечение многослойных кулебяк; она удобна для нарезки, особенно при массовом изготовлении и торговле, когда каждому обеспечивается равноценный кусок кулебяки. Поэтому кулебяка такой формы принята в основном в ресторанах, в то время как домашние кулебяки могут иметь любую форму и размеры.

Тесто кулебяки – дрожжевое, сдобное, на опаре (минимум 40 г дрожжей на 1 кг теста) – должно быть после выпечки не толстым, но достаточно прочным, чтобы сдерживать большой слой (или слои) начинки. Поэтому надо избегать замешивать тесто на молоке. Чтобы получить настоящее русское кулебячное тесто, надо обязательно класть в него почечное говяжье сало с небольшим количеством подсолнечного масла и вливать для замеса не одну только воду, но и мясной бульон. Кроме того, между слоями начинки кулебяка должна иметь блинчики-прокладки, выпеченные заранее и вложенные в кулебяку до ее выпечки. Начинка кулебяк всегда сложная и строится на базе какого-либо одного главного пищевого сырья – мяса, рыбы, грибов, капусты, к которому подстраиваются все другие компоненты начинки: рис, крутые яйца, лук, вязига.

Наиболее распространенные начинки кулебяк: мясо и рис с рублеными яйцами и луком; капуста свежая, жаренная с крутыми яйцами, луком и грибами; каша гречневая с луком и красной рыбой; рыба и рис с визигой и луком.

КУЛЕШ. 1. Редкая мучная каша с салом. Белорусское национальное блюдо. 2. Пшенная кашица со шкварками и луком. Украинское и южнорусское блюдо.

КУЛИС (фр. *coulis* – крепкий бульон). Вид приправы, употребляемый к первым и вторым блюдам. Приготавливается из небольшого количества высококачественных мясных или рыбных продуктов и в концентрированном виде добавляется в небольшом количестве для аромата к блюдам за 5–7 минут до их полной готовности.

Так, например, рыбный кулис приготавливают из небольших кусочков ценных пород рыбы, которые вместе с пряными овощами (луком, петрушкой), маслом и небольшим количеством рыбного бульона разваривают в сотейнике до состояния густой соусообразной массы. Для усиления аромата к этому рыбному кулису прибавляют все, что хорошо сочетается с рыбой: грибы, морковь, перец, лавровый лист.

В результате получается ароматная подливка, не имеющая в то же время характера соуса, то есть не наполненная клеющими и загущающими продуктами – мукой, яйцами. Поэтому в отличие от соуса кулис не виден, когда им сдабривают блюдо: хороший кулис должен как бы «войти», раствориться в блюде, передав ему свои ароматические и вкусовые качества. Так, концентрированный рыбный кулис вливают за 5 минут в кастрюлю с уже полуготовой отварной рыбой и прогревают на очень слабом огне: рыба доходит за это время до полной готовности, а кулис впитывается в нее. Таким образом можно придать сому вкус осетрины, если кулис делался из осетрины, обычному отварному мясу придать вкус дичи, если его проварить (прогреть) с кулисом из дичи, и т. д. Кулисы применяются в основном в ресторанной кухне и во время крупных, массовых парадных обедов на несколько сотен и даже тысяч человек, когда надо придать аромат и вкус редких продуктов большому количеству рядового сырья, сделав это так, чтобы

потребитель имел полную иллюзию того, что он ел именно чистое высококачественное блюдо без всяких маскирующих приправ, вроде соусов. Кулис, таким образом, является своего рода противоположностью соусу, который «выпирает», существует как ярко видимая, подчеркнутая приправа к кушанью, в то время как кулис осуществляет такую маскировку и приправу скрытно, за кулисами. Отсюда и название этой высококачественной приправы.

КУМПЯК. Сырой, неприготовленный окорок, предназначенный для изготовления ветчины или буженины. Название употребляется в Белоруссии и у русских уроженцев Литвы и Латвии. Связано с литовским словом «кумпис» – окорок.

КУНДЮМЫ (кундумы, кундюбки). Вид пельменей, но наполненных не мясом, а грибами и отличающихся технологией изготовления. Кундюмы не отваривают после лепки, а обжаривают до образования легкой корочки, а затем, сложив в глиняный горшок и залив грибным густым отваром и сметаной, тушат в закрытом виде в печи или в духовке 20–25 минут. Бывают кундюмы с яичной или растительной начинкой (щавель, рубленые крутые яйца, рис). Могут после жарения вместо тушения просто отвариваться в растительных и грибных бульонах.

Кундюмы – замена пельменей в постном, монашеском столе. «Изобретение» православных церковных кулинаров. «Ответ» церкви на языческие пельмени в XVI–XVII вв.

КУПАТЫ. Особый вид пресервированных сырых колбас, нуждающихся в кулинарной обработке. Изготавливаются в Закавказье, поступают в торговую сеть и общественное питание. Приготовление купат состоит в отваривании их в кипятке (до всплытия или в течение не более 3–4 минут), а затем в обжаривании на сковороде в масле. Обжаривать купаты без предварительного проваривания не рекомендуется. После проваривания купаты следует проткнуть вилкой, выпустить излишнюю жидкость и газы, снять пленку и обжарить в масле с луком и овощами.

КУРНИК. Пирог с курицей или индюшатиной. Распространен был в Южной России, особенно среди донского и кубанского казачества. Применялся как свадебный пирог и на территории остальных областей России. Курник бывает обычно круглой формы (в отличие от всех других несладких пирогов). Начинка (рубленое отварное куриное мясо) обжаривается вместе с рассыпчатым рисом, луком и мелкосеченными яйцами. Добавляется перец, петрушка, лавровый лист. Пирог делается глухим, полностью закрытым сверху, часто двух- или трехслойным. Тесто употребляется дрожжевое сдобное, но часто бывает и слоеное содовое. Выпекается курник без формы при дрожжевом тесте и с формой при недрожжевом.

КУРЫ. Домашняя птица, широко используемая для приготовления закусок, первых и вторых блюд и имеющая ряд кулинарных категорий. (См. *каплун, пулярка, цыплята.*)

Общей особенностью приготовления куриных блюд является их относительная легкость, особенно при наличии легковарких сортов куриного мяса (бройлеры, пулярки). Обычным, рядовым видом приготовления считается простое отваривание, дающее и бульон, и мясо для вторых блюд.

Нежелание варьировать куриные блюда, возиться с ними, когда легко можно получить и первое, и второе при минимальной затрате времени и при полном отсутствии кулинарных навыков, приводит обычно к тому, что все куриные блюда не только выходят «на одно лицо» по форме своей обработки, но и имеют один и тот же специфический «куриный» запах, который быстро приедается и делается даже непереносимым.

Однако основная причина «куриного» запаха у блюд из курицы – это плохая, неряшливая обработка сырья, тушки птицы, поэтому надо обращать особенное внимание на предварительную подготовку.

Во-первых, необходимо производить опаливание, какой бы обработанной ни казалась купленная курица. Опаливать лучше на газовой плите или спиртовке.

Во-вторых, нужно находить в тушке птицы и тщательно вырезать те места, которые концентрируют «куриный» запах – это гортань, зобный мешок (кожа от него), надзобные, горловые железы и кожа, петушиные шулята и особенно наколенные кожные покровы, суставы и хрящи, которые следует непременно удалять.

В-третьих, надо обязательно вводить в куриный бульон пряности – в первую очередь лавровый лист, лук, петрушку, а также такие овощи, как морковь и картофель, которые способствуют ликвидации специфического запаха и вкуса.

При жарении куриного мяса следует использовать фольгу, обильно осыпанную солью, лучше всего крупной. Кроме того, целесообразно раздельное приготовление частей курицы, т. е. использование ее костей, крылышек и кожи исключительно для супов, а мясных частей тела – ножных ледвей и грудки – для жареных блюд.

КУС-КУС (фр. *couscous*). Национальное блюдо берберов и арабов стран Магриба (Северной Африки) и Сахары, распространенное также у ряда африканских народов южнее Сахары. Кус-кус состоит из манной крупы и пшеничной муки, то есть по своему составу из одинаковых продуктов, и приготавливается следующим образом: на специальной доске, имеющей небольшую вогнутость и напоминающей плоское корыто, напыляется мука, на которую высевается ситом манная крупа и разбрызгивается очень немного воды, почти незаметно для глаза. Затем обеими руками делаются вращательные движения по поверхности доски до тех пор, пока манные крупинки не превратятся в катышки наподобие дробинок, причем в процессе приготовления несколько раз напыляется мука и разбрызгивается вода из пульверизатора. Каждая партия дробинок ссыпается в кастрюлю и вновь приготавливается следующая партия на той же доске. Когда необходимое количество крупинок готово, они отвариваются на пару, в салфетке, и подаются с разными острыми приправами, чаще всего с перцем, карри, томатным или иным соусом.

КУТЬЯ. Восточнославянское обрядовое (новогоднее) блюдо, состоящее из зерновой основы (риса или овса, полбы, целой, недробленой пшеницы) и сладкой добавки (меда, цукатов, изюма, засахаренных вишен (на Украине). Обе части кутьи приготавливаются отдельно: зерновые отвариваются в рас-

сыпчатую, сухую кашу, обильно сдабриваются маслом (сливочным), иногда небольшим количеством сливок. Затем вводится сладкая часть: мед, изюм, чуть распаренный в горячей воде и обсушенный, пряности. После соединения всех компонентов кутью прогревают в течение 10 минут в глиняном горшке.

КЫРЛЫК (*Polygonum tataricum Gcertn*). Татарская гречиха, или татарка, – мелкая, полудикая разновидность культурных сортов русской гречихи; татарка иногда занимает компактные массивы в Южной Сибири, на Алтае, как дикое растение, но чаще сопутствует посевам ржи как сорняк.

Кулинарные качества татарки проявляются следующим образом: кырлычная каша, т. е. каша из дикого или культурного зерна татарки, по питательности, усвояемости и вкусу ничем не отличается от гречневой обычной каши. Она лишь имеет несколько иной аромат, привкус, отнюдь не неприятный, но непривычный вначале.

Как и чистое гречневое зерно европейских форм гречихи, татарка дает плотную и влажную муку, совершенно неспособную образовывать подъемное тесто. Поэтому татарку в еще меньшей степени, чем обычную гречиху, используют в тестяных и булочных изделиях. Так, например, муку татарки следует избегать добавлять в блины, в которые идет по рецептуре обычная гречневая мука.

Поскольку татарка растет часто вместе с рожью, то в ржаную муку иногда попадает примесь кырлычной муки, что резко отрицательно влияет на всхожесть ржаного теста, приготовленного из такой муки. Хлеб (черный) из такой муки с примесью кырлыка невкусен, клейковат, образует закал, а иногда может быть и вовсе не пригоден для еды.

КЮФТА. Кулинарное изделие ряда восточных кухонь (турецкой, среднеазиатской, иранской), приготавливаемое по типу *крокетов* (см. с. 177, 850) французской кухни, но большей величины – с небольшое яблоко.

В отличие от крокетов кюфту отваривают, а не обжаривают, и к тому же она обязательно содержит какой-нибудь сушеный плод (сливу, алычу, абрикос), вокруг которого и обволакивают фарш (комбинацию из отварного риса, сырого бараньего фарша и лука). Кюфту подают с различными растительными острыми, пряными соусами и приправами или вместе с бульоном, в котором ее отваривают.

КЯТА (гата). Армянское национальное кондитерское изделие в виде больших слоеных лепешек, имеющих десяток разновидностей, в зависимости от района, в котором живут армяне. Так различают кяту ереванскую, карабахскую и др. Все они отличаются друг от друга только внешним оформлением (защипом, рисунком поверхности), расположением оболочки и начинки и соотношением основных компонентов (муки, сахара, масла, яиц), но сохраняют единый состав продуктов, обладают одинаковым вкусом и различаются только некоторыми особенностями аромата (ваниль, корица, кардамон) и консистенции.

Главная особенность кяты как изделия в том, что ее оболочка и ее начинка приготавливаются из одних и тех же продуктов, но оболочка превращается в тесто, а начинка представляет собой простое соединение сухой муки и сахарной пудры, перетертых с маслом без добавления жидкости (воды, молока).

Приведу рецепт карабахской кяты.

СОСТАВ

Опара.
250 г воды,
250 г муки,
10 г дрожжей.

Тесто.
750 г муки,
300 г сахара,
200 г масла,
5 яиц.

Начинка.
600 г муки,
300 г сахара,
350 г масла,
7 г соли,
0,1 г ванильного сахара.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Поставить опару на 2 часа выдержки.
2. Замесить тесто, соединить с опарой, выбить его 10 минут, оставить на полчаса.
3. Приготовить начинку, тщательно растирая все компоненты.
4. Тесто раскатать в блин, насыпать в середину начинку толщиной в 0,5 см, перекрыть ее краями «блина», раскатать до 0,3 см, положить на противень швом вниз.
5. Выпекать 30 минут: 15 минут на умеренном и 15 минут на слабом огне.

- Л -

ЛАБАРДАН или **ЛАБЕРДАН** (от искаж. голландск. *Kabeljau*). Название, которым голландские рыботорговцы обозначали крупные экземпляры исландской трески от 10 до 40 кг и длиной от 1 до 1,5 м. Крупные размеры таких рыбин диктовали особенности их обработки и хранения. Во-первых, сразу после вылова их помещали на несколько дней в крепкий соляной раствор, а затем слегка обсушивали, сильно прессовали и упаковывали в бочки крупными, ровными кусками.

Блюда, приготовленные из такой трески в ресторанной кухне европейских стран в XIX в., получали название «кабельяу», а в России – лабардан.

Перед приготовлением лабардан обязательно отмачивался от соли. В связи с развитием в XX в. производства свежемороженого филе из трески, а также сушеной трески (стокфиш), необходимость в выпуске лабардана отпала. Поэтому современные блюда из трески не только именуются иначе на своих национальных языках в каждой стране, но и технология их приготовления резко изменилась. Напоминанием о существовании лабардана является тем не менее бессмысленное отмачивание… мороженой трески, лишенной соли. В результате из рыбы уходит в воду жир, белок, рыбий сок – т. е. самые полезные вещества.

ЛАВАНДА (белорус.). Варенье из черники с небольшим добавлением ржаной или овсяной муки, подмешиваемой уже после готовности варенья, непосредственно после окончания его варки, когда оно еще не успело остыть. Относится к древней полесской кухне.

ЛАВРАК (греч. – прожорливый). Балканское название вторых блюд из щуки, вошедшее в международную кулинарную литературу и в меню, а также в художественную литературу. «Нам подали тушеного лаврака, сильно наперченного и начиненного какой-то зеленью» – так переведено название блюда, звучащее по-русски как «щука тушеная с овощами». Встретив в ресторанах Болгарии в числе русских блюд «суп из лаврака по-казацки», наши соотечественники и не подозревают, что следует читать: «уха щучья донская».

ЛАГМАН. Блюдо среднеазиатской кухни, по-видимому китайского происхождения. Имеет узбекскую, таджикскую и дунганскую разновидности, отличающиеся незначительными вариациями.

Лагман состоит из мясо-овощной (основной) части – ваджи (*кайлы* – см. с. 671–673, 837–838) и лапши. Последняя в лагмане играет роль главного отличительного признака. В дунганском (так называемом настоящем лагмане) применяется только тянутая, а не резаная или катаная лапша. Использование в лагмане макарон, вермишели и т. п. изделий промышленного производства позволяет лишь внешне имитировать это блюдо, но совершенно изменяет его характер.

Ваджу (кайлу) и лапшу готовят раздельно, а затем соединяют в блюдо. Лагман подают в глубоких касах, а не в тарелках, располагая слои поочередно: слой лапши, слой ваджи, сверху заливают *катыком* и посыпают укропом и кинзой.

ПРИМЕРНЫЙ СОСТАВ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ЛАГМАНА.

Для лапши:
0,5 кг муки,
1 яйцо,
150 мл воды,
1/2 ч. ложки соли.

Для ваджи:
0,5 кг баранины,
200 г растительного масла,
2 картофелины (крупные),
2 моркови,
1 редька,
1 свекла,
1 стручок сладкого перца,
100 г капусты,
4 луковицы,
4 помидора,
1 головка чеснока,
1 стакан зелени кинзы,
по половине ч. ложки черного и красного перца.

(О приготовлении ваджи (кайлы) см. *кайла.*)

ЛАЗАНКИ (от ит. *lasagne* – широкая лапша и польск. *lazanki*). Изделие итальянской кухни, изготавливаемое из того же теста, что и лапша, но нарезаемое крупными прямоугольниками, причем фабричные лазанки обычно гофрируются и похожи поэтому на шиферную кровлю. Отвариваются как лапша, но затем запекаются в духовке с различными добавками (мясной фарш, сыр, творог, крутое яйцо, жареный лук), наподобие запеканок. Сдабриваются после готовности маслом или сметаной, в зависимости от состава и личного вкуса. От запеканок их отличает то, что начинки в них расположены не слоями, а перемешаны «хаотически», но в то же время равномерно. При указании этого блюда в меню всегда должно упоминаться на втором месте содержание начинки: лазанки с сыром, лазанки с луком и т. д.

ЛАМАНЦЫ. Название двух разных изделий западнославянской кухни.

1. ЛАМАНЦЫ СЛАДКИЕ.

Приготавливаются из пресного теста (мука, вода, растительное масло), которое раскатывается, как лапша, но не разделывается, а подсушивается целым листом в духовке. Разлом листа (сочня) в сухом виде облегчается линиями, намеченными по тесту чертой или накалыванием (разметка идет на крупные квадраты размером в стандартное печенье). Жесткие после сушки квадраты ламанцев помещают (вертикально!) в жидкую смесь меда, сахара, мака (или толченых орехов) на 5–7 минут, не допуская их намокания. Смесь должна быть горячей, ее разводят обычно кипятком. Ламанцы подают к столу теплыми. В холодном виде они много теряют.

2. ЛАМАНЦЫ СОЛЕНЫЕ.

Приготавливаются по тому же типу, как и предыдущие, но с существенными различиями. Состав теста иной (мука, пиво, сливочное масло, соль, тмин). Сочень раскатывают до 2 мм толщиной, нарезают ромбами и густо накалывают. Выпекают в духовке в течение 5–7 минут на умеренном огне. Ламанцы соленые подают к пиву, бульонам, пивным супам польской, литовской, чешской и словацкой кухонь.

ЛАНГЕТ (от фр. *languette* – язычок). Тонкий и не особенно широкий (языкообразный) ломоть мяса, который отбивается слегка и после панировки обжаривается. Дополняется любым гарниром, в зависимости от вкуса. Блюдо ресторанной кухни. Получило распространение в XX в. как одно из наиболее легких по изготовлению и поддающихся стандартизации блюд. В советской кухне лангеты были известны как готовое блюдо и полуфабрикат с середины 50-х годов.

ЛАНСПИК. Поварской термин для обозначения выпаренного до состояния желе бульона (мясного, куриного, рыбного), остающегося при этом прозрачным и ароматным, сохраняющим полный вкус продукта, из которого он приготовлен. При приготовлении ланспика используются, кроме бульона, овощи (морковь, лук, петрушка, сельдерей), *пряности* (перец, лавровый лист), соль, уксус, гольё (соответствующее бульону), желатин, оттяжки (взбитые яичные белки). Ланспик готовят исключительно в *открытой* посуде, чтобы бульон

не превратился при выпаривании в клей, и при *закрытой* кухне, чтобы избежать тяги воздуха, вызывающей помутнение бульона при концентрации. Эти особенности приготовления, а также резкое изменение в технологии блюд за последние полвека потеснили из массовой практики ланспик, прежде любимый «инструмент» поваров для исправления кулинарных ошибок. Но в ресторанной кухне ланспик все еще сохраняется. Им исправляются: потеря свежести супов после их многократного подогревания, утрата аромата первых и вторых блюд, внешние изъяны при оформлении эффектных жарких, и что особенно важно – с его помощью совершенно устраняются пригорелости. Ланспик хранят как консервы, в герметически закрытой посуде, в холодильнике и используют для быстрого применения.

ЛАПЕНЯ (белорус.). Зеленый холодный суп или густой зеленый салат из отваренной и охлажденной зелени. Лапеню традиционно едят весной, когда появляются первые молодые побеги лесных и полевых трав: крапивы, сныти, лебеды, щавеля, борщевика. Их берут в равных частях, мелко шинкуют, бланшируют или слегка отваривают, после чего приправляют сметаной или простоквашей и едят как первое холодное блюдо.

В Польше и Литве лапени делают несколько проще: из молодой свекольной ботвы, щавеля и лебеды. Заправляют сметаной, а иногда и яйцом.

ЛАПОНИК. Белорусское название разливной ложки, половника.

ЛАПША. Распространенное блюдо из обычной муки и пресного теста (в отличие от сходных по составу и употреблению вермишели, макарон, спагетти, приготавливаемых из муки твердых пшениц). Лапша входит в национальные блюда всех народов, населяющих земли от Балкан до Японии. Быстрота, легкость приготовления, хорошая сохранность в сухом состоянии, возможность использования в самых разнообразных блюдах и пищевых сочетаниях обеспечили лапше прочное и длительное существование в течение тысячелетий.

Главное технологическое отличие лапши то, что она приготавливается из катаного теста, уплощенного. Тянутая лапша очень редка, и она принципиально близка уплощенной. Отсюда главное достоинство лапши – тонкость раскатки или растяжки. Только это свойство и качество отражается на консистенции и вкусе блюда. Наоборот, тонкость нарезки – несущественна, особенно при очень грубой раскатке.

ЛАСКОСЕРДСТВО. Древнерусское название десертных блюд, лакомств, что означает «приятные сердцу», «милые душе». Этот термин сохранялся с X по XIV в. С XV в. стал чаще употребляться другой термин – «заедки» (до конца XVII в.). В 1652 г. был введен впервые термин «десерт», получивший полное признание и распространение лишь в XIX в. В XVIII в. наряду с ним употреблялся также термин «постолье» (т. е. после стола, в конце обеда), так как сладости, лакомства, чай, а позднее и кофе, было принято «вкушать» не там, где проходил обед, а в другом – гостином помещении, там, где гостя угощали, так сказать, на еще более высоком уровне.

«ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО». Продукт (а точнее – полуфабрикат), принадлежащий к «таинственным», «загадочным», «экзотическим» изделиям китайской кухни. О виде, вкусе и применении «ласточкиного гнезда» существует масса неверных и противоречивых сведений. О его составе обычно не сообщается ничего определенного. Даже в кулинарных книгах «ласточкиным гнездом» порой называют блюдо, в то время как это – вид продукта, который может входить составной частью в разные блюда, служить добавкой к ним. «Ласточкино гнездо» принадлежит к разряду блюд из морепродуктов, наравне с морским гребешком, трепангом, каракатицей, медузой. На голых скалах некоторых островов Южно-Китайского моря, где нет ни травинки, ни глины, ни песка, один из видов ласточек – саланганы – использует в качестве «строительного материала» молодь тонких, длинных, как проволока, морских рыб, типа сайры, у которой нет еще костей, гирлянды морских икринок на морской капусте и других съедобных водорослях, которые, соединенные птичьей слюной, высушиваются до состояния камня под палящим солнцем и морским ветром. Этот идеальный (без костей, полезный) рыбно-растительный продукт, слегка очищенный со всех сторон, и представляет собой полуфабрикат, не портящийся годами. Куски «ласточкина гнезда», залитые кипятком и выдержанные 5 часов (воду меняют), способны увеличиваться в объеме в 8–12 раз (в зависимости от процентного соотношения рыбы и водорослей). Для дезинфекции, очистки от камешков и других примесей «ласточкино гнездо» обрабатывают еще окисью бария Ba $(OH)_2$, дающей щелочную реакцию. Затем несколько раз промывают в холодной и теплой воде. Его добавляют в куриный бульон, в котлеты (фрикадели) из куриного мяса или придают овощам и другим гарнирам. Внешний вид «ласточкина гнезда» напоминает половину пиалы диаметром 6 см. Цвет – беловато-желтоватый, полупрозрачный (высший сорт), серый, красновато-серый и черный.

«Ласточкино гнездо» считается высшим по стоимости пищевым продуктом: фунт его ценится в 500 гонконгских долларов!

ЛАФИТ. Французское красное вино бордоского типа из округа Медок, получившее распространение в России в последней трети XIX в. как один из основных видов импортного вина. Виноградники Лафит в 1868 г. были куплены Ротшильдами, обусловившими свой заем царскому правительству обязанностью России импортировать лафит, причем в довольно значительных количествах. Это обстоятельство способствовало тому, что слово «лафит» через прессу и главным образом через виноторговую сеть стало известно в самых широких народных кругах и в конце концов превратилось в синоним всякого заграничного дорогого вина.

ЛАФИТНИК. Название, которое простой люд дал во второй половине XIX в. округлым винным рюмкам в отличие от граненых конусообразных водочных, делавшихся из толстого стекла, с тяжелыми, устойчивыми ножками. Название дано по имени распространенного «барского» красного вина – лафита. Лафитник – термин, который не обозначает меру объема. Его смысл – в указании на функциональность прибора, из которого пили вино. Смысл наименования был, однако, вскоре утерян. Уже с конца XIX и в начале XX в. лафитником

называли всякую рюмку (независимо от формы) из тонкого, дорогого по понятиям того времени стекла, а тем более рюмки, снабженные украшениями.

В XX в. лафитник – это уже всякая дорогая рюмка, в том числе и хрустальная; в настоящее время это название употребляется редко людьми старшего поколения для обозначения любых рюмок небольших, «аккуратных» размеров, на низкой ножке. На самом же деле лафитник, если уж употреблять это название, имеющееся лишь в русском языке (но не указанное ни в словаре В. Даля, ни в советском академическом (4-томном), ни в этимологическом словаре М. Фасмера),– это рюмка средних размеров, из тонкого стекла, тюльпанообразной формы. Именно такие рюмки предназначены для красных вин.

ЛЕБЕДА. Как пищевое растение известна с глубокой древности. До XIX в. специально разводилась в садах, ею засевались большие участки наряду со злаковыми посевами. Еще древнегреческий врач Гален подметил, что лебеда способна «питать, придавать сытость» наравне с животными продуктами. Позднее было открыто значительное содержание в лебеде протеина. Лебеда не имеет ни запаха, ни вкуса, что делает ее идеальным компонентом любых пищевых сочетаний, которые она не изменяет.

Основное применение *лебеды* и сходной с ней *мари* (которую, кроме ботаников, никто от лебеды не отличает) – подмесь ее в ржаную и пшеничную муку, что, кстати, придает хлебу повышенную питательность, лучшую пропекаемость и сохранность. В настоящее время это главное применение лебеды забыто совершенно, как и использование семян лебеды для получения каш. Лебедовую кашу – лебедянь – едят с молоком и яйцом, по вкусу она близка к гречневой. В России основным районом производства лебедовой крупы была Нижегородская губерния и прилегающие к ней области Среднего Поволжья.

В связи с тем что лебеда как однолетняя культура сравнительно быстро утрачивает элитные свойства, особенно если не вести правильных севооборотов и не удобрять землю, южноевропейские (французские) сорта лебеды и мари, завозимые в Россию в XVIII в. в помещичьи имения, одичали спустя век. К тому же применение лебеды натолкнулось на предубеждения темных людей, которые не отличали садовой лебеды и мари от дикой. Все это, при отсутствии отечественной селекционной работы, привело к полной утрате культуры зерновой лебеды в России.

Между тем именно лебеда, не подверженная воздействию засухи, была на протяжении столетий буквально спасительницей многих народов Европы от голода в периоды неурожаев. Об этом свидетельствуют названия лебеды на французском и английском, где она сравнивается с Орлеанской Девой по своему значению и носит имена Прекрасная Дева (по-французски) и Добрый Генрих (по-английски). Кстати, и на русском языке лебеда также названа в честь спасительницы – Царевны Лебедь, известной всем по сказке о царе Салтане. Но эта связь была утрачена в народном сознании уже в начале XVII столетия, когда после шведско-польской интервенции и Смутного времени многое было потеряно в русской национальной жизни. Только весьма распространенная фамилия Лебедев – в первоначальном своем произношении Лебедёв или Лебедов – говорит о былом широком применении лебеды как пищевого сырья.

Свежая лебеда (листья растения) идет в салаты, супы, гарниры как зеленая овощная масса, подобно капусте. Но к лебеде обязательно нужны сильные ароматичные пряные добавки: перец, чеснок, лук, петрушка.

Что касается дикой лебеды, имеющей зеленый цвет, в отличие от садовой и мари (белого, т. е. светло-зеленоватого, красноватого и бордового цвета), то ее можно употреблять лишь весной и в начале лета, пока она молода, до цветения. При этом надо обращать внимание, чтобы тыльная сторона листьев имела белый мучнистый налет. Сорта лебеды дикой без налета бывают горьки или даже ядовиты.

В международной и русской вегетарианской кухне известно и такое блюдо, как котлеты из… лебеды.

ЕГО РЕЦЕПТ:

200 г мелкосеченых листьев белой лебеды,
50 г лука,
30 г овсяной крупы или геркулеса,
10–15 г жиров (масла или сала),
перец, чеснок – для сдабривания,
сухари и яйцо – на панировку.

Из этих продуктов выходит «лебедовая порция» – две котлеты по 150 г. Идеальная пища для слишком тучных!

ЛЕДЕНЕЦ. Русское название кристаллического и плавленого сахара, а также конфет из него, обычно подкрашенных пищевым красителем в яркие цвета. Название дано за прозрачность, подобную льду. Мелкие леденцы, импортировавшиеся из Франции в металлических коробках и сдобренные различными ароматическими эссенциями, а потому не похожие по вкусу на русские леденцы (подкрашиваемые карамелью и сдобренные обычно имбирем), стали называться по месту производства – графства Монпансье – монпансье или монпасье. С 20-х годов леденцы стали выпускаться в виде прямоугольных пластинок и получили название прозрачных конфет. В Средней Азии основным видом леденца был виноградный кристаллический сахар, называемый «новот», – он представлял собой разнообразные по весу и размерам октаэдрические кристаллы, иногда их колонии весом до 2–3 кг.

Популярными видами отечественных леденцов являются: «Театральные», «Прозрачные», «Мятные», «Барбарис». Не исчез кое-где и кустарный рыночный леденец: петушки, рыбки, собачки, звездочки на палочках.

ЛЕМИШКА. Украинское мучное блюдо из гречневой муки с салом, типа запеканки.

ЛЕНИВЫЕ. Эпитет, придаваемый в русской кухне ряду не связанных между собой блюд, которые отличает лишь быстрое приготовление по сравнению с другими блюдами того же типа. Так, например, ленивые щи – щи из свежей, молодой капусты, заправленные сметаной, приготавливаются быстрее обычных в несколько раз (при готовом бульоне – за четверть часа); вареники ленивые не разделываются каждый в отдельности, а большой сочень творога закатывается

в трубку и из полученной длинной «колбасы» нарезаются быстро вареники – кусочки по 2–3 см, которые отвариваются за 8–12 минут в горячей воде. При такой технологии все приготовление занимает также не более 20 минут. «Ленивые» блюда требуют при всей их несложности как раз быстроты при однообразных операциях – в этом случае выигрыш во времени получается особенно заметным. Так что название это не совсем отвечает действительному положению: эти блюда следует определять как «быстрые», а того, кто их делает, называть никак не ленивым, а… энергичным.

ЛЕПЕШКА (от глагола «лепить», а также от *лепень* – древнерус. – лепесток, лоскут). Название разных видов хлебных изделий дискообразной или блиноподобной формы по их внешнему виду (утолщенный блин разного диаметра, от 5 до 25 см). Лепешка – основная форма хлебных изделий в Средней Азии, где насчитывается около полусотни видов разных лепешек, являющихся национальным хлебом казахов, узбеков, туркмен и таджиков, киргизов. Лепешки имеют самый разнообразный состав и технологию, могут быть пресными, дрожжевыми, сдобными, печеными, жареными. Поэтому слову «лепешка» всегда должно сопутствовать определение: без него «лепешка» теряет кулинарный смысл. В Пермской области поныне даже сладкий кремовый торт, если он круглый, называют лепешкой, в то время как торт прямоугольной формы из того же самого бисквита называют «торт» или «пирог».

ЛЕЩ. Рыба, отличающаяся повышенной костистостью и резко выраженной уплощенной формой. Эти качества определяют особенности кулинарной обработки: крупных лещей разрезают со спины, вынимают хребет и крупные реберные кости, не повреждая кожу, а затем фаршируют овощами, зеленью и кашами и запекают или зажаривают. Средних лещей лучше всего запекать, не потроша и не очищая от чешуи, а лишь обсыпав солью. Мелких лещей и подлещиков, особенно костистых, лучше всего превращать в фарш, срезав плавники и выпотрошив, но также не очищая от чешуи, а срезав мясо с крупных костей вместе с кожей. При тепловой обработке такого фарша чешуйки превращаются в клейкую массу, которая облепляет мельчайшие косточки и тем самым обезвреживает их при попадании в пищевод.

ЛИ (фр. *lit* – постель). Термин французской и большинства западноевропейских кухонь, вошедший в XVIII в. и в практику русского кондитерского дела. Буквально означает «постель». Краткое указание в рецептах: сделать «ли», приготовить «ли» – дается тогда, когда надо уложить тесто или начинки слоями или сделать иной вид укладки, подобно тому, как застилается постель, – перемежая толстые и тонкие слои. Так, например, в то время как для читателя-неспециалиста необходимо долго и не всегда с уверенностью, что он поймет, объяснять, каким образом следует постепенно, накладывая один слой на другой, наглухо, укладывать основу и начинку для пахлавы-аришты и как подвертывать их вплотную к краям формы, – для кондитера-профессионала из любой страны достаточно лишь указать, что пахлава-аришта приготавливается способом «ли», и дать пропись количества продуктов. Объяснения порядка приготовления и всех приемов при таком указании излишни. Тот, кто знает значение термина «ли», правильно произведет все операции, с ним связанные, ибо понимает их смысл: любым знакомым и доступным способом сделать из многих компонентов ровные, плотно наложенные слои, наглухо закрытые, хорошо подвернутые, красиво окантованные, заправленные, как парадная постель.

ЛИВЕР (англ. *liver* – печенка). Внутренности домашних животных и птицы, идущие на приготовление. В состав *ливера* входят: почки, печень, сердце, легкие, желудок, сетка, вымя. Иногда ливер неверно называют *субпродуктом* (см. с. 928). Этот современный термин, однако, гораздо шире, чем *ливер*, и имеет совершенно иной, некулинарный смысл (продукты, от которых освобождается туша после ее заводской разделки). Пищевая и кулинарная ценность частей ливера неодинакова. *Печень* – самый ценный продукт – идет на приготовление паштетов, консервов, используется для приготовления вторых блюд, в основном жареных. *Почки* идут в супы, солянки, вторые блюда (отвариваются и тушатся). *Сердце, желудок* (сычуг, книжка), *вымя* приготавливаются путем длительной, иногда многочасовой варки, идут на приготовление рубцов, *фляков* (см. с. 942), оболянки – вторых блюд, в состав которых входят мука, овощи. *Сетка* (брыжейка) используется в русской и белорусской кухне как обертка для приготовления томленых блюд, в состав которых входят на 50 процентов каши (перепеча, няня и др.).

Ливер в целом, но без его наиболее ценных частей – печени, почек, сетки или при незначительном их количестве – идет на приготовление дешевых паштетов и ливерных колбас.

Ливер по своему пищевому качеству может расцениваться нисколько не ниже, а иногда даже и выше мяса, но он требует более тщательного и умелого, а главное – более дифференцированного приготовления. К тому же пищевая ценность разных частей ливера «действует» избирательно: его насыщенность витамином D делает ливер очень полезным пищевым продуктом для детей, но вредным для престарелых.

ЛИЖА. Деревянная лопатка для посадки хлебов в печь. Название применяется в Белоруссии и западных районах Смоленской области.

ЛИИРОВАТЬ (иногда легировать, что неверно; от фр. *lier* – связывать). Загустить. Указание, которое чаще всего дается в рецептах при приготовлении супов, соусов, муссов и некоторых полужидких вторых блюд, например «кифтелуце» (тефтели по-молдавски), чахохбили. Лиировать можно также и в процессе приготовления отдельные полуфабрикаты, например фарш, пюре. В подавляющем большинстве случаев лиирование производится при помощи муки, яиц, крахмалов и других обволакивающих пищевых материалов, придающих какому-либо известному блюду, например картофельному пюре – новую консистенцию, вкус и даже цвет.

Лиирующие материалы никогда не должны превышать пяти процентов массы (веса) того или иного блюда, в обычный рецепт которого они не входят. В русской кухне частным видом лиирования служит *подпыл*, то есть подсыпка муки в жидковатое тесто. В случаях, если тесто при

подходе оказывается слишком разреженным или в процессе приготовления прилипает к рукам, хотя все указанное количество продуктов в него заложено правильно, его следует «подпылить», то есть посыпать тонким слоем муки доску и прокрутить на нем тесто два-три раза, повторяя подпыл. Всыпать недостающую муку ложкой в одно место нельзя: это не будет подпылом или лиированием.

Примером лиирования супов может служить введение яичного желтка в суповые бульоны в грузинской кухне. При этом нельзя влить взбитые желтки прямо в суп, а следует вначале отлить часть супа (только бульона) в отдельную чашку, развести в ней постепенно яйца, а уже затем влить лиированную смесь в остальной суп. При этом достигается не только равномерность распределения яичной эмульсии по всей массе супа, но и не происходит свертывания, заваривания яйца в горячем супе. После лиирования жидкость уже нельзя кипятить.

ЛИКЁРЫ (от фр. *liqueur* – жидкость). Крепкие алкогольные напитки с высоким содержанием спирта и сахара, приготовленные на основе спиртов с добавлением вытяжек из пряно-ароматических, фруктовых и ягодных растений (т. е. натуральных соков), а также таких ярко выраженных вкусовых продуктов, как какао, кофе, мед. Ликеры подразделяются на *крепкие* (содержание спирта – от 43° до 56°, сахара – от 30% до 60%) и *десертные* (содержание спирта от 20° до 36°, сахара – от 15% до 30%, иногда и до 60%).

Название современных ликеров обычно связано с основным сырьем, придающим им вкус, аромат или цвет: «Апельсиновый», «Ванильный», «Зверобой». Старинные ликеры называются по месту приготовления: «Шартрез», «Вана Таллин».

Первые ликеры были созданы во Франции. Например, «Бенедиктин» в г. Фекам на побережье Ла-Манша монахом дон Бернардо Винцелли в XVI в. (поэтому часто встречаются разноречивые сведения о родине ликеров: создал монах-итальянец, но во французском монастыре). Другой всемирно известный французский ликер – «Шартрез» (1605 г.), рецепт его до сих пор содержится в строгом секрете. Поэтому все иные «шартрезы», изготавливаемые в других странах, в том числе румынский «Бонифак», не повторяют французский ликер, а лишь воспроизводят его цвет и крепость («повторения» «Шартреза» включают в себя свыше десятка пряностей, но не могут воссоздать точный состав, число и вес пряностей, входящих в рецепт оригинала).

В кулинарно-церемониальном отношении ликеры являются напитками, употребляемыми либо для составления коктейлей, либо – после стола, за кофейным столом. И в том и в другом случае – в небольших количествах. Это своего рода добавки, приправы. Помимо применения в качестве напитков ликеры широко используются и в кондитерском деле (как ароматические добавки к конфетам, тортам, тесту кексов, в кремы), и также в кулинарии (при приготовлении соусов (сладких), бубертов, муссов, компотов, киселей, гурьевских каш, мороженого, желе, бламанже, кремов, используемых для сладких омлетов, соложеников, в различное сдобное тесто).

В этих случаях доза ликера обычно – 1 чайная ложка на 3–4 порции сладкого блюда или на 1 кг теста (1 л киселя, компота, крема).

ЛИМОНАД. Название большой группы прохладительных напитков, имеющих разное сырье, но приблизительно сходный аромат и вкус лимона. Лимонад – первая по времени изготовления промышленным, массовым путем фруктовая вода. Большинство лимонадов приготавливаются при помощи ароматической лимонной эссенции и лимонной кислоты, с добавлением небольшого количества сахара и незначительного процента красителя (чаще всего – моркови); вода – газируется.

Натуральные лимонады (домашние) приготавливаются из лимонной цедры, настоенной на спирту, натурального лимонного сока, кипяченой воды, небольшого количества куркумы или шафрана как красителя и сахара. Натуральные лимонады выдерживаются не менее суток на льду (в холодильнике), но не газируются.

ЛИМПОПО. Русское искаженное название хлебного супа (от финского «лейпакейто»), ставшего модным в конце XIX в. в Петербурге и распространенного в России проживавшими там финнами.

В России в это блюдо были внесены некоторые изменения: вместо воды чаще использовалось пиво, вместо сахара – мед, а само блюдо из первого (или третьего), каким оно было в шведской, финской и прибалтийских кухнях, превратилось в… напиток (использовалась лишь жидкость, а гуща выбрасывалась!). Мода на «лимпопо» продержалась около десятка лет главным образом благодаря «звучному» названию, особенно в годы Англо-бурской войны 1899–1901 гг., и сошла на нет из-за исчезновения основного сырья – кисло-сладкого хлеба (ныне близкие к нему сорта хлеба выпускаются только в Эстонии и в Петрозаводске (хлеб карельский). Однако можно использовать и бородинский хлеб. В ряде дореволюционных поваренных книг «лимпопо» указывается как экзотический напиток. Это неверно – авторов вводит в заблуждение название и неверное использование этого блюда: жидкость от супа, а не весь суп целиком, что было вызвано неумелым приготовлением (заливались непросушенные, зачерствевшие сухари, которые не размокали).

Приведу настоящий рецепт этого блюда.

СОСТАВ.

Хлеб бородинский – 1/2–1 буханка,
пиво – 1–1,5 л,
сахар – 1 1/2 стакана,
лимон – 1–2 шт.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ.

Хлеб подготовить за сутки: нарезать тонкими ломтями, высушить осторожно в духовке на слабом огне, не допуская подгорания, и сухари стереть в порошок. Подготовить жидкую часть: с лимонов стереть цедру, отжать сок, не допуская попадания косточек, залить пивом, распустить в этой жидкости сахар-песок и дать настояться несколько часов, до суток. Залить сухари жидкостью и выдержать до полного размокания сухарей и превращения блюда в однородную массу.

Соотношение между сухарями и сахаром: на один стакан сухарей – полстакана сахара.

То же блюдо можно приготовить, используя вместо пива воду (кипяток). Для лучшего размокания сухарей кипяток можно использовать и в пивном варианте.

ЛОЖКА. Самый главный и самый распространенный инструмент столового прибора у европейцев, что говорит о большом удельном весе жидких и полужидких блюд среди народов Европы. Первые ложки человечества из обожженной глины появились в эпоху неолита, примерно в третьем тысячелетии до н. э. В античное время, с середины первого тысячелетия до н. э., ложки приняли почти современную форму и изготовлялись из рога, бронзы, золота и серебра. В Северной и Восточной Европе получили распространение деревянные ложки. Первые серебряные ложки на Руси были изготовлены в 998 г. Владимиром Святославичем для своей дружины по ее требованию. В то время как Европа, а точнее, ее северо-восточная часть была родиной ложки (горячая жидкая пища была необходима в условиях суровой зимы и дождливой осени), азиатские народы не знали этого столового инструмента вплоть до своего знакомства с европейцами. В Китае палочки сохранялись вплоть до XX в. как основная принадлежность еды. Ложки же (фарфоровые) появились при дворе богдыхана лишь в XVII в.

ЛОСИНА. Мясо лося. Отличается высокой плотностью и чрезмерной сухостью, вместе с тем обладает прекрасным вкусом и ценными пищевыми достоинствами (высокое содержание белков, витаминов). Поэтому приготовление лосины ведется по особой технологии: крупными кусками, не менее 1 кг; применяется шпигование и обвертывание свиным салом, а затем томление в жаростойкой, толстостенной посуде, непосредственно в печи или в духовке в течение 2–2,5 часа (в зависимости от объема куска).

ЛОЩИЧЬЕ. Русское обозначение группы растительного пищевого сырья в отличие от овощей и фруктов. В лощичье входили, во-первых, все стручковые – бобы, горох, фасоль, маш; во-вторых, семечки подсолнуха, тыквы; в-третьих, орехи: лещина (лесные русские), кедровые, клещевина, фундук, обладающие относительно тонкой кожурой. Все эти продукты следовало перед приготовлением лущить, вышелушивать и использовать для пищи только ядро. Этот признак и послужил основанием для выделения указанных продуктов древними русскими кулинарами в особую категорию – лощичье, то есть лущеные.

ЛУИЗИН ТОРТ (торт королевы Луизы, нем. – *Luisen-torte*). Немецкое национальное кондитерское изделие в XIX в. и в начале XX в., названное в честь королевы Пруссии, проявившей патриотизм в борьбе с Наполеоном.

Приготавливается из сахарного теста с маслом, миндального теста и меренговой массы, которые последовательно составляют три коржа – три этажа торта.

Сверху торт покрывается кремом и декорируется цукатами и мармеладом. Все это обливается глазурью, приготовленной из сахара и вишневой водки (Kirschwasser), и украшается куполом из *меренги* (см. с. 870).

ЛУК. Пряный овощ, одна из основных приправ во всех кухнях мира. Без лука практически нельзя приготовить правильно ни одного блюда, за исключением сладких. Все супы, все рыбные, мясные, овощные, грибные и яичные горячие блюда используют лук. Большинство холодных блюд, закусок включают лук как дополнительный элемент. В связи с таким универсальным использованием лук издревле отбирался, дифференцировался и проходил селекционную обработку. В результате ныне имеются очень острые сорта лука – для горячих мясных блюд и супов, умеренно острые – для сдабривания рыбных и овощных блюд, сладкие – для закусочного стола, салатов и некоторые специальные виды – для сушки (мангир), маринования (алтайский лук).

Различна и форма использования лука в разных блюдах: в супах лук отваривается целиком, луковицей; в соусах и крепких бульонах – измельчается и разваривается без остатка; в салатах – нарезается колечком; для обжаривания в сложных мясо-овощных блюдах – нарезается крупными кубиками и т. д. Лук может выступать и как основа для долмы (самая широкая оболочка начиняется), и запекаться с медом, давая своеобразное лакомство. Следовательно, наряду с солью и сахаром лук является одним из трех «китов», без которых нельзя приступать к приготовлению практически ни одного блюда.

ЛЬЕЗОН (от фр. *liaison* – связь, соединение). Введение в полуфабрикат блюда связывающего, «склеивающего» пищевого продукта особым приемом.

Льезонирующими продуктами обычно являются белок яичный или взбитое яйцо целиком, желатин, трагант, гуммиарабик, агар-агар, крахмалы. Их введение в блюдо в процессе приготовления связано с определенным приемом, отдельным для разных продуктов. Так, яичный белок (или яйцо целиком) взбивается до состояния «твердой пены» и затем осторожно вмешивается небольшими порциями в массу основного пищевого продукта. Желирующие вещества (желатин, гуммиарабик и др.) вначале растворяются в холодной воде, затем процеживаются, смешиваются с основным пищевым продуктом и осторожно подогреваются на медленном огне до температуры 40–50 °С, а затем остужаются.

Крахмалы растворяются в небольшом количестве холодной воды, а затем вливаются при помешивании в кипящий основной пищевой продукт на 1–2 минуты до загустения.

Все эти различные операции охватываются одним словом: сделать льезон, льезонировать, с указанием материалов.

Например, такой рецепт – 6 антоновских яблок, 2 яичных белка, 5 столовых ложек сахара (с верхом). Яблоки испечь, отжать пюре, растереть с сахаром, льезонировать белками.

ЛЮЛЯ-КЕБАБ (дословно: шашлык из молотого мяса). Фарш, приготовленный, как шашлык, на открытом огне. Известен многим народам от Балкан до Ирана под разными наименованиями (люля-кебаб – тюркский термин).

Чтобы фарш мог прочно держаться на решетке или металлических прутьях, он приготавливается так, что половину его составляют сало и лук, при этом используется только баранина и бараний жир. Никакие иные связывающие компоненты, например яйца, не допускаются.

При приготовлении происходит частичная, а иногда и полная потеря – выплавление – жира, высокой температурой которого и достигается быстрая готовность блюда. Фарш для люля-

кебаба приготавливают в специальной мясорубке с трубкой или с приставкой-трубкой, из которой выходят «колбаски» длиной 20–25 см. После приготовления они сокращаются примерно вдвое. Все иные «люля-кебабы», имитирующие только внешний вид этого блюда, но приготовленные из другого сырья и другим способом (на сковородке), не являются таковым (люля-кебабом) ни по структуре, ни по вкусу.

ЛЮТ (от фр. *lut* – замазка). Герметизация посуды, в которой приготавливается блюдо при помощи пищевых материалов, не дающих побочных запахов и не отражающихся на вкусе блюда. Чаще всего используется для этого тесто.

Лют делают при приготовлении томленых блюд в духовке (например, раков по-белорусски, старинных полусупов русской кухни – *тавранчуков*) и при дистилляции, а также применяют в так называемых «обратных супах», жидкость в которых образуется к концу приготовления (уха по-горски).

Чтобы сделать лют, используют некрашеную хлопчатобумажную или льняную материю, закрывают ею посуду (обычно горловину горшка), завязывают и обмазывают поверх нее слоем теста. Лют при дистилляции состоит в обмазывании тестом всех стыков, щелей и зазоров в посуде и аппаратуре.

ЛЯГУШКИ. Блюдо относительно широко распространенное как в Европе (Франция, Бельгия, Дания, Болгария, Югославия, Греция, Румыния), так и особенно в Юго-Восточной Азии (Китай, Сингапур, Малайзия, Бирма, Таиланд, Камбоджа, Лаос и др.) и не являющееся ни экзотическим, ни противным. Однако оно ныне довольно дорого. Используются только «ножки», «бедрышки» зеленых лягушек. Технология приготовления несложна: полуфабрикат выдерживается в подкисленной лимоном холодной воде со льдом в течение 2–4 часов, затем панируется в различных панировках: кляре, сухарях, яичном белке, рисовой муке – в зависимости от принятых в той или иной стране обычаев. Обжаривание ведется в растительных маслах – оливковом, подсолнечном, ореховом, кунжутном.

Гарнируются лягушки теми же овощами, что и рыбные блюда: картофель, лук, помидоры и т. д.

Во Франции, Болгарии и Румынии лягушек подают с соусами.

В последнее время лягушки нашли применение… у альпинистов. Их можно сушить, они прекрасно сохраняются в сухом виде долгое время, очень легки и при размачивании в снегу увеличиваются в объеме в три-четыре раза. Приготовление на спиртовке занимает три-пять минут. Все эти показатели удобны для альпинистов и других путешественников.

- М -

МАДЕРА. Под этим названием известно несколько совершенно различных вин. Настоящая мадера – тонкое натуральное десертное вино из отборных и собранных по мере созревания виноградных ягод португальского острова Мадейра. Первые 5–6 лет вино выдерживается в бочках в условиях климата острова. Сохраняемая затем в течение 25–40 лет в бутылках, мадера выделяет на стенки плотный, напоминающий известковую корку осадок, а сама приобретает необычайную чистоту, тончайший аромат и вкус. Такая мадера изготавливалась с середины XV в., была известна Шекспиру и воспета им. С конца XVIII в. она уже не поступала в продажу: мадеру поставляли только португальским королям, а те в качестве ценных подарков посылали ее другим монархам.

Особенностью производства мадеры было то, что она выдерживалась в согреваемых, а не прохладных, подземных складах, и, кроме того, с XVIII в. для ускорения ее созревания был применен метод «путешествия»: перевозки мадеры на парусниках по маршруту Мадейра – Филиппины – Португалия. Постепенно сложилось несколько видов настоящей мадейрской мадеры: сухая мадера – серсиаль, светло-золотистого цвета; красная мадера – буаль, «долгопутешествующая»; ликерообразная, оранжеватая мадера – мэлмси, из заизюмленных ягод. Все три вида натуральной мадеры перестали производиться уже в середине XIX в. (1857 г.). А когда их восстановили, производство натурального вина высокого качества оказалось нерентабельным.

Однако громкая слава мадеры, распространявшаяся несколько веков, и легенды о ней привели к широкой фальсификации этого вина в разных странах с начала XIX в. Все искусственные псевдомадеры представляют собой крепленые вина, иногда крайне вредные из-за содержания в них различных красителей. В XIX в. и в первой половине XX в. поддельная мадера фабриковалась в Испании, Франции и особенно в Германии и Польше. В дореволюционной России «мадеру» из картофельного спирта в смеси с ягодным соком производили в городе Кашине, наклеивая на бутылки закупленные в Испании этикетки. Такая «мадера» высмеяна А. Островским в «Бесприданнице».

После Второй мировой войны «мадерный бум» в Европе поутих, а центром по производству поддельной мадеры стал Нью-Йорк. По сути дела, в наше время термин «мадера» должен служить предостережением, ибо под ним фигурируют порою самые вредные подделки, представляющие собой, как правило, грубокрепленые вина с большим содержанием сахара.

В 30-х годах в нашей стране был возобновлен опыт производства виноградных вин типа мадеры с использованием отечественного сырья и традиционной «мадерной» технологии. Наиболее удачные имитации десертной мадеры получены в Крыму и в Армении, где «мадеризация» виноградного вина ведется в специально застекленных, согреваемых солнцем камерах.

Ныне мадера выпускается небольшими тиражами и, по климатическим причинам, не каждый год. Она приготавливается экспериментальным заводом института «Магарач» и винокомбинатом «Массандра». Эталоном марки советской мадеры считается выпуск 1937 г. – он был самым удачным по качеству. В 1995–1996 гг. завод «Магарач», чтобы облегчить свое финансовое положение, произвел эксклюзивную продажу части коллекционного фонда «Мадера» за рубеж, а также привез по относительно низкой цене в Москву марочные (2-и 3-летней выдержки) сорта массандровской мадеры выпуска 90-х годов, сократив свои перспективные резервы ради выживания коллектива. Разумеется, в таких условиях подлинная экспериментальная работа практически приостановлена. Современная мадера «Массандры», по сути дела, превратилась в крепленое ординарное вино типа портвейна.

«Царская мадера». Насмешливое народное наименование водки в XVIII–XIX вв. Этот термин – прямой намек на устраиваемые Петром I так называемые «ассамблеи», где, по мысли царя, должны были сближаться сословия дворян и купцов и где опоздавших заставляли выпивать огромные кубки крепленых вин – в частности, уже тогда сильно фальсифицированной мадеры, вызывавшей быстрое опьянение, а иногда и смерть. В связи с тем, что строительные рабочие в столице получали каждый день бесплатную чарку плохой по качеству водки, ее прозвали «царской мадерой», то есть «мадерой» для простого народа, изготовленной в царском кабаке (сивухой).

Таким образом, в России термин «мадера» бытовал в двух значениях: в переводной художественной литературе он был синонимом наилучшего, наиболее благородного, высокого вина, в отечественной же, особенно у писателей Н. Успенского, Ф. Достоевского, В. Крестовского, Н. Лескова, А. Чехова, М. Горького, В. Вересаева, употреблялся в народном русском значении как синоним плохого, крепкого, но внешне «приличного» (для дам полусвета) алкогольного напитка.

Уже в 60-х годах XIX в. В. Даль оказался в большом затруднении, не зная, в каком значении помещать слово «мадера» в свой словарь, и в конце концов снял из-за его двусмысленности в народном языке, оставив лишь в своем неизданном словаре «Русские заветные пословицы и поговорки» в негативном значении «царской мадеры» (сивухи).

МАЗАГРАН. Прохладительно-тонизирующий напиток, популярный в Европе в XIX в. Приготавливался домашним способом из натурального подслащенного кофе, на три четверти разбавленного кипяченой холодной водой со льдом. Напиток можно слегка подкислить лимоном. Иногда для аромата добавляли несколько капель коньяка. В XX в. мазагран вытеснили американские массовые тонизирующие напитки заводского типа: кока-кола и ее производные.

МАЗУРЕК. Украинское печенье, распространенное главным образом в Правобережной части Украины. Это упрощенная модификация *папошника* – украинского кулича.

В основе рецепта – стойкое соотношение объемов: желтков, сливок, сахара, масла, дрожжей (3:3:1:1:1). Мука добавляется произвольно после того, как все продукты перемешают. В последнюю очередь добавляется масло. Тесто должно получиться крутым. Оно раскатывается тонко сразу после первого подхода, накалывается вилкой. Смазывается яйцом и маслом и выпекается на листе в духовке. Затем в теплом виде его ломают на куски или нарезают. Сверху посыпают корицей, цедрой, сахарной пудрой, цукатами или смазывают вареньем.

МАЗУРКА. Польское песочное печенье с ореховыми или фруктовыми наполнителями. Традиционная мазурка – сливовая или яблочная. Но современная мазурка делается чаще из апельсинов с лимонами и считается вкуснее. Вот ее рецепт.

Тесто. 200 г масла, 100 г сахарной пудры, 300 г муки, 3 желтка, ваниль. ***Фруктовая масса.*** 0,5 кг апельсинов, 2 лимона (у цитрусовых используются сок и цедра), 0,5 кг сахара, 50–100 г миндаля, полстакана (тонкостенного) воды.

Особенность приготовления теста. Желтки варить отдельно от белков в дуршлаге, опущенном в горячую воду, затем растереть. Масло рубится сечкой в муке, высыпанной на доску. Замешанное тесто выстаивается до получаса на холоде.

Выпекают на листе, который обкладывают тестом в виде открытой коробки, предварительно смазав по краям взбитым белком. В выпеченную остывшую готовую форму выкладывают отдельно фруктовую массу (которая варится в кастрюле с сахаром до загущения) и поверх нее посыпают рубленый миндаль. После этого мазурку можно разрезать на отдельные пирожные. Для мазурки используется практически любое варенье и сладости (шоколад, молочный крем). Начинка в мазурке зависит от вкуса и кулинарной фантазии, в этом, кстати, особенность и причина длительной (вековой) жизни польского блюда.

МАИС. Название кукурузы и изделий из нее в России вплоть до 20-х гг. XX в.

МАЙОНЕЗ (фр. *mayonnaise*). Кулинарный термин, имеющий на русском языке два основных значения. Первое – холодная закуска из отварной рыбы (красной) или птицы (индейки, кур), залитой загущенным бульоном, в котором варили мясо или рыбу с пряностями, пряными отварными и маринованными овощами, но без применения желирующих веществ и с добавлением растительного масла, а также ароматического уксуса или лимонного сока. Такой майонез после своего составления выдерживают 4–8 часов в холодном месте.

Второе значение – соус, состоящий из взбитых яичных желтков, лимонного сока и растительного масла. Майонез «изобретен» на острове Мальорка в конце XVIII в.

МАЙОРАН. Пряное растение (кустарник) лесов Прибалтики, Белоруссии, Западной Украины, Смоленской и Брянской областей. Используются засушенные листочки молодых растений. Майоран обладает чрезвычайно приятным ароматом, хорошо сочетается с мясными блюдами. Его часто применяют при изготовлении колбас и потому в народе называют иногда «колбасной травкой».

МАК (семена). Используется в кондитерском производстве.

Способ применения несложен, но требует навыка. Сначала мак промывают теплой водой, затем дважды ошпаривают крутым кипятком: первый раз мгновенно сливают воду, второй раз держат около минуты, чтобы мак слегка распарился. Долго задерживать кипяток нельзя, так как в этом случае теряется масло – значит, мак станет безвкусным. Потом из мака хорошо отжимают воду, слегка растирают (давят) в ступке и перемешивают с сахаром или небольшим количеством сиропа от варенья, чтобы придать ему вязкость. Иначе мак осыплется с кондитерского изделия или превратится в «песочную» безвкусную массу.

МАКАРОНЫ (ит. *maccheroni*). Изделия из муки твердых пшениц, иногда с добавлением яиц, имеющие форму трубок. (Изделия шнурообразной формы носят название *«спагетти»* или *«вермишель»* (см. с. 805) – в зависимости от их длины, то есть в переводе с итальянского – «веревки» или «червяки».) Макароны были изобретены в Венеции и на местном диалекте означают «выдолбленные». Это национальное, самое деше-

вое и самое распространенное кушанье в Италии, которое готовят на тысячи ладов, главным образом с томатным соусом и сыром-пармезаном. Макаронами в Италии называются только самые тонкие трубки. Трубки потолще имеют название «мецца цита» и самые толстые макароны – «цита».

Макароны дали международное имя всем вообще макаронным изделиям, которые в Италии делятся на несколько групп и имеют самостоятельное название, но в остальном мире в совокупности относятся к макаронным изделиям и в большинстве своем (кроме трех-четырех) даже неизвестны по своим наименованиям.

Вот названия 30 видов всех макаронных изделий:

1. Тортеллини. 2. Семини де мело. 3. Орекиетте. 4. Фарфалетте. 5. Люмаке. 6. Капелли д'Анжело. 7. Пенне. 8. Паппарделле. 9. Феделини. 10. *Спагетти* (см. с. 927). 11. Феттучине. 12. Тальятелле. 13. Аннеллини. 14. Конкилье. 15. Каппеллетти. 16. Диталини. 17. Фузилли. 18. Ротелле. 19. Феттучине верде. 20. Пенне регате. 21. Стеллине. 22. Фарфалле. 23. *Равиоли* (см. с. 913). 24. *Ригатони* (см. с. 914). 25. Каннеллони. 26. Маникотти. 27. Макарони. 28. Мецца цита. 29. Цита. 30. *Лазаньи* (*лазанки* – см. с. 855).

Итальянцы едят все эти виды изделий, а не одни только макароны, но именно в силу сходства этой мучной пищи итальянцев прозвали макаронниками.

МАКРЕЛЬ. Европейское торговое название скумбрии. Макрель обладает чрезвычайно нежным и вкусным мясом, готовить которое желательно сразу после улова. Самая вкусная макрель – поджаренная в плотной панировке, лучше всего яичной или тестяной.

МАКРОН (от греч. *μάκαρ* – блаженный). Вид пирожного, которое по сходству названия часто путают с макаронами, а по внешнему виду – с бисквитами. Этот род пирожного был известен еще в Средние века в Византии. Макрон делается из сахарного теста с миндальным верхом, покрытым белковой глазурью, и имеет вид маленьких ватрушек темно-желтого или светло-коричневого цвета. Пекут его в Греции, на Кипре, в Ливане, Северном Тунисе, Египте – там, где сохраняются традиции древней средиземноморской культуры.

МАЛАГА. Лучшее натуральное десертное вино Испании, производимое в Восточной Андалузии и издавна вывозимое через порт Малагу, от которого и получило свое название.

Фактически под названием «малага» бытуют (существуют) три различных вида вина из андалузского винограда: 1) «Маэстро ди Малага» – своеобразная смесь старого выдержанного вина с молодым, только что приготовленным из свежего сбора, что дает необычное сочетание выдержанности, благородного аромата и вкуса со свежестью натурального сока; 2) темная малага – «Вино де Колор» из красного винограда; 3) «Лагрима», или «Лакрима-малага» – наилучший вид малаги, вино типа токая из винограда *мускатель*.

Как и все знаменитые вина, малага уже с середины XIX в. стала предметом подделки как в самой Испании, так и в Германии. Испания, например, до 1906 г. закупала русскую водку для крепления малаги, вывозимой из страны, в том числе и в Россию. Только на месте производства, в Андалузии, а также во Франции, малагу можно встретить в некрепленом, натуральном виде. В России малага была популярна среди литературной богемы начала века (таких поэтов, как Фофанов и Есенин звали «ходячей малагой»). После Второй мировой войны производство малаги значительно сократилось в связи с падением спроса на таком традиционном для испанских вин рынке, как Великобритания, а также вследствие конкуренции французских и итальянских вин. Общее производство малаги составляет 75–100 тыс. гектолитров в год, из них вин высшей категории не более 5%.

МАЛЬВАЗИЯ (*Malvasia*). Греческое натуральное вино с островов Эгейского моря. Русские летописи отмечают ее как первое заморское вино. Привезена в XI в. и до XIII в. оставалась на Руси единственным виноградным вином. Лучшую мальвазию изготовляли на острове Крит, и она была, по-видимому, одним из самых древних вин в мире. В XV в. критскую лозу перевезли на Мадейру – так было положено начало новому сорту вин.

МАЛЬТОЗА. Солодовый экстракт промышленного изготовления. Употребляется для ускоренного приготовления кваса, домашнего пива. Может служить в качестве вкусовой добавки в тесто при выпечке хлеба.

МАМАЛЫГА. Национальное молдавское блюдо – каша из кукурузной муки. Приготавливается особым способом в чугунке с помощью специальной палки-мешалки. По вкусу, консистенции и внешнему виду отличается от всех остальных каш. Режется вощеной ниткой или специальным деревянным ножом.

МАННАЯ КРУПА. Пшеничная мука крупного помола. Является основой для каш и бубертов. Применяется как мука для выпечки пирожных, а также для клецек, галушек, начинок, пудингов, киселей и изделий типа лапши или для непосредственной засыпки в супы.

Применение манной крупы в нашем домашнем хозяйстве ограничивается лишь традиционной варкой детских и диетических каш. Огромные кулинарные возможности этого продукта практически не используются.

Мало известны у нас и *буберты* (см. с. 796): такое блюдо, когда манная крупа не варится, а заливается кипящим молоком и герметически закрывается в посуде на полчаса для распаривания. Объем ее увеличивается обычно в 3–5 раз. Добавляя в буберты такие разнообразные продукты, как мясной бульон, яйца, лимонный сок, можно получать различные кушанья: изысканный десерт, второе блюдо к обеду или завтрак.

МАНТЫ. Род пельменей, приготавливаемых народами Средней Азии. Манты в три-четыре раза крупнее обычных пельменей. Фарш готовится из мелкорубленого (а не провернутого) бараньего мяса с большим количеством жареного лука. В начинку может входить наряду с бараниной и луком предварительно отваренный горох или свежая весенняя зелень – ростки люцерны, крапива, пастушья сумка, – заранее ошпаренная и обжаренная в растительном масле. Тесто, состоящее только из муки и воды без добавления яиц, раскатывается менее тонко, чем для принятых у нас пельменей.

Все эти особенности создают у мантов особый вкус. Отваривают манты не в воде, а на пару, в *манты-каскане* – особом многоярусном цилиндре, где вода находится только на дне.

Однако нередко за манты выдают крупные по размеру пельмени, приготовленные обычным способом.

МАРАСКИН (фр. *marasquin,* от ит. *maraschino*). Плоды карликовой кустарниковой вишни, растущей в Далмации (побережье Адриатического моря в Югославии). Плоды почти не имеют мякоти, а лишь кожицу, обтягивающую косточку, и обладают особым запахом, напоминающим тонкую смесь аромата вишни и горького миндаля одновременно. Они используются для ароматизации различных кондитерских изделий, а также широко применяются в ликероводочной промышленности. Известный ликер «Мараскин» – бесцветный, прозрачный – представляет собой подслащенный спирт, настоянный на мараскине, который сообщает этому напитку неповторимый тончайший, нежный аромат и создает иллюзию свежести. Существует много имитаций мараскинового аромата на основе синтетических веществ, особенно распространенных в пищевой промышленности США, ФРГ. Настоящий мараскин применяется лишь в изделиях югославского производства.

МАРГАРИН. Заменитель сливочного (коровьего) масла, в котором наряду с животным присутствуют и растительные жиры. Это сочетание создает ряд преимуществ: при жарении и выпечке маргарин не расслаивается на составные части; изделия, приготовленные на маргарине, получаются более красивыми.

МАРГО (фр. *Margaux*). Название, употребляемое как часть обозначения различных вин провинции Медок во Франции (коммуны Марго). Известно по крайней мере двенадцать вин с этим названием (Шато-Марго, Марго-Руж, Марго-Лакомб, Марго-Феррье). Все эти вина бордоского типа (красные), за исключением одного, Марго-Павийон-Бланш, изготавливаемого с 1924 г. В русской художественной и мемуарной литературе «Марго» упоминается весьма часто в связи с тем, что оно импортировалось в Россию как относительно дешевое, но хорошее натуральное вино.

МАРГОГУСЕЛИН. Комбинированный жир типа маргарина, где наряду с животными и растительными жирами использовался также жир домашней птицы – гусей, уток, кур. Вырабатывался в основном в 30-х годах, обладал специфическим запахом гусиного жира.

МАРЕШАЛЬ (от фр. *maréchal* – маршальский). Название, даваемое различным мясным блюдам, в которых используется лишь лучшая (сочная, нежная) часть мяса какого-либо животного или птицы. Так, например, марешаль из кур означает, что в блюде используются только грудки (филе).

Марешали готовились сложно: филе слегка отбивалось, фаршировалось, панировалось крепкой панировкой (обязательно с яйцом) и обжаривалось осторожно и быстро во фритюре. Марешали подавались в густых (грибных, раковых, крабовых) соусах, с гарниром из молодых, нежных, слегка отваренных овощей. Получалось высокопитательное, очень вкусное, нежное по консистенции блюдо, которое мог есть даже маршал (синоним престарелого, пресыщенного и лишенного зубов человека). Блюда типа «марешаль» были созданы во Франции в эпоху Людовика XIV, а в Россию перекочевали после 1814 г., когда русская армия одержала победу над Наполеоном.

МАРИНАД и **МАРИНОВАНИЕ** (от лат. *marinus* – морской). Способ подготовки при приготовлении блюда, при котором используется крепкий рассол – маринад. Первые маринады, появившиеся еще в Древнем Риме, представляли собой простую морскую воду, в которой вымачивались мясо, рыба, дичь – для смягчения или придания иного оттенка вкуса. Использование морской воды как первого естественного маринада известно почти у всех «морских» народов. В Скандинавии и Финляндии до сих пор некоторые сорта морской рыбы не только вымачивают, но и отваривают в той воде, в которой эта рыба жила. Постепенно маринады усложнялись и приобретали различный характер, в зависимости от вида сырья: мяса, дичи, рыбы, грибов, овощей или фруктов. В странах Южной Европы, где было развито виноделие, в маринадах вместо соли начали использовать уксус – продукт, получавшийся при скисании вина. Так появилось маринование овощей и фруктов, целью которого стало консервирование продукта на длительный срок. Система разнообразных и сложных маринадов была разработана почти во всех национальных кухнях, особенно во французской и во всех восточных, где наряду с солью и уксусом в маринадах стали огромную роль играть пряности: перец, лук, чеснок, гвоздика, корица, бадьян.

В настоящее время существуют сотни рецептов различных маринадов, которые делятся на две большие категории. К первой категории относятся маринады, используемые при подготовке продуктов перед тепловой обработкой мяса, птицы и дичи. Ко второй – маринады для рыбы, овощей, грибов.

МАРМЕЛАД. В точном переводе с французского – тщательно приготовленное блюдо цвета яблок. Распространенное теперь во всех европейских языках, название это имеет, однако, древнегреческое происхождение: создано оно на основе двух слов: «мемелеменос» – старательно, тщательно, и «мелопс» – имеющий цвет яблока, «яблокоцветный». Действительно, первые мармелады, с которыми познакомились в Малой Азии европейцы в эпоху крестовых походов, и французские мармелады в период расцвета кондитерского искусства в XVIII в. приготавливались из яблок и айвы. Истинное же греческое название мармелада – «пелтэ», означающее «легкий щит», «щиточек», – так и осталось неизвестным западноевропейцам (ибо описывало не состав, а лишь внешний вид этого кондитерского изделия). Греки выпаривали, сгущали яблочный и айвовый сок в мелких небольших металлических блюдцах прямо на солнце. Их «мармеладины» буроватого цвета внешне напоминали легкие, тонкие пластины щитов, обтянутых по традиции дубленой бычьей кожей.

Таким образом, историческая родина мармелада – Ближний Восток и Восточное Средиземноморье, где испокон веков для сохранения обильного урожая фруктов было принято уваривать сок или фрукты целиком до максимального сгущения (плотная уваренная масса получалась в тридцать-пятьдесят раз меньшего объема, чем исходный продукт).

В каждой стране существовали свои приемы уваривания, которые зависели от многих причин: сорта фруктов или ягод, использования их частей (сока, мякоти), посуды, времени варки, специальных добавок. От многочисленных способов уваривания произошли разные кондитерские изделия: бекмес, пелтя, кремы, варенья, повидла, цукаты. Западная Европа до крестовых походов не знала никаких видов варенья, потому что была не знакома с сахаром. Лишь с XVI в., когда в Европу хлынул поток дешевого американского сахара, началось приготовление западноевропейских фруктовых кондитерских изделий. Так, в англоязычных странах появились джемы, а в романоязычных – конфитюры. Во Франции разработали более тонкий вид приготовления «непачкающегося, твердого, конфетообразного варенья», получившего у них название «мармелад» и приготавливаемого в различных вариантах – с покрытием, без глазури, желированного, пата уплотненного, тягучего…

Французские кондитеры заметили, что не все фрукты, а только некоторые, например айва, яблоки, абрикосы, способны давать при уваривании массу, застывающую до твердого, немаркого состояния, в корне отличающуюся от варенья, что объясняется содержанием в них вяжущего вещества – пектина. Эти фрукты и были выделены для приготовления основы мармелада. Все остальные фруктовые соки или части фруктов добавлялись в эту основу в небольших количествах, поскольку они лишены способности давать мармелад. Когда же в XIX в. научились создавать искусственные пектины или получать пектин из других источников, то диапазон приготовления мармеладов увеличился. Однако настоящий, хороший мармелад по-прежнему можно получить лишь из айвы, яблок и абрикосов, к основе которых обычно для ароматизации или изменения цвета единственным путем добавляются сливы, вишни, смородина и другие ягоды и фрукты. Французские кондитеры добавляли в созданный ими мармелад три вида естественных усилителей желирования или «желителей»: отвар хрящей и мяса молодых (молочных) телят, то есть собственно желатин; рыбий клей, вырабатываемый из вещества, выстилающего внутреннюю поверхность плавательного пузыря осетровых рыб; растительные желители – агар-агар, траганты, камеди. В XX в. в состав мармеладов начинают вторгаться более дешевые желители, вроде костного желатина, крахмала, а для усиления «красивого» цвета стали применяться яркие искусственные красители. Естественно, все это привело к изменению консистенции и вкуса мармелада, превратило его из дорогого кондитерского изделия на столе богатых сословий в самую дешевую, самую доступную и широко распространенную сладость. Чтобы понять, почему так произошло, достаточно сказать, что применение рыбьего клея вместо крахмала в составе, например, рахат-лукума увеличит его стоимость чуть ли не в 300 раз!

Справедливости ради надо подчеркнуть, что рыбий клей оправдывает свою цену. Он дает мармелад прочный, крепкий, хорошо держащий любую самую замысловатую форму, выдерживающий очень высокую комнатную и наружную температуру. Рыбий клей не обладает привкусом и дает возможность проявиться самому тонкому аромату естественных фруктов, отчего такой мармелад благоухает летним садом.

Однако самые изысканные мармелады Франции были бы попросту невозможны без русского рыбьего клея. Россия, будучи хозяйкой Каспия и впадающих в него Волги и Урала, издавна снабжала весь остальной мир осетровым рыбьим клеем.

Несколько слов надо сказать и о применении мармелада. Это не только сладкое блюдо. На металлургических предприятиях ряда стран в горячих и химических цехах рабочие употребляют вовсе не молоко, а мармелад как проверенное историческим опытом средство очистки организма. Высокая желирующая способность пектинов, их свойство собирать, как губка, и обволакивать все вредные химические вещества позволяют употреблять мармелад как мощное питательное и одновременно дезинфицирующее средство.

К сожалению, у нас все еще недооценивают мармелад с этой стороны, продолжая считать его лишь сладостью для малых детей. Необходимо наладить выпуск не только обычных, но и предназначенных для лечебных целей сортов мармелада – с повышенным содержанием, например, трагантов (для рабочих химико-металлургических предприятий). Это даст возможность использовать дешевое массовое профилактическое средство максимально эффективно. И, кроме того, нацелит промышленность на переработку не только ягод и фруктов: мармелад для лечебных целей можно получить также из овощей, переваривая их с желатином и пектинами, полученными из чая. Об этом стоит серьезно подумать.

МАРЦИПАНЫ (нем. *Marzipan,* от ит. *marzzapane* – мартовский пасхальный хлебец). Эластичная смесь сахарной пудры с тертыми, порошкообразными орехами, обычно миндалем. Эта смесь, где сахар составляет от одной трети до двух пятых, дает настоящую, классическую марципанную массу, настолько хорошо формируемую без всяких склеивающих добавок, что из нее можно штамповать конфеты. Такие марципанные конфеты могут глазироваться (сахарной, лимонной, шоколадной глазурью) или оставаться без глазировки, что лучше, так как не искажает нежный вкус истинного марципана. Марципан был изобретен во Франции, но самое широкое распространение получил в Германии (в XVIII–XIX вв.) и Австрии. К сожалению, наша кондитерская промышленность не выпускает эти своеобразные сладости. Одна из главнейших причин этого – незнание рецептуры настоящих марципанов, применение неправильных пропорций и смешение иногда различного орехового сырья (фундука, миндаля, грецкого ореха) при промышленном приготовлении марципанных изделий. Между тем фундук, грецкие или кедровые орехи обладают иным по сравнению с миндалем содержанием масла, и поэтому, несмотря на высокие питательные качества, не могут дать особой самосклеивающейся марципанной смеси и при нагревании либо распадаются, либо пригорают.

Наши дети читают сказки Андерсена, Гауфа, Гофмана, братьев Гримм, где упоминание о марципанах как бы символизирует детское счастье. И, наверное, родители не всегда могут объяснить им, что же это такое. Между тем сделать марципаны проще простого. И это как раз естественное и полезное для детей сладкое: чистые орехи и немного высококачественной сахарной пудры.

Вот рецепт для домашнего приготовления.

СОСТАВ

0,5 кг очищенных ядер сладкого миндаля,
15 штук горького миндаля,

около 200 г фруктового сахара (желательно финского),
1 ст. ложка воды.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Миндаль ошпарить, снять кожицу, высушить при открытой дверце духовки на очень легком огне несколько минут (не допуская не только подгорания, но и пожелтения орехов), затем смолоть в кофемолке как можно тоньше. Сахар также смолоть в пудру и просеять через мелкое сито. Сахар и миндаль тщательно перемешать, лучше миксером, в однородную массу. Выложить ее в фарфоровую чашку и пульверизатором разбрызгать в эту смесь всего ложку воды (холодной, кипяченой). Делать это лучше вдвоем: один разбрызгивает, другой переворачивает массу, непрерывно, равномерно.

В полученную массу можно добавить 50 г промытого и мелконасеченного изюма, перемешать и все пропустить четырепять раз через мясорубку.

После этого марципанная масса помещается в толстостенную металлическую посуду и подогревается на очень слабом огне (с добавлением небольшого количества просеянного пудрообразного фруктового сахара – от 20 до 50 г).

МАСЕДУАН (фр. *macédoine* – по-македонски, т. е. всякая всячина, пестрота). Блюдо из свежих и слегка отваренных фруктов, пропитанных ароматическими сиропами, содержащими ликер или коньяк, и мороженого – пломбира. Часто фрукты, сильно охлажденные заранее, заливались специальным желе.

Маседуаны были изобретены во Франции и получили распространение как десертное блюдо в кухне богатых сословий Европы XVIII–XIX вв.

Существуют сотни рецептов маседуанов, использующих различные сочетания ягод и фруктов, однако на основе строгих правил их составления. Сочетаются лишь фрукты и ягоды одного сезона. Поэтому бывают маседуаны летние, осенние и зимние (таково деление, принятое в России), а в странах южных – еще и весенние. У нас подобный маседуан возможен в Закавказье, в его состав могут входить типичные весенние ягоды и фрукты этого края: черешня, белый и красный тут, алыча, горная ежевика. Русский летний маседуан – это земляника, малина, вишня, белая смородина, груши; осенне-зимний – яблоки, груши, персики, абрикосы, виноград, апельсины, ананасы.

Приготовление маседуанов имеет свои особенности. Фрукты и ягоды очищаются от кожи и косточек и нарезаются одинаковыми кубиками, величиной с ту ягоду данного маседуана, которая является самой мелкой. Так, для маседуана с малиной или земляникой груши и яблоки нарезаются на кубики размером с ягоду. Все плотные, твердые фрукты варятся слегка в густом сахарном сиропе; нежные ягоды и такие насыщенные соком фрукты, как ананас и виноград, остаются свежими.

Маседуаны желировались естественными специфическими веществами, дающими крепкое, но нежное по консистенции желе: рыбьим клеем и клеем из свиной кожи. Предварительно фрукты и ягоды заливались густым сахарным сиропом, ароматизировались пряностями (ванилью, корицей). Слои зажелированных фруктов чередовались с фруктами, залитыми сиропом или пломбиром, и таким образом маседуаном наполнялась высокая цилиндрическая форма. После замораживания форма снималась, и блюдо либо разрезали, либо делили ложкой на порции. Появление маседуана на столе в конце обеда всегда оказывалось сюрпризом.

МАСКИРОВАТЬ (кулинарный термин). Покрывать готовое блюдо еще каким-нибудь продуктом. Рыба или птица, покрытые соусом или желе и сохраняющие свою форму и вид, считаются маскированными, так же как и засыпанные жареным картофелем или грибами, «спрятанные» под шапкой гарнира. Интересно, что настоящая маскировка – изменение внешнего вида блюда до неузнаваемости или придание мясному блюду внешнего вида рыбы (или рыбе – вида дичи) – не относится к маскировке, а считается украшением. Когда в старых поваренных книгах значится «рыбу порезать на крупные куски, отварить и замаскировать» (и не прибавлено ни слова разъяснения), то следует из отваренных кусков составить рыбу, а затем залить ее равномерно очень густым, почти как крем, луково-грибным, наиболее подходящим для рыбы, соусом. Если же добавлено «и украсить», то это значит, что по бокам рыбы надо положить по веточке сельдерея или петрушки, в пасть вложить тонкий остроконечный ломтик моркови, а глаза увеличить за счет круглячков из масла, в центр которых воткнуть по горошине черного перца.

МАСЛА ПИЩЕВЫЕ. Жиры, жировые вещества, используемые в кулинарии либо в сыром, натуральном виде, либо как среда для приготовления других основных пищевых продуктов (мяса, рыбы, грибов, овощей, теста, фруктов). Пищевые масла делятся на три категории: животные, растительные и синтетические, или комбинированные – животно-растительные. К животным маслам относятся: сливочное коровье масло, топленое русское масло, топленый нутряной свиной жир, верблюжье и ячье масло. К растительным принадлежат: оливковое, подсолнечное, ореховое, рапсовое; горчичное, хлопковое, кунжутное, соевое. Комбинированные масла – это маргарин, комбижир, маргогуселин, лярд. Каждая из этих групп масел обладает своими кулинарными свойствами, определяющими сферу их использования.

Как правило, натуральные животные масла употребляются в сыром виде для добавок в готовые мучные или крахмалистые блюда и изделия, для бутербродов, а растительные – для сдабривания салатов, маринованных или соленых грибных и овощных изделий, винегретов непосредственно перед их подачей на стол. Смысл этого не только в повышении пищевой и питательной ценности блюда в целом, но и в создании вкусовой гармонии: добавка масла в острое или сухое пищевое изделие или блюдо улучшает его вкус за счет создания вкусовой и отчасти ароматической гаммы.

Растительные и животные масла применяются главным образом для жарения. Масло – единственная среда, в которой может быть осуществлен этот вид кулинарной обработки. ***Все пищевые масла, в том числе и твердые, применяются для жарения только в перекаленном виде.*** Вот почему и топленое нутряное свиное сало, при помощи которого приготавливается фритюр, относится не к салу, а к пищевым маслам – по принципу применения этого продукта. Лишь при перекаливании устраняются все отрицательные последствия

пригорания, в которых обычно по незнанию обвиняют процесс жарения. Жарить на перекаленном масле столь же гигиенично и безвредно, как и варить в чистой воде.

МАСЛИНЫ. Соление, приправа из плодов оливкового дерева. Различают два вида.

1. Собственно маслины (так называемые греческие) – соленые зрелые плоды, слегка заквашенные. Этот род маслин принят в странах Средиземноморья и в Малой Азии.

2. Зеленые маслины, или *оливки* (см. с. 895), приготавливаются из неспелых плодов крепким засаливанием с уксусом, содержащим брожение. Такая приправа (оливки или зейтун) популярна в странах Среднего Востока и Закавказья.

Как маслины, так и оливки используются либо как острая закуска, либо как приправа для усиления остроты таких блюд, как калья (вид ухи), солянки (жидкие, суповые и густые).

Маслины – обязательная принадлежность национальной кухни ряда южных стран. В условиях жаркого и влажного климата они выполняют функцию своеобразного биохимического регулятора для усвоения соли и жиров.

МАТЕЛОТ (или «а-ля мателот»; фр. *matelote* – матроска). Рыбное блюдо французской кухни, получившее международное распространение и ставшее общересторанным европейским блюдом в разных вариантах. Мателот – буквально означает «по-матросски» и состоит из отварной любой (чаще морской) рыбы (отваренной, как правило, целиком или нарезанной крупными кусками), залитой (наполовину замаскированной) густым соусом. Во Франции мателот приготавливают с большим количеством лука-шалота под соусом из белого или красного вина; в Голландии – под соусом из муки, сливок и сыра; в странах Средиземноморья – под острым соусом на яичной основе, с использованием лимонного сока, черного перца, маслин, каперсов, томата, лаврового листа; в Польше – под соусом из сливочного масла, рубленого крутого яйца, укропа. Для мателота используют рыбу, имеющую вкусное белое мясо, на плотной осевой кости: палтуса, солнце-рыбу, нототению, судака, треску, пикшу и другие. Особенности разделки, приготовления и подачи таковы: голову и тонкую часть хвоста не используют в блюде, но в их отваре тушат. Мателот приготавливают в рыбном котле, время варки не более 15–20 минут.

МАЦА (правильнее *маццах*, то есть пресное, не кислое, не сладкое). Название особого вида хлеба из пресного, плотно раскатанного в лист толщиной до 2–3 мм теста, выпекаемого на особой жаровне: по типу вафель, без масла, между двух раскаленных металлических поверхностей. В отличие от лаваша – другого вида ближневосточного хлеба – маца представляет собой в готовом виде плотную ломкую пластину совершенно белого, мучного цвета.

МАЦОНИ, МАЦУН. Грузинское и армянское наименование болгарского кислого молока или катыка. Мацони в Закавказье широко употребляют как обязательный компонент при приготовлении разного рода блюд: добавляют в тесто для хачапури, заливают им горячие мясные, куриные и овощные блюда, приготовляют из холодного мацони в смеси с водой прекрасный жаждоутоляющий напиток.

«МЕДИЦИНСКИЕ СИРОПЫ». Условное профессиональное название кондитерских сиропов, получаемых в кондитерском деле не из традиционных продуктов (ягод, фруктов), а из «аптечного» сырья – трав, цветов, околоплодников. Термин применялся русскими кондитерами и связан с хранением отдельных секретов производства фирменных кондитерских товаров частными кондитерскими фабриками и магазинами.

Цель «медицинских сиропов» – получение полуфабриката, обладающего естественным цветом редкого оттенка или с запахом, не свойственным основному пищевому сырью, из которого вырабатывается изделие. Это создает неожиданный эффект, придает изделию характер сюрприза. Например, запах свежего мака у тонкого сдобного печенья, не имеющего маковых зерен, или цвет пурпура у теста, голубой или васильковый цвет сахарной пудры, используемых в пирожных, тортах. «Медицинские сиропы» получали из лепестков жасмина, васильков, одуванчиков, цветов лопуха (дающих пурпурный цвет), душистого горошка, ярких хризантем, пустых маковых коробочек…

Затем на этих сиропах, обладающих и запахом, и цветом, варили плоды или даже овощи, имеющие развитую мякоть, но лишенную аромата, и делали удивительные по запаху и форме или цвету цукаты из… моркови, репы, свеклы, редьки, арбузных корок, зеленых, не развившихся слив без косточек, молодых лесных орехов без ядер и других нетрадиционных для кондитерских целей растений. Догадаться, из какого сырья сделаны эти изделия, было невозможно, особенно когда они были измельчены, в виде начинок. Их выдавали за заморские экзотические товары, но это был сравнительно невинный «обман», так как сами по себе эти растения были натуральными и оказывались полезными.

Технология получения «медицинских сиропов» была крайне проста. Прежде всего сырье высушивалось (цветы, травы, кожура и прочее). Затем заливалось кипятком и настаивалось от нескольких часов (двух-трех, если необходимо было выгнать аромат) до двух суток (для получения интенсивного цвета). Настой сливался, процеживался, осветлялся взбитыми, холодными, как лед, белками, отчего его цвет приобретал яркость и прозрачность, потом смешивался с сахаром и варился до нужной консистенции. Лишь после такой подготовки им заливали фрукты, ягоды или подготовленные овощи и орехи (обычно выдержанные в известковом растворе) и варили, как варенье.

МЕДОВУХА. Жаргонное слово, появившееся примерно в последние 30–40 лет и означающее дрожжевую, квасную или фруктовую бражку с добавлением меда. В русском нормативном языке такого слова не существует. В Сибири этим словом иногда называют медвяную росу, вызывающую заболевание пчел.

МЕЛАНЖ (фр. *mélange* – смесь). Механическая смесь яичных белков и желтков, без соблюдения их точного соотношения, иногда замороженная и хранимая в брикетах. Используется в крупном кондитерском производстве (на фабриках) при приготовлении печенья, бисквитов и различного сдобного теста, расходуется в весовых единицах, в связи с чем рецепту-

ра кондитерских изделий с меланжем отличается от обычных домашних рецептов тех же самых изделий (например, бисквитов), где яичные компоненты измеряются в штуках. Меланж приготавливается из боя яиц на птицефабриках и доставляется на кондитерские фабрики в больших емкостях (цистернах), хранится в холодильниках. Замечено, что заправка теста меланжем значительно повышает стандартность изделий, улучшает их внешний вид (дает ровный цвет, отсутствие деформации) после выпечки. Это связано с низкой температурой меланжевой массы, положительно влияющей на сдобные мучные изделия с применением искусственных разрыхлителей (соды, аммония, бензойной кислоты, пекарского порошка).

МЕЛИ-МЕЛИ. Базарное, торговое и бытовое название густого сиропа, сваренного из айвового, реже дынного сока с сахаром и напоминающего внешним видом (по цвету, консистенции) мед. Термин употреблялся в основном до Второй мировой войны в странах Восточного Средиземноморья, Малой Азии, на Ближнем Востоке, Балканах и в Закавказье, то есть на территории стран, образовавшихся из бывшей Оттоманской империи или граничивших с нею.

МЕЛИС (дат. *melis*). Кондитерское название сахарного песка с очень малым сечением кристаллов, не имеющего желтизны, применяемого, как правило, в кондитерском деле.

МЕЛИССА. Пряная трава, лимонная мята. Название дано ботаниками по имени нимфы из древнегреческой мифологии, научившей людей пчеловодству. Обладает нерезким ароматом мяты, смешанным с сильным лимонным запахом, очень нежного «тембра», без примеси кислинки, и приятным духом меда, как бы слегка пробивающимся сквозь два доминирующих аромата. *Употребляется исключительно в кулинарии,* а не в кондитерском деле, где мелиссе соответствуют разные виды *цедр* (ближе всего к ней цедра грейпфрута и цедрата), но где ее нежный аромат исчезает при высоких температурах (свыше 110 °С). Мелиссу используют в основном в десертных блюдах как приятную ароматическую добавку во фруктовые и ягодные желе, муссы, кисели, компоты, а также сладкие каши, буберты, в подливки к соложеникам и другим типам сладких омлетов, к некоторым сладкомолочным блюдам (где цедра неприменима из-за наличия кислоты, а мелисса «безопасна» из-за полного отсутствия таковой).

Мелиссу можно добавлять также в некоторые первые блюда, приготавливаемые из молодой летней зелени: в борщи и борщки, свекольники, хлодники, окрошки, ботвиньи, зеленые супы из щавеля и шпината, в которых мелисса либо облагораживает резкость кислых компонентов, либо усиливает аромат (например, в безвкусном зеленом супе из шпината).

МЕНСА ГРАТУИТЕ (от лат. *mensa* – стол и *gratuito* – безвозмездно, даром). Даровые хлебы. Термин, применявшийся для обозначения акта раздачи бесплатного хлеба в Древнем Риме из государственных хлебопекарен, а в эпоху Средних веков разными государствами в случае чрезвычайных стихийных бедствий или исключительных торжеств.

В истории России известны три случая применения менса гратуите. В 1601 г. во время великого голода Борис Годунов впервые прибегнул к этой мере. В 1606 г. – 5 мая – Лжедмитрий I вторично использовал этот акт после своей коронации в Москве с целью оставить неизгладимый след в народе об этом событии. И, наконец, в 1704–1705 гг. Петр I ввел менса гратуите для строительных рабочих, строивших новую столицу – Петербург. Они ежедневно получали бесплатный хлеб в 4 часа утра в количестве полутора фунтов на человека (613 граммов). Такое ограничение было связано с трудностями подвоза зерна из Центральной России.

МЕНСАЛЬ (от лат. *mensalis* – столовый). Столовая скатерть. Общее для всех западноевропейских стран латинское название торжественного покрывала для обеденного стола вплоть до второй половины XVII в., когда для понятия «столовая скатерть» появились наименования в каждой стране на своих национальных языках и произошли изменения во внешнем виде скатерти. Менсаль введена была впервые, по-видимому, не ранее второй половины XII в., а в странах Восточной Европы даже не ранее начала XIV в. До этого столы во время трапезы не покрывались, в отличие от церковных «столов» – «престолов», «алтаря». Введение столовых скатертей было чрезвычайно медленным процессом и сопровождалось регламентацией строгих различий в материале, из которого могли изготавливаться покрытия для культовых и столовых целей. Для всех нетрапезных тканевых покрытий можно было использовать такие материалы, как алтабас, аксамит, бархат, атлас, шелк, тафту, парчовые ткани. Для столовых же скатертей вначале применяли только сукно, затем льняное полотно – голландское, русское. Сначала дозволялась однотонная и одноцветная ткань гладкой фактуры. Позднее, в конце XVII в., появился узор. Его наносили лишь при помощи особенного переплетения нитей (льняная браная скатерть), но ни в коем случае не набойкой или вышивкой иного цвета. В то же время менсаль могла иметь бахрому по краям, но ни в коем случае не оставаться неокрашенной. Преимущественные цвета были – темно-зеленый, красный, темно-синий, палевый, желтый, охряной, малиновый. Поскольку посуда в Средние века была либо оловянной, серебряной, золотой, либо деревянной, то выбор цвета менсали всегда определялся характером посуды, так, чтобы она контрастировала резко на ярком поле. Золотая посуда прекрасно сияла на красной, малиновой, зеленой, особенно темно-синей менсали, серебряная – на желтой, малиновой, палевой.

МЕНЮ (фр. *menu*). Программа застолья. Имеет ныне два основных значения.

1. Перечень блюд каждого конкретного завтрака, обеда, ужина, меняющийся ежедневно и составляемый на день, неделю, месяц и даже на год, в зависимости от вкусов и возможностей составителя.

2. Общий список блюд, приготовляемых стабильно в данном ресторане или кафе, остающийся длительное время неизменным для данного заведения, а также непременно отличающийся от меню других заведений.

Термин «меню» французского происхождения. Слово «меню» означает нечто маленькое, небольшое, изящное, тонкое, нежное – самостоятельного значения, таким образом, не имеет. Но оно фигурировало в двух фразах, которыми

обозначались самые первые «меню»: в записках, передаваемых на кухню из королевской канцелярии Людовика XIV с заказами на завтрашний завтрак или обед и называемых «Меню нот пур ля табль», то есть «Записка по поводу стола», и в красиво написанных на плотной бумаге карточках, подаваемых королю перед обедом, которые озаглавливались так: «Ля Карт де меню плэзир» – «Список утонченных удовольствий». Таким образом, это слово, само по себе к кулинарии не относящееся, оказалось единственно общим в обоих прообразах меню. Поэтому в других странах, особенно в России, где французские термины просто «схватывали» на слух и применяли, не доискиваясь их смысла, «схватили» прежде всего это самое маленькое и удобное для произношения слово.

В самой Франции слово «меню» в нашем значении совершенно неизвестно и поныне. Там в ресторане просят «карту», причем отдельно «карту обеда» и «карту вин». У нас слово меню используют главным образом в первом значении как основном. Меню должно обладать целым рядом определенных качеств, и составление его является искусством. Из него должен быть ясно виден порядок подачи блюд и пищевой состав данного застолья. В хороших меню названия блюд должны быть официально общепринятыми в данной стране или регионе, но не вульгарными, не областными. При применении оригинальных национальных названий должен даваться не их перевод или транскрипция, а объяснение фактического состава таких блюд. Например:

«Ариса (пшеничная каша с крошеным куриным мясом)».

«Борщ (сборный овощной суп с мясом на свекольной основе, кислой гаммы)».

В поваренных книгах обычно публикуются рекомендательные меню (как недельные, так и годовые). Они имеют различный характер и цель. Одни облегчают составление ежедневного меню хозяйкам, чтобы им не ломать голову над тем, как можно использовать «одинаковые» продукты по-разному в кулинарном отношении. Однако такие меню предполагают известную подготовленность того, кто ими пользуется, ибо они лишь называют блюда, не объясняя, как их сделать. Поэтому практическая ценность таких меню весьма невелика.

Другие меню – годовые – нацелены на то, чтобы дать образцы сезонного использования продуктов, создать рациональный стол на целый год. К сожалению, у немногих хватает выдержки, внутренней дисциплины и настойчивости выполнить последовательно и неукоснительно такие идеальные программы питания в течение годового цикла.

Даже предприятия общественного питания не выполняют подобных программ главным образом из-за недостаточной общеобразовательной и теоретической профессиональной подготовки персонала. Ссылки на отсутствие необходимого пищевого сырья в данном случае являются всегда лишь стандартной отговоркой, которую нельзя принимать всерьез. Нет плохих продуктов, гласит древняя мудрость, но есть плохие повара.

Третий вид рекомендательных меню – меню торжественных или званых обедов, хотя и используется крайне редко в повседневной практике, но наиболее эффективен (так как эти рекомендации чаще всего выполняются фактически). Это объясняется как продуманностью таких меню, так и легкостью их корректирования в зависимости от конкретной ситуации: из их обильного перечня легко можно изъять или заменить то или иное блюдо, причем общая программа, ее стройность не будут при этом нарушены.

Задача всякого хорошего, квалифицированного меню – создать такой гармоничный стол, в котором максимум разнообразия сочетался бы с легкостью усвоения, неприедаемостью и небольшим количеством блюд. Это достигается, как правило, выполнением двух условий: ни один продукт не должен повторяться в течение обеда в разных подачах, а тяжелые блюда должны сменяться легкими, и наоборот.

Вот несколько примеров таких меню обеда из четырех блюд.

№ 1. Щи постные с грибами из свежей капусты, со сметаной.

Баранина тушеная с картофелем, луком и чесноком.

Узвар из сухих груш, изюма и свежего лимона с сухим бисквитом.

Чай с лимоном.

№ 2. Припущенная рыба с луком, помидорами и укропом.

Цыпленок жареный с гарниром из стручковой фасоли с мацони.

Яблоки печеные с сахаром.

Чашечка кофе с печеньем.

№ 3. Минестроне из корнеплодов (отварные репа, морковь, свекла с картофелем в загущенном отваре с лимоном, черным перцем и сметаной).

Котлеты говяжьи жареные с гарниром из лука и свежей жареной капусты.

Каша гурьевская горячая с кисельной подливкой.

Мороженое с вареньем.

Как видно из этих примеров, в меню чередуется (без всяких повторов, даже в гарнире) не только сам состав продуктов у блюд, но и выдерживается всюду ароматическо-вкусовое чередование, контраст. Так, в первом меню после нейтрального, нежного, свежего по вкусу и аромату первого блюда, от которого остается неудовлетворенное чувство голода, следует сытное, жирное, очень пряное блюдо, которое, однако, также не вызывает прямого насыщения и тяжести, а нуждается в «успокоении». Поэтому за ним следует густой, очень сладкий, с крайне небольшим количеством жидкости, но с большим количеством фруктов украинский компот-узвар. Фрукты «смывают» жир после тушеной баранины, сильно сладкая жидкость узвара, приготавливаемого всегда с медом, забивает, заглаживает дух лука и чеснока. Сладкое и обильное десертное блюдо создает приятную сытость, но вызывает сильную жажду. Поэтому обед завершает чай.

На сочетаниях и контрастах построены и два других обеденных меню, проанализировать и приготовить которые я предоставляю самим читателям. Обращаю внимание на то, что наименования блюд в указанных меню расширенные, они включают содержание рецептов, дают направление, по которому должен идти повар. Именно этим качеством и должны отличаться рекомендательные меню от ресторанных, носящих обычно назывной или же рекламный характер. Вот как выглядит то же самое меню в ресторанном изложении и терминологии.

№ 1. Щи ленивые. Жаркое по-восточному. Компот по-украински. Чай.

№ 2. Рыба отварная в собственном соку. Цыпленок покавказски. Яблоки-карамель. Кофе.

№ 3. Салат-винегрет из корнеплодов. Котлеты мясные. Каша манная с изюмом. Мороженое.

Прочитаешь такое меню, и сделается очень невкусно и… грустно. Но главное, не только читать грустно, но и приготовят его также «сокращенно», не расшифровывая правильно, как оно и написано. Меню – это ноты. И «сыграть» их может далеко не одинаковым образом одаренный или бездарный исполнитель.

Следовательно, меню требует более внимательного отношения и того, кто его составляет, и того, кто им пользуется.

Ресторанные меню, как уже упоминалось выше, построены по иному принципу, чем домашние или поварские, в которых приемы пищи – завтраки, обеды, ужины – представляют собой основные единицы.

В ресторанных меню блюда разбиты и по роду подачи (первые, вторые, третьи) и главным образом по роду пищевого сырья (рыбные, мясные, овощные, грибные, мучные и прочие). Напитки, особенно вина, выделены отдельно, ибо имеют свою особую карту.

Главной особенностью ресторанных меню является то, что они дают только официальные кулинарные названия и, как правило, специально избегают всяких разъяснений. В ресторанах международного типа господствует до сих пор французская кулинарная терминология. Эскалоп, беф, филе, пюре, фрикасе, желе, мусс, соус, крем, антрекот, крутой, гратин, гриль – эти слова встречаются в любом самом ординарном меню ординарного ресторана.

В национальных ресторанах также выдерживается своя, порой столь же загадочная для непосвященного терминология – сациви, лаваш, чанахи, – которая отчасти рассчитана на то, чтобы хотя бы слегка озадачить новичков, но в целом направлена на создание правильного представления о характере национальной кухни.

Основная особенность меню хороших ресторанов в том, что фирменные блюда выносятся на титульный лист меню, а если его нет, то ставятся первыми по списку, независимо от того, являются ли они мясными или рыбными, горячими или холодными, сладкими или кислыми. Поэтому их не следует искать в разделах внутри меню.

Меню – существенный памятник истории кухни. Это единственное, что остается в веках как от самой деятельности поваров, так и от представлений о характере еды в разные эпохи и в разных социальных слоях общества разных стран. Поэтому меню являются объектом исследования и даже коллекционирования как отдельными этнографами, историками и социологами, так и государственными архивами, не говоря уже о кулинарах, которые учатся по классическим меню так же, как музыканты-исполнители и певцы – по нотам великих композиторов.

МЕРЕНГИ (фр. *meringues* – взбитые сливки). Кондитерское изделие, напоминающее по составу пирожное безе и приготавливаемое без муки: из белков и сахара, с использованием в качестве начинки-прослойки взбитых сливок или варенья.

В XVIII–XIX вв. меренги были самым распространенным домашним пирожным, так как приготавливались легко, за пару минут, если не считать взбивания белков. Сегодня же они почти исчезли из домашнего обихода, хотя возможностей для их быстрого и легкого приготовления стало больше: куриные яйца перестали быть только летним сезонным продуктом, появились миксеры, превращающие взбивание в двухминутную операцию. Но меренги никто не делает, что объясняется не только отсутствием навыков у нынешних поколений, но еще и крайне примитивным вкусом этих изделий, представляющих собой, по сути, «сладкую сладость». Существует бесчисленное число рецептов меренгов, где используются разные соотношения двух компонентов: яичных белков и сахара. Однако качество их зависит не столько от соотношения, сколько от методов смешивания.

Приводим два рецепта меренгов – применявшийся в России в XIX в. и современный, западноевропейский. Они дают разные по вкусу и внешнему виду изделия из одного и того же сырья.

1. СОСТАВ

6 белков,
4 ст. ложки мелкого сахарного песка.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Белки взбить густо, непрерывно подсыпая после создания пены сахар. Готовое «тесто» ложкой сформовать на фольге или пергаменте, положенном на лист, в вогнутые полусферы (четное число, размером каждая в половинку яблока средней величины) и немедленно выпечь в духовке до едва заметного пожелтения (3–4 минуты). Промазать «половинки» вареньем, «склеить» и тотчас же подавать.

2. СОСТАВ

3 белка,
150 г сахарной пудры.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Взбить белки, поставив их на лед, до «твердой» пены. Добавить 3 чайные ложки сахара и взбить в миксере еще 5 минут. Остальной сахар вмешать постепенно маленькими подсыпками ручным способом, легко, без нажима, переворачивая белочную пену. Кондитерским шприцем выдавить массу на смазанный сливочным маслом лист в виде колец, кренделей, палочек. Выпечь при очень слабом огне (не выше 100 °С). Вынув горячие меренги из духовки, тотчас же посыпать заранее подготовленными тертыми орехами.

В кондитерском деле меренги не имеют самостоятельного значения, но употребляются как накладки на пирожные, торты, которым они придают нарядный внешний вид.

МЕТРДОТЕЛЬ (фр. *maître d'hôtet*). Домоправитель, дворецкий, гофмейстер, оберкельнер, старший официант, распорядитель столового зала – таковы различные определения этой профессии, говорящие об изменении ее содержания на протяжении истории и о многообразии ее конкретного исполнения. Первоначально этот термин употреблялся во Франции для обозначения хозяев постоялых дворов при почтовых станциях, где в основном не останавливались надолго, а отдыхали и обедали проезжие. Прием все новых и новых гостей, рассаживание их в большом зале за общим столом (табльдо-

том), выяснение их желаний, принятие заказов, распоряжения о них прислуге на кухне, особая забота о знатных путешественниках и обслуживание их лично, консультации при выборе марки вина, а также расчет – все эти обязанности лежали на первых метрдотелях, имевших в своем распоряжении штат прислуги для выполнения разных поручений. Важным и существенным было то, что метрдотель все время находился вместе с гостями в зале, будучи готовым всегда к услугам, и вместе с тем постоянно держал под контролем свою «команду», корректируя и убыстряя выполнение ею своих обязанностей. Обе эти функции метрдотеля сохранились как существенные черты профессии и поныне, хотя задачи его стали намного проще.

Современный метрдотель по существу – начальник штата официантов. В его обязанности входит: встретить гостей (посетителей) непосредственно у входа в обеденный зал, проводить их на место, учитывая при этом состав и количество гостей, их общественное положение, пол и даже время, которым они располагают. Зная, например, что посетители спешат в театр, метрдотель должен либо посадить их к официанту, работающему особенно быстро и четко, либо дать особое указание любому своему подчиненному обслужить данных гостей быстро. Одновременно метрдотель обязан постоянно наблюдать, что происходит в залах, время от времени проходя между столиками или наблюдая со своего места за «полем битвы».

Метрдотель должен обладать совершенно определенными профессиональными качествами, обусловливающими возможность занимать данную должность. Отличное здоровье, высокая степень физической силы, представительный, безупречный внешний вид, вызывающий симпатию у посетителей (причем последнее качество особенно важно) – основные требования к «претенденту». Ему надо быть выдержанным, внимательным, обаятельным, хорошо разбираться в людях с первого взгляда, быть не только профессионально грамотным, но и культурным в общеобразовательном смысле, иметь большой опыт работы в ресторанах на разных должностях, пользоваться непререкаемым авторитетом среди подчиненных и уметь быстро принимать решения в нестандартных ситуациях. Все это объясняет, почему на должностях метрдотелей крупных ресторанов можно встретить людей, ранее бывших спортсменами, артистами или офицерами. Особенно часты в роли метрдотелей в Западной Европе и США бывшие чемпионы по боксу, бегу, теннису, а также летчики, вышедшие на пенсию. Метрдотель должен знать и чувствовать ритм притока посетителей, как сезонный, так и дневной, чтобы поддерживать работу в спокойном, ненапряженном ритме не за счет закрытия дверей заведения, а за счет умелого, сознательного регулирования работы своей «команды». От работы метрдотеля во многом зависит лицо ресторана. Он – второй после шеф-повара «главный человек» заведения.

МЁД. Натуральный продукт сложного состава, особой структуры и богатой ароматическо-вкусовой гаммы. Основной источник сладости у человека до XVI в., наложивший отпечаток на все меню сладкого стола в Европе вплоть до середины XVII в., то есть до появления и применения сахара.

Принципиально отличен от сахара по структуре, составу, температурам плавления и кипения и способности образовывать сиропы, кристаллизоваться и вступать в соединения с другими пищевыми продуктами.

Использовался преимущественно в мучных кондитерских изделиях типа пряников, коврижек, пумперникелей и тому подобных, а также в смесях с фруктово-ягодными соками для создания напитков (см. *медовуха, меды питные*).

Как сладость употреблялся широко в натуральном виде, а также в виде добавок (без варки) в готовые крупяные блюда, например, каши, в основном ритуальные: кутью, коливо, а также в гурьевскую и другие сладкие каши (манную, розовую из саго).

На Среднем и Ближнем Востоке используется для заливки готовых кондитерских изделий в горячем виде, подобно соусу (например, для заливки пахлавы), или для варки в нем теста (тейглах).

После появления сахара как массовой сладости с конца XVIII в. употребление меда в кулинарных и кондитерских целях резко сократилось. Ныне практически не употребляется даже в традиционных изделиях, требующих меда (пряники), из-за дороговизны.

МЁДЫ ПИТНЫЕ. Крепкие алкогольные напитки, основным сырьем для которых является мед. Изготовлялись почти всеми древнейшими народами Европы: пиктами и валлийцами в Британии и Шотландии, древними германцами и скандинавами, древними греками и литовцами времен Гедимина, славянами, мордвой. Почти у всех них эти напитки носили сходное название: от греческого «меду» – опьяняющее. У славян – «мед», у германцев – «меет», у норвежцев и шведов – «мьод». Это интернациональное название напитка-меда не совпадало с национальными названиями натурального пчелиного меда. Однако технология приготовления медовых напитков была различной у разных народов. На Руси мед впервые отмечен летописью в 880 г. (ставленый), затем другой тип меда (хмельной) – в 920 г. и третий (вареный) – в 996 г. Прекращение массового изготовления крепких медовых напитков наступило в первой половине XVI в. Мед был вытеснен водкой. В XVII в. меды фактически исчезают, утрачиваются даже рецепты их приготовления, поскольку они почти не регистрировались, а передавались в устной традиции. «Основной удар» по традиции нанесли войны XVIII в., массовые перемещения населения в Петровскую эпоху и широкое производство водки.

Существовало три типа медовых напитков.

Мед ставленый, состоявший из двух третей (и более) меда и одной трети натурального сока ягод (в основном малины, брусники или вишни), без малейшей примеси воды. Указанная смесь подвергалась естественному брожению в открытых чанах или бочках большого объема – порядка 120–140 ведер, а затем многократно переливалась и выдерживалась в засмоленных бочонках, зарываемых в землю на 15–20 и даже 35–40 лет. Фактически весь процесс напоминал приготовление вина. Наиболее кратким сроком для созревания меда таким способом считался срок в 5–8 лет. Но такой мед расценивался как «плохой», «сырой», «молодой».

Уже в X в., то есть 1000 лет тому назад, ставленый мед был слишком «медленно зреющим» продуктом, и ему стали искать замену в более быстро приготавливаемом и относительно

более дешевом и более крепком *хмельном меде.* Для ускорения в медово-ягодное сусло добавлялся сразу же, до начала брожения, так называемый *оксимель,* то есть заранее приготовленный медовой уксус, а также побочная растительная добавка – хмель. В остальном процесс оставался таким же, как и у ставленого меда, но готовый продукт получался уже на третий год. Пятилетний хмельной мед считался средним по качеству, а 10-летний – превосходным. Но для массовых целей уже в конце XI в. стали употреблять *вареный мед,* который изготовлялся по технологии, близкой не к вину, а к пиву, и был готов уже через две-три недели или даже в течение одной недели. Этот тип меда требовал меньше сырья, давал гораздо меньше отходов, но открывал путь к широкой фальсификации напитка путем внесения в варящийся мед различных добавок, усиливающих опьянение: не только хмеля, но и бузины, табака, белладонны и других дурманящих растений.

В Мордовии, в Рязанской земле приготовляли четвертый вид меда – напиток *пуре,* где использовался не только мед, но и перга, и который сочетал «пивную» технологию с «винной», с «подкормкой» меда, с переливами и даже с выморозкой его. Пуре становилось готовым через год. Для всех видов питных медов были характерны все же огромные потери сырья: выход готовой продукции составлял от трех пятых до половины от веса заложенного меда и требовал больших объемов разовой закладки, порядка сотен килограммов, в силу особенностей процессов варки и брожения, проходящих «правильно» лишь при использовании больших масс продуктов. Вот почему уже в XV в. медоварение резко сократилось, в XVI в. оно как промысел сходит на нет, а в XVII в. производится редко, эпизодически, только для «домашних» целей.

Все так называемые «меды», «медки» и пресловутые «медовухи», появившиеся в последние 200–250 лет, никакого отношения к русским питным классическим медам Средневековья не имеют. Все они являются *механическим разведением относительно небольших количеств меда в воде* (то есть сытой) с добавлением к этой смеси (сыте) алкоголя в виде картофельного спирта. *Питные же меды не содержат ни воды, ни алкоголя,* полученного как продукт осахаривания крахмала, и, следовательно, свободны от сивушных масел, тяжелых спиртов, кислот и других побочных веществ, не говоря уже о своих совершенно иных ароматическо-вкусовых показателях. Воспроизвести питные меды сегодня нельзя, не повторив *всех характерных процессов их многолетней выдержки.* Практически необходимо минимум 10–15 лет, чтобы создать мед типа X века. Рецептура же этих медов ныне восстановлена.

МИКАДНО-ВАФЕЛЬНОЕ ТЕСТО. Вид кондитерского теста, используемого для приготовления вафельных пирожных с кремом, преимущественно трубчатой формы. Микадно-вафельное тесто дает эластичные, «мягкие», не столь ломкие и твердые изделия, какие получаются из обычного вафельного теста. В качестве жидкости в нем применяются либо сметана, либо виноградное вино. (Остальные компоненты остаются неизменны.) Так получается два вида микадного теста, используемого в соответствии с характером наполнителя: либо с молочно-сливочными кремами, либо с вареньем, мармеладом.

РЕЦЕПТ ПИРОЖНОГО ИЗ МИКАДНОГО ТЕСТА

СОСТАВ

250 г муки,
10 желтков,
5 белков,
250 г сахара,
100 г сметаны,
100 г сливочного масла.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Яйца растереть добела с сахаром, добавить сметану, распущенное теплое масло, вымесить и вливать эту смесь в муку небольшими порциями, чтобы не образовались комки. Полученное жидкое тесто вылить ложками на специальные чугунные щипцы или пресс, зажать его между плитами пресса и выпекать по 3–4 минуты с каждой стороны. Полученную горячую вафлю снять и накрутить на деревянную палочку сечением в 1,5–2 см. Застывшую вафлю-трубку через полминуты снять и начинить любым горячим кремом, чтобы он прочно прилип к стенкам вафли, а не вываливался из нее. Наполнители бывают сливочные, шоколадные, пралине, фруктовые. Вафли можно не свертывать, а располагать горизонтально-многослойно с разнообразной начинкой между ними.

МИЛТА. Белорусское и литовское кушанье: у белорусов – овсяная мука, толокно, смешанное с простоквашей или просто слегка заквашенное, а у литовцев – гречневая мука, смешанная с простоквашей.

МИМОЗЫ. Особый вид «карликовых» клецек для декоративного оформления парадных супов. Мимозы готовят из смеси сырых и сваренных вкрутую яичных желтков. Из хорошо формующейся желточной массы лепят руками мелкие шарики, величиной с горошину, смазывают их при помощи мягкой широкой кисточки взбитым до пены белком и засыпают в горячий бульон прямо на столе в момент подачи, обычно в большую супницу. Мимозы приобретают ярко-желтый цвет, особенно хорошо контрастирующий с ярко-зеленым цветом зелени в супе и с ярко-красными овощами. Для этого бульон засыпают большим количеством крупнорубленого укропа, сельдерея, петрушки и нарезанного узкими полосками красного сладкого перца, предварительно бланшированного.

МИНДАЛЬ (от греч. *ἀμυγδάλος*). Вид орехов, наиболее часто применяемых в кондитерских изделиях и дающих универсальную ореховую массу, способную соединяться с любым тестом. Другие виды орехов – грецкие, фундук – используются лишь в некоторых разновидностях теста: первые из-за слишком большого количества масла (применяются только во внутренних начинках), вторые – из-за подверженности подсушиванию и сгоранию.

Миндаль – основное сырье для получения марципанов и орехового печенья, гозинаки. Обработка миндаля состоит всегда в трех операциях: ошпаривание кипятком, снятие кожицы, подсушивание и измельчение. Неочищенный миндаль в кондитерском деле не используется. Миндаль подраз-

деляется на сладкий и горький. Первый дает ореховую основную массу, второй используется для вкусового акцента.

Обычная пропорция: на 100 г ореховой массы сладкого миндаля – 1–2 зернышка горького миндаля. Без горького миндаля ореховый вкус массы не будет заметен в изделии после выпечки и оно намного утратит свою кулинарную вкусовую привлекательность, несмотря на затрату даже больших количеств сладкого миндаля.

МИНЕСТРОНЕ (от ит. *minestra* – суп; *minestrone* – густой суп, *minestrina* – легкий суп). Итальянские овощные супы, характерные для Северной Италии (Лигурии), загущенные лапшевидными тестяными изделиями (обычно широкой, иногда предварительно обжаренной до варки лапшой – лазаньей) и особой пикантной заправкой. Такой заправкой могут быть – томатная паста, сметана, тертый сыр, сухие пряности (смесь), свежие зеленые пряные травы. Масса заправки всегда значительна – до одного стакана на две-три тарелки минестроне, а масса жидкости супа невелика – тоже не более стакана, причем эта жидкость густая, наваристая. Все это придает минестроне характер «жидкого второго блюда», или «гущи», с ярко выраженным, сильным собственным вкусом. Наименование этих «супов» всегда связано с заправкой, например, минестроне коль помодоро (с томатной пастой), минестроне верде (с зелеными травами), минестроне коль пармезано (с сыром) и т. п.

МИНОГА. Рыба змеевидной формы, не имеющая чешуи, костей и внутренностей (кишок, плавательного пузыря, желчи), в результате чего ее кулинарная обработка сводится лишь к удалению головы, а главное, к тщательному отмытию ее поверхности от слизи, содержащей сильные ядовитые вещества. Поэтому миногу всегда только *жарят,* ибо этот способ обработки дает гарантию полного уничтожения в *раскаленном масле* (сжигания) ядовитой слизи (в то время как *варка* может привести к внедрению слизи в тело миноги и к полной порче продукта).

Минога – самая жирная рыба в мире (34 процента общего веса и свыше 50 процентов объема этой рыбы). Это обстоятельство также влияет на кулинарную обработку миног. Во-первых, миноги должны обрабатываться только абсолютно свежими, тотчас же выловленными – иначе жир почти моментально прогоркает, и рыба фактически портится.

Кроме того, жир может испортиться и после обжаривания миноги, поэтому ее полная кулинарная обработка непременно предусматривает: выдержку в маринаде или обработку маринадом после жарения, а также заливание (покрытие) слоем желе, чтобы защитить от воздуха поверхность. Поэтому пищевая промышленность выпускает (и может выпускать) только один вид блюда из этой рыбы: жареные миноги, залитые желированным маринадом.

Миноги водятся в Волге, реках Прибалтики, впадающих в Балтийское море, Амуре и его притоках. При домашнем приготовлении миног рекомендуется применять только указанную технологию: жарение, маринование, желирование – во избежание отравления.

МИНСА (от лат. *mensa* – стол). Термин, обозначающий полностью накрытый стол, не только засервированный, но и со стоящими на нем кушаньями, то есть полностью подготовленный к трапезе. Понятие минса связано целиком с эпохой Средневековья и отчасти эпохой Возрождения. Уже с начала Нового времени, особенно после Французской революции, *накрытым* столом считается засервированный посудой и столовыми приборами стол, кушанья к которому подаются лишь тогда, когда все обедающие сидят уже за ним. Этот обычай родился в ресторанах, где публика была незнакомой друг другу.

Минсы же применяются и теперь в особых случаях, когда надо избежать присутствия обслуживающего персонала. Таким образом накрывались столы во время Тегеранской и Крымской конференций. В некоторых случаях применяется также *антиминс* – второй стол со всеми кушаньями и необходимыми до конца обеда блюдами, за который либо пересаживаются после закусок и первого, чтобы съесть второе и третье кушанье, заранее выставленное, либо берут с него блюда на свой стол.

МИНСПАЙ (англ. *mince pies; mince* – крошеное, фарш; *pie* – пирог). Блюдо английской кухни, известное в других странах Европы как «рубленые пирожки», «маленькие паштеты», «английские паштеты», которые совершенно не могут передать сущности этого английского национального кулинарного изделия. Минспай приготавливается в Англии на Новый год наряду с *плум-пудингом* и *ростбифом* (см. с. 906 и с. 915), составляя вместе с ними традиционную рождественскую и новогоднюю триаду парадного застолья.

Минспай получил распространение с середины XIX в. и в международной ресторанной кухне, но за пределами Великобритании, Канады и Новой Зеландии приготавливается неправильно. Из его состава обычно исключается бараний нутряной жир (сало), который ресторанная кухня не всегда имеет в своем распоряжении и не считает совместимым с такими компонентами минспаев, как сахар, изюм, фрукты. Однако в результате замены бараньего жира маргарином или сливочным маслом вкус минспаев не просто резко ухудшается, но и становится другим, и вся прелесть и национальное своеобразие этого гастрономического изделия пропадают. Особенно потрудились над «исправлением» минспаев в ресторанах Германии и России, в результате чего это блюдо, завезенное узким кругом англоманов, совершенно не привилось и исчезло из ресторанных меню этих стран.

Состав и приготовление минспая. Свежие фрукты (яблоки, груши, сливы, пару долек апельсина и грейпфрута) нарезать мелкими кубиками или посечь, смешать с изюмом, также мелкорубленым, с бараньим салом, крутыми яичными желтками, посыпать сахаром и пряностями – гвоздикой, корицей, цедрой, перцем, сбрызнуть коньяком, завернуть в масляное тесто (200 г муки на 100 г масла), но оставить сверху небольшое отверстие для выхода пара, и выпечь в духовке.

МИРАБЕЛЬ. Западноевропейское и старое русское название раннеспелой желтой кислой сливы, известной ныне под названием алыча или ткемаль. Используется в кондитерской промышленности для приготовления варений, джемов, мармеладов, желе, обладающих тонким, приятным кисловатым вкусом. В кулинарии мирабель применяется при приготовлении закавказских соусов вторых и первых блюд и входит

в состав специальной пастилообразной заправки (тклапи), компотов, киселей, супов.

МИРОТОН (фр. *miroton*). Блюдо французской кухни, внешне имитирующее по составу плов (мелко нарезанное мясо и рис), но являющееся по методу приготовления и кулинарной логике абсолютно французским. Оно было создано еще в XVII в., когда французские дипломаты в Стамбуле восхищались в своих письмах и депешах турецким пловом, но не могли сообщить ничего вразумительного о секретах его приготовления. Они писали, что блюдо состоит из тающего во рту нежного мяса с рисом, что оно очень жирное, но легко усваивается и обладает очень интенсивной желтой окраской. На основе этих описаний французские придворные повара и создали миротон. Туда решили поместить самое нежное говяжье мясо или телятину, вначале отваренные, а затем слегка обжаренные в… сливочном масле, чтобы мягкость мяса была гарантирована. Для увеличения жирности рис для миротона варили в молоке, отдельно от мяса; для получения золотистой или желтой окраски смешивали рис после варки в молоке с крутыми желтками, не зная, что турки использовали для окраски куркуму или шафран, дающие плову не только неподражаемо красивый цвет, но и тонкий аромат.

В результате миротон оказался дорогим, трудоемким, но не особенно вкусным блюдом, вернее – заурядным по вкусу.

Попав с французскими поварами в Россию миротон был быстро преобразован на русский лад: измельченную отварную телятину стали обжаривать на свином сале, смешивать с грибами, жареной картошкой, заправлять желтками, сметаной и луком и запекать всю эту смесь на сковородке. Такой «французско-нижегородский» миротон был гораздо вкуснее. В Германии, Польше и Прибалтике переработали миротон по-своему: мелкие кусочки говяжьего мяса отбивали, панировали в желтке, варили с кусочками белого хлеба, замоченного в молоке и залитого яйцом или только желтками, – все это сдабривали большим количеством лука и слегка тушили. Немецкий миротон стал похожим на прусские клопсы (что также было вкуснее французского варианта).

Сложилось несколько видов миротона, но ни один из них не приближался к своему прообразу – плову, а еще более отдалялся от него. В самой Франции миротон был забыт, как только там научились готовить настоящий турецкий плов (в 70-х годах XIX в., после возвращения из Египта большой группы инженеров и мастеров, строивших Суэцкий канал и проживших в Оттоманской империи несколько лет).

Таким образом, в истории кулинарии миротон остался классическим примером того, как опасно приготавливать национальные блюда, руководствуясь только описанием их состава, но не имея представления об особенностях их технологии. Из такого приготовления, как правило, ничего не выйдет. А если и выйдет, то получится… миротон!

МИСКА. Сосуд для еды, но главным образом для приготовления пищи, для смеси салатов, винегретов, теста и т. д. Имеет вид глубокого блюда (первоначально обязательно имела ручки). Упоминается в русских книгах уже в XVII в., но фактически была известна еще ранее. Слово «миска» очень древнее, от глагола «мешать», «размешивать». Первоначально писалось «мешка», т. е. место, где мешают.

МИСЛА. Напиток из сока явора (клена ложноплатанового), приготавливаемый в Канаде и примыкающих к канадской границе штатах США. Явор растет на Черноморском побережье Кавказа и в Имеретии, а также в нескольких областях Западной Украины (Прикарпатье). Сок его в пищевой промышленности у нас не используется.

МИТИТЕЙ. Молдавское национальное блюдо из баранины, напоминающее собой по внешнему виду люля-кебаб. Отличительные особенности технологии – выдержка мясной массы для мититеев (фарша из баранины) до суток в холоде, но так, чтобы не происходило промерзания фарша. Причем к фаршу добавляется немного соды, что придает мясу иной вкус и своеобразную упругость. Для приготовления фарша используется специальная трубка-приставка к мясорубке, «выдавливающая» готовую колбаску – мититей, которую не приходится формировать руками, как люля-кебабы, а остается лишь загриллировать в течение 5–7 минут на гратаре (решетке), смазанном подсолнечным маслом. Настоящие молдавские мититеи должны быть длиной не менее 25 см. Они сервируются с квашеными перцами и баклажанами, помидорами и сельдереем, а также обильно поливаются чесночным соусом – муждеем.

МИХИ-МИХИ. Старое название прохладительных напитков, предлагаемых мелкими разносчиками на улицах крупных испанских городов. В разных частях Испании состав михимихи различен, но преимущественно они состоят из холодной ключевой воды, смешанной с небольшим количеством апельсинового сока или соков других цитрусовых, с добавкой цедры, местного красного вина и мизерных долей сахара.

МНЁВЫЕ (пироги, уха, сковрады; от древнерус. *мень* – налим). Термин древнерусской кухни, встречающийся в летописях и трапезных книгах монастырей вплоть до XVIII в. Применяется к ухе и пирогам, приготовленным из печени налима, или для обозначения ее, запеченной в сметане на сковороде («сковрады мневые»). Сами блюда (как и термин) бытовали только в Новгородской и Тверской Руси и были почти неизвестны южнее Волоколамска.

МНИХИ. Блюдо немецкой кухни, попавшее из Прибалтики в Польшу и западные губернии России и получившее здесь новое название и некоторое изменение в полуфабрикатах. В Пруссии и Прибалтике носило название «бедный рыцарь», а в Польше и России – «мнихи», т. е. «монахи», намекая на тевтонских и ливонских рыцарей, принадлежавших к ордену меченосцев. Некогда наводившие страх на население Прибалтики и Польши, тевтонские рыцари-монахи к XVII в., а особенно в XVIII в. представляли собой жалкие, обедневшие группки, вынужденные стать приживалками прусских, польских или курляндских магнатов. И питались они буквально объедками со стола помещичьего класса новых государств, возникших на месте Тевтонского ордена.

Поэтому самое примитивное и дешевое блюдо – хлеб, размоченный в молоке и слегка поджаренный, – окрестили в Прибалтике «бедным рыцарем». Это же «блюдо» в России приготавливалось из мелких «сушек», которые обваривали кипятком так, чтобы они немного разбухли (но не размокли),

а затем, чуть посолив, обжаривали в сале или масле. Оно-то и получило название «мнихов» и имело даже успех в конце XIX в. среди бедных интеллигентов, которые внесли в него небольшие поправки: размачивали сушки в дешевом вине, посыпали сахаром, корицей и обжаривали в сливочном масле. Такой дешевый и быстро приготавливаемый «десерт» подавали на вечеринках, к чаю. В 20-х годах нашего столетия мнихи делали в железнодорожных, так называемых «головных буфетах», дешевых столовых для студентов. Но уже в начале 30-х годов они исчезли из меню, а в 40–50-х их уже просто не знало новое поколение.

МОГА. Восточносибирское (забайкальское) собирательное название сушеных грибов. Первоначально (в XVII–XIX вв.) так называли только китайские сушеные грибы (муэр, иньер, куомо, сянгу, а также шампиньоны), но затем это наименование было перенесено на сушеные грибы вообще, в том числе и на русские (белые), что, разумеется, неверно. Могу привозили вместе с чаем китайские купцы на ярмарку в Кяхту, и она пользовалась огромной популярностью у местных жителей, но в отличие от чая не попадала в европейскую часть России, раскупалась на месте. «Хоть кусочек пирога из моги попробуешь, то всю жисть пироги из моги поминать будешь», – говорили забайкальцы. Особенностью приготовления моги, в отличие от русских сушеных грибов, было то, что могу необходимо было вначале размачивать в холодной воде около часа, а затем уже варить. В результате размачивания мога способна увеличиваться в весе от трех (куомо) до десяти (муэр) раз! Разные компоненты в составе настоящей китайской моги имели неодинаковое значение. Например, грибы куомо обладали сильным ароматом, грибы сянгу, не имевшие запаха, ценились за мясистость. Соединенные в составе моги разные грибы создавали гармоничное целое. Поэтому подбор моги требовал умения, и не у всех продавцов мога была одинаковая. Вот почему на забайкальские и иркутские ярмарки привозили порой огромные количества этого продукта, что открывало большие возможности его выбора.

МОККО (от искаженного *Мекка*). Наименование лучшего сорта кофе, поступавшего в прошлом на мировые рынки через Аравию. Ныне известен под торговым названием *арабика* и *йеменский*.

Мокко также называют шоколад, к которому подмешан для запаха порошок кофе любого сорта.

МОКК-ТЕРТЕЛЬСУП (англ. *mock turtle soup*). Западноевропейское ресторанное название супа, фигурирующего в меню под видом «черепашьего», но приготавливаемого из обычной говядины (телятины).

МОЛЕВО. Собирательное название, под которым в Восточной Сибири объединяют все жидкие горячие блюда – то же, что в европейской части России называют хлёбовом. Молевом может быть суп, жидкая каша, кисель и т. п.

МОЛОДЁЖНЯ. В XV–XVII вв. название помещения для производства солода в России, то же, что впоследствии – солодильня или солодовня.

МОЛОДЕЦ. Лицо, ведавшее в Новгородской и Псковской республиках, а также в Тверском княжестве сбором пошлины с производителей пива в XV–XVI вв. Он же определял и качество пива, если оно шло на продажу. (Удивительно, что во время футбольных и хоккейных соревнований на стадионах громче всех кричат «Молодцы!» именно те мужчины, которые после матча собираются у пивных палаток, хотя они наверняка не знают происхождения слова «молодец».)

МОЛОДИВО. Мясо новорожденного или недавно рожденного домашнего или дикого животного (ягненка, теленка, козленка, поросенка, лосенка), которое у всех народов мира строго запрещено было употреблять в пищу. Считается необходимым, чтобы тот или иной звереныш бросил грудь матери, только тогда он считается «взрослым», достигшим «убойного возраста». Обычный срок – три месяца, то есть 12 недель. До середины XVIII в. у русских вообще было запрещено есть телятину. Однако уже в конце XIX – начале XX в. церковью было разрешено привозить на продажу в обеих столицах даже мясо шестинедельных телят, что шло навстречу желаниям богатой интеллигенции и чиновничества. При этом начисто забывалось, что существующий со времен язычества *народный* запрет на молодиво носил не моральный, а *кулинарный* характер: мясо слишком молодого животного не только невкусно, водянисто, но и содержит ряд ядовитых веществ, накопленных в период эмбрионального развития и «вымывающихся» после кормления детенышей молоком.

МОЛОЗИВО. Молоко коровы, овцы, козы, кобылицы в течение месяца после отела. В молозиве содержится больше альбумина, чем в обычном молоке, оно имеет явно солоноватый вкус и моментально свертывается при попытках кипячения. У большинства народов молозиво запрещено употреблять не только из-за его отличия от молока по вкусу, но и из-за того, что оно должно идти в пищу новорожденных животных. Только после того, как жеребенок или теленок отсосет молозиво, разрешалось подкормить его хлебом или отварной картошкой. У туркмен, которые испокон веков забивают новорожденных ягнят на каракуль, при их тысячеголовых стадах остается, естественно, огромное количество неиспользованного молозива. Оно отдаивается, и на основе его производят местные мягкие и кувшинные сыры со сроком созревания 1–1,5 месяца.

МОЛОКО ТВЕРСКОЕ. Принятое в Московском государстве, а затем оставшееся в Московской области название *варенца* в XIII–XVIII вв.

МОЛОЧНО-ФРУКТОВЫЕ НАПИТКИ (или молочные коктейли). Быстроприготавливаемые с помощью миксера холодные напитки, содержащие молоко и фруктовый (или овощной) сок, а также добавки меда, сахара, пряностей, улучшающие общий вкус напитка.

Для молочно-фруктовых напитков используют, как правило, сок некислых фруктов (айвы, груши, манго), апельсиновый сок промышленного производства, а также свекольный и морковный. Молочная часть может состоять не только из цельного молока, но и из пахты, кефира, ацидофилина, катыка,

сливок. В силу своей крайней нестойкости молочно-фруктовые напитки употребляются сразу же по изготовлении, поэтому они перспективны при продаже за стойкой общественного питания. С диетической точки зрения они являются превосходным аперитивом, хорошим, полезным напитком для детей, легко усваиваются.

К молочным коктейлям относят также смеси молока с медом, яичным желтком и сахаром, с коньяком, ликерами или небольшими количествами густого сладкого десертного вина. Такие молочные коктейли в основном предназначены для взрослых. Они приготавливаются также с помощью миксера, соотношение смесей может варьироваться как угодно, но так, чтобы молочная часть всегда составляла 80–85 процентов.

МОНДАМИН. Кукурузный крахмал особо тонкой структуры – как пыль.

МОНПАНСЬЕ (фр. *Montpensier*). Мелкие разноцветные леденцы (красные, зеленые, желтые, фиолетовые), обладающие выраженным ароматом (в прошлом из-за примеси пряностей, ныне – соответствующих эссенций: грушевой, малиновой, вишневой, лимонной). Французское название этого типа леденцов принято было в России для отличия от русского крупного крашеного фигурного леденца («петушок» на палочке) и леденцовых конфет – прямоугольной или цилиндрической формы («Прозрачные», «Барбарис», «Театральные», «Мятные»). Название происходит от личного имени герцогини Монпансье, известной по романам Дюма как Гранд Мадемуазель. Поскольку термин «монпансье» прочно удержался в России за мелкими леденцами, то совершенно бессмысленно употреблять появившееся в последние годы торговое название – «монпансье леденцовое». Монпансье уже значит – мелкий леденец, продаваемый в прочной фабричной герметичной упаковке.

МОНТЭРОВАТЬ (фр. *monter* – подниматься, всходить, расти). То есть «сделать горкой» – французский кулинарный термин, означающий – добавить к соусу кусок холодного (замерзшего) масла непосредственно перед тем, как снять его с огня. Благодаря этому приему соус «подымается», делается воздушным.

МОРЕЛЬ. В русской торговле XIX в. под этим названием фигурировали два совершенно различных фруктовых продукта: 1) круглый, мелкий, красновато-темно-желтый абрикос, очень сладкий и раннеспелый; 2) крупная мясистая французская вишня. В обоих случаях название не ботаническое, а торговое и поваренное. Встречается постоянно в старых поваренных книгах без уточнения, какой из двух плодов имеется в виду. Определяется по характеру рецепта в целом.

МОРКОВНИК. Название морковных пирогов разного вида, встречающихся на территории сегодняшней России и за ее пределами. Обычный морковный пирог (русский) – узкий, продолговатой формы, закрытый, содержит в качестве начинки жаренную в масле и крепко посоленную морковь с луком. Восточносибирские морковники тоже продолговатые, но не узкие, иногда полуоткрытые, отличаются также начинкой: вместо лука в них употребляется сарана, черемша (колба), а морковь долго предварительно уваривается не в масле, а со сметаной, превращаясь в пюре. Это придает совсем иной вкус сибирским морковникам, которые к тому же делаются не из пшеничной, а из смеси ржаной и пшеничной муки (в соотношении 3:1). Наконец, в Прибалтике имеют распространение сладкие морковники как кондитерское изделие. Для их приготовления морковь предварительно натирается на терке, смешивается с сахарным песком и яичными желтками, а спустя час-два после выстойки – с пшеничной мукой до консистенции теста, после этого выпекается либо в виде небольших булочек, либо в виде длинных полосбатонов.

МОРОШКА. Болотная ягода, растущая на огромном пространстве от Белоруссии до Кольского полуострова. На сокращение ее ареала в западных областях Белоруссии и России повлияла мелиорация обширных районов. Имеет наряду с основным ботаническим названием ряд местных – глажа, каменица, моклака. Обладает приятным, нежным вкусом и тонким ароматом, идет на приготовление морсов, желе, мочений, квашений и ликеров. Лапландская морошка (она же мамура, хохлянка, княженика) дает чрезвычайно ароматный сок, используемый в Финляндии для производства всемирно известного ликера «Рубус камеморус» и мармелада-желе.

МОРС. Ягодный сок, как правило, разбавленный водой и слегка подслащенный. Один из древнейших русских национальных напитков, впервые упоминаемый в Домострое (XV–XVI вв.). Название византийского происхождения: от «мурса» – «вода с медом», искаженное латинское «мульса». Чаще всего морс приготавливается из клюквы, но также и из таких ягод, как вишня, брусника, красная смородина, малина, ежевика, черемуха, терн, то есть либо слишком костистых, либо собираемых в больших количествах и требующих быстрой переработки.

Для приготовления морса ягоды берут по объему или весу в два-три раза меньше, чем воды, и варят в течение 2–4 часов, в зависимости от объема. Затем сутки отстаивают, сливают, процеживают, а гущу отжимают; к полученному соку добавляют сахар или мед, иногда пряности, вновь нагревают до кипения, причем пену тщательно снимают. Полученный напиток герметически закрывают и хранят на холоде, лучше всего в леднике, так как в тепле или при комнатной температуре он может забродить.

МОРТАДЕЛЛА. Итальянская колбаса, приготавливаемая из свинины и говядины в пропорции 1:1 или 1:2. Основное место производства – Неаполь. Мортаделла служит основным наполнителем для неаполитанской пиццы.

МОТАЛ. Армянский овечий или козий сыр бурдючного типа, созревающий в козьих бурдюках от трех до четырех месяцев. Созревание идет с добавлением стеблей и листьев горного тимьяна, придающего моталу аромат. Сыр мотал производится в небольших количествах (до недавнего времени – непосредственно в колхозах); это жирный, рассыпчатый (крошащийся) сыр, не имеющий определенной формы, без внешней

корки и искусственного покрытия, представляющий собой бесформенные глыбы по 20–25 килограммов.

Мотал едят, завертывая его кусочки в лаваш и заедая зеленым луком, чесноком и базиликом. Запивают сухим, терпким красным вином кахетинского типа – норашен, арени, арташат, гарни.

МОЧАНКА. Белорусское национальное блюдо из обжаренных свежих свиных ребер, которые затем тушатся в глиняном горшочке с подливкой из молока, масла и муки. Мочанку едят с блинами.

МОЧЕНИЕ. Один из методов консервирования ягод и фруктов, применявшийся издревле в России. Мочению подвергают бруснику, клюкву, морошку, яблоки (из яблок мочат только антоновку) и лучшие, зрелые и неповрежденные, непобитые, непомятые плоды и ягоды.

Вначале их перебирают, хорошо чистят, моют (яблоки чистят щеткой или промывают в содовой воде). Чтобы ягоды и плоды не забродили, в мочение добавляют не сахар, а лакрицу, сообщающую сладость и одновременно препятствующую развитию микрофлоры, плесени. На каждые 10 кг яблок закладывают 200 г корня лакрицы, который кипятят дважды, каждый раз в 6 литрах воды, так, чтобы получить 12 литров лакричной воды. В лакричный кипяток, пока он еще не остыл, добавляют гвоздику и корицу, которые не подвергают кипячению. Охлажденным лакрично-пряным раствором заливают яблоки (или ягоду) в бочках, перекладывая слои яблок соломой, предварительно промытой и ошпаренной кипятком. Сверху также покрывают слоем соломы и ставят бочку (бак) на холод, в ледник, погреб. Сверху закрывают крышкой, плотно прижимаемой гнетом (грузом, камнем); хороший эффект дает груз из мешка, наполненного промытым и прокаленным речным песком. Приготовленные таким образом моченые яблоки могут сохраняться вплоть до нового урожая.

«МРАВЭЛ ЖАМИЭР». Старинная грузинская традиционная застольная песнь. Запевается в кульминационный момент застолья по указанию тамады лучшим запевалой данного общества или самим тамадой. (Общий смысл ее – «Многая лета!»)

МСТО. Древнерусский термин, аналог современного понятия «коктейль», означает сбитень, соединение двух или нескольких жидкостей, взбитых друг с другом. Наличие этого термина лишний раз доказывает чрезвычайное богатство русского языка, имеющего термины для обозначения любых понятий. Кстати, река Мста, впадающая в Ильмень-озеро, означает «взбитая, пенистая». Она получила это название из-за многочисленных порогов и высокого падения от истоков до среднего течения, делающего ее воду пенистой.

МТЁВЫЙ. Прилагательное, означающее «вяленый или сушеный продукт, сохраняемый в подвешенном состоянии в связках». Чаще всего – «рыба мтёвая». Термин употреблялся в русской кухне XV–XVII вв. в противоположность понятию «просольный», то есть пищевой продукт, засоленный и хранимый в бочках или в иной закрытой таре, в уплотненном состоянии. Например: «10 щук мтёвых, да просольных 8 щук».

МУЖУЖИ. Грузинский холодец из свинины. Особенностью мужужи является то, что блюдо приготавливается из двух видов компонентов (с одной стороны, из свиных ножек и хвостов, а с другой – из нежирного мяса поросенка), которые обрабатываются несколько отличными друг от друга способами, после чего соединяются в одно блюдо уже в сваренном состоянии. Обе части мужужи слегка маринуются винным уксусом, настоянным на эстрагоне и базилике. Уксус должен составлять десятую часть от объема отвара, которым заливается готовое мужужи. Блюдо подается холодным спустя сутки после приготовления с зеленым луком и другой пряной зеленью.

МУКА. Размолотое зерно злаковых или бобовых растений. Изготавливается, как правило, пшеничная, ржаная, ячменная (ячневая), гречневая, рисовая, кукурузная, овсяная, гороховая и соевая мука. В старину делали также полбяную и лебедовую муку из семян соответствующих растений.

Поскольку размол может производиться таким образом, что зазор между жерновами либо увеличивается, либо уменьшается, а дырочки различных сит, через которые просеивается после помола мука, также имеют различные сечения, то величина отдельных крупинок муки у разных сортов, на которые ее делят после помола, различна. Эти различия в тонкости помола влияют как на чисто физические, видимые качества муки (тоньше, мягче, белее), так и на ее кулинарные свойства (вкус, пропекаемость). До революции на небольших частных мельницах вырабатывалась мука так называемого разового помола, состоявшая из всех частей того зерна, которое поступало на размол. Такая мука обладала, как правило, высокими пищевыми и кулинарными качествами, хотя и зависела целиком от случайных свойств конкретного зерна. На современных технически высокоразвитых мукомольных заводах производится только сортовой размол муки, которая делится на крупчатку, высший, первый и второй сорт, а также обойную муку (из которой удалены оболочки и зародыш) и отруби. Практически такое деление касается только пшеничной муки, самой распространенной ныне. Мука остальных злаков делится на два-три сорта (так, ржаная подразделяется на обойную, обдирную и сеяную), а мука бобовых не сортируется.

Чем тоньше размол (помол) муки, тем мука (по мнению мукомолов) считается дороже, лучше, выше сортом (это правило не относится к крупчатке). Такие мукомольные критерии выработаны, однако, не на основании кулинарных показателей, а чисто экономических (муки более тонкого размола и, следовательно, более белой идет на один и тот же объем больше по весу, то есть мешок высокосортной муки будет тяжелее мешка низкосортной и должен быть поэтому дороже стоимостью).

На протяжении всей истории мукомольной промышленности ее деятели стремились к достижению более тонкого размола, к получению более белой муки. Однако с точки зрения кулинарных и пищевых, диетологических свойств слишком тонко размолотая мука хуже, чем мука крупного помола. Из муки более крупного помола хлеб и хлебобулочные изделия пропекаются гораздо лучше, мука же тонких помолов требует больше дрожжей на единицу веса, быстрее слеживается, быстрее впитывает влагу, а следовательно, скорее портится, не говоря уже о том, что искусственное, механическое

отделение муки из периферийных частей зерна от муки из его внутренних частей противоречит современным представлениям о пищевой и диетической ценности продукта.

Недаром крупчатка – мука, имеющая большое сечение крупинок, включающая в себя как периферийные, так и внутренние фракции зерна, – неизменно, на протяжении многих веков признается лучшей как среди мукомолов, так и среди кулинаров и потребителей.

Таким образом, вопрос о помоле муки имеет не только кулинарное, но и экономическое и здравоохранительное значение. Мука более тонкого помола требует и больше энергии (электричества, нефти, газа), и больше усилий по ее хранению (а следовательно, и больших затрат), хуже усваивается и менее полезна. Вот почему необходимо не увеличивать тонкость помола муки, а установить такие ее стандарты, которые соответствуют историческому опыту и кулинарной целесообразности. Поскольку речь идет о миллиардах тонн, вопрос этот приобретает серьезное государственное значение, он тесно связан с экономией средств в процессе мукомольного производства.

Хорошая мука должна иметь не белый, а кремовый оттенок слоновой кости, обладать свежим, приятным запахом свежемолотого зерна и скрипеть при сжимании ее между указательным и большим пальцами, а не оставлять на них след или клеиться к ним, а также не формоваться при нажиме.

Наряду с пшеничной мукой в кулинарном процессе часто используют и другие виды муки, особенно при приготовлении национальных блюд. Так, из кукурузной муки приготавливают итальянскую поленту и молдавскую мамалыгу, из смеси пшеничной с гречневой – настоящие русские блины, из смеси ржаной с пшеничной – карельские пироги (калитки), из ячменной и ячменно-пшеничной – латышские хлебцы (мешуплазенитис) и т. д. Кроме того, гречневая мука в чистом виде идет на приготовление украинских лемишек, а также используется в качестве небольших добавок в кондитерские изделия (в печенье). Овсяная мука идет на приготовление белорусских и польских супов (жура), а в смеси с пшеничной – на приготовление печенья. *Рисовая* мука используется в блюдах японской, китайской, вьетнамской, таиландской, кампучийской и лаосской кухни, а также является прекрасным средством *для панировки рыбы,* особенно морской, независимо от того, к какой национальной кухне данное рыбное блюдо относится. *Дело в том, что рисовая мука благодаря своему сечению крупинок и большой клеящей способности не осыпается во время жарения с рыбы и не создает тем самым возможности для пригорания, что наблюдается обычно при панировке продуктов другими видами муки.*

Мука картофельная не является мукой в собственном смысле этого слова – это крахмал, приготавливаемый, как и другие крахмалы, способом отмучивания, а не путем размола (о ее употреблении см. *крахмал*). Крахмал также можно соединять (купажировать) с различными видами муки для изготовления кулинарных изделий. Например, при смеси картофельной муки с пшеничной получают фабрикат для изготовления теста для так называемой таронской лапши, употребляемой в армянской кухне. Муку перед любым приготовлением необходимо просеивать: это делает ее суше, улучшает пропекаемость. Таким образом, разумно и со знанием используя различные виды муки и их купажи (смеси), можно не только разнообразить ассортимент и вкус приготавливаемых блюд, но и облегчить, ускорить, а также улучшить само качество приготовления.

МУЛИ-ЛЕГЮМ (от фр. *moulin* – мельница, и *legume* – овощи). Кухонное приспособление (ручная или электрическая машинка) для быстрого пюрирования фруктов и овощей.

МУЛЬ (фр. *moule* – форма). Формочки из тонкой жести или толстой фольги для отливки в них желе, плотных киселей, бламанже, муссов.

Указание в поваренных книгах «отлить в муль» означает разлить по формочкам только что приготовленный горячий кисель, желе и т. п.

МУСАКА. Турецкое блюдо, распространившееся и привившееся среди балканских народов, входивших в Турецкую (Оттоманскую) империю, – болгар, молдаван, валахов, македонцев и других.

Состоит из кусочков баранины, слегка отбитых (или из бараньего фарша, смешанного с сырым яйцом), которые закладываются в огнеупорный сосуд (посуду) между рядами различных овощей: лука, картофеля, баклажанов, помидоров, кабачков, – заливаемых смесью растительного масла, бараньего жира и сметаны и обильно сдабриваемых пряностями (чесноком, петрушкой, укропом, сельдереем, базиликом, перцем). Мусака запекается в духовке в течение часа, обладает исключительно приятным вкусом, ароматом и хорошей усвояемостью.

МУСКАТ. Сорт винограда и сорт вин, изготавливаемых из этого винограда (принадлежит к типу десертных вин). Родина производства муската – французские Пиренеи (Руссильон). Отсюда технология производства этого вина распространилась по всему Средиземноморью, а затем перешла и к странам Черноморского бассейна (Болгария, Россия). Лучшие мускаты продолжает давать Южная Франция. На высоком уровне стоит производство муската в Греции (самосский мускат) и на Кипре, для которого это один из главных национальных видов вина.

Из отечественных мускатов известны еще с довоенных 30-х годов – массандровские, созданные главным виноделом завода А. А. Егоровым, как, например, марочный «Мускат белый» и знаменитый «Красный Камень», а из послевоенных – кубанская марка – «Мускат янтарный», первая партия которого была произведена в 1966 г. в совхозе «Геленджик» под руководством главного винодела А. Н. Стася. Это марочное вино считается наилучшим среди всех десертных вин Краснодарского края. В том же совхозе выпускают ординарные десертные вина – «Мускат белый кубанский», «Мускат белый» и «Мускат розовый» (из них первый отличается более высоким качеством). Мускатные вина пьют при температуре 20–32 °С, когда ароматические и вкусовые свойства напитка раскрываются наиболее полно.

МУСКАТЕЛЬ. Название невысоких по качеству вин, имитирующих некоторые вкусовые и ароматические качества настоящих мускатных вин. Иногда мускателем называют

также шипучие вина с мускатным ароматом, достигаемым при помощи искусственной эссенции.

МУСКАТНЫЙ ОРЕХ. Пряность, получаемая путем специальной обработки орехов мускатного дерева и представляющая собой очищенное ядро этого ореха, которое сравнительно легко превращается в порошок на обычной терке. Мускатный орех поступает в продажу обычно не молотый, а в виде целого ядра, ибо так лучше сохраняется его аромат.

Основные производители мускатного ореха – Индонезия, Малайзия, острова Индийского океана – Тимор, Реюньон и другие.

Применяется мускатный орех в кондитерской и ликерной промышленности, а также в кулинарии при приготовлении соусов к мясу, домашней птице, в ливерных начинках, фаршах, в сладких блюдах. Дозировка крайне невелика, обычно при домашнем приготовлении – на кончике ножа. В сладкие блюда мускатный орех вносится после тепловой обработки.

МУСКАТНЫЙ ЦВЕТ, или **МАЦИС.** Пряность, получаемая из околоплодника мускатного ореха (ариллуса). По вкусу, аромату и цвету отличается от мускатного ореха. Применяется главным образом в кондитерской промышленности и при изготовлении десертных блюд и печений. Поступает в продажу в порошке, который имеет нежно-желто-оранжеватый оттенок и отличается от цвета тертого мускатного ореха, напоминающего цвет кофе с молоком.

МУСС (от фр. *mousse* – пена). Сладкое десертное блюдо, приготавливаемое из какого-либо *ароматического основания* (фруктового или ягодного сока, пюре, виноградного вина, шоколада, кофе, какао и т. д.), дающего вкус и название тому или иному муссу, и из *вспомогательных пищевых веществ, способствующих пенообразованию и фиксации пенистого состояния* мусса (желатина, агар-агара, яичных белков), а также из *сахара* (сахарина, меда, патоки), сообщающего блюду сладкий вкус или усиливающего его.

Наряду с этими тремя основными компонентами в муссе могут присутствовать и другие, дающие, как правило, дополнительный ароматический или вкусовой акцент или усиливающие вкусовые качества мусса. К ним относятся: молоко, яичные желтки, сливки, сливочное масло, различные пряности, коньяк, ром, варенье.

Технология приготовления муссов постоянно менялась в течение веков, что было связано как с изменением применяемых фиксаторов ценообразования (рыбий клей, агар-агар, животный желатин, яичный белок), так и с использованием их сочетаний, а также вследствие того, что менялась техника получения пенистого состояния (от ручных сбивалок, серебряных веничков до современных электромиксеров). Кроме того, на порядок приготовления муссов влияет иногда и характер основного сырья – фруктового пюре, ягодного сока, вина или плиточного шоколада.

По всем этим причинам технология приготовления муссов в поваренных книгах, изданных в разное время, излагается различно. Более того, иногда под названием «мусс» рекомендуют приготавливать такое изделие, где место яичных белков и желатина занимает «заменитель» в виде манной крупы, которая, как известно, способна хорошо разбухать и обладает крахмало-клеящими свойствами, что позволяет приблизительно имитировать муссообразное состояние блюда. Хотя такие блюда и съедобны, их никак нельзя считать муссами – ни по своему составу, ни по вкусу, ни по технологии.

Настоящие муссы, так как они были созданы в XVII в. французскими придворными поварами, в сущности, исключают любое искусственное закрепление пенообразного состояния, в том числе – применение желатина, обычно всегда используемого во фруктово-ягодных муссах, что делает их похожими на взбитое желе, близкое по вкусу к другим желированным блюдам. Настоящий французский мусс использует только естественную пену яичных белков, фиксируемую при помощи замораживания, а если и использует желатин, то лишь в сочетании с белками и притом в чрезвычайно малых дозах, вдвое меньших по сравнению с желе.

Приведу ниже пример классического французского шоколадного мусса, удобного тем, что его изготовление не зависит от времени года (как ягодных) и в то же время обходится без желатина, что также упрощает приготовление. Вместе с тем в нем сохраняются все классические операции приготовления мусса. Французский шоколадный мусс – дорогой, вкусный и изысканный десерт, который может с успехом украсить новогодний и любой парадный стол.

СОСТАВ
(В РАСЧЕТЕ НА 8 ПОРЦИЙ)

4 яйца (желтки и белки берутся отдельно!),
100 г сахарной пудры,
200 г коньяка (рома, столичной водки),
175 г шоколада (плиточного, лучше плотных сортов),
3 ст. ложки горячей воды (кипятка),
соль на кончике ножа.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Желтки и сахарную пудру взбить в пенистую массу веничком, влить алкоголь, поставить сосуд на горячую водяную баню и непрерывно продолжать взбивать до тех пор, пока все содержимое не обратится в пенистую массу (примерно через 10 минут), затем сразу же переставить сосуд с пеной на лед (или снег) и продолжать взбивать, чтобы не дать массе осесть, и довести ее до охлаждения во взбитом состоянии. Полученную массу № 1 держать на холоде.

2. Распустить в чашке с горячей водой ложку растворимого кофе, накрошить туда шоколад, растереть его в гладкую массу и поставить в водяную баню, полностью растопить, все время помешивая, и затем остудить. Это будет масса № 2.

3. Масло растереть до мягкости, добавить туда постепенно ложками шоколадную массу № 2, хорошо перемешать. Это будет масса № 3.

4. Полученную массу № 3 вмешать постепенно, продолжая взбивать, в массу № 1, в результате чего из всех продуктов получится единая масса «А», которую надо держать в посуде, стоящей в ведре со снегом.

5. Яичные белки взбить с солью в миксере в массу «Б».

6. Массу «Б» брать ложками и осторожно вмешивать в массу «А», после каждой порции взбивая и поддерживая ее пенистое, кремовидное состояние.

7. Закончив соединение обеих масс, поставить взбитый крем-мусс на 6 часов в холодильник, обязательно плотно прикрыв крышкой.

Подавать в больших стеклянных бокалах.

Обычный, рядовой мусс из фруктово-ягодной основы, изготовленный с помощью желатинного фиксатора, получил распространение в нашей стране через немецкую кухню и назывался одно время более правильно – *взбитое желе.* Это блюдо приготавливается так:

1. ***Сварить жидкий*** сахарный сироп.

2. Распустить в нем размоченный заранее в холодной воде желатин.

3. Присоединить ягодный (или фруктовый) сок (или пюре) и какую-нибудь пряность (ваниль, цедру, корицу), а также доложить сахар по вкусу.

4. Процедить полученную жидкость.

5. Переставить ее на лед (снег) и взбивать веничком до тех пор, пока вся жидкость не превратится в пенистую массу, которая не будет спадать с веничка или ложки.

6. Разлить полученную массу в муль (формочки), поставить в холодильник на несколько часов для застывания. При подаче, чтобы усилить или разнообразить вкусовую гамму муссов, их гарнируют либо взбитыми сливками, либо каким-нибудь фруктово-ягодным соусом, более ярким и резким по вкусу, чем сам мусс.

МУССЕК (англ. *Moussec*). Фирменное название английского игристого вина, приготавливаемого из яблочного сока или привозных виноматериалов. Качество невысокое.

МУСТ (от лат. *mustus* – молодой, новый, свежий). Техническое наименование свежего виноградного сока, полученного после первичного отжима на винодельческих заводах и не успевшего забродить, а также не обработанного еще сернистым ангидридом (пищевым закрепителем) или другим консервантом.

Муст имеет приятный, естественный, полный вкус свежих ягод, но мутный, розовато-сероватый, непривлекательный непрозрачный внешний вид. На винодельческих заводах муст используется дегустаторами вина для запивания (смыва) винных проб.

МУФФИН (правильнее – маффин, англ. *muffin* – пышка). Блюдо английской национальной кухни – «оладьеподобные» чайные булочки (пышки), традиционно подаваемые в респектабельных английских семьях зимой к утреннему чаю горячими, со сливочным маслом.

СОСТАВ

250 г пшеничной муки,
100 г масла,
100 мл молока (полстакана),
50 г сахара,
30 г дрожжей,
2 яйца.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Смешать сухие компоненты (муку, сахар).

2. Согреть молоко до 30–35 °С, развести в нем дрожжи, затем масло, взбить яйца, и все «мокрые» компоненты соединить.

3. Соединить «сухую» и «мокрую» части в тесто, взбить его, чтобы оно стало гладким и эластичным, поставить на час до подхода.

4. Тесто разделить в маленькие, смазанные маслом формочки, наполнив их до половины, смазать сверху маслом и выпечь в течение 15 минут, после чего сразу же подавать к столу.

МХАЛИ. Грузинское блюдо, своеобразный салат, приготавливаемый из какого-нибудь основного овоща, составляющего около 90 процентов всей массы блюда, и из одинаковой, почти неизменной для всех видов мхали заправки. В качестве основных овощей для мхали используют обычно свеклу, капусту, шпинат, сладкий перец. По ним и называют мхали – свекольное, капустное, шпинатное и т. д. В состав заправки обязательно входят грецкие орехи (толченые, растертые в порошок), винный уксус (или сок незрелого винограда, граната), чеснок, кинза, красный перец, зелень петрушки, соль. Иногда добавляют еще хмели-сунели, укроп, а также лук, в зависимости от характера основного овоща.

Отличие мхали от обычных салатов состоит в том, что овощи, входящие в него как основные, обязательно подвергаются тепловой обработке, в то время как овощи, входящие в заправку, остаются свежими.

Тепловая обработка состоит чаще всего в отваривании или, точнее, в припускании в малой воде (шпинат, капуста, сладкий перец), иногда же основные овощи пекут (свекла) или бланшируют (зеленый лук, бамия), после чего измельчают и перемешивают с заправкой.

Сочетание отварных или печеных овощей со свежей пряной зеленью и орехами создает особый, оригинальный вкус, отличающий мхали от других овощных блюд.

МЫЛЬЦЫ. Застуженный гороховый кисель смоленского изготовления. Им торговали как готовым блюдом на рынках, в местах скопления народа.

МЫТЕНИЦА. Болгарское кушанье, используемое и самостоятельно, и как приправа. Состоит из болгарского кислого молока (йогурта) с толченым чесноком и красным перцем, выдержанного в течение нескольких часов или одних суток. Употребляется с мясными и овощными блюдами.

МЮНСТЕР. Один из древнейших в Европе видов сыра, законченный тип которого был создан еще в VII в.! Производился первоначально в Вогезах (горная система в Эльзас-Лотарингии). Мюнстер относится к мягким сырам, он имеет в качестве оболочки мягкую, белую микрофлору; внешне выглядит, как плоский цилиндр весом от 125 г до 1 кг, жирность 45–50 процентов, изготавливается из коровьего молока.

Мюнстер запивают либо вином типа «траминер» (Молдавия, Закарпатье), либо сухим красным терпким вином.

МЮСЛИ. Дробленые или сплющенные пшеничные зерна (хлопья), перемешанные с сухофруктами (изюм, инжир, чернослив) и орехами. Мюсли подаются в Англии на завтрак с молоком и сахаром к чаю.

В 60-х годах применение мюсли в пищу получило широкое распространение в других европейских странах, став одним из излюбленных наборов в питании «сухоядцев» (приверженцев безогневой кухни).

МЮСОСТ (норвеж. *Mysost*). Норвежский национальный сыр, предмет гордости норвежцев. Известен с IX–X вв. Еще викинги брали его с собой в больших количествах во время своих морских походов в другие страны как прекрасно концентрированный, стойкий, не подверженный порче пищевой продукт. Мюсост вырабатывается из смеси сывороток коровьего и козьего молока и принадлежит к типу полутвердых сыров, его консистенция напоминает чеддер; цвет мюсоста – характерный, не имеющийся у других видов сыра – темно-бежевый, а вкус своеобразный: пряно-сладковатый. Мюсост в отличие от других сыров не имеет никаких повторений или аналогий в мировом сыроделии. Это чисто норвежское изобретение. По норвежскому рецепту (и лицензии!) мюсост вырабатывается также в Швеции и Исландии – выпускается в виде «караваев» на 1,5 кг, жирность низкая – от 10 до 33 процентов, благодаря чему обладает высокой степенью сохранности. Мюсост, сделанный из чистой козьей сыворотки или козьего молока, носит название «Гьетост» и распространен в Восточной и Северной Норвегии.

МЯТА. Пряное растение, встречается в диком и садовом виде и используется в кулинарии, кондитерском деле и в ликероводочном производстве. В кондитерской и ликерной промышленности применяют мятное масло, получаемое из перечной (немецкой) мяты, и используют его главным образом в ликерах и пряниках. В кулинарии используются только кудрявая (английская) и яблочная мята, которые не дают горечи при нагревании. Мяту в порошке применяют для добавки к мясным фаршам, а в виде свежей зелени – в мясные и кисломолочные супы и в салаты. Особенно широко использует мяту азербайджанская кухня.

- Н -

НАБЛЮДНИК. Забайкальское и восточносибирское обозначение нахлебника, квартиранта, снимающего у хозяев койку, угол или комнату вместе с хозяйскими харчами (столом).

НАВАГА. Небольшая рыба (25–30 см) из семейства тресковых, ловлей которой веками традиционно занимаются в Архангельской области. Название – саамского происхождения, принято с XVI в., когда навага впервые появилась на русском столе. Ловят рыбу с декабря по февраль. Лучшая навага – мезе́нская, то есть отловленная в устье реки Мезе́ни. Она имеет стандартные размеры и вес, нежную с приятным запахом мякоть. Навага всегда отправлялась мороженой (мерзлой) прямо с места лова в столичные города вплоть до середины 30-х годов XX в. на санях, что гарантировало неразмораживаемость рыбы до попадания ее на разделочный стол. Размороженная навага утрачивает свою кондицию и вкус.

Навагой также иногда называют крупную рыбу, обитающую на Дальнем Востоке. В кулинарном отношении эта дальневосточная навага не имеет ничего общего с мезенской.

Навагу используют в основном для жарения. Ее разделывают мороженой, покрытой пушистым инеем, что служит признаком хорошего качества. Голову, как и у всякой морской рыбы, отсекают; панируют только в муке или в муке со взбитым яйцом. Панировку смешивают с крупной солью. Гарнируют картофелем и жареным луком. Жарят на растительном масле или на смеси свиного жира с подсолнечным маслом.

В старину московская кухня использовала также маринованную навагу как холодную закуску. Для этого обжаренную навагу заливали маринадом на два-три дня, после чего ели с горчицей.

НАВАР (более ранняя форма – *навара*). Русское обозначение бульона (с XVI до XVIII в.); позднее – отвар, то есть результат выварки мяса, рыбы или овощей. Отсюда наваристый – хорошо укипевший, упревший, загустевший, то есть более концентрированный, потерявший в процессе кипения часть воды.

НАДРЕЗАТЬ КРАЙ. Кондитерский термин, означающий: сделать ножичком аккуратные, неглубокие надрезы на стенках сырых, еще не посаженных в печь сладких пирогов или тортов из слоеного, песочного или миндального теста, подверженных крошению при разрезании в готовом, испеченном виде. Надрезы делаются с той целью, чтобы гости за столом, следуя этим едва заметным наметкам, без труда смогли бы правильно и красиво, не обделяя никого, нарезать пирог или торт на порции. Для того чтобы *надрезать край,* кондитер всегда должен заранее знать число приглашенных гостей, а в случае, если это невозможно, делать как можно большее число таких надрезов.

НАДРЕЗКА. См. *карбование.*

НАЖ (от фр. *à la nage* – вплавь). Термин, обозначающий отваривание какого-либо изделия (например, пельменей, вареников, лапши) в бульоне или ином отваре, который после этого не будет использован для еды. Указание сделать блюдо *а-ля наж* всегда означает, что повар может вводить в отвар повышенные дозы соли, уксуса, вина и пряностей, чтобы главное внимание обратить на создание вкуса готового отварного блюда, не заботясь о вкусе бульона, т. н. кур-бульона, который в таком случае выбрасывается.

Методом наж отваривают лангустов, омаров, раков, креветок, а из тестяных – вареники, манты (имеющие более грубое тесто), но не отваривают дюшпару, равиоли, хинкал, которые едят часто с бульоном.

НАЗВАНИЕ БЛЮД. Разделяют на несколько категорий. Первая – это древнейшие (необъяснимые), происхождение которых забыто, или слова, которыми они названы, не могут быть объяснены аналогами современного языка. К таким названиям относятся – щи, уха, каша, хлеб, кулага и др. Менее древними являются названия блюд, которые говорят либо об их содержании, либо о форме, способе приготовления, назначении в застолье или посуде, в которой эти блюда традиционно приготавливаются (эти названия можно объяснить на основе современного языка). Таковы: пирог, кисель, вареники, окрошка, пельмени, шашлык, пастила и др. Все названия

такого типа возникли стихийно во всех странах Европы до XVI в. включительно.

С XVII в. французская кухня впервые вводит новые, искусственные, а не народные названия блюд, где содержится указание на сырье (говядина, баранина, рыба, крабы, овощи), а также на конкретную часть или качество этого сырья (у мяса – грудинка, вырезка, ссек, окорок; у растений – молодые, зеленые, свежие) и на способ приготовления (отварное, жареное, запеченное, тушеное). По этому типу с XVII, а особенно с XVIII в. создаются названия блюд во всех европейских странах, которые первоначально либо сохраняются в их французском «обличье», либо буквально переводятся (калькируются) на соответствующий язык. Примерами таких названий являются: суп-пюре из молодого гороха с рисом; суп из сига с перловыми крупами; соте́ из телячьей печенки; филе баранье на хребтовых костях; телячья грудинка, фаршированная черносливом; отварная говядина-кострец с овощами; желе вишневое с вином токайским и т. п.

Одновременно, начиная с XVII в., во Франции и в других странах Европы (в России с XIX в.) распространяется мода давать названия блюдам по фамилии их создателя (мнимого, вымышленного, легендарного или действительного) или по имени того лица, которое их впервые заказало или особенно любило.

В России такие «именные» блюда имели двоякое происхождение: они либо создавались самими вельможами, отдававшими весь свой досуг кулинарному творчеству (например, граф Гурьев, князь Одоевский, барон Нессельроде), либо выдумывались безвестными крепостными поварами в честь именитых в свое время лиц, у которых они служили: в честь графов Шуваловых, премьер-министра Киселева, историка Карамзина и др. Небольшое число именных блюд было создано выдающимися придворными поварами Эмбером (маседуан, рассольник) и Радецким (булка, паштет, котлеты, суп). Царским повелением фамилии авторов разрешено было официально закрепить за этими блюдами, когда их уже утвердила молва.

Наконец, в XIX в. с открытием в России «ресторацій» некоторые блюда, приготавливавшиеся в этих заведениях, постепенно, стихийно получили названия владельцев: котлеты Пожарского, фрикасе Талон, «русский салат» Оливье и т. д. «Русского колорита» в этих названиях было крайне мало.

В самом конце XIX – начале XX в. в мелких ресторанчиках, трактирах, харчевнях в целях рекламы, а также вследствие плохой осведомленности о подлинных названиях тех или иных яств европейской или восточной кухонь, заимствованным блюдам стали давать в качестве «приставки» к их названию и наименование той или иной страны, города или народа. Так появились баранина по-турецки, суп-пюре по-гамбургски, плов по-бухарски, цыплята по-провансальски, биточки по-казацки, борщ по-литовски и т. п., которые имели мало общего с фактическим составом и способом приготовления в духе той или иной национальной кухни, но были в целом вкусными блюдами.

Эта тенденция давать квазинациональные наименования сохранялась в поваренных книгах XIX – начале XX в., и поэтому к блюдам с подобными названиями следует относиться крайне скептически: их состав, вкус и качество нередко зависели исключительно от места, где их приготавливали, а их рецептура сильно видоизменялась в каждой поваренной книге.

После Октябрьской революции 1917 г. повсеместно, и в быту и в столовых (частных и общественных), до начала 30-х годов стали возвращаться к простым, национальным названиям блюд или же называть их как можно проще, исходя из фактического состава (суп перловый, лапша куриная, жаркое из баранины, судак отварной, каша рисовая, сосиски с горошком, клюквенный кисель, вишневый компот), то есть в основном обходиться существительным и прилагательным. Это отвечало и общей атмосфере скромной деловитости, характерной для довоенного времени.

После Второй мировой войны в ряде ресторанов под видом «новых», а точнее «фирменных» блюд стали появляться надуманные названия, характерным признаком которых было всегда использование какого-либо «громкого» имени. При этом «новое» название нисколько не связывалось с фактическим содержанием блюда, а давалось, как правило, в связи с каким-нибудь случайным признаком. Так, например, бифштекс из вырезки, зажаренный не в духовке, а на сковороде (то есть неправильно), стали именовать «мясо по-суворовски», хотя Суворов такого блюда не употреблял, а название было дано потому, что ресторан находился на Суворовском бульваре. Подобные названия только искажали представление о том или ином блюде.

История названия блюд свидетельствует, что вначале рождалось то или иное блюдо, а затем ему приписывалось и в конце концов за ним закреплялось то или иное название.

Названия блюд, созданные многовековым развитием каждого народа, должны оставаться национальными, неизменными и строго соответствовать традиционному своему содержанию и связанной с ним технологии.

НАЗВИНЫ. Званый пир в XI–XVII вв. в Псковской, Новгородской и Тверской Руси. Название частично сохранилось в указанных областях вплоть до конца XIX в.

НАЗУК. Армянское национальное изделие. Приготавливается как сладкое, так и соленое из слоеного теста с масляно-мучной начинкой.

НАКАТИТЬ. Термин русской кухни. Означает залить что-либо водой или молоком, бульоном так, чтобы жидкость покрывала продукты, предназначенные для дальнейшей тепловой обработки. Термин употребляется в поваренных книгах XVIII–XIX и начала XX в., например, «фасоль перебрать, промыть и накатить».

НАКАШНИК. Глиняная покрышка в форме блюда на горшок, в котором ставилась каша в печь, с целью ее лучшего распаривания.

НАКВАСНИК. Рядно (грубый, вдвое сшитый редкий холст или мешковина). Применялось для покрытия кадок с квасом, чтобы квас одновременно дышал и не был бы доступен пыли и так называемым диким дрожжам, способствующим порче кваса и его быстрому скисанию.

НАКВАШЕННИК. Тяжелый, из дюймовых досок деревянный круг с ручкой сверху, которым накрывают квашню с те-

стом, чтобы оно не убежало. Название сохранилось в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке, особенно среди потомков местных приамурских казаков.

НАКИПЬ. Все то, что остается в процессе варки жидкостей на стенках посуды, то есть грязь, сор, а также растворенные в воде минеральные соли и другие вещества. Накипь, образующаяся на поверхности жидкости во время варки в ней овощей, фруктов, грибов, мяса, рыбы, круп, называется *пеной* (см. с. 902) до тех пор, пока она не уваривается и не густеет (темнеет), превращаясь в темные кольца, то есть собственно в накипь на стенках посуды.

Такая накипь является как бы концентрацией явного или скрытого сора, присутствующего в продуктах, недостаточно тщательно очищенных и промытых. Она быстро растворяется и может ухудшить вкус блюда. Удалять накипь надо чистой тряпочкой, смоченной в холодной воде.

Накипь от кипяченой воды на стенках чайников, кастрюль, котлов, самоваров состоит из растворенных в сырой воде минеральных солей.

НАКРЕНУТЬ ТЕСТО. Русский народный термин, означающий «испортить тесто» тем, что, не давая ему спокойно и хорошенько закиснуть, часто приоткрывать крышку квашни или кастрюли и смотреть, не подошло ли оно. Выражение: «Ну вот, накренула тесто!» – употребляется всегда с оттенком осуждения нерадивой или нетерпеливой хозяйки. Как правило, «накренутое тесто» плохо пропекается, дает *закал* (см. с. 826), чем и обнаруживается нетерпеливость или суматошный, непоседливый нрав хозяйки.

НАКРЁПОК. Западнорусское, в основном тверское и псковское, обозначение русских пирогов с кашей, поверх которой кладут тонкие ломтики соленой красной рыбы. Название происходит от этой особой (и особенно вкусной) начинки, называемой накрёпка, то есть наглухо закреплённая, как бы стянутая рыбными пластами начинка из рассыпчатой каши. От названия указанных пирогов происходит и существительное накрёпа, то есть обжора, любитель вкусных пирогов.

НАЛЕСНИКИ (от польск. *nalesnik* – налешник, блинчик). Блюдо, широко распространенное в ресторанном и общественном питании (столовые домов отдыха) и проникшее в Россию из польской кухни во второй половине XIX в. В международных меню неправильно указывается как блюдо русской кухни. Часто искажается как по названию, так и по приготовлению. Неверные названия (налисники, налистники, налишники) происходят от непонимания смысла первоначального польского названия: *налешник* – это то, что наливают на сковороду, то есть жидкое, хорошо льющееся тесто, превращающееся в тонкий блинчик.

Настоящие польские *налешники* делают только с творожной начинкой, которую наносят на блин после того, как одна сторона его уже обжарилась и он перевернут на противоположную, еще сырую сторону. Пока эта сырая сторона обжаривается, готовая поверхность блинчика смазывается слегка сырым яйцом и тотчас же покрывается **ТОНКИМ** слоем творога, после чего готовый блинчик-налешник сворачивается в трубку как рулет. При подаче на стол налешники нарезаются так, что становится видно, как чередуются слои творога и теста. Подаются либо со сметаной, либо со слегка подслащенным белым масляным соусом.

Налесники проникли в русскую ресторанную кухню в период, когда рестораны ориентировались на французскую систему подачи и ассортимента блюд, как блюдо *антреме* (см. с. 783), которое должно было подаваться между вторым мясным (или рыбным) и десертом. В русской кухне своих антреме не было, поэтому налесники привились как удобное во вкусовом отношении переходное блюдо.

Когда же вместо правильных налесников приготавливают блинчики, начиненные творогом, то смысл этого блюда совершенно утрачивается – оно становится не легким переходом от второго к третьему, а тяжелым и невкусным блюдом, так как и тесто блинчиков портится (отмокает или подгорает, подсушивается при передержке), и начинка вместо воздушной превращается в кусок тяжелого склеенного творога, отбросившего кислую сыворотку.

Вот почему если и сохранять ныне налесники в нашем меню, то лучше всего использовать их как горячее на ужин или в качестве третьего блюда для обеда, но в этом случае обязательно подавать с белым масляно-яичным соусом, подслащенным и ароматизированным ванилином.

НАЛИВА. Жидкая или полужидкая начинка из творога с сырым яйцом либо вареньем для пирогов и ватрушек.

НАЛИВАШНИК (или *наливушка*). 1. Открытый пирог в виде широкой и высокой ватрушки, начиненный творожно-яично-медовой начинкой (распространен в Костромской, Вологодской, Вятской областях). 2. Жареные (пряженые) в масле пирожки треугольной формы с вареньем, приготовленные из крутого теста, замешанного на растительном масле. Начинка в них бывает только в одном углу (распространены на Среднем и Нижнем Поволжье).

НАЛИВКА (наливки), или *русский ликер* (ликеры). Алкогольный напиток ликерного типа, содержит высокий процент сахара (28–40 г на 100 мл).

Характерным признаком наливки (отличающим ее от других алкогольных напитков и, в частности, от настоек) является высокая степень содержания в ней экстрактивных веществ (сока ягод, фруктов). В то же время крепость, то есть степень содержания спирта, по которой формально отличаются наливки от настоек и других алкогольных напитков, служит лишь внешним признаком, ибо вкус, аромат, консистенция напитка определяются исключительно экстрактивными веществами. Употребляют наливки, как и ликеры, с кофе, чаем, для сдабривания кондитерских изделий, пропитывания бисквитов или тортов, для добавок в желе, компоты, муссы. Приготавливаются путем сцеживания сиропа от засыпанных сахаром ягод в бутыли, а затем добавлением к этому сиропу этилового спирта или водки.

НАЛИВНАЯ УХА. Уха из живой рыбы, в основном из стерлядей, когда молодых, только что выловленных неводом живых особей клали в котел и заливали крутым кипятком.

Такое блюдо было известно только в России, приготовить его можно было только весной или зимой, когда кишечник рыбы был пуст и ее можно было не чистить.

НАЛИВНОЕ, НАЛИВНОЙ, НАЛИВНЫЕ. Прилагательное, означающее *полноценный, свежий, высококачественный, неповрежденный, чистый, первосортный* в приложении к пищевым сырым продуктам (яблокам, ягодам) и означающее также, что их можно использовать для приготовления наливок и мочений.

НАЛИВОЧНАЯ КРУЖКА. Дополнительная надбавка, которую наливали бесплатно сверх каждого ведра водки при отпуске ее в кабаках в XVII в.

НАЛИМ (мень, менёк, мнюх). Речная рыба, у которой в русской кухне использовалась только печень. Сам налим в еду не шел, его обычно отдавали собакам, а если и приготавливали его мясо, то кожу обязательно снимали. Налимья же печень либо опускалась в стерляжью или осетровую уху, либо использовалась отдельно в качестве начинки (с луком) в мнёвых пирогах. Вес налимьей печени обычно составляет 12–15 процентов от веса всего налима; таким образом, полупудовый налим имеет килограммовую печень.

НАЛИТКИ. Русское название блинчиков в XVI–XVII вв. Налитки делали, как и блины, из смеси пшеничной и гречневой муки, но без дрожжей и с большим содержанием яиц и масла, которые добавляли в жидкое тесто.

ПРИМЕРНЫЙ СОСТАВ ТЕСТА:
по 2 ст. ложки с верхом пшеничной и гречневой муки,
3/4 стакана воды,
5 яиц,
50 г масла;
все сильно взбить.

НАЛИТЫШ. Оставшееся в Карелии (в Заонежье и на Беломорье) среди смешанного карело-русского населения название небольших блинов.

НАМОКИШ. Тюрька из хлеба пополам с молоком или водой, которую делают для грудных детей. Название принято в основном в Восточной Сибири и в Забайкалье.

НАПЕТТА (фр. *nappette* – скатерочка, платочек). Индивидуальная маленькая скатерка-салфетка, которую кладут поверх большой, общей скатерти специально под прибор или под общие блюда (супницу, хлебный лоток, блюда с закусками и т. п.).

НАПИРОЖНЫЕ УКРАСЫ. Русское название (вплоть до середины XIX в.) различных декоративных украшений на тортах и пирожных, нанесенных на их поверхность после выпечки холодным способом: либо при помощи отдельных накладных деталей, заранее изготовленных из шоколада, сахара (карамели), безе, засахаренных или глазированных фруктов и т. п., либо при помощи кремов, варений, взбитых сливок, выдавливаемых через кондитерский шприц (мешок) и набор корнетов.

НАПИТКИ (с XII до середины XIX в.: пиво, пойло, пивье, питье, напои, напивки – все то, что пьют). Термин, объединяющий чрезвычайно разнородные группы пищевых фабрикатов по их чисто внешнему признаку (жидкость). Уже исстари было принято делить напитки на две большие группы: утоляющие жажду, или прохладительные (безалкогольные), и горячительные, возбуждающие (алкогольные).

Более правильное с научной и кулинарно-пищевой точки зрения следующее подразделение напитков:

А. НАПИТКИ, ОСНОВАННЫЕ НА НАТУРАЛЬНОМ СЫРЬЕ.

1. ***Естественные напитки:***

а) полностью естественные или натуральные, то есть имеющиеся в природе и применяемые человеком без их изменения. К ним относятся: вода, молоко, минеральные воды, сыта медовая (разведенный в воде мед), свежие соки деревьев (березовый, кленовый), овощей, фруктов, ягод, орехов (кокосовое молоко);

б) естественные по пищевому материалу, но приготовленные специально человеком в результате особой обработки, ферментации, без всяких дополнительных стимуляторов или фиксаторов, исключительно с применением кипяченой воды или даже без нее. К ним относятся: кумыс, чал, шубат, айран, тарак, чай, кофе, какао, мате, онсе, водички ягодные, морсы, квасы, кислые щи.

Все напитки этой группы абсолютно безвредны, могут употребляться как взрослыми, так и детьми, а большая часть из них обладает целебными свойствами и используется при различных специфических заболеваниях как своего рода лекарство.

2. ***Напитки, содержащие алкоголь, но не содержащие сахара*** и созданные на основе обработки высококачественного натурального сырья:

а) сухие виноградные вина, национальные виды пива, приготовленные в домашних условиях из отборного ячменного или ржаного солода; питьевые меды ставленого типа, а также ягодные меды;

б) алкогольные напитки, полученные в результате многократной дистилляции высококачественного исходного сырья: винограда, яблок, ржи, ячменя, риса, тута, сахарного тростника – коньяки (французские), водка («Московская», «Особая»), виски (шотландское), кальвадос, тутовка, саке, ром (ямайский).

Напитки этой группы используются для кулинарных целей – то есть для введения в кондитерские изделия или мясные блюда в небольших дозах (10–25 г) – исключительно для улучшения вкуса и консистенции в процессе приготовления. При этом, поскольку нагрев обычно достигает 160–240 °С, алкоголь полностью испаряется и в готовом изделии отсутствует.

3. ***Безалкогольные напитки,*** полученные из натурального сырья, но *содержащие сахар,* сернистый ангидрид или иные фиксаторы и закрепители, препятствующие их порче при транспортировке и хранении:

а) овощные (томатный, свекольный) и фруктовые соки (яблочный, сливовый, виноградный, вишневый) промышленного производства и расфасовки;

б) лимонады.

Напитки этой группы предназначены для взрослых и детей среднего и старшего возраста, но не для малышей.

4. ***Алкогольные напитки,*** основанные на натуральном сырье, но *содержащие сахар* и другие добавки:

а) виноградные вина, насыщенные углекислотой (шипучие, игристые, шампанские – цимлянские, донские, калифорнийские, исключая дешевые игристые);

б) виноградные вина, крепленные для стабилизации их качества (все столовые, десертные, как марочные, так и ординарные, полусухие, полусладкие и сладкие);

в) наливки, запеканки, настойки, ликеры, созданные на основе натуральных ягодно-фруктовых соков со значительным или небольшим содержанием сахара;

г) все виды арманьяков, бренди и второсортных коньяков, а также водка «Столичная»;

д) все массовые виды пива, приготовленные из зерна, мальтозы и хмеля.

Напитки этой группы могут в ограниченном количестве употребляться для кулинарных целей. Однако, чтобы не испортить вкус блюда, необходимо в каждом отдельном случае проверить, как они реагируют на нагревание.

Б. ИСКУССТВЕННЫЕ НАПИТКИ.

5. ***Безалкогольные искусственные напитки*** со значительными искусственными добавками:

а) газированная вода с сиропами, изготовленными на основе эссенций ароматических альдегидов;

б) фруктовые воды типа «Яблочная», «Грушевая», «Апельсиновая», изготовленные на основе тех же эссенций;

в) «безалкогольные» виды пива, изготовленные без применения натурального солода, а также такие напитки, как «Кока-кола», «Пепси-кола», «Фанта», создаваемые путем разведения водой концентрата.

6. ***Алкогольные напитки с искусственными добавками*** или со сложными купажами, а также основанные на нестандартном сырье:

а) дешевые виды вин, так называемые «плодово-ягодные» или «виноградные», а также все виды портвейнов, вермутов, ненастоящих хересов, где значительную роль играют спиртовые закрепители низкого качества и другие искусственные ингредиенты (альдегиды, ангидриды, красители);

б) водка, ром, джин, виски, ханшина, вьетнамская рисовая, производимые из низкосортного сырья: свекольной мелассы, картофеля, гаоляна, несортового пшеничного или рисового зерна (подопревшего, подмоченного).

Напитки этой группы вредны в любом количестве – их лучше всего избегать. Употреблять их для кулинарных целей (добавлять в блюда) также не рекомендуется.

В. КУПАЖНЫЕ НАПИТКИ.

Особую группу составляют напитки, полученные непосредственно перед их употреблением путем смешения различных компонентов: коктейли, глинтвейны, крюшоны, пунши, гроги, флипы и т. д.

НАПОГРЕБИЦА. Кладовая над погребом или ледником, предназначенная для хранения продуктов, требующих прохладного, но сухого помещения. Выстилалась внутри и крылась поверху матами из камыша или соломы; застраивалась не шкафами, а полками типа стеллажей, состоящими не из сплошных досок, а из реек. Таким образом напогребица буквально продувалась со всех сторон и в то же время ее гигроскопичные стенки поглощали и самовысушивали малейшую сырость внутри помещения.

«НАПОЛЕОН». Популярные в России пирожное и торт. Приготавливают из слоеного теста с обычной промазкой яблочным пюре и желтым заварным или масляно-сливочным кремом. Секрет этой популярности, по-видимому, все же не в названии, а в простоте приготовления изделия.

РЕЦЕПТ «НАПОЛЕОНА»

Из слоеного теста раскатать два пласта по размеру противня или листа, часто наколоть их вилкой, дать постоять 5 минут, затем выпечь в духовке с двух сторон до легкого зарумянивания. После того как оба пласта остынут, намазать на один из них толстым слоем яблочное пюре или заварной желтый (или сливочно-масляный ванильный) крем либо их сочетания, наложить сверху второй пласт, смазать его одним из указанных видов крема и затем разрезать пласты на прямоугольники в виде пирожных. Обрезки теста также испечь, истолочь в крошки, посыпать пирожные, затем присыпать их сахарной пудрой. Дать хотя бы час-два пирожным пропитаться кремом, чтобы не крошились при употреблении.

(О приготовлении *слоеного* теста, яблочного *пюре* и *крема* см. соответствующие разделы.)

НАПОЛНИТЬ (перевод французского термина *remplir*). Кондитерский термин, означающий прибавить в тесто, помимо указанных в рецепте компонентов, также мелко колотый лед, чтобы сделать тесто тверже, лучше держащим форму при обработке, а после выпечки более воздушным.

НАРДЕК. Арбузный сок, уваренный до густоты хорошего меда и иногда называемый поэтому «арбузным медом». Производился (и производится ныне, но в значительно меньших количествах) только в Нижнем Поволжье (от Камышина до Астрахани), что вызвано изобилием там арбузов и невозможностью иным путем полностью сохранить весь урожай. Сегодня переработка на нардек (и соление арбузов) заменяется их транспортировкой в другие районы в свежем виде, что ведет к большим потерям.

НАРЕЗКА. Один из терминов, означающих *разделку* пищевых продуктов. Нарезкой называют разделение только *готового,* уже подготовленного для еды (сваренного, изжаренного, запеченного, копченого или соленого) *продукта* (мяса, дичи, птицы, рыбы, колбас, сыра и т. д.) на порционные куски и на тонкие ломтики, а также искусство нарезать равные части (порции) из пищевого сырья, имеющего различную конфигурацию. Таким образом, нарезка включает как разделку готовой дичи, птицы, крабов, лангустов, у которых освобождаются от костей мясистые части (эта операция называется транше-

рованием), так и собственно нарезку, то есть создание порций и порционных кусочков, совершенно готовых для сервирования. Поэтому в искусство нарезки входит также умение сделать нарезанные куски красивыми. Вместе с тем важно, чтобы созданные в результате нарезки порции были удобны для еды, в том числе были бы вкусными и не включали бы трудных для пережевывания элементов, то есть чтобы после них не оставалось бы на тарелке каких-либо остатков.

Нарезка производится по определенным правилам, так называемой *траншерной техникой,* где точно определено количество порций из каждого вида дичи, направление нарезки (поперек волокон мышцы, по диагонали) в отношении всех продуктов цилиндрической формы, например, колбас, батонов хлеба, рыбы. Для нарезки используются специальные *ножи* (см. с. 890) (траншерные, или, как их неграмотно, но традиционно называют в ресторанной практике, транжирные), специальные вилки-фиксаторы (типа широких двузубных вил) и «нарезные клетки», то есть металлические зажимы с делениями или прорезями, следуя которым повар быстро и точно нарезает каждый ростбиф или каждое яйцо, помидор на одинаковые по толщине ломтики. После нарезки в ряде случаев производится восстановление из нарезанных кусочков соответствующего целого предмета (дичи, ростбифа, окорока) для создания иллюзии полной его целостности, и поэтому точность при нарезке и отсутствие смятых или раскрошившихся кусочков является одним из главных условий этой операции.

Нарезкой занимаются в основном специальные повара, особенно в крупных ресторанах.

НАРОЖНОЕ. Блюдо, приготовленное *на рожне́,* то есть на вилоподобном шампуре, имеющем ручку. *Рожун* имеет иногда две-три иглы, расположенные, однако, не в одной плоскости и не параллельно друг другу, как на вилке, а так, что они дают возможность жестко фиксировать насаженную на них дичь, чтобы она не меняла своего положения и формы во время *гримирования.*

Рожны применялись в русской кухне в конце XVI в. и весь XVII в. Например, «куря рожновое» отмечается в меню в XVII в. Позднее, в середине – конце XVIII в. «нарожным» иногда стали называть также *филе* птицы, поданное к столу на *гателетах* (см. с. 812), но приготовленное не обязательно путем гриллирования. До XVIII в. *нарожным* называли также всякое филированное мясо птицы и дичи, подаваемое на деревянных спицах (рожнах); такое нарожное считалось изысканным блюдом, особенно потому, что его можно было есть не пачкая рук.

НАРОСТ. Самая лучшая часть крупной красной (осетровой и лососевой) рыбы, расположенная между анальным отверстием и подхвостовым плавником (не включая его). В поварском деле этот термин встречается постоянно с XVII по XIX в.: например, «взять нарост севрюжий», «приготовить три белужих нароста»; при подаче на стол, сервировании также указывалось буфетчику – «подать нарост осетровый под хреном, звеньями». Нарост состоял из четырех звеньев; *звено* – ломоть в толщину позвонка, то есть нормальный порционный кусок красной рыбы. Иногда звено разрезали на тонкие кусочки – «листиками», по 3–4 из звена. Таким образом, нарост состоял из 4 звеньев (постоянно) и из 12–16 «листиков», в зависимости от величины отдельной рыбы.

НАРШАРАБ. Сгущенный на солнце сок граната, обычно дикого или кислых сортов. Используется в азербайджанской кухне как приправа к национальным блюдам – мясным, овощным, а также как фруктовая основа для прохладительных напитков, киселей и в кондитерских изделиях европейской кухни.

НАСВЕЖИНКА. Восточносибирское название парного мяса свежего забоя.

НАСВЕРХСЫТКА. Устаревшее народное русское название десерта.

НАСОХЛИНО. Мясо вяленное или сушенное на ветру. Употребляется как термин среди населения Восточной Сибири.

НАСТОЙКИ. Напитки, получаемые в результате непосредственного настаивания на спирте (или водке) различных растительных материалов (ягод, зерен, семян, листьев, корней, плодов, растений, обладающих выраженным ароматом). Содержание спирта в настойках выше, чем в наливках, а содержание сахара и экстрактивных веществ, наоборот, ниже. Сахар добавляется в настойки лишь для смягчения и сбалансирования вкуса. Настойки, состоящие из смеси настоя нескольких различных трав (а иногда их количество насчитывает несколько десятков) или других растений и их частей, называются *бальзамами.* Содержание сахара в бальзамах выше, чем в простых, не составных настойках, следовательно, «бальзамы» – более вредны, чем простые настойки. Ряд настоек бывает и без всякого добавления сахара. Такие настойки называются горькими (или крепкими). За рубежом напитки типа настоек имеют различные наименования: *эликсиры* (Италия, Южная Франция, Испания), *аперитивы* (Бельгия, Голландия, Польша), *палинки* (Венгрия, Чехия и Словакия).

НАСТОЛЬНИК. Русское областное название расхожей скатерти из клеенки или грубой, дешевой материи, застилаемой ежедневно. Скатертью же в районах, где употребляют термин *настольник (натрапезник),* называют только тканую белую скатерть, застилаемую в праздники.

НАСТУРЦИЯ. Один из видов *кресса,* растения, зелень которого употребляется для салатов. В России, поскольку настурцию первоначально разводили в оранжереях аристократов, она стала декоративным цветочным растением, а о ее прямом назначении как растения-салата – забыли. Употребляются молодые листья; плоды в зеленом состоянии – маринуются и используются, как правило, взамен *каперсов* (см. с. 841).

НАСЫРИТЬ. Заставить что-либо створожиться, свернуться (молоко), образовать сгусток. Старый русский термин для современного понятия: вызвать коагуляцию, коагулировать.

НАСЫТЛИВЫЙ. Человек, который мало ест, быстро утоляет голод. Обычно это худощавые люди, с быстрой реакцией. В старину хозяева выбирали работников, дав им сначала пообедать. Того, кто был насытливым, то есть ел быстро



и мало, брали, остальные считались ленивыми, им отказывали или платили меньшую плату за рабочий день. Эта система действовала безотказно веками в подборе кадров, гораздо лучше, чем всякие справки и рекомендации.

НАТОЩАК. То есть на тощий желудок, не евши и не пивши, с раннего утра, или, иными словами, в промежуток времени между окончанием сна и первым завтраком, но никогда не позже 10 часов утра. После 10 часов, если человек к этому времени еще не поел и не попил (обычно до 12–13 часов, то есть до времени обеда), состояние его имеет наименование – *на голодный желудок*. Эти народные термины применяются в медицинской практике, однако не всегда их точное значение известно всем людям, что ведет нередко к искажению назначений врача: примите натощак и примите на голодный желудок – не одно и то же.

Время *натощак* отличается тем, что в этот период организм еще сравнительно спокойно относится к отсутствию пищи, еще способен терпеть, и потому не вступают в действие рефлекторные, внутренние и особенно секреторные защитные силы организма.

Как только это время истекает, начинается рефлекторный процесс самоиспользования организма, его «самопитания» за счет внутренних запасов, а если их нет – то и за счет потери клеток внутренних органов. В этом случае резко изменяется вся картина, весь фон деятельности организма и особенно его кроветворных органов, ибо начинается голодание. Вот почему делать всякие анализы врачи советуют *натощак*. Но при этом далеко не всякий врач разъясняет пациенту, что это вовсе не значит, что анализ надо сделать *на голодный желудок, впроголодь,* ибо такой анализ будет столь же необъективен, как и анализ после обильной еды, то есть неверен, неправилен, будет давать искаженную картину, затрудняющую постановку верного диагноза.

НАТРОН. Название пищевой соды в ряде стран и в соответствующих переводных поваренных книгах.

НАТУРАЛЬНО. Жаргонный, неправильный ресторанный термин, часто применяемый для обозначения блюда, в котором используется продукт (обычно – мясо), подаваемый более или менее крупным, однопорционным куском.

Слово «натурально» относится в данном случае не к характеристике *натуральности,* высокого качества, свежести самого продукта, а к его положению в системе кулинарной обработки. Это значит, что продукт получил *минимум* кулинарной обработки: его не измельчали, не пропускали через мясорубку, не панировали, не запекали в кляре, а просто – сразу после разделки на порции – отварили или зажарили. Вот почему далеко не всегда блюда, имеющие ресторанную пометку «натурально», обладают хорошим или натуральным, естественным вкусом. Чаще всего они делаются наспех и без приправ, без соуса.

НАТЮРИЗМ. Доктрина в науке о питании, ратующая за возвращение к природе как по форме употребляемых пищевых продуктов (целые, неразрезанные овощи и плоды), так и по содержанию блюд (сырые или минимально кулинарно обработанные).

Натюризм вовсе не совпадает с вегетарианством, как иногда думают, а нередко и прямо противоречит ему, особенно в том, что касается методов приготовления, то есть собственно характера поварского искусства.

Натюризм отрицает сложную кухню, в то время как вегетарианская кухня отличается вычурностью поварского приготовления, усложнением обработки пищевых продуктов (протирание, взбивание, суфлирование, пюрирование, панирование, сочетание разных омлетов, муссов, желе), так как вегетарианский повар вынужден разнообразить по форме и консистенции однопорядковый ассортимент сырья. Повар-натюрист, наоборот, употребляет сырые овощи, фрукты, орехи, ягоды в их естественном виде, отрицая их смешивание и измельчение в салатах, применение заправок, соусов. В то же время натюрист вовсе не против пряностей (целая головка лука, чеснока, пучок петрушки, сельдерея, стручок перца). Суп натюриста варится, но только из целых, готовых зерновых и круп (фасоли, гороха, риса, пшеницы и т. п.). Овощи в суп не режутся, не смешиваются, а тем более не признаются различные протертые или сложные супы.

Ортодоксальные натюристы ограничиваются исключительно растительной пищей, так как из «готовых» к еде животных организмов возможны только устрицы, а все остальное необходимо приготавливать при помощи тепловой обработки, и, следовательно, отходить от принципов натюризма. В то же время так называемые формальные натюристы, т. е. те, кто выступает за сохранение *естественной* **ФОРМЫ** продукта, допускают тепловую обработку мяса и рыбы, ибо неестественно для человека употреблять эти продукты сырыми, но они признают только запеченную непотрошеную рыбу без приправ, мясо – только гриллированное или запеченное крупным куском, дичь и птицу – запеченные целиком – без всякой предварительной кулинарной обработки, в чем, в основном, и состоит «возвращение» натюристов «к природе».

Естественно, что и подача еды у натюристов исключает любые украшения блюд (всякое их искусственное аранжирование).

Натюризм особенно усилился в 70–90-е годы, как часть общего стремления упростить, сократить время на приготовление пищи. Некоторые аспекты натюризма, особенно касающиеся подачи целых, нерезаных овощей, фруктов, дичи или простоты и естественности оформления внешнего вида блюд, находят себе широкое признание в современной международной кухне. В ряде национальных кухонь Востока (например, в азербайджанской, узбекской) некоторые из принципов натюризма (употребление целых овощей – огурцов, чеснока, помидоров) господствовали и ранее.

В целом натюризм, в силу того что он допускает широкую пищевую гамму продуктов и затрагивает, в сущности, внешние, оформительские стороны питания, не имеет тех отрицательных сторон прочих модных доктрин, которые строятся на принципах нетерпимости к тому или иному виду пищевого сырья и вследствие этого являются опасными для здоровья извращениями.

НАУРУЗ-КОЖЕ. Казахское национальное блюдо, приготавливаемое на Новый год и другие большие праздники.

Состоит из заквашенной на *катыке* (см. с. 844) пшенной каши, превращающейся в густой, вкусный и полезный напиток.

НАХЛЕБНИК (в некоторых областях России – *нахарчник*). Человек, живущий на чужих (хозяйских) харчах, то есть не имеющий собственного стола и совмещающий работу по дому или жилье с платой за стол у хозяина, на которого он работает или у которого квартирует.

НАЧИНКИ. Специально приготовленные смеси продуктов для наполнения пирогов, пирожков, самсы и т. п. Начинки всегда являются смесями разных продуктов, но называются по основному пищевому сырью, по отношению к которому все остальные продукты в начинках являются дополнительными, второстепенными. Основные продукты в начинках никогда не смешиваются между собой. Так, бывают начинки мясные, куриные, из дичи, рыбные, из вязиги, грибные, крупяные, капустные, маковые, щавельные. Фруктовые и ягодные начинки могут изготовляться из всех видов варенья, а также из сухофруктов, сушеной черемухи, сырых яблок.

Несладкие, нефруктовые начинки всегда кладутся в закрытые пироги или пирожки. Сладкие – преимущественно в открытые, за исключением маковых, черемушных и сухофруктовых.

Для мясных, рыбных, грибных и овощных начинок существует правило, что они должны, во-первых, быть остужены; во-вторых, не содержать излишнего масла или жира; в-третьих, быть на вкус более солеными, чем это необходимо, с тем чтобы в процессе выпечки пирогов передать излишек соли тесту и нормализовать свой вкус.

Если в пироги (кулебяки) закладываются разные начинки, например, мясная, капустная, грибная, рисовая, то они должны разделяться внутри кулебяки специальными блинчиками-прокладками по горизонтали, то есть заполняться в несколько слоев друг над другом. То же самое касается и рыбной кулебяки из разных начинок (рыбной, рисовой, грибной, вязиги).

Вот некоторые примеры основных видов начинок для русских пирогов.

1. МЯСНАЯ.

Говядину отварить почти до готовности, нарезать небольшими кусочками, как для гуляша, обжарить в говяжьем топленом сале с большим количеством лука, затем мелко изрубить (мясо, пропущенное через мясорубку, делает начинку суховатой, а тесто – клеклым!), прибавить рубленые крутые яйца, посолить, поперчить и, перемешав, влить 1–2 ст. ложки крепкого мясного бульона, в котором варилось мясо.

2. РЫБНАЯ.

Приготовить из рыбы *тельное* (см. с. 300, 469), обжарить в подсолнечном масле с луком, изрубить, добавить рубленые крутые яйца, немного отварного риса (чтоб оттянул лишний жир!), поперчить, посолить.

3. КАПУСТНАЯ.

Свежую капусту изрубить, потушить под крышкой без воды до мягкости на слабом огне, затем добавить немного подсолнечного масла, продолжая тушить до готовности, но так, чтобы осталась светлой. Затем добавить лук, обжарить вместе, перемешать с мелко нарубленной зеленью петрушки, крутыми рублеными яйцами, поперчить, посолить.

4. КРУПЯНАЯ.

Бывает трех видов:

а) рисовая. Отварной рис слегка обжаривают в масле с луком, затем к нему добавляют рубленые крутые яйца.

б) гречневая. Рассыпчатую гречневую кашу смешивают с обжаренным луком, рублеными крутыми яйцами и порошком из сушеных грибов.

в) манная. Рубленый лук в большом количестве обжаривают в подсолнечном масле, обильно налитом на сковородку и постепенно, небольшими порциями посыпают манной крупой до тех пор, пока она вся не вберет в себя масло и не создаст единую луково-крупяную массу. Эту массу солят, слегка перчат и могут сдабривать также чесноком (чесночным порошком) и рублеными крутыми яйцами.

НЕАПОЛИТАНСКИЙ ТОРТ. Особый вид торта, который выпекается совершенно готовым и отличается простотой и быстротой приготовления в противоположность французской технике композиции тортов из заранее подготовленных сухих частей (бисквита, вафель), которые прослаиваются или пропитываются кремами, сиропами, вареньем и покрываются кремом и глазурью. Неаполитанский торт является так называемым «насыпным», или «наполнительным», и использует широко применяемый в южноитальянской кухне принцип пиццы.

СОСТАВ ТЕСТА

150 г пшеничной муки высшего сорта (лучше всего – твердых пшениц),

90 г сливочного масла высшего сорта (но только не маргарина),

15 г сахарной пудры (или песка),

25 г свежих дрожжей (прессованных) и 1 яйцо.

НАЧИНКА

60 г сливочного масла,

50 г сахарной пудры,

половина ванильной палочки (или пакетика порошка),

горсть промытого и нарезанного изюма, рубленого миндаля (или других орехов) и каких-нибудь цукатов или ягод из густого варенья.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЕСТА

Муку смешать с маслом и тщательно перетереть, затем добавить хорошо взбитое яйцо и перетертые с сахаром дрожжи и все тщательно перемешать в эластичное тесто.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ НАЧИНКИ

Масло распустить, смешать с сахаром, перетереть добела и добавить в эту смесь остальные компоненты: изюм, цукаты, орехи, ваниль.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТОРТА

Смазать маслом форму (глубокую сковородку); раскатанное тесто (блин, сочень) вложить в форму так, чтобы оно, запол-

няя ее всю, в то же время выступало за края. Пустота (углубление) заполняется начинкой, причем орехи сверху. Затем излишнее тесто с краев формы срезается, раскатывается в полосы-жгуты, которые, как решеткой, покрывают торт сверху (полузакрытый пирог) и смазывают смесью взбитого яйца и масла. Выпекают в духовке в течение не менее 25 минут на ровном, умеренном огне.

НЕГУС (иногда также *нигус*). Шуточное название горячего напитка, употреблявшегося в дореволюционное время на студенческих вечеринках и похожего на глинтвейн. Состоял из произвольно взятого количества плохого, дешевого красного виноградного вина, разведенного кипятком в соотношении 1:1 или 2:1 и сдобренного пряностями, сахаром и лимонным соком, взятыми также произвольно. Название произошло от имени некоего английского полковника Негюса, якобы впервые предложившего такой напиток в середине XIX в.

НЕДОСОЛ. Недостаток солености пищевого изделия или блюда, воспринимаемый как явное ухудшение их качества. Недосол большинства готовых блюд устраняется быстро и просто – досаливанием (особенно жидких, полужидких и каш). Недосол мяса и рыбы устраняется сложнее – введением соусов, подсоленной сметаны. Существенное значение имеет недосол солений и квашений, когда в результате недосола изделие либо целиком портится, либо вообще не получается и лишается характерного вкуса. Такого рода недосол практически неустраним. Бывает также мнимый недосол, когда блюдо невкусно, но не столько из-за отсутствия соли или ее недостатка, сколько из-за других пороков приготовления. Досаливание блюда в таких случаях не исправляет его вкуса. Наконец, от недосола надо отличать пресность тех или иных блюд или изделий, которая является характерным признаком их вкуса. В таком случае «исправление» блюда досаливанием также резко ухудшает его общий вкус или не дает никакого улучшения.

НЕЖ (или *нэж;* фр. – *à la neige*). Сделать что-либо «а-ля неж», значит, довести до состояния «снежной пены», взбить пышно, добела и без остаточной жидкости, «твердо». Например, приготовить яичные белки а-ля неж, сливки а-ля неж и т. п. Указание, обычное для русских кондитерских и кулинарных книг XIX в. и для всех европейских кулинарных руководств с XVII по XX в. Для профессиональных поваров и кондитеров указание «а-ля неж» означает также применение специальной утвари – миксеров, без которых нельзя гарантировать требуемого качества.

НЕЙТРАЛЬНЫЙ. В кулинарной практике термин, означающий пищевой продукт, не дающий кислой реакции и, следовательно, не способный свертываться (коагулироваться), бродить при добавлении других пищевых продуктов или портить блюдо, вступая в реакцию с металлической посудой. В русской народной кулинарии для обозначения нейтрального продукта употреблялся (и все еще продолжает изредка употребляться) термин *«сладкий»,* указывающий на отличие от кислого. Например, сладкое молоко (вместо свежее, непрокисшее). Этот термин, однако, неудобен, так как легко может быть спутан с понятием собственно «сладкого», то есть с продуктом, содержащим сахар или мед и сладким на вкус.

НЕКТАР. Мифический напиток богов древнегреческого Олимпа. Отсюда в переносном смысле нектар – это нечто особо вкусное, ароматное, приятное и жаждоутоляющее. Прямых указаний на то, из чего состоял нектар по представлениям античных писателей, нет. Имеются разные толкования: фруктовый сок или смесь фруктовых соков, цитрусовых; мед, разведенный виноградным вином и водой; сок граната, смешанный с медом.

В ряде стран после Второй мировой войны нектаром называют промышленно получаемые фруктовые соки неосветленного типа; отсюда торговые названия – персиковый нектар, сливовый нектар, яблочный нектар и т. д. В основном, подобные наименования соков применяют в Болгарии, Югославии, Венгрии.

НЕКТАРИНЫ. Плоды, являющиеся гибридом абрикоса и персика. Широко используются для производства консервированных компотов. В сыром хранении нестойки. Производители нектаринов – страны Средиземноморья: Югославия, Италия, Кипр, Греция, Тунис. Мякоть имеет вкус персиков, а кожица – гладкая, как у слив.

НЕЛЬМА. Рыба семейства сиговых, одна из разновидностей белорыбицы, обитающая только в нашей стране – в Северной Двине, реках Архангельской области, в Печоре и ее притоках, а также во всех реках в Зауралье и в Сибири. Обладает чрезвычайно нежным вкусом в малосольном виде, имеет розовато-перламутровое мясо. Относится к деликатесам.

Мороженую, свежевыловленную нельму используют также для строганины, употребляя в пищу в сыром виде. Средний вес 4–6 кг, употребляется на балык.

НЕМКА. Бытовое, народное название картофеля сорта «берлихинген» в западных областях России и в Белоруссии. Имеет ровные, средних размеров клубни, с синеватым отливом кожуры и отличается в отварном виде приятным, «истинно картофельным» вкусом и нежной консистенцией. Особенно подходит к селедке, соленой и копченой рыбе, так как удачно оттеняет и усиливает их вкус.

В центральных областях России, в частности в Московской, Владимирской, Рязанской, Тульской, тот же сорт носит название «синеглазка». Культивируется, к сожалению, только в частных хозяйствах.

НЕРОЛИ (не склоняется). Померанцевая эссенция, употребляемая в кондитерском деле для отдушки печенья, тортов. Используется, в основном, в западноевропейской кухне. Придает характерный запах кондитерским изделиям, изготовленным в Австрии, Германии, Бельгии, Италии, Швейцарии, Дании, Англии, в то время как для французских кондитерских изделий более характерно использование ванили как доминирующего аромата.

НЕТТО (ит. *netto* – чистый). В кулинарной ресторанной практике и во всех заведениях общественного питания за *нетто*

принято считать вес продукта после его первичной холодной обработки, *то есть фактический вес полуфабриката,* который подлежит разделке на порции. Вес готового пищевого изделия в сваренном (изжаренном) виде называется *выходом* и обычно значительно ниже веса нетто.

НИГЕЛЛА. Семена растения (цветка), называемого обычно *чернушка* ввиду их полного сходства с маком (по внешнему виду). Обладают земляничным запахом и употребляются для придания блюду или кондитерскому изделию аромата земляники. Нигелла – ароматизатор, употребляемый в желе, муссах, компотах и мороженом.

НИОЛО. Корсиканский слегка подсоленный сыр, напоминающий брынзу. Изготавливается из смеси козьего и овечьего молока. Вызревает 3 месяца.

НИШАЛЛО. Кондитерское изделие таджикской (а также афганской и иранской) кухни. Представляет собой полужидкий вид халвы, не подлежащий долгому хранению. Приготавливается кустарным способом к национальным праздникам. Главные компоненты: сахар, яичный белок, мыльный корень, вода. Основная операция – взбивание смеси компонентов в тягучую массу. Ароматизаторы – лимонная цедра, кислота, ванилин.

НОВОТ. Виноградный сахар в форме кристаллов – прозрачных или полупрозрачных. Является национальной сладостью народов Среднего Востока, в том числе и народов Средней Азии. Приготавливается часто кустарным, домашним способом.

НОЖ. Не только древнейший предмет столового прибора, но и наиболее древний инструмент человечества, появившийся не менее как за 50 тысяч лет до н. э. Дифференциация ножей для разных целей началась еще в первобытное время. В эпоху неолита ножи разделялись на ножи для скобления, ножи для рубки, ножи для охоты и ножи для нарезки или разделки животных.

Нож как главная принадлежность столового прибора возник за 8–10 тысяч лет до н. э., вначале – каменный, а позднее – за 2–3 тысячи лет до н. э. – бронзовый. В первом тысячелетии до нашей эры появились уже первые железные ножи.

В настоящее время ножи делятся *на столовые, кухонные* (рабочие) и *специальные* (для особых целей).

СТОЛОВЫЕ НОЖИ включают: *кувертные* (обычные приборные ножи, более для поддержания пищи, а не для резки), *масляные,* или *бутербродные,* ножи с расширяющейся в виде овала намазывающей частью, *рыбные, десертные* (для фруктов, иногда имеющие небольшие зазубрины в лезвии, облегчающие снятие кожуры с апельсинов, лимонов) и *хлебные* (имеющие волнистое лезвие, препятствующее смятию хлеба при нарезке).

КУХОННЫЕ (рабочие) подразделяются на несколько видов. Тяжелые *ножи-тесаки,* предназначенные для разделки крупных кусков мяса, где необходимо разрубать хрящи, сухожилия, суставные сумки. *Тесаки особого рода* как универсальные ножи применяются также в китайской кухне. Кроме тесаков, имеются *ножи для рубки, измельчения, шинкования. Лопаточные ножи-шпатели* – для обравнивания и заглаживания поверхностей и отбивания мяса, распределения начинок. *Сальный нож* (или жировой) – для отделения сала от мяса и для разделки сала на порции, ломтики. *Траншерные ножи* – для отделения мяса дичи от костей и нарезки различных холодных мясных и рыбных изделий, ветчины, колбас. *Филировочные ножи* – также для особо тонкой и красивой нарезки. *Картофельный нож* – для чистки овощей от кожуры.

К числу СПЕЦИАЛЬНЫХ НОЖЕЙ относятся *нож-лопаточка* для разрезания тортов и пирожных и *сырный нож* – для нарезки сыра тонкими ломтиками. Сырный нож имеет вид широкой, трапециевидной лопаточки, в центре которой имеется прорезь с профилированным лезвием, при помощи которого получается «стружка» сыра при легком поглаживании лопаточки о поверхность куска сыра. Специальными ножами являются также *ножи-пинцеты* для вскрытия устриц и *омарные ножи* – служащие для разделки нежного мяса лангустов, омаров, крабов и других продуктов моря.

Все рабочие и специальные ножи – чрезвычайно острые, и работа с ними требует известного профессионального навыка.

НОКЛИ (ноки, нокрель). Название клецек, употреблявшихся в основном в австрийской и немецкой кухне и принятых в так называемой петербургской кухне во второй половине XIX в. Особенность ноклей состоит в том, что они приготавливаются из теста, состоящего из *равных по объему частей муки, сливочного масла и яиц* (в отличие от других видов клецек, имеющих более сложные рецепты и потому более трудных для запоминания). Именно поэтому *нокли* получили распространение в ресторанной кухне.

ПРИМЕР РЕЦЕПТА НОКЛЕЙ:

1/2 стакана муки,
1/2 стакана сливочного масла,
1/2 стакана взбитых яиц.

Нокли отвариваются в кипящем молоке и сдабриваются после готовности и откидывания вареньем, джемом или мармеладом. Используются как горячее сладкое блюдо, обычно на ужин или обед в зимнее время.

«НОРВЕЖСКИЙ СУП». Название напитка, который является вовсе не супом, а просто жидким, горячим, согревающим блюдом, возникшим в Норвегии и специально приспособленным к ее климатическим условиям, к ее морскому сырому ветру и постоянному мокрому снегу с дождем. Издавна норвежские моряки употребляли против простуды два испытанных средства: толстую, плотную, двойную грубошерстную фуфайку из шерсти фарерских овец, так называемую «фарейку», и «норвежский суп» – горячую смесь молока и пива, хорошо прогревающую бронхи и освобождающую простуженную носоглотку от слизи.

Приготавливать «норвежский суп» очень просто:

СОСТАВ

0,5 литра молока,
1 бутылка пива,

40 г пшеничной муки (6 ст. ложек без верха),
30 г сахарного песка (4 ст. ложки без верха).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Муку тщательно развести в холодном молоке и вскипятить при помешивании, дать прокипеть 1–2 минуты и влить туда пиво, предварительно также доведенное до кипения в другой посуде. После соединения обеих жидкостей огонь немедленно выключить. Добавить сахар, размешать. Пить, закусывая сухарями из черного хлеба.

НОЧЕВКА. Деревянная доска из осины или липы с незначительным углублением, напоминающая мелкое корыто, на которую просеивают муку. Употреблялась в Белоруссии, аналогичное корытце употребляется как необходимое приспособление для приготовления национального блюда *кус-кус* (см. с. 853).

НУГА. Название целого ряда восточных сладостей, имеющих разный ароматическо-вкусовой оттенок и состав, но приготавливаемых по одному типу: в нуге основной массой является тягучая смесь, составленная на основе сахарного густого сиропа с добавлением либо яичного белка, либо различных камедей (траганта, гуммиарабика, мыльного корня и т. п.). В эту смесь, когда она находится в кипящем, расплавленном состоянии, всыпают изюм, цукаты, орехи (чаще всего – последние) и тотчас же выливают образовавшееся «тесто» на мраморную доску, давая ей застыть ровным слоем в 1–2 см. После застывания смесь режут на ровные небольшие кусочки и обваливают в сахарной пудре или в простой муке и дают слегка подсохнуть, после чего нуга готова для употребления.

Пропорции всех компонентов в нуге – произвольные, на глаз. Главное, чтобы расплавленный сахар был доведен до карамельной пробы и дальнейший процесс карамелизирования был бы оборван вскипанием наполнителей. Большое значение имеет также качество и достаточное количество клеяще-тянущих компонентов (камедей) – иначе нуга не будет тянуться, и получится грильяж. Ароматизируют нугу также произвольно – обычно лимонной цедрой либо корицей, реже – ванилью, померанцевой коркой, внося их в горячую массу в самый последний момент перед выкладыванием на доску.

НУЛЕВАЯ ДИЕТА. См. *диета нулевая.*

НУРМА. Угольный жар. Означает также медленный нагрев на тлеющих углях и место, куда загребают жар в русской печи. «Поставь щи коль нурмы».

НУТ. Так называемый «бараний горох»; вид гороха, растущего в Закавказье и Средней Азии и применяемого в национальных кухнях народов этих регионов. Нут употребляют в супах с бараниной, к которой он чрезвычайно хорошо подходит во вкусовом отношении. Перед потреблением нут всегда вымачивают и освобождают горошины от плотной коричневатой кожицы, которой они покрыты, в противоположность европейским видам гороха.

НУЭ. Означает «мешочек с пряностями». Этим термином в европейских кухнях пользуются, когда надо обозначить такую операцию, где требуется слегка ароматизировать блюдо чем-либо, что только временно кипятится или обжаривается вместе с ним, но затем изымается из готового блюда перед подачей. Так, например, в ряде французских рецептов встречается выражение: «две головки лука нуэ». Это значит, что в суп надо положить две головки лука, не нарезая их, а целиком, и после выварки вынуть их и даже процедить бульон, чтобы в нем не были заметны остатки лука.

НЬОВКИ. Заварная мука или заварной белый хлеб, заваренные *вторично* с яйцами (преимущественно только с яичным желтком) и сваренные в виде клецек.

Для ньовок готовят вначале массу из хлеба, заваривают ее, добавляют к ней желтки и затем отваривают кусочки этой массы как клецки в воде. После этого распаривают отваренные ньовки в сотейнике с небольшим количеством сливок и в конце приготовления добавляют сладости: сахар или мед и небольшое количество (щепотку!) имбиря. Ньовки использовались в России в петербургской кухне.

НЯКТА. Русское народное название спелых, перезревших и чуть подвялившихся прямо на ветке ягод, в которых сок естественно сгущается и делает их сладкими без добавки сахара. В старину некоторые ягодные кусты в садах специально оставляли на някту и собирали ее поздним летом. Някту применяют в печеные закрытые пироги как начинку без сахара. Она сообщает изделию тонкий, естественный аромат и превосходный вкус, лишенный приторности, свойственной всем изделиям, где употреблен сахар.

НЯНЯ. Одно из немногих русских народных мясных блюд, имеет очень древнее происхождение, было известно еще в Киевской Руси. Представляет собой бараний сычуг, начиненный гречневой кашей и мясом, снятым с бараньей головы (включая мозги) и ног (всех четырех!), смешанных с большим количеством лука. Первоначально было ритуальным блюдом славян-язычников, вследствие чего решительно запрещалось церковью и поэтому к середине XIX в. почти совершенно вышло из употребления. Няня ставится упревать в русской печи в корчаге – то есть обязательно в глиняной посуде. Время приготовления – несколько часов (даже в современной духовке на это требуется не менее 3 часов).

- О -

ОБЕЗЖИРИВАНИЕ. Кулинарный термин, означающий уменьшение (снятие) жирности готовых мясных, куриных бульонов или соусов, приготавливаемых с помощью того или иного жира, нежелательного для конкретного потребителя. Обезжиривание производится только в результате охлаждения блюда и снятия застывшего жира с поверхности. Попытки снимать жир с поверхности горячего бульона или изъять излишки жира из соуса в горячем состоянии никогда не дают хороших результатов, и такой съем жира является неполным и иллюзорным.

ОБЕРС. Обозначение в австрийской кухне сливок и сметаны, предназначенных для заправки блюда. Термин был принят также в Западной Украине и Польше.

ОБЕРС-КОНСОМЕ. Венский омлет, выпекаемый в духовке в форме, смазанной маслом и обсыпанной мукой.

Состав. 4 полных яйца, 3 желтка, 50 г сливок и 50 г муки, соль, мускатный орех.

ОБЕРТУХ. Кулинарное изделие, характерное для петербургской кухни второй половины XIX в. Кондитерский вариант русско-польского блинчатого пирога с искусственно придуманным немецким названием.

В цилиндрическую форму с металлической трубкой-«колодцем» в центре закладывались круги теста, раскатанные в толщину и размер обычного блина с отверстием в центре. Каждый «блин» смазывался маслом (сливочным) и пересыпался корицей и изюмом.

Выпечка производилась в духовке.

Состав теста: мука, дрожжи, сливки, масло, яйца. Форма заполнялась до 3/4, как при выпечке куличей. На 1 яйцо – 70 мл сливок, 0,65 л муки, 20 мл масла, 30 мл сахара, 20 мл дрожжей. Все компоненты берутся только по объему.

ОБЛАКО (облачко, облачко розовое). Горячее десертное блюдо петербургской кухни второй половины XIX в., скомпонованное на основе соединения принципа приготовления французских безе и украинских *соложеников* (см. с. 923). Приготавливалось только летом из малины или красной смородины. Для облака идет только свежая, нележалая ягода, свежие яйца.

Ягоду протирают сквозь плотное *волосяное* сито, полностью освобождая от косточек. Сок с мякотью смешивают с сахарной пудрой, добавляют немного картофельной муки, тщательно растворяя ее, чтобы не было комков, и соединяют со взбитыми белками. Всю смесь взбивают еще раз и укладывают осторожно в форму. Выпекают в слабо нагретой духовке около 20–25 минут до слабого заколерования. Подают немедленно, потому что облако скоро опадает. Пропорция: на 500 г ягоды – 250 г сахара, 1 ст. ложка крахмала, 10 белков.

ОБЛАТКИ. Тонкие, наподобие плотной бумаги пластинки (кружки) из вафельного теста промышленного производства. Используются как полуфабрикат в приготовлении домашних кондитерских изделий, в которых применяется полужидкое тесто. Оно намазывается на облатки и выпекается таким образом без формы. Применение облаток делает излишним смазывание маслом и чистку противней и листов. Облатки придают домашнему печенью красивый, стандартный вид и способствуют вместе с *глазированием* сохранению печенья в свежем состоянии (препятствуют засыханию) в течение недели.

Облатками называют также иногда прокладки-блинчики, применяемые в *кулебяках* (см. с. 852) для разделения разных слоев сложной начинки.

ОБОНЯНИЕ. Важный фактор кулинарной квалификации как профессиональных, так и домашних поваров и кондитеров. Утрата или ослабление обоняния служит не только признаком заболевания, но и сигналом к появлению *бридости* (см. с. 795). При функциональной потере обоняния и при заболевании носоглотки оно восстанавливается довольно легко и быстро при помощи внесения в ноздри пюре, приготовленного из смеси молодых свекольных листьев и мёда. Менее эффективна смесь тертой сырой свеклы с мёдом.

ОБОРОТ. Это слово имеет в кондитерской терминологии два значения.

1. Оборотом называют доску на особом столике или сам столик, на котором приготавливаются торты или пирожные, раскатывается кондитерское тесто.

2. Выражение «дать оборот» в кондитерских рецептах означает – раскатать *слойку* (см. с. 922) и сложить ее втрое. «Дать пол-оборота» – сложить тесто вдвое.

ОВДУХ. Азербайджанский кисломолочный летний суп с зеленью. Приготавливается из катыка. Иногда добавляется мелкокрошеное мясо (телятина), крутые яйца.

СОСТАВ

На 1,5–2 л катыка – 0,5 л мелконарезанного зеленого лука и 0,5 л пряной зелени (эстрагон, кресс, кинза, мята, базилик), 3–4 яйца, 1 стакан кипяченой воды.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Катык слегка отцедить (сыворотку сохранить), взбить; взбивая, добавить воду и отцеженную часть катыка, посолить. Охладить в холодильнике. Измельченную пряную зелень и лук залить катычной жидкостью.

ОВСЯНЫЕ БЛЮДА И ИЗДЕЛИЯ. Применение овса – зерна и овсяной муки – в пищу среди европейских народов было распространено на ранних стадиях их исторического развития и в большинстве случаев не оставило у многих народов никакого следа, поскольку позднее овсяная мука и крупа были вытеснены широким применением пшеничной муки и разнообразных круп, обладавших более привлекательными гастрономическими (вкусовыми) и кулинарными (удобством применения) качествами. Сохранение немногих овсяных блюд у некоторых народов Европы (в белорусской, польской и шотландской кухнях) является свидетельством древней кулинарной культуры этих народов. Поскольку исторические судьбы Белоруссии, Польши и Шотландии в какой-то мере оказались внешне сходными (их позднее воссоединение, их особое отношение к «большой метрополии» – соответственно к России и Англии), то среди историков бытует шутка, что виною всему – овсяная пища, именно она, дескать, делает народы непокорными и своевольными, подобно норовистой лошади. С чисто кулинарной точки зрения приготовление овсяных блюд и изделий из овсяной муки требует исключительного терпения, выдержки и упорства, а также наблюдательности и кулинарной фантазии, которая и породила ряд оставшихся до нашего времени блюд с применением овсяных компонентов. В то же время сохранились и простейшие, примитивные овсяные блюда, не требующие особой технологии и даже исключающие тепловую обработку.

То, что белорусские и польские крестьяне разводили горсть овсяной муки в простокваше и ели это «блюдо», не варя, казалось примитивным тем, кто не понимал особенностей овсяного зерна и не знал его специфических свойств, а также не был знаком с применением овса в кухне других народов. Точно так же шотландцы взбивали 50–75 г овсяной муки, 300 г сливок, добавляя в эту смесь 2–3 ложки меда, и ели, как лакомство; или несколько горстей овсяной муки, взбитые с водой и оставленные забродить на день, составляли шотландский броуз (болтушку), излюбленное национальное блюдо, не требующее никакого нагрева. То, что нагрев может только испортить овсяные блюда, если они предварительно не обработаны, стало ясно только в последнее время, когда во всем мире получило распространение такое «космополитическое» блюдо, как овсяные хлопья с молоком, сливками или сметаной. Надо лишь подсушить слегка овсяные хлопья в духовке, но не нагревать и даже не делать горячей механическую смесь овса с другими компонентами.

Только овсяная каша, где используется немного воды, требует нагрева, но при этом надо соблюдать пропорции. Каша из овса-зерна готовится, как и рисовая, при соотношении 2:3 и часто в комбинации с рисом 1:1. Каша из хлопьев (2 л воды на 250 г овсяных хлопьев) должна вариться не более 3–5 минут (лишняя вода сливается, каша солится). И, наконец, каша по-шотландски: овсяная мука (100 г муки на 1 л воды) засыпается в кипящую воду и варится на медленном огне при помешивании 30 минут. Солить ее можно лишь спустя 10 минут после окончания готовности. (См. также *порридж.*)

Сложный биохимический состав овсяной муки, наличие в ней фракций, обладающих высокими вкусовыми качествами, наряду с фракциями, препятствующими и тормозящими процессы разбухания и пропекания, вызвали у всех народов, оставшихся верными овсяной муке, приемы разделения фракций муки, или приемы комбинированной тепловой обработки. В белорусской и русской кухне были применены отмучивание овсяной муки с отделением выжимок и с последующим сбраживанием водно-мучного остатка. Это дало такие блюда, как овсяные белорусские и польские супы *жур* с использованием цежи, *сулоя* (см. с. 929), а также русский овсяный *кисель* (см. с. 845).

Комбинированная обработка сырья, его закисание и последующая тепловая обработка применяются при сложном приготовлении белорусских овсяных блинов – так называемых расчинных.

Комбинированная обработка используется при приготовлении шотландских национальных овсяных лепешек (450 г муки, 150 г кипятка, 2 ст. ложки жира, 1/2 ч. ложки соды), которые замешиваются, формуются как заварные и выпекаются в виде толстых блинов на сковородке наплитного огня в течение 3 минут, а затем вновь панируются в муке и допекаются в духовке при 170 °С в течение получаса.

Современные сильные подъемные средства – прессованные дрожжи и усиленные дозы пекарских порошков дали возможность использовать овсяную муку в кондитерских изделиях, но только в качестве *вкусовых добавок.* В овсяных пряниках, овсяном печенье, овсяных лепешках и овсяных оладьях современного промышленного производства овса содержится менее одной пятой и не менее одной десятой части общего веса изделия. Рецепты некоторых кондитерских изделий, имеющих международную известность и признание, приводятся ниже.

ОВСЯНЫЕ СДОБНЫЕ ЛЕПЕШКИ (ШОТЛАНДСКИЕ).

СОСТАВ

350 г пшеничной муки,
100 г овсяной муки,
300 г молока,
100 г масла,
2 ч. ложки соды,
4 ч. ложки кремортартара (винно-каменной соли).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Смешать всю муку, соду и кремортартар, добавить масло, молоко, замесить крутое тесто, раскатать его толщиной в палец и нарезать выемкой на лепешки диаметром не более 6 см. Выпечь в духовке при 220 °С в течение 10 минут. Подавать смазанными маслом.

ОВСЯНОЕ ПЕЧЕНЬЕ (ЕВРОПЕЙСКОЕ).

СОСТАВ

250 г овсяных хлопьев,
50 г пшеничной муки,
50 г сахарного песка,
60 г сливочного масла,
100 мл молока,
1 ст. ложка пекарского порошка без верха.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Все сухие компоненты смешать, добавить масло и молоко, замесить тесто, поставить в холодильник на 30 минут. После охлаждения – раскатать тесто в тонкий блин (не более 0,5 см толщиной), наколоть густо и вырезать выемками или нарезать четырехугольниками печенье не шире 5×5 см. Выложить печенье на смазанный маслом лист и выпечь при ровном умеренном огне до светло-коричневого цвета.

ОГУРЦЫ. Кулинарное применение огурцы находят в основном в свежем виде, в окрошках, салатах (закусочных) и салатах ко вторым *мясным* блюдам. Подавать свежие огурцы к рыбным блюдам – дурной кулинарный тон. Лучшая заправка к салатам из свежих огурцов – сметана без каких-либо иных дополнений. К мясным вторым блюдам огурцы подаются без заправки.

Второе применение огурцов – квашение и маринование. Лучшим использованием является квашение. Оно значительно повышает пищевую ценность огурцов.

РУССКИЙ СПОСОБ КВАШЕНИЯ (ЗАСОЛА).

6–8-процентный соляной раствор, закладка укропа, чеснока, смородинового листа, а при засолке на зиму еще эстрагона, дубового листа, вишневого и хрена. Квашеные (соленые) огурцы используются как в закусочных салатах, так и в качестве гарниров к мясным блюдам, кроме того – в горячих

рыбных супах (кальях), в рассольниках из домашней птицы и почек, в рыбных и мясных солянках; в этих случаях соленые огурцы варятся вместе со всеми овощами. Используется в перечисленных типах супов и огуречный рассол как обязательный компонент.

Маринование огурцов дает более низкий по пищевому качеству продукт, более грубый. Практически маринования следует избегать, за исключением случаев, когда маринуются мелкие, еще зеленые, неразвившиеся огурчики, для получения корнишонов. Однако они больше используются в декоративных целях в ресторанной практике, в закусочных ассорти, а в домашнем питании в них фактически нет необходимости.

При мариновании к уксусу следует добавлять либо *тертый* хрен, либо горчицу или красный перец, чтобы придать маринованным огурцам определенный направленный аромат. Это значительно обогатит, разнообразит гамму маринованного вкуса.

В старой русской кухне огурцы как основной компонент использовались также для приготовления двух совершенно самостоятельных блюд: специальной огуречной приправы к баранине и свинине (жареной и тушеной) и специального кондитерского изделия, своего рода варенья из огурцов. При этом в обоих случаях использовались крупные, старые и очень перезрелые желтые огурцы, которые ныне не находят никакого применения и фактически списываются как в овощных хозяйствах, так и в торговой сети. Между тем и они могут найти хорошее использование как в общественном, так и в домашнем питании.

ОГУРЕЧНАЯ ПРИПРАВА (ГОРЯЧАЯ).

Крупные старые огурцы очистить от кожи, разрезать, удалить ставшие жесткими семечки, посыпать солью и сложить в эмалированную посуду на 10–15 минут. Затем слить воду, которую отбросили огурцы, и, измельчив, положить в сковороду с разогретым маслом, в которую добавлен мясной бульон, и тушить до состояния однородной массы. Пока огурцы тушатся, приготовить *льезон* (см. с. 860) – 1 ст. ложка слабого уксуса, 1 ст. ложка (с верхом) муки, 2 яичных желтка – и ввести его в готовую огуречную массу, когда она еще теплая.

ОГУРЕЧНОЕ ВАРЕНЬЕ – ЦУКАТЫ.

Старые огурцы с пожелтевшей твердой кожей, толстые, очистить, разрезать надвое вдоль и вычистить семечки, промыть от слизи и сложить в посуду (эмалированную, деревянную или глиняную) на трое суток в *известковое молочко* (см. с. 833). После этого варить с сахаром (0,5 кг на 3 стакана воды) с добавлением имбиря и черного перца.

ОДИКОН (от греч. *ὁδισμα* – путь, дорога; дорожное, путное). В Древней Руси – дорожное, путевое довольствие, которое выдавалось гонцам, послам, а также паломникам, официально отправляемым монастырями в другие страны. В одикон включали – икру (паюсную), соленую красную рыбу (семгу, осетровый балык, севрюжину), соленые огурцы, квашеную капусту, сушеные грибы, ржаные сухари, а также хмельное (ставленый мед, водка – пенник).

ОКОРОК. Мясо вокруг ноги туши животного. Отсюда различают передний и задний окорок. Термин, указывающий лишь на положение мяса. В последнее время неверно в нашей торговле стал использоваться вместо понятия «ветчина». Например: «В продажу поступил окорок свиной…» вместо «поступила ветчина…».

ОКРА. Западноевропейское кулинарное название овощного стручкового плода, который в Болгарии, Венгрии, Румынии, Югославии, Молдавии, в России, в Закавказье, где он особенно часто используется в кулинарии, носит турецкое название *бамия* (см. с. 786). В США и Африке называется – *гомбо.* Наличие этих трех названий одного и того же предмета ведет к тому, что при переводе кулинарных рецептов других народов возникает путаница.

ОКРОШКА. Русское и белорусское летнее холодное жидкое блюдо. Жидкую часть окрошки составляет квас, лучше всего особый, окрошечный, или белый, а за неимением его – обычный питьевой, хлебный. Твердая часть окрошки состоит из сырых овощей (свежих огурцов, зеленого лука и холодной вареной картошки), крутых яиц, иногда мелких кусочков мяса (обычно обрезков с костей, тщательно измельченных) и из заправки, в которую входят сметана, горчица, хрен и пряная зелень (укроп, петрушка, сельдерей, перо чеснока).

Искусство приготовления окрошки состоит в достижении такого соотношения между вкусом жидкости и твердыми сырыми частями окрошки, чтобы ни один из компонентов не выделялся, а все они вместе образовывали бы один – окрошечный характерный вкус. Окрошка должна быть очень холодной.

ОЛАДЬИ. Несмотря на то что слово это как обозначение кулинарного изделия встречается с середины XVI в., в русском языке оно вплоть до 1938 г. не имело даже твердого написания: писали и «алади» и «оладьи», хотя корень этого слова – «олеум», то есть «масло». Так называли небольшие, но толстоватые блинцы из кислого теста, которые жарили на масле. Но поскольку этот чисто внешний признак ничего не говорил ни о составе оладийного теста, ни о характерных особенностях его приготовления, ни о консистенции, то в понятие «оладьи» на протяжении трех веков вкладывалось чрезвычайно разнообразное содержание. Ведь из кислого теста на масле жарились и блины, и блинчики, и пышки, и тупоськи (на Севере, Урале и в Сибири). Граница, отделяющая оладьи от перечисленных видов изделий из жидкого дрожжевого теста, ничем определенным не была обозначена. Кроме того, пекли оладьи и из недрожжевых видов теста и масс – картофельные оладьи, пшенные оладьи, манные оладьи, так что очень часто под словом оладьи понималась только определенная форма изделия, а вовсе не его состав и технология его приготовления.

Правда, в XIX в. оладьями все чаще стали называть такие блиноподобные изделия, которые были толщиной похожи на лепешку, а в середине имели начинку (обычно прослойку из яблочного пюре, варенья или мармелада) и которые служили горячим сладким блюдом. Но эта трактовка оладий не получила широкого распространения за пределами обеих столиц. В основном так понимали оладьи только в Петербурге. В московской кухне второй половины XIX в. под *оладьями* понима-

ли небольшие, толстые, с ладонь величиной блинцы, которых можно было уместить несколько на сковородке (в отличие от блинов!) и которые имели сильно сдобное тесто, с большим количеством яиц и молока, хотя готовили оладьи и на воде.

В целом, в настоящее время под оладьями следует понимать такие изделия из пшеничной муки или комбинации этой муки с овсяной, гороховой, гречневой, картофельной, которые, будучи замешаны на воде или молоке, с большим количеством дрожжей, дают жидкое тесто, по консистенции гуще блинного, но легко берущееся ложкой, которому дают подходить дважды, сдабривая яйцами и маслом для повышения его сдобности. Небольшие порции этого льющегося теста жарят в слое масла, который гораздо толще блинного, но тоньше, чем применяется для пышек. Оладьи – чрезвычайно скороспелы, они быстро обжариваются, и именно это является их характерным признаком, их отличием и от блинов, и от пышек, требующих гораздо большего времени на каждое изделие. В силу своей сдобности оладьи хорошо воспринимают обильное сдабривание после своей готовности – сметаной, вареньем, медом, повидлом и т. п.

Толщина оладьев в готовом виде – не более 5–6 миллиметров. Консистенция должна быть нежной, лишь чуть-чуть плотнее блинов.

ОЛЕНИНА. Мясо северных оленей, а также изюбрей и благородных оленей и косуль. Относится к мясу красной лесной дичи. Используется в парном виде как обычное мясо, приготавливается на собственном жире, с добавлением сараны, ягеля, водянки, естественно смягчающих мясо при тушении.

Во всех других случаях в ресторанной и домашней кухне оленина перед приготовлением должна вымачиваться и мариноваться, а также шпиговаться свиным салом при тепловой обработке. В качестве пряностей используются лук, чеснок и можжевеловая ягода.

ОЛИБАХ. Осетинский закрытый пирог из дрожжевого теста с тертым национальным осетинским сыром (рассольным). В центре верхней стороны олибаха после защипывания, но перед посадкой в печь делается маленькое отверстие для выхода газов, возникающих при нагреве рассольных сыров, чтобы пирог не прорывался и пропекался.

ОЛИВКИ. Плоды оливкового дерева. Источник получения оливкового масла. В зеленом, несозревшем виде маринуются и используются в качестве приправы к *солянкам, рассольникам, кальям* (см. с.458, 925; с. 457, 913; с.456, 840). В этом виде называются оливками. В случае засолки в зрелом виде носят в кулинарии название *маслин* (см. с. 867) и соответственно обладают иным вкусом и консистенцией, а также находят более широкое применение как самостоятельная закуска.

ОМАРЫ. Морские раки. Встречается в основном два вида: *европейский омар* (распространенный от Норвегии до Испании, на побережье Атлантического океана) и *американский большой омар* (на атлантическом побережье США). Омары впервые стали употребляться в пищу голландцами в XVII в., и от них промысел омаров перешел к другим европейским народам, прежде всего к скандинавам, которые, однако, сами омаров до XIX в. в пищу не употребляли. В основном омары использовались в голландской, бельгийской, английской и особенно во французской и итальянской кухнях. Размеры европейских омаров от 20 до 40 см, вес – около 0,5 кг. Американские большие омары достигают более 1 кг веса, и в конце XIX в. вылавливали даже экземпляры по 13–15 кг! Сейчас омары разводятся искусственно, в морских садках. Мясо омаров аналогично раковому, используется в различных холодных закусочных блюдах, салатах, в супах и вторых блюдах в основном во французской кухне.

ОМЛЕТЫ. Быстроваркое яичное блюдо из взбитого яйца с прибавлением к нему одного или нескольких из следующих жидких компонентов (воды, молока, сливок, бульонов, отваров, соков), вводимых во взбитое яйцо, а также какой-либо муки (пшеничной, овсяной, гречневой, ячневой, ржаной, картофельной, гороховой) в небольшом количестве, также взбиваемой вместе с яйцом. В омлет, кроме того, входят наполнители, вносимые в омлет в процессе его тепловой обработки (мелкокрошеная колбаса, жареное мясо, сыр, соленые или отварные грибы, лук, чеснок, листья петрушки, сельдерей, кервель, базилик, чабер, тимьян и др.). Все это создает возможность приготовления бесчисленного разнообразия омлетов. Омлет может быть либо поджарен на сковороде, либо приготовлен паровым в водяной бане или в духовке.

Иногда в поварской практике недипломированные повара называют омлетом также *соложеники* (см. с. 923), что абсолютно неправильно и не только потому, что в состав соложеников входит сахар и они являются кондитерским изделием, но и потому, что при их приготовлении предусмотрена иная, тщательно регламентированная технология и точное соотношение компонентов в рецептуре, в то время как омлеты могут (и должны!) составляться произвольно, «на глаз», вследствие чего практика их приготовления имеет решающее значение. И в то же время они доступны каждому.

ОПАРА. Дрожжи, разведенные слегка водой, с прибавлением сахара и муки для усиления всхожести. Приготавливается до введения в основное тесто.

ОРАНЖАД (от фр. *orange* – апельсин). Напиток, аналогичный лимонаду, но приготовленный из апельсинов или с использованием готового апельсинового сока и цедры. По составу и концентрации может сильно варьироваться. На практике его часто называют также лимонадом или апельсиновым лимонадом, что, по сути, неверно. Настоящий *оранжад* основан на довольно густом сахарном сиропе и должен приготавливаться из свежих апельсинов и их цедры.

СОСТАВ КЛАССИЧЕСКОГО ОРАНЖАДА

1 л воды,
1 кг сахара,
8 апельсинов,
35 г винно-каменной соли (замена: 100 мл лимонного сока или лимонной кислоты).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Сварить сироп, остудить до теплого состояния, добавить сок и цедру апельсинов, лимонную кислоту, профильтровать при сильном помутнении. Употреблять можно для пропитки бисквитов, добавок к сливочному мороженому, в качестве сладких подливок к горячим десертным блюдам из круп (манной, рисовой) – бабкам, пудингам.

ОРЕХИ. Находят широкое применение в кулинарной практике в основном в кондитерском деле, а также в восточных соусах. Используются следующие виды орехов: лещина, фундук, грецкие, фисташки, миндаль, кешью, арахис. Орехи обязательны (то есть без них нельзя обойтись) в разных видах халвы, нуге, ореховых соусах. В остальных случаях – в тортах, печеньях, пирожных – их легко имитируют внешне различными крошками из муки, а запах создают соответствующими эссенциями и т. п. Кокосовые орехи, от которых используется молоко для приготовления кокосовой пасты и кокосовых экстрактов, в кулинарном отношении к орехам не относятся.

Основное правило в обработке сырых орехов: подсушивание на легком сухом духу ядер орехов, отделение внешней шелухи (иногда путем обваривания кипятком), вторичное обсушивание ошелушенных ядер и подготовка их к введению в кондитерское изделие: растирание или дробление.

(См. также *марципаны*, *миндаль*.)

ОРКНИ. Сыр из овечьего молока, приготавливаемый на Оркнейских островах. Относится к числу слабовыдержанных сыров, напоминающих брынзу. К его технологической особенности относится выдержка в бочках с овсяной мукой, вследствие чего он заимствует тонкий овсяный аромат, а также часто приобретает особый красноватый оттенок, совершенно не известный у других видов сыров. Иногда после выдержки слегка коптится в торфяном дыму.

ОРТОЛАНЫ. Поварское и ресторанное название блюд из жареной мелкой дичи – овсянок, жаворонков и воробьев. Заимствовано из французской кухни исключительно как название, поскольку приготовление мелкой дичи было известно и в русской, и в белорусской кухне (в последней жареные воробьи были распространены с XVI по XIX в.). Обычно для ортоланов овсянки или воробьи обжаривались на вертеле в течение 6–10 минут. Особенно хороши осенние жирные воробьи. Гриллируются потрошеные тушки целиком, а затем подаются с разварным картофелем и грибным соусом, солеными огурцами или жареными солеными грибами. Во французской кухне ортоланы подают с картофельным пюре и красным соусом и лимоном. Таким образом, вкусовая гамма сохраняется одинаковой. В польской кухне ортоланы фаршируют смесью белого хлеба в молоке, лука, грибов, яиц и петрушки.

ОРШАД. Миндальное молоко и напиток из миндального молока. Оршад приготавливается из сочетания сладкого и горького миндаля толчением с постепенным прибавлением воды, чтобы избежать замасливания при толчении. Полученная молокообразная масса вновь толчется два-три раза с прибавлением воды до состояния молока. Затем миндальное молоко процеживается, подслащивается сахаром и иногда дополнительно отдушивается розовой водой. Оршад используют как полуфабрикат-ароматизатор для ряда кондитерских изделий: кексов, куличей, тортов; а также для ароматизации десертных каш (манной, рисовой) и блюд из них. Как самостоятельный напиток, оршад используют в разведенном виде для предотвращения изжоги, отрыжки, ликвидации неприятных вкусовых ощущений (горечи, тухлого запаха во рту и т. п.).

ОСВЕТЛИТЬ. Придать прозрачность пищевой жидкости при помощи процеживания и других приемов. См. *оттяжка.*

ОСЕДАНИЕ. Под этим термином понимают два явления.

1. ***Оседание теста*** (фр. *retrait*). Чтобы избежать этого, необходимо после раскатывания кондитерского теста (особенно сахарного и слоеного) дать выстояться изделию перед посадкой в печь или же поместить его на несколько минут в холодное место.

2. ***Оседание изделия*** (фр. *retomber*). Это явление происходит, когда пирог, венскую слойку или иное изделие вынимают из духовки не вполне допеченными. Поэтому надо тщательно проверять изделие спицей и по времени прежде, чем вынимать его из печи.

ОССИ-БУККИ (ит. *ossibucchi*). Итальянское блюдо в основном миланской кухни, ставшее широко распространенным в ресторанной практике европейских стран и включенное в международный репертуар классической ресторанной кухни под своим оригинальным национальным наименованием. В меню крупных ресторанов мира всегда дается без перевода и объяснения, аналогично таким названиям, как *борщ*, *пельмени* и т. п.

Осси-букки представляет собой тушеную телятину. На приготовление идет только задняя нога, нарезанная толстыми, в палец толщиной, кусками, запанированными и обжаренными в масле с луком. Особенность этого быстро приготавливаемого блюда не только в его стабильном высоком качестве и вкусе в силу хорошего исходного сырья, но и в большом количестве помидоров, используемых для процесса тушения после обжаривания телятины. На 4 куска, то есть 4 порции, идет почти 0,5 кг помидоров, освобожденных от кожи и косточек. Все остальные приправы обычны: чеснок, петрушка, черный перец. Именно обычность, лишенность национальных особенностей и стандартность вкуса наряду с быстрой готовностью, позволила включить это блюдо в международное ресторанное меню как «беспроигрышное» по вкусу и дорогое по своей отпускной цене. Подается с рисом и лимоном. Экзотическим является, таким образом, только название.

ОТКИНУТЬ. Выложить в дуршлаг или на решето варившиеся в воде овощи или тестяные изделия (лапшу, макароны, вермишель), чтобы с них совершенно стекла вода и они были бы готовы для дальнейшего приготовления или еды.

ОТРУБИ. Первая, самая грубая фракция при помоле любого зерна. В течение многих десятилетий недооценивались кулинарами и хлебопеками. Отруби обладают не только огромной пищевой ценностью, но и весьма важны в кулинарно-техническом отношении, так как значительно улучшают структуру хлебобулочных изделий.



Вне хлебопечения отруби используются для приготовления квасов, употребляемых в супах – кваса-сыровца, белого окрошечного кваса, а также кислых киселей – ржаного, овсяного и пшеничного.

Отруби можно также с успехом использовать для панировки мяса, рыбы, овощей.

ОТСУШИТЬ. Выложить на промокательную бумагу то или иное готовое изделие, обжаренное во фритюре, чтобы удалить излишний жир с его поверхности и сделать его более эффектным при подаче.

ОТТЯЖКА. Прием, применяемый в кулинарии для осветления жидкостей: бульонов, соков, сиропов, желейных растворов для заливных и т. д.

Оттяжка может быть сделана из яичных взбитых белков, которые вводятся в соответствующую жидкость и нагреваются вместе с нею, вбирая в себя все имеющиеся там примеси. Затем оттяжка вместе с пеной снимается и выбрасывается. Белковой оттяжкой пользуются во всех немясных блюдах. В мясных блюдах в качестве оттяжки применяют мясной сырой фарш из постного мяса (обезжиренного). Мясная оттяжка может быть затем использована как начинка, то есть в противоположность белковой ее можно повторно кулинарно употребить.

ОТТЯНУТЬ. Осветлить, очистить, сделать прозрачным бульон.

- П -

ПАЙЛЬ (от фр. *paille* – солома). Так называемые «сырные палочки», подаваемые к различным овощным супам-пюре во французской и в ресторанной международной кухне. Приготавливаются из того же теста, что и обычная домашняя лапша, но тесто после изготовления специально застуживается в течение получаса-часа на льду, а затем раскатывается и многократно переслаивается маслом, как слоеное тесто. В последнюю раскатку тесто обмазывают сверху яйцом и посыпают тертым сыром, слоем в 0,5 см, а затем режут на узенькие полоски-палочки и выпекают на смоченном холодной водой листе, в духовке. Чтобы полоски нарезались хорошо и насыпанный на тесто сыр не спадал, нож каждый раз перед нарезкой обмакивают в кипяток.

ПАЛЬТЕН (от швед, *palta* – лоскут, *palta pa* – заворачивать в сверток, свертывать в узел). Иногда называется также «финляндский пальтен» – блюдо, распространенное в южной и юго-западной Финляндии, в Эстонии, в части Латвии и получившее свое шведское название в эпоху владычества шведов в Прибалтике. На самом деле – древнее национальное блюдо финно-угорских народов, связанное с ритуальным употреблением в пищу крови свежезабитых животных. До XII–XIII вв. финно-угорские народы, занимавшиеся оленеводством, употребляли кровь живых оленей, смешанную с оленьим молоком и как ритуальное блюдо, и как противоцинготное средство. После покорения Южной Финляндии и части Карелии шведскими крестоносцами и после крещения финнов среди них было запрещено католической церковью употребление сырой крови в пищу. Кровь, смешанную с молоком и мукой, стали с этих пор *варить*, и поэтому шведское слово «пальт», «пальтен» и стало названием этого нового финского национального блюда. В большей же части Финляндии и у других финно-язычных народов, например у эстонцев, это блюдо называется на национальном языке и означает «кровяные лепешки» или «кровяную кашу».

Пальтен готовится ныне не только на молоке, но и на квасе в соотношении 1:1. Столько же муки (по объему). Остальные компоненты – лук, топленое сало (треть от объема крови), соль (на каждый стакан крови – по 1 чайной ложке). Кровь оленя (или теленка) тщательно процеживается дважды, затем взбивается с молоком и маслом (салом) и замешивается на муке (ржаной с добавкой ячменной); лук, соль – добавляются в тесто, которое запекается в сковородке или латке. Тесто запекают так, чтобы пальтен не выглядел сырым и рыхлым. Подают его с квашеной клюквой или брусникой. К пальтену можно добавить перед выпечкой и немного дрожжей, чтобы он был высоким и пышным, как кулич. Но в этом случае надо использовать не молоко, а квас в качестве жидкости.

ПАМПУХ. Белорусское и польское название настоящих, пышных блинов на дрожжах.

ПАМПУШКИ. Украинское название небольших (с грецкий орех или маленькое яблоко) круглых пышек из дрожжевого теста. В отличие от пышек, пампушки не жарились, а чаще выпекались. Название произошло на основе французского слова – помпон, то есть шарик, но как изделие неизвестно во французской кухне. Другое название пампушек, бытовавшее в русских поваренных книгах XIX в., – пезы. Происхождение этого слова не совсем ясно – либо от французского *pesard* – вздыбленный, либо от итальянского *perra* – кусок. Пампушки-пезы – пример того, как местному, в данном случае украинскому, кулинарному изделию прилепляли иностранные названия без того, чтобы кулинарный прототип этого изделия существовал в той или иной иностранной кухне. Пампушки, или пезы, стали известны в России как произведение одесской мещанской (городской) кухни, перешедшее в ресторанную, а отчасти распространившееся во второй половине XIX в. и в кухне украинского городского населения южной и юго-восточной Украины и получившее позднее как бы статус «народного».

Пампушки делают из сдобного дрожжевого теста (на яйцах, масле и молоке), замешивая его некруто и давая два раза подняться. Разделав тесто на «булочки» величиной с грецкий орех, обмакивают их в масло, дают вновь слегка подняться и затем варят на пару в формочках около 20–30 минут и допекают в духовке до легкого заколерования. Подают к борщу горячими, с подливкой из жареного лука или с чесноком.

Технология приготовления пампушек-пез явно указывает на немецкую кухню, и, по-видимому, это изделие было создано, хотя и на Украине, но немецкими колонистами-булочниками, а получило свое итало-французское имя в Одессе, откуда и распространилось по всей Новороссии.

ПАНАДЫ (фр. *panade* – хлебный суп, раствор хлеба, муки). Общее наименование всевозможных пищевых покрытий

(панировки), обволакивающих изделия из сырого мяса или рыбы и чаще всего из фаршей перед их тепловой обработкой, обычно перед жарением, чтобы предотвратить истечение из них сока и сохранить (или создать!) их нежную консистенцию в готовом блюде.

В качестве панад используются следующие пищевые материалы: мука, панировочные сухари, *кляры* (см. с. 230, 846), яичный белок, взбитое целое яйцо, яично-мучные смеси.

ПАНИРОВАТЬ (от фр. *paner, panures* – толченые сухари). Покрывать пищевой продукт панадами, одной из них или в разных сочетаниях. В бытовом кулинарном жаргоне панировать – значит что-либо обваливать в муке или сухарях.

ПАНКЕ (фр. *pannequets*). Французские сладкие «блины», приготовленные из тестяного суфле особого состава. Имеют десяток вариаций.

Панке были характерны для французской ресторанной придворной кухни XIX в., ныне почти вышли из употребления.

СОСТАВ ТЕСТЯНОГО СУФЛЕ.
100 г пшеничной муки,
100 г картофельной муки,
100 г сливочного масла,
200 г сахара,
0,75 л молока,
12 яиц.

Вначале в кастрюле приготавливается масса-крем из всех указанных компонентов без яиц. Затем после приготовления крема в еще теплую массу вбивается 12 желтков, и вся масса взбивается в суфле. Затем к суфле добавляются взбитые белки. Из этого суфле на заранее разогретых сковородках (в течение не менее 15 минут), но затем снятых с огня, выпекают «блины», которые намазывают толстым слоем на сковороду (до 1–1,5 см) и не переворачивают. Каждый блин сверху смазывают каким-либо мармеладом и затем соединяют намазанной стороной попарно, в своеобразный «бутерброд», который режут, как пирожные. Панке являются горячими десертными блюдами. Их ароматизируют в состоянии суфле ванилью или цедрами.

ПАПИЛЬОТЫ (фр. *papillote* – бумажная обертка). Применяемые в ресторанной кухне бумажные трубочки с различными вырезами и фестончиками, с помощью которых скрывают окончания костей животных или птицы, выступающих из мяса. Папильоты играют также роль ручки, за которую можно удерживать порцию, не марая рук о жир, и облегчают разделывание порции на более мелкие кусочки.

ПАПОШНИК. Украинский вид кулича. По технологии совершенно сходен с приготовлением кулича, но отличается тем, что в состав его продуктов входит гораздо больший процент яиц, особенно желтков (иногда вдвое больший, чем в куличах), что вызывает более суховатое и крошащееся тесто, приближая папошник к западноевропейским кексам. Папошник как изделие, несомненно, является своего рода гибридом между русским *куличом* и польскими *пляцками* (см. с. 907).

ПАПЬЕ (от фр. *papier* – бумага). Тонкие съедобные пластинки, представляющие собой своего рода «комбикорм» для людей, поскольку являются искусственно созданным концентратом ряда питательных веществ, умещенных в компактную форму, удобную для постоянного ношения с собой и употребления в любом месте, на ходу, в городских условиях.

Изобретателем «папье-еды» является японец Эйдзи Миядзаки, инженер-пищевик. «Папье» выпускаются на протяжении последних 10–12 лет и пользуются большим спросом как самый «современный» и «быстрый» вид еды. Внешне напоминают собой твердое печенье или хрустящие хлебцы (по степени твердости) и кафельные плитки (по виду и размеру), не имеют ни вкуса, ни запаха, хорошо усваиваются.

ПАРЕНКА. Горячее овощное блюдо русской кухни, особенно распространенное на Урале. Представляет собой корнеплоды (репу, брюкву, редьку, морковь), приготовленные методом запаривания. Для этого корнеплоды очищают от кожуры, окатывают холодной водой, а затем очень плотно (но не разрезая на части) закладывают в котелок или большую глиняную корчагу (горшок с широким горлом) и затыкают (или прикрывают) ржаной, овсяной или пшеничной соломой, после чего ставят горшок в перевернутом вверх дном виде в вытопленную русскую печь на несколько часов.

В результате овощи свариваются без воды в собственном соку. Солят паренки уже готовыми, перед подачей на стол: к мясу.

ПАРКИН (англ. *parkin*). Название шотландского овсяного пряника, национального лакомства шотландцев.

Для паркина овсяную муку, блинную муку, масло, мед, сахар карамельной пробы берут в равных долях – по 100 г. Вначале распускают сахар, мед, масло, не давая им закипеть, и сразу остужают. Затем вбивают туда 1 яйцо, разболтанное в 6 столовых ложках молока, и уже потом вмешивают оба вида муки, добавив к ним пряностей, характерных для всех пряников, – имбирь и корицу. Полученное тесто выкладывают в форму и пекут на очень слабом огне (160 °С), на средней или нижней ступеньке – час и более, пока паркин не отстанет слегка от стенок формы. Едят его остывшим, смазав сливочным маслом.

ПАРФЕ (от фр. *parfait* – безукоризненный, прекрасный). Кондитерское изделие французской и венской кухни. Представляет собой сливки, взбитые с сахаром с добавлением ванили и замороженные. После взбивания парфе плотно укладываются в закрытую металлическую форму, состоящую из двух половинок и способную раскрываться, как футляр от скрипки, и замораживают на два часа. Иногда в парфе вводят и взбитые яйца как небольшое дополнение к сливкам, но они так же, как и чисто сливочные парфе, замораживаются сырыми с той только разницей, что время замораживания продлевается до 3–3,5 часа.

В качестве ароматизаторов парфе, кроме ванили, употребляют: кофе (растворимый), какао-порошок, но чаще – шоколад (натертый на терке), фруктовые муссы, фруктовые соки, цедры.

Все ингредиенты, которые добавляют в парфе, должны быть очень холодными, по существу уже замороженными пред-

варительно, иначе парфе не будет держать формы, спадет или же (что еще хуже) свернется, особенно с фруктовыми соками; поэтому обычным добавлением к парфе служат ваниль, шоколад, кофе – как «безопасные». Введение соков требует практики и большого профессионального мастерства.

Замораживание парфе производят обычно, упаковывая форму в колотый мелкий лед, сверху плотно прикрывают бумажными листами и в таком виде ставят в холодильник. Форму изнутри выстилают промасленной бумагой.

ПАССЕРОВАТЬ (от фр. *passer* – пропускать какое-то время; иногда неверно пишут «пассировать»). Обжаривать на умеренном огне в достаточном количестве масла мелко нарезанные овощи до мягкости, избегая резкого обжаривания и появления корочки или признаков обугливания, подгорания овощей. Пассеруют, например, корнеплоды – свеклу, морковь, а также лук с целью выявления и подчеркивания их характерного цвета и запаха, которые всегда усиливаются при пассеровании.

Пассеровать можно и кусочки рыбы, а также все другие быстроваркие, чувствительные к умеренному или даже слабому нагреву пищевые материалы.

ПАСТЕРНАК. Огородное пряное растение, внешне похожее на петрушку, но с иным и не столь сильным ароматом. Употребляется корень и зелень так же, как петрушка, в салаты, супы. Корень пастернака, чтобы он не чернел, как и картошку, опускают сразу после чистки в холодную воду или режут ножом, который периодически смачивают в воде.

ПАСТИЛА (до начала XX в. писали – «постила», то есть то, что постлано, расстелено, это было связано с технологией изготовления пастилы). Русское национальное лакомство, известное с XIV в., то есть относящееся к древнерусской кухне.

Подобно русским пряникам, пастила получила региональное развитие. Наилучшей считалась и была известной по всей России коломенская и ржевская пастила.

Особенностью пастилы, как чисто русского кондитерского изделия, было то, что ее изготавливали из антоновских яблок русского сорта, не имевшего распространения в Западной Европе. Позднее заметили, что годятся и другие кислые сорта яблок, например титовка, из которой в сочетании с антоновкой (или только из нее) и кислыми дикими яблоками также стали готовить пастилу. Поскольку для пастилы основным условием было то, чтобы плодовое сырье, составляющее ее главный компонент, обладало большим содержанием естественных желирующих средств, то есть пектинов, то посредством проб разных ягод выяснили, что пастилу можно делать также из брусники, рябины, малины, смородины, но такая пастила выходила хуже, менее плотной и с ней было много возни. Поэтому ягодную пастилу в конце концов стали применять как дополнение или как прокладку между слоями яблочной пастилы.

Вторым значительным компонентом пастилы был мед, а в XIX в. – сахар. В силу особенностей сахара, его гигроскопичности и способности кристаллизоваться в отличие от меда, именно сахар оказался идеальным «партнером» для яблочно-пектиновой среды, и потому расцвет изготовления пастилы пришелся именно на вторую половину XIX в., когда ее стали выпускать в десятках разновидностей и сортов, а также впервые начали экспортировать как особую русскую национальную сладость в Западную Европу.

Третьим, но не обязательным компонентом пастилы являются яйца, вернее только яичный белок. Он стал впервые употребляться в качестве незначительного подмеса в коломенскую пастилу уже в XV в., причем вначале исключительно ради придания пастиле белого цвета, который очень ценился в старину (обычная пастила была рыжевато-ржавого цвета из-за окисления яблок). Секрет коломенской пастилы долго хранился в тайне и только в XIX в. стал общим достоянием, когда французские кондитеры, понимавшие роль белка как стабилизатора студенисто-пористых образований, сами ввели по аналогии с печеньем безе взбитый белок в яблочно-фруктовые пюре, получив французскую пастилу, еще более упругую, чем коломенская, которая стала известна позднее во всем мире под французским названием – зефир.

Технология изготовления пастилы домашним способом хотя и проста, но трудоемка, а после исчезновения русской печи стала также технически невозможна вне заводских, фабричных условий. Она требует легкого, понижающегося тепла в течение двух суток, чтобы обеспечить равномерное и воздушное высыхание пасты, состоящей из пюре печеных яблок, сахара и взбитого белка и нанесенной тонким слоем на полотно или марлю, натянутую в деревянных рамках. Несколько слоев такой тонкой, подсушенной слегка пасты наслаиваются друг на друга и затем проходят вторичную подсушку в деревянных ящиках из ольхи, опять-таки в вольном духу русской печи.

Если слои яблочной пастилы переслаиваются двумя – тремя еще более тонкими слоями ягодной пастилы – рябиновой и брусничной, то такая пастила с разноцветными слоями и более богатым вкусом называется ржевской в отличие от белопенной коломенской. Интересно, что стоимость пастилы в России за последние 100–150 лет не изменялась номинально – она стоила в середине XIX в.– 1 руб. 50 коп., а до недавнего времени при фабричном производстве – 1 руб. 20 коп. за кг. Но реальная ее стоимость сократилась ныне в 20 раз, поскольку главное, что обуславливало ее высокую цену в прошлом (в то время курица стоила 15–20 коп.) – была колоссальная затрата труда и длительность изготовления. Пюре печеных яблок непрерывно взбивали *добела* в течение двух суток несколько человек, меняясь. Вот почему пастилу производили лишь крупные помещичьи хозяйства, имевшие даровой труд крепостных, либо артели пастильщиков, обосновавшиеся фактически лишь в двух городах России – Коломне и Ржеве. Пастила была, следовательно, хотя и национальным русским лакомством, но лакомством чрезвычайно дорогим, не по карману простым людям, хотя и делалась из дешевых сельских продуктов. Домашняя же пастила на меду стоила дешево – 25–30 коп. за кг.

Сейчас, когда проблема переработки фруктово-ягодного сырья стоит очень остро и когда в стране ежегодно пропадает до 20 процентов урожая яблок, производство пастилы при наличии современных электромиксеров и сахара превращается не только во всем доступную задачу, но и служит хорошим выходом из положения, обеспечивая переработку значительной доли фруктов в популярный и любимый народом продукт.

ПАСХИ. Название невареных сладких блюд, главную часть которых составляет *творог* (см. с. 91, 931) с прибавлением сливочного масла, яиц (сырых или одного вареного желтка), сметаны или сливок, сахара, меда, а также разнообразных ароматических и вкусовых пищевых материалов (изюма, цукатов, варений, орехов, ванили, корицы, цедры цитрусовых, эссенций – малиновой, земляничной, миндальной и т. п.).

Существуют сотни рецептов пасхи, являющихся, в сущности, лишь результатом фиксации некоторых случайных сочетаний, ибо в пасхе соотношение и количество ее дополнительных компонентов может быть произвольным – все зависит от личных желаний, возможностей и фантазии изготовителя.

Само название пасхи, связанное с изготовлением этого сладкого блюда весной, в период пасхального времени, говорит о том, что в пасху должны употребляться исключительно самые свежие, самые высококачественные продукты. Другим важным условием приготовления пасх является то, что для них пригоден только домашний крупнослоистый (а не мелкозернистый, промышленный) творог, изготовленный из цельного молока. Этот творог должен составлять никак не меньше 60 процентов массы пасхи.

Еще одним важным условием хорошей пасхи является тщательное ее *стирание:* вначале творога с сахаром или (и) медом, затем с маслом, яйцами и уже после них – со всеми другими компонентами. При этом направление стирания в одну сторону, независимо от того, в какую – левую или правую, но в одну – играет решающую роль в создании эластичности и вкуса всего изделия.

Правило компоновки пасх заключается в том, что наиболее жидкие части – сметана, сливки, взбитый белок яиц – добавляются в тесто пасхи последними, на заключительной стадии. После них в пасху вводятся только ароматизаторы и вкусовые добавки, после чего пасха не трется.

Поскольку добавление жидких сред в любом количестве приводит к усилению влажности изделия, то излишек влаги всегда должен быть удален до того, как пасха будет употреблена в пищу. С этой целью пасху обычно помещают в деревянную форму пирамидальной или конусообразной формы – пасочницу, в которой она настолько плотно укладывается, что естественно подпрессовывается и, будучи выдержана в такой форме в течение 12 часов – и до суток, – постепенно не только обезвоживается, но и *созревает,* приобретает характерный общий вкус, в котором вкус отдельных, слагающих ее компонентов уже не различим. Именно в результате этой выдержки из простой механической смеси продуктов получается специфическое изделие – пасха.

ПАТОКА. Полуфабрикат при производстве сахара и крахмала на сахарных и крахмало-паточных заводах, полужидкая масса, по консистенции похожая на молодой жидкий мед. Различают белую патоку (крахмальную) и черную патоку (свеклосахарную). Патока используется как существенный компонент при изготовлении *пряников,* а также некоторых сортов хлеба, например бородинского, рижского, минского, тартуского, карельского, которым она придает либо вкус (при большом проценте закладки), либо характерный цвет (при незначительном проценте закладки). В пряниках патока усиливает характерную для этого вида изделий вязкость теста, сообщает и цвет, и вкус.

ПАТЫР. Среднеазиатские лепешки из дрожжевого теста, замешиваемого на бараньем или курдючном сале, иногда с добавкой растительного (подсолнечного, кунжутного) масла и с прибавлением в тесто рубленого лука.

Патыры замешивают на теплой, почти горячей воде, которая вливается в распущенное сало, а затем соединяется с распущенными заранее дрожжами. Дрожжей в патыры кладется много – 50 г на килограмм теста, причем муку досыпают так, что тесто выходит неплотным (лишь бы отставало от рук) и его нисколько не выстаивают, как обычное дрожжевое, а тотчас же разделывают на лепешки величиной с блюдце, прожимают у этих лепешек середину, как у ватрушек, но ничем не заполняют, а просто накалывают вилкой и тотчас сажают в печь. Патыры обычно выпекают в тандыре, в духовке они выходят хуже, и при этом их надо делать несколько меньшими в диаметре. Выпекаются в хорошо нагретой духовке за 10–15 минут (нельзя доводить их до покоричневения, надо вынимать чуть-чуть желтыми, светлыми).

ПАШТЕТЫ (от лат. *pasta* – протертое, тестообразное). Пищевые изделия или блюда, приготовленные из предварительно отваренного, готового для еды животного сырья (мяса, рыбы, птицы, ракообразных), превращенного в молотое, пастообразное состояние и скомбинированного из двух или нескольких однородных продуктов с присоединением к ним какого-либо жира (для эластичности консистенции) и ароматизаторов (для улучшения запаха и вкуса).

Обычно паштеты приготавливаются из потрохов (*ливера* – см. с. 858) домашних жвачных животных и птицы (особенно из печени) по двум причинам: во-первых, эти части способны смалываться в очень эластичные, мелкозернистые, совершенно аморфные массы, а во-вторых, паштеты решают проблему утилизации мелких однородных частей и превращения их в высокосортный продукт, особенно у птицы: например, паштет из гусиной или куриной печенки.

Паштеты могут быть как холодными (консервированными), так и горячими, приготовленными на разовое употребление. Состав и принципы композиции их при этом не меняются. В рыбные паштеты употребляются обычно остатки, обломки, брак рыбы, подвергающейся копчению и другой переработке на рыбозаводах. Производство паштетов в этом случае решает проблему утилизации отходов. К рыбным паштетам в большей степени, чем к мясным, придаются дополнительные компоненты – лук, петрушка, глютамат, иногда соя – как для создания большей эластичности паштета, так и с целью улучшить их вкусовые качества.

Паштеты употребляются как закусочные блюда *холодного стола* (см. с. 251, 948), в основном для бутербродов.

ПЕЗЫ (см. *пампушки;* от фр. *pesade* – вздыбливание). Название, означавшее в кулинарном отношении то же самое, что и пампушки, но применявшееся только в кулинарных книгах и совершенно не прививщееся в быту, у населения.

ПЕКАРСКИЙ ПОРОШОК (бакпульвер; швед. *bakpulver,* англ. *baking powder*). Во многих отношениях идеальный состав подъемных средств для кондитерского теста, который стал применяться в основном с XX в. вместо ранее отдельно при-

менявшихся соды, аммония, винно-каменной соли (кремортартара) и дававших при их использовании ощутимый привкус кондитерским изделиям или влиявшим на повышение их хрупкости и на появление некрасивого, жухлого цвета.

Пекарский порошок, как правило, не вызывает указанных недостатков, независимо от его состава, обычно различного и составляющего в большинстве случаев тайну выпускающей его фирмы, вследствие чего его и выпускают во всех странах под общим названием «бакпульвер».

Один из лучших составов бакпульвера следующий: 125 г двууглекислой соды, 250 г кремортартара, 25 г рисовой муки, 20 г углекислого аммония.

Приготовить такой состав нетрудно самому, но необходимо, чтобы все необходимые части были бы идеально сухими при их смешивании и затем хранились бы в герметически закрывающейся посуде (стеклянной или фарфоровой, но только не в металлической).

При применении пекарского порошка надо исходить из того, что он предназначен исключительно для подъема муки, а вес всех других ингредиентов кондитерского теста при этом не засчитывается. На каждые полкилограмма муки необходимо 20 г бакпульвера, следовательно, в печенье, где употреблено 100 г муки, необходимо 4 г пекарского порошка.

ПЕКЛЕВАННЫЙ – наименование хлеба в XVIII–XIX вв. в России, выпекаемого из муки, прошедшей *пеклевальную установку,* так называемый «пеклевальный мешок». До XVIII в. хлеб в России пекли из цельной муки, то есть непосредственно получаемой после помола зерна жерновами, от которой иногда отделяли только отруби – самые крупные фракции. С XVIII в. муку стали разделять на фракции при помощи пеклевального устройства, способного давать три фракции – мелкую, среднюю и грубую вместе с отрубями. В конце XIX в. была разработана система сит, позволявшая делить муку на 5–6 фракций, и уж во всяком случае на 4 сорта. Таким образом, в XIX в. любая мука, поступающая с мельниц в пекарни, проходила процесс деления, или пеклевания, и была, следовательно, пеклеванной. В связи с этим отпал, утратил смысл термин *пеклеванный хлеб,* ибо хлеб из цельной, не деленной на фракции муки ныне уже нигде и никто не печет. Весь хлеб ныне – сортовой, а мука – вся – прошедшая через сита.

ПЕЛЕТРУНА (польск.). Наименование *эстрагона* (см. с. 968), употреблявшееся в Польше, Белоруссии, в Литве, Латгалии (латышская часть бывшей Витебской губернии) и в Западной Украине. В кухне белорусского и литовского народов пелетрунa применялась вместе с майораном для колбас, а также в фарши вареников, колдунов, *шалтоносов* (см. с. 957).

ПЕЛЬМЕНИ (искаженное – от пермяцкого *пельнями; пель* – ухо и *нянь* – тесто: тестяное ухо). Блюдо, пришедшее в русскую кухню с конца XIV – начала XV в. с Урала и особенно распространившееся после начала колонизации Зауралья. Существовало у народов северо-востока европейской части России – пермяков, коми, удмуртов, а также сибирских татар, как древнейшее ритуальное блюдо. Известно под иными наименованиями также другим финно-угорским народам – мещерякам, марийцам. Весьма возможно, что было занесено на Древний Урал (в Древнюю Пермь) с Востока, из Китая и древнейших государств Средней Азии (как идея), но получило свое развитие и стало международно признанным под своим уральским наименованием.

Настоящие пельмени характеризуются сочетанием фарша трех видов мяса: говядины (45%), баранины (35%), свинины (20%). Тесто для пельменей – обычное тесто для домашней лапши. Кроме мясного фарша, в начинку идет лук, немного бланшированной травы (сныть, крапива, петрушка – смотря по времени года, черный перец), чуть муки, для придания фаршу необходимой вязкости, и небольшое количество мясного бульона – для умеренного насыщения влагой. Пельмени становятся особенно вкусны, когда их после приготовления замораживают. Именно этот прием естественно применяется в Сибири, где замораживание – одна из обычных форм хранения пищевых продуктов. При этом тесто пельменей улучшает свои вкусовые качества. Отсюда и пошло наименование пельменей «сибирские», как лучшего сорта пельменей. Таким образом, лишь предварительно замороженные перед употреблением пельмени могут называться сибирскими (или уральскими), а не какая-то их разновидность с иной начинкой, как иногда думают.

Настоящие пельмени должны, кроме того, обладать широким тестяным рантом вокруг начинки, а сама начинка лежать свободно, с оставлением небольшого пустого пространства, чтобы пельмени не лопнули и не прорвали начинку во время отваривания. Поэтому пельмени, изготовленные промышленным путем или при помощи особых *пельменниц* (см. ниже и с. 209) в домашних условиях и не отвечающие этим требованиям, всегда будут значительно менее вкусны, чем настоящие пельмени.

Отваривание пельменей следует производить до полного проваривания теста, и поэтому крепость защипки пельменей, их прочного тестяного ранта, имеет важное значение для создания хорошего вкуса изделия. Края теста при защипке следует смачивать холодной водой, а всплытие пельменей во время отваривания должно происходить дважды. Отваривать пельмени следует либо в мясном бульоне, либо *а-ля наж* (см. с. 881), но ни в коем случае не просто в подсоленной воде.

Пельмени дали основание для создания многими другими народами пельменеобразных блюд, имеющих иное наименование и отличающихся от настоящих пельменей характером и составом начинки, размером или формой. Таковы русские *кундюмы,* иранские и азербайджанские *дюшпара* (см. с. 822), литовские *колтунаи* (колдуны), узбекские *манты* (см. с. 657–658, 863), армянские *бораки* (см. с. 596, 793), марийские *подкогыльо* (см. с. 740, 907), украинские *вареники* (см. с. 513–514, 800), туркменские *огурджалинские балык-берек* (см. с. 786).

ПЕЛЬМЕННИЦА. Название кухонного инструмента, с помощью которого убыстряется и стандартизуется процесс защипки пельменей. Пельменница представляет собой металлическую или пластмассовую небольшую доску толщиной обычно не менее двух сантиметров, в которой вырезаны одинаковые полукруглые или шестиугольные отверстия, края которых образуют подымающиеся над поверхностью доски (хотя бы на два миллиметра) ребра.

Пельменницу накрывают обычно раскатанным «полотном» теста, кладут в те места, где расположены отверстия, фарш, а затем покрывают вторым таким же «полотном» теста и про-

водят скалкой по его поверхности. Пельмени должны при этом прожаться в отверстия, а плотно сжатые скалкой на ребристых краях отверстия – тестяные «полотна» – по идее, крепко соединяться и обрезаться. Однако на практике соединения теста пельменей при помощи пельменницы не достигается, хотя хозяйка и избавляется от необходимости лепить каждый пельмень отдельно.

Стоит напомнить, что в Сибири не только лепят каждый пельмень отдельно, но и раскатывают тесто для каждого персонально, и при этом делают по нескольку сотен и даже тысяч пельменей в сутки.

Пельменница – одно из тех «изобретений», которые делаются на основе механического умозаключения без понимания существа кулинарного процесса, и потому это недавнее «изобретение» оказалось совершенно непригодным в практическом употреблении. Его нельзя не только рекомендовать хозяйкам, но и о непригодности его следует предупредить, особенно начинающих хозяек.

ПЕЛЮРЫ (от фр. *pelure* – кожица). Плотные тестяные покрытия для различных пищевых изделий. Изготавливаются как из простого, пресного, так и дрожжевого теста, обычно раскатанного в тонкий «блин» и достаточно плотного. В пелюры «пеленают» различные рулеты, мясо, рыбу, предназначенные для нежного запекания. Как правило, пелюры, подверженные обжариванию, запеканию и обугливанию в процессе тепловой обработки и цель которых состоит в том, чтобы щадить обернутое в них пищевое сырье, сами в пищу не употребляются.

ПЕММИКАН. Концентрированный питательный пищевой продукт, обладающий малым весом и объемом при максимальном содержании в нем полезных веществ. Состоит из сушеного на солнце, провяленного оленьего или бизоньего мяса, измельченного в порошок и смешанного с растопленным жиром и соком лесных кислых ягод (брусники, черники, лесной смородины и др.). Изобретен канадскими индейцами из племени алгонкинцев, употреблявших пеммикан при дальних переходах, военных походах и т. п. С середины XIX в. стал известен в Европе и использовался как стандартная пища-концентрат при всех полярных экспедициях XIX–XX вв.

Пеммикан обладает превосходной усвояемостью, не приедается даже в течение нескольких месяцев постоянного употребления.

ПЕНА. Легкие фракции смешанного состава, преимущественно – сор, грязь, более легкие вытопки жира, с незначительными включениями белков, эфиров и экстрактивных веществ того или иного продукта, появляющиеся на поверхности жидкой среды (воды, молока, сиропа, жира) при тепловой обработке.

Пена всегда рассматривалась в кулинарии как нежелательный, побочный элемент, и потому существовали стойкие рекомендации – снимать ее сразу же после появления в любом блюде. Эти рекомендации, обосновывавшиеся прежде, особенно в XVIII–XIX вв., лишь соображениями красоты и аромата кушаний, приобретают сейчас особое гигиеническое и профилактическое значение. К тому же блюда, с которых в процессе приготовления регулярно снимают пену, значительно лучше по вкусу.

Пену, появляющуюся на поверхности воды при приготовлении таких блюд, как супы, компоты, отварные изделия из теста и картофеля, нужно снимать сразу же в момент ее появления и до полного исчезновения. Только после этого суп или компот можно наполнять другими компонентами – пряностями, жирами или сахаром. При появлении пены на поверхности супов следует сразу же уменьшить огонь, чтобы она спокойно сбивалась к краям посуды, а не дробилась и не вваривалась в жидкость.

При изготовлении варенья пену снимают сначала с сахарного сиропа, а затем вторично, после закладки сырья. Чем лучше очищен сироп, тем меньше пены появляется при варке ягод или фруктов. Варенье, с которого быстро снимают пену, лучше и равномернее проваривается и, главное, не переваривается, а потому сохраняет естественный цвет, аромат и вкус. Если сироп предварительно очищен, то пена, образуемая затем при варке ягод и других компонентов, выглядит более чистой и по ней легче следить за процессом приготовления. Пока пена розоватая или лимонно-желтая, варенье может еще стоять на огне. Как только она начинает темнеть или жухнуть – это сигнал, что варенье переварилось.

В варенье пена снимается не сразу по ее появлении, а лишь тогда, когда обнаружатся участки ее уплотнения с краев посуды или в центре и эта более густая и плотная масса легко отделяется ложкой от поверхности кипящего состава. С этого момента пену следует снимать непрерывно, не давая ей выходить за края посуды. «Убегание» пены отрицательно отражается на качестве варенья: оно лишается пенообразного сиропа – основной среды для варки фруктов, ягод и т. д. Пена может образовываться и при жарении или тушении продуктов: чтобы предупредить ее появление, масло или жир очищают *перекаливанием* (см. ниже и с. 64, 651).

Однако при использовании некоторых масел, например, сливочного, образуется значительный процент пены, ее надо непременно снимать сразу же, не давая ей кипеть и обжариваться.

ПЕРАГАЙ. Род ватрушки, в которой начинку составляет творог с мятой. Иногда бывает почти целиком закрытой. Изделие характерно для народной белорусской, польской и литовской кухни.

ПЕРЕКАЛИВАНИЕ МАСЛА. Прием, применяемый обязательно во всякой профессиональной кухне и состоящий в том, что масло или жир, на котором хотят жарить то или иное блюдо, предварительно перекаливается, то есть подогревается на сковороде или в жаровне, котле до появления белого, почти невидимого дымка и побеления. Перекаленное масло не брызгается, не шипит, не дает пригорания, не пахнет и не чадит. Обычно прием перекаливания не соблюдается непрофессиональными поварами, кухарками, домохозяйками, которые вначале кладут на сковороду то или иное пищевое сырье, а затем наливают масло и только тогда начинают подогревать посуду.

Перекаливание должно производиться в отсутствии на сковороде продукта в течение пяти-семи минут. Правильность

перекаливания проверяется тем, что масло (сало), жир не кипит на сковороде, хотя огонь может быть очень сильным, а брошенная в перекаленное масло крупная соль – отскакивает с щелкающим звуком. Если же масло при перекаливании кипит, шипит, бурлит, то это означает, что посуда недостаточно хорошо вычищена или вытерта после чистки не абсолютно насухо.

ПЕРЕПЕЧА – древнерусское ритуальное мясное блюдо, делавшееся обычно в середине октября – в период резки овец и употреблявшееся как поминальное. Изготавливалось из бараньей рубленой печенки и яично-молочной смеси, завернутых в сальник и запеченных в горшке в русской печи. Уже к середине XIX в. в ряде северных и северо-западных областей перепеча стала заменяться похожим на нее по цвету и размерам небольшим ржаным колобком с тем же названием. Во второй половине XIX в. название перепеча в Архангельской, Вологодской, Новгородской, Ярославской областях стало связываться только с небольшими *ржаными караваями*, а в Удмуртии так называли ржаные ватрушки с картошкой, мясом или с грибами в конце XIX и в начале XX в., но придавали им всегда множественное число – *перепечи*.

ПЕРЕСЫПАТЬ. Русский кондитерский термин, означает покрыть цветным сахаром кондитерское тесто и сгладить, замаскировать его взбитым яичным белком так, чтобы цвет как бы просвечивал через белок после выпечки.

ПЕРЛОВАЯ КРУПА. Крупа из ячменя. Имеет несколько разновидностей.

1. ***Перловка.*** Целое зерно, прошедшее первичную окатку, с которого снята в основном ость (отруби). Используется для каш, супов, начинок.

2. ***Голландка.*** Целое зерно, окатанное до шарика, целиком освобожденное от ости. Быстро варится, каша из него получается более нежной консистенции, чем из перловки.

3. ***Ячневая крупа.*** Мелкорубленая (наподобие манной) перловая крупа. Используется для каш и кашиц. В том числе для русской национальной каши – *коливо*.

Перловая крупа требует особой кулинарной обработки.

Перловку следует вымачивать в холодной воде или еще лучше в простокваше (на стакан крупы 1 л воды) 10–12 часов. После вымачивания варить только в молоке (2 л), подогретом до 40 °С. Сразу после закипания варят не на наплитном огне, а в водяной бане, в течение 6 часов.

Готовая перловая каша заправляется сливками или сливочным маслом.

ПЕЧЕНКА (печень). Самый быстроваркий мясной продукт, печень домашнего скота и птицы. Вследствие своей быстроваркости используется отдельно, как особое блюдо. Обработка печени говяжьей, свиной, бараньей, телячьей состоит в ошпаривании ее и снятии пленки, после чего идет дальнейшая тепловая обработка – варка или легкое поджаривание. Печень нельзя пережаривать и переваривать – она становится жесткой и невкусной.

Для смягчения жареной печенки ее обжаривают на масле, дающем высокую температуру, всего 1–2 минуты, а затем тушат в сметанной подливке с добавлением муки, обволакивающей мясо.

Печень домашней птицы (куриная, гусиная) идет на приготовление *паштетов* (см. с. 900), соусов для заправки, в мясные салаты. Печень дичи (рябчиков, тетеревов, куропаток) используется во французской кухне для приготовления на их основе соусов и подливок, а в русской кухне потроха дичи, в том числе и печень, не используются.

Специальные рыбные блюда приготавливаются только из тресковой и налимьей печени. Печень остальных рыб в русской кухне практически не используется.

ПЕЧЕНЬЕ. Название мелких кондитерских изделий из недрожжевого теста: песочного, масляного, сахарного, бисквитного, орехового, с применением искусственных подъемных средств – соды, аммония, *пекарского порошка* (см. с. 900), кремортартара (винно-каменной соли). Именно печенье вызывает ту опасность излишней полноты, в которой винят обычно «мучные изделия» и которая связана не с наличием в них муки, а как раз с ее недостатком по сравнению с другими компонентами печенья: маслом, яйцами, сахаром, сливками, сметаной, молоком, которые благодаря их концентрации плохо усваиваются организмом с неправильным обменом веществ.

Кондитерские же изделия из дрожжевого теста никакого нарушения обмена веществ у здоровых людей не вызывают.

ПИКУЛИ (от англ. *pickled* – маринованный). Маринованные овощи в сочетании с фруктами, нарезанные одинаковыми небольшими кусочками и предназначенные для гарнирования мясных блюд или как закуска. Пикули характерны для английской кухни XIX в., которая воспользовалась по-своему для их создания идеями индийской кухни. В пикули используют разный состав овощей, но тем не менее всегда определенный: в них должны быть бобовые наряду с бахчевыми, а также такие овощи, как цветная капуста, кукуруза, семена папоротника, настурции, которые в XIX в. были совершенно несвойственны русской кухне, и поэтому пикули либо закупались готовыми в Англии и Германии, либо, если и приготавливались в России, воспринимались как английское изделие и применялись к блюдам английской кухни, которых в русском меню было весьма немного (ростбиф, бифштекс).

Кроме того, пикули, будучи маринадами с использованием уксуса и красного (жгучего) перца, не могли, конечно, конкурировать с русскими квашениями, имевшими хороший и приятный, мягкий естественный вкус и аромат, и казались просто грубыми и резкими на русский вкус.

Таким образом, как состав пикулей, так и особенно технология их приготовления не способствовали распространению этого изделия в русской кулинарной практике. После революции, когда привоз готовых консервированных пикулей из Англии вообще прекратился, от них практически не осталось никакого воспоминания, кроме чисто литературного.

ТИПИЧНЫЕ СОСТАВЫ ПИКУЛЕЙ

1. Зеленые молодые стручки фасоли, гороха, турецких бобов, молодые маленькие огурчики, недозрелые арбузы, дыни, семена настурции, небольшие яблоки, груши, крепкие,

хотя и зрелые, вишни и сливы, стручковый перец, цветная капуста.

2. Бобы, огурцы-корнишоны, цветная капуста, лук-шалот, кукуруза молочно-восковой спелости, чеснок, красный перец стручками.

В качестве маринада используют уксус, вскипяченный с солью, сахаром, черным и ямайским перцем, гвоздикой, эстрагоном. Обработку овощей и фруктов ведут сообразно их плотности: бобовые, кукурузу, цветную капусту – отваривают до полуготовности, остальные – бланшируют. Все растения чистят так, что их можно употреблять полностью, то есть яблоки, груши освобождаются от сердцевины, с арбузов и дынь срезают внешнюю жесткую кожу, вишни и сливы освобождают от косточек.

В результате маринования как отваренные, так и бланшированные овощи и фрукты должны иметь одинаковую консистенцию. Иногда, чтобы достичь более нежного вкуса пикулей, уже спустя два – три дня или неделю уксус-маринад сливают и заливают их раствором (слабым рассолом), вскипяченным на одних пряностях. В маринады пикулей, кроме указанных пряностей, всегда добавляют готовую горчицу – это придает характерный «английский» вкус пикулям, отличая их от всех иных маринадов.

ПИЛКУЧЕ. Литовское, латышское, польское и белорусское название *серого гороха,* распространенного в Прибалтике и западных областях Белоруссии. Иногда его называют в Восточной Белоруссии также заячьим горохом; пилкуче отличается хорошим вкусом, используется во всех национальных блюдах литовцев и латышей, в которые входит горох. У него нет «горохового» типичного привкуса, характерного для желтого русского гороха.

ПИРОГИ. Крупные тестяные изделия (от одной восьмой до половины листа) с разнообразной начинкой, закрытые или полузакрытые (сладкие), в которых используется *дрожжевое* тесто (простое, сдобное, слоеное). Применение дрожжевого, кислого теста характерно только для русских пирогов, и поэтому название *пироги* употребляется без изменений на других языках, когда речь идет о дрожжевом тесте. По этой же причине не могут называться пирогами изделия с начинкой, имеющие внешний вид пирогов, но использующие иное тесто (пресное, вытяжное, песочное и др.).

Пироги русские делятся на три вида: пироги закрытые несладкие, пироги закрытые – *кулебяки* (см. с. 195, 852) – и пироги полузакрытые сладкие. Для них может использоваться любой вид дрожжевого теста практически с любыми *начинками* (см. с. 72, 183, 196, 888). Композиция пирогов одинакова, форма же может быть произвольной: чаще всего прямоугольная, реже – круглая. Характерной чертой русских пирогов является их выпечка без формы, что обуславливается опять-таки использованием в них дрожжевого теста. Мука русских пирогов может быть ржаной, ржано-пшеничной, пшеничной. Подъемные средства – в основном прессованные дрожжи, реже – закваска.

После выпечки русских пирогов необходимы еще две операции для получения завершающего выпечку благоприятного результата.

1. Смазывание горячих пирогов сверху сливочным маслом.

2. Покрытие пирогов, выложенных на широкую разделочную доску, плотным льняным полотенцем или салфеткой, чтобы они «отопрели».

Только после полного остывания пирогов они полностью готовы для еды.

ПИРОЖКИ. Небольшие тестяные изделия (менее 1/3 листа) из дрожжевого теста с разнообразной начинкой, обычно имеющие удлиненную форму и форму полумесяца и либо выпекаемые в духовке, либо обжариваемые на масле (в котликах, кастрюльках или во фритюре). Соответственно этому они называются – пирожки печеные с мясом, пирожки жареные с повидлом.

В быту иногда пирожками называют также похожие на пирожки по форме тестяные изделия из различных форм недрожжевого теста, которые, однако, не относятся к пирожкам (т. е. малым пирогам) и всегда имеют собственные наименования, связанные с их происхождением, технологией или составом. Таковы, например, карельские *калитки,* узбекская и татарская *самса* (см. с. 661–662, 917) и др.

ПИРОЖНЫЕ. Русское наименование кондитерских изделий, представляющих собой либо различные торты, разрезанные на небольшие равные прямоугольнички, либо специально приготовленные печенья с кремовой промазкой или начинкой, например *эклер, наполеон* (см. с. 965–966; с. 885).

Пирожные, таким образом, не объединяются никаким общим кондитерским принципом, это название чисто условно прилагается к кондитерским изделиям определенного размера (10×5 см), состоящим из любого вида кондитерского теста и кремовой, фруктово-ягодной или шоколадно-пралиновой начинки.

ПИТИ. Азербайджанский национальный суп из молодой баранины (грудинки), приготавливаемый в глиняной закрытой посуде в духовке. В настоящее пити закладываются подготовленные (испеченные заранее) каштаны, *нут* (см. с. 891), черный перец, лук, чеснок. В настоящее время каштаны стали заменять картофелем, добавляют рубленую пряную зелень. Пити готовится не менее 1 часа, каждая порция – в отдельном горшочке, куда закладываются все продукты, заливаются *кипятком,* плотно, герметически прикрываются крышками.

ПИЦЦА (ит. *pizza*). Вид итальянского быстровыпекаемого открытого пирога. Для пиццы характерно повышенное содержание дрожжей (60 г на 1 кг муки, в то время как обычное содержание – от 35 до 50 г на 1 кг).

СОСТАВ ТЕСТА

250 г муки,
15 г дрожжей,
125 мл воды,
1 ст. ложка растительного масла,
щепотка соли.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Тесто заводится опарное. Выстаивается полчаса. Затем растягивается или раскатывается. Непосредственно на рас-



катанную поверхность без защипки раскладывается в один пласт начинка, на начинку распыляется (разбрызгивается) 100 г растительного масла. Пицца выпекается на листе или в специальной форме в духовке на очень большом огне, подается и употребляется в пищу только горячей.

ТИПИЧНЫЙ ИТАЛЬЯНСКИЙ СОСТАВ НАЧИНОК ДЛЯ ПИЦЦЫ СЛЕДУЮЩИЙ

1. Сыр моцарелла, *эмменталь* (см. с. 967), помидоры, чеснок, чабер.
2. Сосиски, *оливки, каперсы,* чеснок.
3. *Маслины,* жареный лук.
4. Тонко нарезанная *салями.*
5. Тунец из консервов.

Все продукты, идущие в начинку пиццы, режутся маленькими, одинаковыми по размеру кусочками, маслины освобождаются от косточек.

ПИШИНГЕР. Название составных вафельных тортов, которые целиком делаются из готовых полуфабрикатов и не выпекаются. Изобретение их, а главное – состав их начинки, принадлежит австрийскому кондитеру Оскару Пишингеру, по имени которого эти изделия и стали называться. Пишингеры делают из тонких, так называемых карлсбадских вафель, укладывая их в пять слоев. Обычные вафли можно использовать, но лишь для трех-четырех слоев.

СОСТАВ НАЧИНКИ

250 г сливочного масла,
100 г сахарной пудры,
100 г тертых орехов,
150 г тертого шоколада,
2 желтка,
20 г быстрорастворимого кофе.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Желтки растереть добела, добавить сахар, масло, продолжая растирать, влить распущенный шоколад, подмешать кофе, орехи и на 1 час поставить в холодильник.

На следующий день покрыть поверхность торта глазурью, украсить орехами или шоколадными аппликациями.

ПЛЕСКАНА. Украинское и южнобелорусское блюдо – куски гречишных лепешек (*лемишек* – см. с. 510, 857), обсыпанных истолченными конопляными семенами и изжаренных в масле.

ПЛОВ (плав, палов, пилав). Главное национальное блюдо народов Средней Азии – узбеков, таджиков, туркмен, афганцев, а также персов, азербайджанцев. Существуют два основных вида плова – узбекский, когда рис приготавливается вместе с мясом, и азербайджанский, когда рис приготавливается отдельно от мясной части плова. Существуют и вариации между этими двумя видами, которых придерживаются в основном таджики и афганцы, сочетающие обе традиции. Плов, строго говоря, это блюдо из мяса и зерна, причем чаще всего зерновой частью является рис, но это вовсе не значит, что она не может состоять и из других видов зерна (пшеницы, джугары, гороха, кукурузы, маша), причем как целиком, так и частично, наряду с рисом. Точно так же и мясная часть, традиционно приготавливаемая из баранины, может быть и иной – из мяса джейранов, курдючной оболочки, курицы, индейки, фазанов, куропаток, перепелов, воробьев и даже из осетрины, кутума, севрюги.

Таким образом, для плова вовсе не характерен какой-то определенный состав продуктов, но его отличительным признаком является, во-первых, определенная композиция: мясо, зерно, сухофрукты, овощи, а во-вторых, определенная технология: раздельное приготовление, по крайней мере, одной из двух частей (или обеих), а затем их объединение для заключительной варки или для еды. При этом вовсе не обязательно для плова и использование жиров, и процесс жарения. Пловы могут быть и из отварного мяса. ***Но единство композиции и раздельное создание частей – неизменно для всех видов плова.*** Огромное значение придается в пловах вкусу риса и его приготовлению: поэтому, независимо от того, приготовлен ли рис отварным или вместе с мясом в жире, каждая ризинка должна быть отдельной, а не представлять собой кашу. Рис для плова готовят либо на пару (азербайджанский), либо над *зирваком,* залитым водой, когда рис кипит в масловодяной среде.

Приготовление зирвака – центральный момент в приготовлении пловов. В зирваке – мясо, мелконарезанные овощи (морковь, лук, помидоры) и сухофрукты (урюк, курага, изюм) проходят совместную тепловую обработку (обжаривание и тушение) всегда с большим количеством масла или сала (бараньего, топленого), в результате чего масло до такой степени насыщается мясным и овоще-фруктовыми соками, что становится хорошо усвояемой, вкусной и ароматной средой, которая и придает пловам их основной вкус и запах. Наконец, закладка среднеазиатских пловов для окончательной совместной варки всех продуктов имеет определенный порядок: на дно котла кладется зирвак (уже готовый, по крайней мере, наполовину), на него плотно утрамбовывается сухой, промытый, подготовленный рис, а поверх риса, не нарушая его целостности, наливается слой холодной воды, после чего под котлом разводится сильный огонь. Когда вода сверху выкипает, то это означает, что плов готов.

Соотношение продуктов в плове обычно весьма подвижно.

Важно только, чтобы соблюдалось известное равновесие мясной, овощной, фруктовой и рисовой частей. Лучшее их соотношение – когда они почти равны, во всяком случае, ни одна из них не должна особенно перевешивать, исключая, может быть, мясо.

Жиры, которые используются в пловах, разнообразны: баранье сало, жир, курдючный жир и курдючная оболочка, подсолнечное, оливковое или кунжутное масло. Очень хорошо, когда животное и растительное масло вносятся в плов поровну. Плов едят с белым хлебом (лепешками), свежими овощами (зеленый лук, чеснок, свежие огурцы) и кислыми фруктами (алыча, гранат, вишня), запивают зеленым или черным чаем без сахара.

ПЛОМБИР (от названия французского курорта *Plombieres-les-Bain*). Мороженое, приготовленное из цельного молока или

сливок с повышенным количеством яиц и с ароматическими добавками (ваниль, миндальная эссенция и т. п.). В пломбирах жира – 15%, сахара – 15%, в то время как в «сливочном» мороженом жира – 8%, сахара – 16%, а в «молочном» мороженом жира – 3%, сахара – 18%, то есть вкус более низких сортов мороженого создается в основном за счет сахара, в то время как у пломбиров он формируется за счет нежности консистенции и придания ей разных ароматов.

ПЛУМ-ПУДИНГ (англ. *plum-pudding,* от *plum* – чернослив, изюм, сухофрукты; правильнее: плам-пудинг). Национальное английское блюдо, приготавливаемое на Новый год. Под этим термином ныне, однако, имеют в виду два понятия: *классический новогодний английский пудинг и самый распространенный английский пудинг из риса и изюма.* Первый приготавливается из белого хорошего хлеба, специально оставленного на один день незакрытым, чтобы он чуть-чуть зачерствел. Его для отличия от обычного плум-пудинга называют «королевским», или «рождественским».

1. СОСТАВ ОБЫЧНОГО ПЛУМ-ПУДИНГА

450 г рисовой муки или риса,
450 г почечного говяжьего сала,
180 г сахара;
изюма без косточек светлого и красного по 110 г,
2 яйца,
1 ч. ложка порошка смеси пряностей: корица, имбирь, бадьян,
1 ст. ложка (с верхом) патоки,
соль по вкусу,
250–300 мл молока.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Молоко взбить с яйцами, всыпать все сухие ингредиенты, хорошо размешать. Поставить посуду с пудингом в водяную баню плотно прикрытой и варить 6 часов. Затем завернуть в ватное покрывало и оставить на несколько часов остывать до подачи.

2. ***Состав королевского плум-пудинга***

150 г тертого сухого белого хлеба,
150 г топленого говяжьего почечного сала,
100 г бескосточкового изюма светлого,
100 г бескосточкового изюма красного,
50 г ягод вишен из варенья,
столько же цукатов и цитроната,
1 антоновское яблоко,
75 г рубленых миндальных орехов,
цедра с двух апельсинов,
цедра с одного лимона,
75 г муки высшего сорта,
100 г сахарной пудры,
щепотка корицы, имбиря, порошка гвоздики, бадьяна,
1/2 ч. ложки соли,
3 яйца,
сок одного апельсина и половины лимона,
100 г коньяка,
20 г мараскина-ликера,
коньяк для фламбирования.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Жир очистить от пленок, нарезать и дважды пропустить через мясорубку. Хлеб тонко натереть, обрезав от корок, изюм промыть, пять минут дать размякнуть в кипятке (не кипятя), затем обсушить полотенцем. Яблоко очистить, натереть; цукаты, цитронат, вишни – нарезать крупными кусками.

После этого смешать все компоненты в кастрюле. Последним влить коньяк. Тщательно размешать и продержать в эмалированной посуде на холоде 48 часов (двое суток). После этого переложить тесто в форму для пудинга, выложенную промасленной бумагой, а сверху накрыть пудинг салфеткой, смазанной маслом и густо обсыпанной мукой, как можно плотнее обвязав ее вокруг краев формы. Затем, подвесив форму над котлом с кипящей водой и полупогрузив ее, варить 6–7 часов, все время подливая воду. Затем снять форму из водяной бани, охладить, снять салфетку с пудинга, вынуть его из формы, переложить в фольгу и сохранять в холодильнике ***три недели (!).*** Перед подачей вновь вложить в форму, закрыть крышкой и еще раз прогреть в водяной бане 2 часа. Переложить на блюдо, облить полстаканом горячего коньяка и *фламбировать* (см. с. 941–942), подать пудинг на стол в пламени.

Этот рецепт показывает, что настоящие национальные блюда, какому бы народу они ни принадлежали – европейскому или азиатскому, всегда требуют длительной, многократной обработки, в результате которой только и может создаться оригинальный вкус, в то время как сами по себе продукты не играют никакой роли, они интернациональны. Сравните: *утка, ыштыкма, плов* и другие рецепты национальных блюд.

ПЛЭЧИНТА (иногда неверно – плацинда). Молдавское и румынское национальное изделие из вытяжного теста с начинкой из *брынзы* (см. с. 148, 551–554, 796), картофеля, лука с яйцом или из вишен.

СОСТАВ ТЕСТА

500 г муки,
1 стакан теплой воды,
3 ст. ложки подсолнечного масла.

Тесто хорошо ссучить, выбить и на 10–15 минут оставить под теплой кастрюлей. Затем разрезать на куски величиной с яблоко и каждый кусок тонко раскатать и вытянуть на скатерти. Дать тонким листам подсохнуть несколько минут.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПЛЭЧИНТЫ

Три-пять листов уложить один на другой, промазывая между ними маслом, в середину положить толстым слоем (до 1,5 см) начинку и завернуть края теста, свободно перекрывая им начинку, но не защипывая, после чего положить плэчинту на лист швами вниз, смазать маслом сверху и выпечь в духовке на умеренном огне 15–20 минут. Готовую плэчинту смазать сливочным маслом, есть горячую.

ТРАДИЦИОННЫЙ СОСТАВ НАЧИНКИ

1 стакан тертой брынзы,
1,5–2 стакана картофельного пюре,
1 яйцо,



3 ст. ложки подсолнечного масла,
две щепотки красного жгучего молотого перца.

Все тщательно размешать, взбить.

ПЛЯЦЕК (пляцки). Кондитерское изделие старопольской кухни, польское пирожное, выпекаемое обычно к католическим праздникам, к дням поминовения умерших родственников, отчего эти пирожные часто называют в Польше – *дзяды*. По технологии приготовления сходны с открытыми *неаполитанскими тортами* (см. с. 888), что объясняется влиянием католической церкви в Польше и ее тесными связями с папской курией. Тесто пляцков, выпекаемое в виде плоской пластинки, может до и после выпечки покрываться различными вкусовыми добавками – орехами (толчеными), фруктами (яблоками, сливами, вишнями) и сухофруктами (изюм, винные ягоды, курага, цукаты, цитронаты), причем эти добавки чаще всего измельчаются очень мелко, взбиваются вместе с яйцами и сахаром, пряностями, и им дают заколероваться в духовке, уже после выпечки основы для пляцков. Пляцки можно покрывать и различной глазурью – сахарной, шоколадной, пралиновой. В силу этого разнообразия намазок и покрытий существует обычно очень много рецептов пляцков, которые, хотя и отличаются количеством и вкусом составных частей, но, в сущности, не меняют основы, фундамента и общей технологии приготовления пляцков: вначале делается основа (единая для всех), а затем – разные в каждом отдельном случае добавки. Пляцек может быть и без всякой нанесенной начинки (намазки). Таков, например, пляцек варшавский.

СОСТАВ

3 стакана муки,
3/4 стакана молока,
1/4 стакана сливочного масла,
50 г дрожжей,
1/2 стакана сахара,
2 яйца,
1 ст. ложка воды для размеса дрожжей,
орехи,
цедра,
мелконарезанный *цитронат* (см. с. 951).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Тесто тщательно вымесить, дать подняться, затем вновь выбить и сделать пляцек – разложить ровным слоем на листе, на промасленной бумаге, дать подойти, затем смазать маслом с яйцом, посыпать сахарным песком, орехами, поместить в умеренно нагретую духовку, выпекать на небольшом ровном огне до заколерования. Вынув из печи, не вынимать из бумажной формы, пока не остынет.

ПОДКОГЫЛЬО. Марийский национальный вид пельменей. Имеет вид узкого полумесяца, то есть отличается от пельменей формой. Характерной для подкогыльо начинкой может считаться начинка из зайчатины со свининой или из мяса барсука, сильно сдобренного луком, а иногда какой-нибудь кашей. Обычно же, особенно в последние десятилетия, подкогыльо делают из говядины.

ПОДЛИВКИ. Русское обозначение жидких соусов, которые в большинстве случаев при жарении или тушении того или иного блюда естественно образуются из мясного (или рыбного) сока, масла и сопутствующих овощей (чаще всего – лука, моркови) и по своему аромату и вкусу полностью гармонируют с основным сырьем блюда, создают необходимое единство и способствуют усвоению данного блюда. Такие подливки следует отличать от *поливок* в виде искусственно приготавливаемых из муки и молока жидковатых соусоподобных сред, которые иногда подливают к сделанным изолированно от них котлетам, биткам, жареному или отварному мясу и рыбе с целью придать простому куску пищи внешний вид «блюда». Такие «подливки» как в пищевом, так и в кулинарном отношении портят, ухудшают пищевое сырье и являются всегда красноречивым свидетельством плохой, некультурной кухни. Они могут быть определены как «псевдоподливки» или даже как прямая фальсификация подливок.

ПОДЦВЕТИТЬ. Кондитерский термин, означающий смазывание кондитерского или хлебного изделия перед посадкой в печь какой-либо *жидкой* средой при помощи птичьего пера или специальной кондитерской кисти, чтобы при выпекании это изделие приобрело определенный цвет. Термин *подцветить* употребляется в противоположность термину *подпилить*, то есть когда надо путем напыления муки на изделие предохранить от приобретения им цвета в печи и не дать образоваться корочке. Подцвечивают кондитерские изделия холодной водой, молоком, растопленным маслом с молоком, только растопленным маслом вместе со взбитыми яйцами и, наконец, яйцами или белком и желтком отдельно. Во всех этих случаях изделия приобретают другой цвет, отличный от собственного, или другие оттенки цвета – от золотистых, желтоватых до глянцевитых или глухих коричневых, кожеподобных (подцветки перечислены в порядке нарастания интенсивности цвета).

ПОЛЕНТА (ит. *polenta*). Североитальянское, а точнее, пьемонтское национальное блюдо. Представляет собой кукурузную кашу вроде *мамалыги* (см. с. 552–553, 863), но подаваемую всегда с тертым сыром сорта фонтина и с острыми соусами, чаще всего томатным. Как и мамалыга, полента приготавливается из кукурузной муки разного помола (но только не из кукурузной сечки!) на воде, причем, чтобы получилась настоящая полента, ее готовят в специальных глубоких луженых медных сковородках, все время подсыпая понемногу в кипяток муку и непрерывно помешивая. Поленту почти никогда не едят в остальной Италии, кроме Пьемонта, более того – ее там просто не считают итальянским блюдом. «Едок поленты» – презрительное прозвище пьемонтца, особенно жителей Турина, со стороны итальянцев Апеннинского полуострова (как правило, неаполитанцев и сицилийцев).

ПОМЕРАНЦЫ. Цитрусовые, внешне напоминают мелкие лимоны, но почти круглые, как апельсины, и с темно-зеленой кожурой в зрелом состоянии. Запах сока померанцев отдает «парфюмерией», и ценятся померанцы в основном из-за своей цедры, которая срезается не спиральной лентой, как у других цитрусовых, а путем разрезания померанца на четвертушки. После высыхания корки превращают в порошок.

Цедра померанцев используется во всех кондитерских изделиях и в сладких блюдах.

ПОНЧИКИ. Быстроваркие тестяные изделия из рыхлого, некрутого дрожжевого теста, имеющие форму баранок (для лучшего и равномерного обжаривания со всех сторон) и обжариваемые во *фритюре* (см. с. 68, 944) (по 1 минуте на каждый пончик). Благодаря примитивности состава и технологии приготовления пончики ныне изготавливаются специальными пончиковыми автоматами-машинами, которые автоматически штампуют из теста стандартного размера пончики, а также погружают и вынимают их из раскаленного фритюра.

После приготовления пончики посыпаются сахарной пудрой, и едят их только горячими, так как, даже слегка остынув, они становятся совершенно несъедобными, ибо тесто в них так и остается непропеченным. Пончики вредны. Это низкопробная еда, изделие, воспитывающее плохой, непотребный вкус (свиное сало в них сочетается с сахаром!), держится в меню различных закусочных в больших городах исключительно потому, что не требует никакого кулинарного умения и дает возможность большого, массового производства в короткое время.

ПОПЬЕТЫ (фр. *paupiettes* – фаршированный рулет). Французское обозначение для блюд, получивших международное признание, как *зразы* (см. с. 831).

ПОРРИДЖ. Овсяная каша, национальное шотландское блюдо. Варится из овса (и реже – из овсяных хлопьев типа «Геркулес») на воде и подается с маслом, молоком и сахаром на завтрак (см. *овсяные блюда и изделия*).

ПОСТНЫЙ СТОЛ. Старое название стола, в котором отсутствовали блюда и изделия с использованием мяса, сала, жира, масла, молока и яиц, а также всех молочных изделий и продуктов. Нередко постный стол неправильно отождествляют с вегетарианским. Это неверно, так как в постный стол не входили масло, молоко, сметана, сыры и яйца, составляющие основу вегетарианского стола. В то же время в постный стол входила рыба – в отварном, копченом, соленом и сушеном виде, но не жареная (так как в жареной рыбе используется масло). В постный стол входили также раки, крабы, креветки, омары, устрицы, то есть все бескровные живые существа, но в то же время исключались из постного стола такие растительные продукты, как морковь, свекла, красный перец, помидоры на том основании, что в них якобы присутствует кровь, с которой отождествляли красную мякоть этих растений.

Таким образом, и сам состав постного стола и, следовательно, композиции блюд, входивших в постный стол, предполагали совсем иной характер продуктов, чем вегетарианский стол и вегетарианские блюда. Поэтому постная пища резко отличалась по вкусу от вегетарианской, не говоря уже о принципиально иной технологии ее приготовления, исключающей такие процессы, как жарение и тушение.

В целом постный стол чрезвычайно полезен для здоровья, в то время как про вегетарианский этого сказать нельзя. И это понятно: постный стол создавался веками на основе определенного последовательного отбора продуктов, препятствующих нарушению обмена веществ, в то время как вегетарианский стол базируется на измышленной, искусственной, теоретической посылке, исходящей не из физиологических или кулинарных соображений, а из ложной морали.

ПОХЛЕБКИ. Легкие супы, представляющие собой овощные отвары, чаще всего отвар преимущественно одного овоща, дающего тон и вкус супу, с прибавлением некоторых других овощей и пряных трав, оттеняющих основной вкус. Примером может служить картофельная похлебка, являющаяся отваром картофеля, в котором наряду с измельченным, разварившимся картофелем присутствуют и целые картофелины или их крупные куски и который сдобрен луком (репчатым и зеленым), петрушкой, укропом, сельдереем и чесноком. Это – вкусный, питательный, ароматный и легкий суп, который дают больным, обычно отказывающимся от пищи из-за отсутствия аппетита. Картофельная похлебка с чесноком и укропом – верное средство вызвать и восстановить аппетит.

Другой широко известный пример похлебки – это французский луковый суп, который во Франции подавали при королевском дворе в 2 часа ночи – для восстановления сил гостей, уставших от бала. Он представлял собой прозрачный отвар большого количества репчатого лука (8 луковиц на 1 литр воды), с добавлением свежего лука-порея, укропа, сельдерея, петрушки, черного и белого перца. Такую похлебку в лучших европейских клиниках и поныне обязательно включают в меню выздоравливающих больных, перенесших большие потери крови или имеющих тяжелые ожоги.

Таким образом, похлебки исторически в процессе развития кулинарии всегда относились к особым супам диетического направления и потому сравнительно редко появлялись за обычным столом. Это постепенно привело к тому, что далеко не всем стал понятен сам термин «похлебка», неясно стало, чем он отличается от других супов.

Вот почему ныне нередко в каком-нибудь модном ресторане, претендующем на то, что он специализируется на блюдах национальной кухни, можно встретить в меню такие, например, фантастические названия, как «мясная похлебка» или даже «куриная похлебка». Это все равно, как если бы сказать – «бифштекс из опилок».

Похлебки – это только легкие супы, являющиеся исключительно *растительными отварами*. Именно поэтому они и не удержались в обычных, повседневных меню. Чтобы приготовить мясной отвар, не нужно особого уменья. Чтобы приготовить растительный отвар вкусным, требуется искусство.

Кроме того, похлебки нельзя оставлять, а тем более разогревать – они теряют все свои положительные свойства. Поэтому похлебки – супы не для ленивых поваров, а тем более – не для общественного питания.

Похлебки – типичные домашние, даже скорее узкосемейные, «придворные» супы в лучшем понимании этого слова. Они требуют свежих овощей и тщательности приготовления.

ПОШИРОВАТЬ (от фр. *pocher*). Жарить яйца не на масле, а на воде, либо выпуская их в сковороду, где кипит налитая тонким слоем (но не менее 1 см) вода, либо в более глубокую посуду, где вода смешана с кислотой (уксусной, лимонной и т. п.), например непосредственно в некоторые виды супов, в плотные бульоны. Поширированные яйца нежнее жареных.

Поширование – нелегкая кулинарная операция, требующая навыка, терпения, аккуратности, твердой руки, глазомера и в качестве непременного условия – свежих и притом очень холодных яиц, у которых белок не распускается мгновенно в воде. Спуск яиц в посуду с водой следует делать очень медленно, осторожно, избегая «удара» яйца о воду. Поширование длится обычно 3,5–4 минуты.

ПРАЛИНЕ и **ПРАЛИНОВАТЬ** (фр. *praliné,* от *praline* – поджаренные орехи с сахаром). Кондитерский термин, означающий ореховую начинку и ее приготовление. Пралиновать – значит истереть орехи в муку, смешать их с сахарной пудрой и взбитым яйцом и нанести эту начинку на тесто. *Пралине* отсюда как сырая, так и уже готовая ореховая или иная (молочная) начинка, содержащая орехи. Начинка пралине чаще всего применяется в шоколадах.

ПРИВАРКИ. Термин белорусской национальной кухни, обозначает продукты, образующие основную заправку мясного или рыбного бульона или гарнир вторых блюд. Роль приварков выполняют обычно овощи – картофель, морковь, капуста, брюква, а также крупы – гречневая, овсяная, пшенная, перловая, ячневая.

ПРИГОРАНИЕ. Нагар, образующийся на посуде (внутренней ее стороне) от ряда причин – сильного огня, преждевременного выкипания жидкости или приготовления в нечищенной, загрязненной посуде.

Чистка пригоревшей посуды всегда зависит от материала, из которого она сделана. Открытые металлические поверхности чистят солью с маслом тряпочкой; эмалированные, покрытые патиной или нагаром, – только содой, если пригорание незначительно, и уксусом (6–9%), с экспозицией 5–6 минут, после чего пригорелые части счищаются только деревянными щепочками, а не металлическими предметами.

ПРИПРАВЫ. Термин, который в узком кулинарном смысле противополагается понятию – *пряности* (см. с.243–244, 910). Приправы разделяются на два больших класса – естественные, однородные, и сложные, искусственные, комбинированные. Основное назначение приправ – придать блюду или продукту определенный, направленный вкус.

К естественным приправам относятся, как правило, все продукты, обладающие четким, приятным кисловатым вкусом, хорошо сочетающимся с самыми разнообразными блюдами, – сметана, пюре алычи или ткемали, томатная паста, яблочное и айвовое сырое и печеное пюре и т. п.

К сложным приправам относятся все соусы как западноевропейской кухни (французской, английской), так и всех других национальных кухонь, в том числе русские (*взвары* – см. с. 463–464, 805), грузинские *(гаро, сациви)*, узбекские *(гураоб)*, молдавские и румынские *(скордоля, муждей)*, а также получившие широкое международное распространение сложные составы (лютеница, горчица, равигот, кетчуп, чутней, столовый хрен, аджика).

Любая приправа в сочетании с хлебом может превращаться в блюдо, и ее съедают относительно большое количество (порядка 50–100 г), в то время как пряностей употребляют в пищу за один раз не более сотых и десятых долей грамма.

ПРИСПЕШНИК. Русское наименование помощника главного повара на больших кухнях или вообще повара второго разряда, который не имел права самостоятельно приготавливать некоторые блюда (в основном праздничные, парадные и десертные). На больших кухнях приспешник фактически руководил персоналом кухни – кухонными рабочими, поварятами, следил за выполнением ими своих обязанностей, за получением провизии (с рынка, погреба, склада), а также за состоянием посуды и другого кухонного оборудования. В обязанности приспешника входило приготовить все бульоны, разделать, очистить и нарезать рыбу, мясо, овощи – к приходу главного повара, который уже из всех приготовленных полуфабрикатов окончательно готовил блюда, заправлял супы и руководил лично декоративной отделкой блюд. В русской кухне XIX в. в крупных ресторанах, в придворной кухне приспешниками были исключительно русские повара, а главными поварами, или, как их тогда называли – метрдотелями, были французы, австрийцы, итальянцы.

ПРОВАНСАЛЬ (*капуста-провансаль*). См. *капуста.*

ПРОФИТРОЛИ (фр. *profiterole*). Десертно-кондитерское изделие французской кухни. По существу, тонкая тестяная оболочка, внутрь которой помещалась шоколадная или иная, в том числе и мясная (для супов), начинка. Профитроли – один из наглядных примеров как фантазии, так и расточительности французской кухни. Профитроли готовились из заварного теста (мука, масло, кипяток по объему относятся как 4:1:2). Когда тесто загустеет и остынет, в него вбивают несколько желтков – обычно два-три. Из теста делают шарики размером с голубиное яйцо, *подцвечивают* (см. с. 907) их яйцом, посыпают сахарным песком и колеруют в духовке на бумаге. Как только они заколеруются, вынимают, дают чуть остыть и, пока теплые, делают надрез по диаметру, выскребают все тесто, не успевшее испечься, оставляя «скорлупу», и начиняют профитроли ганажевой начинкой или шоколадным пралине.

ПРЯЖЕНЦЫ. Русское название жареных *пирожков* (см. с. 904) в отличие от печеных. Пряженцами в русской кулинарии назывались также и все виды восточных (татарских) пирожков из недрожжевого (пресного) теста, например *самсы* (см. с. 661, 917).

ПРЯНИКИ. Кондитерские изделия (лакомства), главными составными частями которых являются мука и мед. Пряники характерны исключительно для европейских народов. Они являются и испокон веков были национальными лакомствами русских, литовцев, эстонцев, немцев, поляков, шотландцев. Пряники вначале составлялись только из муки и меда с прибавлением в некоторых случаях к тесту яиц, а затем, с развитием различных подъемных средств – заквасок, винно-каменной соли, соды и *пекарских порошков* (см. с. 900), – пряники превратились в настоящие произведения кондитерского искусства. Расцвет производства пряников приходится на Средневековье, на XIV–XVII вв., до появления сахара в Европе и в период относительной дешевизны и массового производства меда. В отдельных странах производством пряников занимались определенные цеха, обосновавшиеся, как правило, в определенных городах. Так было и в Западной Европе, и в России, где пряни-

ки разных регионов, разных городов отличались друг от друга существенными чертами. Так, в Западной Европе самыми известными были немецкие *нюрнбергские* пряники, в Польше – *торуньские,* в Великобритании – *шотландские овсяные* (см. *паркин*), в России – *тульские* (жатые, с вареньем), *вяземские* (на крахмальной патоке, мелкие, с вареньем), *архангельские, кемские* (фигурные, глазированные сахарной цветной глазурью), *городецкие,* или *битые,* пряники (весом до полпуда – 8–10 кг), *московские* (мелкие, с медом и черной патокой), в Литве – *медуолис,* на ржаном тесте, и др.

В пряники всех народов обязательно закладывается *смесь пряностей* из черного перца, кардамона, гвоздики, корицы, бадьяна, имбиря, лимонной или апельсиновой цедры, отчего пряники и получили свое название. Меняется лишь соотношение этих компонентов между собой. Так, в нюрнбергские пряники идет много цедры, особенно померанцевой (см. *померанцы*), в прибалтийские – больше перца, в польские – кардамона и гвоздики, в русские – имбиря, корицы и бадьяна. Они-то и создают специфический национальный привкус пряников, не меняя в то же время их общий, характерный для всех пряников вкус.

Вот рецепты трех главных видов европейских пряников: русских, польских, немецких.

1. ПРЯНИКИ МЕДОВЫЕ БИТЫЕ, РУССКИЕ.

СОСТАВ.

700 г меда,
3 яйца,
10 желтков,
2 стакана толченых орехов (миндаля или лещины),
1 ч. ложка кардамона и имбиря,
5 ч. ложек корицы,
2 ч. ложки бадьяна,
600–650 г пшеничной муки высшего сорта.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Мед вскипятить, снять пену и взбивать до полного остывания. Затем положить 3 взбитых яйца, все время взбивая, добавить пряности и тогда подогреть, но не доводить до кипения. Взбивать еще 30–40 минут, затем небольшими порциями подсыпать муку до густой (пряничной) консистенции. Пряники перелить в плоские бумажные формы и выпекать на очень легком тепле русской печи (после хлебов), фактически же чуть подсушить их. Можно в духовке на слабом огне с открытой дверцей (но это намного хуже). (Домашнее приготовление пряников прекратилось, потому что исчезла русская печь).

2. ТОРУНЬСКИЕ ПРЯНИКИ, «КАТАЖИНКИ».

СОСТАВ

500 г меда,
2 стакана сахарного песка,
250 г свиного топленого нутряного сала (или сливочного масла),
1 кг муки,
3 яйца,
3 ч. ложки соды,
1/2 стакана молока,
4 ч. ложки смеси пряностей, в том числе большая часть кардамона, гвоздики, корицы,
3 ст. ложки цитроната,
1/2 стакана тертых орехов.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Мед, сало, сахар смешать и подогреть, но не до кипения. Остудить. Постепенно подмешать муку и все остальные компоненты. Соду вводить разведенной на молоке. Тесто тщательно вымесить, скатать в шар, положить в эмалированную (или глиняную) посуду, накрыть льняным полотном и поставить в погреб на 3–4 недели (можно хранить и на нижней полке холодильника, но это гораздо хуже). Созревшее тесто раскатать на три коржа и печь на листе, не смазывая его, а лишь подпылив мукой. Остывшие коржи смазываются густым сливовым вареньем (мармеладом), кладутся один на другой, закрываются бумагой, а на нее кладется груз. Твердые, как доска, коржи спустя три дня становятся мягкими и нежными, они не черствеют почти две недели.

3. НЮРНБЕРГСКИЕ ПРЯНИКИ «ЭЛИЗЕНЛЕБКУХЕН».

СОСТАВ

2 яичных белка,
140 г миндаля (или лещины),
180 г сахара,
50 г цитроната или цукатов,
50 г муки,
цедра лимонная и померанцевая.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Все компоненты смешать в порядке их перечисления, массу намазать либо на заранее имеющиеся готовые вафли – *облатки* (см. с. 892), либо на смазанную маслом бумажную плоскую форму. Выпекать 25 минут на слабом огне в духовке при температуре не выше 180 °С. Затем пряники нужно глазировать: 140 г сахарной пудры развести во взбитом белке и смазать со всех сторон еще теплые пряники перышком или кондитерской кистью. К глазури прибавить лимонной цедры.

ПРЯНОСТИ. Свежие или сухие, а иногда и специально обработанные различные части растений (листья, цветы, семена, корни, плоды, цедра), которые обладают сильным, специфическим, только им присущим ароматом, даже если они взяты в очень незначительном количестве, и способны передать его всему блюду или другим продуктам, особенно при тепловой обработке их. К пряностям относятся не все ароматические растения, а лишь обладающие бактерицидными свойствами, которые у них проявляются в разной степени. Пряности делятся на две группы – классические (или экзотические) и пряные овощи, или европейские пряные растения. К классическим относятся все виды перцев – белый, черный, красный, душистый (ямайский), японский (зантоксилум), африканский (малагетта); имбирь, калган, все виды корицы (цейлонская и китайская), ваниль, мускатный орех



и мускатный цвет, все виды цедры (померанцевая, мандариновая, апельсиновая, лимонная, грейпфрутовая, сатсума); лавровый лист, розмарин, асафетида, куркума. Большинство из них было известно с глубокой древности и употреблялось в пищу раньше соли.

ПТИ-ФУР (или петифюр; фр. *petits fours*). Мелкое печенье из бисквитного теста разной формы (кружки, треугольнички), приготовленное с разными начинками с различно украшенной накладкой. Это своего рода ассорти из печенья, имеющего единую тестяную основу, но отличающегося по внешнему виду и отчасти по вкусу.

Для теста на пти-фуры берется 3 яйца, 50 г сахарной пудры, 55 г муки. Причем порядок приготовления теста особенно важен: вначале нужно взбить белки, постепенно добавить в них половину сахара, затем взбить желтки с остальным сахаром, ввести в них взбитые белки и муку, не переставая взбивать. Тотчас же размазать тонким слоем эту смесь на листе, выпекать 8 минут при умеренной температуре (200 °С), осторожно вытряхивать выпеченные листы-основы для птифуров на чистую скатерть.

Два-три листа кладутся друг на друга, промазываются разными начинками – шоколадным кремом, земляничным или клубничным вареньем, ореховым пралине, марципанами и т. д. Острой выемкой вырезаются отдельные печенья – птифуры. Верх их может украшаться еще кремами, глазурью.

«ПТИЧЬЕ МОЛОКО». Популярный торт 60–80-х годов, изготавливаемый в основном в Москве и Ленинграде (Петербурге), но не кондитерскими государственными фабриками, а отдельными столовыми и другими мелкими предприятиями общественного питания, а потому расходившийся небольшими партиями в течение двух-трех часов. Это создало дополнительную популярность данному виду торта и послужило причиной считать его «редким», что и вызвало его название – «Птичье молоко», хотя вначале он назывался «суфлейным тортом». «Птичье молоко» принадлежит к типу сборных тортов; кроме того, он не выдерживает хранения более суток, требует быстрой реализации. Именно эти качества послужили основанием для его производства мелкими партиями. Простота и быстрота изготовления «Птичьего молока», не требующего особых кондитерских навыков, его механическая составная конструкция, а также его вкус, удовлетворяющий широкого потребителя, – все это делало «Птичье молоко» идеальным тортом для домашнего приготовления. Однако его рецепты не публиковались, да и часто произвольно изменялись (варьировались) отдельными столовыми-изготовителями.

В предыдущие десятилетия (60–80-е годы) «Птичье молоко» по своему составу было очень дешевым изделием, а в 90-е годы стало дорогим (яйца, сахар, масло, мука). Однако оно и теперь может конкурировать с фабричными тортами, пирожными и удобно для изготовления и потребления на месте, в домашних условиях.

СОСТАВ ПРОДУКТОВ

(на объем, равный 8 порциям-пирожным).

3/4 стакана муки,

2 1/4 стакана сахара,

6 яиц,

100 г сливочного масла,

1 1/4 ст. ложки желатина на 3/4 стакана холодной кипяченой воды,

1 1/4 ч. ложки лимонной кислоты,

1/2 ч. ложки соды,

1–1 1/4 ч. ложки уксуса.

Для ароматизации:

ванилин,

коньяк,

фруктовые сиропы,

варенье (по 1–2 чайные ложки).

Для глазури сверху:

сахар,

молоко,

какао-порошок (или кофе) – по 1 ст. ложке,

25 г сливочного масла.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Желатин развести в воде, оставить на 2 часа растворяться.

2. Яйца разделить на белки и желтки в отдельные посуды, поставить в холодильник.

3. Смешать в следующем порядке: желтки с 1/2 стакана сахара, маслом и содой, погашенной в уксусе; добавить муку, вымесить однородное тесто-пасту.

4. Разделить массу теста на 4 равные части. Из каждой раскатать корж и выпечь в духовке при умеренной температуре в течение 3 минут (до зарумянивания).

5. Взять подготовленный раствор желатина (п. 1), размешать, всыпать лимонную кислоту и разлить раствор на 3 равных порции (стакана). В них положить – в каждый по одному ароматизатору – ванилин, вино, сироп.

6. Белки (п. 2) взбить с 2 стаканами сахара, разделить полученную массу на 3 равные части и соединить каждую из них с ароматизированным раствором желатина (п. 5), после чего все три посудины с этим составом поместить на 3 минуты в холодильник до образования плотного желе.

7. Приготовить глазурь, смешав все ее компоненты (масло – последним) и прогрев на огне (слабом) при помешивании и не допуская закипания.

8. Собрать торт: на разделочную доску выложить один корж, намазать его желе-массой с ванилином, покрыть вторым коржом, намазать его желе-массой с коньяком или вином, покрыть третьим коржом, намазать его желе-массой с сиропом, покрыть четвертым коржом и полить его глазурью. Поставить торт в холодильник на полчаса-час.

ПУДИНГ (англ. *pudding* – тумба, чугунная болванка, толстое, расплывшееся, лишенное выражения лицо, а также глупая голова, набитая всякой всячиной). Таким образом, название пудинг относится как к внешнему виду этих кулинарных изделий, так и к их разнородному, как бы случайному составу. Пудинги вначале составлялись только из остатков, обрезков других блюд и как бы сплавлялись воедино. Таким образом, технология приготовления пудингов предполагает уже готовое (сваренное, испеченное) пищевое сырье, кото-

рое, будучи соединено с таким же готовым или быстроварким (например, с жиром, яйцами), могло бы быть быстро подогретым (уже не непосредственно на огне, а лишь в водяной бане, медленно) и приобрести единый вкус и съедобный вид самостоятельного блюда. Основой в пудингах служат всегда отварной рис, белый хлеб, а наполнителями – масло, топленое сало или говяжий жир и, в зависимости от того, изготавливается пудинг на второе или на десерт, – различные мясные или фруктовые компоненты. Скрепляющей заливкой для пудингов служат обычно яйцо в сочетании с молоком или небольшие количества алкоголя – ром, коньяк, ускоряющие не только ферментацию продуктов, входящих в пудинг, но и играющие роль «очистки» разных, особенно мясных, обрезков. (Настоящие пудинги нуждаются в «созревании», длящемся по нескольку недель.) Простые пудинги (рис, изюм, масло сливочное, яйца) – наоборот, приготавливаются наскоро, из уже имеющихся под рукой готовых в кулинарном отношении продуктов. (См. также *плум-пудинг.)*

ПУЛЯРКА (фр. *poularde*). Употребляемое в Западной Европе и в русской дореволюционной кулинарии название специально откармливаемых мясных кур, соответствующих каплунам (петухам). Пулярки гораздо более быстроварки, чем обычные куры, более мясисты. Сегодня они существуют под названием «куры для быстрого жарения», а импортные имеют на упаковке пометку «пулярд» (например, венгерские и голландские пулярки).

Стоимость пулярок всегда была и остается выше стоимости кур. Пулярки продаются всегда в упаковке и полностью потрошенными.

ПУПЕТОН (фр. – *poupeton,* от *poupelin* – куколка). Блюдо из отварного риса и филе курицы, перемешанных с маслом и запеченных под яично-молочным покрытием в духовке с соусом из куриного бульона, *льезонированного* (см. с. 237, 860) яйцом и сдобренного пряной зеленью – зеленым луком, укропом, петрушкой.

ПУТРА (латыш., *pytra*). Латышское национальное блюдо кашеподобного вида. Путры в отличие от каш, приготавливаемых всегда из одного вида зерна, являются сочетанием *нескольких видов* пищевого сырья, в том числе и зерна. Обычным зерном в латышских путрах бывает перловка, а также серый латышский горох (в гороховых путрах).

В качестве заправки обыкновенно используют кислое молоко, сметану, свежий кислый творог, а в качестве связывающего звена – отварной мятый картофель, иногда ржаные отруби, толокно. Пряной добавкой служит лук, чаще всего зеленый, укроп, пастернак (зелень).

Технологической особенностью путр является то, что ее компоненты – зерно, крупа, картофель, горох – доводятся до пюреобразного состояния, развариваются отдельно, а потом соединяются, и к ним подмешиваются молочные продукты, зелень. Затем хорошая путра обязательно должна «созреть» несколько часов, после чего ее едят. Созревание делает путру более вкусной.

К путрам, где зерновой частью служит серый горох, добавляют также кусочки отварной или соленой рыбы.

ПУХКЕНИКИ. Украинские национальные кондитерские изделия, напоминающие *пончики,* но только не в форме баранок, а в виде галушек. Кусочки сдобного простого заварного теста опускают во фритюр, обжаривают и затем, обсыпав сахарной пудрой или облив вареньем, подают горячими. В холодном состоянии пухкеники есть невозможно – они превращаются в вязкий ком теста.

ПЫШКИ. Жаренные на растительном масле или говяжьем жире лепешки из выходившегося, хорошего дрожжевого теста, полусдобного, на молоке и масле, чаще всего без яиц. Пышки жарятся на двух сторонах (по две-три минуты на каждой). Они всегда хорошо пропечены. Едят их теплыми, спустя 15 минут после приготовления.

ПЮРЕ (фр. *purée* – толченое, чистейшее). Однородная густая гладкая масса, приготавливаемая из толченых, преимущественно растительных продуктов: пюре из картофеля, моркови, брюквы, репы, а также пюре из гороха, фасоли, бобов, из каш – гречневое, перловое, рисовое пюре и т. д.

Обычно под термином «пюре» понимают не только само по себе пюрирование, то есть приготовление гладкой (протертой через дуршлаг, сито) массы, но и подготовка ее к пище, превращение в самостоятельное блюдо. Поэтому пюре в смысле блюда (гарнира) включает, наряду с собственно толченой растительной массой, также различные масла, жиры, яйца, молоко, бульоны и пряные добавки. Технология приготовления пюре, кроме отваривания, протирания, толчения, предполагает также и взбивание (особенно бобовых пюре, картофельных и фруктовых – яблочных).

ПЯЧИСТО. Белорусское народное национальное мясное блюдо. Представляет собой крупный кусок мяса (не менее 2–3 кг) от задней или поясничной части, взятый неразделанным, с подкожным жиром, и запеченный в закрытой посуде в духовке в течение не менее 2–4 часов с добавлением небольшого количества воды и кореньев. Пячисто запекается до полного выкипания воды, сигналом к чему служит появление приятного и сильного запаха жареного мяса.

- Р -

РАВИГОТ (фр. *ravigote*). Французский термин для обозначения соединенного экстракта или пюре нескольких пряных трав, который следует отличать от другой совокупности сушеных пряностей – *букета гарни* (см. 797). Употребление равигота в сочетании с разными приправами дало соус равигот, горчицу равигот, то есть ту французскую горчицу, которая отличается мягким, нерезким вкусом и гораздо более светлым (желтовато-зеленоватым) цветом по сравнению с обычной или русской горчицей.

В равигот входят нерезкие пряные травы: кервель, эстрагон, кресс-салат и пимпинелла (бедренец) – поровну, например по 50 г. Их надо бланшировать одну минуту, слить воду, промыть холодной водой, отжать через салфетку и протереть через волосяное (но не металлическое!) сито или же растолочь в фарфоровой ступке. Полученное пюре смешать с равным по весу количеством горчицы, разведенной до нормаль-

ного состояния водой. Прибавить немного (1 ч. ложку) чеснока-кашки, раздавленного в чесноковыжималке, или чесночного порошка. Горчицу-равигот сохранять в герметически закрывающейся посуде.

РАВИОЛИ (ит. *ravioli*). Итальянское пельменеобразное изделие из полусдобного пресного теста. Внешне имеют вид полумесяца или эллипса, окруженных широкой полосой защипочного теста, обрезаемого не вокруг начинки, а по прямоугольнику или квадрату, благодаря чему при изготовлении равиолей не бывает отходов теста и создается прочность защипки. Начинка равиолей зависит целиком от региональных условий: в каждой провинции Италии их готовят со своей начинкой. Она может быть мясной, рыбной, из птицы, овощей, из фарша дичи. Лучшей и традиционной начинкой, получившей международное распространение в ресторанной кухне, считается куриный фарш, смешанный с рубленым мясом курицы и сдобренный сыром-пармезаном, зеленью шпината и петрушки.

В отличие от пельменей равиоли могут быть не только отваренными, но и жаренными на масле в сотейнике или обжаренными во фритюре.

Равиоли жареные подаются обычно к соответствующему их начинке супу: чаще всего к бульонам и протертым супам. Отварные равиоли могут быть самостоятельным блюдом с разными острыми соусами, чаще всего с томатным, луковым, с маслинами и т. д.

Тесто для равиолей приготавливается так же, как для пельменей или домашней лапши, но в него добавляется 1–2 чайных ложечки растительного масла, обычно оливкового.

РАГОЙШ. Западнобелорусский (гродненский) пирог-сковородник. В Польше под этим же названием имеют в виду любой пшеничный пирог, приготовленный к свадьбе, преимущественно с куриной или гусиной начинкой, и имеющий, в отличие от обычных пирогов, форму рога. Рагойш готовят из сдобного слоеного теста.

В Литве *рогайшис* – всякий небольшой пирог из смеси ячневой и пшеничной муки, обычно приготавливаемый на закваске.

РАГОУЛЯЙ. Литовский и западнобелорусский «картофельный хлеб», приготавливаемый из картофеля и гречневой муки на дрожжах.

СОСТАВ

15 сырых картофелин,
2 вареные картофелины,
6 ст. ложек гречневой муки,
25–30 г дрожжей,
2 ст. ложки воды (для разведения дрожжей),
100 г свиного топленого сала,
3 луковицы,
чуть пшеничной муки для подпыления.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Из вареного картофеля сделать пюре, добавить дрожжи, 2 ст. ложки гречневой муки, поставить в теплое место на закваску.

2. Сырой картофель натереть, сок отжать, добавить остальную муку и закваску, поставить на 8–9 часов в теплое место.

3. Затем слить образовавшуюся жидкость, чуть подпылить пшеничной мукой, посолить и образовавшееся тесто выложить на лист толщиной 2,5–3 см, запечь в духовке в течение 30 минут.

РАГУ (фр. *ragoût*). Блюдо из мелких кусочков бараньей или телячьей грудинки и мяса лопатки, вначале обжаренное в масле, затем заколерованное в глубокой латке в духовке и, наконец, тушенное вместе с луком, морковью, репой в соусе из мясного сока и муки. Настоящее рагу приготавливается только из молодого мяса. В общественном питании рагу называют всякое мясное блюдо из мяса с костями, что дискредитирует само понятие рагу как весьма нежного, вкусного блюда.

РАСКАТКА ТЕСТА. Раскатку теста ведут с середины, постепенно приближаясь к краям. Пока лист теста небольшой и толстый, раскатку ведут толстой скалкой. Затем берут тонкую скалку, накручивают лист теста на нее и начинают раскатку обеими руками. Тесто надо накручивать на скалку до конца и, посыпав хорошо доску мукой, раскручивать тестяной лист постепенно со скалки на доску; при этом следующий раз надо раскатывать уже в перпендикулярном направлении, то есть накрутить тестяной лист на скалку поперек тому направлению, которое раскатывалось перед тем. Тогда тесто будет раскатываться равномерно, без пузырей. Если все же тесто стало в некоторых местах истончаться и рваться, а в других остается толстоватым, то в таких случаях надо надрезать тесто в нескольких местах с краев, где оно рвется сильнее, завернуть его по линии разреза к середине, к центру, перекрыв наискось рваные места или «плешины», и начать осторожно раскатывать вновь. Скалкой можно раскатывать не только на доске, но и на ткани, что при известной сноровке дает очень хорошие результаты.

Иногда тесто не раскатывают, а растягивают. Так, вытяжное тесто растягивают на скатерти на столе, а делиорманское тесто, смочив на 10 минут кусочек в теплом масле так, чтобы он погрузился весь, растягивают на руках, в воздухе, слегка подбрасывая тестяную лепешку время от времени.

РАССОЛЬНИК. Один из основных видов русских супов, отличительной чертой которого является использование вместо мяса потрохов (почек, печени) молодых жвачных животных (телят, ягненка) или домашней птицы (гуся, индейки, курицы) и обязательно соленых огурцов. В бульон рассольников всегда вводят стакан-два (на литр воды) огуречного рассола. Рассольник – овоще-крупяной суп. В качестве крупы в русские рассольники используют перловку и рис. В качестве овощей, кроме соленых огурцов, обязательно кладутся морковь, лук, маслины (или оливки, зейтун, каперсы) и пряные травы: петрушка, сельдерей, укроп. Из пряностей – черный перец горошком.

К рассольникам, особенно куриным, подают пресные слоеные пирожки с ливером.

РАССТЕГАИ (также иногда – расстягаи). Один из видов русских печеных пирожков, подаваемых специально к раз-

ного рода супам. Расстегаи с рыбой – к ухе, расстегаи с мясом и грибами – к бульонам, расстегаи с рисом, луком, морковью и яйцом – и к рыбным, и к мясным супам. Расстегаи делают из несдобного дрожжевого теста. Самые вкусные и самые распространенные расстегаи – с красной рыбой, в основном с семгой. Поэтому часто расстегаями называют только рыбные пирожки. Однако дело не в начинке, а в технологии.

Для расстегаев характерно, во-первых, сильно дрожжевое тесто, приготовленное на опаре, выстоенной полчаса, а затем соединенной с новой порцией теста, которое должно подходить не менее трех часов. Начинку для расстегаев готовят из рыбного *тельного,* которое тушат с рыбным бульоном и сливками, приправленными луком, перцем, солью; из вязиги с луком и крутыми яйцами; из семги, нарезанной тонкими ломтиками. Иногда начинку из вязиги или из риса с луком и крутыми яйцами прикрывают кусочком семги – именно такие расстегаи считаются классическими.

Сам пирожок делают небольшим, но удлиненным и придают ему форму туфельки, один конец которой приоткрыт, не полностью защипан. Начиненным расстегаям дают подняться на листе, смазывают их яйцом и пекут в духовке до заколерования. Вынув горячие расстегаи, дают им постоять минут 5–7 под полотенцем, а затем осторожно наливают внутрь каждого по ложечке крепкого рыбного бульона и тотчас же подают к ухе.

РАУГЕНЯ. Белорусское название напитка из солодухи, разведенного водой. Название употребляется в Полоцкой области и было известно еще в древнеполоцком княжестве. В Пскове *рявгеней* называют также род кваса, который по-русски, в центральных областях России, носит название *кислые щи.* В Литве рявгеней русские называют иногда также *солодовое тесто,* солодовую кашу.

РАХАТ-ЛУКУМ. Ближневосточное (турецкое, ливанское) лакомство. Представляет собой вареный с крахмальными или иными (агар-агар) загустителями фруктовый сок в сахарном сиропе с ароматизатором в виде розового масла. Рахат-лукум производят в Болгарии, в Армении. Он представляет собой почти несладкие (но обвалянные в сахарной пудре) полупрозрачные бесформенные кусочки крахмалистого вида, мягко упругие по консистенции и с едва уловимым ароматом роз. Технология варки рахат-лукума сложна и в то же время не может быть механизирована. Лучший рахат-лукум тот, что варится небольшими порциями (не более 3–4 кг в один раз) в специальных небольших котлах. Как и другие сладости, приспособленные к кустарному производству, рахат-лукум в последнее время практически исчезает из торговли.

РЕВЕНЬ. Травянистое огородное растение, стебель листьев которого съедобен и обладает приятной кислотой. Ревень употребляется для киселей, компотов, мармеладов, варений, специальных фруктовых супов и каш и особенно применяется в национальной кухне стран Балтики, где условия для производства ревеня наиболее благоприятны. Сладкие блюда из ревеня входят в национальные кухни немцев, датчан, шведов, эстонцев, латышей.

Ревень легок в обработке (стебли толщиной в палец нарезаются ровными кусочками по 1 $см^3$), быстроварок, не требует никаких особых приемов и приправ (кроме лимонной цедры, придающей всем блюдам из ревеня аромат цитрусовых), прекрасно усваивается, обладает приятной нежной консистенцией и вкусом.

РЕДЬКОВНИК. Гарнир из редьки, приготавливаемый в сыром и вареном виде и подаваемый к мясным блюдам русского стола.

Сырой редьковник приготавливается из тертой на мелкой терке черной редьки с добавлением тертой моркови и тертого антоновского яблока, а также небольшого количества сахара (5 г) и соли. Этот гарнир обладает большой естественной сочностью, хорош к отварному мясу.

Вареный редьковник приготавливается из отварной редьки, сваренной в подсоленной воде с добавлением к ней щепотки соды. Редька натирается на мелкой терке, к ней добавляется сахар, соль и сливочное масло, а также соус *бешамель* (см. с. 236, 789) – по 1–2 столовой ложки на каждый стакан массы редьковника. Этот гарнир хорош к мясным жареным блюдам, к котлетам, биткам.

РЕСКА (или *решка,* от карельского *raska*). Название пресных лепешек из ячменной муки с примесью сосновой заболони (внутренней части коры). Применялись в Северной России в Архангельской области, в Новгородской, на территории Карелии вместо хлеба на лесных работах, охоте, рыбной ловле. Неправильно расценивались этнографами как свидетельство бедности народа. На самом деле реска была прекрасным противоцинготным средством, особенно зимой, отчего она всегда употреблялась лесорубами при зимней валке леса вдали от дома.

РИГАТОНИ (ит. *rigatoni*). Короткие, длиной 4 см и сечением в 6–7 мм, итальянские макароны, которые напоминают изготавливаемые у нас так называемые «рожки», только не изогнутые, а прямые и из более тонкого теста.

Главная их особенность состоит в том, что при варке они становятся вдвое длиннее и втрое шире, причем при этом нисколько не разваривaются и не теряют формы, оставаясь в то же время не размяклыми, а нежными, но достаточно упругими по консистенции. Даже не будучи сдобрены маслом, настоящие ригатони очень вкусны. При покупке, чтобы не приобрести неитальянской подделки, обращайте внимание на неприметную надпись в самой нижней части упаковки (пакета): Rigatoni. Варка их – 12–15 минут.

РИЗОТТО (ит. *risotto*). Распространенный вид блюд из риса в Северной Италии (Ломбардии, Венеции, Лигурии, Фриули-Джулии, Эмилии-Романьи), где к основе из отварного риса, сваренного чаще всего на пару, прибавляют разные вкусовые добавки – измельченное мясо, курятину, телятину и обязательно тертый сыр-пармезан и овощные добавки (помидоры, бобы, шпинат); масло и пряности (перец, чеснок, лук, сельдерей) придают ризотто сытность, вкус и пикантность. Ризотто практически может иметь бесчисленное число вариаций, оно никогда не связано точным числом компонентов

и точным их соотношением. Все зависит как от региональных привычек, так и от личной фантазии кулинара.

РИКОТТА (ит. *ricotta*). Итальянский сыр, приготавливаемый из сыворотки, а не из молока. В зависимости от местности имеются небольшие вариации во вкусе этого сыра, который всегда именуется по провинции: рикотта сицилиано, рикотта романо, рикотта пьемонтезе и т. д. Кроме того, сыр рикотта различают по плотности – рикотта дольче (без соли), рикотта молитерно (подсоленный, суховатый), рикотта форте (не выдержанный, мягкий). Рикотта используется в итальянской кухне как творог в начинки пирогов, в вареники, в ленивые вареники (по-итальянски – *gnocchetti di ricotto*).

РИССОЛИ (фр. *rissole,* от *rissoler* – поджарить, подрумянить). Итальянское название пухлых, пончикоподобных, напоминающих по форме яйца пирожков, жаренных во фритюре. Риссоли отличаются от других пирожков не только внешним видом (отсутствием у них защипочного шва, который затягивается из-за рыхлости теста), но и, главным образом, начинкой: ее делают из *сальпикона* (см. с. 917), телятины, курицы, гуся с добавлением фарша из печени или остатков мяса того же животного и с небольшим количеством картофельного пюре или риса. В начинку кладутся также пряные овощи и травы: лук, чеснок, петрушка – и обязательно неизменный для почти всех изделий и блюд итальянской кухни тертый сыр-пармезан. Величина риссолей различна: от размеров куриного яйца до гусиного и более.

РКОТТА (ит., мальт. *rkotta*). Сыр, производимый на острове Мальта из коровьего молока с добавлением к нему четверти объема фильтрованной морской воды. Ркотта имеет чуть заметную горчинку, творожную консистенцию и продается на вес в глиняных кувшинах.

РОЗМАРИН. Пряность, высушенные листочки кустарника розмарина, свернувшиеся при высушивании в тоненькие трубочки-палочки. Розмарин употребляется к блюдам из дичи, а также как оттеняющий ароматизатор к блюдам, где присутствуют сыры, во все изделия с *гратинированным* сыром.

РОЛЬМОПС (нем. *Rollmops*). Блюдо северогерманской кухни, распространено также в кухнях народов Балтики: датчан, шведов, латышей, эстонцев, финнов. Представляет собой отваренную в подкисленной уксусом воде свежую сельдь, препарированную особым образом и сдобренную пряностями.

СОСТАВ

На 0,5 кг сельди – 1 1/2 ст. ложки соли,
40 г сахара,
10 лавровых листов,
20 зерен черного перца,
150 г рубленого лука, немного уксуса.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Сельдь чистят от верхней кожи, пластуют, полностью освобождают от костей, срезают по полсантиметра от хвоста и головы, чтобы сделать ровные, одинаковые половинки и исключить жесткие части у хвоста, и раскладывают это филе на блюде внутренней стороной кверху. Посыпают их пряностями и затем свертывают каждую половинку филе в виде рулета, начиная от хвоста к голове. Рулеты свертывают туго и закрепляют длинными деревянными иглами-спицами или (и) обвязывают нитками. Отваривают, уложив рольмопсами плотно дно широкой эмалированной кастрюли, в чуть подкисленной уксусом кипящей воде несколько минут (в зависимости от толщины, мясистости и длины каждой сельди). Едят только холодными, с разными рыбными соусами, содержащими хрен, сметану, укроп, лук; рольмопсы могут быть поданы также с картофельным пюре.

РОСТБИФ (от англ. *roast* – запеченное и *beef* – мясо). Английское блюдо, ставшее интернациональным блюдом ресторанной кухни и парадным блюдом *холодного стола.* Приготавливается из говяжьей (преимущественно бычьей) вырезки, целиком. При этом вырезку либо гриллируют на решетке (не протыкая ее вертелом, как шашлык *мцвади,* ибо это делает мясо менее сочным), либо тушат ее наподобие *штуфата* (см. с. 961). Мясо для ростбифа всегда плотно обвязывают суровой нитью, чтобы во время гриллирования оно не теряло формы, и поэтому ростбиф в таких случаях имеет форму цилиндра, состоящего как бы из серии толстых кругов. Ростбиф гриллированный не проваривается в центре, поэтому имеет по всей своей оси в середине ярко-розовый цвет свежего мяса. Ростбиф, приготовленный тушением, проваривается на всю глубину и не имеет поэтому в середине куска розового оттенка. Таким образом, этот признак вовсе не характерен для ростбифа: важна часть мяса, а именно вырезка, идущая на изготовление ростбифа. Едят ростбиф как горячим, так и холодным (типичный английский ростбиф), гарнируют по-разному, в зависимости от страны. Очень часто холодный ростбиф подают с зеленым горошком, а также и с хреном, горчицей.

Для приготовления настоящего, хорошего, сочного ростбифа требуется вырезка одним куском весом не менее 3 кг. Для тушения – 1 л воды, соль, перец, различные коренья: петрушка, сельдерей; морковь и лук, которые тушатся вместе около 3–4 часов (затем овощи обычно выбрасывают, так как они совершенно вываривaются). Ростбиф режут тонкими ломтиками поперек волокон, но подают на блюде целиком.

РУБЕЦ. Один из отделов желудка жвачных животных, который в отваренном виде используется для приготовления различных блюд (см. *фляки*). Помимо польской кухни, для которой рубцы – одно из национальных блюд, они используются и в румынской (*туслама* – телячьи рубцы; *скимбя* – чорба из воловьих рубцов).

РУКАВИЦА КУХОННАЯ (изготавливается только на правую руку). Предназначена для удобного захватывания горячих сковород, кастрюль, крышек, чугунков, противней и листов, для сажания их в глубь духовки, печи, для различных операций в духовке (например, при периодическом поливе соком жаркого на лотках или в котликах) и т. п. Рукавица состоит из трех слоев материала: 1) *верхний* – из грубой льняной или хлопчатобумажной плотной ткани, пропитанной анти-

воспламеняющимся или жаропрочным составом; 2) *средний* – прокладка, сделанная из асбестового волокна и стеганой ваты; 3) *внутренний* – из тонкой, эластичной, мягкой подкладки (сатин, саржа, фланель, шелк).

Рукавицы бывают двух видов – длинная, до локтя, для работы с очагами открытого огня и короткая, выше запястья, для работы с утварью наплитного огня.

РУЛАДЫ. Принятое в ряде западноевропейских кухонь обозначение кондитерских рулетов (свернутого в трубку и промазанного повидлом или мармеладом сдобного теста на соде или *пекарском порошке* (см. с. 900)).

Рулады выпекаются в форме из промасленной бумаги или в длинных жестяных желобах с краями до 5 см.

СОСТАВ ТЕСТА

100 г муки,
100 г сахара,
75 г масла,
2 яйца,
1/2 ч. ложки пекарского порошка.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Масло растирают с сахаром добела, добавляют яйца, муку, бакпульвер (пекарский порошок). Тесто в форме печется 10 минут. Затем его катают по листу бумаги, посыпанному слоем сахарной пудры или песка, или переворачивают на лист бумаги с сахаром верхней стороной, а другую сторону смазывают мармеладом или кремом и сворачивают в рулет, пока оно еще теплое. Бумага или форма должна быть очень сильно смазана маслом.

РУЛЕТЫ (фр. *roulette,* от *rouler* – свертывать, завертывать). В западноевропейской, особенно в германской кухне рулетами называют блюда, сходные с картофельными запеканками, начинки для которых делаются из фарша мяса, ливера, обрезков ветчины, творога или лука. Им обычно придают форму батонов с начинкой в середине и запекают без смазывания сверху яйцом.

В современной российской кухне рулетами обычно называют все блюда и изделия, которые имеют свернутую трубкообразную форму. Поэтому под такой внешний признак подпадают и кондитерские изделия типа *рулад* (см. выше), *вертут, штруделей* (см. с. 554; с. 961), и блюда, предназначенные для второго, из мяса, рыбы, грибов, овощей, вроде настоящих *рулетов, запеканок, завиванцев, зраз* (см. с. 828; 132, 507; 831), то есть самые разные по пищевому сырью и технологии приготовления пищевые готовые продукты.

Вот почему следует избегать таких неграмотных в кулинарном отношении определений. Они свидетельствуют о полном отсутствии кулинарной культуры, о низком профессиональном уровне и неведении того, что название блюд не может определяться их формой, а должно быть связано с их историческим значением и технологией приготовления.

РЫБИЙ КЛЕЙ. Особое высококачественное желирующее вещество, приготавливаемое из внутреннего покрытия, выстилающего исподнюю сторону плавательных пузырей осетровых рыб. Рыбий клей прозрачен, не имеет ни запаха, ни вкуса. Изготавливается простой промывкой в холодной воде и прессовкой пленок плавательного пузыря, извлекаемого сразу после вылова рыбы. Ценится в 10–15 раз выше (по стоимости) черной зернистой икры. Растворяется в воде. Норма – 50 г рыбьего клея на 1 л воды в течение 2–3 часов. Полученный раствор используется для желирования соков, бульонов, мармеладов, применяется в изготовлении ликерных конфет. Дает упругий, хорошо держащий форму пищевой продукт, обладающий в то же время нежнейшей консистенцией; по сравнению с ним изделия с применением желатина кажутся «деревянными».

РЭСОЛ. Молдавское национальное блюдо, студень из молодого петушка, на который идет вся птица, а не ее части-отходы, как в другие студни, но которая разделывается на определенные части. Рэсол едят с большим количеством чесночного соуса-муждея и с красным перцем. Варят рэсол несколько часов на медленном огне с луком и кореньями – петрушкой, сельдереем, чесноком.

РЯБИНА. Дикая ягода, обычно горькая, что ограничивает ее употребление. Рябина вымачивается сутки в холодной воде, затем бланшируется 1–2 минуты и после полного обсушивания может использоваться для варенья. Сироп для рябины варят заранее, до средней нитки.

Рябина для пастилы также вначале бланшируется в кипящей воде одну минуту, затем печется в горшках в русской печи, как *паренка* (см. с. 742–744, 898).

РЯБЧИКИ. Пернатая дичь русских лесов, особенно на северо-востоке европейской части России. Обладают очень нежным мясом. В отличие от другой дичи (куропаток, тетеревов, глухарей) не нуждаются в *шпиговании* или *бардировании* (см. с. 787), а отвариваются в течение 3–4 минут в кипящем молоке. После этого рябчики могут быть слегка потушены в масле и сметане, что улучшает их вкус, но их можно подавать и непосредственно после отваривания в молоке, так как они успевают свариться.

- С -

САБАЙОН (фр. *sabayon*). Кондитерское десертное блюдо-напиток. В основе его – взбитые желтки с сахаром, к которым затем добавляются какие-либо крепкие вина – мадера, ром и т. п., а также пряности – ваниль, корица, в зависимости от желания кондитера и характера вина; возможны и сабайоны, приготовленные с шоколадом (тертым) и молоком. В сабайонах должно быть тщательно соблюдено строгое соотношение между частями, которое и придает определенную консистенцию всему блюду и влияет на его вкус.

На 6 желтков – 300 г сахара и 3 стакана вина или 1/2 стакана рома, разведенного в сахарном сиропе; при молочно-шоколадном сабайоне соотношение частей меняется: 6 желтков – 200 г сахара – 1 плитка шоколада – 3 стакана молока. Сабайон либо подогревают (но не до кипения), либо наливают в горячие фарфоровые чашки так, что он согревается до такой температуры, при которой становится наиболее приятным.

САВАРЕН (фр. *savarin* – в честь кулинара J. A. Brillat-Savarin (Ж. А. Брилья-Саварен), 1755–1826). Сдобное французское тесто для сладких пирогов, которое может использоваться как кондитерское изделие, а также выпекаться с добавкой цукатов, изюма, с верхним покрытием яблоками, сливами, вишнями, земляникой и т. д. Поэтому существует много пирогов-саваренов. Саварен был изобретен в начале XIX в. французскими кондитерами – братьями Жюльен и приобрел огромную популярность в XIX в. во всех странах, считаясь лучшим видом кондитерского теста.

СОСТАВ

1 кг муки,
12 яиц (иногда, если тесто получается слишком густым или заранее видно, что яйца маленькие, добавляют еще одно яйцо),
750 г масла,
250–275 мл молока,
30 г дрожжей,
30 г сахара,
10 г соли.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Из четвертой части муки, дрожжей и половины молока, нагретого до 32 °С, сделать опару. Когда подойдет, прибавить соль, сахар, 6 яиц и половину оставшегося молока (нагретого до 40 °С). Месить не слишком сильно, чтобы тесто не вышло густым. Как только это почувствуется, прибавить 2 яйца, промесить, прибавить затем масло, вновь промесить, ввести оставшиеся яйца и молоко, промесить и крепко выбить тесто. Как только перестанет приставать к рукам и эмалированной миске – значит, готово. Надо только следить, чтобы тесто было рыхлым, *не делать его плотным.* Выпекать в форме, обычно в кольцевидной, что дает лучшую пропекаемость.

САВОРИ (*savories* или *savorys*). Термин, заимствованный французской кухней у англичан для обозначения английских горячих и комбинированных закусок в противоположность французским Horsd'oeuvre, т. е. холодным «добавочным» закускам.

САГО. Крахмал различных растений, превращенный в зернообразное состояние предварительной обработкой и употребляемый как пищевой полуфабрикат (крупа) в различных блюдах. Саго бывает трех видов: настоящее, приготавливаемое из сильно крахмалистого вещества саговых пальм, саго искусственное, или немецкое, приготовленное из картофельного крахмала, и *саго-тапиока* (см. с. 931) из крахмала корней маниоки. Саго засыпают в бульоны, супы, делают из него кашу, заправляют компоты, сладкие прозрачные сиропы. В силу того что саго не имеет собственного запаха, вкуса и цвета, оно легко поддается различной ароматизации и способно также воспринимать любую подкраску. Настоящее саго удобно для варки, с ним готовить легко, нет возни; искусственное же саго капризно в варке, требует умения, внимания, оно легко может либо вовсе распуститься в жидкости, либо превратиться в несъедобный ком. Отсюда высокая стоимость настоящего саго и низкая – искусственного. В русской кухне саго практически не употребляется.

САЛАКА. Небольшая рыбка семейства сельдевых с нежным быстроварким мясом, водится в Балтийском море, считается национальной рыбой финнов и эстонцев. Из салаки приготавливают консервы (шпроты), солят, коптят ее, жарят в масле и запекают в сметане и с укропом (национальное блюдо финнов). Салаку запекают также со свиным салом в *пелюрах* (см. с. 228–230, 902) из ржаного теста, что дает очень вкусное блюдо, поскольку салака, не имеющая собственного жира, становится от такого сочетания очень нежной и теряет одновременно «рыбий» запах.

САЛАМАТА. Жидкая, разваренная до состояния киселя каша или мучная болтушка с салом или каким-нибудь небольшим количеством масла в качестве заправки. Иногда заправлялась луком и чесноком для запаха. Название принято во всех восточнославянских языках, но конкретное значение его меняется в зависимости от региона. Саламаты имеют сходство с восточными мучными супами, но гуще их. Само происхождение названия – неясное. Попытки связать саламаты с салом или солодом неверны. Как блюдо бедноты и в силу своей примитивности, саламаты практически вышли из употребления в XX в. Заваривaются всегда из предварительно поджаренной муки или толченого зерна.

САЛМА. Татарское название *ушек* (см. с. 939–940); изделия из обычного лапшевого теста, отщипанные маленькими кусочками величиной с кедровый орешек и раздавленные большим пальцем правой руки. Ни вкусом, ни применением ничем не отличаются от лапши.

САЛЬПИКОН (фр. *salpicon*). Фарш, нарезанный маленькими кубиками, обычно из уже готового, мягкого, нежного мяса, но также может быть и из овощей, например сальпикон из репы или моркови.

САЛЯМИ (от ит. *salame* – колбаса). Итальянская колбаса с одинаково измельченными кусочками мяса и жира, приготавливается из ослиного мяса. В других странах это название применяют к внешне похожим видам колбасы из говядины и свинины.

САМСА. Узбекские и таджикские маленькие пирожки со слоеным простым тестом и с начинкой из баранины, лука и зеленых пряных трав. Приготавливаются наложением нескольких (четырех-пяти) тонко раскатанных листов теста для лапши друг на друга с промазкой их маслом. Вырезаются, как пельмени, стеклянным тонким стаканом, жарятся во фритюре из подсолнечного масла и бараньего жира 1 минуту. Фарш вносится готовым, обжаренным. Самсой, или *сумсой,* все татароязычные народы нашей страны называют также вообще всякие пирожки с любой начинкой, как жареные, так и печеные. Особенно это свойственно городским татарам, применяющим родное им название не к определенному виду кулинарного изделия, а к *внешне сходным.*

САХАР. Вещество, являющееся чистым углеводом. Встречается в природе во многих растениях, составляя в некоторых из них преобладающую часть (сахарный тростник,

сахарная свекла). Как кондитерское средство сахар был известен арабам с VIII в. (вероятно, из Индии), а в Европе – с XVI в., когда испанцы стали завозить его из Америки.

Применение сахара в европейском кондитерском деле совершило целый переворот, так как мед, применяемый как сладость ранее, не имел способности плавиться и кристаллизоваться. С XVIII в. сахар стал известен в России, были основаны первые сахародельни на привозном сырье, а с XIX в., особенно со второй его половины, сахар стал производиться из дешевого местного сырья и превратился в массовый продукт. Лишь в XX в., когда сахар стал таким же обычным повседневным продуктом, как хлеб, начали открывать одно за другим отрицательные свойства этого продукта, провоцирующего в большинстве случаев нарушения обмена веществ, вызывающего полноту. С 60-х годов XX в. в ряде стран Европы было налажено производство «безвредного» фруктового сахара, который, например, поступает в Россию из Финляндии.

Сахар в кондитерском деле является основой для всех карамельных конфет, помадок (фруктовых, молочных, шоколадных), тянучек, ириса, халвы, нуги и других «восточных сладостей», на сахаре варятся все варенья, мармелады, смоквы, пастилы, цукаты, повидла, джемы, конфитюры. Без сахара невозможно ни одно из ныне существующих видов кондитерского теста (кроме пряничного, в котором может использоваться мед), ни одно из так называемых сладких блюд (кисели, муссы, парфе, мороженое), а также все виды сахарных печений – от безе (смесь сахара с белками) и до *сахарного теста* (твердого, как цемент), используемого в качестве каркаса для различных сложных тортов, кондитерских украшений и сооружений (торты в виде замков, башен и т. д.).

Сахар имеет несколько (12) так называемых **ПРОБ** – степеней густоты и кипения в расплавленном состоянии. Для их наглядного прослеживания надо взять 400 г сахара и развести его в 0,5 литра воды, после чего начать кипятить. Как только сахар закипит, будет первая степень (проба) – *жидкий сироп,* не имеющий даже липкости. Вторая проба – *тонкая нитка* при появлении липкости. Третья проба – *средняя нитка.* Четвертая – *толстая нитка,* густой сироп. Пятая и шестая – *слабая помадка* – наступает, когда количество воды сокращается наполовину (250 мл на 400 г сахара).

Все последующие пробы используются для изготовления конфет карамельно-леденцового типа, в то время как пробы до четвертой включительно – для варений и компотов. Четвертая и пятая – для конфет, помадок, помадоподобных масс (полено сливочное).

Седьмая проба – *слабый шарик,* восьмая – *твердый шарик:* соответствует поведению большой капли с ложки расплавленного сахара в холодной воде. Последующие пробы – *треск, карамель, перепуск* – дают леденец все большей степени плотности и хрупкости. Последняя, двенадцатая степень – *жженка* фактически обозначает границу нагревания сахара, после которой он неприменим в пищу. Начальную стадию жженки используют лишь тогда, когда хотят получить кондитерскую коричневую пищевую краску для подцвечивания, подкраски кондитерских изделий.

Любой сахар перед употреблением должен быть распущен в сироп, и с него снята вся пена, грязь, техническая подсинька, а также должны выдохнуться побочные запахи, которые приобретаются сахаром при перевозке (бензин, краска). Только изделия из очищенного таким образом сахара могут иметь хорошее качество, особенно это относится к вареньям и мармеладам.

Сахар в процессе кулинарных операций приходится смешивать с разного рода продуктами. При этом следует неукоснительно соблюдать важное правило: все продукты, соединяемые с сахаром, вносятся в *сахарный сироп,* особенно жидкие продукты. Никогда нельзя сыпать сахар в ту или иную пищевую жидкость: в масло, в соки, в молоко и даже в воду. Надо приготовить вначале сахарный сироп, а потом уже в него вводить либо фрукты, либо молоко, либо тот или иной пищевой компонент, но никак не наоборот. От этого зависит успех кулинарного действия.

САЦИВИ. Грузинское блюдо из отварной курицы или индейки, подаваемое холодным, под ореховым соусом, называемым сациви, который и дает имя всему блюду. Птица для сациви отваривается до мягкости, рубится на мелкие части вместе с косточками, примерно 6×3 см, и заливается горячим соусом сациви, после чего ему дают впитаться в мясо и подают совершенно холодным (спустя несколько часов после приготовления).

Соус сациви готовится на курином бульоне, как обычный яично-мучной соус, с большим количеством тертых грецких орехов, составляющих в настоящем сациви половину и даже более массы соуса. В качестве пряностей в соус сациви идут красный молотый острый перец, чеснок и корица, последняя также в больших дозах (например, не менее 2 чайных ложек на каждую курицу).

СБИТЕНЬ. Горячий напиток, отвар нескольких *пряностей* (см. с. 910–911) и пряных трав, подслащенный медом, патокой или сахаром. Известен с начала XV в. Продавался в основном только в Москве на рынках и в местах больших скоплений людей. Был русским национальным зимним напитком, в то время как квас – летним. До конца XVII в. сбитень был распространен и в общественном, и в домашнем питании, но затем стал постепенно уступать место чаю. Сбитень, а вернее его рудименты, сохраняются до сих пор, это так называемые травяные чаи из липы, мяты, зверобоя.

РЕЦЕПТ НАСТОЯЩЕГО РУССКОГО (МОСКОВСКОГО) СБИТНЯ.

СОСТАВ

1 кг белой патоки,
200 г меда,
2 г корицы,
5 бутонов гвоздики,
2 ч. ложки имбиря (молотого),
10 горошин черного перца,
5 ст. ложек сухой мяты,
6–8 капсул кардамона,
3 звездочки бадьяна,
5–6 л воды (кипятка).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Распустить в кипятке патоку, мед или сахар и прокипятить 15 минут. Всыпать пряности, прокипятить еще 10 минут. Пить горячим, как чай.

СВЕКОЛЬНИК. Бытовое и общепитовское название белорусских *хлодников* (см. с. 947) в русских областях Центральной и Восточной России.

СВИНИНА. Мясной продукт; служит одной из сырьевых основ для приготовления блюд *холодного стола* (см. с. 251, 948): колбас, сосисок, ветчины, буженины, копченого и соленого сала, корейки, студней и т. п. В переработанном виде относительно хорошо сохраняется, так как может воспринимать в довольно большом количестве различные консерванты (соль, селитру, эссенции, пряности) так, что это меньше заметно для потребителя по вкусу. Такое свойство связано с чрезвычайной жирностью мяса свинины самого по себе, к которому к тому же всегда добавляется сало (жир) в чистом виде.

Свинина в основном употребляется в кухнях северных и центральноевропейских народов: немцев, чехов, поляков, венгров, украинцев, белорусов, литовцев, латышей, эстонцев, финнов. Для русской кухни свинина хотя и применяется, но не характерна.

В кухнях мусульманских народов свинина совершенно исключается и как мясо, и как кухонный жир. Вообще для Юга и Востока, в том числе и для юга Европы, где нет различных запретных правил на определенные виды мяса или другого пищевого сырья, свинина также не характерна – ее практически избегают, что объясняется исторически, поскольку свиное мясо как самое жирное не способно сохраняться без ледников, погребов и т. п. в условиях южного и восточного климата.

Свиное мясо, особенно нестарое, относительно скороварко, но требует тем не менее тщательной и длительной тепловой обработки из-за встречающихся в свинине гельминтов.

Из свинины нельзя приготавливать (не технически, а в кулинарном отношении правильно) такие блюда, которые традиционно готовятся только из баранины, например шашлыки, пловы, супы пити, бозбаши, шурпы, харчо, поскольку такие варева дадут совершенно иной вкус, могущий вызвать в лучшем случае недоумение, так как подбор продуктов для этих национальных блюд точно соответствует баранине или говядине и дает совершенно иной эффект (или, наоборот, не дает никакого) в случае замены традиционного сырья свининой.

Вот почему для свинины выработан и другой тип национальных блюд, в основном блюд холодного стола, так как в горячем виде свинина имеет не всегда приятный вкус.

С целью его маскировки в горячих блюдах применяется сильная, двойная *панировка* (см. с. 898) (например, в свиных отбивных) или превращение свинины в фарш, смешивание ее с другим мясом (см. *пельмени*) и введение в свиные фарши побольше пряных растений (майоран, мята, чабрец), забивающих специфический вкус и запах свинины.

СЕБИЧЕ. Перуанское национальное холодное рыбное блюдо, закуска. Приготавливается из сырой, свежевыловленной морской рыбы, преимущественно семейства скумбриевых (макрели). Рыба режется на тонкие, узкие ломтики, напоминающие сибирскую *строганину,* которые погружаются в лимонный сок или сок лайма (объемы рыбы и лимонного сока примерно равны). После нескольких минут выдержки пропитанная соком рыба заправляется репчатым луком, красным перцем и готова к употреблению.

СЕДЛО. Поварское наименование пояснично-почечной части баранины или лесной дичи – оленя, серны, горных козлов, – которое приготавливается одновременно единым крупным куском, весом не менее 3–4 кг, и нарезается только при подаче. Все процессы обработки, выполненные над целым, неделимым куском (маринование, вымачивание, обжаривание или запекание), дают в целом блюду, приготовленному как *седло,* совершенно иной вкус, чем то же мясо, приготовленное иначе – мелкими кусками; в силу этого блюда типа седло встречаются только в высокой кухне, и они всегда значительно дороже по цене в ресторанах, где, однако, нередко могут подать под видом седла и совершенно рядовое блюдо.

СЕЛЬ. Редко употребляемое теперь французское торговое обозначение для части мяса, называемого у поваров *седло* (см. с. 919), пока оно еще находится в туше. Мясника просят вырубить сель, а не седло.

СЕЛЬДЕРЕЙ. Пряное огородное растение, идущее в мясные и овощные блюда. Сельдерей существует клубневой (яблочный) и зеленый, имеющий пышный стебель и листву. Для мясных блюд различий в применении данных видов нет, но в отношении овощей, особенно при засолке, эти различия имеют существенное значение. Например, при солении баклажанов в качестве фарша для них следует употреблять исключительно мелконарезанный клубень сельдерея, а не листву. Стебель может идти только на внешнюю прокладку между рядами засоленных баклажанов.

В супах, наоборот, следует предпочитать листовой сельдерей, дающий сильный приятный аромат, в то время как клубень быстро выварится и теряет вкус (его надо тогда выбрасывать).

Во вторых блюдах и клубень (натертый), и листва могут служить добавкой в разные гарниры и пюре.

СЕЛЬДЬ. Рыба, известная большей частью в кулинарно готовом, законченном в пищевом отношении виде – в соленом и в копченом (реже). Употребляется в основном в кухне *холодного стола,* хотя имеются и некоторые горячие блюда, приготавливаемые из вымоченной соленой сельди и редко из свежей, в силу своей жирности совершенно неприспособленной для хранения и потому при нагревании распространяющей неприятный запах. Только в странах морских, например в Англии, где свежевыловленную сельдь уже спустя час-два имеется возможность доставить на рынок, ее жарят в растительном масле как хорошем противовесе рыбьему жиру, но при этом жарят не просто положив на сковороду или жаровню, а завернув в газетную бумагу, что также служит средством для устранения селедочного запаха. Такие блюда из жареной сельди приготавливают только в портах, на открытом воздухе, и поэтому можно считать, что блюд из горячей сельди практически не существует, по крайней мере для большинства людей в большинстве стран.

Отсюда видно, какое огромное хозяйственное значение имело для человечества изобретение соления сельди, при котором эта рыба не только сохраняется длительное время (годами, в бочках), но и приобретает прекрасный вкус и может перевозиться на какие угодно расстояния.

Изобретение это принадлежит голландскому рыбаку Виллему Бейкельцону из деревни Биерфлит в голландской Фландрии. Шестьсот лет тому назад, в 80-е годы XIV в. (он умер в 1397 г.), Бейкельцон, которого попросту звали сокращенно Бекель, изобрел способ соления сельди и прославился вначале по всей Голландии, а затем очень быстро и во всей Европе. В честь его лучшая голландская сельдь и по сей день называется во всех странах Западной Европы «беклинг» и отличается вкусом от всех последующих типов солений, укоренившихся с разными вариациями (но по тому же методу Бейкельцона) в других странах и приспособленных к разным местным сортам сельди – шотландской, норвежской, исландской. Голландская сельдь была известна уже в XV в. в Новгороде, где она стала любимой рыбой русского народа, а с конца XVI в. ее многими тысячами бочек стали закупать и на Московской Руси, так что в конце концов уже в XVII в. селедка стала одним из основных блюд русского народного стола. Способ засолки голландских сельдей в России особенно пришелся по вкусу, он не только оказал влияние на засолку (позднее, в XIX в.) русских видов азовской и каспийской сельди – пузанка и залома, но и существенно повлиял на то, что русский люд, привыкший веками к нежной голландской сельди, весьма неохотно принимал другие сельдяные соления – например, иваси, исландскую сельдь крепкого посола и особенно совершенно несвойственное отечественной традиции соление так называемого пряного посола, которое пытались ввести в последние годы наши доморощенные пищевики и которое, по существу, было отвергнуто потребителями.

Одно из свойств соленой сельди – это необходимость для нее «дышать» во время хранения, причем дышать через тару, через рассол. Вот почему металлическая баночная тара противопоказана сельди, она может служить лишь для временной перевозки продукта, но никак не для хранения его. Сельдь в металлических банках должна сразу после покупки быть вскрыта и приготовлена для употребления.

Перед употреблением необходимо убедиться, не прогоркла, или, как говорят, не заржавела ли селедка. Прогорклые места можно только вырезать, если же их много, то следует выбросить всю селедку. Этот недостаток в сельди не устраним никакими приправами. Первое правило в обработке сельди – это снять верхнюю тонкую кожицу-пленку. Ее надо снимать, удалив голову, вынув внутренности и сделав узкий надрез мяса сельди изнутри до самой кожи, держась за который можно медленно, не делая резких движений, снять кожу от головы до самого хвоста, как перчатку.

Обычно это проделывают с каждой стороной, так как хребтовые плавники мешают снять кожу со всей селедки сразу. Затем легко удаляют плавники – они вынимаются после снятия кожи сами. Следующий этап обработки – сельдь филируется, разнимается с хребта на две половинки, очищается от реберных костей, которые снимаются с черной кожицей, выстилающей внутренность брюха сельди. После этого филированные половинки вымачивают в молоке несколько часов, до свертывания молока, и только после этого разрезают на дольки несколько наискось. Препарированная таким образом сельдь может быть подана либо с какой-нибудь заправкой (подсолнечным маслом, уксусом), либо со сметаной без других заправок, либо замаринована с применением пряностей, лука.

Существует много видов маринования, среди которых один из лучших – применяемый в самой Голландии и в Скандинавских странах, то есть на родине сельди. Этот способ состоит в добавлении к сельди сахарного песка, перца, лимонного сока, лаврового листа, шинкованной сырой (чуть бланшированной) моркови и массы репчатого лука. Спустя один-два дня это блюдо (холодная закуска) совершенно готово. Его секрет во многом определяется употреблением сахара (пять-шесть чайных ложек на литровую банку, заполненную сельдью), который не только делает мясо сельди нежным, придает ему розовый, яркий, свежий цвет, но и, начиная немного бродить, оказывает вкусовое влияние и на овощи, положенные в маринад, придавая им пикантность.

СЕЛЯВА. Белорусское название рыбы *ряпушки,* особенно ценимой в древней Полоцкой и Новгородской Руси. В северных районах Псковщины и Новгородчины, а также в Карелии ряпушка даже русскими называлась на карело-финский лад – ряпукса, таким образом, название селява было преимущественно славянским.

Ряпушка была одной из основных рыб постного стола: ряпуксы печеные, ряпуксы жаренные на постном масле (блюда, известные с XV–XVI вв.).

СЕЛЯНКА. Неправильное, искаженное, но укоренившееся с XIX в. в поваренных книгах и меню наименование *солянок* (см. с. 458-460, 925). Происхождение этого искажения связано с тем, что солянки, известные в русской кухне в основном с XV в. и «родившиеся» вместе с изобретением водки как «блюдо-противовес», опохмеляющее средство (ввиду чего они назывались одновременно и солянками, и похмелками), стали в XVIII в. в дворянской кухне рассматриваться как «неприличное» название, присущее только деревенскому, сельскому столу мелкопоместных дворян. Отсюда солянки стали именоваться селянками, что было удобно и по чистому созвучию этих двух слов. В XIX в., с появлением первых печатных русских поваренных книг, это «приличное» название было в них занесено и, естественно, укоренилось, получило распространение. Одновременно в народе жило и старое слово, старый термин – солянки; он зафиксирован в «Домострое» 1547 г., где солянки имеют почти такой же состав, как и похмелки (в последних вся суповая жидкость приготавливалась на огуречном рассоле, без добавления воды).

СЕМИЛУНЭ. Молдавское национальное печенье из своеобразного песочного теста.

СОСТАВ

Масла и сахарной пудры – по 280 г, почти столько же муки (320 г) и 200 г мармелада. Крутые желтки от 10–11 яиц, сок и цедра одного лимона.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Сахар стереть с желтками, прибавить масло, затем лимонный сок, цедру и в последнюю очередь – муку, растирая вначале ложкой, а потом руками до получения однородного теста. Раскатать пласт в 3–4 мм, стаканом или выемками вырезать полукруги, выпечь в духовке на слабом огне, промазать мар-

меладом и склеить по две, затем покрыть сахарной *глазурью* с цедрой.

СЕРВИРОВКА. Термин имеет несколько значений, в общем сходных между собой.

1. *Накрывать (сервировать) стол,* располагать на нем приборы (см. *куверты*), согласно установленным традиционным или дипломатическим правилам.

2. *Соблюдать порядок подачи* определенных вин к определенным блюдам, что имеет название *сервировки вин* (не путать с расставлением вин на столе, что служит признаком неграмотной, неправильной сервировки как понятия накрытия стола).

3. *Укладывать кушанья на блюда,* особенно на большие, которые либо ставятся на стол, либо подаются с рук (прислугой, официантом). В это понятие сервировки входит и собственно украшение блюд с целью сделать их более привлекательными. Однако в отличие от «украшения» как отрицательного, искусственного, надуманного и пошлого приукрашивания блюд, термин *сервировка кушанья* предполагает культурное, умелое и естественное придание блюду внешне привлекательного вида.

СЁМГА. Лучший вид русской соленой лососевой рыбы, вылов и засол которой производится на севере России – в Мурманской, Архангельской областях, в Республике Коми. Семужными реками являются Кола, Тулома, Варзуга, Поной, Цильма, Пинега, Мезень, Золотица и особенно Печора.

Семга разделывается на семужий балык (или спинку) и семужью тешу, очень сочную и жирную. Небольших размеров семга не делится на сорта.

Семга издавна, с XII–XIII вв., входила в состав русского парадного стола, вначале как вяленая, полусоленая рыба, но с XIV–XV вв., особенно после присоединения к Московскому государству Новгорода, просольная семга становится наряду с осетриной и севрюгой русской национальной рыбой парадного стола. В ряде типично национальных русских блюд и изделий считается совершенно необходимым присутствие семги: в ботвинье, с русскими блинами, в *расстегаях* с рыбой, в русских пирогах с гречневой кашей, в кулебяках с рисом. Практически настоящий русский вкус всех этих изделий с заменой семги на что-либо иное исчезает. Таким образом, для классических блюд русского стола семга незаменима. Семга, в отличие от севрюги и осетрины, которые наиболее эффектны копчеными, причем вкусны особенно при горячем копчении, приготавливается только соленой, вернее – малосольной. Поэтому с ней не конкурируют другие рыбные продукты русского закусочного стола, приготовленные из других видов красной рыбы; от всех них семга отличается своим, только ей присущим вкусом и консистенцией. Даже нельма, которая тоже только солится, имеет отличный от семги вкус.

Отличается семга и от лососины (по-русски – лоха балтийского) как вкусом, консистенцией мяса, так и цветом. Лососина, производимая в Финляндии, Швеции, Исландии, имеет в целом более светлый, розовато-желтый цвет, в то время как у семги темно-розовый цвет.

СИДР. Легко сброженный чистый яблочный сок без добавления воды и дрожжей, с большим содержанием углекислого газа. Настоящие сидры производят только во Франции, в Нормандии. В других странах под названием сидр часто фигурирует плохое, разведенное водой яблочное вино и другие фальсификации на основе яблочного сока.

СИРОП. Водный вскипяченный раствор сахара. Сиропы могут иметь разную густоту (определяется всегда особым сахарным термометром). В просторечии, в быту сиропами называют сахарные сиропы с добавлением к ним сока различных ягод или фруктов, по имени которых и называют сиропы: клюквенный, лимонный, вишневый. Эти сиропы обычно подкрашиваются и сдабриваются искусственными эссенциями, так как употребляемый естественный сок утрачивает при кипячении с сахаром вкус, а главное, цвет, и требуется повышенная доза натурального сока, чтобы этот вкус четко проявлялся, что удорожает стоимость сиропов. Окраска же, привлекательная для покупателя, может создаваться только специальными красителями, поскольку естественный цвет любого сока при кипячении в сиропе жухнет. Сиропы – как самодельные, натуральные, так и фабричного производства – служат обычно для быстрого подслащивания кондитерских блюд из рыхлого теста (баб, саваренов, бисквитов), подливок к отварным фруктам (кисловатым без подслащивания или нейтральным – яблоки, груши) либо применяются как добавки к десертным крупяным блюдам (манная и рисовая каши, буберты, блинчики и т. п.), а также для пропитки (в соединении с коньяком) различных тортов и печений. Благодаря своей способности хорошо сохраняться длительное время сиропы, таким образом, являются удобным для немедленного применения готовым фабрикатом, необходимым в любой кондитерской кухне.

СКАНЦЫ – см. *сочень.*

СКАРАЧ. Белорусское название полотенца для посуды, с помощью которого вынимают горшки из печи. Термин в этом значении употребляется в основном в Полоцкой и на севере Витебской области. В ряде сельских районов Западной Белоруссии скарач или раскарач означает особое полотенце, в котором носили еду летом в поле. В обоих случаях это термин из кулинарного обихода.

СКИМБЯ (см. *чорба*). Румынское и молдавское блюдо с *рубцами* (см. с. 915).

СКОРДОЛЯ. Молдавская и румынская приправа из толченых орехов, сухарей белого хлеба, подсолнечного масла, чеснока и сока лимона, разбавленных слегка мясным бульоном: на 20 грецких орехов полстакана подсолнечного масла, 2 головки чеснока. Сухари, размоченные в бульоне, прибавляются в зависимости от желаемой густоты приправы. Постояв, скордоля густеет, в этом случае можно добавить еще бульона, но лучше всего добавлять его в последнюю очередь.

Скордоля идет к отварному мясу, к овощам.

СЛИВКИ. Верхняя, самая жирная часть молока, снимаемая с парного молока, простоявшего ночь в погребе, либо отделяемая механически при помощи сепаратора. Сливки как

самостоятельный пищевой продукт с особыми свойствами применяются для создания взбивных кремов в кондитерском производстве, *парфе* (см. с. 898) и особенно для наполнения (начинки) различных изделий из вафель. Для взбивания пригодны только 25–30-процентные сливки. Чтобы при взбивании из сливок не получилось масло, а вышла бы пена, или, как говорят кондитеры, чтобы сливки не засекались, взбивание надо начинать медленными плавными ударами, постепенно убыстряя темп и все время держа сливки на холоде.

Из сливок путем специального приема, позволяющего наращивать пенки, делают *каймак* (см. с. 91, 756–757, 838); сливки являются непременной частью кофе по-венски, их применяют для смачивания мяса в таких блюдах, как пожарские котлеты, котлеты михайловские (ныне – котлеты по-киевски), в тесто куличей, печенья и других сдобных изделий, а также при изготовлении *пасх* (см. с. 900), *кастэрда* (см. с.844) и других блюд.

Западноевропейская, особенно французская и австрийская (венская), кухня, не знающая сметаны, применяет сливки во все те изделия, в которых, по правилам русской, украинской или белорусской кухни, полагается сметана.

Это расширяет применение сливок в западноевропейской кухне, делая их необходимым поварским продуктом, но придает всем изделиям свой, не похожий на русский, вкус, всегда хорошо распознаваемый.

СЛОЙКА. Кондитерское профессиональное наименование слоеного теста. «Сделать слойку» в кондитерских книгах означает – приготовить слоеное тесто. Помимо этого, указывается также число *оборотов* (см. с. 192, 892) – 1, 2, 3, 4, 5. Чем выше число оборотов, тем лучше, дороже, вкуснее считается слоеное тесто.

Основным компонентом слоеного теста (как дрожжевого, так и содового или пресного простого) является масло (животное или растительное). Оно составляет по весу почти столько же, сколько и мука.

Распределение масла в тесте – главная задача при приготовлении слоеного теста: во-первых, его надо намазывать по мере раскатывания теста равномерно, а во-вторых, нельзя ни в коем случае допускать при раскатывании, чтобы тесто прорывалось и из него начало бы вытекать масло (это не только неудобно в самом процессе приготовления теста, но и особенно опасно во время выпечки, тогда тесто может иссохнуть, а часть нижних слоев, наоборот, остаться клеклыми из-за нарушения ровного распределения масла между слоями). Поэтому прорывы теста при раскатке слойки нельзя допускать. В то же время тесто должно раскатываться достаточно тонко, что обычно и вызывает прорыв. Суметь выполнить оба этих условия – искусство, которое дается только практикой.

Существуют обязательные приемы приготовления слоеного теста.

Во-первых, тесто для слойки смешивается с водой по-иному, чем другие виды теста: вода прибавляется постепенно, чтобы все тесто было совершенно одинаково пропитано водой.

Во-вторых, *сочни* (см. с. 926) раскатывать надо так, чтобы после одного или двух оборотов они имели бы только четырехугольную форму.

В-третьих, завертки теста с боков надо делать так, чтобы узкие закраины всегда приходились бы с узкой стороны, а широкие – с широкой.

В-четвертых, каждый оборот надо раскатывать перпендикулярно предыдущему и, главное, перпендикулярно узким закраинам: это помогает предотвратить вытекание масла через швы.

В-пятых, после каждых двух оборотов слойке надо дать «отдохнуть» 5–10 минут.

В-шестых, слойку надо делать в холодном месте, невозможно получить хорошее тесто этого вида в теплой кухне. Очень полезно дать постоять слойке на льду перед посадкой в печь. Летом это обязательно.

ПРИМЕР ПРОСТОГО ТЕСТА ДЛЯ ТОНКОЙ СЛОЙКИ

500 г муки,
300 г масла,
10 г соли,
250 мл воды.

Для слойки на растительном масле – такое же соотношение. Примером дрожжевого слоеного теста является венское тесто. Слоеное тесто с содой включает вместо воды молоко (или сметану) или лимонный сок и столовую ложку коньяка.

СМОКВА. Суховатый мармелад, похожий на *пастилу* (см. с. 134, 557, 899), но не битый, то есть не взбиваемый добела, а, наоборот, темного цвета, специально загущенный и без добавления белков, как пастила. Смоква – нечто среднее между мармеладом и пастилой, для нее характерны методы приготовления и того, и другого изделия, но лишь частично.

Так, смоквы готовят из сильно пектиновых фруктов – яблок, айвы, слив, рябины. Первым этапом является получение пюре отваренных фруктов без воды, измельченных и припущенных на собственном соку.

Затем это пюре слегка уваривается, насколько возможно, чтобы оно не приставало к посуде. Следующий этап – добавление сахара, по объему равного пюре фруктов. Уваривание длится до тех пор, пока смоква не начнет при помешивании ее деревянной ложкой сама отставать пластом от дна посуды. Тогда варка прекращается, полученная масса выкладывается на мраморную доску и после застывания либо режется на кубики, брусочки, либо еще теплой скатывается в шарики. Заключительный этап: обвалка в сахарной пудре и складывание готовой смоквы в банки, как варенье. Обвязывается бумагой, хранится, как варенье.

СНЕЖКИ. Блюдо немецкой и скандинавской кухни, распространено в Прибалтике.

СОСТАВ

30 г муки,
35 г крахмала,
35 г масла,
2 яйца,
2 ч. ложки сахарной пудры,
125 мл воды.

Кроме того, масло или маргарин для обжаривания снежков.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В сотейнике распустить масло, ввести хорошо перемешанную муку и крахмал и влить одним махом кипящую воду,

непрерывно размешивая. Когда заварная масса станет соскальзывать с ложки, снять сотейник с огня и смешать еще теплое тесто с заранее взбитым или хорошо размешанным яйцом, стараясь сделать это быстро и равномерно, чтобы яйцо не свернулось. Когда тесто будет готово, брать его ложкой, как круглые шары, и обжаривать на слабом огне в подогретом масле, пока оно не примет светло-желтоватый цвет и не распушится, после чего каждый снежок выкладывается на лист промокательной бумаги (на бумажное полотенце).

Подается посыпанным через сито сахарной пудрой.

Иногда снежки могут подаваться поверх налитого в тарелку слоя фруктового или молочно-шоколадного киселя, и тогда их едят вприкуску с киселем.

СНЕТОК (также *сняток*). Маленькая, пять-шесть сантиметров, рыбка, вылавливаемая в Чудском озере (чудской снеток). Ее засушивают вначале на ветру на солнце, а потом чуть-чуть досушивают в печи, после чего снеток приобретает особый подвяленно-печеный вкус. Этим, а также размерами снетки отличаются от *сущика,* также распространенного в древности в Новгородской Руси, особенно в Поморье, на Севере и в Карелии. Снеток употреблялся в пищу либо как закуска, либо, подобно сущику, в качестве полуфабриката для ухи, рыбных супов и рыбных пирогов. Снеток не столь сух, как сущик.

СОДА (натрон, бикарбонат натрия, гидрокарбонат натрия). Пищевая сода, применяемая самостоятельно и совместно с другими аналогичными химическими веществами в качестве искусственного подъемного средства в основном в кондитерском деле, преимущественно при изготовлении мелкого печенья, кондитерских крошек, листов для тортов и слоеных пирожков. Сода впервые была получена в 1793 г. Лебланком, однако пищевая, очищенная сода была изготовлена в 1861 г. Сольвэ, и в последнюю четверть XIX в. началось ее применение в кондитерском деле, вначале только во Франции и Германии и лишь в самом конце XIX века и в начале XX столетия – также в России. Применение соды открыло путь к фабричному производству современного печенья – штамповочного. Вместе с тем многие старые виды печенья – бисквитные, слоеные, битые, пряничные, вздувные, меренги – отошли в область прошлого, исчезли не только из общественного, но и из домашнего обихода. (См. также *пекарский порошок.*)

Помимо кондитерского производства, сода применяется также для приготовления английских мармеладов, в мясные фарши для блюд молдавской, румынской и узбекской кухни (калийная сода) и при приготовлении напитков. Количества соды, вносимые во все перечисленные изделия, крайне малы – от «на кончике ножа» до щепотки и четверти чайной ложки. В напитках с содой доля ее гораздо выше – по половине и полной чайной ложке на литр жидкости.

СОЛЕНИЯ. Общее название для квашеных овощей и ягод, засоленных овощей и грибов, маринованных овощей, грибов и фруктов. В России применяют квашение и засол, на Западе – маринады. Распространение у нас в последние годы маринования и сокращение истинного квашения и засола – отрицательное явление, и связано оно с ростом городского населения, ибо в условиях города хранение маринадов возможно, а хранение квашений сопряжено с трудностями. При квашении и солении продукты продолжают жить в определенной биосфере ферментов и грибков, в то время как при маринаде все живое в продукте погибает. Этим и определяется физиологическая и пищевая ценность первых и бесценность, а иногда и вредность (при использовании больших доз уксуса) вторых. Вкусовые качества маринада также низки – они однообразны по вкусу.

Все виды солений употребляются в основном как холодные закуски и отчасти как гарниры ко вторым блюдам из мяса, птицы и дичи, а также для заправки первых блюд – русских супов (щей, рассольников, солянок, кальи).

СОЛИЛЬНАЯ ДОСКА. Приспособление, используемое для правильной профессиональной засолки свиного сала. Состоит из двух полуторадюймовых досок («сороковок») длиной от полуметра до аршина (71 см) и шириной в 30–40 см, одна из которых (нижняя) имеет слегка вогнутое углубление, начиная с 2–3-сантиметрового ранта по всем краям, так что представляет собой «плоское корыто». Солильные доски изготавливаются из лиственных пород деревьев: березы, клена, липы, осины, вяза. Простейшая солильная доска – расколотое пополам и оструганное на расколе осиновое полено. В солильной доске сало должно лежать около двух недель, покрытое поверх верхней доски еще небольшим гнетом (камнем-булыжником), причем каждый день должно переворачиваться. По истечении этого срока дальнейшее хранение просоленного сала (в виде кусков, полос) происходит на широких деревянных лавках (столах) или в деревянных открытых ларях так, что они ничем не покрываются, а накладываются ровно друг на друга и ежедневно перекладываются с изменением положения (с верхнего на нижнее). Правильный засол и хранение обеспечивают хороший вкус сала, отсутствие у него посторонних запахов и предохраняют его от прогоркания.

СОЛОД (мальтоза). Богатый ферментами продукт, получаемый из ростков чуть-чуть пророщенного зерна, чаще всего – ячменя и ржи. Солод – непременный компонент при производстве пива и квасов.

СОЛОДКА (уральская солодка, желтый корень). Русское название *лакрицы.*

СОЛОЖЕНИКИ. Сладкое блюдо, принятое в украинской кухне и имеющее аналоги в кухнях других народов – поляков, чехов, немцев. Соложеники строятся на яично-молочной основе. Принцип их приготовления несложен. Яичные желтки, сливки, сахар и масло, а также пряности растирают в массу, которую затем смешивают с мукой (отнюдь не преобладающей в количественном отношении над другими продуктами, вследствие чего соложеники только весьма условно можно отнести к «мучным») и получают жидкое тесто, льющееся. Для его еще большего разжижения к нему в последний момент перед выпечкой добавляют небольшое количество взбитых белков. Из этого теста выпекают на сковороде много блинчиков, которые переслаивают или, завернув, начиняют любым сладким фруктовым наполнителем – пересыпанными сахаром яблоками, вареньем, повидлом,

мармеладом, маком, а затем все это обливают взбитыми белками и запекают в духовке, вернее, лишь колеруют, ибо продукты уже готовые. Иногда даже не выпекают отдельных блинчиков, а прямо в яично-сливочное тесто вводят фруктовые сладости и всю эту массу выпекают в духовке до ее подъема в полтора-два раза.

Приводим рецепт ***соложеника полтавского.***

СОСТАВ

1 1/2 стакана муки,
10 яиц,
1 стакан сливок,
1 стакан масла сливочного,
1 стакан сахара,
200 г вишневого варенья (густого, предпочтительнее только с ягодами без сиропа),
300 г сладких яблок, очищенных от кожи, нарезанных небольшими тонкими дольками, пересыпанных сахарной пудрой и корицей,
2–3 ч. ложки лимонной цедры.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Из теста выпечь четыре-пять блинчиков; на них, чередуя, положить яблоки и варенье. С яблок, которые должны дважды посыпаться сахарной пудрой и полежать под ней 20 минут, перед накладыванием на блинчики слить сок. Полученную из блинчиков и прокладки между ними стопку-цилиндр залить взбитыми белками, осыпать сверху сахарной пудрой и запечь в духовке (в низкой широкой форме или на сковородке) в течение не более 10 минут.

ПРИМЕЧАНИЕ

Яблоки можно также предварительно обжаривать в масле с сахаром и тушить для мягкости – это дает очень хороший вкус соложенику. Можно обработать яблоки двояким способом: для верхней прокладки – сырые посыпать корицей, а для нижней – яблоки обжарить.

Словом, на основе единой схемы технологической обработки соложеники можно как угодно варьировать по виду начинки и ее подготовке, чтобы каждый раз менять в чем-то вкус этого блюда.

СОЛОНИНА. Засоленная впрок говядина. Основной вид столового мяса в России до XIX в. В XIX в., особенно начиная со второй половины и в конце века, солонина постепенно сокращается в рационе питания населения, уступая место мясу свежего забоя – парному. В XX в. после середины 30-х годов солонина совершенно сходит на нет, а после Второй мировой войны практически перестает быть известной, поскольку основным методом хранения мяса становится замораживание. Таким образом, солонина как вид продукта – типично исторически обусловленное явление. Ее преобладание в русской кухне начинается с конца XIV в., после освобождения России от татарского ига, в связи со строгими предписаниями церкви относительно убоя скота лишь в определенное время года (осенью) и с широким проникновением восточных пряностей в XV в. на русский рынок. Свеженина (парное мясо) фактически в период с XV по XVIII в. стала редким явлением на русском столе. Только в XVIII в. на барском, дворянском столе начинает появляться свежее мясо почти круглый год (исключая 200 дней постов!), простой же народ продолжал и в XVIII в. даже в праздники питаться солониной. В XIX в. солонину потеснило немного такое нововведение, как содержание гуртов скота близ больших городов с целью постоянной поставки свежего мяса (близ Москвы, Киева, Петербурга), а также ослабление влияния церкви на стол имущих слоев и рост атеизма. В советское время солонина вообще стала не нужна. Последние крупные государственные заготовки солонины в нашей стране для нужд общественного питания, армии и торговли были прекращены в начале 30-х годов. Несмотря на консервирующее действие соли и пряностей, солонина не всегда сохранялась, часть мяса, особенно при больших заготовках, портилась, загнивала.

Солонина по вкусу всегда резко отличалась от свеженины, кроме того, она имела темно-красный, бордово-малиновый цвет в отварном состоянии. Ряд русских национальных блюд, однако, требует солонины, они просто немыслимы без нее. Таковы, например, мясные солянки, солонина разварная под хреном, которые при наличии хорошей, высококачественной солонины обладают особым, только им присущим и вкусом, и внешним видом.

СОЛЬ (поваренная соль, пищевая соль). Минеральное вещество, встречаемое в природе, потребность в котором у человека и животных (травоядных!) связана с инстинктом. Соленость не случайно поэтому – одно из четырех основных ощущений вкуса у человека. Более того, у человека, а также особенно у диких животных недостаток соли губительно сказывается на их силе и скорости реакции и, следовательно, оказывает влияние на способность животных добывать пищу, а у человека – на его работоспособность. Однако избыток соли в организме при усиленном потреблении ее не менее вреден – он вызывает различные заболевания. Отсюда видно, что необходим солевой баланс, который очень хрупок.

Человек с солевым дефицитом обычно ощущает слабость и сонливость, при длительном отсутствии соли появляются головокружение, тошнота, потеря вкуса, иногда полная утрата вкусовых ощущений.

При растительной, мучной пище требуются значительные солевые добавки, при мясной и молочной – гораздо меньшие, ибо любой животный организм и продукт уже должен включать в себя необходимое количество соли.

Между тем на практике бывает так, что с мясом, салом, яйцами, маслом и молоком, с сырами и колбасами человек потребляет прямо и косвенно больше соли, чем нужно. Поэтому эти продукты чаще фигурируют в числе вызывающих различные нарушения обмена веществ, в том числе солевые отложения, хотя не всегда это связано с ними самими. Так, например, отварное мясо без соли может преспокойно поглощаться теми, кому такое же мясо, но с солью, противопоказано.

Практически современный человек, питающийся в значительной мере мясными и молочными, рыбными солеными и копчеными продуктами, может почти обходиться без соли.

В кулинарном отношении недосол вообще не страшен – он быстро исправим. Вот почему это отражено и в пословице:



«Недосол на столе, пересол – на спине», так как пересол вызывает необходимость новых затрат времени и продуктов. Пересол устраняется разными, но всегда не особенно эффективными способами: у мясных блюд и в супах – добавлением сметаны, риса, картофеля и других солепоглощающих крахмалистых продуктов (муки, круп), в кашах и пюре – прибавлением свежего аналогичного, но совершенного несоленого пищевого материала, в рыбе – сметаной и добавлением воды, в грибах – сметаной и мучным соусом.

В ряде случаев пересол бывает неустраним.

СОЛЯНКИ. Вид русских загущенных супов, жидкость в которых состоит не из воды, а из уваренных бульонов *(фюме)* со значительной долей огуречного рассола или рассола от квашения капусты, помидоров и т. п. Таким образом, для приготовления настоящих солянок надо иметь дома свои квашения и соления.

Солянки бывают мясные и рыбные, реже – грибные. В мясные солянки идет солонина или ныне копченые мясные и колбасные изделия – ветчина, сосиски, что, конечно, меняет вкус солянок. В рыбные солянки идет только отварная, соленая, копченая красная рыба (осетровые). Овощная часть всех солянок состоит из лука, соленых огурцов, маслин (или оливок-зейтун), каперсов, лимонов. Последние не кладутся только в грибные солянки, куда вместо них добавляется сметана и немного кваса. Во всех солянках много пряностей – перца, петрушки и укропа. Солянки – в силу своего состава – обычно ресторанное блюдо. Однако они выполняются в ресторанах довольно плохо, особенно потому, что не только содержат второсортное сырье (вместо осетрины – обрезки от туши осетра, головизну), но и многократно подогреваются, что практически ведет к полной потере ими своего тонкого и оригинального вкуса.

СОРНАЯ ЕДА («мусорная еда» – *ordure, filth-food, dirt-food*). Термин, появившийся в 70-х годах в американской прессе для обозначения пищевых, готовых к еде фабрикатов, упакованных заранее в прочную герметическую тару с мелкой расфасовкой, рассчитанных на длительное хранение на складах и на употребление на ходу, в дороге, в транспорте, на стадионах. Это в основном сандвичи, различная нарезка колбасы, сыра, ветчины, а также упакованные в пластмассовые баночки острые закуски и напитки, не предполагающие никакого нагрева и употребляемые холодными в любое время – в качестве завтрака, обеда или ужина, лишь бы перекусить, утолить голод.

Название «мусорная еда» относилось, следовательно, не к качеству этой пищи, а к тому, что массовое пользование ею привело к захламлению уличной территории в местах торговли этими товарами, поскольку пластмассовые коробочки, картонные коробки, пластиковые пакеты и лощеная плотная бумага, используемые для упаковки этой продукции, занимали большой объем и очень быстро заполняли мусорные контейнеры, разносились ветром по улицам. С годами, однако, было замечено, что регулярное потребление холодных закусок и вообще бутербродный стол при отсутствии горячего питья, т. е. без чая, супа, приводит к появлению хронических нарушений в области пищеварения – к колитам, гастритам и изжоге, запорам и т. п. Тем самым к 90-м годам термин «сорная еда» приобрел более глубокий и явно негативный смысл, подчеркивающий не только внешнюю вульгарность такого уличного питания, но и, в принципе, осуждающий вредные для здоровья последствия от постоянного пользования таким типом еды.

СОТЕ (фр. *sauté* – прыжок, скачок). Вид рагу, приготовляемого из быстроварких сортов мяса, птицы или дичи или даже из рыбы и грибов, по примерно одинаковому принципу – вначале подготовка (обработка, выстаивание в маринаде) с целью облегчить и ускорить тепловую обработку, затем сравнительно быстрая тепловая обработка. Между предварительной и тепловой обработкой соте – всегда экспозиция от получаса до двух, во время которой продукт «зреет». Отсюда и название – «скачок», потому что приготовление идет не непрерывно, а прерывается, следовательно, скачкообразно. Соте делают из телячьей или гусиной печенки, бекасов, цыплят, камбалы.

Разделка для соте всегда идет естественными кусочками: ножки, грудки от мелкой дичи и птицы, но без крупных костей, целые гусиные печенки, куски телячьей, целые филе с мелкой камбалы, отдельно снятые с обеих сторон, словом, так, чтобы было видно, что это за часть и какому виду животного она принадлежит. Рыбу для соте солят, перчат, сбрызгивают лимонным соком и панируют, затем жарят. Филе мелкой дичи (дроздов, бекасов, жаворонков) обычно после разделки по жиликам слегка отбивается и опускается в согретое растительное масло и после выстойки зажаривается на *гратаре* или *рашпоре.* Печенку обрабатывают так же (но не отбивают), а затем пассеруют на легком огне.

Подают все виды соте под соусами – на мадере или иными, в зависимости от того, из какого продукта состоит соте. Гарниры к соте также разные, но наиболее частый – тушеный или жареный картофель, зеленый лук.

СОТЕЙНИКИ. Кастрюли с длинной ручкой, удобной для поворачивания и перемещения кастрюли на огне и с диаметром либо равным высоте цилиндра (у самых маленьких сотейников), либо, как правило, с диаметром большим, чем высота кастрюли, и со все более возрастающим по отношению к этой постоянной высоте у сотейников следующих (увеличивающихся) размеров.

Сотейники используются для приготовления соусов и кремов (маленькие), для тушения, подсушивания или томления уже готовых блюд перед их непосредственной подачей на стол и для отваривания тестяных изделий (самые большие сотейники), где бывает нужным встряхивание готовящихся блюд.

СОУСЫ. Большая, чрезвычайно пестрая по наименованиям и, в сущности, весьма однообразная по технологии группа вспомогательных блюд-приправ, при помощи которых придаются вкус, запах, иногда цвет и всегда – особая, нежная консистенция самым различным пищевым продуктам, прошедшим тепловую обработку – отварным, печеным, жареным, – мясу, рыбе, овощам, фруктам, грибам, кондитерским и мучным изделиям, овощным, яичным и творожным запеканкам и т. д. и т. п. Соусы должны выполнять либо маскирующую, нейтрализующую, или

усиливающую, придающую новое качество роль в готовом пищевом изделии или блюде. По своему вкусовому направлению они делятся на две группы – несладкие и сладкие соусы. Отличием сладких соусов всегда является сахар. Несладкие соусы делятся на холодные, предназначенные в основном для салатов и холодных блюд, и горячие, хотя деление это чисто внешнее, в кулинарном отношении – условное, ибо принципы, приемы приготовления и холодных, и горячих соусов часто совпадают, хотя и не всегда.

Подавляющее число соусов как холодных, так и горячих, сладких и несладких – заварные. Это так называемые французские соусы, то есть изобретенные и применяемые во Франции.

Их составные части – бульоны (мясной, рыбный, грибной) или отвары (овощной, фруктовый), соединенные (заварные) с мукой, маслом, сметаной, сливками, молоком и с последующим введением в эти составы яиц (целых или одних желтков). Каждое прибавление к муке и бульону какого-либо из вышеперечисленных компонентов и комбинация этих компонентов или наслоение их последовательно один на другой и дают все многообразие соусовых основ.

К этим основам далее наслаиваются: либо сахар и фруктово-ягодные соки (для формирования сладких соусов, в которые также могут вводиться на молочную основу – кофе, какао, шоколад), либо, наоборот, характерные кисло-соленые среды (уксус, лимонный сок, огуречный рассол, а также горчица, хрен, томатная паста) – для создания острых соусов к мясу или рыбе.

Всевозможные пряности – перцы (черный, белый, красный, ямайский и японский), гвоздика, корица, ваниль, имбирь, пряные травы от петрушки и укропа до лука, чеснока, кервеля и фенхеля – окончательно вводятся уже в готовые соусы-основы и позволяют бесконечно варьировать и усложнять вкус и аромат как острых, несладких, так и сладких соусов.

От французских соусов незначительно отличаются английские, где практически отсутствует мука, но велик процент естественного мясного сока и жира, а также много различных пряностей, и весьма значительно – соусы восточного происхождения, которые называются соусами лишь по характеру их применения как приправ, но построены целиком на естественных фруктовых пюре и соках, орехах и овощных пастах с пряностями и абсолютно лишены мучной заварной основы. Таковы молдавские, румынские, болгарские соусы, построенные на принципах турецкой кухни, или оригинальные грузинские соусы, также испытавшие на себе иранское и турецкое влияние.

СОЧЕНЬ. Русский кулинарный термин, обозначающий раскатанный *пласт* любого теста (кондитерского и простого), независимо от его величины и толщины. Этот термин употребляется, к сожалению, не всегда и в ряде случаев подменяется словом «лист» или «блин», что совсем неправильно и, главное, неудобно, так как этими же словами обозначаются одновременно и другие понятия в кулинарной практике, а именно: *лист* как основа для выпечки, кондитерский или пирожный лист (металлический), а слово «блин» и вовсе относится к готовому изделию определенного состава и вкуса.

В отдельных случаях, особенно в региональных русских кухнях (архангельской, новгородской, а также в карельской), термин *сочень* заменяется термином «сканец», «сканца», т. е. тонкие блинчики, на которые раскатывается тесто, подготавливаемое для пирожков, пока в них еще не положена начинка.

СОЧНИ. Название двух видов русских пирогов, отличающихся друг от друга по технологии, но имеющих северорусское происхождение и характерных тем, что их выделку начинают с раскатки теста *сочнем* (см. выше и с. 922).

1. СОЧНИ АРХАНГЕЛЬСКИЕ.

ТЕСТО:

100 г ржаной муки,
300 г пшеничной муки,
1/2 стакана молока,
1 яйцо,
50–75 г масла (можно и до 100 г),
1 ч. ложка соли,
30 г дрожжей.
Тесто сделать *слойкой* (см. с. 922) в 4–5 *оборотов.*

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Тесто раскатать тонким слоем размером 35×50 см, наложить на него пласт сочного мясного фарша с луком, крутыми яйцами, перцем, солью и прибавить к этому фаршу гречневой каши с грибами и рублеными крутыми яйцами, затем осторожно свернуть весь сочень в трубку и соединить ее в кольцо-калач, положить на смазанную топленым говяжьим жиром сковородку, проколоть сочень вилкой часто и почти на всю глубину, полить подсолнечным или топленым маслом и поставить в духовку, поливая или смазывая маслом; когда одна сторона подрумянится, перевернуть на другую – и в другую сковородку, так же смазанную жиром, как и первая, и запечь так же.

Этот же сочень пекут и с начинкой из копченого сига со свежей или кислой капустой с маслом, луком и яйцами. Этот вариант – более древний, чем мясной. Но один считался постным, а другой – праздничным.

2. СОЧНИ ЯРОСЛАВСКИЕ.

Тесто готовится также на дрожжах, но целиком из пшеничной муки, на воде, полуслоеное (в три *оборота*). Масла также около 100–150 г. Раскатанный тонкий пласт теста (сочень) на листе ставят в духовку, смазав его предварительно маслом, дают подрумяниться, а затем намазывают пластом творожной массы, сделанной из хорошо отжатого домашнего творога, яиц и сметаны, подсоленных и сдобренных 1 ч. ложкой сахара. Сверху начинку смазывают маслом, дают в духовке чуть заколероваться, а затем быстрым движением складывают сочень пополам, смазывают маслом, чуть припудривают мукой и вновь ставят в духовку допекаться. На смазку идет не менее 50 г масла.

Ярославский сочень готовят нередко и с рыбной начинкой – с половинками филе корюшки с зеленым луком и яйцами. Но в этом случае сочень с начинкой густо смазывают сметаной с разболтанным в ней яйцом, чтобы начинку прихватило в печи так, чтобы можно было сложить ее вдвое, не разломав и не сдвинув.

Особенность сочня (в отличие от настоящих пирогов) в том, что его не защипывают и что дрожжевому тесту не дают подойти и выходиться, а разделывают его и сразу же сажают в печь. Поэтому и раскатывают его тонко, *в сочень!* Отсюда и общее название у как будто бы разных пирогов.

СПАГЕТТИ. Тонкая (в сухом виде 2 мм в диаметре) и длинная (до полуметра) итальянская нитеобразная круглая лапша. Слово «спагетти» означает нить, шпагат для завязывания. Спагетти отвариваются, как и все другие виды подобных тестяных изделий, в подсоленной воде, но имеют ту особенность, что их нельзя ломать, а надо отваривать целиком во всю длину. Поскольку ни одна нормальная кастрюля не может вместить сразу 50–75-сантиметровые «прутья», то спагетти ставят обычно вертикально в кастрюлю и затем постепенно сгибают, по мере размягчения находящейся в воде части. Другая особенность состоит в том, что спагетти варят *аль денте,* их нельзя разваривать, а для этого они должны быть обязательно все одинаковой длины: переломанные спагетти – уже нарушение правил, что отражается на их вкусе. Об этом обычно забывают за пределами Италии. Третье правило: воды должно быть по массе втрое больше, чем масса спагетти. На одну порцию достаточно 150 г сухих спагетти.

Едят спагетти с различными приправами, но чаще всего с тертым сыром и томатной пастой. Метод еды спагетти также должен соблюдаться. Ложку держат в левой руке, а вилку в правой; вилкой берут (накалывают), вытаскивают порцию спагетти и, опираясь на ложку, навертывают, не разрывая спагетти, на вилку. Вилку со спагетти подносят ко рту, а освобожденной ложкой одновременно берут приправу и закусывают ею. Без соблюдения этих правил еда спагетти может привести к разного рода конфузам: скольжению тарелок (если навертывают на вилку, опираясь прямо в тарелку), выскальзыванию ненавернувшихся спагетти на скатерть и на колени обедающих, отдельной еде спагетти и приправы, что не столь вкусно и нарушает представление о своеобразии блюда.

Похожее на спагетти изделие как по размерам, так и по форме, сечению, но имеющее несколько меньшее содержание яиц в тесте и поэтому более светлое, чем спагетти, в Италии носит название «феделини», но за пределами Италии также называется спагетти (см. также *макароны*).

СПАРЖА. Одно из самых ранних огородных растений, которое можно есть с 18 апреля до 20 июня. Позже этого срока спаржа уже становится невкусной, теряет нежность.

Съедобными являются лишь белые или чуть розовато-зеленоватые ростки, только появившиеся из земли и не успевшие развиться в зеленое растение. Такую спаржу, как овощ, едят только в странах Западной Европы, у нас же ее разводят иногда как декоративное растение, траву-«гарнир» к цветочным букетам, развивающееся к позднему лету – ранней осени, когда появляется много цветов.

Салатно-овощную спаржу едят отваренной в подсоленной воде с добавлением в воду немного подсолнечного масла и сахара.

Масло необходимо для создания пленки на поверхности воды, кипение должно быть очень тихое. Кроме того, спаржа должна быть полностью погружена на дно, а так как она легкая и всплывает, то ее крепко связывают в один пучок нитками, кладут в середину него камешек или привязывают тяжелую фарфоровую крышку от чайника и варят 20–40 минут, следя, чтобы спаржа не всплыла (варят в открытой посуде).

Поскольку эти правила никогда не упоминаются в поваренных книгах (на Западе, где спаржа столь же обычна, как картофель, о них просто знают с детства), то попытки распространить у нас спаржу не дали никаких результатов, хотя ее и продают иной раз на рынках. При обычных методах варки, когда ее просто бросают в воду, да еще вместе с морковью или луком, она становится просто безвкусной. Кроме того, многих пугает резкий, неприятный запах мочи в течение суток после питания спаржей. Вот почему потребитель должен быть информирован обо всех особенностях, связанных с приготовлением и воздействием спаржи.

Французская спаржа – самая лучшая – светло-салатного или бледно-фиолетового цвета, так как возделывается не в теплицах, как в других странах, а в открытом грунте. По этому признаку цвета, окраски всегда можно определить качество и сорт спаржи. Спаржу нельзя хранить в холодильнике: принеся с рынка или из магазина, ее надо приготавливать сразу.

СПАС. Армянский суп. Приготовляется на *мацони (катыке)* с яйцом, составляющим половину жидкости спаса. Спас заправляется кинзой, мятой и луком, что увеличивает питательно-возбуждающие свойства этого блюда. Спас – превосходное средство для восстановления аппетита у тяжелых больных. В Закавказье его приготовляют в большую жару, когда нет желания ничего есть, а также старикам и детям.

СОСТАВ

0,8 л катыка,
1/2 стакана риса,
5 ст. ложек муки,
1 яйцо,
3 луковицы,
30–50 г масла,
1 стакан мелко нарезанной кинзы,
1/2 стакана мяты.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Муку развести яйцом, взбить; катык развести пополам с водой, соединить обе смеси, постепенно вводя вторую в первую, и поставить на слабый огонь. Непрерывно размешивать, довести до кипения. Добавить наполовину отваренный рис с отваром, мелко нарезанный обжаренный лук, пряную зелень и, не переставая помешивать, вновь довести до кипения. Зимой спас едят горячим, летом охлаждают на льду – едят холодным.

ССЕК. Принятое в основном в Москве название мягкой бескостной части говяжьей туши, расположенной в задней части с внешней стороны середины бедра. В других частях России и за ее пределами эту часть либо называют по-другому, либо не выделяют в особую часть из бедренной части. В Москве бедро делилось на ссек (внешнюю часть) и огузок (ближе к линии бедренной кости), в С.-Петербурге обе части составляли бедро, в Одессе московский ссек считался бедриной,

а ссеком назывался подбедёрок, в Минске и вообще в Белоруссии, особенно Западной, московский ссек назывался среднее бедро, а ссеком – мясо таза, в Харькове ссек входил в кострец, в Киеве и в Правобережной Украине звался куцая нога, огузок, ссек, в Вильнюсе и Литве – бедро, в то время как ссеком там называлась самая горбушка мяса, расположенная между соединением хвоста с хребтом и тазом коровы. В других городах, где были основные забойные центры – Воронеж, Казань, Саратов, Ростов-на-Дону, – также существовали различия в обозначении ссека, но всегда это была задняя, лучшая часть мяса, близкая понятиям кострец, огузок, бедро, ляжка и подляжка говяжьей туши или мясо ягодиц, лежащее в углублении таза и ссекаемое при разделке туши, как горбушка.

Ссек шел на приготовление духового, тушеного мяса, как лишенная костей мягкая часть.

СТРАСБУРГСКИЙ ПИРОГ (паштет, суп). Общеевропейское обозначение для блюд, в которых мясная часть приготовляется либо целиком из гусиного мяса, печени, либо содержит более половины гусятины.

СТУДЕНЬ. Русское название мясных блюд холодного стола, приготовленных из телятины, говядины, свинины путем длительной варки и максимального разваривания мясной части и загустения бульонной. Аналогичные блюда имеются и у других народов (см. *рэсол, мужужи, холодец*), но в их приготовлении всегда есть национальные различия, касающиеся либо состава продуктов, либо методов приготовления и приправ.

Русский студень делают из говядины или телятины, свиные студни распространены в областях России, близких к Украине и Белоруссии. В студень идут голова и ноги животного. Одно из главных условий хорошего студня – предварительная тщательная очистка этих продуктов: опаливание, мытье в нескольких водах, выскребание.

Другое условие настоящего студня – в его состав идет вся голова (включая мозги, язык) и все четыре ноги. Обычно в последние десятилетия это условие не выполняется, на студень оставляют лишь отходы, и это лишает студень его характерного вкуса и ценности, заставляет применять при его приготовлении желатин, в то время как комплексное приготовление всех традиционных частей дает естественное желирование, делает студень первоклассным и лакомым закусочным блюдом.

Вначале варят (6–8 часов) все части целиком с луком, петрушкой-корнем, лавровым листом, чесноком и черным перцем. Затем тщательно очищают еще раз от волосков, выявившихся при длительной варке, снимают мясо с костей, нарезают одинаковыми кусочками, как *сальпикон* (см. с. 917), кости разрубают и продолжают доваривать их в бульоне.

Когда бульон уваривается до такого состояния, что его по объему остается в посуде столько же, сколько и отдельно нарезанного мяса, то его ***солят*** (впервые!), вливают чуть-чуть уксуса, настоянного на пряностях, быстро вновь доводят бульон до кипения, сразу же снимают с огня, ***процеживают*** сквозь двойную марлю. Объем жидкости не должен превышать литра, если были точно положены все требуемые части целиком. Нарезанное мясо, мозги, язык ровно раскладывают одним толстым слоем в лотке высотой не более 5–6 см, вместимостью на 2–2,5 литра и заливают процеженным бульоном, застуживают. Никакого желатина не требуется для настоящего студня. Едят студень с *хреном* (см. с. 949).

СТЫНКА. Белорусское название корюшки – рыбы озер северо-западных областей России, Белоруссии, Прибалтики. Корюшка ныне в основном идет на консервирование, прежде коптилась домашним способом.

СУБПРОДУКТЫ. Современное торгово-канцелярское наименование потрохов (ливера), крови, кишок, голов, хвостов и ног крупного и мелкого рогатого скота и свиней, то есть всего того, что остается на бойнях после первичной разделки туш скота. Субпродукты, как правило, идут в переработку на предприятия пищевой промышленности или, будучи собраны в большие партии и рассортированы по видам, поступают на предприятия общественного питания и реже – в торговую сеть.

В настоящее время субпродуктами называют также отходы первичной обработки забитой домашней птицы – головки, гребешки, потроха, ножки, шейки, хотя единого стандарта в этом отношении все же не существует, поскольку в большинстве стран ливер (печень, сердце, желудок) вкладывается в потрошеную птицу, считаясь ее нераздельной частью, а головки (исключая гребешки) и лапки идут в отходы и используются в качестве корма на зверофермах, так что фактически особых субпродуктов как самостоятельной части не остается. В России тем не менее отдельные бойни, особенно летом, отделяют потроха птицы и продают их отдельно (иногда и раздельно – желудки и печень).

СУДЖУК. Плоская колбаса из сухого, подвяленного мяса говядины и свинины, распространенная среди немусульманского населения стран Ближнего Востока и юга Балкан, то есть на территории бывшей Турецкой империи. Так, суджук выделывают в Болгарии, Греции, Ливане, в турецкой Армении и собственно в Армении. Суджук сильно сдобрен пряностями, особенно красным жгучим перцем.

СУЗЬМА. Кисломолочный продукт, *катык,* отжатый от *сыворотки* (см. с. 92, 929). Внешне сузьма похожа на творог, но сильно отличается от него вкусом, запахом, структурой и консистенцией, а главное – имеет совершенно иные свойства. Творог может перерабатываться только дальше – в сыр, то есть *вперед,* претерпевая дальнейшее обезвоживание и переработку в более твердый пищевой продукт. Сузьма же может двигаться как вперед, так и *назад.* Она может превратиться (или вернее – быть превращена) обратно в *катык* (см. с. 262–264, 754–755, 844) простым добавлением к ней сыворотки, может стать и *айраном* (см. с. 687, 756, 782), еще более жидкой средой путем прибавления к ней воды, и при этом сохранить первозданную свежесть. Сузьма может стать не только сыром, двигаясь вперед, но и маслом, чем также отличается от творога, который перерабатывается только по направлению непосредственно вперед – в подобный себе продукт, но никак не в сторону.

Таким образом, сузьма соединяет в себе свойства творога, сметаны, сливок и кислого молока, вместе взятых. Сузьма – поистине гениальнейшее изобретение тюркских народов,

продиктованное им тысячелетиями кочевой жизни и вековыми наблюдениями за продуктами молочного скотоводства.

СУЛА. Белорусское название березового сока, иногда слегка забродившего, особенно в местности, пограничной с Литвой, и в районах Западной Белоруссии.

СУЛОЙ (также *цеж, накисель*). Жидкость (вода) с растворенной в ней полностью мукой, отцеженная от отстоя муки и отрубей и используемая как полуфабрикат для дальнейшей кулинарной обработки, например для варки овсяного киселя, для забраживания. Поэтому сулоем часто называют всякую мучную жижу (что неправильно с кулинарной точки зрения), а также сырой настой солода, затор и пивную, квасную гущу, что также неверно, поскольку сулой настоящий не совпадает с ними по своему составу, а только сходен по его возможному применению.

СУПЫ. Одна из самых многочисленных групп блюд, имеющих часто совершенно разный характер и объединяемых лишь тем, что все они, во-первых, приготовляются варкой на воде и включают в себя не менее 50 процентов жидкости, а во-вторых, используются преимущественно как первые блюда, за исключением *хлебных* и *фруктовых супов,* представляющих собой десертные, сладкие третьи блюда.

По способу приготовления супы различаются в основном по крупным национальным и географическим регионам. В Западной Европе основной вид супов – *бульоны* и протертые *супы-пюре.* В Восточной Европе характерны супы русского типа, так называемые *заправочные,* когда на основе какого-либо отвара (мяса, рыбы, грибов) суп, наряду с этими варящимися в нем основными продуктами, заправляется еще несколькими (от 5 до 20) компонентами, среди которых – овощи, крупы, пряные травы, жиры. Таковы, например, щи, борщ как наиболее характерные славянские супы. Помимо заправочных супов, в число русских супов входят также *холодные* супы – тюри, окрошки, ботвиньи – и *горячие* супы незаправочного типа – уха и похлебки, а также супы, где жидкую часть должна составлять не вода, а кисло-соленые специальные среды – квасы, огуречные рассолы. К ним относятся кальи, солянки, рассольники. К этой группе примыкают и молдавские и румынские чорбы.

В Грузии распространены супы с *яично-кислой* заправкой (чихиртма) на основе бульонов, но имеются и заправочные супы (фактически один – харчо). В Азербайджане и Восточной Грузии, а также на Северном Кавказе самым характерным видом супов являются *горшечные* супы, приготовляемые в духовке методом запекания (пити, чанахи, путук).

В Средней Азии основной тип супов – *«жареные»* супы, когда мясная и овощная часть сначала жарится на масле, а затем заливается водой, и кисломолочные супы, когда отваренная крупяно-овощная часть заливается кисло-молочными продуктами вместо воды (катыком, сметаной).

На Дальнем Востоке – в Китае и Японии – преобладают *комбинированные* супы, когда в готовый горячий бульон уже за столом вводятся различные предварительно отдельно отваренные и поданные холодными и сухими в отдельной посуде – мясо, рыба, трепанги, крабы, креветки, рис, ростки лука, овощи, пряности, из которых каждый может составлять тот набор в свой индивидуальный суп, который он желает. Поэтому на Дальнем Востоке не бывает рецептов определенных супов, могут быть только рекомендации по наиболее рациональному или традиционному составу супов.

СУРОВЕЦ. Квас, приготавливаемый из ржаных отрубей, ржаной муки и закваски и применяемый специально для настоящего украинского борща.

СУСЛО. Сладковатый навар на муке и солоде; сусло еще не имеет дрожжей и хмеля, это полуфабрикат для приготовления пива.

СУФЛЕ (от фр. *soufflé* – пышный, воздушный пирог). Взбитые в пену полужидкие или тонко растертые в пудру пищевые продукты. Суфле чаще всего делают из яиц с разными ароматическими добавками, и поэтому в меню ресторанов под суфле понимаются только взбитые белки с различными добавками и крем из них. В кулинарном же отношении в суфле, то есть в пенистую массу, могут взбиваться и другие продукты, вплоть до мяса. Поэтому суфле как кулинарный термин значит «пенообразное состояние».

СУХАРИ. Высушенный специально хлеб с целью либо хранения, либо дальнейшего кулинарного применения в различные блюда. В сухари для хранения сушат *свежий,* нележалый, мягкий хлеб в слабо нагретой духовке, нарезая его ломтями не толще одного сантиметра, причем корку оставляют нетронутой. В сухари для кулинарного применения корку обрезают перед сушкой как у белого, так и у черного хлеба.

Тертые сухари применяются в котлеты для панировки, в хлебные супы, пудинги, кондитерские изделия, шарлотки и другие сладкие блюда.

Перед применением в мясные блюда сухари надо заваривать (размачивать) в кипящем молоке – это повышает вкусовые качества котлет.

СУЧИТЬ. Русский термин, означающий размятие теста и вымешивание его только рукой непосредственно на доске, а не в посуде. Рассучить тесто – значит *выкатать* и *размять* его хорошенько на доске рукой, без помощи скалки.

СЫВОРОТКА. Побочный продукт при скисании молока, выделки творога и сыров, а также при сбивании масла (сыворотка – пахта). Сыворотка имеет зеленовато-желтоватый цвет, содержит много питательных веществ и в большинстве стран используется для выделки сывороточных твердых сыров.

Сыворотка в молдавской кухне идет на приготовление супа-сырбушки, в котором играет роль воды.

СЫРБУШКА. Молдавский национальный суп из сыворотки, кукурузной муки и лука с морковью. Мука засыпается в кипящую сыворотку ситом, чтобы не заварилась комом. Сырбушка имеет приятный кислый вкус.

СЫРНИКИ (творожники). Быстро приготавливаемые изделия из творога и муки и обжариваемые на масле, жире или растительных маслах.

Самое рациональное приготовление сырников – это постепенный подмес к творогу такого количества муки, чтобы получилось эластичное тесто. В это тесто добавляют чуть-чуть соды, скатывают в колбаску диаметром не более 4 см и нарезают кружочками по 0,5 см толщиной, обваливают их в муке и жарят на сковороде в *перекаленном масле* (см. с. 651, 902).

Сырники едят с подливкой из сметаны или фруктово-ягодной (сироп, пюре, мармелад).

СЫРОПЕНЯ. Белорусское название простокваши.

СЫРЫ. Конечный продукт переработки творога, прошедший различные стадии – «заражения» микрофлорой, сушки, созревания и выдержки, а затем получающий покрытие или тару, специально приспособленную для хранения этого продукта длительное время.

Сыры – очень древнее изобретение всех пастушеских и скотоводческих народов, они имеют массу разновидностей в разных странах и отличаются прежде всего исходными продуктами.

Сыры приготавливают из овечьего, козьего, коровьего, кобыльего, ослиного, верблюжьего молока; из молока цельного, снятого, сыворотки, из смеси цельного и снятого молока, цельного и сыворотки, из различных комбинаций козьего, коровьего и овечьего молока.

Но еще большее разнообразие дают способы обработки сыров: их держат в рассолах, в бурдюках, в кувшинах, в деревянных бочках, в известковых ямах, в ларях с овсяной мукой, в горных пещерах с особым климатом и т. д. и т. п. Сыры заражают различной микрофлорой, в результате чего они приобретают не только разный запах, вкус, консистенцию, но и свой характерный цвет. Сыры бывают белыми, молочными, желтоватыми, желтыми, светло-коричневыми, коричневыми, серыми и черными; они могут быть зеленовато-бирюзовыми, голубыми, с прожилками, красновато-палевыми, в коричневую крапинку или почти синими.

В мире свыше двух тысяч сортов сыров, причем не по названию, а по своей сущности. Есть страны, как, например, Франция, где выпускают сотни разных сыров. Генерал Де Голль как-то, говоря о непостоянстве французов, горько пошутил, сказав: «Разве можно управлять народом, который имеет 379 сортов сыра?» Швейцария, Италия, Норвегия, Англия, Голландия выпускают также десятки сортов неповторяющихся сыров каждая.

Вид сыра, его вкус, особенности зависят не только от секретов обработки, но и от климата страны, где дают молоко коровы и где сыры зреют. Поэтому швейцарский сорт сыра эмменталь, приготовленный в Финляндии или в России, будет значительно отличаться от истинного швейцарского, приготовленного из альпийского молока в условиях высокогорья.

Кулинарное применение сыров (помимо буфетного, закусочного) также разнообразно. Лапша, макароны и т. п. блюда из отварного теста требуют сырной добавки, иначе они перестают быть самостоятельными блюдами.

Запекание или гратинирование многих мясных, рыбных и овощных блюд невозможно эффективно произвести, не применив посыпки их сверху тертым сыром, который гарантирует плотную, вкусную и герметическую корочку.

Сыры мягкого типа, вроде рокфора, а особенно плавленые сыры применяются для разведения в супы овощные и особенно в супы-пюре.

Сыры разного плана как ассорти составляют обычно завершающую стадию обеда, после десерта или непосредственно перед ним.

СЭНДВИЧИ (от англ. *sandwich* – помещать что-то посередине, вставлять между). Английское и современное общеевропейское название бутербродов, то есть ломтиков хлеба с маслом и какой-либо мясной или рыбной накладкой. Сверху сэндвич может быть прикрыт либо куском хлеба, либо листиком салата, сельдерея, кресса, шпината и смазан какой-либо острой начинкой. Назван по имени Джона Монтегю, лорда Сэндвича (1718–1792), питавшегося изобретенными им «сэндвичами», чтобы не уходить обедать из игорного дома (казино) и не прерывать игру.

- Т -

ТАБАНЬ (*табани*). Лепешки или толстые блины из дрожжевого теста, выпекаемые на чугунных сковородах на поду или в устье русской печи. Были распространены среди удмуртского, марийского и русского населения Вятской губернии и Удмуртии. Употреблялись с приправой – *зыретом* (см. с. 832).

ТАВРАНЧУК (*таранчук, таганчук*). Старинное блюдо русской кухни, известное в XV–XVII вв., но уже в конце XIX в. начавшее выходить из употребления. Тавранчуки бывают и мясные, и рыбные, ибо смысл этого блюда не в его пищевом составе, а в методе приготовления. Правильнее его называть *таганчук* – то, что приготовляется в тагане, то есть в керамической, глиняной сковороде-миске, в тигле. Тавранчуки приготавливали в горшках, в русской печи, длительным томлением.

Жидкостная среда была минимальной: для рыбы немного воды, иногда полстакана молока, лук, коренья – петрушка, укроп; для мяса стакан кваса, лук, соленые огурцы и те же пряные травы. Рыба выбиралась разная – судак, щука, окунь, сазан; мясо – большей частью баранья грудинка.

Горшок ставился в печь, и, как только он согревался (спустя несколько минут), его заливали сверху взбитыми яйцами (для рыбных тавранчуков) или, помимо этого, обвязывали горло горшка тряпкой, которая залеплялась тестом. Затем герметизированный таким образом тавранчук ставился в вытопленную печь на несколько часов для томления.

Ликвидация русской печи вначале в городах, а затем и в сельской местности привела к исчезновению тавранчука как блюда, ибо в иных условиях, по-другому, это блюдо не получалось вкусным.

ТАЛЬК. Мягкий, хорошо превращающийся в мельчайшую пудру порошок-минерал. Используется в кондитерском деле для изготовления форм-изложниц, куда отливаются сахарные и шоколадные корпуса-оболочки для ликерных конфет, то есть того редкого вида конфет, которые имеют внутри вместо начинки жидкость (сироп, ром, коньяк, сливки, фруктово-ягодные соки) и которые вследствие своей хрупкости не могут изготавливаться машинами-автоматами, а дела-

ются исключительно вручную, обычно не на кондитерских фабриках, а непосредственно при магазинах-кондитерских.

Тальк – важнейший и практически единственный материал, который можно применять для отливки форм из расплавленного сахара. К нему добавляют обычно от трети до половины крахмала, чтобы сэкономить этот не всегда имеющийся в торговле материал, но это снижает качество изложниц и вызывает появление брака (протечки) в готовых конфетах. Следует употреблять только чистый тальк-минерал, без тех примесей химического, дезинфицирующего характера, которые придаются тальку, поступающему в торговлю как детская присыпка.

ТАПИОКА. Крахмалоподобный экстракт, получаемый из корней *маниоки* и представляющий собой полупрозрачные крупинки шаровидной неправильной формы. Тапиока легко варится, представляет собой питательное нежное блюдо в виде кашицы, используемой как диетический продукт для детей и больных. В западноевропейской кухне применяется для засыпки в супы, бульоны, при приготовлении *антреме* (см. с. 429, 783). На литр жидкости для получения каши идет от 70 до 75 г тапиоки. Тапиока на мировой рынок поставляется в основном Бразилией, Гайяной и странами, расположенными на Антильских островах. Имеется и кубинская тапиока.

ТАРАТОР. Болгарский национальный холодный суп, приготавливаемый на основе *катыка* (йогурта, болгарского молока) и измельченных зеленых овощей (огурцов) и пряных трав (чеснока, укропа, лука). Аналогичен холодным кисломолочным супам народов Средней Азии (см. *чалоп*). В болгарские тараторы для приобретения ими особой консистенции и вкуса вводятся крайне небольшие количества растительного масла, уксуса и орехов, что и отличает их от других кисломолочных супов. Орехи вводятся в виде муки – мелко растертые, что загущает таратор.

ТАРКОВАННАЯ МАССА. Термин белорусской кухни. Означает сырой картофель, натертый на терке и *не отжатый* после этого, а используемый в дальнейшем приготовлении вместе с выделившимся соком. Таркованная масса в белорусской, польской и литовской кухнях противопоставляется *клинкованной массе,* т. е. также приготовленной из сырого тертого картофеля, но полностью, тщательно отцеженной в клинке – мешочке конусовидной формы из холста.

Таркованная масса используется в таких блюдах белорусской кухни, как таркованные блины, таркованка, в драниках, капытке. Она соединяется часто также с отварным картофельным пюре, с мукой, яйцами, помогая своей влагой созданию более эластичных видов теста, с иным вкусом, чем в тестяных основах с применением простой воды или молока.

ТАРТАЛЕТКИ (также *тарталетты, тортелетты;* фр. *tartelette,* от *tarte* – торт). Применяемые всей международной ресторанной кухней небольшие тестяные чашечки для подачи в них различных начинок – мясных, рыбных, грибных, овощных, сдобренных соусами и пряными приправами. Тарталетки должны съедаться вместе с начинкой, как это и принято в хорошей кухне, где на их изготовление идет много масла, яиц, сливок.

Тарталетки являются изобретением итало-австрийской кухни, и, по сути дела, их происхождение идет от неаполитанской манеры приготовления пирогов (см. *неаполитанский торт*), которую венская и французская кухни приспособили для декоративной подачи всевозможных остатков, а иногда и просто гарниров, чтобы сделать их аттрактивными, парадными.

В плохой ресторанной кухне тарталетки приготавливают на маргарине и воде, вследствие чего они становятся невкусными и их практически оставляют несъеденными, выбрасывая как пищевой отход.

В ресторанной кухне тарталетки выпекают сотнями, сразу большими партиями, в специальных маленьких формочках. Для этого формочки устанавливаются плотно друг к другу, смазываются изнутри маслом, и на них сразу кладется, как платок, тонко раскатанное в огромный блин тарталетное тесто. Оно прокатывается скалкой так, что врезается в каждую формочку, и доминается руками. Затем формочки покрываются сверху промасленной бумагой и ставятся в духовку на слабый огонь на полчаса. Тарталетки хорошо вынимаются из форм простым перевертыванием.

Ниже приводятся два состава тарталетного теста: хорошей кухни и дешевой кухни.

1. 250 г муки, 180 г масла, 2 яйца, 2 ст. ложки сливок, 1/2 ч. ложки соли.

2. 250 г муки, 250 г маргарина, 1 ст. ложка уксуса, 125 мл воды (полстакана тонкого).

ТАРТИНКА (фр. *tartine*). Небольшой горячий бутербродик, вид горячей закуски, состоящий обычно из поджаренного на растительном или сливочном масле черного или белого хлеба с ломтиками отварной или жареной рыбы, отварной требухи (печень, почки) или паштета из них, обсыпанные тертым сыром и загратинированные в духовке. Тартинки подают обычно на ужин или как закуску на массовых приемах, а также в кафе, закусочных – к чаю, кофе.

ТАРХАНА. Армянская национальная лапша, замешиваемая на *мацони (катыке)* и яйцах и состоящая наполовину из пшеничной муки и наполовину из крахмала. Тархану отщипывают от теста небольшими кусочками и дают им высохнуть, после чего хранят тархану в стеклянных банках и применяют по надобности (обычно в суп) только в сухом виде. Свежесделанная тархана распускается в горячей воде.

ТВОРОГ. Русское название сгустка, получаемого после нагревания и отцеживания кислого молока. У большинства народов продукт коагуляции молока носит название *сыра,* в то время как по-русски сыром называют только продукт длительной переработки творога, а не сам творог, который у других народов рассматривается как сыр-сырье и самостоятельной роли в национальной кухне не играет.

В русской кухне, наоборот, творог играет значительную роль и как самостоятельное блюдо (со сметаной, с вареньем, сахаром, медом), и как исходное или составное сырье для *сырников, вареников, ватрушек, творожных паст и пасх* (см. с. 929–930; 513–514, 800; 802; 489–492; 900).

Творог можно получать бесконечным числом вариаций, меняя характер молока, его жирность, формы скисания

(то есть участие разного рода грибков), температуру подогрева (от комнатной до кипения) и, наконец, вид отжима сыворотки. Но и это еще не все: можно менять пропорции сочетания кислого и свежего молока, вливая одно в другое и подвергая кипячению разные смеси в разное время.

Именно эти вариации и породили разные национальные формы приготовления творога у разных народов, каждый из которых избрал себе одну, наиболее отвечающую его условиям и его национальному вкусу.

Русский творог является самым простым и непритязательным по приготовлению из всех известных в мире. И он имеет свой, особый, истинно русский вкус, который, однако, так же меняется ежедневно, как и вкус хлеба, выпекаемого дома каждый день. И именно эти незначительные колебания вкуса, а вернее его неустойчивость, и составляют основную прелесть домашнего русского творога, стандартизация которого невозможна и который отличается от приготавливаемого промышленностью как небо от земли.

Первое условие его приготовления – ничего искусственного: ни подмеса сметаны или кефира к молоку, чтобы оно лучше скисалось, ни подогревания скисшейся массы, чтобы она полнее отбросила сыворотку, словом, никакого убыстрения, никакого вмешательства в естественно идущие процессы. Цельное молоко, свободное самозакисание при теплой комнатной температуре – два или три дня превращения в простоквашу, затем отцеживание в марле или бязи – примерно сутки, и несильный, спокойный отжим.

В белорусской кухне известен так называемый клинкованный творог: он делается, как и русский, но на завершающей стадии отцеживается в особых холщовых, сшитых клинообразно мешочках, и масса при этом слегка подсаливается. Причем после отцеживания клинкованный творог помещается под пресс между двумя досками, на верхнюю из которых кладут небольшой груз – от 2 до 4 кг. И этих небольших изменений бывает достаточно, чтобы белорусский клинкованный творог имел иной вкус, чем русский, пластовый, ибо, не будучи крепко спрессованным, русский творог распадается на разнообразные пласты по линиям, куда попало жирное молоко, сметана, образовавшаяся вместе с творогом и не полностью снятая с него.

ТЕЛЬНОЕ. Русское обозначение филированного мяса рыбы, а также изделий и блюд из него. Так, например, рыбное филе, тщательно освобожденное от костей, может быть измельчено (изрублено) на разной величины кусочки, помещено (спрессовано) в оболочку из полотна (салфетку), марли или завернуто в рыбью кожу (обычно в кожу щуки или судака) и отварено в подсоленной воде. Такого рода блюда называются отварным тельным. Они могут варьироваться по составу (от разных рыб), по пряностям и по приданным им гарнирам, но все равно будут называться тельным.

ТЕМПУРА. Национальное блюдо японской кухни; наиболее известно за пределами Японии и часто неверно отождествляется с главными особенностями японской кулинарии. На самом же деле является просто «артельным» блюдом, аналогичным швейцарскому семейному *фондю* (см. с. 942), с той же посудой и приборами, с теми же приемами кулинарной обработки, но только с несколько иным пищевым сырьем. В то время как в фондю основную роль играет сыр, в японской темпуре его место занимает рыба, вернее небольшие кусочки рыбного филе, заранее приготовленные перед каждым участником трапезы и обжариваемые им самим во фритюре тут же, за столом. Если в фондю обволакивающей средой является расплавленный в вине сыр, то в темпуре кусочки рыбного филе обмакиваются в кляр, состав которого не отличается от европейских ресторанных кляров: мука, яйцо, вода, соль.

В темпуре применяются маленькие кусочки, которые сразу можно положить в рот, не откусывая, и это – обязательное правило при приготовлении темпуры. Других – специфических – нет. В кулинарном отношении это просто рыба в кляре, жаренная во фритюре. В то же время салаты, подаваемые к темпуре, – ростки бамбука, рис, соевый соус – специфические японские продукты; именно вместе с ними темпура-рыба и превращается в темпуру-кушанье как японское блюдо. Помимо рыбы, в нем употребляются крабы (филе) и фрикадельки, приготовленные из смешанного фарша мяса, риса, каштанов и яиц, – своего рода маленькие (с вишню величиной) клецки, обжаренные во фритюре. Едят темпуру либо на таких же вилках, как и для фондю, либо на тонких длинных бамбуковых палочках, что выглядит, конечно, более по-японски.

ТЕФТЕЛИ (искаженное еврейское из молдавского *Kifteluce,* от тюркского – *кюфта* (см. с. 854)). Шарообразные котлеты из мясных и рыбных *фаршей* (см. с. 940), размером крупнее *фрикаделек* (см. с. 177, 943–944) – от величины грецкого ореха до величины небольшого яблока. От котлет тефтели отличают (или должны отличать!) не только форма, но и два кулинарных признака. Во-первых, в отличие от котлет, тефтели *панируются только в муке,* а не в панировочных сухарях. Лучшей мукой для тефтелей, если они обжариваются, служит рисовая, на втором месте – пшеничная. Во-вторых, тефтели, в отличие от котлет и фрикаделек, *формуются не только из мясного и рыбного фарша,* но и из инородных добавок к ним: крупяных (чаще всего – отварного риса) или овощных – мелких кусочков помидоров, сухофруктов, картофельного пюре, которые создают и внешнее, и вкусовое отличие, а также имеют и чисто кулинарные последствия: тефтели благодаря большей рыхлости своих фаршей становятся готовыми быстрее.

Наконец, тефтели характерны еще одной кулинарной особенностью приготовления, хотя вовсе не обязательной, но встречающейся на практике очень часто, – это подача их в блюде вместе с соусом или, точнее, прямо в соусе. Дело в том, что эта особенность берет начало с происхождения самих тефтелей. Если котлеты пришли из классической французской ресторанной кухни, где они были выделены в особое блюдо с сопутствующими картофельными гарнирами (картофель жареный или пюре) и потому не требовали никаких подливок или иной жидкой «оправы», то тефтели пришли из народной кухни тюркских народов через балканскую и австрийскую кухню. Там, где их впервые изобрели, тефтели всегда варились в общей гуще котла и подавались на блюде вместе с густой подливкой, близкой по консистенции к соусу. Эта особенность сохраняется традиционно при подаче тефтелей и в современных европейских кухнях, хотя иногда их поливают не тем соусом, в котором они варились или должны были вариться,



а какой-нибудь инородной подливкой, что, естественно, портит блюдо, ибо несвойственно, неподходяще ему по вкусу. Самый естественный соус для тефтелей – жареный лук, помидоры, порей, сельдерей, чеснок в мясном бульоне, загущенные мукой и подкисленные сметаной или соком кислых фруктов.

ТИМБАЛЫ. Общее название различных постаментов, основ, фундаментов, бордюров, приготавливавшихся во французской классической кухне из теста (хлебного или рыхлого теста для бабок, а иногда и бисквитного) с целью создать съедобную платформу или резервуар для помещения в нем различных видов блюд: ассорти из мяса или дичи, фруктовых компотов и мармеладов, маседуанов, печений в кремах, тортов полужидкого типа, ассорти из конфет, цукатов и кремов, – словом, всевозможных изделий, как поварских, так и кондитерских, которые, с одной стороны, в силу имевшихся в них жидких и полужидких сред, необходимых для улучшения их вкуса, должны быть помещаемы в такую «посуду», которая бы втягивала в себя излишнюю часть жира, соуса или крема и делала бы изделие удобным для еды, а с другой – давала бы возможность оформить блюдо красиво и даже помпезно с чисто декоративной точки зрения.

В западноевропейской кухне XVIII–XIX вв., где украшательство, заимствованное от французской придворной кухни, считалось хорошим тоном, изготовление тимбалов и создание из них, как из строительных блоков, целых кулинарных дворцов и памятников имело большое значение. Умение выпекать тимбалы требовалось как от повара, так и от кондитера, поскольку большинство блюд предполагало их использование.

Что же касается приемов изготовления тимбалов, то они были заимствованы французской кухней у итальянцев, вероятнее всего, у неаполитанцев, в так называемом «Королевстве Обеих Сицилии». Само название *тимбал* (то есть бубен, цимбал) дано, однако, французами по внешнему сходству тимбалов-пирогов с бубнами: и те и другие представляли собой невысокие и небольшие по окружности цилиндры, полые внутри. Французы использовали принцип приготовления *пиццы* и *неаполитанских тортов* (см. с. 904–905 и с. 888) в смысле расположения теста в форме, но пошли дальше и выдумали способ делать пустой пирог, заполняя пространство формы, в которую вкладывалось тимбальное тесто, сухим горохом – единственным нейтральным пищевым продуктом, который не разрушался, не разбухал и не осаживался при выпечке в духовке и в то же время не передавал своего запаха тесту. После выпечки горох высыпался из тимбала, и его пустое пространство заполнялось любыми необходимыми пищевыми материалами.

ТКЕМАЛИ – ранняя, весенняя разновидность сливы (зеленой), отличающаяся крайне кислым вкусом и используемая в грузинской кухне как основа для различных приправ к мясным блюдам. Домашний вариант приправы – *соус ткемали* (см. книгу «Поваренное искусство и поварские приклады», с. 549) и промышленный, изготавливаемый по иной рецептуре – *квацарахи* (см. с. 844).

ТКЛАПИ (груз.). Сухофрукт, непременный компонент ряда блюд грузинской и других закавказских кухонь (по-русски может называться еще левишник, лавашник, кислая пастила). Тклапи приготавливается из слив алычи или ткемали путем протирания спелых плодов сквозь волосяное (или любое неметаллическое) сито. Полученная масса (без кожицы) наносится слоем толщиной менее 1 см на специальные дощечки из лиственных пород деревьев, смазанные растительным маслом, которые выставляют на солнце для подсыхания. Если слой пасты из алычи после высыхания сильно истончается, то сверху на него вновь наносят массу. Подсохшее, но еще эластичное тклапи снимается в виде листа с доски и подсушивается еще немного на воздухе с тыльной стороны до полной сухости, признаком которой служит равномерное потемнение цвета тклапи с обеих сторон и исчезновение его мазкости. Толщина готового тклапи не более 3 мм. Хранится свернутым в трубку и завернутым в чистую редкую холстину в сухом проветриваемом помещении.

Тклапи легко отламывается от целого листа. Дозируется в квадратных сантиметрах или «кусочках». Например: «добавить кусочек тклапи величиной с пол-ладони».

Тклапи применяется в *харчо* (харчо без тклапи – это не харчо), в других грузинских и армянских супах, а также как добавка к закавказским соусам и подливкам, предназначенным для мяса, риса, овощей, птицы.

Способ применения: вначале кусочек тклапи разводят в небольшом количестве (полстакана) чуть теплого бульона, воды или другой жидкости до полного растворения, а затем этот концентрат вливают в суп, подливку, соусы или иное блюдо.

Помимо Грузии (основного места применения тклапи в качестве определяющего вкусового компонента блюд) подобный по виду и технологии продукт изготавливают также в Среднем Поволжье (Костромской, Нижегородской областях, а также в Марийской, Чувашской, Мордовской и Татарской Республиках). Сырьем служит земляника, а получаемый продукт носит местное название *левишника.* Применение левишников – в кондитерских изделиях.

Как тклапи, так и левишники при правильном хранении не теряют своих вкусовых, ароматических качеств и общей кондиции весьма длительное время – до трех лет.

ТОЛМА (тулма). Татарское название *долмы* (см. с. 819).

ТОЛОКНО (от глагола *толочь*). Русское и белорусское наименование муки (чаще всего – овсяной), получаемой толчением, а не размалыванием. Толокно употребляется многими народами, в том числе в Закавказье и Средней Азии, где толкут (а не мелют) джугару, полбу, маш. Толоконная «мука» отличается от смолотой прежде всего лучшим вкусом, большей питательностью, поскольку в ней сохраняются все фракции зерна, в то время как в смолотой, мельничной муке первые, наиболее питательные обдирные фракции часто идут в отходы.

В силу того что в толокне сохраняются все части исходного растения, толоконную муку можно употреблять в пищу без дополнительной тепловой обработки. На этом принципе построено употребление *камы* (см. с. 702–703, 840), а также применение толокна для диетического и детского питания, где оно может разводиться в теплом молоке без всякого кипячения.

ТОМЛЕНИЕ. Приготовление блюд из мяса, рыбы или овощей при помощи медленного, длительного тушения,

но не на плите или в духовке, при нарастающей температуре, а в русской печи – при медленно падающей температуре или при длительном сохранении одинаковой температуры. Томленое молоко с особым вкусом и красноватым отливом получалось только в русской печи. Все томленые блюда обладали прекрасным вкусом, нежной консистенцией.

Томление иногда имитируют в специальной тиховарке или в духовке, периодически подливая небольшие количества кипятка к тушащимся блюдам и продлевая тем самым процесс тушения, подавляя ускорение выпаривания.

Но такие блюда очень часто получаются невкусными, как бы вываренными, хотя мясо, например, и разваривается столь же хорошо, как и в настоящих томленых блюдах. Однако присущий томлению вкус воссоздать иным путем, кроме подлинного томления в русской печи, не удается.

ТОПИНАМБУР (фр. *topinambour*) – земляная груша – клубневое растение, произрастающее в Сев. Америке. Получило название от одного из индейских племен, употреблявших грушевидные клубни в пищу. До Второй мировой войны в Европе считалось несъедобным. Не обладает ни собственным запахом, ни вкусом. Однако чрезвычайно богато фосфором, что и послужило причиной включения его ныне в оздоровительный рацион. Употребляется в сыром и в вареном виде – как пюре или тертый салат, с добавлением различных придающих запах пряностей (лук, чеснок, петрушка и т. п.). Включен с 60-х годов официально в число блюд французской и международной кухни (пюре топинамбур или т. н. пюре по-иерусалимски, салат, жареный, топинамбур а-ля Морне и др.).

ТОРТЫ. Разновидность сладких пирогов. Первые торты – итальянского происхождения. По-итальянски *кондитер* – это приготовитель тортов – *тортайо.* Известная французская пословица «О вкусах не спорят» по-итальянски звучит «О тортах не спорят». Само слово «торта» означает по-итальянски скрученность, извилистость и имеет в виду замысловатые, извилистые украшения кремом, которые делаются поверх тортов.

Торты – это обычно крупные (иногда очень крупные – до метра в диаметре) кондитерские изделия в форме низкого цилиндра или имеющие эллипсовидную, прямоугольную, треугольную и даже пирамидальную и коническую форму.

Общим внешним признаком для тортов является их декоративно обработанная поверхность, для чего применяются разные, несходные в кондитерском отношении способы, имеющие общей целью создать аттрактивное изделие.

Поскольку торты являются преимущественно парадными, праздничными изделиями, приуроченными к каким-либо событиям в семейной или общественной жизни людей, то их внешний вид, внешние поверхностные, оформительские, декоративные качества играют для людей гораздо большую роль, чем их коренные, существенные свойства. Поэтому в быт и торговлю проникла и укрепилась тенденция различать торты не по типу их приготовления и виду теста, а по названиям, отличающим их видимый, внешний признак: торт шоколадный, фруктовый, кремовый и т. д., а иногда по названиям, которые и вовсе не имеют никакого отношения к кондитерскому существу и скорее скрывают, а нисколько не отражают содержание торта: «Подарочный», «Юность», «Сказка», «Юбилейный» и т. п. – и приняты только с рекламными целями.

Все торты в кондитерском отношении можно разделить на следующие разряды:

1. **НАСТОЯЩИЕ ТОРТЫ, ИЛИ ТОРТЫ, ВЫПЕКАЕМЫЕ ЦЕЛИКОМ.**

Это, по сути дела, сладкие пироги, чаще всего полуоткрытые или закрытые, а также сплошные изделия из куличного теста, которые после выпечки лишь слегка декоративно обрабатываются сверху нанесением *глазури,* накладкой *цитронатов* (см. с. 951) и т. п. Их сладкая часть состоит из варений, орехов, меда, а тесто в большинстве случаев дрожжевое. Этот тип тортов самый лучший по качеству, ибо он вырос из народных национальных сладких изделий в основном восточных народов, приготавливаемых из натуральных высококачественных пищевых материалов путем длительной, тщательной обработки теста и дающих в целом вкусный, полезный, питательный продукт.

2. **ТОРТЫ ИТАЛЬЯНСКОГО ТИПА** (см. *неаполитанский торт*), у которых *тестяная часть* – дно, внешняя оболочка (стенки), а иногда и верхняя крышка – *выпекается отдельно* от сладкой – фруктовой, кремовой – начиночной части и которые заполняются любой начинкой уже в холодном виде. Итальянские торты могут проходить в собранном виде и кратковременную вторичную обработку, целью которой бывает либо сплавить положенные в такой торт разнородные материалы, либо заглазировать их поверхность, заколеровать ее. (О приготовлении основы из теста для тортов итальянского типа см. также *тимбалы.*)

3. **СБОРНЫЕ ТОРТЫ.** Самая распространенная и самая разнообразная группа тортов, приготавливаемых из разных материалов, но по одному способу: они *монтируются из теста разных видов* (тесто выпекается *отдельно* как полуфабрикат, затем накладывается слоями и различно обрабатывается – пропитка, промазка, подпрессовка, нанесение декоративных узоров, глазури и т. п.).

По применяемому тесту эта группа делится на следующие виды тортов:

Французские. Делаются из бисквитного или слоеного теста. Бисквитное тесто может быть с разными вкусовыми добавками (кофе, какао, миндаль) и иметь разный цвет (яично-желтый, светло-коричневый, темно-каштановый). Оно нарезается узкими плашками горизонтально из крупных бисквитов так, чтобы в торте было три (а не два, как это делается у нас) бисквитных слоя. Бисквитные слои пропитываются сиропами, содержащими ром или коньяк, а затем накладываются друг на друга, поочередно промазываясь мармеладом, вареньем, кремами.

Слоеное тесто выпекается сразу тонкими широкими коржами (или еще более тонкими листами). Они не подвергаются ни траншерованию, ни пропитке сиропами, как бисквиты, а прямо накладываются слоями друг на друга; слои промазываются более жидкими – в сравнении с бисквитами – кремами. Слоеное тесто или вафли размягчаются сами постепенно под воздействием нанесенного на них крема, поэтому такие тор-

ты выстаиваются после изготовления не менее 6 часов, чтобы произошла полная пропитка.

Венские. В принципе монтируются так же, как и французские, но для основы тортов используют дрожжевое венское тесто, а в бисквитах, в вафлях и особенно в слоеном тесте применяют промазку из взбитых сливок. Вместо варенья и коньяка для промазки и пропитки используют преимущественно молочно-шоколадные и молочно-кофейные сочетания, комбинации взбитых сливок с яичными кремами.

Вафельные торты. Самый однообразный, «скучный» вид тортов, состоящих из вафель с кофейной или шоколадной плотной и лишенной влаги промазкой, на которую чаще всего идет наскоро приготавливаемая *ганажевая масса* (см. с. 811–812). Эти торты удобнее транспортировать, они долго хранятся, но грубы, однообразны по вкусу.

Песочные торты. Приготавливаются из отдельно выпекаемых коржей-плашек песочного теста, монтируемых затем в торт. Пропитки тестяной основы не производится, но промазка всегда фруктово-ягодная, мармеладная. Сверху такие торты глазируются простой сахарной глазурью, а затем украшаются кремом или аппликациями. Это самый дешевый и «опасный» вид тортов для полных и склонных к полноте людей.

«Жидкие» торты (характерны для Великобритании). На дно глубокого фарфорового блюда (или стеклянной глубокой посуды) кладется слой бисквитного теста, затем все блюдо заполняется кусочками (иногда – обрезками) любой формы и величины от бисквитов, орехового печенья, бабок, в полном беспорядке, так, чтобы между обломками готового печенья было как можно больше зазоров. Когда блюдо заполнено почти до краев, в него заливают вначале коньячный сироп, затем жидкий мармелад и, положив еще ряд кусочков разного печенья, до краев заливают масляно-яичным кондитерским сладким кремом. На поверхность этого торта могут быть положены цукаты, цитронаты, молотые орехи, и торт ставится на сутки в холодильник.

Ни в каких украшениях, ни в какой дополнительной работе этот вид тортов не нуждается – он самый простой по технологии изготовления и один из самых вкусных. В нем отразилось британское презрение ко всякого рода помпезности, к французскому пусканию пыли в глаза, и подчеркнуто значение истинного содержания и вкуса: торт, над декорированием которого не было сделано никаких усилий, оказывается самым вкусным или, по крайней мере, одним из самых вкусных.

Творожные торты. Торты, выпекаемые целиком из творожно-мучной кондитерской массы с добавлением подъемных средств (соды, кремортартара, пекарского порошка). Это вкусные, приятные, полезные торты, поверхность которых покрывается глазурью из белка с сахаром, а затем декорируется точно так же, как и у обычных тортов из теста.

Приемы декорирования тортов.

1. *Глазирование* поверхности (верхней крышки торта) *глазурями,* яичным белком, плотным кремом с последующим подсушиванием.

2. *Аппликации* – наложение готовых декоративных элементов (шариков, листиков, звездочек и т. п.) из шоколада, карамели, цукатов, цитронатов и пр.

3. *Декорирование кремом* (кремами) при помощи *кондитерского мешка, шприца* и набора *корнетов,* с использованием заранее приготовленных трафаретов из бумаги или картона, рисунок которых кондитер повторяет на торте.

ТРЕСКА. Морская рыба с белым плотным мясом: нежным у свежей и хорошо замороженной, не оттаявшей рыбы и суховатым, распадающимся на пластины у рыбы, плохо замороженной, подвергавшейся размораживанию или не совсем свежей, старой. Треска – отварная или тушеная – национальное блюдо норвежцев и исландцев. Для предотвращения вытекания из трески сока при жарении и тушении и распадения ее на пластины при варке исландцы выработали, например, прием обмазки тушки или кусков филе трески перед тушением смесью растительного масла, вина, топленого салабекона, горчицы, перца, соли. Другой прием заключается в обертывании тушки поджаренными листиками бекона и тушении в таком виде с лавровым листом и луком в закрытой жаропрочной посуде в духовке в течение 30 минут. Треска по-исландски подается с отварным картофелем и сливочным маслом. В общеевропейской кухне, а также в русской, треску, как и судака, предпочитают жарить в растительном масле, предварительно запанировав в муке и придав ей гарнир из жареного картофеля и лука.

ТРЮФЕЛИ. Название грибов пирамидальной или ромбовидной формы, растущих в буковых или дубовых лесах под землей (на глубине 5–20 см от поверхности) и обладающих исключительно приятным вкусом и ароматом. Трюфели собирают при помощи специально тренированных собак и свиней. Основное место произрастания – Франция. В России трюфели в начале этого века еще можно было встретить в дубовых рощах Подмосковья, но в связи с загрязнением воздуха и почвы химикатами и особенно в связи с кислотными дождями они ныне практически исчезли.

Трюфелями также называют в России сорт шоколадных конфет, по своей форме и цвету напоминающих трюфели-грибы.

ТУКМАЧИ – салма вятская, вятская лапша, основой которой являются взятые в равных частях пшеничная и гороховая мука. Салма вятская стала русским блюдом с XVI в., после покорения Казанского ханства и входившего в его состав Болгарского государства.

В тесто вятской лапши добавляется конопляный сок (масло) и яйцо. По составу, внешнему виду вятская лапша является полной аналогией итальянских тестяных изделий Fettucine verde, но отличается вкусом из-за наличия конопляного масла (в итальянских феттучини используется оливковое). Тукмачи – один из классических примеров международной кулинарной конгениальности народных, национальных кухонь.

ТУРНЕДО (фр., исп. *tournedos*). Маленькие, в палец толщиной, кусочки вырезки, нарезанные ровно поперек волокон и гриллированные или поджаренные, тушеные. После готовности сервируются плашмя, с украшением из крутых яиц, маслин или кусочков салата, отварных овощей и подаются

с овощными гарнирами. Типичное блюдо французской ресторанной кухни.

ТУРОНЫ. Вид мелкого печенья, сходного с безе, испанского изобретения. В русской кондитерской кухне иногда назывались также «испанским ветром». Туроны содержат муку и меньшее количество яичных белков по отношению к сахару, чем и отличаются от безе по составу, а также требуют иной технологии приготовления.

СОСТАВ

8 яичных белков,
400 г сахарной пудры,
50 г пшеничной муки,
цедра.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Сахар и белки взбивают так, чтобы размер массы увеличился втрое, над теплой плитой. Когда масса готова, добавляют пряности или эссенцию с определенным ароматом и продолжают взбивать ее уже не на плите, а на разделочном столе. К еще не остывшей массе добавляют небольшими порциями муку, тщательно смешивают и через *кондитерский мешок* высаживают различными фигурками на смазанный маслом и подпыленный мукой лист. После осадки теста ему дают подсохнуть и, как только на поверхности туронов образуется корочка, ставят в духовку на легкий жар: либо в предварительно нагретую и выключенную, либо на нижнюю ступеньку и с открытой дверцей. Как только туроны заколеруются, им дают слегка остыть (минут 10), а затем отделяют от листа, ударяя по нему ложкой сбоку – при этом туроны отскакивают сами.

Туроны можно подкрашивать при помощи кофе, какао, шоколада, добавлять лимонную, апельсиновую, миндальную эссенции, придавать земляничный, ванильный, коричный аромат. Их можно использовать как элементы аппликации *тортов.*

ТУТТИ-ФРУТТИ (ит. *tutti frutti* – все плоды; в переносном смысле – всякая всячина). Принятый в международной ресторанной кухне итальянский термин для обозначения какого-нибудь сборного блюда, представляющего собой полный набор разных пищевых продуктов, относящихся, однако, к одному типу: например, полный набор морских продуктов – крабов, креветок, мидий, кальмаров и пр.; салат из различных фруктов – ананасов, персиков, абрикосов, черешен, вишен, слив; или салат из ягод – земляники, малины, клубники и т. д. Когда это касается плодов и ягод, то наименование *«тутти-фрутти»* (все фрукты) не поясняется.

Но когда речь идет о широком наборе пищевых продуктов не фруктовой группы, в меню к названию *тутти-фрутти* делается всегда пояснение – к какому виду продуктов это относится. Так, например, тутти-фрутти дель маре (плоды моря), туттифрутти мясное (мясное ассорти), мороженое тутти-фрутти (то есть разные сорта мороженого, и притом разноцветные).

ТУШЕНИЕ. Широко распространенный во всех кухнях мира тип тепловой обработки, в основном мяса и овощей.

Для тушения продукт (мясо, овощи) нарезается кусочками, которые вначале обжариваются на сильном огне до образования корочки, а затем помещаются в смесь воды и масла, на котором они жарились, и медленно нагреваются под крышкой до полного или частичного выпаривания воды. Тушеные продукты отличаются мягкой консистенцией, хорошим вкусом, дают широкую возможность применения пряностей и приправ, но требуют значительного времени, особенно для мяса – не менее 1–1,5 часов, а иногда и более. Тушению чаще всего подвергают немолодое мясо, и притом непервосортных частей туши.

Тушат также и в духовке – в посуде с закрытой крышкой, в смеси воды и масла, и также не менее 1 часа.

ТЫКВА. Овощное бахчевое растение, мякоть которого используют для приготовления овощных пюре. Вначале тыкву надо нарезать на кубики и отварить под крышкой на медленном огне с небольшим количеством воды до ее полного выпаривания. Протереть в пюре, отделить твердые частички, добавить чуть сахара и щепотку соли. Такое пюре – основа для гарниров и самостоятельных блюд. Необходимо проварить это пюре с небольшим количеством мясного бульона, чтобы снять присущий тыкве сладковатый привкус, и добавить либо муки, либо каши (манной, пшенной, рисовой) или же картофельное пюре. Обязательно также введение лука, петрушки, сельдерея, чеснока и легкое подперчивание или добавка томатного сока, соуса, пасты.

ТЭТМЬЁЛЬК (или «длинное молоко»; швед, *tatmjolk,* исл. *langur mjolk*). Кисломолочный продукт, приготавливаемый в странах Скандинавии (Норвегии, Швеции, Исландии), а также в Швейцарии и возможный во всей планетарной Субарктике и в высокогорных областях Центральной Азии (Монголии, Туве), где произрастает несколько видов растения пингуикула (*Pinguicula vulgaris*), которое отличается от других растений тем, что поедает садящихся на него насекомых. В России это растение встречается только на Кольском полуострове.

«Длинное молоко» приготавливается посредством внесения в теплое, подогретое до 36–42 °С цельное овечье, козье или коровье молоко сока указанных растений, пучком которых натирают внутреннюю поверхность емкости (горшка, кастрюли, банки, бочки), куда заливают молоко.

Вследствие взаимодействия с соком растения молоко довольно быстро свертывается в полужидкую тягучую массу, трудно поддающуюся разрыву. Взяв пальцами частичку «длинного молока», можно вытянуть из него «нитку» длиной почти до полуметра, пока она не разорвется.

«Длинное молоко» известно в Скандинавии почти 1000 лет. Однако лишь недавно его производство было поставлено на промышленную основу. Исландские биологи доказали, что сам по себе сок указанных растений не имеет никакого отношения к свертыванию молока и что оно достигается бактериями и грибками, приносимыми насекомыми, паразитирующими на растениях. Именно микрофлора вызывает особый вид свертываемости, подобно тому как сычужная закваска вызывает специфическую свертываемость молока при производстве сыров.

ТЮРЯ. Холодное суповое жидкое блюдо русской и белорусской кухни. Основой в тюре является квас – ее жидкая часть. Твердой частью служит хлеб (черный), лук, соль как обязательные компоненты. К ним может добавляться тертая редька. Возможны и молочные тюри: в простоквашу крошатся отварной картофель, лук, чеснок.

Тюря – простое, быстро приготавливаемое, но полезное и, при правильном умелом соблюдении пропорций всех компонентов, вкусное блюдо.

- У -

УИПС (от англ. *whip* – кнут, хлыст). Взбивное десертное блюдо английской кухни, которое получило с начала XIX в. собственное название для отличия от взбивных блюд венской кухни, признанных классическими и основанных главным образом на взбивании сливок или имевших сливки одним из основных компонентов смесей. В уипсах обходятся без сливок – яйцами, соком цитрусовых и вином или ромом. Кроме того, уипс имеет, по сути дела, один – основной – рецепт (остальные рецепты разнятся лишь ароматическими добавками).

СОСТАВ

200 г сахарной пудры,
2 апельсина,
1 лимон (сок и половину цедры от него),
90 г виноградного вина,
1 ст. ложка рома,
6 желтков,
4 белка,
8 г желатина (в пудре).

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Сахарную пудру, цитрусовые, вино и ром смешивают и взбивают с желтками над огнем до загустения, после чего добавляют желатин, взбитый с белками в плотную пену. Полученную массу выкладывают в блюдо-форму, смазанную миндальным маслом или водой с добавлением миндальной или иной *эссенции* (например, земляничной) – для придания аромата в основном белковой пене, которая сама по себе безвкусна.

УКРОП. Пряное огородное растение, трава, широко используемая в качестве ароматической приправы во всех кухнях мира и практически во всех видах блюд, кроме десертных. В русской и западноевропейской кухнях укроп используется в основном в салатах и супах; в финской и прибалтийской кухнях – в рыбных блюдах, причем в большом количестве, как один из главных компонентов; в восточных кухнях применяется меньше и, как правило, в мясные тушеные блюда и кисломолочные. В русской кухне укроп – одна из основных пряностей, применяемая во всех видах солений (огурцов, помидоров, грибов). Для солений применяются исключительно старые стебли укропа, отцветшие и начавшие высыхать, с семенами. Укроп хорошо сохраняется в сушеном виде и полуконсервированном (с солью) в герметически закрытой посуде.

УКСУС (или уксусная кислота). Продукт естественного скисания виноградных сухих вин или искусственно изготовляемый путем сбраживания спиртов и углеводов. Уксус – широко применяемая в кулинарном деле приправа, но ею следует пользоваться очень осторожно. На практике лучше всего избегать применения уксуса там, где это возможно. Совершенно необходим уксус только при приготовлении маринадов, а также как дополнение при подготовке горячих мясных и рыбных блюд, в качестве компонента, помогающего их ферментации.

Обычно в продажу уксус поступает в виде эссенции 80-процентного содержания либо в виде 6-процентной столовой уксусной кислоты (иногда 3% и 9%). Во всех случаях промышленный уксус для кулинарного употребления следует разводить до 3-процентного, что считается нормальным с точки зрения восприятия уксуса органами осязания и желудком. Но и после разведения промышленный уксус следует еще кулинарно обработать, то есть настоять его одну-две недели на пряных травах: укропе, базилике, чесноке, петрушке, сельдерее, эстрагоне или смесях пряностей, которые иногда подбираются по определенному признаку в зависимости от дальнейшего употребления уксуса в блюдах (со сладковатой или островатой вкусовой гаммой, например с употреблением имбиря, красного перца, цедры, корицы и т. д.). Существуют сотни рецептов настоя уксуса на пряных травах, но все они, по существу, варьируют одни и те же растения, меняя лишь их дозировку и время выдержки. Чем дольше настаивается уксус, тем он лучше – крепость его уменьшается, смягчается острота, а вкус и аромат усиливаются и улучшаются.

Уксус в обработанном виде применяется в маринадах, при солении грибов, в мясных и рыбных блюдах, салатах, винегретах, как приправа к студням, заливным, холодцам, но его применение следует строго ограничивать технологически неизбежным использованием как катализатора в процессе приготовления, а не в сыром виде как острой приправы.

УЛИТКИ. Мягкотелые, используемые в пищу во всех странах Южной Европы, где имеются виноградники. В пищу идет так называемая виноградная улитка, питающаяся молодой, нежной листвой некоторых плодовых и ягодных растений. Подобные улитки, живущие на листве приречных кустарников, например на иве, тальнике, ольхе, распространены и в средней полосе, но в пищу не используются. Только в Латвии регулярно собирают их в парках у ручьев, в садах и экспортируют в страны Западной Европы как деликатес, хотя само население Латвии этих улиток не употребляет.

Для препарирования улиток необходим острый инструмент и соответствующая посуда (см. *эскарготьерка*). Они могут быть легко отваренными и обжаренными в панированном виде во *фритюре* (см. с. 68, 944).

Улитки – постоянный элемент в меню ресторанов болгарской, румынской, греческой и югославской кухонь и почти обычное блюдо французской кухни.

Основная особенность технологии приготовления улиток состоит в том, что их предварительно отваривают в воде, а затем тушат в течение почти часа в виноградном вине с маслом и овощами.

На 2 кг улиток – 0,5 кг лука, 150 г масла и 150 г виноградного вина. Помимо этого, к блюдам из улиток добавляют грибы или помидоры и пряности.

УРАМА. Татарское наименование *хвороста* в виде лапшевидных спиралек. В переводе означает «спираль»; заимствовано из русской и украинской кухни. (См. *вергуны.*)

УСТРИЦЫ. Блюдо французской и бельгийской кухни. Как ресторанное блюдо получило международное распространение. В дореволюционной России – закусочное блюдо имущих слоев, для него использовалось привозное французское сырье. В советское время блюдо не привилось даже в ресторанах. Предпринятый в 70-х годах ввоз устриц из Кубы (как и лангустов) пришлось прекратить из-за полного отсутствия спроса на эти продукты со стороны населения. Сыграло роль полное отсутствие соответствующей кулинарной практики, привычки, а также известная брезгливость, поскольку устрицу надо есть живой. Но вместе с тем и незнание, как обращаться с этим продуктом, как к нему подступиться и как использовать, имело, несомненно, решающее значение.

Устрицы, предназначенные для еды, должны быть живыми; если это условие не соблюдено, значит, продукт испорчен и его нельзя есть. Первым показателем свежести устриц является плотно закрытая раковина: если в ней есть хотя бы крохотная щель, значит, устрица протухла. Открывать устрицу надо специальным устричным ножом, а если его нет, то узким медицинским скальпелем. Его надо ввести в том месте, где створки соединяются замком, и провести по центру устрицы с плоской стороны раковины, где располагается мышца, запирающая створки. Как только устрица откроется, надо коснуться того края ее мантии, где едва различима темноватая линия ресничек: если устрица жива, ее тело дрогнет, если останется неподвижной, значит, она мертва и хотя еще и не протухла, но в пищу все равно не годится. При вскрытии устриц их надо всегда держать не просто в руке, а в салфетке – это предотвращает выскальзывание и устриц, и ножа.

Едят устриц просто: сбрызнув лимонным соком, устрицу просто «выпивают» с выгнутой, углубленной стороны створки и заедают черным хлебом (который ради устриц ввозят во Францию). Запивают устриц либо сухим белым вином (во Франции – шабли), либо светлым пивом (бельгийская Фламандия, Голландия).

Выпускаемые рядом стран консервированные устрицы – это уже отваренный или обжаренный полуфабрикат, который применяют, подобно крабам и мидиям, в салаты, супы, винегреты в мелконарезанном виде. Но эти устрицы не дают никакого представления о вкусе живых, настоящих устриц.

УСЯНМЯНЬ. Китайская составная пряность, так называемый «порошок пяти специй», в который входят корица, укроп, гвоздика, бадьян и солодковый корень (желтый корень, или уральская солодка).

Эта пряная смесь имеет пряно-сладковатый, особый аромат, сообщающий «китайский колорит» большинству китайских блюд, поскольку она применяется как к мясу (особенно свинине), так и к домашней птице (утке), и к десертным блюдам, состоящим из фруктов и риса.

Усянмянь – «мягкая», нежная приправа. Она как бы противостоит другой китайской приправе, предназначенной для блюд из морепродуктов и являющейся «сильной» пряной добавкой (*хуацзея* (см. с. 949) – «смесь четырех специй»: лука, перца, имбиря и бадьяна).

УТКА. Домашняя и дикая птица, предназначенная в основном для жарения и тушения (в отваренном виде менее вкусна). Вследствие этого утка дает хорошее, вкусное блюдо в тех национальных кухнях, где традиционные кулинарные приемы способствуют наилучшему выявлению качеств ее мяса и где употребляются такие добавки, которые в процессе приготовления поглощают жир утки, нейтрализуют его или ликвидируют действием пряностей и ароматических приправ специфический запах, особенно у дикой птицы (см. *ыштыкма*).

Классическими являются блюда из утки в западноевропейской и китайской кухнях, где существует несколько различных способов приготовления утки, весьма отличных друг от друга. Наибольшую международную известность получила утка по-пекински *(Бей-Инг-Као-Я)*.

Приготовление этого блюда практически возможно только в Китае, поскольку для этого берутся специально откормленные утки определенного веса (2–3 кг), используется специальная духовка, оборудованная крючками для подвешивания уток и лотками для собирания стекающего жира, но главное, используются такие приемы холодной обработки утки, которые требуют специальных навыков и ловкости (например, вдувание воздуха через очищенный зоб внутрь утки, удаление внутренностей не через брюшную полость, а через разрез под правым крылом, промывка утки изнутри водой через анальное отверстие и наполнение утки водой перед гриллированием в печи, а также специальная обработка ее кожи до посадки в печь).

Эта обработка кипятком и соевым соусом, производимая двукратно, длится фактически двое суток с двумя перерывами по 12 часов, требующимися для подсыхания кожи естественным образом без вытирания ее или подсушивания.

Уже одно это показывает, что приготавливать таким образом один или два-три экземпляра утки просто нерентабельно,– необходимо по крайней мере изготовлять по две-три сотни тушек уток, чтобы был занят целый рабочий день без простаивания. Поэтому утку по-пекински даже в самом Китае можно получить только в крупнейших ресторанах, которым по плечу подобное блюдо – и с точки зрения квалификации поварского состава, и с точки зрения рентабельности.

Само обжаривание утки занимает 30–40 минут и не представляет никакой сложности, но ее холодная обработка требует много сил, профессионального умения, аккуратности и выдержки.

Весьма показательно, что те описания рецептуры утки по-пекински, которые публикуются иногда в других странах или в международных ресторанных справочниках, даже отдаленно не напоминают настоящее китайское блюдо этого названия и опускают существеннейшие приемы обработки либо по незнанию, либо ввиду их кулинарной невыполнимости при существующем уровне подготовки поварского персонала в европейской кухне.

Неудивительно, что утка по-пекински считается лучшим в мире блюдом из утиного мяса. Но попробовать ее можно

лишь в исполнении китайских поваров, да и то только в одном-двух первоклассных ресторанах Пекина или Шанхая.

В Средней Азии и особенно в Закавказье уток и гусей практически не принято употреблять в пищу. Наоборот, в Белоруссии, на Украине, в Литве утка и особенно гусь – любимое и даже праздничное блюдо. Однако не всегда его вкусно приготавливают, что объясняется отсутствием у молодого поколения прежних кулинарных навыков.

В Китае, как мы видели выше, утка в силу сложности ее традиционной обработки уже много веков – блюдо парадной кухни, которое готовят изредка, но в массовом количестве на предприятиях общественного питания, оснащенных соответствующим оборудованием и работающих на крупные государственные или общественные заказы (например, приготовление утки по-пекински для государственных приемов, где присутствуют сотни, а порой и тысячи гостей). В России же, Белоруссии, на Украине утка, как и другие изделия из крупной дичи птицы, всегда была традиционно домашним, типично семейным блюдом, что не в последнюю очередь объясняется тем, что птицу, и особенно утку, при семейном обеде удобно делить на порции, удобно использовать получающиеся во время ее приготовления побочные продукты, особенно жир.

Однако сокращение семейного приготовления пищи автоматически привело к забвению блюд из утки, а приготовление в сети общественного питания, где ее в сыром виде режут на порции (что резко снижает качество, искажает вкус), дискредитировало утку в столовых и сделало ее нелюбимым и нежелательным блюдом.

То, что утки ныне поступают в торговую сеть мороженными, и неумение их правильно оттаивать, наряду с незнанием рецептуры и наиболее рациональных форм приготовления, также не способствует укреплению традиций готовить блюда из утки.

Размораживают утку медленно, при комнатной температуре, причем, если она помещена в пакет, его не снимают, а лишь вскрывают. Как только птица оттает, ее немедленно нужно готовить: очистить, срезать лишний жир в брюшной части (если надо – слегка опалить), затем натереть сильно смесью соли, перца, майорана, тмина изнутри. Распустив немного жира с подсолнечным маслом в сковородке, обжарить утку равномерно со всех сторон до полного колерования, не оставляя никакого необжаренного места.

Подготовленная таким образом птица кладется в жаропрочную утятницу – на одну сторону груди (например, на правую), а через 15 минут переворачивается на другую (левую), еще через 15 минут кладется на спинку и снова тушится 15 минут при закрытой крышке. При этом при каждом переворачивании ее надо обильно поливать соком, образовавшимся в утятнице. После обжаривания на спине проверяют степень готовности: большой иглой слегка прокалывают кожу утки на месте соединения горла с грудью. Если выступает светлая и чистая капля сока, то утка готова. Ее следует вновь полить соком и жиром и оставить в духовке без крышки заколероваться со всех сторон. После этого обмазывают равномерно перышком, смоченным в ледяной воде и затем в коньяке, и вновь на пару минут ставят в духовку, чтобы добиться хрустящей корочки, и подают к столу.

В процессе жарения утки в утятнице вместе с ней можно тушить картофель и капусту, антоновские яблоки – либо в той же посуде, если она достаточно широкая, либо в посуде рядом, отливая туда излишки сока и жира от утки и используя ранее срезанный жир. Яблоки и картофель можно тушить и внутри утки, но в этом случае они будут не столь вкусными, а порой и безвкусными, и, кроме того, мясо утки может сделаться более влажным. (Если утка старая, то лучше тушить ее не по 15, а по 20 минут на каждой стороне.)

УХА. Русское национальное рыбное горячее жидкое блюдо. Уха отличается от рыбных супов и других рыбных суповых блюд русской кухни (*ботвиньи, юрмы, кальи, солянки* – см. с. 445–446, 795; 741–742, 970; 456, 840; 458–460, 925) как технологией приготовления, так и составом и композицией продуктов.

В уху в принципе должна идти только свежая, свежепойманная или даже живая рыба (например, в стерляжью уху). Вторым отличием ухи является ее приготовление только из одного сорта рыбы – отсюда уха всегда называется по названию рыбы соответствующей породы: стерляжья, окуневая, осетровая, судачья, сиговая. При этом в уху идет только так называемая сладкая (или «белая») рыба, но совершенно исключаются такие сорта, которые относятся к «черной» рыбе по русской народной номенклатуре, то есть не годятся для ухи лещ, пескарь, уклейка, плотва, налим, щука, из которых можно готовить лишь *рыбный суп.*

В ресторанной практике иногда принято варить уху на рыбном бульоне из костистой рыбы, или головизны, затем процеживать этот бульон и доваривать в нем филе от хороших сортов рыбы – либо красной, осетровой, либо судака. Такое блюдо нельзя назвать ухой – это типичный суп типа *дюме,* использующий приемы французской кухни, приспособленной к варке мясных бульонов, в принципе противоречащих ухе как блюду, основанному на быстрой варке свежего и однородного сырья.

В настоящую уху не кладутся овощи, кроме лука (целой луковицей) и в редких случаях – одной-двух целых картофелин, да и то тогда, когда уха готовится уже из снулой рыбы, хотя и выловленной недавно, но уже не живой.

Видами русской региональной ухи, распространенной лишь в определенных районах страны, являются уха из снетков (или чудская уха) в Псковской и Петербургской областях и уха из сущика – мелких сушеных в русской печи окуньков и ершей, которая распространена в Карелии, Архангельской области и в примыкающих к ним районах Вологодской области. Эти два вида русской ухи обладают своим особым, неповторимым вкусом и также приготавливаются без всяких наполнителей как чистые бульонные прозрачные супы, только с луком. Все виды ухи готовятся очень быстро – от 12 до 20 минут кипения. Свежую рыбу для ухи не очищают от чешуи, а кладут в холодную воду, и при ее медленном нагревании чешуя распускается без остатка, давая ухе ее особый навар и вкус.

УШКИ. Поварское и отчасти бытовое старое наименование мелких пельменеобразных изделий из лапшевого теста небольших размеров и упрощенной формы (треугольнички), начиненных чаще всего жареным луком и грибами. Использовались в качестве засыпки в литовские борщи, применялись в основном в старолитовской, польской и белорус-

ской городских кухнях. Тесто под ушки, в отличие от пельменей, нарезалось не кружками тонким стаканом, а небольшими квадратиками, что ускоряло и упрощало приготовление ушек. Это было чисто формальное, внешнее отличие. Ушки, приготовленные с мясным фаршем, фактически напоминали литовские колдуны (колтунаи) и отличались лишь менее тщательной отделкой и худшим составом начинки.

Таким образом, ушки можно считать упрощенным, приспособленным для менее зажиточных слоев вариантом пельменей и колтунай.

- Ф -

ФАЗАН. Птица, относящаяся к семейству куриных. В древности была завезена из Персии в Европу и распространилась на территории стран, входивших в Римскую империю. Ныне в диком виде встречается в Закавказье, Прикаспии, в Средней Азии, Казахстане и Киргизии, а также в Уссурийском крае, в Приморье на Дальнем Востоке. Последние годы фазанов успешно разводят в вольерах, на фермах.

Фазан принадлежит к дичи, отличающейся высокими гастрономическими качествами своего мяса, сочетает легковаркость, характерную для всех куриных, с ароматом и вкусом дичи, обладает необходимой упитанностью и поэтому в отличие от большинства дичи не нуждается в *шпиговании* (см. с. 960) и *маринование* (см. с. 217, 864). Фазанов обычно жарят на противнях или в лотках, поливая стекающим с них соком, а также приготавливают фаршированными (фруктами и рисом), используют сухие виноградные вина, а также кальвадос для смеси с подливкой.

Блюда из фазана принадлежат к французской, грузинской, азербайджанской и иранской кухням как парадные блюда. В Узбекистане и Таджикистане мясо фазана, отделенное от костей и кожи, используется в плове.

Лучшим по своему мясу считается кавказский фазан. В торговле появляется в сезон с октября по середину января.

Блюда из фазана входят в номенклатуру лучших ресторанных блюд международного класса: жаркое из фазана, фазаньи грудки (филе), паштет из фазана (в него идут обрезки мяса с крыльев и ног, горла и ливер).

ФАЛЬШИВЫЙ ЗАЯЦ. Блюдо немецкой кухни (см. *заяц фальшивый*).

ФАРШ (фр. *farce*). Термин, применяемый для обозначения всякого сырого молотого мяса, независимо от того, какому животному оно принадлежит, теплокровным или рыбам. Поэтому различают мясной фарш, именуя его всегда по виду животного, мясо которого фаршируется: свиной фарш, бараний фарш, телячий фарш; птичий фарш – куриный, гусиный, утиный, перепелиный, воробьиный, куропаточный; рыбный фарш, обозначающий как бы все сорта рыбы, но на самом деле изготавливающийся только из частиковых и морской рыбы, поскольку из ценных пород рыб фаршей никогда не делают.

Мясо крабов, раков, лангустов, омаров, а также кальмаров, голотурий, трепангов никогда не превращается в фарш, то есть не измельчается в сыром виде, так как это может привести к резкому ухудшению качества мяса (его подвергают тепловой обработке целиком). Оно, как и другие виды мяса, может быть превращено в фарш после отваривания, но в таком случае оговаривается, что речь идет о *фарше из отваренного мяса.*

Фарш получают, в основном, пропуская мясо через мясорубку. Причем всегда должно быть указано, через какую решетку (особенно в рецептах блюд восточной кухни) пропускается мясо – крупную, или мелкую, или же с трубкой (для самых тонких фаршей). Но фарш может быть и рубленым, то есть получаться без помощи мясорубки.

Из овощей фарши не делают – их либо мелко секут, если они сырые, либо толкут, если они вареные, в результате чего получается уже не фарш, а более тонкая среда, называемая *пюре* (см. с. 912).

Измельченные же овощи, но прошедшие затем тепловую обработку, дополненные пряностями или приправами, образуют группу пищевых изделий, носящих в кулинарной практике нашей кухни и торговли условное название «икра» (например, баклажанная икра, кабачковая икра), принятое по аналогии со степенью измельченности настоящей, рыбьей икры.

ФАРШИРОВАНИЕ. Приготовление *начинок* (см. с. 72–74, 888) и использование их в блюдах и изделиях. Русский термин, соответствующий фаршированию, – *чиненые.* «Чиненый» – значит фаршированный. «Куря чиненая», «тыква чиненая» известны с XVII в. Фарширование предполагает наличие какого-либо целого, неповрежденного, с замкнутой оболочкой пищевого продукта (например, целой курицы, утки, гуся, индейки или целой тыквы, кабачка, целой рыбины – щуки, карпа). Его внутренняя полость освобождается от естественного заполнения (внутренностей, семян) и начиняется какой-либо начинкой, приготовленной из других пищевых материалов (овощей, фруктов, зерна) или из части тех же пищевых материалов (мяса, рыбы, птицы), но измельченных и сдобренных пряностями, чтобы по вкусу они отличались от основной пищевой оболочки. Фарширование может быть *полным,* когда используют лишь внешнюю оболочку того или иного продукта (например, только кожу курицы или щуки), а в начинку идет мясо этой птицы или рыбы, превращенное в фарш и перемешанное с другим продуктами – рисом, сухофруктами, свеклой, луком и т. п. Фарширование может быть *обычным,* обыкновенным или *естественным,* когда фаршем просто заполняется какая-либо естественная полость (например, желудок, сычуг коровы, теленка или овцы, или же вместо внутренностей утки, гуся помещаются целые яблоки) и, следовательно, подготовительные операции по фаршированию сводятся до минимума, определяются естественной потребностью просто заполнить пустоту и тем самым облегчить тепловую обработку продукта. Наконец, фарширование может быть *частичным,* когда в тот или иной продукт фарш вводится как побочный компонент, составляющий меньшую часть данного блюда, или же фарширование не предполагает пронизывания основного сырья на всю глубину.

Так, например, частично фаршированными могут считаться *рулеты, запеканки, зразы* (см. с. 828, 831, 916), где фарш составляет узкую прослойку, едва заметную внешне, а во вкусовом отношении создающую лишь легкий акцент блюда. Частичным фаршированием может считаться и внесение

небольшого количества начинки из чеснока и сельдерея в неглубокий разрез баклажанов, предназначенных для соления.

Фарширование чрезвычайно широко применялось и все еще применяется во французской кухне, оказавшей в этом отношении огромное влияние на всю западноевропейскую кухню, и особенно на немецкую. В XVIII и XIX вв. фарширование во французской кухне нередко превращалось в самоцель, поскольку этому приему подвергались в той или иной степени почти все блюда. Само понятие поварского искусства ассоциировалось с умением фаршировать все что угодно. С конца XIX в. и особенно в XX в. стали ценить неповрежденный, натуральный продукт и фарширование стало отождествляться со стремлением к фальсификации блюда – поэтому фаршированных блюд стали избегать как повара, так и потребители.

Во всех национальных кухнях тем не менее сохранились и сохраняются неизменными естественные фаршированные блюда. Именно они стали сегодня все более ассоциироваться с праздничными, торжественными, традиционными – поэтому и фаршированный антоновкой гусь, и индейка с картофелем и маринованными вишнями или сливами, и курица с рисом и курагой остаются вечным памятником лучших произведений национального кулинарного искусства и композиции и приняты как в Европе, так и на Востоке в качестве парадных блюд у разных народов.

ФАСОЛЬ (греч. *φασόλι*). Бобовое растение, зеленые стручки которого и зрелые зерна используются как в самостоятельных блюдах (лобио, фасолевые взбивные каши, пюре, консервы), так и в качестве добавок в супы, овощные гарниры, салаты из отварных овощей. Фасоль имеет огромное количество культурных сортов, каждый из которых отличается цветом, и за этим внешним различием скрывается существенная разница во времени варки, что имеет определяющее значение при приготовлении блюд из фасоли.

Первым и основным правилом приготовления фасолевых блюд является поэтому строгое распределение фасоли по сорту и цвету. Смешивать и варить вместе разные сорта крайне неудобно, и, кроме того, это всегда отрицательно сказывается на качестве таких блюд.

В целом фасоль – самое капризное и самое трудноваркое бобовое. Но зеленая стручковая, то есть недозрелая фасоль варится быстро и хорошо. Более скороварки, чем другие сорта, болгарская карликовая белая фасоль, украинская пестрая, мексиканская красная и кубинская черная фасоль. Долговарки – американская крупная, белая флажоле, украинская белая (обыкновенная).

Фасоль надо варить в холодной воде так, чтобы вода едва покрывала ее верх, на очень маленьком огне, не трогая и не мешая.

Вследствие того, что фасоль любого вида варится дольше всех других овощей, дольше рыбы и мяса, отварную фасоль приготавливают даже для супов отдельно и лишь затем, когда суп готов, вводят ее.

Точно так же отдельно готовят фасоль и для овощных каш и гарниров, смешивая ее с другими овощами уже в готовом, сваренном виде.

Солят фасоль лишь после полной ее готовности и даже после полного завершения приготовления фасолевого блюда. Так, например, фасолевые пюре солят только после пюрирования фасоли, а не после окончания ее варки.

В качестве вкусового акцента фасоль требует лука, помидоров, чабера (особенно последнего; недаром в ряде языков чабер носит название «бобовая пряность»). Взбитое пюре фасоли хорошо воспринимает масло – растительное и сливочное. Белые сорта фасоли лучше предварительно вымачивать в холодной *кипяченой* воде, а затем уже отваривать. В холодной воде (не кипяченой) вымачивать фасоль надо осторожно, лишь при условии пользования мягкой водой, без солей. Иначе соли проникают в фасоль в процессе вымачивания и препятствуют ее развариванию, делают ее хрупкой и твердой.

ФИЛЕ (фр. *filet*). Термин, который имеет широкое значение, но которым обычно обозначают лучшую, самую нежную и вкусную и самую дорогую часть мяса домашних животных, птицы, дичи и рыбы.

У свинины, телятины и говядины филе называют либо *вырезку,* либо часть между вырезкой и покромкой (филе в узком поварском смысле).

У птицы и пернатой дичи филе считается грудка (два филе), а у рыбы – спинная часть.

Филе, как бы его ни толковали (и в широком, и в узком смысле), всегда идет на приготовление целых натуральных блюд – куском (бифштексов Шатобриан, *турнедо,* жаркого, *ростбифа, миньонов* и т. д.).

При зажаривании настоящего филе-вырезки на сковороде нельзя ни в коем случае отбивать мясо и надо стараться жарить очень быстро, на каждой стороне по 2,5–3 минуты, чтобы покрыть весь кусок равномерной коричневой корочкой. При этом надо жарить в предварительно раскаленном масле, но ни в коем случае не поливать маслом сверху, как это делается у некоторых видов жареных и духовых мясных блюд.

После того как на большом огне корочка образовалась (и прошло не более 6 минут с начала обжаривания), сковороду с мясом снимают с огня и закрывают крышкой, дав постоять так 2 минуты. Только после этого солят, перчат и сервируют. Таким образом, на приготовление филе на сковороде уходит 10 минут и на гриллирование из филейной части (или вырезки) бифштексов Шатобриан также 10–12 минут. Внутри мясо остается в обоих случаях розоватым, сочным, но без вкуса и запаха сырого мяса.

ФИНОЧЧИ (ит. *finocci*) – отварные кусочки стебля фенхеля (см. книгу «Поваренное искусство и поварские приклады», с. 410), обжаренные в кляре. Блюдо (или гарнир) тосканской, а позднее и австрийской кухни.

ФЛАМБИРОВАТЬ (от фр. *flamber* – опаливать). То есть обжечь пламенем. Термин означает такую завершающую стадию поварского приготовления, когда для придания окончательного вкуса и в не меньшей степени для соответствующего торжественного кулинарно-декоративного эффекта блюдо, уже поданное на стол, обливают небольшим количеством спирта или коньяка и поджигают.

Так, например, поступают с мясными блюдами из *вырезок, филе* (см. выше), с некоторыми блюдами из дичи, особенно из крупной птицы – фазанов, турачей, дроф, – и с некоторыми

кондитерскими блюдами, где обливается не само кулинарное изделие, а посуда, вернее, ее край (спирт или коньяк наливаются по ободу посуды, как бы образуя кольцо), так что огонь как бы охватывает на мгновение изделие, но не причиняет ему никакого вреда (горячие фламбированные фрукты).

Фламбирование всегда было высшим кулинарным шиком, к которому могли прибегать лишь высококвалифицированные специалисты, поскольку этот прием весьма рискован и требует особенного навыка, а также высокого качества сырья (коньяков лучших марок с содержанием спирта выше 40° или рома).

Для фламбирования нужна спиртовка и специальная сковорода с длинной ручкой. Спирт подливается со стороны, сбоку неглубоким половником, а сковорода с блюдом, нагретая предварительно, вращается над спиртовкой таким образом, чтобы пламя со спиртовки перешло на края сковороды. Если пламя вздымается слишком высоко, то его тотчас гасят, закрывая блюдо крышкой, которая входит в комплект для фламбирования и обеспечивает плотное прилегание к сковороде и мгновенное угасание пламени.

Вообще же, во избежание всяких неожиданностей, даже профессиональные повара предварительно проверяют на кухне, как ведет себя в данном блюде данная жидкость, избранная для фламбирования, и как работает спиртовка.

ФЛАНЫ (фр. *flan*). Один из видов приготовления тортов, широко распространенный в XVIII и XIX вв. во французской и западноевропейской кухне и используемый также в России, особенно в середине XIX в.

Суть его состоит в следующем: из сдобного сахарного теста или из *бриошного* и *растворчатого,* используемого для приготовления бабок, выпекают в форме нечто вроде основы, которая носит название флана. Для этого форму, смазанную маслом, заполняют тестом до половины и выпекают так, чтобы оно поднялось до краев формы. При этом середина формы вследствие недостатка теста вздувается пузырем и под ним образуется полость.

Именно этот «пузырь» срезается, полость еще более расширяется и обравнивается ножом, и остающийся флан являет собой как бы тестяной цилиндр с дном (иногда и дно вычищается от теста, если оно пригорает, и флан превращается в цилиндр). Этот цилиндр смазывается изнутри мармеладом и гарнируется разными кондитерскими гарнирами: абрикосами с заварным кремом, глазированными фруктами, яблоками с рисом, меренгами. Иногда все это смазывается сверху кремом, глазурью и колеруется в духовке в течение 2–3 минут, а иногда фланы заполняются по-холодному – мороженым, мармеладами, желе, маседуанами, цитронатами.

ФЛЯКИ (польск. *flaki* – требуха). Польское национальное блюдо, в основе которого – рубцы (рубец – первый, самый большой отдел желудка жвачных животных). Для фляков рубцы тщательно чистят, скоблят, промывают в холодной и теплой воде, два-три раза дают вскипеть, снова сливают воду и снова дают вскипеть, вновь чистят, скребут и только после этой предварительной обработки варят не менее 5 часов. Именно в этом залог получения из рубцов вкусного блюда. При этом рубцы варят не в воде, а в предварительно подготовленном костном бульоне, и к концу варки в загустевший бульон кладут овощи, которые должны свариться к моменту полной готовности рубцов. Ровно столько же овощей (морковь, брюква, сельдерей), нарезанных соломкой, обжаривают в масле и тушат до мягкости, загущая это тушение масляно-мучным соусом, а затем разводя слегка костным бульоном. Далее обе части овощей (отварных и тушеных) соединяют, а совершенно разварившиеся рубцы режут длинными узкими полосками и еще 30 минут варят в бульоне, после чего гарнируют смесью овощей. Только после этого фляки солят, перчат и подают вместе с пряностями (перцем красным, майораном), которые употребляют во фляки по вкусу. Одновременно к флякам подают тертый острый сыр – зеленый или типа брынзы.

Таким образом, фляки в конечном счете представляют собой как бы второе отварное или полутушеное блюдо вместе с жидкостью густой суповой консистенции. Иногда этот навар уваривают до выпаривания или же сливают, если он вследствие нетщательной предварительной обработки рубцов имеет какой-либо побочный запах.

Чем тщательнее обработаны фляки, тем они вкуснее.

ФОНД (фр. *fond* – основа, основание). Поварское профессиональное наименование основных соусов, на основе которых приготавливается ряд других. Во французской кухне фонд – это подливка, получаемая при жарении мяса или рыбы из смеси животного сока и масла и остающаяся на сковороде после жарения.

В домашнем хозяйстве эти остатки невелики и их не утилизируют, а счищают. В ресторанной же кухне они являются основой для приготовления разных соусов. К ним обычно добавляют муки, воды и проваривают. Этот базовый состав и называется «фонд». Придавая ему пряности, соль, приправляя томатной пастой, сметаной, яйцами и сливками, получают практически любой соус.

ФОНДАН (фр. *fondant* – расплавляющий). Кондитерское название леденцовой расплавленной массы. Сахар 11-й пробы (см. *сахар*), перед карамельной. Фондан отливается в гипсовые или талько-крахмальные формы, в специальные низенькие плоские ящики. Этот термин часто встречается в кондитерских рецептах, относящихся к XIX и первой половине XX в.

ФОНДЮ (фр. *fondu* – плавленый). Главное и практически единственное национальное блюдо швейцарцев. Для его приготовления применяется специальная жаропрочная посуда, укрепленная над спиртовкой, а также длинные, с деревянными ручками (чтобы не нагревались) вилки. Фондю приготавливают в торжественные моменты или часы досуга, когда никто не спешит и вся семья или близкие друзья собираются вместе на трапезу. Именно определенное настроение, чувство единства, общности, которое возникает (или должно возникать) во время этой трапезы, является важным компонентом в приготовлении фондю как национального блюда. Само же по себе оно несложно. В посуду, имеющую вид широкой супницы, наливается полтора стакана сухого местного белого (рейнского) вина, которое подогревается на спиртовке, и в него всыпается вдвое большее по весу (600 г) количество тертого сыра, обычно не одного, а двух сортов, чаще всего грейера и *эмменталя* (см. с. 967), и размешивается так, что

сыр распускается в вине. После этого в посуду добавляется три-четыре чайных ложки картофельной муки, разведенной в вине, что способствует загущению фондю. Затем каждый из участвующих в трапезе насаживает на вилку кусок хлеба и обмакивает его в пенящуюся массу фондю, в результате чего хлеб покрывается как бы толстой «рубашкой» из сыра. К массе фондю добавляются разные пряности, обычно чеснок (им смазывается посуда перед заполнением ее вином) и мускатный орех, укроп, чабер, перец, тмин (или лимонная цедра), в зависимости от сорта употребляемого в фондю сыра.

Принцип фондю, то есть приготовления тут же, за столом, а не заранее на кухне, какого-нибудь скороваркого блюда самими обедающими, вовсе не является чем-то присущим только швейцарской национальной кухне. Он использовался в течение целых столетий и используется до сих пор в китайской кухне (например, в сосуде наподобие самовара подается на стол кипящий бульон, к которому гости по своему выбору добавляют расставленные тут же на столе быстроваркие заправки (мясо крабов, бамбуковые ростки, шпинат, рыбное филе, пряности и пр.) и доваривают их в жаровне, имеющей форму ящика, наполненного углями).

Но как сочетание сыра, сваренного в виноградном вине, фондю является, несомненно, совершенно оригинальным кулинарным изобретением швейцарцев.

ФОРЕЛЬ. Рыба семейства лососевых, обитает в чистой воде горных речек, в проточных водоемах с быстрым подводным течением. Используется в западноевропейских и закавказских кухнях. Особенность кулинарной обработки форели такова: варится в вине или смеси воды (бульона) с виноградным вином; фаршируется в отличие от другой рыбы несвойственными рыбе приправами – орехами, фруктами, кислыми соками (гранатовым, лимонным). При отваривании форели в армянской кухне применяются также квасцы.

ФОРМЫ. Общее наименование вспомогательных кухонных и кондитерских приспособлений, облегчающих стандартизацию внешнего вида кулинарных изделий. Формы изготавливаются обычно из жести (черной или белой), алюминия, а также керамики и жаропрочного стекла. В последнее время формы все чаще покрываются новыми синтетическими материалами, облегчающими их чистку.

Формы подразделяются по своему назначению и конструкции на несколько видов.

1. ***Выемки*** (см. с. 209, 810), при помощи которых придается определенная внешняя форма мелким изделиям из теста (печенью), кусочкам овощей, предназначенных для *канапе* (см. с. 840–841), хлебу – до их тепловой обработки, в холодном виде.

2. ***Формы, не имеющие дна*** и представляющие собой лишь стенки, ограничивающие определенное изделие в момент выпекания. Такие формы используются при выпечке запеканок, фаршей, шарлоток, творожных изделий, обладающих значительной влажностью в сыром виде. Отсутствие дна способствует испарению этой избыточной влаги, а не превращению ее в кипящую жидкость, которая может испортить внешний вид и вкус изделия.

3. ***Выпечные формы со съемным дном*** для выпечки куличей, тортов, кексов.

4. ***Выпечные формы с дном,*** обычно в виде опрокинутого срезанного конуса, из которых изделие вынимается посредством их опрокидывания. Предназначены для выпечки бабок, баб, соложеников, драчен, десертных омлетов, воздушных пирогов и т. п.

5. ***Формы фигурные*** – в виде разного рода тарелочек, ванночек. Предназначены для заливных, желе, плотных киселей, маседуанов, бланманже, форшмака.

Выпечные формы перед помещением в них теста обычно смазываются изнутри сливочным маслом, а затем подпыляются мукой или панировочными сухарями. Иногда дно таких форм и края (стенки) обкладываются промасленной бумагой, на которую и наливается затем тесто.

Формы для желе не смазываются ничем, но для лучшего извлечения из них блюд они после выемки из холодильника сразу ставятся на мгновение в тарелку с горячей водой – это дает возможность вынуть залитое изделие без повреждений.

ФОРШМАК. Холодное блюдо, характерное для еврейской кухни. Представляет собой паштет из селедочного фарша, приготовленный без тепловой обработки. В форшмак идет хорошая, предварительно вымоченная в молоке или чайном отваре селедка, фарш которой тщательно протирается. К нему добавляются белый хлеб, лук, антоновское яблоко, желтки крутых яиц – все это также в растертом состоянии. Белки крутых яиц мелко секут. Яичная часть заправляется солью, сахаром, перцем, уксусом, и половина ее идет в селедочную массу форшмака, а другая половина служит для обмазки форшмака извне. Форшмаку придается форма усеченной прямоугольной пирамиды при помощи жестяной формы, которой он отжимается, как детские куличики на песке.

ФРАППИРОВАТЬ (от фр. *frapper*). Международный поварской термин, означающий «охладить то или иное блюдо, пищевое изделие или напиток с целью достигнуть улучшения его вкуса перед едой».

Фраппируют также некоторые кондитерские тестяные изделия перед посадкой в печь, чтобы увеличить их воздушность и улучшить вкус.

ФРИ (фр. *frit* – жареный). Жаргонный ресторанный термин, принятый иногда в современной отечественной кухне для обозначения в меню мясных и рыбных жареных блюд, где мясо имеет сильную панировку (порой довольно толстую, двойную). Обычно такие блюда обжариваются во *фритюре* (см. с. 68, 944), отчего, вероятно, вследствие сокращения в бытовой речи слова «фритюр» и произошел этот неграмотный термин.

ФРИГЕРУЙ. Название шашлыков и подобных им блюд в румынской кухне.

ФРИКАДЕЛЬКИ (фр. *fricadelle*, из итальянского). Изделия из мясного и рыбного *фарша* (см. с. 940) небольших размеров (обычно с вишню или грецкий орех), которые используются в супах в отварном, жареном, тушеном виде. Фрикадельки быстро свариваются, за несколько минут, и поэтому удобны, особенно в суповых блюдах. Вместе с мясным и рыбным фаршем к ним могут быть подмешаны и другие пищевые

продукты – мука, крупа (чаще всего – рис), пряные травы (укроп, петрушка, сельдерей), пряности (перец), лук, чеснок и т. д.

ФРИКАНДО (фр. *fricandeau*). Название блюд, приготовленных из задней части телятины, чаще всего из *ссека,* который запекается целиком в духовке. Приготовление фрикандо распадается на две стадии. В первой – телячий ссек, как он есть, шпигуют, обкладывают в кастрюле овощами и пряными травами, подливают бульона и масла и, закипятив на плите, ставят на час в духовку под крышкой. Вторая стадия приготовления заключается в том, что полуготовый или фактически готовый фрикандо вынимают из духовки, обравнивают, зачищают сверху от жира, пленок, неровностей, жил и глазируют, покрывая какой-нибудь пищевой оболочкой, а затем в открытом виде ставят в духовку для заколерования.

Фрикандо сервируется, как и все блюда из задней части, разрезанным на порционные куски, но составленным вместе, с овощными гарнирами, соусами.

ФРИКАСЕ (фр. *fricassée*). Блюдо из молодого, нежного мяса (обычно из телятины и цыплят), приготовленного с косточками. Цыплята делятся на четвертушки или половинки, в зависимости от величины. Фрикасе вначале обжаривается в масле с соусом на сковороде или в котлике, а затем доводится до полной готовности в густом соусе, *лиированном* яйцами. Тем самым блюдо получается и не жареным, и не вареным, но и не тушеным, а чем-то средним. Именно это и дает ему собственное имя – фрикасе.

ФРИТЮР (фр. *friture*). Название поварского жира и одновременно поварского приема, при котором применяется этот жир. Фритюр – это обычно растопленное нутряное свиное сало, иногда с добавлением растительного масла, помещенное в специальную глубокую посуду – фритюрницу, напоминающую супницу, но без ножки-подставки, и доведенное перекаливанием до состояния тихого кипения. Фритюр всегда предварительно процеживается перед тем, как в нем что-либо жарят. После жарения он снова процеживается и используется многократно. Поэтому минимальная доза фритюра – 1 кг сала или 1 литр растопленного жира. При жарении во фритюре пищевое изделие или продукт опускается в него целиком, до полного погружения – либо специальной ложкой, либо на особой сетке, – а жарение занимает обычно 1–2 минуты, а иногда и меньше. Изделия, жаренные во фритюре, имеют ровную, правильно обжаренную поверхность, красивый «золотистый» внешний вид, в силу чего жарение во фритюре применяется преимущественно в ресторанной кухне.

ФУРШЕТ (от фр. *fourchette* – вилка). Открытый стол, стол а-ля фуршет, за которым не сидят, а около которого стоят. Стол а-ля фуршет накрывается во время массовых приемов большого числа людей и по своему составу продуктов является *холодным столом* (см. с. 251, 948). На нем, на особом приставном столике, помещаются стопками тарелки (одного или двух размеров), ложки и вилки (иногда и ножи). Обедающие подходят, берут тарелки и один из предметов столового прибора, чаще всего вилку, и выбирают на общих блюдах приглянувшуюся им закуску, после чего сразу же отходят от стола как можно дальше, чтобы не мешать подходить другим и чтобы фуршетный стол был хорошо виден из любой точки зала, в котором он поставлен. Это необходимо и для обслуживающего персонала: официант, заметив издали, что то или иное блюдо опорожнено, немедленно подходит и убирает его, заменяя новым, полным.

ФЫДЧИН. Осетинский пирог из пресного теста с мясной начинкой, выпекаемый на сковороде в духовке. Особенность состоит в том, что он формуется непосредственно на сковороде, а не на разделочной доске, как обычные пироги, и должен точно, без малейшего зазора быть пригнан по размерам к сковороде.

Фыдчин – закрытый пирог, и его верхняя корка накладывается, как лепешка, точно поверх сковороды, чтобы тесто заподлицо входило в нее; лишнее тесто срезается скалкой, проведенной по верхнему краю сковороды. Края тщательно защипываются и заделываются, чтобы не вытек сок из начинки. В противном случае фыдчин будет испорчен: он превратится в сухой, нераскусываемый лист теста.

ФЮЗИ (фр. *fusil,* буквально: личное оружие, ружье) – узкий, с округленным полотном кортик, изготовленный из лучшей закаленной стали и с удобной, большой деревянной или костяной ручкой. Входил до XIX в. в полный парадный набор оснащения повара и до сих пор входит в униформу парадных поварских *команд* (см. *буше*), выступающих на международных кулинарных конкурсах, а также присутствует в парадной униформе шеф-поваров глав государств, крупнейших мировых ресторанов, признанных мэтров национальных кухонь в Европе, глав поварских обществ и клубов. Практически служил и служит для заточки и правки ножей, особенно траншерных кухонных ножей, требующих постоянного поддержания определенного уровня остроты.

Таким образом, фюзи был чуть ли не основным оружием повара, ибо без хороших, быстрорежущих инструментов невозможна успешная и спорая работа на кухне.

Поскольку в старину в армии *fusil* (фузилем) называли также орудийный замок в артиллерии, то в кухонном деле этот термин применялся к названию не только поварского кортика, но и для обозначения крышек от сковородок и чугунков (котелков).

ФЮМЕ (фр. *fumer* – дымить, куриться). Термин французской и международной ресторанной кухни для обозначения крепких мясных и рыбных бульонов, двойных и хорошо уваренных, издающих сильный аромат.

- Х -

ХАЛВА. Восточная сладость, распространенная в странах Среднего и Ближнего Востока, а также на Балканах. По-видимому, иранского происхождения, известна с глубокой древности (с эпохи греко-персидских войн, то есть с V в. до н. э.). Мастера по изготовлению халвы в Иране называются кандалатчи. Это до сих пор особая поварская профессия, отделенная от других, что указывает на сильную специфич-

ность приготовления халвы, требующей особой подготовки. Имеются сотни видов халвы, множество рецептов ее приготовления, поэтому в условиях бесписьменной, практической передачи знаний от безграмотных народных кандалатчей требовались еще и уникальные способности по запоминанию. Ручное, индивидуальное производство халвы сохранилось ныне лишь в Иране, Афганистане и Турции, и это лучшая по качеству халва. При промышленном же производстве, в основном двух-трех видов, халва получается низкого качества, быстро сохнет, сваливается в непромешанные комки-сгустки, выделяет жир и горкнет. Фасовка халвы промышленного изготовления мелкими кусками или в жестяных банках и полиэтиленовых формах также ведет к быстрому высыханию этого изделия и к искажению его вкуса.

Основные компоненты халвы просты: это сахар или мед, мыльный корень и какое-либо (одно-два) вкусовое пищевое сырье, по имени которого называется та или иная халва и которое дает ей вместе с именем и свой характерный вкус. Обычно таким сырьем являются орехи или семена, обладающие маслом: грецкие орехи, миндаль, семена подсолнуха, кунжута, конопли. Помимо этих базовых продуктов в халву добавляют часто и всевозможные суррогаты, в основном муку, которая имитирует и загустители, и базовое сырье и которую скрывают, маскируют разными эссенциями.

Смысл создания халвы из этих простых продуктов заключается в том, что каждый из них – сахар и орехи – доводится до пенообразного состояния. Для этого применяются различные «хитрости», многие из которых до сих пор сохраняются в секрете у старых кандалатчей и не всегда совпадают с современными промышленными возможностями механически создавать пену. Для интенсификации пенообразования и, главное, для фиксации сахарных и ореховых пен используется мыльный корень и другие аналогичные пеностойкие растительные добавки.

Порядок соединения и приемы соединения пен разного рода – не только искусство, но подчас и секрет, влияющий на вкус халвы, ее консистенцию. Бывает далеко не все равно, вмешать ли ореховую пену в сахарную или наоборот – сахарную ввести в ореховую с мыльным корнем. Тщательное перемешивание пен и затем непрерывное растягивание их в горячем состоянии прежде, чем халва застынет, является также важнейшей операцией при производстве халвы, требует большой внимательности, интуиции и умения вовремя внести поправки при изменении поведения пенообразной тягучей массы.

После застывания халва, если она тщательно приготовлена, представляет собой легкое, воздушное лакомство, ибо тончайшие кристаллики сахара, инфильтрованные в суфлеобразную ореховую массу, хрустят и быстро тают во рту, в то время как у непромешанной, плохо, неряшливо взбитой халвы сахар застывает сплошной сосулькой, связывая ореховую часть, запекая ее. Это первый признак того, что орехов положено намного меньше, чем сахара, в то время как у хорошей халвы дело должно обстоять наоборот.

В некоторых странах и районах, лежащих на периферии исламского мира, например на Северном Кавказе, в Северной Африке, халвой нередко называют изделия, подобные *нуге* (см. с. 891) и представляющие собой сваренные в сахаре орехи, масло, муку, доведенные до загустения сплошной массой. Это, разумеется, не халва, хотя в таких изделиях как будто содержатся те же самые компоненты. ***Халва – это прежде всего результат взбивания пены до определенной консистенции и температуры и, во-вторых, искусство смешивания двух или нескольких пен и постепенное их охлаждение при постоянном взбивании.*** Халва, следовательно, прекрасный пример того, что кондитерское изделие, его качество, вкус, консистенция определяются в первую очередь не составом использованных при его изготовлении продуктов, а *технологией* его приготовления.

В халвообразных сладостях, построенных на использовании сусла загущенного виноградного сока, используется для очистки сусла *бентонит*, без применения которого никакой рецепт не поможет. Следовательно, обработка сырья – как предварительная, так и в период изготовления – играет решающую роль при производстве халвы любого вида.

ХАЛТАМА. Галушки из кукурузной заварной муки, сваренные в мясном супе с фасолью. Одно из распространенных осетинских блюд.

ХАМРАШИ. Вид среднеазиатского супа, в котором три основных компонента – лапша, фасоль и фрикадельки из баранины с луком – готовятся отдельно и лишь затем засыпаются в готовый жирный бульон из баранины, заправляются пряностями (в том числе шафраном) и доводятся до готовности в течение 15 минут. Судя по композиции, хамраши, столь распространенный в Узбекистане, имеет явно дунганское, а не узбекское происхождение.

ХАРУ. Вершки (полусметана, полусливки), снятые с суточного молока и заваренные с кукурузной и пшеничной мукой (взятыми поровну). Пропорция вершков к муке – 2:1. Употребляется как еда для детей у осетин и других народов Северного Кавказа, иногда под местными названиями.

ХАРЧО. Национальный грузинский суп. Приготавливается только из говядины. Это его отличительный признак. Поэтому встречающееся в общепите блюдо «харчо из баранины» – вопиющая кулинарная безграмотность и, главное, искажение представления о национальном грузинском блюде. Другой характерной особенностью харчо является применение в нем *тклапи* (см. с. 576, 933). Харчо без тклапи – это не харчо, а просто мясной суп. Третья особенность: харчо, как многие другие грузинские супы и блюда, приготавливается с добавлением грецких орехов (тертых), доза которых – 1/2 стакана на 2 литра бульона харчо. Перечисленные три компонента не подлежат никакой замене или частичному изъятию, ибо тогда меняется характер харчо как национального супа с присущим только ему вкусом.

Для мяса харчо идет только упитанная говяжья грудинка (реже – рулька).

ДРУГИЕ КОМПОНЕНТЫ:

рис (1/2 стакана),

1 стакан растертого тклапи,

4 луковицы, пряности (черный перец, корица, лавровый лист, имеретинский шафран, хмели-сунели),

зелень (сельдерей, кинза, базилик),

1 ст. ложка кукурузной муки для обжаривания вместе с луком, чеснок, корень петрушки.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Приготовление харчо состоит из трех операций.

1. Варка мяса (закладывается в холодную воду нарезанным на куски, варится 2–2,5 часа на умеренном огне).

2. Закладка риса (в бульон, из которого мясо временно вынимается; рис варится вместе с кореньями; в конце его варки, когда коренья вынуты, засыпаются орехи). Варка до готовности риса.

3. Закладка тклапи и всех остальных пряностей и зелени. Варка не более 5 минут, затем выстойка харчо под крышкой – 3–5 минут.

ХАСИП. Узбекское и таджикское колбасное изделие, приготавливаемое из рубленой сырой начинки, состоящей из баранины, курдючного сала, бараньей требухи (печень, селезенка, почки), риса и лука, сдобренных черным перцем и *зирой* (см. с. 831).

Начинка набивается в жирные бараньи кишки, после чего они варятся в подсоленной горячей воде на слабом огне не менее двух часов. Если кишки слишком вздуваются, то, чтобы они не лопнули, их прокалывают вилкой в нескольких местах, продолжая варить нужное время. Хасип едят как горячим, так и холодным.

ХАЧАПУРИ. Грузинское национальное мучное изделие с большим содержанием тертого рассольного сыра, взятого по весу вдвое больше, чем муки. Хачапури внешне напоминает ватрушки, только крупные, и приготавливается как закрытым, так и полуоткрытым.

Главная особенность хачапури – в тесте: оно замешивается с добавлением соды на мацони, замешивается не крутым, очень легким. Тогда при выпечке на чугунных сковородах (на углях) оно получается особенно нежным.

Хачапури, приготовленное на воде или молоке, что стало ныне частым явлением, или с использованием прессованных дрожжей, резко отклоняется от истинного (национального) вкуса и не может считаться хачапури в кулинарном смысле.

СОСТАВ ТЕСТА ХАЧАПУРИ

0,5 л мацони,

2 стакана молока,

1 яйцо,

1/2 ч. ложки соды,

1/4 ч. ложки соли.

Мука подсыпается до образования теста, способного чуть-чуть держать форму.

НАЧИНКА

Сыры типа чанах, имеретинский и брынза, предварительно отмоченные от излишней соли в эмалированной посуде с холодной водой в течение 5 часов, а затем размятые ложкой до консистенции пасты и смешанные с сырыми яйцами, топленым или сливочным маслом. На 0,5 кг сыра – 1–2 яйца, 25–50 г масла.

Закрытое хачапури кладут на сковороду швом вниз, сверху накрывают крышкой и выпекают 10 минут, а затем переворачивают на другую сторону, снимают крышку, смазывают маслом и яйцом и выпекают до готовности.

Тесто для хачапури улучшает свои вкусовые качества, если его сделать слоеным, то есть перед закладкой начинки два-три раза раскатать и промазать маслом (но это потребует сделать тесто более плотным).

ХАШ (хаши). Одно из древнейших армянских блюд, получивших распространение по всему Кавказу и Закавказью. Имело ритуальное значение, поэтому вплоть до последнего времени хаш, даже в ресторанах, готовили не всегда, а лишь в определенные дни года, причем только утром – от 9 до 10 часов утра, а порой и намного раньше – в 6–7 часов утра, что является ярким свидетельством языческой традиции, связанной с этим блюдом.

На хаш идут отходы от забоя скота – ноги и *рубцы* (см. с. 588, 915), в лучшем случае – телячьи, в основном же – говяжьи, взрослых животных (волов, быков, буйволов, коров).

Характерна длительная подготовка и обработка этих простых и грубых пищевых материалов: ноги опаливают, скоблят, промывают, разрубают вдоль и вымачивают сутки-двое, меняя воду (в Армении их на сутки клали в сетках в горные ручьи, в проточную воду). После этого вновь скоблят, моют и кладут вариться в неокисляемой посуде, залив водой так, чтобы она покрывала их не менее чем на 20 см.

Рубцы также скоблят, чистят, моют и варят отдельно до исчезновения специфического запаха, после чего выливают навар, вновь моют рубцы в горячей и холодной воде, вновь скоблят и наконец нарезают маленькими кусочками и прибавляют к варящимся ногам, когда те начинают закипать.

Хаш варят без соли, на умеренном огне, не допуская сильного кипения, снимая пену до тех пор, пока мясо не начнет само отделяться от костей и рубцы станут совершенно мягкими. Тогда его сдабривают чесноком (тертым) и подают с лавашом, базиликом и тертой редькой, а также с другой пряной зеленью.

ХВОРОСТ. Русское название полукондитерского изделия из пресного сдобного теста, обжариваемого во фритюре. Характерно для народов, населявших юг России до XVIII в. (Новороссию) и заимствовавших это блюдо из греческой кухни. Со второй половины XVII в. оно получило распространение на Украине, где было разработано во многих местных вариантах и прочно вошло под названием *вергуны* (см. с. 515, 804–805) в XVIII – начале XIX в. в общеукраинскую национальную кухню. В Россию, в собственно русские области и петербургскую кухню вергуны пришли со второй половины XIX в. и получили распространение в городской среде в конце XIX – начале XX в. как быстро приготавливаемое, непритязательное изделие. В то же время оно получило и русское наименование хворост, по своему хрустящему эффекту, то есть чисто по внешнему, а не вкусовому признаку.

Вергуны-хворост готовили обычно в среде мелкого городского люда: мещан, лавочников, мелких служащих, на студенческих пирушках, в артелях – всюду, где можно было сложиться и на равных правах принять участие в быстром, не требующем посуды, недорогом пиршестве.

С 30-х годов XX в. хворост перестал быть популярным кондитерским домашним изделием в связи с появлением и удешевлением промышленных кондитерских изделий, и в первую очередь – печенья в пачках и карамельных конфет (подушечек), превратившихся в самое удобное и дешевое массовое лакомство.

После Второй мировой войны с постепенным уходом старшего поколения хворост еще реже стали изготавливать в домашней кухне, он остался кое-где в провинции, причем часто под другими, не русскими названиями.

ХВОРОСТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ. Белорусский вариант хвороста-вергунов, являющийся в отличие от них не кондитерским, а овоще-яичным изделием.

«Тесто» приготавливается из картофельного пюре, смешанного с пшеничной мукой и взбитыми яйцами до образования эластичной массы, способной, как и настоящее тесто, раскатываться скалкой до толщины 2–3 мм. Полученный сочень режут на полоски 2×4 см и обжаривают, как и обычный хворост, во фритюре. Едят обычно со сметаной и молоком.

ХИМЭ. Бурятская колбаса из говядины. Приготавливается из рубленого фарша, в который входят мясо, говяжий жир, лук, немного муки и воды, которые добавляются к фаршу для его связи. Солится и перчится произвольно. Отваривается в подсоленной воде и употребляется преимущественно как мясное горячее блюдо. Начиняют химэ только в толстые кишки не более 10–15 см.

ХИНКАЛ. Распространенное на Северном Кавказе и в Дагестане блюдо, представляющее собой обыкновенную лапшу (с разными незначительными вариациями в составе теста, характерного для лапши), но всегда нарезанную широкими кусками (3×5 см), что и является отличительным признаком всех кавказских хинкалов. Хинкалы, в зависимости от того, какому народу они принадлежат, отвариваются в разных бульонах (чаще всего в мясном, но могут и в курином) и подаются с разными приправами – сметаной, *катыком*, красным перцем, *цывзы-цахтоном* (см. с. 951–952), тертым рассольным сыром, маслом или топленым бараньим салом, с чесноком, пряной измельченной зеленью, луком и пр.

Мука для хинкала чаще всего берется пшеничная, но к ней порой делаются небольшие добавки из кукурузной муки или ячменной, однако при этом увеличивается обычно доля яиц, чтобы тесто не потеряло способности связываться. Все эти незначительные добавки и вариации не меняют нисколько характер хинкала как лапшевидного блюда, но иногда возводятся в ранг другого блюда или в ранг важных, якобы национальных отличий в кухне. Это неверно, поскольку по составу основных продуктов, по технологии и даже по своему внешнему виду хинкал является блюдом самого обычного, простейшего типа, что и обусловило в конечном счете его широкое распространение по всему региону и его признание «своим» почти двумя десятками разных народов как легко и просто приготавливаемого.

ХЛЕБНЫЕ СУПЫ. Сладкое холодное блюдо северогерманской кухни, широко распространенное среди народов Балтики – датчан, шведов, немцев, финнов – и до сих пор прочно входящее в повседневное меню эстонцев, латышей. Основа хлебного супа – хлеб, обычно только *ржаной*, испеченный с подслащивающими его ферментными добавками – солодом, патокой, придающими ему кисловато-сладковатый вкус после выпечки. Таковы, например, тартуский хлеб, выпекаемый в Эстонии, рижский, бородинский, карельский, минский. Эти сорта, а также московский ржаной, могут быть использованы как основа для хлебного супа. Бытует, к сожалению, мнение, что в хлебный суп можно использовать отходы хлеба – корки, черствый хлеб и т. п. Это абсолютно неверно и вредно, так как дискредитирует само изготовление хлебного супа как десертного блюда, поскольку портит его вкус.

Свежий чистый хлеб (буханку) нарезают тонкими ломтями и осторожно высушивают в духовке с открытой дверцей, следя, чтобы сухари не подгорели, а лишь чуть зарумянились. Из этих сухарей толкут крошку и хранят ее для быстрого приготовления хлебных супов как полуфабрикат.

Сухари замачивают в кипяченой горячей воде, к ним добавляют сахар и мед, причем следят, чтобы сухари вобрали всю воду и превратились при этом в однородную киселеобразную массу, а затем, когда эта основа готова, ее подогревают и вносят две характерные добавки – фруктовую, состоящую из сваренных в жидком сахарном сиропе долек яблок, еще не успевших превратиться в варенье, но ставших непохожими на вываренные в компоте, и сливочную (верхнюю) добавку – в виде взбитых и подслащенных слегка сахарной пудрой сливок или, наоборот, оставленных без подсладки, для контраста с фруктовой сладкой добавкой. Хлебные супы могут бесконечно варьироваться – яблоки могут заменяться грушами, изюмом, курагой; последние могут также сопровождать яблочную добавку. Вместо меда можно добавлять сахар, сироп от варенья и даже шоколад, разведенный в сахарном сиропе, что, в свою очередь, вызовет изменение в молочной добавке – увеличение доли неподслащенных сливок, или введение вместо них взбитой сметаны, или добавку к ним разных цедр, корицы или ванилина. Словом, хлебные супы дают возможность фантазировать в деталях, но при этом нельзя ни на йоту отходить от правил композиции в том, что касается существа состава и качества сырья.

Как сладкое десертное блюдо, хлебные супы чрезвычайно полезны. Кроме того, они сытны, но легки для усвоения и, как правило, не приедаются.

ХЛОДНИК. Холодное суповое блюдо белорусской и западнорусской кухни, сходное по своему типу и применению с русской окрошкой, а отчасти и ботвиньей, но отличающееся от них по составу основных продуктов и внешнему виду. Хлодник готовится на свекольном отваре с добавлением в качестве подкислителей свекольного кваса, огуречного рассола или, в современных городских условиях, лимонного сока или лимонной кислоты, а также *щавеля* (см. с. 962–963).

Отварная свекла, мелко нашинкованная, а также бланшированная молодая свекольная ботва составляют основную массу гущи хлодника, к которой добавляются зеленый лук, укроп, щавель, мелко нарезанные свежие огурцы, а также *бораго* (см. с. 793) для усиления огуречного аромата. Кроме овощей, в хлодник входят крутые яйца, но не измельченные, как в окрошке, а разрезанные только пополам, и сметана.

Хлодник должен подаваться очень холодным. Поэтому, приготовив и посолив, его охлаждают в холодильнике, а заправку яйцом и сметаной делают во время подачи к столу.

Как любое народное блюдо с неточным составом продуктов, с вариациями у разных употребляющих его народов, хлодник имеет нередко и различные названия – холодец, свекольник, свекольная окрошка, ботвинья, которые, по сути, к нему не относятся и заимствованы от наименований других сходных блюд – летних холодных супов.

ХОВКУЛ. Армянское сыроподобное изделие, приготавливаемое из смеси различных молочных продуктов: *сузьмы* (см. с. 756, 928) и створоженного сгустка, полученного в результате кипячения пахты, т. е. двух компонентов, обладающих противоположными признаками физической структуры: нежной, мягкой, эластичной и – плотной, упругой. Сузьма, кроме того, жирна, а пахта – обезжирена. Эти два молочных продукта не могут быть равномерно перемешаны, и потому в их смеси создается масса мельчайших прослоек одного и другого. Это создает особый вкус, придает необычность такому сыру. Поскольку ховкул крайне нестоек, быстро забраживает и прогоркает на воздухе, то его хранят в больших кувшинах для вина – карасах, заливая сверху маслом вместо пробки.

Ховкул чрезвычайно трудно транспортировать, поэтому он потребляется только на месте производства, чаще всего в сельских хозяйствах. Но ховкул можно приготовить домашним способом и за пределами Армении.

ХОЕГУШТ. Национальное блюдо татов, чрезвычайно напоминающее по своей технологии еврейский *кугель* (см. с. 851). Это говорит об известной древности связей татов Дагестана и Закавказья с хазарами и древнееврейской Иудеей, что подтверждается не только в плане религиозном, как думали до последнего времени, но и доказывается поразительной общностью в кулинарном отношении.

Хоегушт – название, относящееся исключительно к технологии, поскольку хоегушты могут быть совершенно различными по составу продуктов – мясными, рыбными, овощными. Основной продукт варят до готовности, затем по возможности дробят, но только не режут (!). Так, например, отварную рыбу разделяют, расщипывают по волокнам; мясо, очень мягко сваренное, также отщипывают кусочками; наконец, отварные овощи *ломают ложкой* (!) на неправильные куски. Все это, разумеется, не влияет на вкус, но свидетельствует о древнем, ритуальном характере данного блюда как жертвенного.

Основной отваренный продукт после дробления смешивают с жареным луком и пряной зеленью так, что они составляют по объему примерно равные части, и заливают эту смесь в кастрюле взбитыми яйцами, как кугель, но не сразу всем яйцом, а отдельно – сначала взбитым белком, а когда он застынет – желтком, но не наоборот. Смесь быстро запекается на небольшом огне.

Характерно, что для овощного хоегушта берутся овощи только красного цвета – свекла или морковь, которые в древности считались близкими к животным (в русской кухне, например, морковь не ели в пост, считая ее кровяной!), – и это также подтверждает ритуальное происхождение хоегуштов. В них овощи выступают лишь как замена жертвенного животного.

ХОЛОДЕЦ и **ХОЛОДНОЕ.** Термины, которыми в восточнославянских кухнях обозначают часто разные кулинарные понятия.

1. Холодец в русской кухне означает чаще всего *студень* (см. с. 461–462, 547, 928). Чаще всего это название применяют к студню в южной и юго-восточной части русских областей, в то время как на севере и северо-западе говорят – «студень». Кроме того, «студнем» обязательно называют говяжий студень, в то время как изделие из свинины именуют «холодцом».

2. Холодцом в отличие от мясного студня в северных и центральных областях России называют холодную отварную рыбу, застывшую в собственном уваренном бульоне и подающуюся к столу холодной. Чтобы не путать со свиным холодцом, это блюдо называют также *холодное.* Холодное из осетрины, холодное из телятины – эти термины показывают, что они используются в случаях, когда продукт способен давать желирующее вещество естественно, без применения желатина, одним своим застыванием на холоде – и отсюда оно называется холодным для отличия от таких же желированных заливных блюд (см. *заливное*).

3. Холодцом в белорусской и украинской кухнях часто называют летние застуженные ягодные супы – в основном из малины, земляники, клубники и черники. Они делаются либо на легком сахарном сиропе, либо на молоке, но в обоих случаях подаются очень холодными. В силу того что такие супы стали восприниматься как отдельные, особые блюда не столь давно, в народной кулинарии не выработалось специального названия, и поэтому они называются либо по своему составу – ягодниками, ягодными супами, либо по своему сезонному признаку – холодцами, поскольку в этом видится их главное отличие и достоинство в жаркое летнее время.

Надо иметь в виду, что для приготовления ягодных холодцов половина идущей в них ягоды протирается, и этот сок и мякоть *сырыми* вводятся в охлажденный сироп. Другая же часть ягод с декоративной целью посыпается поверх жидкости холодца, и благодаря его плотности целые крупные ягоды всегда плавают на поверхности, создавая иллюзию наполненности всего блюда ягодами до дна.

ХОЛОДНЫЙ СТОЛ. Или закусочный стол, буфетный стол, шведский стол. Означает применение таких блюд и изделий, которые подаются в холодном виде и, более того, проявляют свое наивысшее гастрономическое качество именно в холодном виде, а не в горячем. Холодный стол совершенно исключает супы, в том числе и холодные. Блюда холодного стола делятся на два крупных разряда: *готовые* (копченые, соленые, квашеные, маринованные) *изделия,* являющиеся самостоятельными продуктами, прошедшие специфические формы обработки и подающиеся в их естественном, не смешанном с другими продуктами виде, и *холодные блюда,* то есть блюда, приготовленные в результате обычной холодной или тепловой обработки (отваривания, тушения) и комбинации нескольких продуктов, но специально охлажденные и подающиеся лишь в холодном виде.

К первому разряду относится различная копченая рыба (осетрина, севрюга, лососина), черная и красная икра, раз-

личные виды колбас (копченых и вареных), ветчина, буженина, сыры, квашеная капуста, соленые и маринованные грибы и овощи (огурцы, корнишоны, чеснок, черемша), а также сливочное масло и различные консервы (крабы, шпроты, сардины, консервированная ветчина и т. п.). Все эти продукты – промышленного производства: они поступают на кухню готовыми и нуждаются только в разделке и *нарезке* (см. с. 885), то есть в работе буфетчика, а не повара. Отсюда и применяющееся для холодного стола название: буфетный стол.

Однако готовыми продуктами холодный стол не ограничивается. Второй разряд блюд, которые специально приготавливаются для холодного стола, включает салаты (зеленые, овощные, рыбные, мясные), сельдь (в разных соусах, с разными гарнирами и приправами), рыбные *холодные* и *заливные* (см. с. 827–828), *студни* (см. с. 928), *языки* (отварные и копченовареные), *ростбифы* (см. с. 915), *заливные* из дичи и птицы – то есть широкую гамму блюд, нуждающихся в длительной предварительной подготовке, но обладающих свойством сохраняться определенное время холодными и поэтому удобных для быстрого употребления в нужный момент, подобно промышленным готовым продуктам первого разряда.

В число обязательных компонентов холодного стола входит, естественно, и хлеб, причем разных сортов, учитывая разнообразие закусок и их вкусовую гамму. Кроме того, используются и разные виды заранее приготовленных бутербродов – *сэндвичи, канапе* (см. с. 840–841), всевозможные холодные соусы и приправы (*кетчуп, чутней, горчица, хрен*) и пряности – красный и черный перец, соль, которые могут потребоваться.

Шведский холодный стол (т. н. «сморгосбурдет») предусматривает также в числе продуктов холодного стола сметану и отварной горячий картофель, а также молоко, в силу чего «шведский стол» составляет особый вид холодного стола, иногда и вовсе считающийся самостоятельным гастрономическим термином.

В понятие организации холодного стола входит, таким образом, как предварительное приготовление ряда блюд, так и правильная *нарезка,* траншерование и укладка пищевого материала, а также оформление отдельных блюд и сервировка всего стола в целом. Поэтому холодным столом занимаются как отдельной профессией либо повара холодной кухни, либо буфетчики, а чаще всего – и те и другие вместе.

ХОТЧ-ПОТЧ (англ. *hotchpotch* – пестрая смесь; искаженное фр. *hochepot* – рагу из различных сортов мяса, буквально: тряси горшок). Шотландский национальный летний или осенний суп, так называемый «суп урожая». В состав хотчпотча традиционно входят челышко или грудинка ягненка, лук-батун (по 1 луковице с пером на каждые 100 г мяса), молодой горох, бобы, морковь, репа, кольраби, белокочанная и цветная капуста, петрушка, сельдерей. Мясо варится с луком почти до готовности, затем закладываются остальные овощи, которые варятся быстро.

ХРЕН. Пряное растение, корень которого используется как приправа к рыбным и мясным отварным блюдам, а листья – в соления огурцов и помидоров.

Для приготовления хрена как приправы надо хорошо очищенный и промытый корень натереть на мелкой терке, долить чуть-чуть воды для образования кашицеобразной массы и добавить к ней соль, сахар и лимонный сок вместе с цедрой. Хрен можно разводить и сметаной (вместо воды), особенно при употреблении свежеприготовленного хрена, поскольку сметана смягчает его остроту.

Употреблять же уксус при приготовлении хрена нельзя (хотя это часто практикуется), ибо уксус совершенно убивает хрен, превращает его просто в лишенную запаха и вкуса клетчатку.

ХРОБУСТ (или *гробузда*). Белорусское название огуречной травы (*бораго*), которую кладут в белорусские *хлодники* (см. с. 947) в дополнение к огурцам. Русское и украинское население в соседних с Белоруссией областях России и Украины называет хробуст часто «свиной капустой». Различие всех этих названий (научного, ботанического, всевозможных народных) приводит иногда к неправильному пониманию того, что имеется в виду в народных, национальных рецептах блюд.

ХРУСТИКИ. Местное название *хвороста* (*вергунов* – см. с. 515, 804–805) в ряде областей России, особенно степных – на Дону, Ставрополье, Кубани, где сравнение с хворостом непонятно.

ХУАЦЗЕЯ. Китайская составная пряная приправа – «сильная» приправа китайской кухни в виде порошка четырех специй (лука, имбиря, черного перца и бадьяна), без которого китайцы не обходятся ни в одном из сочетаний пряностей.

ХУРУНГА (*хурунгэ*). Бурятский напиток кисломолочного брожения, напоминающий кумыс, но приготавливаемый из пахты, оставшейся от сбивания в масло коровьего молока.

Хурунгу заквашивают, как и все подобные кисломолочные продукты, грибками старой хурунги, а при их отсутствии заквашивают пахту при помощи ржаного зерна (1 кг в холщовом мешочке), помещенного в ведро пахты на неделю, до ее скисания. Хурунга имеет очень кислый вкус, поэтому ее пьют, добавляя сливки.

ХУРУШ. Закваска, приготавливаемая в таджикской кухне из бараньего гороха (*нута* – см. с. 891) и употребляемая вместо дрожжей при выпечке национальных лепешек *ширмоль* (см. с. 674, 959) и других мучных изделий.

ХУРЬМА (*хурма; Diospyros* – субтропический кустарник и деревья семейства эбеновых). Помимо древесины знаменитого «черного дерева» дает плоды, особенно т. н. восточная хурьма – Diospyros kaki, которая получила во французской кулинарии более короткое обозначение – kaki. Применяется в свежем виде, в сушеном, вяленом, а также используется для приготовления ликеров, пастилы и джемов. Содержит до 20 процентов сахара, но имеет вяжущий вкус, без аромата и кислоты. Мякоть зрелого плода – полужидкая, желеобразная.

Во французской кухне применяется в горячих сладких дорогих блюдах. Нагревается только а-ля *неж* (см. с. 889), т. к. при этом абсолютно утрачивает вяжущий вкус. Входит в состав таких известных блюд, как «рис императрицы», *«Kakis au kirsch»* и др.

В России в основном используется в пищу в свежем виде как фрукт. Можно рекомендовать сорта с наиболее темной мякотью, содержащие меньше танина и менее вяжущие на вкус, а также нагревание а-ля *неж* и соединение со сладким вишневым сиропом, также отбивающим вяжущий вкус.

ХУШАН. Таджикское национальное блюдо, представляющее собой *манты* (см. с. 657–658, 863–864) с начинкой из баранины и *нута* (см. с. 891) и имеющее в отличие от мантов ромбовидную или треугольную форму, носящую название «хушен» и давшую название всему блюду. Пельмени-хушаны обжариваются, а не отвариваются и затем на короткое время (3–5 минут) помещаются поверх *кайлы* (см. с. 837), приготавливаемой отдельно, и сервируются вместе с ней так, что каждый пельмень можно закусывать кайлой, отличающейся от него вкусом.

Хушан как блюдо по своей композиции сходен с *лагманом, шимой* (см. с. 672, 958), *маннаром,* образуя сочетание тестяной или мясо-тестяной основы с мясо-овощной пряной и сладковато-кислой кайлой.

ХУШУР (бурят.). Род круглых, как маленькие ватрушки, но закрытых пирожков с фаршем из баранины и лука, обжариваемых во *фритюре* (см. с. 64, 944).

- Ц -

ЦАХАРАДЖИН. Национальное осетинское соление, приготовленное из комбинации нескольких овощей и сочетающее отварные и сырые овощи.

Основными овощами в цахараджине служат: свекла, недозрелые помидоры, сладкий перец – в соотношении 5:2:1 (в кг). Сопровождающими компонентами являются стручковый красный перец (обычная пропорция – треть от сладкого) и пряности – чеснок, лавровый лист, ямайский или черный перец. Соль берется из расчета 6 процентов рассола.

Перцы обоих видов и помидоры *бланшируются* (см. с. 791), свекла отваривается и закладывается дольками или кусками, нарезанными в любой форме.

Принцип цахараджина – сбалансирование вкуса острых и пахучих овощей (перцев) сладковато-нейтральной свеклой. Цахараджин – хорошая закуска или гарнир к мясным блюдам.

ЦВИКЛЕНЯ (белорус.). Свекла и кушанье из нее: квашеная свекла с чесноком и зеленым луком. Свекла квасится после бланширования в 5-процентном соляном растворе. Для цвиклени она мелко крошится или натирается на крупной терке, сдабривается чесноком, луком, сметаной.

ЦЕДРА. Внешняя тонкая цветная кожица плодов цитрусовых растений, очищенная от белого, рыхлого подстилающего ее слоя. Цедра снимается обычно острым ножом спиралью и затем просушивается в сухом помещении на открытых поверхностях, прикрытых бумагой (для втягивания лишней влаги). После сушки цедра смалывается в порошок (или толчется) и в таком виде хранится. Единицей меры цедры являются чайные ложки. Цедра носит наименование плода, с которого ее снимают: лимонная, апельсиновая, померанцевая, грейпфрутовая. Применяется в основном в кондитерских изделиях и сладких блюдах.

ЦЕДРАТ. Цитрусовый плод, напоминающий внешне цветом и формой лимон, но имеющий больший вес (1–2 кг) и чрезвычайно толстую корку (2,5–3 см) с бугорчатой поверхностью и с толстой неплотной подстилающей цедру белой мякотью. В цедратах ценится именно корка, ибо сочной мякоти они почти не имеют, зато корка идет на приготовление *цукатов, цитронатов* (см. с. 951).

ЦЕМАРТ. Мордовское национальное блюдо: кусочки жирной свинины с луком, завернутые в тестяные шарики вроде галушек.

ЦЕПЕЛИНАЙ (в поваренных книгах нередко – *цепелины,* что неверно). Литовское национальное блюдо из картофеля с мясной или творожной начинкой. По композиции картофельной массы сходно с некоторыми белорусскими картофельными блюдами. Основой цепелинай служит картофельная масса, состоящая из сырого тертого картофеля и отварного картофельного пюре в соотношении 3:1. Перед соединением сырой массы с пюре сырой картофель отжимается. Обе части хорошо перемешиваются. Из комбинации делается широкая оладья (по форме), в которую закладывается начинка, и такой «пирожок» отваривается в круто посоленной воде 12 минут. После отваривания обливается подливкой из сметаны и жареного лука с салом. Мясная начинка часто приготавливается из тертой печенки, обжаренной с луком и салом, творожная – из сочетания творога, сырых яиц, лука и сала.

Цепелинай – массовое, быстро приготавливаемое блюдо, но оно вкусно только горячим, свежеподанным. Ни разогревания, ни оставления на другой день не терпит.

ЦИЗЕЛИРОВАТЬ (*ciseler* – фр.; *ciselieren* – нем.) – сделать неширокий, но глубокий (узкий) небольшой надрез, более похожий на прокол, небольшую ранку.

Цизелирование – поварской прием холодной обработки рыбы перед посадкой ее в печь. Применяется только в высокой профессиональной, ресторанной кухне, так как требует навыка и несет двойную нагрузку: улучшает вкус рыбы и главное – придает блюду красивую декоративную внешность, вид, предотвращает разваливание рыбы. По своей кулинарной сути цизелирование аналогично *карбованию* для мяса, но по форме значительно отличается от него. Применяется только для рыбных блюд из крупной целой рыбы – особенно во французской и итальянской кухне.

ЦИКОРИЙ. Двулетнее растение, корни которого (первого года посева) используются в сушеном виде как суррогат или как добавка к натуральному кофе. Цикорий бывает дикорастущий и садовый. Используются корни и того и другого. Урожай собирают осенью; чистят, моют корни, дают просохнуть, а затем пластуют на 4–6 частей и крошат поперек в виде кубиков величиной с горошину. Сушат на сковороде в легком тепле печи, досушивают на печи, на батареях. Перед употреблением подрумянивают в духовке, после чего заваривают как обычный кофе. Цикорий лучше не толочь, так как в таком виде (не молотом) он легче отделим от кофе и, кроме того, имеет более приятный аромат, чем молотый цикорий фабричного производства. Норма цикория по отношению

к кофе – не более 1/5 (лучшая), но может быть практически произвольной.

ЦИМЕС. Блюдо еврейской кухни, сочетающее морковь и сухофрукты, загущенные какой-нибудь яично-мучной или масляно-мучной заправкой или даже жидковатой кашицей (чаще всего – манной).

Морковь по объему должна составлять половину объема цимеса. Остальное приходится обычно на изюм, чернослив, инжир. Масло сливочное составляет 1/10 часть веса моркови; сахар, соль – только для вкуса; пряности почти не применяются. Манная крупа, яйцо – исключительно для связи всех частей цимеса. Цимес – скороваркое блюдо. Время уходит, по сути дела, только на варку моркови, первоначально обжаренной; затем в кастрюлю засыпаются все остальные компоненты, блюдо слегка тушится, перед самой подачей (за 3–5 минут) заливается кашицей с вбитым в нее яйцом и тщательно перемешивается, после чего остается на огне до прочного соединения всех частей цимеса. Цимес используется как горячее сладкое блюдо или как *антреме* (см. с. 783).

ЦИТРОНАТ. Вид *цуката* (см. с. 951) или цукатообразных глазированных фруктов, значительно более мягких по консистенции, чем цукаты, и приготавливаемых из плодов *цедрата* (см. с. 950), для этой цели используемых обычно немного недозрелыми.

Перед *кандированием* (см. с. 841) цедрат обрабатывают следующим образом: разрезают пополам вдоль и засаливают в 2–3-процентном растворе соли примерно на неделю. Затем вымачивают, освобождают от косточек, уплотненных и поврежденных мест и *бланшируют* (см. с. 791). Кандируют цитронат, не измельчая. После готовности глазируют, если хотят употребить в целом виде, например в тортах как украшение, и не глазируют, если цитронат предназначается для применения в измельченном виде в тесто пряников, кексов, куличей, коврижек, пасх.

ЦИТРУСОВЫЕ. Группа субтропических плодов, к которым относятся лимоны, апельсины, мандарины, померанцы, грейпфруты, клементины, пампельмусы, танжерины, сатсума, цедраты, бергамоты, лиметта, лайма, лаймкват, кинкан. Все они используются в пищу в свежем, сококонцентрированном состоянии, консервированном, кандированном виде, а также в виде цедры или масла (бергамоты, лиметта).

Цитрусовые имеют разные оттенки кислоты и вкуса, различную величину плодов и цвет кожуры. Желтый и оранжевый цвет не всегда бывает единственно верным показателем зрелости плода. Лимоны, мандарины могут быть внешне зелеными, но совершенно спелыми. Померанцы – всегда имеют только зеленую кожицу. Пампельмусы – светло-оранжевую, это апельсины крупной, яйцеобразной формы. Показателем зрелости для всех цитрусовых является блеск кожуры. Незрелые плоды имеют тусклый вид, независимо от окраски.

ЦИХТЫДЗЫККА. Осетинское национальное блюдо.

СОСТАВ

2 стакана сметаны,
3/4 стакана тертого осетинского сыра,
2–3 ст. ложки кукурузной муки,
1 ст. ложка пшеничной.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ.

Сметану довести до кипения, засыпать постепенно сыр, размешать, довести до кипения и, постоянно размешивая, всыпать муку. Варить до появления жировых пятен на поверхности, кремового цвета и общей вязкой эластичной консистенции.

ЦУКАТЫ. Плотные, каптированные фрукты, овощи или корки арбузов и дынь. Непременное условие приготовления цукатов – выдержка подготовленного растительного сырья (например, корок огурцов, арбузов, дынь, с которых снята верхняя плотная кожица и внутренний съедобный слой) в известковой воде или *известковом молочке* (см. с. 833) в течение суток или двух.

Следующей операцией является промывка заготовок, варка, обсушивание и наконец *кандирование* для получения цукатов. Цукатную обработку получают также все зеленые, незрелые овощи и фрукты (например, сливы с неразвившимися косточками, зеленые орехи и т. п.), когда из них хотят сварить варенье.

Цукаты сохраняют характерный для них цвет: зеленый у арбузов, желтый у дынь, бело-матовый у огурцов, что способствует их декоративному применению в кондитерских изделиях. В некоторых же изделиях (особенно в английских кексах, датских кексах, куличах) цукаты придают изделию характерный вкусовой акцент, без которого такое изделие не воспринимается как подлинное. Цукаты в изделиях (в том числе и в пасхах) нарезаются довольно мелко и перед введением в соответствующее тесто обваливаются в муке, что предотвращает концентрацию цукатной крошки в каком-нибудь одном месте кекса или кулича и гарантирует их равномерное распределение по всему изделию.

ЦУРА. Белорусское название *тюрь* (см. с.442–443, 837). Чаще всего так называют тюрю из черного ржаного хлеба, кваса, лука и чеснока.

ЦЫБРИКИ. Белорусское национальное блюдо из картофельной *клинкованной* массы (см. *тарковáнная масса*) с небольшим добавлением к ней муки (2 ст. ложки на 1 кг картофеля).

Соединив и размешав клинкованную массу с мукой, делают из нее шарики величиной с вишню и обжаривают их на сковороде в сале (топленом). Готовые обжаренные цыбрики складывают в сотейник и заливают сметаной или едят их, запивая молоком.

ЦЫВЗЫ-ЦАХТОН. Осетинская заправка-приправа из молодых стручков красного жгучего перца.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Еще зеленые стручки вместе с молодыми листьями бланшируют, затем сильно отжимают рукой, заливают холодной водой и проваривают 5 минут. Горячую воду сливают, вновь промывают, слегка отжимают и, посолив, плотно укладывают в стеклянную или глиняную посуду. При подаче к столу стебли и стручки цывзы-цахтона заливают небольшим количе-

ством сметаны или катыка и употребляют к мясным, яичным блюдам или с хлебом.

ЦЫПЛЯТА. Курочки и петушки 4–6-месячного возраста. Один из самых удобных видов пищевого сырья, хорошо приспособленный ко всем способам тепловой обработки (отвариванию, жарению, гриллированию, тушению, запеканию на решетке и в фольге) и быстро (от 15 до 30 минут) дающий готовое вкусное блюдо. По этой причине цыплята во всех видах, в том числе в двух особых – запеченные в тесте и жареные *цыплята-табака,* – служат излюбленной позицией в меню предприятий общественного питания, и особенно ресторанов. Их обработка – минимальна, приготовление – быстрое, расход посуды – ничтожный, и притом не требуется никакого специального внимания в процессе приготовления.

Композиция блюд с цыплятами также примитивна, особенно в современной кухне, где отсутствуют соусы. Вместе с тем названий блюд с цыплятами насчитывается не менее полусотни. Все они, по сути, одинаковы: мясо цыпленка (ныне он не разделывается более чем наполовину), сменный гарнир (рис, помидоры, картофель, пюре, морковь, сельдерей, петрушка, лимон) и острый соус (красный, перечный, чесночный, кетчуп, кисло-сладкий).

Лишь в редких случаях мясо цыпленка сегодня обрабатывается дополнительно – отбивается и панируется или обжаривается вначале кусками, а затем тушится более длительное время. Лучшая приправа к цыпленку – сочетание пряностей (красный перец, чеснок, корица), которое часто заменяется готовым карри, дающим более стандартный, приедающийся вкус.

ЦЯ. Обозначение *калмыцкого чая,* приготавливаемого из плиточного зеленого на воде или молоке с добавлением соли, сливочного масла и перца.

- Ч -

ЧАЙ. Пищевой продукт, представляющий собой молодые листья постоянно вегетирующего растения (кустарника или дерева), называемого *Tea chinensis,* прошедшие сложную механическую и физико-биохимическую обработку (завяливание, скручивание, ферментацию, обжаривание, сушку), в результате которой получается сухой чай нескольких типов – черный, зеленый, красный, желтый, зеленый кирпичный, черный кирпичный. Последние два типа получаются в результате иной ферментации и дополнительной операции прессования. Основные производители чая в мире: Китай, Индия, Россия, Грузия, Индонезия, Шри-Ланка.

Сухой чай всех типов превращается в напиток путем заваривания свежевскипяченной водой. Условием правильного заваривания чая являются: высококачественное сырье (сухой чай, правильно хранимый), свежая, свободная от солей и взвешенных примесей мягкая вода не выше 4 мг/экв, специальная фарфоровая посуда (чайники с решеткой внизу горлышка и с дырочкой в крышке для выхода излишнего пара), необходимая экспозиция заваривания – не превышающая 5 минут, и, наконец, правильный разлив готового чая, с постепенным добавлением кипятка через чайник, а не к заварке в чашку.

На преобладающей части территории России и в некоторых соседних с ней государствах, независимо от национального состава населения, исторически сложилось так, что основным типом чая является черный. Черный чай является преимущественно национальным напитком русских, татар, башкир, казахов, азербайджанцев, якутов. В некоторых районах Средней Азии национальным напитком является зеленый чай – в основном у узбеков, отчасти у таджиков, которые большую часть года пьют черный чай.

Прессованный калмыцкий или кирпичный зеленый чай является национальным напитком калмыков, бурят, тувинцев, шорцев, хакасов, а за рубежом – монголов.

К народам, практически не употребляющим чай в быту, относятся (из соседствующих с Россией) прибалты, молдаване, армяне, большая часть украинцев.

Чай не только безвредный, но и чрезвычайно полезный стимулирующий напиток. Всевозможные страхи насчет «вредности» чая, имевшие распространение особенно в XIX в. и кое-где проявляющиеся в виде слухов в некомпетентной литературе до настоящего времени, не имеют абсолютно никаких оснований. Даже очень крепкий чай полезен. Его надо, однако, употреблять в основном утром и днем и не позже 8 часов вечера. При заваривании грузинского чая, более слабого по концентрации экстрактивных веществ, чем, скажем, индийский чай, его следует брать в полтора-два раза больше, чем индийского. Чай можно пить и с молоком, но обязательно наливая в горячее молоко чай, а не наоборот.

ЧАК-ЧАК. Кондитерское изделие татарской и башкирской кухни; употребляется и соседними с ними народами – русскими Южного Урала и казахами северо-западного Казахстана.

Чак-чак представляет собой мелкие, как кедровые орехи, кусочки сдобного пресного теста на воде, вначале испеченные как печенье в духовке, а затем сваренные в сахаре или иногда в меду.

Чак-чак – любимое кондитерское изделие татар к чаю.

ЧАЛ. Естественно сброженное верблюжье молоко в условиях высокой температуры туркменской пустыни (сухих субтропиков). Чал возможно получить только соединив свежее верблюжье молоко, парное, еще не остывшее, с остатком чала от предыдущего дня. Таким образом в местных туркменских условиях чал получают непрерывно и естественно, без посева чистых культур соответствующих грибков.

Во всякой иной обстановке, и особенно в иных температурных условиях, получение чала – сложная биохимическая задача, сопряженная со значительными трудностями. Отсюда понятно, что чал можно пить практически только в Туркмении; он не приспособлен к перевозкам.

Чал сквашивается в естественных условиях через 4 часа, а через 6–8 часов приобретает все специфические свойства полноценного чала и, пройдя этот пик качества, начинает ухудшаться: повышается его кислотность, вкус становится резким, а спустя сутки уже и невкусным, если только не понизить температуру его хранения до 5 °С, что практически невозможно без использования холодильников. Следовательно, чал надо использовать в течение суток. Это обстоятельство сдерживает распространение чала за пределами Туркмении.

ЧАЛОП. Узбекский и таджикский летний холодный суп типа окрошки, но приготовленный на смеси *катыка* (см. с. 754–755, 844) с водой. Катык берется в отношении к воде как 3:2. Предварительно катык отцеживается слегка от лишней сыворотки, затем смешивается с водой, ставится на лед для сильного охлаждения. После этого подготавливается зеленая часть: свежие огурцы, зеленый лук, укроп – все измельченное (иногда – немного маргеланской редьки, натертой на крупной терке). Пряности (красный перец, чеснок и соль) вносятся заранее в смесь катыка с водой. Заправив овощи, дают чалопу еще постоять 5–10 минут, чтобы они пропитались жидкостью и запахом пряностей.

ЧАЛПАК. Узбекские тонкие маленькие лепешки из дрожжевого теста, жаренные, как пышки, на масле в казанке с обеих сторон.

ЧАМБОР. Белорусское название лесной богородской травы (в сосновых лесах) – русский *тимьян*, или чабрец. Используется при солении грибов, особенно груздей, волнушек, рыжиков.

ЧАМЧАРАК. Армянский фруктовый суп. Приготавливается из кураги, изюма, тута. Сахара практически не добавляется, всего 1 кусочек рафинада. Варка идет не более 25 минут, чтобы фрукты не выварились. Подается холодным.

ЧАНАХ. Северокавказский и грузинский рассольный сыр, приготавливается в горшках, носящих название «чанах» и давших наименование сыру.

ЧАНАХИ. Грузинское блюдо. Названо по посуде, в которой приготавливается. В чанахи используется только баранина в отличие от других грузинских блюд. Жирное молодое баранье мясо составляет 1/4 или 1/5 объема чанахи. Остальное – овощи: баклажаны, помидоры, картофель и лук, взятые примерно в равных долях. Из пряностей обязательны: петрушка, кинза, базилик, красный перец, черный перец.

Технология несложна. Мясо крупными кусками закладывают в горшок или чугунок, поверх кладут овощи, пересыпанные пряностями, и ставят на 2 часа в духовку. Спустя час можно добавить немного риса поверх овощей или в углубление, сделанное в них. Главное, чтобы все компоненты были заложены плотно, доверху, без оставления пустого пространства. Именно в этом заключен смысл чанахи, источник образования его особого вкуса. Причем баклажаны хорошо солят и перчат особо, другие овощи – слабее. После закладки чанахи сверху кладут кусочек курдючного сала или масла и заливают кипятком, чтобы вытеснить воздух в промежутках между продуктами. Крышку плотно закрывают или придавливают.

ЧАПАДЫ. Тонкие туркменские лепешки из пресного простого теста, выпекаемые в тандыре. Сторона, прилепляемая к стенкам тандыра, смачивается предварительно водой. Лепешка представляет собой ломкий сухой хлеб.

ЧАТНИ – вид приправы, применяемой в индийской кухне. (См. подробнее книгу «Поваренное искусство и поварские приклады», с. 562.)

Рецепт самого легкого и удобного в России для приготовления из местного сырья чатни следующий:

СОСТАВ ПРОДУКТОВ

0,5 кг слив,
250 мл уксуса 3-процентного,
65 г изюма,
1 стручок сладкого перца,
75 г лука-шалота,
10 г лука острого,
15 г сахара,
0,5 ч. ложки имбиря,
0,5 ч. ложки красного жгучего перца.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Измельчить все фрукты и овощи возможно мельче (в т. ч. и изюм – разрезать).

2. Варить в уксусе 1 час под крышкой на медленном огне (без слив).

3. Добавить сливы и варить 2 часа.

4. Полученное сметанообразное пюре остудить, поместить в герметическую посуду и хранить в холодильнике. Употреблять как приправу (горчицу) к мясным блюдам.

ЧАХОХБИЛИ. Грузинское национальное мясо-овощное блюдо, приготавливаемое из баранины или чаще из домашней птицы (индейки, курицы). Для чахохбили отбирают молодое мясо, с жирком, и нарезают небольшими кусками, как для гуляша.

Особенность технологии чахохбили состоит в том, что здесь применяется «сухое обжаривание» мяса – без дополнительного жира в течение 15 минут в казанке. Затем мясо варят «сухим способом», то есть без воды с овощами за счет имеющейся в них влаги. Поэтому овощными «партнерами» к мясу в чахохбили выбирают такие, которые содержат много влаги – в первую очередь помидоры, которые ошпаривают и закладывают без кожицы, – этот прием свойствен всем средиземноморским и черноморским кухням и идет, по-видимому, с Древнего Востока. Лук добавляют уже обжаренный в масле в другой посуде, чтобы он не «съедал» влагу других овощей и мяса и чтобы не превратился во время обезжиренного тушения в безвкусную вываренную массу. Тушение продолжается полчаса.

В последнюю очередь закладывают в чахохбили пряности: красный перец, кинзу, базилик, чеснок (их применение обязательно). Кроме того, дополнительными пряностями могут быть: эстрагон, укроп, хмели-сунели, мята, имеретинский шафран.

Общее время приготовления чахохбили – примерно 1 час.

Помимо помидоров в чахохбили может быть введен картофель, также обжаренный, почти готовый, вначале в другой посуде и лишь соединяемый со всем блюдом при закладке пряностей в конце приготовления.

При недостатке жидкости в чахохбили можно, конечно, в процессе приготовления добавить немного кипятка, но не более 1/2 стакана на 0,5 кг мяса. Однако лучше все же решать эту проблему за счет увеличения доли помидоров.

ЧЕКТЫРЬМЕ. Туркменский густой суп из молодой баранины (грудинка, пашина), сваренной с большим количеством

лука, помидоров, чеснока, лебеды и петрушки. В качестве пряностей применяются красный перец, шафран.

ЧЕЛЬПЕК. Татарское яичное кондитерское изделие с небольшим содержанием сахара.

В его состав входят 10 яиц, 100 г молока или сливок, 3 ч. ложки сахара в тесто и 100 г сахарной пудры для обвалки. Мука добавляется настолько, чтобы вышло крутое пресное тесто. Соды берется *щепотка* (см. с. 963). Тесто раскатывается тонко, до 2 мм, и нарезается по ободу тарелки кругами в 20–25 см в диаметре. Жарятся чельпеки в большом количестве топленого масла, на глубоких сковородах. Чтобы края чельпеков-блинов не загибались и не вздувались при жарении, их обжимают все время деревянными спицами. Готовый чельпек должен иметь оранжевый цвет. По остывании чельпеки посыпаются сахарной пудрой.

ЧЕМКВА. Западногрузинский вариант распространенного на Северном Кавказе молочного блюда из сочетаний молока, имеретинского сыра и кукурузной муки.

Приготавливают его следующим образом: в кипящее молоко (0,75 л) всыпают натертый имеретинский сыр (0,5 кг), варят 5 минут и затем постепенно всыпают кукурузную муку (2 стакана), постоянно размешивая на умеренном огне до консистенции густой каши.

ЧЕПАЛГАШ. Лепешки с творогом из пресного теста на соде, имеющие распространение в Дагестане. Имеют своеобразную технологию приготовления.

Муку и кефир в равных долях (по 1 стакану) и соду замешивают в мягкое легкое тесто, добавляя воды до нужной консистенции.

Из творога, яиц и соли приготавливают массу-фарш, который закладывают в лепешки, раскатанные из теста (произвольного размера), и защипывают их края в центре, после чего вновь слегка раскатывают так, чтобы сгладить шов защипки. Чепалгаши запекаются на сковороде без масла. После готовности обрызгиваются слегка горячей водой, разрезаются на части (4–6 частей) и подаются со сливочным маслом.

ЧЕРЕМША. Пряное дикое степное растение, обладающее слабым запахом чеснока. Употребляется наряду с луком и чесноком, а также как их замена в салаты в свежем виде (листья, напоминающие ландыши). Черенки черемши в виде прутиков, похожих на толстую проволоку, засаливают и также употребляют в качестве закуски в салаты и как гарниры к мясным жареным и гриллированным блюдам.

ЧЕРЕШНЯ. Косточковые плоды деревьев рода вишен, семейства розовых. Распространена в Малой Азии, на Кавказе, в Черноморье и Южной Европе. Черешня – самый ранний фруктовый плод, поспевающий в мае. И этим определяется ее значение для стола: в первую очередь она употребляется в свежем виде. Отсутствие у черешни резко выраженного вкуса в сочетании с плотной сочной мякотью делает ее особенно удобной для компотов, маринадов, в которых ей придается тот или иной вкус пряностей.

То же самое следует сказать и о вареньях из черешни – они обладают высокой степенью декоративности, ягода прочно сохраняет свою форму и легко воспринимает тот или иной вкус, аромат. Поэтому разным по цвету плодам сознательно придают в варенье различный вкус или усиливают его, хотя исходный, сырой продукт по вкусу почти одинаков.

Чрезвычайно удобна черешня для производства цукатов, сухого варенья, глазированных и спиртованных плодов, используемых в кондитерском производстве и при изготовлении конфет.

В свежем виде мясистость и сочность плодов черешни делают их удобными компонентами в *маседуанах* (см. с. 88, 866), где они создают приятный нейтральный контраст таким обладающим ярко выраженным ароматом ягодам и фруктам, как малина, земляника, клубника, ананас, абрикос.

Черешня, следовательно, в значительной степени декоративное, обладающее способностью быть носителем различного вкуса и аромата десертное и кондитерское пищевое вспомогательное сырье. Она – предмет кулинарной роскоши, украшения и даже, в известной мере, кулинарной традиции, но не необходимости. (Культура садовой черешни насчитывает в Средиземноморье свыше 2000 лет.)

ЧЕСНОК. Пряное растение; находит широкое употребление во всех кухнях, особенно в восточных, – в мясных и овощных блюдах, закусках, салатах, супах, жарких, а также при засолке и квашении практически всех овощей.

Для убыстрения чистки и применения чеснока ныне существуют специальные чесноковыжималки, сразу превращающие зубчики чеснока в кашицу, очищая его от внешней шелухи. Кроме того, имеются чесночные соли разных видов для моментального применения, состоящие из смолотого в пудру или порошок сублимированного (высушенного) чеснока, поваренной соли, глютамата и сушеной петрушки или сельдерея.

Эти концентраты, обладая запахом чеснока, передают его только соответствующему блюду, но не распространяют его в воздухе, как естественный свежий чеснок. Тот же эффект достигается, если свежим чесноком натереть корку черного хлеба, а не есть его непосредственно в салате или ином блюде.

Чеснок не придают рыбным блюдам, но его можно добавлять в рыбные супы (но не в уху), а также к отварной щуке и некоторым морским рыбам для отбивания их специфического запаха.

ЧЕЧЕВИЦА. Самое скороваркое из бобовых зерен. Употребляется как основной компонент в супах, особенно в супах-пюре и кашах, и как дополнительный компонент в овощных гарнирах-пюре, «любит» в качестве оттеняющей вкус приправы – лук, чеснок и особенно чабер, и отчасти мяту.

ЧЕШУЯ рыбья (речных и озерных частиковых рыб). Является ценным кулинарным продуктом. Обычно при чистке рыбы ее выбрасывают. Между тем если рыба свежая, а тем более если она собственного улова, то чешую надо собрать, хорошо промыть в нескольких водах, пока холодная вода не будет прозрачной, и затем высушить на решете, просушить хорошенько и хранить в сухом месте. Употреблять таким образом обработанную чешую можно как желирующее средство – в заливные, студни, мармелады, кисели и желе (в том числе и в ягодные

и молочные, поскольку правильно и своевременно обработанная чешуя не имеет никакого запаха). Сухая чешуя свободно распускается в теплой воде. Она обладает большой пищевой ценностью, служит прекрасным очистительным средством, дает мягкий и прочный желирующий слой, не столь грубый и безвкусный, какой образует *желатин* (см. с. 231, 823). Норма закладки – вдвое больше, чем желатина.

ЧИБРИКИ. Бытующее в Поволжье мордовское название пончикообразных лепешек из жидковатого дрожжевого теста, жаренных во фритюре.

ЧИВОТ. *Катык* (см. с. 754–755, 844), переквашенный с укропом (на 5 л катыка – 0,5 кг укропа) и солью (100 г) без доступа воздуха в наглухо закрытом глиняном горшке. Выдерживается на солнце три месяца. Употребляется как приправа к мясным блюдам и как самостоятельная еда с хлебом.

ЧИГИТ. Чувашское название традиционной творожной запеканки (творога – 400 г, сметаны – 150 г, 2 яйца), запекаемой в жестяной бездонной скобе на липовой доске в духовке и подаваемой холодной к *катыку* (см. с. 754–755, 844) на завтрак или ужин.

ЧИПСЫ (от англ. *chip* – стружка). Картофель, нарезанный тонкими ломтиками, сваренный и высушенный в парах горячего воздуха, или «картофельные вафли», приготовленные из высушенного тонкого слоя картофельного пюре. Выпускается пищевой промышленностью как готовое к употреблению пищевое изделие («хрустящий картофель»). Впервые выпуск чипсов был налажен в Великобритании. Чипсы – традиционно английский гарнир к блюдам из жареной рыбы.

ЧИРАПУР. Армянский овоще-фруктовый суп, приготавливаемый из кураги и *нута* (см. с. 891). Нут замачивается на 10–12 часов, затем отваривается отдельно и после этого смешивается с сушеной курагой и варится с добавлением сахара до готовности кураги под крышкой. Подается холодным, как летний суп.

На 1/2 стакана нута – 200 г кураги и 15 кусочков сахара-рафинада.

ЧИФИРЬ. Жаргонное наименование (не литературное!) крепкого чая. Фактически под этим названием надо понимать не всякий чай, а лишь специально подогретый с целью выгнать в настой побольше красящих веществ чая. При этом экстрагируются вредные алкалоиды, которые при правильной заварке не входят в настой, независимо от количества заваренного чая.

Вот почему нельзя ставить на подогрев заварочный чайник: получится чифирь, то есть испорченный, вредный чай, содержащий опасный алкалоид – гуанин. Само слово «чифирь» происходит от сибирского областного *чихирь,* означающего испорченное, скисшее вино или вообще любое дурманящее средство неясного, темного (в буквальном смысле – по цвету!) происхождения и вида.

ЧИХИРТМА. Грузинский национальный суп из молодой баранины или чаще из домашней птицы – кур, индеек. В отличие от русских супов чихиртма не имеет овощной, крупяной гущи, а состоит из мясной части и бульона, который загущивается при помощи муки и яично-кислотной заправки. Именно эта последняя заправка и составляет технологическую особенность чихиртмы, создает ей особый вкус.

Мясная часть чихиртмы обычно вначале варится, затем, нарезанная на небольшие куски, обжаривается и снова доваривается в том же бульоне. Готовую мясную часть временно вынимают из бульона, и начинается его обработка. Вначале вводится мучная заправка, и бульон кипятится 5 минут. (В куриной чихиртме мучную заправку не делают.) Затем приготавливается яично-кислая смесь – из взбитых желтков, соединенных с небольшим количеством муки (1–2 ч. ложки), 1 столовой ложкой теплого бульона и лимонным соком (на 4 желтка – 1/3 стакана лимонного сока). К смеси доливается полстакана-стакан теплого бульона. Только после этого *деревянной ложкой* яично-кислая смесь размешивается в остальном бульоне. После данной операции в бульон вновь закладывается мясо (курица), жареный лук, пряности (кинза, сельдерей, петрушка, черный перец, корица, базилик, укроп, шафран, мята) и 50 г *тклапи* (см. с. 576, 933). Все это подогревается почти до кипения и спустя 3 минуты подается на стол.

ЧОГИ. Грузинская овощная закуска из печеной свеклы, зеленого лука и отвара-кашицы сушеного кизила. Полстакана кизила отваривается в стакане воды и протирается до получения пюреобразной массы, достаточной для заправки 0,5 кг тонко нарезанной свеклы. В качестве акцента вносится немного зелени петрушки, кинзы и мяты. Чоги – чрезвычайно вкусная, аппетитная и полезная закуска.

ЧОРБА. Название болгарских, румынских и молдавских горячих национальных супов, долю жидкой части которых (от четверти до половины) составляет квас.

Общее название происходит от турецкого слова, поразному произносимого на Ближнем и Среднем Востоке и давшего имя различным по составу и технологии супам тюркских народов и народов, живших на территории Турецкой империи: *шурпа* (см. с. 647, 962), *шурбо, щорба, шурьба, шюрьпе, шорпа, шурва.*

Ввиду этого каждое фонетическое и орфографическое искажение данного слова превратилось в самостоятельное кулинарное понятие, поскольку оно оказалось связанным с национальными блюдами разных народов, обозначавших почти одинаковым словом разное содержание.

ЧУАНЬ-ЦЗЯО (*зантоксилум, японский перец*). Редкая и чрезвычайно ароматичная пряность, применяемая только в японской, китайской и маньчжурской кухне. Чуань-цзяо, подобно уссурийскому лимоннику, помимо своих пряных ароматических свойств обладает способностью придавать бодрость, снимать чувство усталости и голода. Поэтому и в Японии, и в Китае прибавляют нередко в чай по одному зернышку чуань-цзяо. Чуань-цзяо одинаково хорошо ароматизирует десертную и основную мясную, рыбную, овощную пищу. Он не резок, не жгуч, а умеренно, но очень стойко ароматен. Запах чуань-цзяо настолько своеобразен и оригинален, что тот, кто хоть раз его испытал, запоминает его на всю жизнь и быстро может угадать среди других ароматов даже спустя несколько лет.

ЧУДУ. Национальное блюдо народов Дагестана (кумыков, даргинцев, татов) – своего рода пирог, приготавливаемый на скорую руку из пресного теста с разного рода начинкой – мясной, творожной, овощной. Чуду делают как закрытыми, так и полузакрытыми, наподобие больших ватрушек – обычно размером со среднюю тарелку и с очень тонкой тестяной оболочкой, но обильной начинкой.

Мясная начинка делается из рубленого мяса или фарша баранины или только из требухи и обильно сдабривается луком и перцем, а иногда и уксусом, томатной пастой. Овощная начинка бывает разнообразнее – это дикий лук, тыква с разными пряными добавками. Творожные чуду делаются с творогом и яйцами или рисом и творогом. Праздничные чуду современной кухни приготавливаются из курятины с орехами или из мяса с картофелем и луком, с черным перцем.

Тесто для чуду раскатывается как можно тоньше, и тем не менее подовая корка чуду всегда остается немного клеклой, непропеченной, что, так сказать, входит в норму при изготовлении чуду в современной духовке. Поскольку композиция чуду была создана для выпечки этого изделия на поде печи или на горячей золе, то при старой технологии подовая корка, наоборот, пропекалась и становилась плотной и ломкой.

Основной вкус в чуду создается начинкой, и именно поэтому на ее качество и вкус обращается основное внимание (см. *начинки*).

После выпечки закрытые и полузакрытые чуду смазываются маслом или густой сметаной (творожные и овощные).

ЧУЛАМА. Горячее блюдо румынской и болгарской кухни, приготавливаемое из мяса, грибов или овощей по одинаковой технологии. Вначале до полной или полуготовности приготавливается основная часть чуламы (телятина, баранина, грибы, картофель), которая обжаривается маленькими кусками и тушится. А затем к этой основе прибавляют или, вернее, заливают ее отдельно приготовленным мучным или масляно-мучным соусом, чаще всего типа *бешамель* (см. с. 236–237, 789), но с более ясными пряными акцентами (чеснок, красный перец, сельдерей, острый сыр-брынза), и доводят все блюдо до полной готовности.

ЧУМАР. Вид клецек в татарской кухне. Приготавливаются из смеси яиц, бульона, в котором должны вариться клецки, и муки.

Отличием от обычных клецек является использование для чумара ржаной, гороховой и чечевичной муки, наряду с пшеничной. Это обстоятельство, а также варка чумара преимущественно в бульоне из баранины или конины придает этому блюду особый национальный вкус, чаще всего связанный с понятием «чумар», хотя татары называют так и обычные европейские клецки.

ЧУРЕК (от турецкого «хлеб»). Общее название местного пшеничного хлеба на Северном Кавказе, в основном в Кабардино-Балкарии и Черкессии. Чурек имеет вид лепешек. Приготавливается из пресного теста, как правило, в золе, из пшеничной, ячменной и кукурузной муки.

Ячменный чурек выпекается вначале в духовке с двух сторон, а затем после образования корочки допекается в золе еще 20–25 минут. Кукурузный чурек делается из заварного кукурузного теста (ибо холодная вода не скрепляет кукурузную муку); ему придается форма не лепешки, а конуса, который выпекается в духовке и употребляется в пищу только горячим.

Очень часто чуреком неправильно называют либо всякий вид хлеба, выпекаемого в тандырах (в том числе и дрожжевой), либо армянский *лаваш*, что является грубой ошибкой как в кулинарном, так и в национально-этнографическом отношении.

ЧУРЧХЕЛА. Грузинское национальное лакомство. Приготавливается из грецких орехов, нанизанных на бечевку или нить, и специальной виноградно-крахмалистой киселеобразной массы – так называемой татары, которая варится из виноградного сока, муки и сахара и в которую в горячем состоянии многократно опускаются орехи на нити, постепенно обрастая клейкой массой. Готовую чурчхелу, еще мажущуюся и липкую, завертывают в полотно и оставляют созревать в течение почти трех месяцев в сухом, хорошо проветриваемом помещении. Созревшая чурчхела должна не утратить мягкости и покрыться легким белым налетом от выступившего на ее поверхность сахара, что является признаком хорошей, правильно приготовленной чурчхелы.

ЧУЧУ (произносится так же, как *чючю, кюкю, чюк, кюк*). Яично-овощное блюдо иранского происхождения; известно в Азербайджане, примыкающих к нему районах Дагестана, в Узбекистане и Таджикистане (в среднеазиатских республиках носит название *кюк-бийрон*). По композиции оно весьма примитивно: свежая, мелко нарезанная зелень молодых весенних растений, преимущественно пряных (а в Средней Азии также молодой люцерны) – кресса, зеленого лука, чеснока, шпината, щавеля, мяты, лебеды, порея, петрушки, укропа и т. п., быстро в течение пары минут обжаривается в казанке в масле или в курдючном сале и заливается равным объемом взбитых яиц. В основе чучу лежит ритуальное древнее жертвенное блюдо в честь наступления весны, возрождения природы (отсюда яйца и молодая зелень).

Чучу в современной кухне народов Востока применяется как сезонное скороваркое (3–5 минут) блюдо в качестве горячей закуски. Иногда в общепите (ресторанах) подается холодным, что в кулинарном отношении неправильно, ибо при этом совершенно утрачивается вкусовая прелесть этого блюда.

- Ш -

ШАВЛЯ. Узбекское блюдо, сходное по своим компонентам *с пловом* (см. с. 905), но с иным соотношением этих продуктов (рис, мясо, морковь – 2:1,5:1 или 1,5:1:1), с большей долей жиров (на 50%) и воды. Кроме того, в шавле больше лука и, в отличие от плова, обязательно закладываются помидоры. Все это оказывает влияние на вкус и консистенцию шавли, которые оказываются иными по сравнению с пловом. В целом шавлю варить проще, чем плов, и вкус у нее проще, зауряднее.

ШАКАРОБ. Таджикский суп, приготавливаемый без варки. Состоит из зеленого лука, кинзы, базилика, петрушки, чабера, взятых примерно поровну и мелко нарезанных. Вначале они растираются с прибавлением соли и стручка красного перца в кашицу, а затем к ним постепенно подливается кипя-

ток так, чтобы получилось жиденькое зеленое пюре. На 6 стаканов искрошенной зелени вливают 2 стакана сметаны и заливают этим составом одну-две лепешки-кулча, свежеиспеченных и горячих.

ШАКЕР-БУРА. Иранское кондитерское изделие, распространенное в Азербайджане и представляющее собой сухую орехово-сахарную начинку, заключенную в вафельную оболочку (две половинки полусферической яйцеобразной формы).

ШАКОЛЫ (белорус.). Овсяные высевки, от которых обязательно надо освобождать овсяную муку перед ее употреблением в расчинные блины или другие хлебные изделия. При изготовлении овсяного киселя или *жура* шаколы отделяются не только просеиванием через сито, но и дополнительно путем замачивания муки и отмучивания ее наиболее нежной, пылеобразной части.

ШАЛТОНОСЫ (белорус.). Маленькие пирожки из гречневой муки, начиненные творогом; также под этим же названием разумеют род вареников из пшеничной муки, начиненных картофелем с мясом.

В Литве *шалтоносяи* – это, как правило, вареники с ягодами (черникой), коноплей или маком, то есть «сладкие вареники».

ШАЛЬБАБОН. Белорусское название фасоли.

ШАМПАНСКОЕ. См. *игристые вина.*

ШАМПИНЬОНЫ. Грибы, которые произрастают круглый год и могут подаваться к столу вне зависимости от сезона. Отличаются тонким вкусом, напоминающим белые грибы, но должны быть правильно приготовлены. Вначале их варят с небольшим количеством воды до полного выпаривания влаги, затем слегка обжаривают в масле и наконец варят на умеренном огне с добавлением сметаны. Шампиньоны надо мелко резать – тогда они дают полное развитие вкуса. Однако ради мнимой красивости, чтобы подать их целыми грибками, этого часто избегают делать и даже не отделяют ножек от шляпок. Такие грибы декоративны, но невкусны.

Шампиньоны особенно хороши для приготовления соусов. В начинки их надо сильнее обжаривать и подсаливать. Они одинаково хороши и в пирогах, и в качестве фаршей к овощным блюдам и к рыбе.

Их вкус можно усиливать или придавать ему новый акцент при помощи таких добавок, как черный перец, тимьян, сметана, лук, чеснок, но они не терпят уксуса, теряя при этом естественный аромат и становясь грубыми по консистенции, скользкими.

Очень хороши шампиньоны для запекания в сметане.

ШАНЬГИ (слово языка коми, перешедшее в русский). Круглые пирожки, хлебцы – название особого рода лепешек из дрожжевого ржаного, ржано-пшеничного и пшеничного теста, замешенного на бараньем или говяжьем жире, имеющих внешний вид ватрушки, но не наполненных, а лишь смазанных в середине сметаной, творожно-яичной массой, творожно-гречневой смесью и т. п. Шаньги – изделие, распространенное от Карелии до Оби, в регионе, населенном народами финно-угорской группы (с XVII в. проникает в Западную Сибирь вместе с архангелогородскими и сольвычегодскими колонистами). Ныне – особенно характерно для региональной кухни Предуралья, Среднего Урала и Зауралья. Шаньги едят горячими, свежевыпеченными с молоком, с простоквашей, с соленой рыбой, со щами, с чаем – они подходят ко всем этим разнообразным пищевым сопровождениям. После выпечки их смазывают топленым маслом. Хорошо выпекаются как в русской печи, так и в современной городской духовке.

ШАРБИН. Бурятские лепешки с бараньим фаршем, аналогичные татарским беляшам.

ШАРЛОТ (ШАРЛОТКА). Горячее сладкое блюдо западноевропейской кухни, чрезвычайно распространенное в домашнем и ресторанном столе в XIX – начале XX в. в России, но с 30-х годов вышедшее из кулинарной моды. Шарлот состоит из двух частей – фруктовой и хлебной, каждая из которых приготавливается раздельно до полной готовности. Затем обе механически соединяются (обычно укладываются слоями друг на друга в специальную форму) и запекаются для более прочного соединения друг с другом и для взаимного проникновения (диффузии) вкуса в духовке непосредственно перед подачей к столу.

Фруктовая часть в шарлотах чаще всего состоит из яблок как наиболее дешевого, распространенного и быстро приготавливаемого продукта, но может быть и из груш, айвы, слив, ананасов. Хлебная часть также широко варьируется от черного ржаного хлеба (сухарей) до бисквитов и пропитывается молочно-сливочными изделиями: молоком, сливками, сметаной, маслом. Форма для шарлота должна быть обязательно со съемным дном. Именно исчезновение форм и привело к постепенному «вымиранию» шарлотов в кулинарном быту после Второй мировой войны.

Низ формы (дно) обязательно застилается промасленной бумагой, потому что вниз первым слоем всегда кладется хлебная часть, обычно пропитанная маслом и потому склонная к пригоранию. Бумага предотвращает это пригорание. Фруктовая часть тщательно освобождается от всех мешающих элементов (косточек, пленок, кожуры), иногда пюрируется и уваривается либо с сахаром, медом, либо с джемом, повидлом или скрепляющим сиропом с тем, чтобы при укладывании на хлебную часть он пропитал бы ее. Верхним слоем всегда бывает фруктовый, покрываемый глазировкой или кремом, способным запекаться (то есть содержащим яйца, а не масло!).

Шарлот разрезается на порции, как торт, и подается с какой-нибудь фруктовой или молочно-ванильной подливкой, контрастирующей с основными фруктами шарлота (по вкусу и цвету) и делающей хлебную часть еще более мягкой, нежной, сочной.

Шарлот – блюдо, дающее возможность проявлять кулинару свободно свою фантазию, не быть связанным точными пропорциями и использовать любое имеющееся фруктовое и хлебное сырье.

Цедра, ваниль, корица – наиболее обычные пряности для шарлотов.

ШАРОЦ. Армянское лакомство, напоминающее собой грузинскую *чурчхелу* (см. с. 580–581, 956). Особенностью его приготовления, влияющей на вкус, является обработка виноградного сусла *бентонитом,* выдержка и процеживание, а также использование смеси трех пряностей (корицы, гвоздики, кардамона), совершенно не применяемых в чурчхеле, обладающей естественным, а не приданным вкусом и ароматом.

ШАФРАН. Пряность и одновременно пищевой краситель – тычинки цветков семейства крокусовых (настоящий шафран) или тычинки цветков бархатцев (ложный, или имеретинский шафран). Настоящий шафран используется в чрезвычайно небольших дозах – либо не более 4–6 тычинок в первые и вторые блюда, рассчитанные на 3–5 человек, либо в виде водного или спиртового настоя в тесто (1/2 чайной ложки настоя).

Имеретинский шафран, исполняющий лишь роль пищевого красителя, применяется как обычные пряные травы.

ШАШЛЫК (шишлик, кебаб, верченое, мцвади). Мясное блюдо, распространенное почти у всех горных и пастушеских народов: куски мяса, преимущественно вырезки или поясничной (почечной) части, нанизанные на вертел и обжаренные над углями или в грилях в течение 10–15 минут.

Для шашлыка берут мясо упитанного молодого животного, обычно барашка, нарезая куски так, чтобы они были вместе с жиром, и располагают их на вертеле или решетке (гратаре) таким образом, чтобы жировая часть была сверху и жир при гриллировании шашлыка все время стекал бы на мясо. Если мясо не имеет собственного жира, то можно перед гриллированием обмакнуть каждый кусок в подсолнечное или иное растительное масло. Расположение сала *между* кусками мяса, обычно встречающееся в общепитовской практике, является чисто механическим, декоративным приемом и дает отрицательный эффект: жир мимо мяса стекает на угли и вызывает чад, придающий всему кушанью неприятный запах, огрубляющий его.

Иногда для шашлыка применяют заранее приготовленное маринованное мясо, так называемую *бастурму,* что практикуется только тогда, когда на шашлык берут мясо старого животного или вместо баранины используют говядину.

Мясо, предназначенное для шашлыка, не солят ни до, ни в процессе гриллирования, так как это увеличивает истечение сока и делает шашлык жестким и невкусным.

ШВЕДСКИЙ СТОЛ. См. *холодный стол.*

ШЕМАЯ (в переводе с персидского «царская рыба»). Небольшая рыба (самые крупные экземпляры – 800 г), обитающая в реках Закавказья, а также в Тереке, Кубани и обладающая чрезвычайно нежным вкусом в копченом виде. Издавна служила изысканным деликатесом. Очень жирна и всегда ценилась высоко, что объяснялось как ее высокими гастрономическими качествами, так и прогрессирующим сокращением ее численности. Шемая – проходная рыба. В реки она входит только для нереста. И именно в это короткое время обладает поразительным вкусом. В море же, где она проводит все время до созревания, шемая совершенно безвкусна.

«ШЕРБЕТ» (часто также «щербет»). Неграмотное торговое наименование молочных и фруктовых помадок, смешанных с орехами и спрессованных в брикет-батоны. Например, бывает «молочный» шербет, «шоколадный» шербет, «фруктово-ягодный» шербет и т. д.

Причина, по которой название *напитков* (см. ниже) перешло в торговле на помадки, то есть кондитерские изделия, неясна и, по всей вероятности, является результатом простой неграмотности.

ШЕРБЕТ-СУУ. Простая вода, вскипяченная с сахаром, – сахарный сироп. Используется в болгарской кухне как сопровождение к кукурузной каше, аналогичной *мамалыге* (см. с. 552–553, 863).

ШЕРБЕТЫ. Восточные напитки, приготавливаемые на основе натуральных соков (или в виде исключения – настоев) ягод и фруктов, которые и дают наименование каждому шербету: лимонный, вишневый, малиновый, гранатовый и т. д.

Шербеты бывают двух типов: таджикские, более густые, содержащие больше сока, а также сахара, и азербайджанские – легкие, где соки разведены водой и содержат не только меньше сахара, но и некоторые пряные и ароматические вещества (например, розовое масло), придающие им вкус, отличающийся от вкуса естественных фруктовых и ягодных соков. Шербеты подаются холодными, иногда со льдом; служат прохладительными летними напитками во время обеда.

ШЕЧАМАНДЫ. Грузинские вегетарианские супы без овощей и круп, приготавливаемые на молочнокислой, фруктово-кислой и орехово-зеленой основе, загущенной мучной заправкой. Молочнокислые шечаманды заправляются также яйцами (целыми или только желтками), они приготавливаются исключительно на *мацони* (см. с. 867).

В качестве пряностей употребляется лук (больше, чем в обычные супы, в два-три раза), чеснок, мята, укроп, эстрагон, сельдерей, петрушка.

Рецепт шечаманды на фруктовой основе: 0,5 кг кизила, 2 луковицы, 1 л воды, 2 ст. ложки муки, чеснок, мята. Кизил протереть, мякоть и сок оставить в фарфоровой посуде, а косточки, выжимки, кожицу поставить вариться на 5–7 минут. Отвар процедить, развести в нем муку, добавить лук, прокипятить 10 минут, снять с огня, влить сок и мякоть кизила, заправить чесноком и мятой.

ШИМА. Таджикское мясо-овощное блюдо с лапшой, напоминающее узбекский *лагман* (см. с. 658–659, 855). Разница лишь в составе продуктов, идущих в *кайлу* (см. с. 456, 840), в добавлении яиц, в форме обработки тестяной основы, что в целом дает иной вариант вкуса.

Характерной технологической особенностью шимы является то, что все три ее части – лапша, мясо-овощная кайла и яйца (крутые, обжаренные в масле) – приготавливаются порознь и только в последний момент перед подачей на стол соединяются вместе, накладываются друг на друга и в этом виде, собственно, и составляют шиму.

ШИР. Осетинское название широко распространенной на Кавказе каши, приготавливаемой из кукурузной муки на молоке или сыворотке.

ШИРМОЛЬ (иногда *ширмой*). Таджикские лепешки из опарного несдобного квашеного теста, приготавливаемые на особой закваске из *нута* (см. с. 891) и выпекаемые в тандыре. Приготовление ширмоля требует значительного времени (14 часов на закваску и 6 часов на созревание опары-пайгира, 2 часа на расстойку, разделку и выпечку), т. е. фактически суток. Ширмоли обладают особым, только им присущим вкусом, образуемым закваской и семенами *ажгона* (*зиры* – см. с. 831).

ШИРТАН. Начиненный бараньим мясом и чесноком и запеченный бараний желудок, национальное чувашское блюдо. Ширтан запекают при падающей температуре от 300 до 100 °С, так что он становится полусухим, с хрустящей корочкой.

ШИФОНАД (фр. *chiffonade* от *chiffon* – клочок). Термин французской и международной кухни, означающий приготовление ассорти из тонких, зеленых, нежных листовых овощей-трав (шпината, порея, салата-латука, щавеля, лебеды, портулака, пастушьей сумки и т. п.). Как правило, эта зелень нарезается полосками не более 1 см шириной, бланшируется кипятком, иногда два-три раза подряд, а иногда ей после бланширования дают раз вскипеть, но не до потери натурального цвета. Шифонад используют либо в качестве гарнира, либо для подмеса к гарнирам-пюре из картофеля, брюквы, моркови, дающих хороший, красивый контраст и цвета, и вкуса с шифонадом, либо перед самой подачей к столу вводят в прозрачные бульоны, фюме и т. п.

ШКИЛОНДЗЯ (белорус., от польск. *skiladz* – толстая кишка, *skilandz* – свиной желудок; также – *шкилендзя, шкиленда, шкиландз*). Домашняя колбаса из ливера. В некоторых районах Белоруссии так называют и кровяную колбасу, или лепешки из свиной крови и лука (Гродно), или начиненный требухой свиной желудок (Борисов, Ивье).

ШНЕЛЬКЛОПС (нем. *Schnellklops* – ускоренная отбивная). Мясное блюдо остзейско-немецкой кухни; распространено также в Польше, Прибалтике, Скандинавских странах, входит в меню ресторанной кухни (до революции было одним из дежурных блюд петербургской кухни). Для шнельклопса берется свинина или говядина задней части (ссек, вырезка), нарезается тонкими продолговатыми ломтиками, отбивается, панируется в муке и обжаривается. После этого доводится до готовности (тушится) в сотейниках с луком и сметаной. Гарнируется отварным картофелем, картофельным пюре, жареным луком в сметане.

ШНИЦЕЛЬ (австр.-нем. *Schnitzel* – тонко нарезанное). Мясное блюдо австрийской (венской) ресторанной кухни.

Для настоящего венского шницеля используется только телятина. Мясо нарезают толстыми, в 2 см толщиной, кусками, освобождают от жилок, отбивают до толщины в 1 см так, что шницель становится с ладонь, слегка *карбуют* (см. с. 842) с одной стороны, если мясо хорошее, и с двух сторон, если телятина заменяется говядиной. Шницель плотно *панируется* (см. с. 73, 898) – это одно из его особых отличий – в панировочных сухарях и во взбитом яйце и обжаривается на сковороде.

Гарнируется картофелем, жаренным во *фритюре* (см. с. 68, 944), лимоном, тертым хреном, мясным красным соусом, каперсами.

В общепите шницелями называют также котлетоподобные изделия, внешне имитирующие размеры, форму и вид шницеля, но не имеющие с ним ничего общего ни по составу, ни по технике приготовления, ни по вкусу.

ШОДО (фр. *chaude eau* – горячая вода). Десертное блюдо французской и венской кухни. В состав шодо входят 12 желтков, 0,5 л виноградного вина, 240 г сахарной пудры. Весь этот состав взбивается в высоком и узком горшке над огнем до состояния пены, пока она вся не застынет и не станет плотноватой. При этом шодо нельзя доводить до кипения.

ШОКОЛАД. Готовое кондитерское изделие, приготовленное на базе какао-порошка, с добавлением других ингредиентов, улучшающих вкус и аромат шоколада, а также придающих ему более приятную, нежную консистенцию.

В современные сорта шоколада, помимо порошка-какао, входят: сахар, какао-масло, обезжиренный молочный порошок, сироп глюкозы, ваниль или ванилин, сироп этилового спирта, инвертный сахар, растительные (ореховые) масла, орехи (лещина, фундук, миндаль), лецитин, пектин, натуральные или искусственные ароматические вещества, консервирующие средства (бензоат натрия), лимонная кислота, апельсиновое масло, мятное масло, которые помогают разнообразить вкусовые оттенки как самого шоколада, так и особенно его начинок. Наряду с традиционными сортами шоколада ныне выпускают также соленый, горький, пористый шоколад.

Все шоколадные изделия хранятся при температуре не выше 15 °С в помещении, где нет никаких побочных запахов.

Шоколад – удобная основа для придания запаха и вкуса различным десертным блюдам (киселям, бланманже, желе, муссам, суфле, кремам) и широко употребляется в пирожных, тортах как добавка к тесту, в пропитках и в кремах и для непосредственного украшения шоколадными пластинами и фигурами. Недостаток шоколада – его слишком одинаковый, «направленный» и потому однообразный вкус, который сразу «подчиняет» себе любое изделие, в котором шоколад применяется.

Таковы, например, шоколадное масло, шоколадный сыр, в которых от масла и сыра присутствует лишь их консистенция.

В кондитерской промышленности шоколад зачастую механически применяется также для глазирования не содержащих шоколад изделий: конфет, пряников, зефира, мармелада, что не всегда улучшает эти изделия, а нередко совершенно маскирует или искажает их вкус, поскольку шоколадный привкус доминирует при любых сочетаниях. Вот почему следует избегать внедрения шоколадных добавок в кондитерские изделия на фруктово-ягодной основе; создавать же шоколадные комбинации лучше в изделиях на молочной основе и при этом вводить шоколад очень осторожно, в виде вкусового и ароматического акцента.

Богатую вкусовую гамму создают сочетания двух или трех шоколадных изделий, отличающихся друг от друга степенью концентрации в них чистого шоколада, а также консистенцией. Так, например, шоколадный мусс может быть полит шоколадно-молочным кремом, с существенно меньшим содержанием шоколада и с превалированием сливок или молока.

Побеление (посерение) поверхности шоколада в плитках, а также повышение его сухости и твердости – показатель испорченности продукта.

ШОРБА. Туркменское название *шурпы* (см. с. 647, 962).

ШОФРУА (фр. *chaud-froid,* от *chaud* – тепло, жар; *froid* – холод, т. е. жаркое с холодной заправкой, приправой, подливкой). Название блюда, а также название распространенного французского соуса в двух вариантах: шофруа красный и белый.

Красный приготавливается как обычный мясной соус, на бульоне, масле, муке, но после охлаждения к нему добавляют взбитые сливки и используют его к дичи или для намазывания на бутерброды с сырыми овощами, например – хлеб, масло, кусочек свежего огурца и сверху – шофруа красный, к которому примешивают *бешамель* (см. с. 236–237) и в горячем состоянии вводят еще немного взбитых сливок. Этот соус используют для глазирования холодных блюд из птицы, например отварной курицы, индейки.

Иногда шофруа называют манеру приготовления блюд из птицы, дичи, рыбы, в которых используются оба вышеуказанных соуса не как придача, а в процессе обработки блюда. Так, филированная птица или дичь по кусочкам обмакивается в шофруа белый или просто в мясное желе, которому дают застыть, а затем такими кусочками закладывается форма, заливается обоими соусами шофруа или только желированным так, чтобы закрылись все промежутки между кусочками, и такое блюдо подается как холодное.

Так делают шофруа из бекасов, цыплят, куропаток, дроздов, а также из филе ершей, красноперок, мелких окуньков. Таким образом, шофруа – это блюдо, которое дает возможность использовать и подать такие пищевые продукты, каждый из которых сам по себе невелик, неказист, требует для извлечения из него съедобной части навыка и времени и поэтому не может быть превращен в самостоятельное блюдо или порцию. Шофруа-блюдо ставят на середину стола или обносят им гостей.

ШПИГ. Поварское наименование подкожного свиного сала, используемого для разных кулинарных целей и главным образом для *шпигования* (см. с. 960).

ШПИГОВАНИЕ. Внедрение инородного жира, чаще всего свиного сала или иных инородных частей, в мясную основу – либо бедную жиром, либо совершенно лишенную жира. Шпигуют перед тепловой обработкой прежде всего мясо красной лесной дичи – зайчатину, лосятину, изюбрину, оленину – с целью сделать его более мягким и сочным. Такое шпигование производится при помощи специальных шпиговочных игл (трехгранных) или путем прокола *траншерным ножом* (см. *нож*) крупного куска мяса на всю его глубину. В образовавшееся отверстие вводится затем длинная полоска шпига или другого инородного для данного мяса продукта, например зубчиков чеснока, полосок моркови и т. п. Таким образом, можно шпиговать не только шпигом, но и подобно шпигу. Шпигованием называют также и придание шпига пернатой дичи, которая просто обертывается в тонкие листочки сала, то есть не подвергается проколам шпиговочной иглы, а заворачивается, закутывается в шпиг.

ШПИНАТ. Листовое овощное растение с нейтральным запахом и слабо выраженным вкусом, которое используется в зеленых супах, супах-пюре, в салатах, в пюре-гарнирах в качестве и добавочной, и самостоятельной части (см. также *щавель*). Шпинат может быть консервирован и, следовательно, заготавливаться впрок «домашним образом», в небольших стеклянных банках, как и щавель.

Шпинатную массу, безвкусную саму по себе, хорошо вводить в картофельное пюре для придания ему нежной консистенции и сочности.

ШПИРКА (белорус., иногда *шперка*). Тонкое наружное свиное сало с кожей, соленое или слегка подкопченное. Это название распространено в основном в Полесье.

ШПОТ. Армянское сладкое блюдо – желеобразная масса из сваренного с мукой виноградного *дошаба* с толчеными орехами и пряностями.

ШПРИЦ КОНДИТЕРСКИЙ. Металлический или пластмассовый цилиндр объемом от 200 до 2000 $см^3$ (2 л) с поршнем и выходным отверстием, предназначенный для помещения и выдавливания разных кремов, в основном служащих для украшения пирожных и тортов. Шприц имеет набор корнетов с разным сечением и профилем и насаживаемых у входного отверстия, через которое крем поршнем выдавливается на поверхность кондитерских изделий. Удобнее всего для работы литровые шприцы, обеспечивающие непрерывность работы с одним тортом. Маленькие шприцы крайне неудобны, так как их приходится часто наполнять, не только прерывая работу, но и прерывая равномерность толщины (интенсивность) наносимого через корнеты рисунка на торте, что портит внешний вид изделия.

ШПУНДРА. Украинское национальное горячее блюдо из свинины и свеклы. На 0,5 кг мясной свинины идет такое же количество (тот же вес) очищенной свеклы, 5 луковиц, стакан свекольного кваса и по 1–2 столовых ложки муки и топленого сала. Свинину нарезают маленькими кусочками величиной с орех, обваливают в муке, обжаривают в сале с луком, а затем тушат с нашинкованной, как для борща, свеклой в свекольном квасе без добавления воды.

Готовую шпундру солят, заправляют чесноком и зеленью петрушки.

ШТРИЗЕЛЬ (австро-нем. *Striezel*). Южнонемецкое, австрийское название кондитерского изделия, приготавливаемого из куличного сдобного дрожжевого теста с изюмом и пряностями, но выпекаемого не в куличной вертикальной форме, а в виде батона, положенного на кондитерский лист горизонтально.

При изготовлении штризеля используется интересный прием: изюм, цукаты, орехи рассыпают по подпыленной мукой доске и поверх их раскатывают тесто штризеля, а затем скатывают его в батон; благодаря этому все элементы начинки распределяются по штризелю весьма равномерно, их внесение не представляет никаких затруднений.

ШТРОЙЗЕЛЬ (нем. *Streusel,* от *streuen* – обсыпать, посыпать крошками). Немецкие пирожные (печенья) из сдобного дрожжевого теста, на которые перед выпечкой посыпают специальные кондитерские крошки (штройзель), приготавливаемые из муки, масла и сахара, с добавлением (иногда) и настоящих орехов. Крошки-штройзели лишь имитируют орехи (с виду) и дополняют их по вкусу.

Крошки приготавливаются из следующего соотношения продуктов: 250 г муки, 150 г масла, 125 г сахарной пудры, 1 пакет ванилина, 2 чайные ложки корицы. Сухие компоненты смешиваются, рассыпаются в широкую латку, глубокое блюдо или мелкое корытце, и на них брызгают растопленным маслом, пока не забрызгают равномерно всю поверхность. Затем равномерно все осторожно перемешивается до образования одинаковых крупных крошек. Насыпать их лучше всего гуще (в два ряда) на поверхность сдобного теста, подмешав к ним немного орехов.

ШТРУДЕЛЬ (нем. *Strudel* – смерч, скрученность, воронкообразный вихрь). Кондитерское изделие балканского происхождения (возможно, византийского или даже древнегреческого), получившее в XVIII в. немецкое наименование через австрийских кондитеров и ставшее одним из дежурных кондитерских изделий немецкой, австрийской, чешской и венгерской кухонь. Распространен он и в Молдавии, и на Украине.

Штрудель приготавливается из вытяжного теста, что и указывает на его юго-восточное происхождение, и именно благодаря этому (поскольку для него не требуется дрожжей) данное изделие получило такое распространение в торговле (оно не черствеет, быстро выпекается). Другая черта, привлекшая внимание кондитеров к штруделю, – это возможность на базе одного и того же теста варьировать вкус изделия, меняя его начинку. Штрудели приготавливаются не только сладкими (с вишней, орехами, земляникой, яблоками, шоколадом, маком), но и с грибами, капустой, картофелем, мясом и даже с рыбой.

Основное тесто для штруделя имеет несколько пропорций, поэтому в разных кондитерских книгах приводятся как бы разные соотношения, однако все они после выпечки дают изделие примерно одинакового вкуса, а главное – одинаковой прочности и консистенции, что дает возможность растягивать его очень тонко. Кроме того, для теста штруделей, как всякого *вытяжного,* огромное значение имеет расстойка, которую надо соблюдать скрупулезно, минута в минуту. Растягивание идет по правилам вытяжного теста, выстойка – под теплой кастрюлей. Растяжка теста должна быть такова, чтобы оно достигало толщины папиросной бумаги.

СОСТАВ ТЕСТА ДЛЯ ШТРУДЕЛЕЙ

ВЕНСКИЙ ШТРУДЕЛЬ.

700 г муки,
200 г масла,
2 яйца,
1 стакан воды.

Хорошо разминается. Затем выстойка под теплой кастрюлей 45 минут. После этого растягивается.

МОЛДАВСКИЙ.

500 г муки,
200 г сливочного масла (50 г в тесто),
3/4 стакана воды.

Выстойка 15 минут. Затем раскатывается. Вторая выстойка 10 минут. Затем растягивается. Тесто сбрызгивается маслом (150 г), свертывается.

АВСТРО-БАЛКАНСКИЙ.

250 г муки,
2 ст. ложки оливкового масла,
1 яйцо,
1/2 стакана воды.

Выстойка под теплой кастрюлей 30 минут. Тесто разделяется на три части. Растягивается, сбрызгивается маслом. Растягивается до конца, смазывается маслом, начиняется.

БЕРЛИНСКИЙ.

250 г муки,
1 яйцо,
6 ст. ложек воды,
1 ст. ложка маргарина,
1 ч. ложка уксуса.

Тесто сразу обминается и раскатывается.

Соль во всех рецептах кладется при замесе теста: от четверти до половины чайной ложки.

Раскатка и растягивание штруделя ведется не на доске, а на подпыленном мукой полотне. Выпекать нужно на средней ступеньке духовки. Вначале при температуре 250 °С – 5 минут, остальное время – 30 минут – при температуре 100–160 °С. Общее время выпечки – 40–45 минут. Во время выпечки смазывать маслом перышком и минут через 20–25 после начала полить кипящим молоком. Выпекать лучше не на листе, а в эмалированной латке, в которую тогда можно влить чуть-чуть молока.

ШТУФАТ (от ит. *stufare* – тушить, томить). Мясное блюдо западноевропейской кухни, для которого крупным куском (целиком, с подкожным жиром) берется край или филе упитанной говядины или телятины и шпигуется на всю глубину свиным салом или беконом, вперемежку с чесноком и морковью. Весь кусок помещается в глубокую жаропрочную толстостенную посуду, обкладывается плотно кореньями и пряностями (лук, порей, репа, морковь, сельдерей) и варится не менее 3 часов в смеси мясного бульона (а не воды!) и пива или бульона и крепкого виноградного вина, чаще всего мадеры. Затем штуфат вынимают, зачищают сверху от излишка жира, пленок и неровностей и дают чуть заколероваться в духовке, сняв крышку. После этого нарезают ровными, одинаковыми кусками поперек волокон, плотно сдвигают куски, чтобы по внешнему виду они напоминали целый штуфат, гарнируют варившимися с ним овощами, картофельным пюре, зеленым салатом и поливают мясным соусом, оставшимся от тушения.

ШУЖУК. Казахская национальная колбаса из упитанной конины, начиняемая в тонкие кишки, которая предварительно выдерживается в посолочной смеси из соли, сахара и чеснока трое-четверо суток.

Шужук – полуфабрикат, употребляемый по-разному. Уже спустя 4 часа после набивки в кишки и выдержки его можно варить (не менее 3 часов) и употреблять как второе горячее блюдо с гарнирами, а можно завяливать на солнце и ветру в течение недели либо коптить. Сырокопченый шужук требует 18 часов копчения и последующей трехсуточной сушки или отваривания на пару после копчения и вторичного закапчивания.

Обычно шужук не едят, как европейскую колбасу, а каждый раз, когда создается потребность в мясе к обеду, быстро отваривают его непосредственно перед употреблением и используют в суп или во вторые блюда. Таким образом, шужук – это одна из форм консервирования и сохранения запасов мяса, применяемая испокон веков казахской кухней.

ШУЛИКИ. Украинское народное лакомство. Из сдобного бездрожжевого теста раскатывают сочень толщиной в 3–4 мм, накалывают его густо вилкой и выпекают в духовке. По остывании наламывают из него неправильной формы куски и заливают сиропом из меда, сахара и распаренного и растертого мака, давая этой смеси хорошо впитаться в сухое тесто шуликов.

Шулики можно есть сразу, полуразмякшими или же дать им подсохнуть.

СОСТАВ ТЕСТА
2 стакана муки,
1 яйцо,
1 ст. ложка сливочного масла,
1 ст. ложка меда,
4 ст. ложки молока,
1 ст. ложка мака
и 1/2 ч. ложки соды.

СОСТАВ СИРОПА
1/2 стакана меда,
1/2 стакана сахара,
3 ст. ложки мака, немного воды (не более 1/4 стакана).
Сироп уварить.

ШУЛПА (татар.). Так у татар называют любой отвар, независимо от состава продуктов. Шулпой называют мясной, куриный, грибной, рыбный бульоны.

ШУРВА. Обозначение обычного супа из баранины с картофелем, луком и помидорами у лезгин.

ШУРПА. Узбекское наименование таких мясных супов, где основная часть, по которой этот суп именуется (например, баранья шурпа, курдючная шурпа, воробьиная шурпа), перед закладкой в кипяток обрабатывается предварительно до полной или полуготовности путем обжаривания в казане. Иногда это обжаривание затрагивает и овощную часть таких супов, и в первую очередь лук, морковь и другие корнеплоды, овощи, сидящие в земле и потому считающиеся по старому узбекскому поверью нечистыми и, следовательно, нуждающимися в обработке огнем. Наоборот, все «надземные» овощи в шурпу закладываются без предварительного обжаривания. В шурпе никогда не бывает круп – и это тоже ее отличие. Шурпа – «жареный» суп – густой, темный, мутный, но вкусный отвар. В то же время в шурпе допустимы и даже желательны сухофрукты – урюк, изюм, курага.

ШУРЬБА. Обозначение ухи в мордовской кухне. Слово заимствовано у татар и применено к иному кулинарному изделию.

ШЮМИФЬЕ (фр. *Chymifier*). Термин, встречающийся в старых русских, польских и немецких поваренных книгах, а также во всех изданных на французском языке, и означавший во французской классической кухне указание превратить данное пищевое сырье в кашеобразную массу. В советских поваренных книгах 20–40-х годов заменялось не совсем точным выражением «пюрировать».

ШЮПИНИС. Литовское национальное крестьянское блюдо, представляющее собой овоще-зерновую кашу, сдобренную свиным салом, ветчиной и сметаной. В шюпинис входят горох (1 стакан), ячневая крупа (1/2 стакана), 1 большой клубень брюквы, лук (3 головки), сметана (1 стакан), свинина (0,5 кг).

Характерной особенностью шюпиниса является то, что все его части приготавливаются отдельно и лишь в последний момент соединяются в одно блюдо. Так, задолго разваривается ячневая крупа; отдельно замачивается, а затем отваривается горох, с луком обжаривается свиное сало, и лишь ветчина не проходит тепловой обработки, а мелко крошится в шюпинис.

По-видимому, именно литовский шюпинис оказал влияние на то, что в кухнях соседних с литовцами народов (белорусской и немецкой) оказались блюда, сходные не только по составу, но и по названию с шюпинисом. Так, белорусская *шупиня* буквально повторяет литовское блюдо, а немецкое *шуппинне* состоит из гороха, мяса и ржаной муки и также заправляется маслом и сметаной.

ШЮРПЕ. Чувашское обозначение любого мясного супа. Слово заимствовано у тюркских народов.

- Щ -

ЩАВЕЛЬ. Дикорастущее и огородное растение, используемое в супах и в качестве овощного гарнира. Классическим русским блюдом из щавеля являются зеленые щи, обычно служащие сезонным «раннелетним» блюдом. Щавель сообщает щам характерную кислоту, но при нагревании теряет яркий зеленый цвет, жухнет. Поэтому с целью загущения и с целью повышения питательности и красоты блюда можно добавлять в щавельные супы *шпинат* (см. с. 960) и молодую *крапиву,* которые сохраняют ярко-зеленый цвет и при нагревании, и даже при кипячении, а кроме того, имеют нейтральный, нежный вкус, хорошо сочетаются с щавелевой кислотой, выгодно оттеняют ее. На этом же основании щавелевые супы всегда включают крутые яйца, с пресным вкусом которых щавель удачно гармонирует. Щавель – обязательный компонент *ботвиньи* (см. с. 445–446, 795).

Щавелевое пюре – очень хорошее дополнение к картофельному или брюквенному (морковному) пюре, как в полусыром (бланшированном), так и в отваренном виде. Щавелевые консервы можно приготавливать впрок домашним способом,

используя короткое появление щавеля в мае – июле. Для этого хорошо промытые листья щавеля, освобожденные от ножек, *бланшируют* (см. с. 791), а затем протирают через сито в горячем виде (пока не остыли), а протертую массу подогревают в эмалированной посуде до 75 °С. Затем пюре разливают в банки и стерилизуют в течение часа. Можно делать и смешанные шпинатно-щавелевые пюре-консервы. С щавелем делают пироги (начинка – сырая, но заправленная топленым маслом, сахаром и посоленная). Расстойка пирогов – 40 минут до посадки в печь.

ЩЕПОЕД. Снисходительное русское прозвище человека, питающегося всухомятку или пренебрегающего горячей суповой пищей. Иногда оно прилагалось к населению целых регионов, первоначально не русских по своему коренному населению и занимавшихся обычно промыслами, связанными с поездками, кочевками, длительным пребыванием вне дома, а потому приспособившихся к питанию типа холодного стола: хлебом, сушеной, вяленой и соленой рыбой, салом, а в качестве горячей жидкости употреблявших лишь чай.

Так, например, пермяков-охотников, кочевых мансиоленеводов и рыбаков, а вместе с ними и все население Предуралья и Северного Урала называли чердынцами-щепоедами (по главному городу, «столице» Древнего Урала).

ЩЕПОТКА (ЩЕПОТЬ). Распространенное кулинарное указание на меру сухого порошкообразного вещества (соли, соды, перца, сахара, крахмала), предназначенного для введения в блюдо либо в момент приготовления, либо после него. Щепоть – хотя и не точно указанное количество, но в целом примерно всегда одинаковое, особенно если имеются в виду женские руки. Это как раз столько порошка, сколько может поместиться без особого напряжения между сложенными плотно тремя пальцами правой руки – большим, указательным и средним. Мера эта весьма древняя и, между прочим, интернациональная: она встречается и в русской, и в китайской, и во французской, и в индийской кухне.

ЩИ. Основное, классическое русское национальное горячее суповое блюдо. Главная особенность щей, отличающая их от всех других блюд, – это их абсолютная неприедаемость. Щи могут потребляться ежедневно, но тем не менее не приедаться. Это обстоятельство было замечено уже в древности (щи известны по крайней мере с IX в. на Руси) и нашло отражение в пословице: «Родной отец надоест, а щи – никогда!»

Остается только удивляться, что такое поистине универсальное блюдо, как щи, не пришло на ум никакому другому народу, кроме русского. Объяснение этому феномену надо искать не столько в географии, сколько, пожалуй, в истории.

Основной компонент щей – капуста – была хорошо известна как пищевой продукт еще в античном Риме и, собственно, пришла в Россию из Римской империи, из Византии, в эпоху крещения (христианизации) Руси. Бывшие язычники, обреченные на то, чтобы более чем полгода поститься, как предписывала новая религия, должны были напрячь все свои способности, призвать всю свою фантазию и ум, чтобы выдумать, скомбинировать такое блюдо, которое бы поддерживало их силы и не противоречило бы той проповеди аскетизма, которую ревностно вело духовенство и его многочисленные русские прозелиты. Конечно, щи были созданы не в один день. На это потребовалось время – должна была сказаться наблюдательность народа, его умение терпеливо пробовать различные варианты. Но с исторической точки зрения изобретение щей произошло быстро: уже в X в. они стали преобладающей едой древнерусского люда. Важнейшей предпосылкой появления щей была, разумеется, и оседлость древних славян. Щи – типичное блюдо оседлого народа. Они требуют не только постоянного возделывания огорода, но и неотлучного наблюдения за ним от ранней весны до глубокой осени и даже до зимы, ибо иной раз капусту убирают, когда она уже под снегом. Для щей, следовательно, нужна была прочная, непоколебимая оседлость, предполагавшая и содержание домашнего скота, и надежное, стабильное отопление жилья в долгие зимние месяцы. Таким образом, мясо, сметана, русская печь, а также лесное окружение, являвшееся источником получения грибов, – все это в совокупности естественно наталкивало на создание щей, создавало необходимые предпосылки именно для их изобретения. В щах были использованы шесть компонентов: капуста, мясо, грибы, ароматическая заправка, включающая лук и чеснок, мучная подболтка, делающая блюдо сытнее, и, наконец, забелка (сметана или, в крайнем случае, кислое молоко), повышающая питательность и вкусовую ценность блюда.

Несколько позднее в состав ароматической заправки были внесены черный перец и лавровый лист, которые были завезены с Востока, а может быть, непосредственно из той же Византии в XV в. Во всяком случае, три из шести компонентов щей были «иностранными»: капуста, сметана, пряности (лук, чеснок, перец, лавровый лист), и три – отечественными: мясо, грибы, мука (первоначально в щи шли ржаные отруби, а сама мука – на хлеб!).

В создании щей сказалась, таким образом, очень важная черта древнерусского народа – его непредубежденность, его терпимость, что в то время было весьма редким явлением, ибо не только отдельные народы, но и отдельные племена одного народа относились друг к другу и к чужим обычаям крайне нетерпимо. Более того, рядом со славянами-россами в лесах почти бок о бок жили и финские (чудские) племена, а в отдельных городах, например в Новгороде, финно-угоры населяли отдельные улицы, но своих обычаев, и особенно своих кулинарных обычаев, они не меняли, свято сохраняя обособленность от древних славян и варягов. Так, например, финны не употребляли в пищу грибов, они даже демонстративно сбивали в лесу ногами самые лучшие, самые ценные грибы – белые, в то время как славяне в безлесном Киеве разводили в пещерах, в катакомбах монастырей шампиньоны в X в., которые с тех пор стали называться печерицами – по наименованию Печерской лавры.

В силу этой прирожденной терпимости, столь необходимой именно великому народу, русские освоили византийскую капусту как «свой» овощ, приняли как должное принесенное болгарскими и греческими монахами обыкновение сдабривать пищу йогуртом, который заменило (из-за невозможности в те времена сохранить чистые культуры болгарской палочки) русское самоквашеное молоко и его лучшая верхняя часть – сметана. Без всяких предубеждений отнеслись русские

и к восточным пряностям, которые пришлись им по вкусу (как и позднее к чаю, превратившемуся так же быстро после первого появления в Москве в русский напиток уже в XVII в., то есть почти на 150 лет раньше, чем в Англии).

Словом, щи воплотили в себе лучшие стороны русского характера – открытость, способность воспринимать все лучшее, непредубежденность, умение гибко сочетать национальное, коренное с новым, неизвестным, заимствованным. И еще одна черта русской национальности сказалась в щах – это умение не застывать на одном месте, не держаться слепо однажды принятого, а совершенствовать, исправлять, дополнять, если к этому приводит опыт и имеются возможности.

Так, в щах со временем была отброшена традиционная мучная подболтка. Разработано множество вариантов щей (не менее нескольких десятков). В них, несмотря на небольшие изменения в деталях (например, в использовании разных видов мяса – говядины, свинины, баранины, их сочетаний, копченого мяса, солонины, или в использовании разных видов грибов – свежих, сушеных, соленых, и разных видов капусты – свежей, квашеной, серой), сохраняется неизменным, непоколебимым, как каркас, остов – основание и состав этого блюда из шести главных компонентов.

Точно так же варьировались и способы нагрева щей: на плите, в духовке, в металлической и глиняной посуде, при повышении или, напротив, при падающей температуре, – но всегда имевшие в виду улучшение вкусовых свойств или создание вкусовых тонкостей (нюансов), обогащающих наше представление об этом блюде и еще более утверждающих ту истину, что оно обладает поразительной «живучестью», поразительной неприедаемостью – именно в силу своей способности гибко и тонко изменять вкус в зависимости от изменений условий приготовления. Даже жидкость щей может изменяться: в нее может быть внесен квас, рассол, но так, чтобы он лишь оттенял, а не подавлял воду.

Единственное условие тепловой обработки щей заключается в том, что, какой бы она технически ни была, ее целью должно быть доведение щей как сочетания шести компонентов до такой степени, чтобы все они слились в одно целое, то есть прошли бы пик ферментации, достигли наивысшего развития вкуса. Отсюда ясно, что с приготовлением щей нельзя спешить – их надо готовить тщательно и обстоятельно. Что же касается точных пропорций всех шести компонентов, то они должны быть предоставлены исключительно индивидуальному вкусу и индивидуальной интуиции, а также опыту.

Во всяком случае, правила получения хороших щей просты: два – два с половиной часа должна вариться мясная часть (не менее!). Капуста, особенно кислая, должна хорошо упреть, сделаться мягкой, причем ее надо варить отдельно от мяса и соединить с бульоном лишь в последней стадии приготовления. Тогда закладываются и пряности, кроме лука, который обильно варится и с мясом, и с капустой.

Перед подачей щи обязательно должны потомиться под крышкой, но уже будучи сняты с огня, чтобы все «части» щей притерлись (грибы варят вместе с капустой). Наконец уже на столе щи следует заправить сметаной или даже смесью сметаны и ложечки сливок (что, конечно, уже является роскошью). Такие щи носят название «богатых».

К щам идет в основном черный ржаной хлеб (и это также крайне важно). В то же время к ним хороши и пироги из пшеничного масляного теста – либо с гречневой кашей, либо с капустой (как ни странно, капуста в пироге вовсе не перебивает капусты в щах, они воспринимаются как дополняющие друг друга). И уже в одном этом заключена загадочность и очарование щей как блюда. Это не суп с капустой, какие бывают и в Западной Европе, это особое блюдо – именно щи! «Личность» с собственным именем!

Кроме щей, где растительную основу составляет капуста, в число русских щей входят так называемые сезонные и региональные щи из *щавеля* (см. с. 962–963), *крапивы* и *репы:* зеленые, крапивные и репяные.

ЩИПАНАА. Блюдо, встречающееся в русском меню в XV–XVI вв. и, по всей вероятности, существовавшее в нем, по крайней мере, в IX–XI вв. Относится к новгородской кухне и представляет собой мелких окуней, запеченных с молоком или, вернее, запаренных с молоком на сковородах. Отсюда полное название блюда – щипанаа подпарная. Долгое «а» в названии – свидетельство заимствования этого блюда из финно-угорской кухни (чудской), поскольку оно, кроме того, совершенно неизвестно в московской кухне, но зато почти еженедельно повторяется в меню Тихвинского монастыря (1490 г.). Название также известно и в Тверском княжестве, имевшем тесные отношения с Новгородом, но совершенно отгороженном от Московской Руси. Щипарь на тверском наречии – мелкий окунь.

ЩУКА. Хищная речная и озерная рыба, принадлежащая по русской кулинарной квалификации к *черной* рыбе, то есть к третьесортной. Ее использование в русской национальной кухне ограниченно, поскольку щука по характеру своего мяса (жесткое, плотное, упругое) совершенно не подходит к методам и приемам использования и обработки рыбы по-русски. Ни как свежая рыба в скороваркой ухе (пахнет тиной, жестка), ни в качестве отварной или жареной (щука несравнима, например, с нежным и не имеющим запаха русским судаком), ни в виде запеченной в сметане на сковороде (для этого особенно подходят караси) – щука не может конкурировать ни с одним видом не только осетровых рыб, но и простых частиковых, используемых в русской кухне (карась, карп, линь, сазан, лещ).

Все частиковые рыбы русских рек нежны, хорошо гармонируют с луком, укропом, сметаной, сливочным маслом и не требуют при этом специальных приемов обработки. Щука же нуждается как раз в сложной кулинарной обработке или в приемах, направленных на смягчение ее мяса и заглушение ее специфического запаха.

Может показаться странным, что именно эта рыба, по русским национальным представлениям не совсем чистая, получила довольно высокий кулинарный статус у такого народа, как евреи, в целом довольно придирчиво относящегося к пищевому сырью, и, что еще более удивительно, у финно-угорских народов, которые в массе своей населяют районы, богатые превосходной осетровой и лососевой рыбой, по сравнению с которой щука может иметь в кулинарном отношении самую низкую оценку.

Объяснение этому феномену может быть только историческое: для европейских евреев щука оказалась единственной рыбой, на которую не претендовали как на свою «национальную» славянские и германские народы, а у финно-угоров, питающихся в повседневной жизни лучшими сортами сиговых, лососевых и осетровых, щука сохранила лишь ритуальное значение, связанное с древнейшей мифологией и верой в переселение душ (щука – бывший человек), и, таким образом, уважение к ней у этих народов связано не с кулинарной высокой оценкой, а с историко-религиозной.

В еврейской кухне щуку приготавливают фаршированной, то есть фактически используют ее мясо не только в молотом, смягчающем его виде, но и превращая его в часть начинки, дополняя наполовину другими компонентами – яйцами, хлебом, луком, свекольным пюре, пряностями, так что щуке придается совершенно иной вкус, не связанный с естественным, и от щуки в конце концов остается только ее кожа, в которую и завертывается (используя ее прочность) преобразованный «щучий» фарш, сопровождаемый лимоном, хреном, черным перцем, абсолютно отбивающими все запахи щуки и сообщающими блюду совершенно новый вкус и аромат, ничего общего не имеющие с исходным сырьем. В кухне финно-угорских народов такой сложной операции над щукой, как в еврейской кухне, не производится, но результат достигается тот же: мясо щуки смягчается, а ее характерный запах исчезает. Это делается при помощи следующего простого приема: щука, нарезанная кусками, перемешивается с большим количеством лука, солится, помещается в глиняный горшок и заливается смесью молока с яйцом, а затем ставится на 30–40 минут в сильно разогретую духовку. Яйца, всплывая и застывая наверху горшка, создают полную герметизацию, а молоко, будучи плотно закрыто, буквально выжигает при своем кипении из щуки все запахи и сильно размягчает ее мясо, поскольку кипит без доступа воздуха, под давлением. После этого остатки горького и загрязненного перекипевшего молока сливаются, и щучье мясо в преобразованном виде приобретает приятный вкус и нежную консистенцию.

Таковы два самых эффективных способа обработки щуки, принятые в кулинарии.

ЩУЛЕП. Большой крупный *пряник* (см. с. 492–495, 909–910), среднее между собственно пряниками и *коврижками*. Название употребляется во Владимирской, Ярославской и Ивановской областях. Происхождение его неясно.

ЩУПИНЯ (от литов. *шюпинис* (см. с. 720, 962), буквально – окрошка, смесь). Белорусская еда, состоящая из фасоли, ячневой каши и масла (конопляного или подсолнечного) или из гороха, ячневой каши и свинины.

- Ы -

ЫШТЫКМА. Блюдо прикаспийских туркмен из водоплавающей птицы – диких уток, гусей, казарок, шилохвостей, распространенное только в небольшом регионе Южного Прикаспия среди одного из племен туркмен – огурджалинцев.

Представляет собой тушеную фаршированную птицу; во вкусовом отношении стоит на уровне мировых кулинарных стандартов; является одним из лучших блюд туркменской национальной кухни.

НАЧИНКА

Начинка состоит из лука (4 луковицы), урюка (1 1/2 стакана), изюма (2 ст. ложки), сока граната или лимона (1–2 ст. ложки), чеснока, перца, ажгона (зиры). Овощи и сухофрукты обжариваются в кунжутном масле, к ним добавляются пряности и соки, и начинка выстаивается до полного остывания 10 минут.

Птица, очищенная и опаленная (как обычно), вытирается тщательно насухо, а затем натирается изнутри умеренно солью. После этого туго набивается начинка, тушка зашивается и обжаривается в кунжутном масле (приготовление идет на медленном наплитном огне в толстостенном чугунном казане). Через 20 минут после обжаривания в казан заливается 1–1/2 стакана кипятка, и тушение продолжается на медленном огне. При этом в образовавшийся соус при тушении птицы вносятся те же самые пряности, что и в начинку, и птица все время переворачивается и поливается этим горячим соусом. Когда вода почти выпарится, птица перекладывается в другую посуду. В оставшееся в казане после тушения масло кладут остатки начинки, затем – стакан риса (предварительно промытый и замоченный в кипятке на 40 минут), вливают еще стакан кипятка и, не помешивая, доводят рис до готовности на медленном огне под крышкой, до полного выпаривания воды. Одновременно солят и подкрашивают рис шафраном. Как только рис будет готов, его разгребают и кладут птицу грудкой вниз в казан, закрывают ее рисом и дают потомиться на слабом огне 10 минут, а затем оставляют под крышкой еще на 10 минут без огня.

При сервировке птицу разрезают на порционные куски, а рис и начинку гарнируют, не смешивая, по разные стороны тарелки (они будут разными по цвету: рис – золотисто-желтым, начинка – коричневато-пестрой). Ыштыкма хорошо приспособлена к городской наплитной кухне, поэтому может стать ресторанным блюдом, в котором главное – выдержать единый стандарт.

Непременное условие: кунжутное масло для обжаривания (около 1 стакана на одну птицу). Оно не только придает характерный национальный вкус блюду, но и играет в сочетании с рисом и урюком роль нейтрализатора и поглотителя специфического запаха свежей водоплавающей дичи. Этот запах, заметный в других традиционных охотничьих блюдах русской и европейской кухни, в ыштыкме полностью исчезает, что является ее большим преимуществом.

- Э -

ЭЗГЕЙ. Бурятский сыр. Изготавливается из цельного молока с *молозивом* (см. с. 875). В ведро кипящего молока (12 л) вливают 3–4 литра молозива и продолжают кипячение смеси до образования сгустка, который отцеживают и слегка прессуют между двух досок. При высокой жирности молока (6–7%) для изготовления эзгея более предпочтительна пропорция с молозивом 2:1, то есть на 8 литров молока – 4 литра молозива.

ЭКЛЕР (от фр. *eclair* – блеск, т. е. намек на блестящую поверхность пирожных, покрытых глазурью). Распространенный вид пирожного из заварного теста, продолговатой закрытой

формы, наполненного кремом (сладким или иногда солоноватым) и покрытого глазурью (шоколадной) или *кувертюром.* Относительно хорошо хранится, вследствие чего служит стандартным пирожным, поступающим в массовую продажу. Однако и само тесто эклера, и его начинка очень часто подвергаются фальсификации: на их изготовление идут кондитерские остатки, крошки и низкосортное сырье – маргарин и снятое молоко, вместо сливочного масла и сливок, положенных по классическому рецепту.

РЕЦЕПТ НАСТОЯЩЕГО (ФРАНЦУЗСКОГО) ЭКЛЕРА ТАКОВ.

ТЕСТО

250 мл воды,
50 г сливочного масла,
150 г муки,
4 яйца,
щепотка соли,
масло для смазки и мука для подпыления.

НАЧИНКА

375 мл молока, 30 г порошка для детского питания (сухая молочная смесь), 65 г сахара, 75 г сливочного масла, 200 мл сливок, 100 г кувертюра или шоколада для глазирования, 3 ст. ложки лимонного сока, 1 пакетик ванильного сахара, щепотка соли.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. ***Сделать заварное тесто.*** Воду, масло, соль вскипятить, снять с огня и всыпать муку; тщательно размешать ее. Вновь поставить кастрюлю на огонь и непрерывно мешать до образования тестяного сгустка. Затем переложить тесто в фарфоровую глубокую посуду и подмешивать к нему взбитые яйца по одному, не давая тесту остывать (то есть без перерыва). Полученным тестом наполнить *кондитерский мешок* или *шприц* и отдавить на смазанном маслом и посыпанном мукой листе полосы (в 3 см шириной и 10 см длиной), стараясь располагать их друг от друга на расстоянии не менее 5 см. Выпекать в духовке на средней полке при температуре 220 °С 25 минут. Духовку предварительно согреть.

2. ***Приготовить начинку – крем.*** В четырех столовых ложках молока развести порошок детского питания; остальное молоко вскипятить и вмешать в него распущенную смесь; вновь довести до кипения. Снять кастрюлю с огня, ввести ванильный порошок, лимонный сок; взбить масло метелкой и ввести его в крем. Сливки взбить миксером и поставить в холодильник. Крем все время перемешивать, не давая покрыться пленкой. Когда крем остынет, смешать его равномерно со взбитыми сливками.

3. ***Приготовление эклеров.*** Дать остыть испеченным эклерам-заготовкам, обрезать острым ножом каждый эклер с конца. Шприцем ввести внутрь сливочно-кремовую смесь. *Глазурью* (см. с. 239, 812–813) обмазать каждый эклерзаготовку сверху, дать застыть. Должно получиться 24–25 пирожных.

Производство эклера прекрасно поддается механизации, так как все оно основывается на процессах смешивания и выдавливания, чрезвычайно неудобных и утомительных при ручном изготовлении, но примитивных и легких при использовании машин.

ЭКОНОМИЧЕСКИЕ. Прилагательное, употреблявшееся в русской дореволюционной кухне второй половины XIX в. и в издававшихся в то время поваренных книгах для обозначения разного рода блюд, приготовленных из пищевых остатков других блюд или из более дешевого низкокачественного сырья. Так, например, были *экономические супы* (из костей, остатков, обрезков мяса и жира, идущих на другие блюда), *экономические салаты и винегреты, экономические печенья* (из кондитерской крошки, скрепленной остатками разных кремов) и т. д. «Экономические» блюда предназначались обычно для прислуги, солдат, нищих. Их характерной особенностью было не только низкокачественное или остаточное сырье, но и вторичная переварка этого сырья и сдабривание его дополнительно солью и приправами (луком, чесноком, лавровым листом) с целью создания общего вкуса его разнородных частей.

ЭКСТРАКТЫ. Вытяжки, концентраты. В кулинарии под этим наименованием фигурируют иногда самые различные изделия, полученные разными способами и обладающие различными свойствами. В XIX в. экстрактом были склонны называть всякий концентрат пищевых веществ: так изготавливались домашним и фабричным способом мясные экстракты (как сушеные и порошкообразные концентраты мяса, так и бульонные кубики), получили огромное распространение экстракты фруктовых и ягодных соков (также разного происхождения – от вытяжек до выпаренных концентратов типа *бекмесов* (см. с. 666, 788). В XX в. стали различать концентраты, конденсаты (например, сгущенное молоко) от собственно экстрактов – изделий, получаемых за счет операции экстрагирования, то есть за счет «добывания» из твердого органического тела *растворимых* (или *экстрагируемых*) веществ. Экстракты получаются в специальных аппаратах, где то или иное измельченное пищевое сырье подвергается действию определенного растворителя (воды, спирта, эфира) и последующей возгонке, конденсации и высушиванию.

Примером современного пищевого экстракта являются быстрорастворимый кофе и чай. Экстракты дают возможность сократить вес, объем пищевого сырья в десятки раз и, главное, быстро применить тот или иной пищевой продукт в готовом для употребления виде, не говоря уже об удобствах длительного хранения. Однако за исключением такого продукта, как кофе, экстракты в процессе производства часто утрачивают многие положительные качества сырья (например, чай), что снижает распространение экстрактов в домашней кулинарии. Наоборот, в ресторанной кухне экстрактами разного рода пользуются систематически.

ЭЛАРДЖИ. Кукурузная каша, приготавливаемая в Западной Грузии, с большим количеством сыра (почти половина объема). Варится из кукурузной сечки (2 часа), загущенной затем кукурузной мукой из расчета 2:1. На 2 литра воды, 2 стакана сечки и 1 стакан кукурузной муки требуется 1 килограмм сыра чанах или сулугуни, натертого и вводимого в горячую кашу после ее готовности.

ЭЛИКСИР. Любой крепкий спиртовой настой какого-нибудь ароматического или вкусового (и цветового!) растительного сырья, употребляемый в кулинарии и кондитерском деле для подкрашивания, ароматизации и придания направленного вкуса тому или иному блюду или изделию. Так, например, бывает розовый эликсир, миндальный эликсир, мараскиновый эликсир и т. п. Во Франции эликсирами называют фруктово-ягодные *настойки* (см. с. 886).

ЭМАЛИРОВАННАЯ ПОСУДА. Металлическая посуда, покрытая эмалью (обеспечивающей ее гигиеничность) и предназначенная в основном для приготовления супов, компотов и иных жидких блюд на водной основе. *В эмалированной посуде закипание происходит по времени раньше, чем в посуде из других материалов, поэтому в эмалированных емкостях нельзя приготавливать быстро пригорающие пищевые продукты, содержащие молоко, масло, сахар. В эмалированной посуде нельзя приготавливать каши и любое жареное блюдо.*

В больших эмалированных тазах, однако, можно варить варенье, поскольку в них масса ягод или фруктов настолько преобладает над сахаром, что нейтрализует (до определенного момента) возможность пригорания. Однако и в этих случаях пригорание варенья происходит гораздо чаще, чем в иной (луженой, медной) посуде.

ЭМАТАЛИРОВАННАЯ ПОСУДА. Металлическая посуда с особым покрытием, предотвращающим пригорание пищи и одновременно обладающим гигиеничностью эмалированного покрытия. Эматалированными в основном выпускаются небольшие *сотейники* (см. с. 207, 925). В эматалированной посуде можно жарить, тушить и отваривать с одинаковым успехом. Но приготовление в этом виде посуды идет медленнее по времени, чем в эмалированной.

ЭММЕНТАЛЬ. Эмментальский сыр, самый знаменитый швейцарский сыр, «король сыров», называемый в других странах просто *швейцарским.* Название дано по реке Эмме, притоку Аара, главной реки кантона Бери, где с XII в. стали делать гигантские круги сыра, которые ныне имеют стандартный вес 80 кг и гарантируют высшее качество и зрелость. Уже в XVII в. экспорт эмментальского сыра в остальные страны Европы – Италию, Германию, Голландию – был значительным. В конце XIX – начале XX в. он достиг 120 тыс. тонн, причем весь экспортируемый сыр производился вручную. Только в XX в. была введена некоторая механизация (переливка молока в чаны, перевозка сыров), но основные процессы остались ею не затронуты. (Сейчас ежегодный экспорт эмменталя составляет 40–56 тыс. тонн.)

ЭМЯНСЕ (фр. *émincé* – тонкие мясные ломтики-листочки, крошево). Название блюда в западноевропейской кухне, в том числе и в русской, состоящего из небольших кусочков мяса хорошего качества, но от разных животных (баранина, свинина, оленина, птица), тушенных вместе с овощами, грибами, зеленью.

ЭНДИВИЙ (от англ. *endive* – цикорий; правильнее лат. *Cichorium intybus*). Салатное растение, родственное *цикорию* (см. с. 256, 950) и употребляемое в основном для зимних и весенних салатов. Имеет белые плотные, мясистые листья, собранные в тугой продолговатый бутон. Хорошо выращивается без доступа света. Используются лишь свежие, неподвянувшие, крепкие экземпляры. Даже слегка подвядшие эндивии приобретают горечь, ничем не исправляемую. Незначительная же естественная горчинка свежих крепких эндивиев удаляется промыванием нарезанного полосками эндивия трижды в ледяной воде перед подачей к столу. Эндивий использовался в салатах еще во времена Римской империи, затем был надолго забыт; в последние десятилетия вновь усилилась кулинарная мода на эндивий в основном за счет открытия в нем высокого содержания витамина С. Эндивий требует в качестве заправки острых густых соусов яично-масляного типа, на мясной основе (бульонах). Для русских заправок (сметаны, растительного масла, уксуса) эндивий не подходит. Хорошо воспринимает цедру, лимонный сок, петрушку, сельдерей, соль.

ЭПИГРАММЫ (мясные или рыбные). Ряд блюд французской кухни, получивших распространение в XIX в. в России и других странах как форма трапезы, особенно удобная на многолюдной домашней или дружеской пирушке или обеде. Название происходит от французского слова эпиграмма, что означает – насмешка.

Состоит в том, что, например, из 3 кг мяса лучшая его часть, но крайне незначительная, используется в натуральном виде, в то время как остальная (большая) превращается в фарш и идет на котлеты. Однако и натуральное филе, и котлеты делаются совершенно одинаковыми по форме и размерам и, кроме того, панируются одинаковой панировкой (обычно кляроподобным соусом), а непосредственно перед подачей к столу и те и другие изделия обжариваются во фритюре так, что приобретают одинаковый вид – порой и сам повар не может отличить мясо-филе от котлеты. Затем изделия (филе и котлеты) выкладываются на большое блюдо, покрытое слоем картофельного пюре, и гости обносятся этим блюдом, с которого по их указанию им подаются те или иные «котлеты». Поскольку каждый старается выбрать себе филе, а не котлету, то ошибки в выборе, их повторение создают веселье присутствующих и дают, таким образом, возможность весело и дешево накормить довольно большую компанию. Кулинарные эпиграммы исчезли после революции, а затем были совершенно забыты. Как форму дружеской трапезы их можно было бы возродить.

ЭРЕЭЛЖЕ. Бурятская и монгольская печеночно-кровяная колбаса, приготавливаемая из сырой печени, крови, надпочечного жира барана, растолченных с сушеным диким луком (мангиром), чесноком, черемшой, с небольшим добавлением молока и уксуса для получения эластичной однородной смеси. Этой начинкой набивают толстую кишку и варят в течение получаса-часа.

ЭСКАЛОП (фр. *escalope*). В русско-французской петербургской кухне эскалопами называли обычно ровные, круглые пласты мяса, нарезанные из вырезки (телячьей, свиной) или из других частей мякоти (также ровными кружками, поперек волокон).

В частности, эскалопом называлось миланское *осси-букки* (см. с. 896), заимствованное петербургскими поварами через французскую кухню. Эскалопы, нарезавшиеся из сырого мяса толщиной не более 1 см, затем обычно отбивались (до толщины 0,5 см) и при этом никогда не панировались, а либо пассеровались, либо гриллировались на решетке открытыми или в *папильотках* (см. с. 898). Этот технологический прием и стал впоследствии основным для характеристики блюда. Эскалоп, следовательно, – ровный, круглый, тонкий кусок мяса от лучшей части туши, который подвергается тепловой обработке без панирования своей поверхности. В нашей торговле полуфабрикатами в последние годы стали неправильно именовать эскалопами всякие толстые, с ладонь величиной, куски мякоти, в основном свиной и говяжьей, что, разумеется, неправильно.

ЭСКАРГОТНЫЙ ПИНЦЕТ. Зажим особой конструкции для жесткого фиксирования раковины улиток, с помощью которого достают тело улитки из раковины. Без этого инструмента приготовление улиток практически невозможно. Входит в кухонный набор французской (как, впрочем, и любой западноевропейской) ресторанной кухни.

ЭСКАРГОТЬЕРКА (фр. *escargotière* от *escargot* – улитка). Специальная сковорода-жаровня с 12 или 24 углублениями в дне, приспособленная для приготовления и сервировки улиток. В эскарготьерках подают улиток на стол.

ЭСКАРИОЛЬ. Применяемое в поварской практике и в западноевропейских меню название для обозначения *эндивия* (см. с. 256, 967).

ЭССЕНЦИИ (от лат. *essentia* – сущность). Так называют в кулинарной практике обычно жидкости или иногда пастообразные массы, небольшое количество которых (капля, чайная ложка) способно придать всему блюду или кондитерскому изделию аромат, вкус и цвет, характерный для продукта, именем которого названа эссенция.

Чаще всего используют уксусную эссенцию как концентрат уксуса (обычно 70–80%). Кроме того, имеются анисовая, миндальная, апельсиновая, перечная эссенции искусственных, как правило синтетических альдегидов, сходных по запахам с вышеперечисленными продуктами. Употребление этих эссенций возможно лишь в сильно разведенном виде (обычно 1 капля на 1 стакан воды), а потому их применение оправдано только в общественной кухне.

Кроме того, в кулинарной практике эссенциями называют также некоторые собственные (не фабричные) заготовки концентрированных продуктов в полужидком состоянии, которые помогают быстро придавать блюдам определенный вкус. Эти заготовки (грибная, свекольная, шпинатная, укропная и другие эссенции) основаны на натуральных продуктах и приготавливаются ручным способом путем отваривания, протирания и выпаривания (длительной варки) соответствующих продуктов. Иногда они для лучшей сохранности дополняются безвредными консервантами – солью, чесночным порошком, таблетками аскорбиновой кислоты.

Эссенции, естественно, упрощают и обогащают приготовление (особенно зимой), но они ни в коей мере не могут заменить природных пищевых продуктов, и поэтому прибегать к их использованию следует лишь в исключительных случаях.

ЭСТРАГОН. Пряное растение, выращивается в огородах средней полосы и юга; называется также *тархун* на всей территории России, включая Сибирь. Размножается вегетативным способом, сохраняет аромат (при размножении семенами ароматичность эстрагона исчезает в третьем-четвертом поколении).

Используется в свежем виде. Листья идут в салаты, стебель – на засолку огурцов, грибов. Листья в сушеном виде приобретают более выраженный, несколько приторный аромат, поэтому употребляются в небольших дозах в горячие блюда – супы (мясные, рыбные, овощные) и в соусы, предназначенные к рыбе и ракообразным.

ЭТИКЕТКИ. Фирменные знаки, придаваемые различным пищевым продуктам, в первую очередь дорогим и сохраняющим десятилетиями или даже столетиями определенный качественный и вкусовой стандарт. Наиболее известны этикетки винные, сырные, шоколадные и конфетные, поскольку эти продукты выпускаются в огромном многообразии в разных странах и для различения их типов, видов и сортов требуется как бы особый документ, каковым и является этикетка.

Этикетка (или даже выполняющая ее роль конфетная обертка) должна оставаться неизменной, присущей данному виду продукта, чтобы потребителю было легко ориентироваться уже по внешнему виду, цвету той или иной этикетки. Этикетка – не просто красивая и аттрактивная метка пищевого товара, она должна быть в высшей степени информативной.

Так, например, на этикетках вин (или сыров) должны указываться: название вина, его тип, точный адрес производителя (в западных странах иногда указывается и фамилия производителя), название купажных материалов, возраст виноматериалов (время выдержки у марочных вин и дорогих сыров), содержание спирта (крепость) у вин и содержание масла (жирность) у сыров, объем продукции (иногда – размер тиража), рекомендуемые способы и приемы употребления, особенности производства, место производства и розлива (у вин).

Таким образом, этикетка дает обширную информацию. На этикетках шоколада, например в Австрии, Швейцарии и Финляндии, указывается не только общий состав (ингредиенты) данного шоколада, но и конкретное содержание и комбинации материалов в отдельных конфетах, если шоколадная коробка (см. *бонбоньерка*) состоит из ассорти.

В дополнение к винным этикеткам иногда на бутылку наклеиваются еще и *кольеретки* (см. с. 847).

ЭТЛИ-УНАШ. Национальное туркменское блюдо, состоящее из баранины, лапши и урюка, одно из немногих общенациональных блюд у туркменов; обладает высокими вкусовыми качествами, ставящими его в один ряд с лучшими блюдами мирового стандарта.

СОСТАВ ПРОДУКТОВ

500 г баранины,
3/4 или 1 стакан кунжутного масла,
4–5 луковиц,

1 крупная морковь,
20–30 штук урюка,
2 ст. ложки экстракта гранатового сока (наррова);
пряности – ажгон (зира) – 2–3 ч. ложки семян,
1–2 головки чеснока,
черный перец,
красный перец (в качестве заменителя наррова допустим лимонный сок).

ДЛЯ ЛАПШИ:
1 стакан муки,
3–5 ст. ложек воды для приготовления крутого теста.

ПОДГОТОВКА ПРОДУКТОВ

Тесто раскатать в лист толщиной до 1 мм, нарезать полосами 0,5–1 см шириной и обязательно высушить лапшу перед приготовлением этли-унаша.

Мясо нарезать мелкими кубиками (1×1 см), обжарить в *перекаленном* (см. с. 64–66, 902–903) масле, всыпать мелконарезанный лук и морковь (соломкой), обжарить, добавить урюк и продолжать обжаривать при открытой крышке котла в общей сложности до получаса.

ВАРКА ЭТЛИ-УНАША

Переложить мясо и овощи в эмалированную посуду, залить крутым кипятком, посолить, опустить лапшу и варить на умеренном и слабом огне до полного выкипания воды, следя, чтобы продукты не пристали ко дну. Когда лапша будет готова, засыпать пряности, кроме чеснока, а спустя 2–3 минуты ввести чеснок, нарров, все перемешать и, сняв с огня и закрыв крышкой, оставить упревать на 10 минут.

ЭЧПОЧМАК (от татар. – треух, треугольник). Национальные татарские печеные пирожки из дрожжевого или из пресного (в редких случаях) теста с начинкой из бараньего, гусиного или утиного мяса с луком и картофелем.

Основной особенностью эчпочмаков является не их форма, внешний вид, от которого они получили наименование, а сравнительно редкая технология приготовления, отличающая их от всех других мясных пирожков.

Начинка эчпочмаков приготавливается не как обычно – из вареных продуктов, а из сырых. Для этого важно иметь молодое мясо высокого качества и хорошей упитанности. Картофель, как и мясо, для начинки используется сырой и режется, как и мясо, мелкими кубиками (0,5 см).

Тесто под эчпочмак раскатывается величиной с блюдце или небольшую тарелку, заворачивается треугольником и в центре треугольника не защипывается полностью.

Другой особенностью эчпочмаков является то, что их выпечка идет в два этапа. Через полчаса после посадки в печь (духовку) эчпочмаки вынимаются вместе с листом, и в их отверстия вливается по ложке или две мясного бульона, посоленного и наперченного, они смазываются яйцом (а в первую половину выпечки они смазываются только маслом) и вновь отправляются допекаться еще на полчаса.

После выемки из печи в эчпочмаки уже на столе вновь доливается крепкий бульон, и они смазываются маслом.

Едят эчпочмаки, запивая *катыком* (см. с. 754–755, 844).

- Ю -

ЮА. Распространенное в некоторых районах Поволжья, Заволжья и Предуралья татарское название дикого лука (или *колбы*). В татарской кухне юа едят мелконашинкованным как салат-гарнир к мясным блюдам, или слегка подсоленным как закуску, или в виде самостоятельного салата, заправленного катыком, сметаной и квасом.

ЮАСА. Башкирское национальное блюдо: «жареное тесто». Приготавливается из пресного теста с большим содержанием яиц (на 0,5 кг муки – 6 яиц). Раскатывается в жгутики толщиной с карандаш и нарезается кусочками по 4–5 см, которые обжариваются в большом количестве топленого масла (слоем в 1 см) на сковороде. Подаются горячими, к чаю.

ЮГАТЕРТ. Армянское слоеное тесто на соде, полузаварное (горячее молоко, яйца, масло), обычно многократно раскатываемое (до 6–8 раз) и переслоенное, заливаемое после выпечки (еще в горячем состоянии) растопленным горячим медом.

ЮКОЛА. Дальневосточное название вяленой рыбы, немного заквашенной в ямах. На юколу идет только рунная рыба – сиг, лосось, кета, горбуша. Юколой на Дальнем Востоке (Камчатке, Чукотке) кормят также собак.

ЮНАНЬСКИЙ ГОРШОК. Специальная посуда для приготовления пищи на пару (рыбы, пельменей, мантов, овощей, риса и т. п.). Используется не только в Китае (где существует почти 3 тысячи лет) и в странах Юго-Восточной Азии, но и в европейской кухне, начиная с XVIII в., и особенно интенсивно в последние десятилетия, когда эта утварь получила европейский (английский) вариант и стала изготавливаться из современных дешевых материалов (жаропрочного стекла).

Юнаньский горшок состоит из двух основных частей: низкого металлического поддона, в который наливается вода и который ставится непосредственно на плиту (наплитный огонь), и глубокой и широкой фарфоровой чаши с плотной, тяжелой крышкой. Эта чаша обладает особой конструкцией: центральная донная ее часть (глубиной 20–30 см и диаметром 40–45 см) образует вогнутую вовнутрь воронку, сужающуюся кверху (высотой 7–10 см и сечением в 10–12 см у основания и 3–4 см у вершины).

Пищевые продукты закладываются сырыми на дно вокруг этой воронки и варятся за счет пара, поступающего из поддона в чашу через воронку. На дно чаши вместе с продуктами закладываются все приправы и пряности, но совершенно исключаются любая жидкость, масла.

Английский вариант юнаньского горшка представляет собой очень широкую бутыль, по конструкции совершенно сходную с горшком, но с вогнутым в дно цилиндром (вместо воронки) и с пробкой (вместо крышки). Закладка ведется через донное отверстие, однако это неудобно для всех видов сложных блюд и возможно лишь для операций с простыми однородными продуктами (картофелем, зерном, корнеплодами). Поэтому диапазон использования английского аналога юнаньского горшка неизмеримо уже, чем у его прототипа.

ЮПКА. Узбекское мучное изделие из пресного теста, представляющее собой многослойную лепешку (до 10–12 слоев), переслоенную мясо-луковым фаршем-начинкой. Юпка выпекается в особых котликах с полусферическим дном. Является праздничным блюдом и делится на порции, подобно торту.

ЮРАГА. Русское и белорусское название пахтанья, сыворотки, остающейся после сбивания сливочного масла из сметаны или сливок. Юрагой также называют и *оттопки,* получаемые после перетапливания сливочного масла в топленое (или русское). Правильное название оттопок – *дурда.*

ЮРАЖНАЯ КАША. Каша из гречневой или смоленской крупы, приготавливаемая особым образом. Крупа вначале обваривается (ошпаривается) небольшим количеством кипящего молока (при этом лишнее молоко сливается!), а затем заливается смесью *юраги* (см. выше), но так, чтобы не сделать при этом кашу (крупу) совершенно жидкой. Затем плотно закрытую посуду с крупой ставят в печь для упревания на 3–4 часа. Полученную кашу заправляют сливочным маслом и едят горячей. Юражная каша долгое время была национальным русским праздничным или предпраздничным ритуальным блюдом. Ее готовили ранним летом и осенью, в периоды массовой заготовки русского масла (топленого) или сбивания масла.

Ее приготовление было возможно только в русской печи с падающей температурой (то есть остывающей печи). В конце XIX – начале XX в. юражная каша начинает постепенно исчезать из городского быта, а затем, в 20-х годах XX в., и из деревенского. С 30–40-х годов исчезает и название «юражная» из всех современных словарей. Исчезновение домашнего приготовления сливочного масла в России после Второй мировой войны окончательно привело к невозможности получения одного из главных компонентов юражной каши – пахтанья – в домашнем хозяйстве и в домашней кухне.

ЮРИ. Съедобное лилейное растение, часто употребляемое в японской кухне как приправа рыбных и мясных блюд.

ЮРМА. Суповое блюдо русской парадной кухни XVI–XVII вв., совершенно исчезнувшее уже в XVIII в. из обихода в связи с переходом кухни имущих слоев на меню французской, немецкой, шведской и английской кухни.

Юрма как блюдо уходит своими корнями в древнейшие ритуалы (связанные с едой) финно-угорского населения северо-востока европейской части России. Проникло в русскую кухню в XVI в. «двумя путями» – через новгородскую и пермскую кухню после присоединения Новгорода к Московскому государству в 1478 г. и Перми и Югры в 1483 г., а также через мордовскую кухню, оказавшую влияние на московские кулинарные нравы после присоединения Рязани к Москве (1521 г.).

Особенность юрмы в отличие от всех русских блюд состоит в том, что в ней демонстративно бросался своего рода вызов русским церковным традициям, требовавшим строгого разделения постного и скоромного пищевого сырья. В юрме, ритуальном блюде угро-финнов, смешивалось все *плавающее* (рыба) и все *летающее* (птица). В юрме рыба (стерлядь, осетрина, лосось) отваривалась в курином (индюшачьем, куропаточьем, рябчиковом) бульоне, или оба бульона – рыбный и куриный – смешивались, и в этой смеси вторично отваривались куски и рыбы, и птицы (в основном чистое филе птицы или кнели из ее мяса). Наряду с рыбой и птицей в юрме варились и дикие растения – дикий лук (колба), черемша, сарана, листья крапивы, кислицы, петрушки, кервеля, укропа.

В московской кухне XVII в. юрма получила дальнейшее усовершенствование: ее сдабривали пряностями – черным перцем, шафраном, клали лимон, цедру.

ЮХА. Древнерусское название всякого навара (отвара) из животного пищевого сырья (рыбы, птицы, мяса). От этого первоначального значения произошли производные – *уха* (см. с. 453–456, 939) и *юшка* (см. ниже).

ЮЦ. Белорусское национальное мясное блюдо: овечий, телячий или свиной желудок, начиненный мясом того же животного и гречневой кашей, пережаренной на сале с луком. Юц запекается на противне в духовке с двух сторон по 30 минут с каждой.

ЮШКА. Южнорусское, украинское и белорусское наименование жидковатого отвара с какими-нибудь наполнителями (клецками).

ЮШНИК. Суп из гусиной или свиной крови со свекольным рассолом и солеными огурцами.

ЮЮБА (*Zizyphus jujuba Mill*). Китайский финик унаби; плоды колючего листопадного кустарника, растущего в Закавказье, Средней и Юго-Восточной Азии, в Японии и Китае. Плоды ююбы – небольшие, желто-красные, мясистые; по содержанию витамина С близки к шиповнику. Используются в кухне народов Китая, Японии, Индокитая в свежем и особенно подвяленном виде, так как от лежания они делаются более ароматными. Входят в состав многих пряностей, киселей, муссов, варений.

- Я -

ЯБЛОКИ. В кулинарном отношении чрезвычайно гибкий, универсальный пищевой продукт, способный сочетаться практически со всеми видами блюд и употребляться во всех видах подач – от закусок до десертов и вин. Яблоки могут быть использованы в вареном, печеном, жареном, кандированном, засахаренном, заспиртованном, глазированном состоянии, могут быть мочеными, квашеными, маринованными, сушеными, то есть могут подвергаться всем формам кулинарной переработки и при этом всегда давать высококачественный, превосходный во вкусовом отношении продукт.

«Сырые» (свежие) яблоки, благодаря многовековой селекции, дают такое обилие всевозможных сортов, что ныне создан так называемый яблочный календарь, благодаря которому в течение всего года, в любой месяц, к столу могут поступать свежие яблоки, поскольку ранние сорта поспевают уже в июне, а поздние хранятся до мая.

Вне десерта и сладких блюд яблоки выступают всегда как вспомогательный продукт, приправа.

Так, в закусках (овощных, мясных) яблоки дают определяющий акцент, используются как источники «кислинки», и потому в закусках применяются лишь кислые сорта, в основном антоновка.

В супах применяются как кислые, иногда еще незрелые, зеленые яблоки (*щи*), так и сладкие, южные сорта (*бозбаши*).

В жареных и особенно тушеных мясных блюдах яблоки широко применяются во взварах, соусах, непосредственно жареные и печеные, моченые (к дичи), маринованные и в виде печеных пюре. К мясу и дичи могут быть использованы яблоки всех сортов, но предпочтительнее все же – кислые, и яблочная горчица. Даже к некоторым рыбным блюдам яблоки применяются в качестве добавочного компонента, нейтрализующего специфический вкус и запах рыбы (в форшмаках, в фаршированной щуке), хотя в целом рыбные блюда не терпят сопровождения яблок, и потому яблоки в принципе к ним не применимы.

Сладкие горячие блюда в значительной степени состоят из яблочных *шарлоток, муссов, пюре, суфле, компотов, киселей* (см. с. 845–846, 847, 879, 912, 929, 957) и т. п.

Яблоки используются также в таких выпечных изделиях, как *соложеники, оладьи,* открытые и полузакрытые (решетные) *пироги, пирожки,* а в глазированном виде – и в *тортах* (см. с. 934–935).

Яблоки как основное, главное пищевое сырье используются в *мармеладах, повидлах, джемах, вареньях* (см. с. 79, 801, 864–865). При этом способы варки варенья из яблок сильно различаются в зависимости от конкретного сорта яблок, их размеров, вкуса и консистенции, структуры яблочной ткани.

Благодаря высокому содержанию пектинов из яблок можно делать также естественные желеобразные массы – яблочные *гущи* и *пелти* и выпекать яблочные пирожные и яблочные *пастилы* (см. с. 899). Из смеси яблочного пюре и сахара (1:1) приготавливается яблочная глазурь для печенья (уваривается до загустения).

Наконец, на основе яблочного сырья вырабатываются разные напитки – соки (осветленные и с мякотью), яблочные *сиропы* и *эссенции,* яблочные *квасы, сидр,* яблочные вина (в том числе безалкогольные).

Яблоки чрезвычайно хорошо сочетаются с тестом, особенно со слоеным, сдобным. Поэтому яблоки (целиком или дольками) запекают в тесте, в виде «бомб», в кляре, в пирогах или прослаивают белково-яблочным пюре слои теста.

В силу того что с применением яблок в разных блюдах можно легко фантазировать, имеются сотни яблочных блюд, формально носящие определенное наименование, например яблоки по-французски, по-португальски, по-датски или яблоки Бонапарт, Нессельроде, Помпадур, но фактически отличающиеся лишь формой подачи, обработки и соусом или гарниром (рис, меренги, крем, варенье и т. д.).

ЯГОДЫ. Небольшие сочные плоды кустарниковых и травянистых растений. Основное применение практически всех видов ягод – в кондитерском деле (варенья, конфитюры, джемы, повидла, мармелады), а также в сладких блюдах (муссы, суфле, желе, сиропы) и напитках (*соки, экстракты, водички, морсы, квасы, наливки, настойки, ликеры* (см. с. 290–294, 844, 859, 876, 883, 884–885, 886). Некоторые ягоды используются и в жарких блюдах, в качестве приправ и пикантных гарниров либо в моченом виде, либо в квашено-маринованном. К таким ягодам относятся: морошка, брусника, черника, водяника и отчасти – облепиха. Полуквашеные изделия из этих ягод подаются обычно к блюдам из дичи, являясь их традиционным вкусовым сопровождением.

ЯДРИЦА. Название всякой обдирной крупы, то есть не перемолотой, а с которой при обработке на мельнице снята лишь внешняя оболочка – лузга. Обычно в быту ядрицей называют только гречневую крупу, в отличие от гречневой крупы обкатанной, так называемой *смоленской,* и от гречневой крупы крошеной – сечки. В ряде республик Закавказья выпускают также ядрицу-пшеничную и ядрицу-полбу, употребляемые для приготовления каш.

ЯЗЫК. *Субпродукт* (см. с. 928); в кулинарии обычно используется говяжий (коровий, воловий, бычий) и телячий языки. Говяжьи языки весят 1,5–2 кг, телячьи – 0,5 кг. Языки применяются в самостоятельных блюдах (язык отварной) или в качестве холодной закуски (иногда слегка подкопченный и затем отваренный и охлажденный), а также как компонент, вносящий дополнительный, сопровождающий вкусовой акцент в мясные салаты или мясные ассорти, употребляемые в качестве вторых блюд. Языки нужно вымачивать сутки-двое, а после отваривания до мягкости снимать кожу, положив предварительно в холодную воду. Варить язык необходимо не менее 4 часов (особенно говяжий, бычий).

Подают язык обычно с картофельным пюре, горчицей или хреном. Телячий язык приготавливают как заливное, гарнируют хреном в сметане, петрушкой, грибами (отварными или солеными).

В качестве пряностей к языку иногда добавляют имбирь и лимонную цедру, а также сок лимона (или ломтик лимона).

ЯИЧНЫЕ БЛЮДА. Чрезвычайно обширная группа блюд по числу наименований, но крайне однообразная во вкусовом отношении и весьма простая по технологии приготовления. По быстроте же приготовления яичные блюда стоят на первом месте. К ним относятся: собственно яйца, сваренные в разной степени (*мешочек, крутое, пошированное* – см. с. 908), или зажаренные (яичница), а также яйца, взбитые с определенными вкусовыми и наполняющими добавками (муки, сахара, сметаны, молока, сливок): см. *омлеты, соложеники, бисквиты.* Во всех случаях, когда яйца составляют в том или ином кулинарном изделии более половины веса или объема, эти блюда и изделия относятся к яичным (например, *чучу, кук-бийрон*). К яичным относятся, разумеется, и кулинарно-кондитерские изделия из сырых взбитых яиц с добавлением сахара и спирта – гогель-могель, эгг-грог – или с добавлением чая, сахара и сливок – *кастэрд* (см. с. 844).

Все иные блюда и изделия, где яйца используются в качестве одного из многочисленных компонентов и где их роль сводится к созданию определенной консистенции, структуры изделия, – как бы велико ни было их количественное соотношение – к яичным не относятся. Таковы, например, *куличи, папошники* (где в один кулич порой уходит до 60 яиц), *пасхи* (до 20 яиц) и т. п.

В силу однообразного нейтрального вкуса яиц яичным блюдам придаются всегда самые разнообразные пикантные добавки, рассчитанные на то, что они будут доминировать во вкусе изделия, и именно по этим добавкам большинство яичных блюд получают свои подчас громкие кулинарные наименования: яичница по-португальски, по-шведски, по-польски, по-украински, по-белорусски, яичница Россини, а-ля ройяль и т. д. Добавками обычно служат: помидоры, маслины, сыр, колбаса, шкварки, лук, грибы.

«Изобрести» яичное блюдо ничего не стоит: достаточно ввести в его состав какой-нибудь растительный или животный компонент, который не портит его вкуса и в то же время прежде не вводился. От таких «изобретений», по крайней мере, ничего не меняется, но они удобны для тех, кто любит пускать пыль в глаза слабо разбирающимся в кулинарии людям.

Примером такого «изобретения» служит яичница Россини, приписываемая известному композитору. Она представляет собой обычную глазунью, у которой подаются только вырезанные из окружающего белка «глазки» желтка, каждый из которых прикрывают кусочком гусиной печенки и поливают соусом из мадеры. Ясно, что никакого «нового» блюда от этих ухищрений не получается, ибо новые компоненты просто механически накладываются на яичницу, составляя лишь ее вкусовое сопровождение. Данные компоненты столь же случайны, как и тысячи иных; они не касаются самой сути блюда, не вмешиваются в его состав, в структуру, а представляют собой лишь вариант его сервировки.

В целом яичные блюда как постоянный элемент меню вредны (особенно ежедневная утренняя яичница, столь удобная по быстроте приготовления). Они противопоказаны людям с излишним весом, потому что закрепляют имеющиеся нарушения в обмене веществ организма, мешают их ликвидации.

ЯЙЦА. Пищевой продукт. В кулинарии используются яйца кур, перепелок, индюшек, уток и гусей. Две последних категории – весьма редко и обязательно с клеймом санитарного контроля. Вот почему покупать утиные и гусиные яйца с рук для еды не рекомендуется. В кондитерском деле употребляются исключительно куриные яйца, все остальные дают сильный побочный запах и поэтому непригодны для кондитерских целей.

Вес куриного яйца колеблется от 40 до 65 г. Отсюда вес десятка яиц может быть от 400 до 650 г, а килограмм составят либо 20, либо 25 яиц. Поэтому при изготовлении кондитерских изделий, где вся пропорция продуктов в рецепте выражена в весовых единицах, следует иметь в виду данные колебания веса яиц. В кондитерской промышленности во избежание ошибок и при больших яичных партиях пользуются в связи с этим не счетом на штуки, а применяют *меланж* (см. с. 867–868) на вес.

Свежее яйцо от несвежего определяется объективно по размеру воздушной камеры в верхней (острой) части яйца. У свежего яйца она не должна превышать 3 мм, у несвежего – равна 5 мм. Поскольку в старом яйце больше воздуха (или, вернее, газов), то оно плавает в подсоленной воде, в то время как свежее идет ко дну.

Ввиду того, что долго сохранявшееся яйцо, хотя и не тухлое, но уже не пригодное в пищу, может случайно попасть среди массы свежих, при работе на кухне с яйцами рекомендуется каждое новое яйцо разбивать отдельно в чашку, а затем уже смешивать с остальными. У несвежего яйца пленка между желтком и белком рассасывается, и оно падает в чашку не отдельным «глазком», а растекается бесформенно по белку. Такое яйцо следует изымать из употребления, даже если оно еще не обнаруживается по тухлому запаху.

Желток яйца состоит на 65 процентов из жиров, белок – на 85 процентов из воды (остальное из протеинов). Поэтому употребление в пищу желтка и белка должно быть различным для тех, кому противопоказана жирная пища. Белок для таких людей вполне допустим, в то время как желток им вреден.

Вкус яйца определяется целиком вкусом желтка, а вкус желтка зависит от корма курицы. Добавление в корм свежей травы, особенно пряных трав и пряностей в виде перца, значительно улучшает и очищает вкус яиц.

Яйца обязательно следует взбивать перед кулинарным применением, причем лучше всего раздельно – белок и желток. Это способствует аэрации яиц и не только отражается на вкусе изделия, но и повышает и облегчает их усвоение организмом.

При наличии в рецепте яиц и сахара всегда следует первыми соединять эти пищевые материалы, растирая яйца с сахаром добела. Масло никогда не стирается с яйцами, оно добавляется после сахара, меда и муки, то есть в последнюю очередь, «подальше» от яиц.

Желток и белок по-разному действуют на характер мучных и кондитерских изделий, поэтому яйца в них применяют в большинстве случаев раздельно – или только белок, или только желток.

Белок применяется в муссах, пастилах, суфле, в ореховых печеньях, где он вместе с сахаром повышает вязкость изделий и их воздушность.

Желток, наоборот, способствует усилению плотности, сухости, ломкости изделий, поэтому применяется в основном в сухих печеньях, бисквитах (нуждающихся в последующей пропитке сиропами и кремами), в куличах, папошниках, кексах (в них желток способствует особо уплотненной структуре изделия), вообще в песочном тесте, которое в результате выпечки приобретает свойство крошиться.

ЯКИ-ТОРИ. Японское блюдо: молодые цыплята на вертеле. Стандартное блюдо японских ресторанов, особенно за пределами Японии, в других странах. За последние годы все чаще вводится в общее международное меню, поскольку не имеет специфически выраженных национальных особенностей приготовления и весьма быстро и легко *гриллируется* на электрогрилях.

ЯМ. Наименование всех жидких блюд, особенно овощекрупяного состава, в мордовской кухне. В переводе означает приблизительно – «хлебово». Поэтому в мордовской кухне и щи, и крупяные супы, и жидкие кашицы одинаково называют *ям,* с добавлением названия основного компонента. Главным, определяющим для названия является, следовательно, жидковатая консистенция блюда, а не его состав и технология приготовления. Так, крутые каши называют по-русски кашами, а жидкие – *ям,* наравне с супами. В то же время уха отличается от прочих супов и называется татарским

искаженным словом *шурьба* (от *шурпа* – см. с. 647, 962). Это говорит о том, что наиболее древними блюдами с точно не определенным (недифференцированным) составом, где использовались в разных сочетаниях мясо, овощи, зерно, молоко и сохранялось жидковатое состояние в целом, были *ямы* (в мокшанском – *лями,* близкое к финскому *лиэми* – жидкие кашицы, то, что можно легко хлебать ложкой, но невозможно есть рукой).

ЯМС. Клубневое растение оранжевого цвета, напоминающее сладкий картофель (но водянистее бататов); широко используется в кухнях народов Китая и Юго-Восточной Азии (Кампучии, Таиланда, Вьетнама, Лаоса), а также на юге США и в странах Карибского бассейна, где возделывается на больших площадях. Заменяет картофель.

ЯН-КЕН-ПОН. Японское обозначение блюд, в которых используется эффект «кулинарного обмана», то есть неожиданности, вызываемой внешним видом блюда по сравнению с его консистенцией и вкусом.

В понятие ян-кен-пона не входят, однако, такие приемы, как создание *эпиграмм* (см. с. 967), но входят гораздо более тонкие и в кулинарном отношении чрезвычайно изысканные «подделки» сои под видом мяса, творога, сыра, от которых их соевые «собратья» неотличимы по вкусу даже специалистами-дегустаторами, а также «подделки» кальмаров и осьминогов, которые, сохраняя нетронутым свой внешний вид, по вкусу оказываются совершенно неожиданно сходными с курицей или овощами.

В основе ян-кен-пона лежат искусные приемы сложной кулинарной обработки, сформированные многовековым опытом методы по выявлению в том или ином продукте скрытого в нем вкуса или по приданию ему совершенно нового вкуса. Эти приемы и методы являются достижениями японской и китайской национальной кухни, чрезвычайно характерными именно для них, что практически не может быть повторено кулинарами европейских поварских школ без знания национальных секретов.

ЯНЧМИШ. Таджикское кондитерское изделие из толченых орехов и изюма, взятых в равных долях (1:1) и спрессованных с кукурузной мелкой мукой, служащей для связи и составляющей 1/10 часть веса смеси (100 г муки на 1 кг орехов с изюмом). Из полученной клейкой массы смеси делают шарики величиной с грецкий орех и обваливают в сахарной пудре. Иногда в янчмиш добавляют фруктовую *эссенцию* (см. с. 968) из расчета 30–40 капель на 1 кг янчмиша.

ЯПРАГИ. Дагестанское название *долмы* (см. с. 819), *голубцов* (см. с. 813) из разных овощей с мясным (бараньим) фаршем.

ЯСТЫК. Тонкая, но прочная пленка, образующая мешок-оболочку, в котором находится икра лососевых и осетровых рыб. Наличие или отсутствие ястыка при засоле икры играет существенную роль в формировании ее качества, вида (икра красная и черная) как готового продукта.

Икра, освобожденная от ястыка *до засола,* – самого высшего качества, так называемая зернистая (черная) и, как правило, вся красная.

Икра, которая солится прямо в ястыках, но лежит в них не более суток и затем освобождается от ястыков *на грохоте,* носит название паюсной и приготавливается только из осетровых. Она высокого качества, но требует большей степени обработки и более плотна по объему, что невыгодно при ее реализации.

Икра, которая так и засаливается в ястыках и поступает в таком неочищенном виде в продажу, называется ястычной. Она низкого качества, часто пересоленная, иногда имеет свалявшийся, уплотненный, подсушенный вид и консистенцию и ценится, естественно, значительно дешевле (втрое!) зернистой и паюсной.

Ястычная икра – или результат спешки во время путины, или безответственного, халатного отношения к ценному продукту. Ястычная икра бывает и черной, и очень часто – красной. Отделить ее от ястыков уже невозможно, и в процессе еды приходится либо съедать часть ястыков как «побочный продукт», либо выплевывать, что заставляет сбывать ястычную икру по низкой цене и для непритязательной публики.

ЯХНИЯ. Болгарские и вообще балканские тушеные блюда из мяса или овощей, сделанные по типу «жареных супов» турецкой (восточной) кухни. В яхниях основной продукт, дающий имя яхниям (телятина, баранина, баклажаны), нарезают мелкими кубиками (2×1 или 2×2 см) и обжаривают в растительном масле или сале вместе с луком, а затем в полуготовое блюдо доливают воду – ровно столько, чтобы она покрывала обжаренные продукты (практически это всегда почти равный объем). После этого в яхнию добавляют некоторые сопровождающие овощи (как в мясную, так и в овощную яхнию) – всегда разные, в зависимости от основного продукта, обязательно – различные пряности и пряные травы. Тушат яхнию почти до полного выкипания воды (но не масла!) на медленном огне. В ряде случаев, чтобы поддержать полужидкую консистенцию блюда, после его готовности к нему доливают кислое молоко, сметану, катык (йогурт), или, напротив, слегка загущивают оставшееся масло и часть бульона мукой, превращая их в соус, или совершают и то и другое одновременно (и загущивают, и подливают катык). Затем вновь следует тепловая обработка, но краткая и осторожная.

Яхнии чрезвычайно напоминают среднеазиатские загущенные супы-катыкли и, несомненно, имеют общее с ними происхождение, несмотря на различия в составе и в деталях приготовления.

ЯЧМЕНЬ. Самый северный из злаков, дающий разнообразные по названию крупы – *перловку, голландку, ячневую крупу* – и идущий на производство ячменного солода как одной из основ для пивоварения. Мука из ячменя – ячменная (или ячневая) используется в сочетании с пшеничной для выпечки лепешек (в кухнях народов Северного Кавказа) и хлебных изделий (в латышской кухне).

ЯЧНЕВАЯ КРУПА. См. *перловая крупа.*

ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

- А -

АБАКА *778*
АБГОРА *607, 612, 613, 618, 778*
АБЕС *778, 780*
АБЕССЕ *778*
АБИЛИРОВАТЬ *779*
АБРИКОС *185, 259, 294, 365, 367, 376, 377, 541, 547, 559, 600, 603, 608, 619, 621, 623, 635, 644, 665-667, 673, 676, 677, 679, 779, 801, 817, 851, 854, 865, 866, 889, 936, 954*
АБРИКОСОВЫЙ ШЕРБЕТ *677*
АБРИКОТИН *779*
АБСЕНТ *779*
АБСИНТ *779*
АБСИСТЕНЦИЯ *779*
АБСТРАКТЫ *779*
АБУРА *779*
АБУРАГЕ *779*
АВАРТАНА *779*
АВГАРДЕНТ *779, 780*
АВДАН-СИРЫ *780*
АВЕЛЛАНЫ *780*
АВЕРТИССЁР *780*
АВРАД ИЛИ АВРАДИН *780*
АВСЕНЬ *780*
АВСТЕРИЯ *780, 781*
АВЮТОРГА *781*
АГАВОВЫЙ СОК *781*
АГАНЦ *781*
АГАР-АГАР *42, 226, 624, 781, 860, 865, 879, 914*
АГАФЬИН ДЕНЬ *781*
АГЕЙЗИЯ *781*
АГЕМОНО *781*
АГОРНОВЫЙ СИРОП *781*
АГОРЫ *781*
АГРАФЕНЫ ДЕНЬ *781*
АДЖИКА *116, 126, 127, 145, 297, 298, 564, 909*
АДЖОН *782*
АЗАРОЛЬ *782*
АЗЪЯШЫД *736*
АИР *432, 821*
АЙЛАЗАН *600–602*
АЙРАН *60, 93, 264, 291, 292, 608, 630, 632, 633, 640, 641, 687, 746, 754–756, 782, 783, 884, 928*
АКВЕТТА *782*
АЛКОГОЛЬ *61, 72, 96, 222, 239, 290, 321, 339, 341, 274, 390, 391, 399, 407, 410, 435, 497, 515, 766, 770, 771, 787, 799, 801, 828, 831, 844, 859, 862, 871, 872, 879, 883–885, 912*
АЛЬВИЦА *79, 541, 556, 557,808*
АМБИГЮ *782*
АМБРОЗИЯ *782*
АМЕТИСТА *782, 783*
АМИЧ *600*
АММОНИЙ *71, 85, 88, 194, 493, 495, 624, 725, 730, 785, 809, 845, 868, 901, 903*
АНГЕЛИКА. *см. ДЯГИЛЬ*
АНИС *22, 51, 65, 88, 134, 260, 399, 432, 449, 454, 456, 461, 469, 493, 501, 674, 675, 727, 779, 820, 821*
АННОНАРИЯ *783*
АНТЖУЛХИНА *783*
АНТРЕ *783*
АНТРЕКОТ *132, 175, 176, 362, 396, 436, 507, 783, 842, 870*
АНТРЕМЕ *149, 350, 351, 429, 783, 883, 931, 951*
АНУШАПУР *591*
АНЧОУСЫ *255, 348, 783*
АПАСТИЯ *783*
АПЕРИТИВ *119, 140, 261, 442, 621, 778, 783, 784, 796, 806, 807, 876, 886*
АПОФИКА *783*
АПОФОРЕТЫ *784*
АППЕТИТ *12, 16, 101, 104, 112, 134, 147, 165, 252, 258, 276, 282, 389, 400, 406, 436, 442, 646, 782, 784, 838, 908, 927*
АРАХИСОВАЯ ПАСТА *168, 416, 417*
АРБИН. *см. АРЬБИН*
АРБОЛАД *784*
АРГЯН *784*
АРДЕЙ (ПЕРЕЦ ЖАРЕНЫЙ) *548*
АРМЕРИТТЕР *784*
АРОМАТИЗАЦИЯ *134, 402, 449, 621, 768–770, 780, 800, 835, 864, 865, 896, 911, 917, 967*
АРТИШОКИ *253, 257, 279, 351, 368, 607, 784, 791*
АРХИМАГИР *785*
АРХИТРИКЛИН *785*
АРЬБИН *784, 785, 817*
АСАФЕТИДА *634, 635, 679, 911*
АСПИК *785*
АХЬЮЛИХА *694, 701, 743*
АШ (ПЛОВ) *678, 682, 683, 685, 686*
- огурджалинский *682, 683*
АШТАК-ПАШТАК *667*
АШУК *785*
АШЫ-СОРПА *632–634*

- Б -

БАБА *239, 785, 819, 836, 921, 943*
БАБКА *238, 428, 518, 519, 533, 785, 786, 896*
БАБЬЯ КОЖА *786*
БАГРЕНЕЦ *786*
БАДАМ *779, 786, 808*
БАДАМ-НОХУТ *623*
БАДЬЯН *51, 63, 83, 127, 134, 135, 137, 166, 173, 184, 230, 239, 294, 332, 474–478, 485, 488, 493–495, 519, 620, 621, 749, 762, 770, 772, 813, 816, 821, 864, 906, 910, 918, 938, 949*
БАЗИЛИК *103, 148, 184, 238, 260, 286, 297, 402, 416, 417, 419, 561, 562, 564–567, 569, 571–574, 577, 584, 587–589, 593, 595, 597, 598, 600, 602, 610–613, 617, 620, 621, 649, 650, 664, 668, 669, 671–673, 785, 790, 797, 811, 822, 831, 877, 878, 892, 895, 937, 946, 953, 955, 956*
БАКЛАЖАНЫ *35, 131, 141, 219, 220, 250, 259, 270, 279, 280, 402–404, 500, 540, 541, 544, 545, 549–551, 562, 564, 568, 569, 571, 574–576, 584, 585, 593, 596, 597, 600–602, 620, 793, 794, 796, 816, 829, 833, 874, 878, 919, 953, 973*
- вареные *574*
- жареные *575*
- квашеные *550*
- квашеные фаршированные *551, 602*
- печеные *574*
- фаршированные *549*
БАЛАНДА *56, 99, 736, 786*
БАЛМУШ (МАМАЛЫГА МОЛОЧНАЯ) *552, 553, 786*
БАЛЫК-БЕРЕК *786, 901*
БАЛЫК-БОЗБАШ *611*
БАЛЫК БЁРЕК (МАНТЫ ОГУРДЖАЛИНСКИЕ) *678, 686*
БАЛЫКЛЫ ЯНАХЛЫ-АШ (РЫБНЫЙ ПЛОВ) *680, 685*
БАМИЯ *279, 584–586, 598, 599, 786, 816, 880, 894*
БАНКЕТ *56, 58, 762, 764, 786, 787, 812*
БАРАНИНА *49, 128, 131, 173, 174, 181, 224, 242, 267, 270, 353, 356, 358, 362, 364, 367, 381, 382, 393–395, 397, 399, 402, 403, 412, 416, 419, 428, 429, 432, 433, 438, 441, 449, 464, 504, 561, 565, 566, 568, 569, 585–687, 593, 595, 597, 598, 606–615, 617, 618, 629, 631–633, 636–638, 647–649, 651, 652, 655–658, 668, 671, 672, 680–684, 692, 694, 711, 735, 740, 741, 746, 749, 763, 767, 769, 774, 775, 789, 744, 805, 819, 822, 837, 855, 863, 869, 874, 878, 882, 891, 894, 901, 905, 917, 919, 945, 950, 953, 955, 956, 958, 962, 964, 967, 968, 973*
БАРАНКИ *194, 247, 430, 437, 787, 833, 839, 908*
БАРБЕКЮ *787*
БАРДИРОВАТЬ *787, 916*
БАСМАН *787*
БАТТУТО *787*
БАТТУФФО *787*
БАТУН, *см. ЛУК*
БАУРСАК ИЗ ИРИМШИКА *640*
БАУЫР КУЙРЫК *631, 637*
БЕАРНЭЗ *787*
БЕДНЫЙ РЫЦАРЬ *726, 784, 874*
БЕЗЕ *80, 203, 376, 788, 870, 884, 892, 899, 918, 936*
БЕКМЕС *605, 608, 622, 623, 646, 666, 676, 680, 788, 802, 865, 966*

* По всей книге.

БЕЛЫЙ СУП *418*
БЕНМАРИ *788*
БЕРГАМОТОВОЕ МАСЛО *см. ЦИТРУСОВЫЕ*
БЕРЕЗОВИЦА *431, 788*
БЁРР-МАНИ *788*
БЕРСИ *788*
БЕРЬКА И КЛЯНОВИК *538*
БЕСКОНТАКТНАЯ ТЕПЛОВАЯ ОБРАБОТКА *43–46*
БЁФ-БРЕЗЕ́ *788*
БЁФ-БУЛЬИ *396, 788*
БЕФ-СТРОГАНОВ *788, 789*
БЕШАМЕЛЬ *232, 236, 237, 349, 350, 351, 356, 362, 789, 836, 914, 956, 960*
БИВЕТЬ *789*
БИГОС *174, 366, 523, 527, 528, 780, 789*
БИДАЙ-КОЖЕ *640*
БИДЕРТ *789*
БИЛЬТОНГ *789*
БИСКВИТ *78, 84, 87, 88, 203, 204, 209, 212, 285, 351, 357, 365, 375, 377, 705, 782, 789, 790, 792, 804, 811, 824, 844, 858, 963, 867, 888, 896, 934, 935, 957, 971, 972*
БИСКЮ *790*
БИТКИ, БИТОЧКИ *67, 73, 176, 178, 180, 353, 367, 501, 790, 848, 907, 914*
БИТЫЙ ПИРОГ *790*
БИТЫЙ ПРЯНИК *790*
БИФШТЕКС *128, 175, 211–213, 221, 353, 357, 360, 361, 373, 374, 381, 384, 386, 396, 436, 441, 774, 775, 790, 826, 836, 903, 908, 941*
БИФШТЕКС «ШАТОБРИАН» *175, 836, 941*
БЛАМАНЖЕ *133, 351, 361, 364, 781, 790, 819, 823, 859, 878*
БЛАНКЕТЫ *791*
БЛАНШИРОВАТЬ *116, 147, 180, 188, 190, 219, 223, 231, 276, 279, 280, 297, 419, 620, 738, 784, 791, 796, 801, 812, 813, 841, 856, 904, 912, 916, 920, 950, 951, 959, 962, 963*
БЛЁ *791*
БЛИННИК *791*
БЛИНЧАТЫЙ ПИРОГ *357, 376, 479, 791, 892*
БЛИНЫ *24–26, 28, 65, 67, 84, 121, 124, 151–153, 167, 196, 208, 286, 345, 354, 366, 424, 428, 430, 434, 437, 478–481, 516, 517, 521, 530, 531, 537, 554, 579, 603, 604, 618, 619, 625–627, 641, 738, 749, 750, 791, 795, 815, 832, 835, 838, 854, 858, 877, 878, 883, 884, 892–895, 897, 898, 902, 921, 926, 930, 931, 954, 957*
- пшеничные (красные) *480*
- пшенные *481*
БЛИЧНИК, БЛИЧНЫЙ ПИРОГ *791*
БЛЮДО *792**
БЛЯШКА *21, 792*
БОБЫ СУХИЕ *45, 792*
БОДРЯШКА *792*
БОДЯК ОГОРОДНЫЙ *792*
БОЗАРТМА *566, 567*
- из курицы или индейки *566, 567*
- из цыплят *567*
БОЗБАШ *429, 460, 582, 584–587, 608, 919, 971*
- ереванский *429, 585, 586*
- зимний *585, 586*
- летний *585, 586*
- простой (обыкновенный) *585, 586*
- сборный *585, 587*
- сисианский *584, 586*
- шушинский I *585, 586*
- шушинский II *585, 586*
- эчмиадзинский *585, 586*
БОКАЛ *792, 813, 851, 880*
БОЛКАЙМОК *642, 667*
БОЛЮС *792*
БОМБО *792*
БОНБОНЬЕРКА *792, 968*
БОНДА *793*
БОРАГО *793, 795, 812, 947, 949*
БОРАКИ *26, 33, 193, 596, 793, 901*
БОРАНИ *562, 571, 593, 793*
- баклажанное *571*
- с зеленой фасолью *571*
БОРДО *509, 793*
БОРКАННИК *794*
БОРНАЯ КИСЛОТА *794*
БОРОВАЯ КАША *794*
БОРЦОК *750*
БОРЩ *58, 93, 96, 98, 107, 108, 172, 214, 279, 288, 292, 345, 348, 350, 352, 354, 357, 358, 361–365, 374, 376–383, 396, 412, 416, 420, 427, 428, 438, 439, 499–505, 508, 510, 511, 523, 542, 631, 711, 713, 714, 724, 794, 795, 811, 825, 851, 868, 869, 882, 896, 897, 960*
- киевский *504*
- львовский *505*
- на индюшачьих ножках *107*
- полтавский *504*
- старолитовский *713*
- украинский простой *503*
- украинский сборный *503*
- черниговский *504*
БОРЩЕВИК СИБИРСКИЙ *794*
БОРЩОК *103, 299, 363, 367, 377, 420, 794, 795*
- освежающий *103, 299*
БОСМАНА *795*
БОТА *795*
БОТАНЕЦ *795*
БОТВИНЬЯ *348, 350, 363, 365, 367, 376, 412, 429, 442, 445, 446, 782, 786, 795, 868, 921, 929, 939, 947, 948, 962*
- запарная *446*
- простая полная *445*
БОУЛЬ *795*
БРАГА *290, 291, 481, 712, 795, 822, 823, 828, 835, 837*
БРИДОСТЬ *11, 795, 796, 892*
БРИНЧОБА *645, 669, 796*
БРИОШ *192, 792, 796*
БРОМАТОЛОГИЯ *796*
БРУСНИКА *173, 186, 259, 342, 353, 364, 366, 432, 461, 465, 468, 538, 689, 725, 734, 744, 796, 820, 841, 844, 852, 871, 876, 877, 902*
- (клюква) с репой (редькой) *744*
БРЫНЗА *39, 40, 116, 141, 148, 262, 400, 402, 412, 540, 541, 544, 549, 551–554, 577, 579, 580, 786, 796, 890, 896, 906, 942, 946, 956*
- печенная на гратаре *148*
- с яйцом *551*
БУБЕРТ *133, 224, 288, 725, 727, 796, 859, 863, 868, 921*
БУБЛИКИ-СВИСТУНЫ *517*
БУГЛАМА-КЕБАБ (КЕБАБ НА ПАРУ) *656*
БУЖЕНИНА *349, 357, 433, 435, 796, 797, 827, 853, 919*
БУКЕТ *319, 495, 797, 927*
БУКЕТ ГАРНИ *299, 787, 797, 912*
БУКМАН *667*
БУЛАМИК *655, 797*
БУЛДАВА *797*
БУЛКА *386, 787, 797, 882*
БУЛЬБЕНЯ *797*
БУЛЬБЯНАЯ ЗАПЕКАНКА *532*
БУЛЬБЯНЫЕ ЗРАЗЫ *532*
БУЛЬВЕС АГУОНИС *722*
БУЛЬВЮ СИЛЬКЕ (СЕЛЕДКА С КАРТОФЕЛЕМ) *721*
БУЛЬОН *797**
БУНДЕЧКА *798*
БУРГА *798*
БУРГОНСКОЕ (ИЛИ РЕЖЕ БУРГУНДСКОЕ) *349, 433, 793, 798, 833*
БУРКАНУ ПАРДЕВЕЙ (МОРКОВНИК) *708*
БУТЕНЯ *798*
БУФЕТ *7, 14, 200, 778, 798, 799, 875*
БУШЕ *799, 944*
БЫКИ *799*
ББЕН-КЮИ *799*

- В -

ВАГАН *799*
ВАГЛОДКА *799*
ВАЛОВАНЫ, ВАЛОВАНЧИКИ *799, 800*
ВАНИЛИН *81–83, 87, 88, 289, 294, 290–292, 515, 517, 556, 557, 603, 604, 625, 665, 667, 675, 677, 727, 799, 800, 812, 817, 883, 890, 911, 947, 959, 961*
ВАНИЛЬ *82, 194, 238, 239, 294, 331, 474, 489, 491, 493, 495, 556, 557, 584, 603, 628, 785, 800, 816, 821, 838, 845, 854, 862, 866, 880, 888, 891, 898, 900, 906, 910, 916, 926, 957, 959*
ВАНИЛЬНАЯ ПАСТА *491*
ВАНИЛЬНЫЙ САХАР *494, 496, 517, 518, 625, 727, 854, 966*
ВАР *800*
ВАРАХОВИЦА *800*
ВАРГЕНЯ *800*
ВАРЕВО *42, 800, 802*
ВАРЕНЕЦ *91, 93, 133, 357, 800*
ВАРЕНИКИ *26, 28, 29, 31, 32, 43, 72, 133, 193, 208, 243, 345, 363, 365, 377, 380, 424, 439, 499, 500, 510, 513, 514, 723–725, 800, 801, 803, 830, 857, 858, 881, 901, 915, 931, 957*
- с вишнями *133, 193, 363, 365, 380, 513, 514, 725, 800, 830*
- с капустой *377, 513, 514*
- с маком *514*
- с печенкой и салом *513*
- с творогом *193, 513, 830*
- с фасолью и грибами *514*
- с яблоками *514*
ВАРЕНУХА *800, 801*
ВАРЕНЬЕ *801**
- сухое *801*

* По всей книге.

ВАРЕЯ *800, 802*
ВАРИСТАЯ ПЕЧЬ *802*
ВАРИЦ *802*
ВАРКА *42–49, 52–59, 61, 63, 802**
ВАТРУШКИ *21, 26, 31, 84,* 93, 359, *361, 367, 409, 578, 709, 735, 802, 803,* 837, *841, 847,* 863, 883, *900, 902,* 903, 931, *946, 950, 956, 957*
ВАФЛИ *78, 84, 238,* 356, 357, *360,* 362, 375, *628, 752, 781, 803, 867, 872, 888, 892, 905, 910,* 922, *934,* 935, 955, *957*
ВЕГЕТАРИАНСТВО *8, 266, 371–375, 387, 403, 887*
ВЕДАРАЙ *719, 720*
ВЕДЖВУДОВА ПОСУДА *803*
ВЕДЖЕМАЙТ *803*
ВЕЛИГОРКА *473, 804, 815*
ВЕНСКАЯ КОНДИТЕРСКАЯ ШКОЛА *804*
ВЕРГУНЫ *500, 515, 804, 805, 938, 946, 947, 949*
ВЕРЕЩАКА *506*
ВЕРМИШЕЛЬ *9, 25, 29, 58, 99, 107, 148,* 193, *201,* 223, *242, 243, 287, 298,* 335, 357, 363, 376, *381,* 383, *437, 673,* 752, *797, 805, 808, 809, 821, 848, 850,* 855, *856, 862, 896*
ВЕРТУТА *540, 554, 796, 916*
ВЕСЕЛЫЙ СТОЛ *805*
ВЕЦС-ПУТРА *707, 708*
ВЗВАР *232, 290, 461, 463, 464, 796, 800, 805, 909, 971*
- капустный *464*
- клюквенный *463, 464*
- луковый *464*
- к жаркому *464*
- русские *805*
ВИВОЛОГА *805*
ВИЗИГА *852*
ВИЛКА *18, 24, 36, 43, 80, 147, 212, 297, 402, 437, 446, 479, 511, 516, 549,* 555, *661, 663, 665, 674, 675, 781, 791,* 803, *805, 806, 851,* 853, *862, 885, 886, 900,* 926, *927 ,932, 942–944, 946, 962*
ВИНЕГРЕТ *35, 77, 139, 146. 251–254,* 359, 383, *402, 406, 426, 436, 501, 763, 806, 866, 870, 874, 966*
ВИНОГРАДНЫЕ ВИНА *79,* 360, *399, 431, 466, 488, 518, 540, 541, 580, 591, 770, 771, 782,* 783, *786–788, 792, 797, 806, 813, 816, 818, 826,* 832, *861,* 863, 872, *879,* 884, 885, 889, *937, 943, 945, 959, 961*
ВИНОГРАДНЫЙ ШЕРБЕТ *677*
ВИРТИНЯЙ *724, 725*
ВИЦЕЛ (ТЕЛЯТИНА С АЙВОЙ) *547*
ВИШИ *806, 807*
ВИШНЕВЫЙ ЛИСТ *260*
ВИШНЕВЫЙ ШЕРБЕТ *267*
ВКУС *807**
ВКУСНЯ *807*
ВЛАДИМИРКА *807*
ВОДА *807**
ВОДИЧКИ *27, 110,* 133, *293, 782, 807, 809, 846, 884, 971*
ВОДКА *87, 96, 120, 130,* 222, *283,* 293, *306,* 339, *348,* 386, *391, 399, 407, 430, 431,* 433, *440, 465, 515,* 572, *594,* 595, *642, 729, 763, 770, 771, 780, 801, 804, 807, 808,* 827, *851, 860,* 862, 863, *871, 879,* 883–886, *894, 920*
ВОДЯНИКА *732, 743*
ВОК *122, 123*
ВОЛОГА *521–524, 808*
ВОРОНОК *808*
ВОСПНАПУР *590*
ВОСТОЧНЫЕ СЛАДОСТИ *78, 210, 646, 786, 808, 891, 918, 944*
ВОЩАНКА *809, 810*
ВСМЯТКУ *15,* 334, *809, 845*
ВСПЛЫВ *809*
ВЫБОРГСКИЙ КРЕНДЕЛЬ *191, 194*
ВЫДЕЛКА ТЕСТА *583, 809, 852*
ВЫЕМКИ *35, 185, 209, 495,* 553, *628, 729, 800, 810, 824,* 893, *911, 920, 943*
ВЫМАЧИВАНИЕ *52, 72, 106, 142, 144, 149, 173, 186–188, 217, 228, 273–275,* 335, *467, 468,* 562, *579,* 635, *698, 716, 758, 763, 768–771, 826, 864, 895, 903, 916, 919, 920, 941, 946, 951, 971*
ВЫТИ ОБЕДЕННЫЕ *810*
ВЫТЯЖНОЕ *27, 194, 196, 230, 360, 431, 472, 500,* 540, 553, *554, 904, 906, 913, 961*
ВЭРЗЭРЕ *555*
ВЯДЁРЫ *810*
ВЯЛЕНИЕ *810*
ВЯНДЛИНА *521,522, 525, 528, 811*

- Г -

ГАБЕРСУП *811*
ГАДАЗЕЛИЛИ *562, 577, 811*
ГАЙНАТМА *681, 682*
ГАЛАКСИИ *811*
ГАЛАКТОПОЗИЯ *811*
ГАЛАКТОТРОФИЯ *811*
ГАЛАМСКОЕ МАСЛО *811*
ГАЛАНТИН *811*
ГАЛГАНТ *493*
ГАЛЕТА *811*
ГАЛКИ *26, 243, 521, 522, 528, 529, 531, 535, 811, 840*
- бульбяные *531*
ГАЛУШКИ *26,* 33, *243, 500, 504, 507, 510–512,* 535, *641,* 735, *794, 811, 863, 912, 945, 950*
- гречневые *512*
- картофельные *512*
- пшеничные *507, 512*
- творожные *512*
- яблочные *512*
ГАЛЯ *608, 612*
ГАМБРИНУС *811*
ГАНАЖЕВАЯ МАССА *87, 811, 812, 935*
ГАНСВУРСТ *812*
ГАПЛАМА *680, 685*
ГАРБУЗОК *525, 812*
ГАРДА *812*
ГАРНИР *812**
ГАРНИРОВАТЬ *128, 131, 132, 351, 465, 684, 707, 812, 942, 959, 961, 965*
ГАРО *563, 577, 812, 909*
ГАРСОН *812*
ГАСТРОМАН *812*
ГАСТРОНОМ *17, 368, 812,*
ГАСТРОСОФИЯ *812*
ГАТА (КЯТА) *409, 560, 603, 808, 854*
ГАТЕЛЕТЫ *186, 812, 886*
ГАТЫКЛИ УНАШ *679, 684*
ГВОЗДИКА *63, 135, 137, 194,* 238, *260, 288, 432, 453, 467, 468, 475, 488,* 492, *494, 495, 498, 509, 518, 519, 541, 548, 550, 570, 573, 574, 576, 577, 597, 600, 601, 603–605, 617, 620,* 623, *625, 698, 716, 726. 727, 729, 730, 751, 797, 821, 850, 864,* 873, *877, 904, 906, 910, 918, 926,* 938, *958*
ГЕРЛАШ *722, 812*
ГИВЕЧ ИЗ БАРАШКА *544*
ГИЙМЯ-ХИНКАЛ *608, 617–619*
ГИЧ *812*
ГЛАЗУРЬ *81, 85, 87,* 239, *493, 494,* 556, *784, 785, 791, 803, 812, 824, 847, 860, 863, 865, 888, 905, 907, 910, 911, 921,* 934, *935, 942, 965, 966, 971*
ГЛИНТВЕЙН *813, 885, 889*
ГЛОСЬ *813*
ГЛУТОН *813*
ГЛЮТАМАТ *722, 813, 900, 954*
ГЛЮТАМАТ НАТРИЯ *722*
ГЛЯС *159, 813*
ГЛЯСЕРОВАТЬ *813*
ГЛЯСОВАТЬ *813*
ГОВЯДИНА *128,* 132, *159,* 173, *175, 176, 203, 213, 268, 270, 280,* 353, *354, 356–358, 360,* 362, *364–367, 381, 382, 384,* 394, *395–397, 416, 419, 432, 440, 443, 448–450, 457, 459, 462, 463, 486, 500, 502–504, 507, 526, 527, 541, 542, 545, 546, 561, 564, 565, 569, 587, 588, 594–596, 631, 653, 678, 680, 694, 701, 712–714, 717, 718, 724, 735, 739, 740, 749, 765, 783, 790, 794, 805, 813, 816, 823, 875, 876, 882, 888, 901, 907, 917, 919, 924, 928, 941, 945, 947, 958, 959, 961, 964*
- разварная *462*
ГОГЕЛЬ-МОГЕЛЬ *813, 824, 971*
ГОГОШЬ (ПЕЧЕНЬЕ) *555*
ГОЗИНАКИ *580, 581, 813, 872*
ГОЛУБИ *188, 285, 399, 464, 850*
ГОЛУБЦЫ *243,* 357, *363, 365, 377, 381, 384, 544, 670, 719, 720 813, 819, 841, 850,* 973
- литовские *720*
ГОМИ *561, 577, 579, 580, 811, 813*
ГОРА-МУСАБЕ *613, 778*
ГОРОХОВАЯ КАША С ЗЕРНОВЫМИ ДОБАВКАМИ *115*
ГОРОХОВАЯ СМЕСЬ *111*
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ *111, 112,* 533
ГОРЧИЦА *41, 44, 70, 127, 143, 148, 166, 183, 227,* 235, *237, 253, 257, 265, 297, 356, 357, 359, 382, 444–446, 462, 705, 706, 752, 769, 794, 796, 803, 814, 828, 881, 894, 904, 909, 912, 913, 915,* 935, *949,* 953, *971*
ГОРЧИЧНЫЙ С ШАЛФЕЕМ *148*
ГОРШКИ *41, 43, 90, 152, 161–163, 204, 208, 209, 221, 349, 436, 446, 448, 449, 455, 459, 461, 462, 473, 474, 477,* 522, *528, 530, 531,* 533, *539, 568, 569, 609, 610, 612,* 623, *693, 706, 721, 741, 748, 778, 786, 788, 814, 821,* 853, *854, 861, 877, 898, 903, 904, 916, 921, 930, 936, 949,* 953, 955, *959,* 955, *969*
ГОСТЕПРИИМСТВА ЗАКОНЫ *814*
ГОСТЬ *814**
ГРАНАДИН *814*
ГРАНАТ *235, 238, 244, 294, 408,* 433, *563, 577, 584,* 592, *606–609, 615, 616, 621, 641, 676, 677, 779, 782, 814, 880, 886, 889, 905, 965*

* По всей книге.

ГРАНАТОВЫЙ ШЕРБЕТ *622, 676*
ГРАТИНИРОВАТЬ *141, 171, 220, 376, 814, 915, 930, 931*
ГРАУС *814*
ГРЕЙПФРУТ *154, 814, 815, 868, 873, 951*
ГРЕНИРОВАННЫЕ НАПИТКИ *815*
ГРЕНКИ *57, 350–353, 362, 366, 375–377, 716, 751, 815*
ГРЕЧАНИКИ *48, 500, 510, 511, 815*
ГРЕЧИХА, ГРЕЧНЕВАЯ КРУПА *324–329, 473, 510, 815, 854*
ГРЕЧНЕВО-ГОРОХОВАЯ КАША *111*
ГРЕЧНЕВО-ПШЕНИЧНЫЕ БЛИНЫ *479, 480*
- сдобные (половинные) *480*
ГРЕЧНЕВЫЕ БЛИНЫ *480*
- на воде *480*
- на молоке *480*
ГРИБНАЯ ЗАКУСКА *471*
ГРИБНАЯ НАЧИНКА *487, 184, 188, 196, 715, 724*
ГРИБНОЙ КВАС *523, 524*
ГРИБНОЙ СУП С ПИРОЖКАМИ *715*
ГРИБНЫЕ БЛЮДА *431, 437, 441, 470, 471, 526, 562, 795*
ГРИБЫ *12, 18, 22, 42, 43, 48, 54, 102, 103, 105, 106, 116, 119, 123, 124, 139, 146, 159, 172, 181–184, 188, 193, 197, 224, 235, 236, 240, 241, 242, 245, 251–255, 259–265, 279, 287, 292, 293, 298, 299, 343, 345, 348, 352–357, 359, 360, 365, 367, 377, 393, 396, 412, 420, 428, 430–432, 434, 437, 440–442, 444, 447–449, 456, 458–463, 465, 469–475, 481–483, 485–488, 500, 506, 513, 514, 521, 522, 524, 526–528, 530, 533, 689, 691, 697, 706, 711, 713–715, 717, 719, 720, 722, 724, 734, 736, 746, 759, 760, 764, 766, 780, 782, 791, 794, 795, 799, 812, 813, 825–829, 832, 841, 846, 850–853, 864, 866, 869, 870, 875, 883, 888, 894–896, 903, 914, 916, 923, 925, 926, 929, 931, 932, 935–939, 949, 952, 953, 956, 957, 961–964, 967, 968, 971, 972*
- жаренные в тесте *472*
-жареные *471*
- тушеные *471*
- целики *471*
ГРИЛЬЯЖ *79–81, 815, 891*
ГРОГ *815, 885, 971*
ГРУЗИНСКАЯ КУХНЯ *238, 559, 561–565, 571–575, 577–581, 599, 607, 745, 746, 749, 793, 811, 859, 933*
ГРЫЖАНКА *523, 525*
ГУЛУНГОБ *779, 815*
ГУЛЬБИШНИКИ *522, 531, 532, 815*
- молочный *532*
- творожный *532*
ГУЛЯФНАЯ ВОДА *816*
ГУЛЯШ *213, 217, 381, 416, 486, 527. 544, 545, 569, 816, 888, 953*
ГУНГЕР-КУММЕР *816*
ГУРАОБ *664, 665, 682, 816, 909*
ГУРМАН *157, 813, 816*
ГУРМЭ *155, 156, 813, 816*
ГУРУЛИ *570, 579, 816*
ГУРЬЕВСКАЯ КАША *91, 133, 353, 363, 367, 377, 428, 477, 478, 816, 836, 838, 859, 869, 871*
ГУСЛЯНКА *93, 510*
ГУСЬ СМАЖЕНЫЙ *527*
ГУСЯТИНА *694, 712, 718, 794, 805, 928*
ГУШТЛИ-НОНИ *662*
ГУШТНУТ *657*
ГУЩА ИЗ РЕВЕНЯ *729*
ГЮВЕЧ *816*
ГЮЗЛЕМЕ *194, 196*

- Д -

ДАДЛИ *816, 817*
ДАЛАН *785, 817*
ДАМЕЗАНАС *817*
ДАРДАНАРИАТ *817*
ДАРИОЛЬ *817*
ДАСТАРХАН *817*
ДАФНИЯ *817*
ДЕГЛАСИРОВАТЬ *817*
ДЕГУСТАЦИЯ *817, 818*
ДЕЖА *818*
ДЕЖЕНЬ *818*
ДЕИПНОСОФИСТЫ *818*
ДЕКАНТИРОВАТЬ *818*
ДЕКОКТ *818*
ДЕЛИБАЛЬ *818*
ДЕЛИКАТЕС *138, 335, 345, 412, 430, 775, 818, 821, 835, 889, 937, 958*
ДЕРЕН *818*
ДЕСЕРТ *71, 120, 133, 134, 294, 350, 352, 360, 369, 429, 497, 580, 608, 620, 646, 666, 726, 764, 768, 774, 778, 783, 786, 814, 817– 819, 821, 826, 836, 844–847, 856, 863, 875, 879, 883, 886, 912, 930, 970, 971*
ДЕСЕРТНЫЕ ВИНА *87, 399, 819, 861, 863, 876, 878*
ДИВИЙ МЕД *782, 819*
ДИЕТА НУЛЕВАЯ *819, 891*
ДИЧЬ *16, 35, 149, 156, 185–188, 217, 228, 241, 255, 343, 349, 353, 372, 398, 399, 413, 433, 437, 438, 443, 464–468, 487, 583, 606–610, 613, 644, 645, 647, 655, 678, 679, 682, 690, 692, 694, 712, 714–716, 732–734, 736, 745, 746, 748, 766, 778, 779, 787, 789, 796, 805, 812, 819, 828, 830, 832, 837, 846–848, 850, 852, 864, 866, 885–888, 890, 895, 896, 899, 903, 913, 915, 916, 919, 923, 925, 933, 939–941, 949, 960, 965, 971*
ДИЧЬ ПЕРНАТАЯ *186, 343, 398, 399, 464–467, 487, 644, 678, 716, 746, 748, 819, 837, 916, 941, 960*
ДОВГА *608–610, 756, 819*
ДОЛМА *243, 403, 560, 582, 606, 608, 711, 813, 819, 860, 933, 973*
ДОМАШНИЕ ЛЕПЕШКИ *см. ЛЕПЕШКИ*
ДОМАШНЯЯ ПТИЦА *21, 68, 150, 168, 184, 185, 197, 206, 230, 232, 273, 343, 351, 384, 398, 399, 402, 403, 412, 413, 428, 431, 433, 437, 441, 443, 457, 465, 482, 502, 506, 522, 526, 541, 543, 544, 550, 561–563, 565, 569, 570, 599, 606, 613, 614, 644, 683, 692, 713, 718, 766, 787, 805, 826, 847, 853, 864, 879, 894, 903, 913, 928, 938, 953, 955*
ДОМОЛАК БАУЫРСАК *641*
«ДОМОСТРОЙ» *430, 820*
ДОРАДЫ *762, 820*
ДОРОЖНОЕ *820*
ДОСПЕШНЯ *820*
ДОСТАКАН *820*
ДОЩАН *820, 831*
ДРАЖЕ *820*
ДРАНИКИ (ДЕРУНЫ) *522, 530, 820, 931*
ДРАЧЕНА *363, 533–535, 820, 943*
- белорусская (настоящая) *534*
- городская *535*
- деревенская *534*
ДРИМИФАГИЯ *820*
ДРОБ (ГОЛУБЦЫ ИЗ БАРАНЬЕГО САЛЬНИКА) *544*
ДРОБ В ТЕСТЕ *544*
ДРОБЛЯ *820*
ДРОЖЖИ *820**
ДРЯЗГНУТИ *821*
ДУРШЛАГ *51, 149, 207, 331, 436, 446, 451, 461, 476, 486, 504, 565, 567, 572, 576, 614, 625, 653, 659, 673, 681, 726, 736, 791, 821, 846, 862, 869, 912*
ДУХИ СУХИЕ *821*
ДУХОВКА *821**
ДУШИЦА *844*
ДЫНЯ *259, 368, 377, 408, 428, 433, 644, 646, 666, 679, 681, 801, 802, 810, 821, 833, 868, 903, 904, 951*
ДЮШБАРА *26, 33, 193, 608, 617, 618, 822*
ДЯГИЛЬ *279*

- Е -

EDE, BILI, LUDE *822*
ЕДА *822**
ЕЖЕГЕЙ *92, 93, 429, 639, 822*
ЕЛЕЙ *822*
ЕНДОВА *822*
ЕРМА *822*
ЕРОФЕИЧ *435, 822*
ЕРШИ *529, 693, 822, 851, 939, 960*
ЕТ (БЕШБАРМАК КАЗАХСКИЙ) *630, 632, 636, 637, 639, 678, 823*
ЁРМА (ПШЕНИЧНЫЙ СУП) *101, 648*
ЁРШ *823*

- Ж -

«ЖАВОРОНКИ» *823*
ЖАЙ *631, 634, 823*
ЖАЛ *631, 633, 634, 823*
ЖАРЕНИЕ *35, 46, 64–69, 71, 72, 99, 121–127, 129, 159–161, 168, 174–176, 180, 182, 184, 185, 188, 207, 208, 211, 212, 218, 220, 221, 224, 226–228, 230, 231, 264, 268, 274, 275, 279–282, 394, 425, 426, 438, 461, 463, 467, 471, 472, 488, 501, 546, 552, 562, 563, 584, 619, 641, 646, 716, 717, 748, 751, 765, 767, 770, 771, 772, 775, 787, 802, 813, 814, 823, 825, 826, 828, 833, 837, 840, 850, 853, 864, 866, 867, 873, 878, 881, 898, 902, 905, 907, 908, 912, 935, 938, 939, 942, 944, 952, 954*
ЖАРЕНИНА *823*
ЖАРЕНИЦА *823*
ЖАРКОЕ *68, 181, 208, 217, 220, 253–255, 270, 276, 281, 340, 350, 351, 356, 357, 364, 367, 378, 398, 399, 412, 428, 433, 461, 463, 467, 481, 561, 631, 805, 806, 821, 824, 827, 836, 867, 869, 882, 915, 940, 941, 948, 960*
ЖАРОВНЯ *307, 759, 802, 803, 823, 849, 867, 902, 919, 943, 968*
ЖАСИС КАМШАЛИС (ГУСЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ КАШЕЙ С ГРИБАМИ) *719*
ЖАСИС КОПУСТИНИС (ГУСЬ С КИСЛОЙ КАПУСТОЙ) *718*

* По всей книге.

ЖАСИС ОБУОЛИНИС (ГУСЬ С ЯБЛОКАМИ) *719*
ЖБАН *823*
ЖБЕНЬ *823*
ЖДАНИКИ *823*
ЖЕЛАТИН *42, 89, 231, 281, 462, 547, 781, 790, 811, 823, 824, 855, 860, 865, 879, 880, 911, 916, 928, 937, 955*
ЖЕЛЕ *75, 80, 88, 133, 136, 208, 281, 351, 352, 356, 358, 361–367, 375, 377, 379–381, 392, 409, 541, 558, 768, 779, 781, 790, 799, 811, 819, 823, 824, 828, 841, 855, 859, 866, 868, 870, 873, 875, 876–880, 882, 883, 887, 890, 911, 942, 943, 954, 959, 960, 971*
ЖЕЛОБИТЬ *824*
ЖЕЛТОК *824**
ЖЕЛТЫЙ СУП *418*
ЖЕМКИ *493, 824*
ЖЕНУАЗ *824*
ЖЕРУХА *253, 256, 732, 734, 824*
ЖЖЕНКА *80, 824*
ЖИГАР-КЕБАБ *656, 824*
ЖИГО *174, 824*
ЖИР *825**
ЖИРНИК *825*
ЖИРЫ ТВЕРДЫЕ *22, 825*
ЖИТНЫЙ ХЛЕБ *393, 825*
ЖИТНЯ *825*
ЖУВИЕНЕ АУКШТАЙТСКАЯ *715*
ЖУК *825*
ЖУЛАН *825*
ЖУР *167, 523–525, 536, 825, 826, 878, 957*
- молочный *525*
- постный *524*
- с вяндлиной *525*
ЖЮЛЬЕН *357, 794, 825, 917*
ЖЮС *825*

- З -

ЗАБЕЛКА *448, 521, 795, 825, 963*
«ЗАБЫТАЯ ЗЕЛЕНАЯ КАША» *114*
ЗАВАРНОЕ, ЗАВАРНОЙ *75, 79, 193, 194, 247, 357, 362, 377, 409, 430, 437, 472, 478, 479, 489, 493, 500, 505, 517–519, 535, 536, 787, 825, 831, 850, 885, 891, 893, 909, 912, 923, 926, 942, 945, 956, 965, 966, 969*
ЗАВАРНЫЕ ПАСТЫ (ПАСХИ) *83, 400, 489, 900, 922, 931, 951, 971*
ЗАВИВАНЕЦ *132, 501, 507, 916*
- с хреном *132*
- ужгородский *507*
ЗАВТРАК *11, 51, 53, 109, 113, 116, 117, 139–141, 147, 148, 164, 165, 296–298, 382, 427, 481, 510, 588, 705, 752, 775, 778, 780, 795, 796, 810, 825–827, 838, 863, 868–870, 880, 887, 908, 925, 955*
ЗАГАЛУПИТЬ *826*
ЗАГИБА *826*
ЗАГИБКА *826*
ЗАГУСТА *826*
ЗАЕДКИ *133, 146, 819, 826*
ЗАЙЧАТИНА *173, 185, 193, 217, 394, 432, 467, 694, 716, 734, 735, 738, 739, 805, 826, 907, 960*
- жаркое *467*
ЗАЙЧИК *826*
ЗАКАЛ *12, 74, 195, 197, 482, 799, 824, 826, 854, 883*
ЗАКВАСКА *22, 93, 94, 141, 191, 245, 263, 264, 430, 445, 481, 498, 502, 505, 533, 639, 646, 674, 675, 686–688, 723, 750, 754, 755, 793, 826, 828, 838, 904, 913, 929, 936, 949, 959*
ЗАКВАШИВАНИЕ *16, 93, 264, 335, 441, 693, 754, 755, 826, 838, 841*
ЗАКОЛЕРОВАТЬ *418, 419, 569, 826, 828, 892, 897, 907, 913, 926, 934, 939, 944, 961*
ЗАКОЛОТА *522, 523, 528, 827*
ЗАКРАСЫ *521, 522, 827*
ЗАКУСКА *19, 36, 56, 58, 97, 116, 119, 120, 138–149, 250–252, 255, 261, 276, 297–299, 348, 383, 402, 407, 412, 429, 442, 446, 461, 471, 481, 533, 537, 540, 577, 599, 607, 631, 638, 645, 646, 653, 664, 666, 697, 703, 705, 716, 744, 752, 756, 763, 783, 795, 796, 810, 814, 826, 827, 835, 840, 850, 851, 862, 867, 881, 884, 895, 903, 919, 920, 923, 925, 931, 944, 950, 954–956, 969, 971*
- сырная пряная с луком *148*
ЗАКУСОЧНЫЙ СТОЛ *138–141, 251, 252, 436, 705, 787, 799, 827, 835, 850, 860, 921, 948*
ЗАЛИВНОЕ *116, 208, 231, 251, 358, 382, 403, 412, 433, 438, 697, 811, 823, 827, 828, 841, 897, 937, 943, 948, 949, 971*
ЗАЛОМ *252, 402, 441, 783, 828, 920*
ЗАЛОМНОЕ ПИВО *828*
ЗАМА С ЦЫПЛЕНКОМ *543*
ЗАМОЛАЖИВАНИЕ *828*
ЗАПЕКАНИЕ *21, 34–41, 64, 71–74, 76, 121, 124, 141, 159, 166, 173, 175, 176, 182, 185, 202, 203, 208, 217–219, 221, 229, 239, 268, 270, 273, 400, 412, 425–427, 458, 461, 462, 467, 501, 516, 521, 522, 526–528, 532, 562, 591, 596, 607, 631, 641, 678, 693, 712, 713, 716, 718, 722, 724, 733, 743, 749, 752, 778, 791, 796, 802, 809, 814, 815, 819, 821, 823, 825, 828, 830, 841, 843, 846, 855, 858, 860, 874, 878, 887, 902, 912, 916, 917, 919, 924, 925, 929, 930, 944, 945, 948, 952, 954, 955, 957, 959, 970, 971*
ЗАПЕКАНКА *21, 73, 74, 190, 208, 365–367, 377, 380, 384, 427, 435, 501, 521, 532, 593, 596, 600, 601, 693, 694, 697, 699, 705, 751, 752, 797, 801, 828, 841, 843, 851, 855, 857, 885, 916, 925, 940*
ЗАПОРТОК, ЗАПОРТКИ *828*
ЗАПРАВКА *828**
- «утренняя» *145*
ЗАСАХАРИВАНИЕ *829*
ЗАСАХАРИВАТЬ *829, 835*
ЗАСОЛ *141, 748, 781, 791, 821, 829, 830, 893, 921, 923, 973*
ЗАСОЛКА *260, 829, 893, 919, 920, 923, 954, 968*
ЗАСПИЦА *112, 411, 830*
ЗАСПИЦА-ГЛАЗУНЬЯ *474, 830*
ЗАСТЫЛЬ *830*
ЗАТОР *292, 497, 828, 830, 929*
ЗАУРЕЯ *830*
ЗАЩИПКА *31, 32, 72, 86, 195–197, 483, 484, 486, 487, 553, 555, 556, 579, 603, 604, 618, 627, 628, 658, 661, 699, 708, 740, 741, 802, 803, 830, 854, 895, 901, 905, 906, 913–915, 927, 944, 954, 969*
ЗАЯЦ ФАЛЬШИВЫЙ *830, 940*
ЗАЯЧИЙ СЫР *706, 707, 778*
ЗБОЖИЕ *830*
ЗВАНЫЙ ОБЕД *56, 370, 787, 830*
ЗЕЛЕНЫЙ СУП *417, 418, 445*
ЗЕЛЬЕ, ЗЕЛЬНОЕ *830*
ЗЕЛЬТЕРСКАЯ ВОДА *831*
ЗЕЛЬЯНИЦА *831*
ЗЕМЛЯНИКА *367, 377, 428, 432, 482, 538, 734, 807, 831, 866, 917, 933, 936, 948, 954, 961*
ЗЕРНУШКА *583, 589, 590, 831*
ЗЕФИР *409, 831, 899, 959*
ЗИРА *131, 249, 419, 420, 607, 635, 644, 649, 651, 656, 661, 671, 674, 831, 837, 841, 946, 959, 965, 969*
ЗИТОТЕХНИКА *831*
ЗМЕЕГОЛОВНИК МОЛДАВСКИЙ *555*
ЗОБ *831*
ЗРАЗЫ *48, 73, 190, 362, 364, 365, 377, 380, 532, 717, 718, 831, 832, 836, 908, 916, 940*
- бульбяные *532*
- завивные *717*
- закрытые с хреном *718*
- открытые *718*
ЗУЗДУК (СОУС К КАЗАХСКОМУ БЕШБАРМАКУ) *637*
ЗЫРЕТ *832, 930*

- И -

ИБРИК-ШАГИРДИ *832*
ИВАН-ЧАЙ *832*
ИВИТМА-ПАЛОВ (ПЛОВ С ГОРОХОМ) *654*
ИВИШЕНЬ *832*
ИГОТЬ *832*
ИГРИСТЫЕ ВИНА *349, 798, 832, 833, 880, 885, 957*
ИЗВЕСТКОВОЕ МОЛОЧКО *833, 894, 951*
ИЗНУТРИТЬ *833*
ИЗОБИЛИЯ ЭМБЛЕМА *833*
ИЗОБОРНЕОЛАЦЕТАТ ($C_{12}H_{20}O_2$) *833*
ИЗЮБРИНА *394, 397, 467, 833, 960*
- жаркое *467*
ИЗЮМ *49, 63, 83–88, 115, 135, 137, 140, 185, 239, 281, 282, 293, 331, 342, 355, 356, 358, 359, 363, 365–368, 376, 380, 402, 408, 409, 433, 441, 474, 482, 488–492, 495–498, 507, 518, 584, 489, 590. 592, 599–603, 608, 615, 617, 620, 624, 631, 646, 651, 652, 666, 667, 670, 683, 710, 726, 753, 768, 781, 785, 808, 810, 813, 817, 819, 826, 834, 837, 844–847, 853, 854, 861, 866, 869, 870, 873, 880, 888, 891, 892, 900, 905–907, 912, 917, 947, 951, 953, 960, 962, 965, 973*
ИЗЮМНО-ОРЕХОВАЯ ПАСТА *491*
ИКОРНО-ЛУКОВАЯ ЗАКУСКА *145*
ИКРА *105, 138, 139, 145, 169, 170, 233, 250–252, 266, 345, 348, 350, 359, 360, 366, 383, 386, 393, 404, 407, 430, 433, 435, 437, 440, 456, 479, 508, 697, 733, 734, 781, 791, 794, 812, 818, 827, 834, 835, 837, 894, 916, 940, 948, 973*
ИЛАНГ-ИЛАНГ *762, 770, 801, 835*
ИМБИРЬ *100, 107, 108, 115, 134, 135, 137, 143, 184, 235, 237, 270, 284, 418–420, 432, 434, 454, 455, 463, 493, 495, 498, 507, 570, 592, 610, 611, 626, 729, 730, 770, 772, 816, 821, 835, 857, 891, 894, 898, 906, 910, 918, 926, 937, 938, 949, 953, 971*
ИМЕНИННЫЙ *835*
ИМЕНИННЫЙ КАЛАЧ *835*
ИМЕНИННЫЙ ПИРОГ *835*
ИМЕНИННЫЙ СТОЛ *835*
ИМЕРЕТИНСКИЙ СЫР ТОЛЧЕНЫЙ *577*

* По всей книге.

ИНГИБИТОРЫ (ИНГИБИРУЮЩИЕ ВЕЩЕСТВА) *835, 836*
ИНДЕЙКА *37, 107, 115, 128, 185, 186, 358, 363, 364, 366, 398, 428, 443, 457, 464, 507, 508, 526, 541, 543, 547, 561, 565, 566, 570, 577, 599, 600, 644, 683, 741, 862, 905, 918, 940, 941, 953, 960*
- с абрикосами *547*
- тушеная с рисом *507*
ИНЖИР *49, 372, 408, 409, 433, 482, 488, 559, 752, 808, 836, 880, 951*
ИОЛА-КУШМАН (ЛЕТНИЙ МОЛОЧНЫЙ СУП КОМИ) *737*
ИРИМШИК *92, 93, 429, 630, 639, 640*
ИРЧАЛ *623*
ИССОП *770*
«ИСТОРИЧЕСКИЕ БЛЮДА» *836*
ИШХАН В ВИНЕ *592*

- К -

КААЛИКАКАРТУЛИПУДЕР (БРЮКВЕННО-КАРТОФЕЛЬНАЯ КАША) *701*
КААЛИКАПУДЕР (БРЮКВЕННАЯ КАША) *701*
КАББЧЕК *837*
КАБАЧКИ СОЛЕНЫЕ *550*
КАБАЧОК *43, 59, 103, 124, 131, 219, 259, 279, 381, 384, 402, 404, 411, 416, 428, 503–505, 508, 540, 544, 545, 549, 550, 593, 594, 764, 794, 812, 837, 878, 940*
КАБЫРГА *631, 636, 638*
КАВАРДАК *837*
КАВИАР, КАВИЯР, КАВЬЯР *837*
КАДЖЁНОВ КУХНЯ *837*
КАЗАН *837**
КАЗАН-КЕБАБ (КЕБАБ В КАЗАНКЕ) *655, 656*
КАЗАН ЖАНПАЙ НАН (КАЗАННАЯ ЛЕПЕШКА) *641*
КАЗАРЯТИНА *837*
КАЗАХСКАЯ И КИРГИЗСКАЯ КУХНИ *629–642*
КАЗЫ *631, 632, 634–638, 651*
КАЗЮЛЬКА *837*
КАЙЛА *645, 671–674, 837, 838, 855, 950, 958*
КАЙМАК *91, 262, 608, 663, 754, 756, 757, 838, 922*
КАЙСАБА *429, 619, 782*
КАКАО *75, 81, 86, 87, 90, 207, 238, 289–291, 334, 336, 409–411, 790, 800, 838, 859, 879, 884, 898, 911, 926, 934, 936, 959*
КАКУРУМ *645, 649, 650*
КАЛАБУХА *838*
КАЛАПИРУКАТ (РЫБНЫЕ ЗАПЕКАНКИ В ТЕСТЕ) *699*
КАЛАЧ *191, 194, 247, 248, 348, 393, 431, 437, 797, 835, 838, 839, 926*
КАЛГАН *134, 762, 770, 910*
КАЛИНА *538, 734, 839, 852*
КАЛИНКА *839*
КАЛИННИК *839*
КАЛИННИЦА *839*
КАЛИТКИ *193, 737, 738, 840, 878, 904*
КАЛЬЯ *96, 105, 243, 348, 359, 360, 365, 401, 412, 433, 442, 456, 457, 835, 840, 841, 867, 894, 923, 929, 939*
- зеленая из свежей рыбы *105*
КАМА *140, 692, 693, 702, 703, 840*
КАМАКЯКИД *703*
КАМАКЁРТ *703*
КАМБАЛА *129, 299, 349, 381, 412, 487, 693, 813, 840, 925*
- жаренная с тимьяном *129*
КАМЫ *840*
КАНАПЕ *840, 841, 943, 949*
КАНДИРОВАНИЕ *79, 801, 841, 951*
КАНЕЛОНЫ *841*
КАПЕРСЫ *233, 235–237, 244, 254, 255, 359, 366, 458, 459, 841, 867, 886, 905, 913, 925, 959*
КАПЛУН *356, 358, 365, 841, 853*
КАПОСТУ ЭДЕЙС (КАПУСТНИК) *708*
КАПСАПУДЕР (КАПУСТНАЯ КАША) *701*
КАПСИКУМЫ *441*
КАПУСТА *841**
- тушеная *402, 533*
КАПУСТНАЯ НАЧИНКА *488, 888*
КАПУСТНИКИ *354, 705, 708, 841*
КАПУСТНО-РИСОВЫЙ РАЗБРОД *114*
КАПЫТКА *531, 931*
КАРАВАЙ *20, 248, 249, 304, 310, 393, 500, 560, 692, 781, 841, 842, 881, 903*
КАРА-КУРЧИНЦЫ *842*
КАРАМЕЛЬ *78–80, 82, 210, 409, 493, 494, 556, 557, 676, 764, 779, 792, 815, 842, 870, 884, 891, 898, 918, 942, 947*
КАРАСИ *842*
КАРБОВАНИЕ *128, 175, 176, 766, 842, 881, 950*
КАРБОНАД *843*
КАРДАМОН *30, 86, 87, 131, 134, 137, 185, 237, 238, 409, 432, 468, 477, 485, 492, 494–498, 584, 603–605, 607, 625–628, 686, 850, 854, 910, 918, 958*
КАРКАДЕ *843*
КАРЛУК. *см. РЫБИЙ КЛЕЙ*
КАРНЕПУРЕ *843*
КАРП *106, 129, 130, 274, 359, 364, 401, 412, 453, 499, 561, 680, 720, 753, 762, 769, 794, 820, 832, 840, 843, 874*
- с грибами *106*
- фаршированный грушами *130*
КАРРИ *113, 116, 237, 853, 952*
КАРТА *631, 634, 636*
КАРТОФЕЛЬ *843**
КАРТОФЕЛЬНАЯ КАША *116*
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПИРОЖНОЕ *727*
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ *116*
КАРТУЛИПОРСС («КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПОРОСЯТА») *700*
КАСТРЮЛЯ *843**
КАСТЭРД *288, 844, 922, 971*
КАТЛАМА *646, 660, 674*
КАТЫК *844**
КАТЫКЛИ (КИСЛОМОЛОЧНЫЕ СУПЫ) *645, 649, 973*
КАТЫКЛИ ХУРДА (РИСОВЫЙ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ СУП) *649*
КАТЫРМА *660*
КАТЫЧНО-ЛУКОВЫЙ СОУС-ЗАКУСКА С ХРЕНОМ *145*
КАЧ *844*
КАЧЕМАС *844*
КАША *9,12, 42, 43, 46–54, 56, 61, 72–75, 85, 90, 91, 98, 100, 109–118, 120, 133, 150, 152, 159, 165, 167, 181, 182, 184, 185, 202, 204, 207, 208, 211, 212, 226, 238, 249, 265, 270, 280, 281, 286, 288, 324, 325, 330, 334, 339, 345, 350–357, 359, 360, 362–367, 374–382, 384, 386, 388, 395, 396, 404, 406, 407, 411, 412, 414, 418, 428, 431, 432, 434, 437, 438, 440, 441, 447, 461–463, 471–478, 481, 482, 484, 487, 488, 497, 508, 510, 522, 526, 532, 535, 538–540, 561, 573, 578, 579, 582, 595, 600, 601, 607, 640, 655, 692–695, 701–702, 707, 708, 710, 715, 718, 719, 727–729, 734, 735, 737–740, 753, 756, 763, 765, 775, 781–783, 786, 791, 794, 796–798, 800, 807, 812, 814–816, 823, 825, 826, 830, 832, 836–841, 846, 850–852, 854, 857–859, 863, 868–871, 875, 881–883, 888, 889, 891, 893, 896, 897, 903–905, 907, 908, 912–914, 917, 921, 925, 926, 931, 936, 941, 954–956, 958, 962, 964–967, 970–972*
- гречневая молочная *47, 475*
- гречневая пуховая *475*
- гречневая рассыпчатая *475*
- из ревеня *729*
- овсяная *476*
- пшенная молочная *477*
- пшенная – тыковник *477*
- рисо-овсяная рассыпчатая *476*
- рисовая рассыпчатая сладкая *476*
- ячневая размазня *476*
КАШИЦА *42, 51, 117, 238, 412, 418, 431, 432, 438, 461, 462, 473–475, 481, 522, 539, 632, 638, 640, 645, 648, 649, 694, 698, 700, 703, 704, 708, 724, 734, 778, 798, 800, 830, 837, 839, 840, 851, 852, 903, 931, 951, 954–956, 972, 973*
- белевская (овсяная сладкая) *475*
- костромская (заспица глазунья) *474*
- смоленская *474*
- тихвинская (кашица гороховая с заспой гречневой) *475*
КАШК *645, 668, 669*
КАШТАНЫ *185, 211, 212, 286, 350, 363, 366, 367, 377, 386, 585–587, 607–613, 615, 616, 619, 620,832, 844, 904, 932, 934*
КВАС *60, 81, 136, 247, 262, 268, 290–293, 342, 354, 355, 358, 359, 431, 442–446, 458, 460, 463, 467, 468, 472, 495, 497, 498, 502–507, 511, 523, 524, 526, 534, 538, 542, 543, 555, 691, 713–717, 719, 726, 780, 786, 788, 789, 794–796, 822, 823, 826, 831, 834, 835, 844, 863, 882, 884, 894, 897, 914, 918, 923, 925, 929, 930, 937, 947, 951, 955, 960, 964, 969, 971*
- белый окрошечный *498*
- сировец *505*
- сухарный домашний (скорый) *498*
КВАСЦЫ *591, 826, 943*
КВАСЫ И СВЕКОЛЬНЫЕ НАСТОИ ДЛЯ БОРЩЕЙ *505*
КВАЦАРАХИ *844*
КВАШЕНАЯ СВЕКЛА *501, 509*
КВИСЫ *844*
КГОМОЛКА *844*
КЕБАБ (АЗЕРБАЙДЖАНСКИЙ ШАШЛЫК) *612*
КЕБАБ ИЗ ПЕРЕПЕЛОК ИЛИ КУРОПАТОК *656*

* По всей книге.

КЕКС *78, 84, 204, 212, 239, 367, 495, 775, 809, 819, 834, 835, 844, 845, 859, 896, 898, 943, 951, 972*
КЕНДЮХ *507*
КЕРВЕЛЬ *285, 443, 444, 506, 609,* 633, *741, 787, 797, 812, 895, 912, 970*
КЕТЧУП *41, 70, 144, 167, 244,* 339, *416, 909, 949, 952*
КЕФИР ПРЯНЫЙ *145, 298*
КЁМЁЧ (КИРГИЗСКОЕ БЛЮДО) *632, 640*
КЁЁГИВИЛИ ПИИМАКАСТМЕС (ОВОЩЕ-МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ) *701*
КИВИ *845*
КИДАС *704, 707*
КИЛЛАТУХЛИД *700*
КИЛУВОРМ *699*
КИМШТИ СЕТИНАЙ (БРЮКВА ФАРШИРОВАННАЯ) *722*
КИСЕЛЬ *10, 42, 43, 74, 75,* 133, *208, 214, 222, 231, 281,* 283, *285,* 286, *288, 289,* 353, *354, 357–360, 364, 365, 367,* 377, *379–382, 428, 430, 501, 521,* 523, *528,* 537, *539,* 583, *689, 694, 704, 705, 725–728, 734, 744, 768, 779, 781, 788, 796, 819, 821, 826,* 835, *836, 841, 845, 846, 850, 851,* 859, *863, 868, 874, 875, 878, 880–882,* 886, *893, 897, 914, 917, 918,* 923, *929, 943,* 954, *957, 959,970, 971*
- из меда *744*
КИТОНОАГЭ (ПАСТИЛА ИЗ АЙВЫ) *557*
КИФТЕЛУЦЕ *429, 545, 848*
КИШМИШ. *см. ИЗЮМ*
КИЁМЫ *665*
КЛАЙОНЫ *846*
КЛАРЕТ *846*
КЛЁК *846*
КЛЁЦКИ *107, 176, 177,* 223, *285, 287, 288, 521,* 522, 533, *535–537, 673, 695, 703, 726, 840, 846, 891,* 932, *956*
- картофельные *536*
- манные *536*
- мучные *536*
- мучные заварные *536*
- сладкие *537*
КЛОПС *367, 436, 704, 846, 874, 959*
КЛОШ *846*
КЛУБНИЧНЫЙ ШЕРБЕТ *294, 677*
КЛЫНДА *846*
КЛЮКВА *141, 173, 186, 188,* 293, 356, *403, 464, 465, 689, 716, 725, 726, 734, 743, 744, 748, 807, 817, 820, 841, 846, 876, 877, 897*
КЛЯР *67, 68, 72, 124, 125, 129, 131, 167, 182, 183, 218, 227, 228, 230, 231, 269, 270,* 273, *281, 288, 360,* 376, *767, 771, 772778, 781, 791, 821, 822, 824, 846, 847, 861, 887, 898,* 932, *941, 967, 971*
КНЯЖЕНИКА (МАМУРА) *876*
КОВРИГА *847*
КОВРИЖКА *433, 437, 847, 965*
- московская мостовая *495*
КОВРИЖНЫЙ СТОЛ *847*
КОЖА, КОЖИЦА, КОЖУРА *847**
КОКУРОК ИЛИ КОКРОК *847*
КОЛБА *633, 636, 736, 746, 748, 749, 770, 771, 876, 969, 970*
КОЛДУНАЙ *26, 711, 714, 724, 725*
КОЛИВО *477, 871, 903*
КОЛОЛАК *429, 582, 583, 592–595*
- айраратский *595*
- аштаракский *595*
- гехаркуни *595*
- сюникский *594*
- ширакский *595*
КОЛОЛИК *582, 587, 588*
- простой *587*
- фаршированный *587*
- шушинский *588*
КОЛЬЕРЕТКА *847, 968*
КОЛЬРАБИ *35, 216, 279, 280, 402, 403, 713–715, 722, 847, 949*
КОМПОТ *18, 42, 74, 75, 80, 88, 133, 135–137, 204, 208,* 222, *281, 345, 351, 354,* 357, 359, *361,* 365, *366,* 376, *379–381,* 384, *409, 426, 428, 436, 518, 779, 788, 806, 807, 824, 834–836, 845–847, 859, 868, 869, 874, 882, 883, 889, 890, 902, 914, 917, 918, 933, 947, 954, 967, 971*
- с применением каркаде *136*
КОНДИТЕРСКАЯ ПЕЧЕНАЯ ПАСТА *492*
КОНДИТЕРСКИЕ ПАСТЫ (ПАСХИ) *489, 491*
КОНДИТЕРСКИЕ СМЕСИ *81*
КОНИНА *174, 629–638, 644, 712, 713,* 735, *745, 749,* 763, *774, 805,* 823, *956, 961*
КОНСОМЕ *350, 351, 366, 836, 848*
КОНЬЯК *175,* 222, *230,* 239, *283, 366, 399, 431, 496, 497, 515, 572, 587, 588, 594,* 595, 597, *770, 771, 780, 813, 817, 847, 848, 862, 866, 873, 876, 879, 884, 885, 906, 911, 912, 922, 930, 934, 935, 939, 941, 942*
КОРЖИКИ СО ШКВАРКАМИ *511*
КОРИАНДР *22, 107, 147, 238, 443,449, 461, 475,* 493, 523–525, *541, 544, 548, 550,* 563, *565, 566, 569, 570,* 572–577, *607, 779, 820, 821*
КОРИЦА *51,* 63, 83, *85, 88, 127, 131, 135, 137, 166, 173, 184, 194, 230, 238, 260, 282, 332, 342,* 356, *357, 432, 474–477, 485, 488, 492, 494, 495, 498, 501, 509,* 517–519, *547,* 555, *556, 561,* 563–566, *570–574, 576, 577, 584, 600, 601, 603–605, 607, 611, 613, 615–620,* 623, *625–627, 655, 716, 725–728, 730, 749, 751, 770, 772, 786, 813, 814, 816, 821, 850, 854, 862, 864, 866,* 873, *875, 877, 880, 891, 892, 898, 900, 906, 910, 916, 918,* 924, *926, 937, 938, 945, 947,* 952, *955, 957, 958, 961*
КОРИЧНЕВЫЙ СУП *420*
КОРНЕТЫ *210,* 623, *848, 884,* 935, *960*
КОССОЛЕТТИ *848*
КОСТИЦА *548*
КОТЛЕТЫ *10, 16, 66, 67,* 72, 73, *116, 123, 124, 127, 167, 176, 178–180, 190, 211, 212, 214, 218, 220, 227, 228, 268, 285, 287, 342, 345,* 353, *357–361, 363–365, 367, 376, 377, 379–382, 396, 398, 427, 428, 434–436, 439, 441, 461, 500, 501, 508, 704, 717, 718, 752, 774, 790, 830, 836, 848, 856, 857, 869, 870, 882, 907, 914, 922, 929,* 932, *959, 967*
КОФЕ *13, 63, 75, 86, 87, 90, 91, 96, 101, 120, 140, 155, 201, 205, 207, 210, 238, 283, 295, 298, 290, 291, 309, 313, 314,* 317, 336, 339, 352, 353, 362, 366, 367, 368, *374, 382, 409, 410, 426, 488, 695, 705, 713, 725, 726, 729, 779, 782, 787, 790, 797, 804, 805, 807, 819, 848, 849, 850,* 852, *856, 859, 862, 866, 869, 870, 875, 879, 883, 884, 898, 899, 905, 911, 922, 926, 931, 934–936, 950, 951, 966*
КРАПИВНО-КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ – ОВОЩНАЯ КАША *116*
КРАСНАЯ ЛЕСНАЯ ДИЧЬ *185, 466*
«КРАСНАЯ РЫБА» *141, 274, 401, 403, 408,* 433, *435, 440, 445, 446,* 453, *469,* 482, *487, 607, 680,* 732, *734, 795, 818, 827, 837, 849–852,* 883, *886, 894, 914, 921, 925*
КРАСНЫЙ СУП *348,* 356, *419, 420*
КРАХМАЛ *42, 46, 47, 49, 60,* 73–75, *79, 88, 125, 129, 226, 227, 231, 238, 270, 281, 289, 473, 501,* 521, 522, *589, 600, 603, 623, 624, 692, 705, 726–729, 744, 767, 772, 808,* 825, *827, 929, 942–846, 850, 858, 860,* 865, *872, 876, 878, 879, 892, 900, 910, 914, 917, 922, 931, 942,* 956, *963*
КРЕМ *850**
КРЕМОРТАРТАР *809,* 893, *901, 903, 905*
КРЕНДЕЛЬ *191, 194, 247, 437, 792,* 833, *850, 870*
КРЕПИНЕТ *813, 850*
КРЕСС *253,* 255, *376, 403, 607, 608, 611–613, 615, 616, 748, 771, 892, 930, 956*
КРИСТОФЛЕ *850*
КРОКЕТЫ *72, 73, 176, 177, 190, 228,* 351, *428, 850, 854*
КРОМЕСКИ *850*
КРУЖОК ТЕЛЬНОЙ *851*
КРУПЕНИК *851*
КРУПЕНЯ ГРИБНАЯ *526*
КРУПКА ДЛЯ ПЛОВА УГРО *671*
КРУПНИК *523, 851*
КРУПЫ, МУКА *см. ГРЕЧНЕВАЯ КРУПА, МАННАЯ КРУПА, ПЕРЛОВАЯ КРУПА, ЯЧНЕВАЯ КРУПА*
КРУПЯНАЯ НАЧИНКА *488*
КРУСТАДЫ *851*
КРУТОНЫ *359, 851*
КСЕНЬ *851*
КУБЕБА *851*
КУВЕРТ *851, 921*
КУГЕЛИС *722,* 723
КУГЕЛЬ *285, 288, 751, 851, 948*
КУК-БИЙРОН *288, 659, 662, 663, 971*
КУКУРУЗНАЯ ШУРПА *647*
КУКУРУЗНОЕ ПИРОЖНОЕ *555*
КУКУССУ *851*
КУЛАГА *354, 521,* 523, 538, 539, *796, 839, 852, 881*
- белорусская *538*
КУЛЕБЯКА *113, 183, 195–197, 348, 358, 358,* 363, *367, 412, 440, 454, 481–483, 486, 791, 799, 852, 888, 892, 904, 921*
КУЛЕБЯЧНОЕ ТЕСТО *486, 852*
КУЛЕШ *42, 378, 428, 438, 505, 506, 852*
КУЛИС *852,* 853
КУЛИЧ *78, 84,* 133, *191, 204, 209, 409, 437, 492, 495–497, 519, 540, 784, 809, 825, 834,* 835, *844, 845, 862, 892, 896–898, 922, 934, 943, 951, 960, 971, 972*
- домашний *496*
КУМАЧ *648, 662*
КУМБЕРЛЕНДСКИЙ СОУС *236*
КУМПИС ВАРЕНЫЙ *716*
КУМПИС ШПИГОВАННЫЙ *716*
КУМПЯК *853*
КУНДЮМЫ *193, 243, 431, 472, 473,* 853, *901*
КУПАТЫ *853*
КУРАБЬЕ *606, 624, 625, 808*
КУРЗЕ *397, 608, 617, 618, 746*
КУРИНАЯ НАЧИНКА *486*

* По всей книге.

КУРИНЫЕ СУПЫ *362, 364, 367, 380, 381, 428, 439, 588*
КУРИЦА *29, 30, 37, 39, 131, 184, 185, 224, 284, 353, 357, 358, 361, 366, 368, 380, 381, 398, 412, 413, 415, 438, 449, 453, 457–460, 482, 486, 507, 543, 547, 561, 565, 566, 569–571, 577, 588, 589, 599, 600, 613, 616, 651, 739, 741, 742, 760, 763, 766, 768, 771, 780, 816, 836, 840, 841, 853, 899, 905, 912, 913, 915, 918, 940, 941, 953, 955, 960, 972, 973*
- с бамией *599*
- с кизилом *599*
- с яблоками *600*
- тушенная с галушками *507*
КУРКУМА *134, 418, 492, 615, 621, 624, 644, 646, 647, 652, 677, 679, 827, 837, 852, 859, 874, 911*
КУРНИК *366, 437, 853*
КУРОПАТКИ *188, 350, 351, 353, 365, 399, 464–466, 486, 606, 656, 678, 715, 717, 734–736, 738, 741, 748, 775, 814, 836, 837, 847, 903, 905, 916, 940, 960, 970*
- жареные *365, 466*
КУРТ *238, 244, 630, 632, 633, 637–639, 644, 645, 649, 663, 679, 687, 754–756*
КУРЫ *853**
КУРЯТИНА *49, 348, 485, 694, 768, 794, 805, 914, 956*
КУС-КУС *165, 853, 891*
КУТАП *592*
КУТЬЯ *838, 853, 854, 871*
КЧУЧ *582, 583, 592, 596, 597*
- из баранины *597*
- рыбный *592*
КЫРЛЫК *854*
КЫРНЭЦЕЙ *541, 546*
КЮФТА *73, 178, 610, 848, 854, 932*
КЮФТА-БОЗБАШ *608, 610*
КЯТА *409, 560, 603, 808, 854*

- Л -

ЛАБАРДАН ИЛИ ЛАБЕРДАН *275, 348, 854*
ЛАВАНДА *855*
ЛАВРАК *855*
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ *12, 32, 41, 44, 59, 70, 102–104, 106–108, 113, 115, 116, 130, 131, 142, 143, 146, 149, 166, 169, 182, 184, 236, 244, 298, 299, 342, 416, 419, 432, 447–453, 455, 456–461, 463, 467–469, 472, 487, 501, 503–507, 523, 524, 527, 529, 541–543, 545, 547–550, 565, 568, 570, 590, 633, 647–649, 656, 668, 669, 671, 673, 681, 682, 685, 698, 716, 717, 740, 741, 749, 751, 787, 790, 796, 797, 812, 814, 817, 821, 828, 843, 850, 852, 853, 855, 867, 911, 915, 920, 928, 935, 945, 950, 963, 966*
ЛАВРОВЫЙ ПОРОШОК *144, 299*
ЛАГМАН *26, 28, 345, 441, 645, 658, 671–673, 837, 855, 950, 958*
ЛАЗАНКИ *855, 863*
ЛАКРИЦА *770, 786, 877, 923*
ЛАМАНЦЫ *855*
- сладкие *855*
- соленые *855*
ЛАНГЕТ *175, 441, 855*
ЛАНСПИК *785, 855, 856*
ЛАПЕНЯ *812, 856*
ЛАПОНИК *856*
ЛАПША *856**
- грибная *359, 365, 377, 380, 460*
- куриная *379, 460*
- молочная *356, 460, 461*
ЛАСКОСЕРДСТВО *856*
«ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО» *762, 856*
ЛАФИТ *793, 856*
ЛАФИТНИК *856, 857*
ЛЕБЕДА *12, 13, 19, 253, 256, 431, 434, 609, 679, 682, 736, 786, 795, 812, 856, 857, 877, 954, 956, 959*
ЛЕДЕНЕЦ *79, 80, 409, 434, 494, 826, 842, 857, 876, 918, 942*
ЛЕЖНИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ *509*
ЛЕМИШКА *243, 500, 510, 878, 905*
ЛЕМИШКИ, ГРЕЧАНИКИ, ПАМПУШКИ, КОРЖИКИ *510*
ЛЕНИВЫЕ *349, 353, 361, 365, 377, 379, 401, 450, 801, 857, 858, 869, 887, 915*
ЛЕПЕШКИ *858**
- из смеси кукурузной и пшеничной муки *674*
- на сузьме (чакке) *674*
- перловые *152*
- пресные полуржаные *152*
- пшеничные и пшенично-ржаные *151*
ЛЕЩ *113, 141, 273, 358, 363, 365, 367, 402, 412, 454, 529, 693, 858, 939, 964*
ЛИ *858*
ЛИВЕР *463, 526, 544, 629, 631, 657, 694, 749, 850, 858, 900, 913, 916, 928, 940, 959*
ЛИВЕРНАЯ НАЧИНКА *486, 858, 879*
ЛИДАКА-УН-ОЛА *706*
ЛИДЕКА КОПУСТИНЕС (ЩУКА С КИСЛОЙ КАПУСТОЙ) *720*
ЛИДЕКА СУ ТАУКАЙС (ЩУКА, ЖАРЕННАЯ НА СВИНОМ САЛЕ) *721*
ЛИЖА *858*
ЛИИРОВАТЬ *788, 858, 859, 944*
ЛИКЁРЫ *135, 366, 367, 779, 780, 792, 824, 837, 845, 847, 859, 864, 866, 876, 881, 883, 885, 905, 949, 971*
ЛИМОНАД *292, 387, 859, 885, 895*
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА *60, 62, 85, 87, 130, 137, 141, 275, 299, 419, 420, 444, 451, 468, 502,505, 518, 519, 542, 622, 623, 627, 665–676, 726, 728, 859, 895, 896, 908, 911, 947, 959*
ЛИМОННАЯ ПАСТА *491*
ЛИМОННЫЙ ШЕРБЕТ *622, 677*
ЛИМПОПО *859*
ЛОБИО *402, 429, 562, 572–574, 829, 941*
ЛОЖКА *860**
ЛОЗИЖАН *664*
ЛОСИНА *712, 734, 813, 860*
ЛОЩИЧЬЕ *860*
ЛУИЗИН ТОРТ *860*
ЛУК *860**
- печенный с медом *148*
ЛУКОВЫЙ СУП *101, 102, 358, 648, 810, 908*
ЛЬЕЗОН *860, 894*
ЛЮБИСТОК *501, 506, 509, 542, 543, 794*
ЛЮЛЯ-КЕБАБ *176, 178, 205, 381, 382, 384, 613, 860, 861, 874*
ЛЮТ *861*
ЛЮТЕНИЦА *244, 909*
ЛЯГУШКИ *861*

- М -

МАДЕРА *366, 861, 862, 916, 925, 961, 972*
МАЗАГРАН *862*
МАЗУРЕК *862*
МАЗУРКА *862*
МАИС *13, 862*
МАЙОНЕЗ *61, 144, 232, 233, 237, 238, 258, 350, 383, 824, 836, 841, 862*
МАЙОРАН *127, 149, 236, 297, 448–451, 467, 468, 486, 503, 507, 527, 528, 536, 691, 700, 706, 707, 709, 713–718, 720, 723, 724, 790, 794, 862, 901,919, 939, 942*
МАК (СЕМЕНА) *78, 79, 86, 140, 168, 205, 474, 477, 482, 488, 501, 509, 513–516, 531, 642, 752, 787, 815, 855, 862, 924, 957, 961, 962*
МАКАРОНЫ *25, 29, 99, 107, 109, 121, 124, 148, 223, 243, 255, 276, 286, 298, 335, 339, 353, 356, 359, 367, 376, 377, 380, 437, 797, 809, 821, 843, 855, 856, 862, 863, 896, 914, 927, 930*
«МАКДОНАЛДС» *140, 157, 340, 341*
МАКОВАЯ НАЧИНКА *485, 488, 888*
МАКРЕЛЬ *414, 863, 919*
МАКРОН *863*
МАКСКАСТМЕС *694, 701*
МАЛАГА *357, 819, 863*
МАЛАГЕТТА *782, 910*
МАЛИНОВЫЕ ПРЯНИКИ *494*
МАЛЬВАЗИЯ *433, 819, 863*
МАЛЬТОЗА *292, 826, 844, 863, 923*
МАМАЛЫГА *13, 117, 167, 412, 540, 552, 553, 786, 796, 851, 863, 878, 907, 958*
- с брынзой *552*
- с молоком *552*
- с чесноком *552*
- с яйцом *553*
МАНГИР *см. ЛУК*
МАННАЯ КРУПА *53, 54, 74, 107, 112, 116, 149, 152, 176, 177, 224, 285–289, 353, 376, 473, 477, 488, 511, 535–537, 544, 587, 590, 601, 695, 700, 715, 727, 736, 741, 742, 786, 796, 816, 831, 851, 863, 879, 888, 896, 903, 951*
МАНПАР *645, 673, 674, 950*
МАНТЫ *31, 193, 243, 284, 384, 429, 630, 631, 645, 657, 658, 671, 678, 680, 686, 863, 864, 881, 901, 950, 969*
МАРАСКИН *350, 864, 906*
МАРГАРИН *86, 122, 124, 154, 406, 752, 825, 830, 845, 864, 866, 873, 922, 931, 961, 966*
МАРГО *793, 864*
МАРГОГУСЕЛИН *122, 825, 864, 866*
МАРЕШАЛЬ *864*
МАРИНАД *864**
- для вымачивания крупной дичи *468*
- для вымачивания средней дичи *468*
- для дичи *149*
- для мяса и морской рыбы *149*
МАРИНОВАНИЕ *185, 186, 217, 223, 259, 260, 268, 279, 344, 467, 521, 758, 768, 791, 807, 860, 864, 873, 893, 894, 904, 919, 920*

* По всей книге.

МАРИНОВАННЫЙ ВИНОГРАД *620*
МАРМЕЛАД *51, 74, 75, 79, 87, 238, 353, 408, 409, 541, 556, 623, 779, 786, 799, 803, 808, 829, 860, 864, 865, 872, 876, 894, 898, 910, 914, 916, 918, 920, 922–924, 930, 933–935, 942, 954, 959, 971*
МАРЦИПАНЫ *358, 625, 817, 865, 866, 872, 896, 911*
МАСЕДУАН *88, 281, 377, 845, 847, 866, 882, 933, 942, 943, 954*
МАСКИРОВАТЬ *30, 69, 241, 281, 341, 409, 768, 769, 813, 816, 832, 853, 866, 867, 903, 919, 925, 945*
МАСЛА ПИЩЕВЫЕ *866*
МАСЛИНЫ *104, 235, 244, 254, 258, 286, 359, 433, 458, 459, 469, 785, 867, 895, 905, 913, 925, 935, 972*
МАТЕЛОТ *867*
МАЦА *752, 867*
МАЦИС, *см. МУСКАТНЫЙ ОРЕХ*
МАЦОНИ, МАЦУН *238, 399, 563, 567, 571, 575, 578, 579, 793, 819, 844, 867, 869, 927, 931, 946, 958*
МАШХУРДА (МАШ С РИСОМ) *648, 649*
«МЕДИЦИНСКИЕ СИРОПЫ» *867*
МЕДОВОЕ ТЕСТО – «МЕДМО» *134, 194*
МЕДОВУХА *867, 871*
МЕДОВЫЕ ПРЯНИКИ (ДОМАШНИЕ) *494*
МЕДОК *497, 712, 794, 856, 864, 872*
МЕДОУЛИС *729*
МЕЛАНЖ *867, 868*
МЕЛИ-МЕЛИ *868*
МЕЛИС *868*
МЕЛИССА *305, 433, 555, 607, 868*
МЕНСА ГРАТУИТЕ *868*
МЕНСАЛЬ *868*
МЕНЮ *868**
МЕРЕНГИ *203, 357, 358, 376, 860, 870, 923, 942, 971*
МЕТРДОТЕЛЬ *117, 785, 870, 871, 909*
МЕШУПЛАЗЕНИТИС (ЯЧНЕВЫЕ ЛЕПЕШЕЧКИ) *710, 878*
МЁД *871**
МЁДЫ ПИТНЫЕ *820, 871, 872*
МИКАДНО-ВАФЕЛЬНОЕ ТЕСТО *872*
МИЛТА *872*
МИМОЗЫ *288, 872*
МИНДАЛЬ *140, 144, 351, 358, 360, 418, 477, 490, 491, 495, 515, 517, 559, 562, 581, 599, 600, 602, 607, 608, 612, 616, 617, 623–625, 666, 667, 764, 779, 786, 790, 804, 845, 847, 860, 862, 864–866, 872, 873, 896, 910, 934, 945, 959*
МИНЕСТРОНЕ *270, 869, 873*
МИНОГА *348, 873*
МИНСА *873*
МИНСПАЙ *873*
МИРАБЕЛЬ *682, 873*
МИРОТОН *874*
МИСКА *874**
МИСЛА *874*
МИТИТЕЙ *205, 541, 546, 874*
МИХИ-МИХИ *874*
МНЁВЫЕ *874*
МНИХИ *874, 875*
МОГА *875*
МОЖЖЕВЕЛЬНИК *149, 217, 466, 527, 712*
МОЗГИ *180, 352, 354, 356, 357, 363, 366, 367, 462, 631, 780, 788, 849, 891, 928*
МОЙЧОТОЙ ТИБГЕН *750*
МОКАНКА ВЯНДЛИЧНАЯ, ИЛИ ПРИЖАНИНА *528*
МОКАНКА МОЛОЧНАЯ *537*
МОККО *848, 875*
МОКК-ТЕРТЕЛЬСУП *875*
МОЛЕВО *875*
МОЛОДЕЦ *875*
МОЛОДЁЖНЯ *875*
МОЛОДИВО *875*
МОЛОЗИВО *263, 265, 695, 875, 965*
МОЛОКИ *184, 359, 733*
МОЛОКО, МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ *90, 252, 262–264, 399, 537, 583, 638, 663, 679, 686, 704, 709, 749, 754, 755, 757, 811, 908*
МОЛОКО *15, 20, 22, 23, 26, 30, 33, 42, 43, 46, 47, 50–54, 59, 60, 62, 70–73, 75, 79, 81, 83, 84, 86–88, 90–94, 101, 102, 107, 110–118, 122, 126–128, 131, 133–136, 140, 142–144, 154, 169, 173, 178, 181, 182, 184, 186, 190–193, 197, 202, 204, 206, 207, 214, 217–219, 221–224, 226, 228, 230,234, 236, 238, 243, 245, 247, 249, 262–265, 268, 270, 275, 278, 280, 284–289, 291, 292, 294, 318, 330–332, 336, 340–343, 349, 354, 356, 359, 366, 367, 372, 374, 376, 384, 399, 400, 405, 409, 412, 425, 428, 432, 448, 461, 462, 465, 466, 473–478, 480–482, 484–486, 488, 489, 493–497, 508, 510–512, 515, 516, 519, 521, 523–526, 529–538, 540, 543, 545, 546, 551–554, 562, 563, 577–579, 583, 584, 587–589, 594, 595, 601, 603, 611, 614, 617–620, 623–625, 628–633, 638–646, 655, 660, 662, 663, 667, 673, 674, 678–680, 684, 686–689, 691–710, 715, 719–721, 726–729, 732, 733, 736–739, 742, 744, 746, 748–752, 754–757, 766, 769–771, 775, 782–786, 789–791, 793–798, 800, 802–804, 806–808, 811, 812, 814–816, 818–820, 822, 823, 825, 826, 828, 834, 838, 840, 841, 843, 844, 846, 849, 851, 852, 854, 863, 865, 867, 874–877, 879–882, 884, 886, 889–891, 893, 895–898, 900, 902, 903, 905–908, 910–912, 915–918, 920–922, 924, 926, 928–934, 936, 943, 945–949, 951, 952, 954, 957–959, 961–967, 969–971, 973*
- тверское *875*
- топленое с бадьяном *134*
МОЛОЧНАЯ ПОДЛИВКА *691, 694, 697*
МОЛОЧНО-ГОРОХОВЫЙ СУП *695, 696*
МОЛОЧНО-ГРИБНОЙ СУП *692, 695, 697*
МОЛОЧНО-КЛЁЦОЧНЫЙ СУП *695*
МОЛОЧНО-КРУПЯНОЙ СУП *692, 695*
МОЛОЧНО-ОВОЩНОЙ СУП (БРЮКВЕННЫЙ) *695, 696*
МОЛОЧНО-ОВОЩНОЙ СУП (КАПУСТНЫЙ) *695, 696*
МОЛОЧНО-РЫБНЫЙ СУП *692, 695, 696*
МОЛОЧНО-СЛИВОЧНЫЙ СУП *697*
МОЛОЧНО-ФРУКТОВЫЕ НАПИТКИ *294, 875*
МОЛОЧНО-ЯИЧНЫЙ СУП *695, 696*
МОЛОЧНЫЕ ПОДЛИВКИ К МЯСНЫМ И ОВОЩНЫМ БЛЮДАМ *697*
МОНАСТЫРИ *324, 358, 430, 785, 859, 874, 894, 963*
МОНДАМИН *876*
МОНПАНСЬЕ *80, 409, 857, 876*
МОНТЭРОВАТЬ *876*
МОРЕЛЬ *876*
МОРКОВНАЯ БАБКА *533*
МОРКОВНИК *705, 708, 876*
МОРКОВНЫЙ ПИРОГ (ПОРГАНДПИРУКАС. БУРКАНУРАУЗИС. МОРКУПИРАГАС) *727*
МОРОШКА *259, 342, 365, 734, 743, 748, 807, 817, 876, 877, 971*
МОРС *133, 136, 292, 293, 497, 788, 807, 834, 846, 876, 884, 971*
МОРТАДЕЛЛА *876*
МОТАЛ *876, 877*
МОХОРА (ГОРОХ С МЯСОМ) *655*
МОЧАНКА *510, 877*
МОЧЕНИЕ *259, 260, 398, 399, 509, 846, 876, 877*
«МРАВЭЛ ЖАМИЭР» *877*
МСТО *877*
МТЁВЫЙ *877*
МУЖДЕЙ (ЧЕСНОЧНАЯ ЗАПРАВКА) *541, 546, 548–550, 874, 909, 916*
МУЖУЖИ *429, 561, 567, 568, 579, 877, 928*
МУКА *877**
МУЛИ-ЛЕГЮМ *878*
МУЛЬ *878, 880*
МУЛЬГИ КАПСАД *693, 694,702*
МУЛЬГИ ПУДЕР *693, 694,702*
МУСАКА *540, 541, 545, 711, 712, 720, 878*
МУСКАТ *792, 819, 833, 878*
МУСКАТЕЛЬ *833, 863, 878,*
МУСКАТНЫЙ ОРЕХ *134, 169, 235, 236, 454, 470, 474, 486, 492, 493, 495, 713, 717, 730, 789, 790, 821, 879, 892, 910, 943*
МУСКАТНЫЙ ЦВЕТ, ИЛИ МАЦИС *821, 879, 911*
МУСС *133, 214, 281, 339, 362, 364, 368, 375, 379–381, 436, 768, 781, 819, 835, 858, 859, 868, 870, 878–880, 883, 887, 890, 898, 918, 959, 970–972*
МУССЕК *880*
МУСТ *541, 796, 880*
МУФФИН *880*
МУШКА *541, 548*
МХАЛИ *429, 562, 572, 829, 880*
МЦВАДИ (ШАШЛЫК) *38, 559, 568, 915, 958*
- в баклажанах *568*
МЧАДИ *561, 577, 578, 580*
- простое *580*
- с добавками *580*
МШОШ ФАСОЛЕВЫЙ *602*
МЫЛЬЦЫ *880*
МЫТЕНИЦА *292, 880*
МЮНСТЕР *880*
МЮСЛИ *139, 140, 880, 881*
МЮСОСТ *881*
МЯСНАЯ НАЧИНКА *482, 486, 661, 714, 724,735, 805, 944, 950, 956*
МЯСО *35–45**
МЯТА *126, 127, 134, 146, 148, 149, 217, 238, 253, 254, 292, 293, 298, 358, 493, 498, 501, 561–567, 569–575, 577, 578, 584, 589, 590, 592, 593, 599, 607–613, 615–617, 619–622, 644, 659, 661, 671, 672, 679, 682, 770, 779, 785, 792, 811, 819, 822, 829, 831, 844, 851, 868, 881, 892, 902, 918, 919, 927, 953–956, 958*
МЯТНЫЙ ШЕРБЕТ *622*

* По всей книге.

- Н -

НАБЛЮДНИК *881*
НАВАГА *275, 349, 358, 365, 366, 402, 412, 881*
НАВАР *45, 51, 58, 98, 223, 453,* 583, *683, 684, 736, 748, 797, 800, 881, 929, 939, 942, 946, 970*
НАДРЕЗАТЬ КРАЙ *881*
НАДРЕЗКА. *см. КАРБОВАНИЕ*
НАЖ *881, 901*
НАЗВАНИЕ БЛЮД *881*
НАЗВИНЫ *882*
НАЗУК *582, 584, 603, 604, 882*
НАКАТИТЬ *882*
НАКАШНИК *882*
НАКВАСНИК *882*
НАКВАШЕННИК *882*
НАКИПЬ *99, 105, 308, 580, 883*
НАКРЕНУТЬ ТЕСТО *883*
НАКРЁПОК *883*
НАЛЕСНИКИ *883*
НАЛИВА *883*
НАЛИВАШНИК (ИЛИ НАЛИВУШКА) *883*
НАЛИВКА *290, 801, 807, 808,* 837, *883–886, 886, 971*
НАЛИВНАЯ УХА *883*
НАЛИВНОЕ, НАЛИВНОЙ, НАЛИВНЫЕ *884*
НАЛИВОЧНАЯ КРУЖКА *884*
НАЛИМ *273, 349, 359, 364, 366, 432, 453, 689, 720, 742, 874, 884, 903, 939*
НАЛИТКИ *884*
НАЛИТЫШ *884*
НАМОКИШ *884*
НАПЕТТА *884*
НАПИРОЖНЫЕ УКРАСЫ *884*
НАПИТКИ *884**
НАПОГРЕБИЦА *885*
«НАПОЛЕОН» *885, 904*
НАПОЛНИТЬ *885*
НАРДЕК *885*
НАРЕЗКА *10, 27, 28, 39, 57, 58, 103, 189, 216217, 277, 442, 740, 766, 772, 800, 801, 818, 825, 829, 842, 852, 856, 885, 886, 890, 897, 925, 949*
НАРОЖНОЕ *886*
НАРОСТ *886*
НАРХАНГИ *657*
НАРШАРАБ *565, 592, 607, 609, 617, 782*
НАСВЕЖИНКА *886*
НАСВЕРХСЫТКА *886*
НАСОХЛИНО *886*
НАСТОЙКИ *290, 612, 613, 615, 779, 816, 822, 828, 831, 885, 886, 967, 971*
НАСТОЛЬНИК *886*
НАСТУРЦИЯ *253, 256, 259, 886, 903*
НАСЫРИТЬ *886*
НАСЫТЛИВЫЙ *886*
НАТОЩАК *887*
НАТРОН *887, 923*
НАТУРАЛЬНО *887*
НАТЮРИЗМ *887*
НАУРУЗ-КОЖЕ *887*
НАУРЫЗ-КОЖЕ *631–633*
НАХЛЕБНИК *881, 888*
НАХУДШУРАК *671*
НАЧИНКИ *888**
- из варенья *488*
- из вязиги *487*
- из рябчиков, куропаток, тетеревов и другой дичи *487*
- из сухофруктов *488*
- из сушеной черемухи *488*
- из сырых яблок *488*
- из щавеля *488*
НЕАПОЛИТАНСКИЙ ТОРТ *888, 931, 933*
НЕГУС *889*
НЕДОСОЛ *241, 889, 924, 925*
НЕЖ *889*
НЕЙТРАЛЬНЫЙ *889*
НЕКТАР *290, 291, 782, 889*
НЕКТАРИНЫ *889*
НЕЛЬМА *138, 349, 433, 453, 732, 746, 849, 850, 889, 921*
НЕМКА *889*
НЕРОЛИ *780, 889*
НЕТТО *889, 890*
НИГЕЛЛА, *см. ЧЕРНУШКА*
НИОЛО *890*
НИШАЛЛО *675, 808, 890*
НОВОТ *79, 409, 641, 857, 890*
НОЖ *890**
НОКЛИ *890*
«НОРВЕЖСКИЙ СУП» *890*
НОЧЕВКА *891*
НУГА *78, 79, 147, 210, 297, 409, 541, 557, 808, 891, 896, 918, 945*
- ореховая *557*
НУЛЕВАЯ ДИЕТА. *см. ДИЕТА НУЛЕВАЯ*
НУРМА *891*
НУТ *45, 167, 585, 591, 607, 644, 657, 668, 670–672, 674, 675, 891, 904, 949, 950, 955, 959*
НУТОВАЯ МУКА *131, 166*
НУТОВЫЙ СУП *645, 668*
НУЭ *891*
НЬОВКИ *891*
НЯКТА *891*
НЯНЯ *396, 462, 735, 858, 891*

- О -

ОБЕЗЖИРИВАНИЕ *758, 891*
ОБЕРС *892*
ОБЕРС-КОНСОМЕ *892*
ОБЕРТУХ *892*
ОБЖАРЕННЫЕ ФИСТАШКИ *666*
ОБЖАРЕННЫЙ СОЛЕНЫЙ МИНДАЛЬ ИЛИ ЯДРА АБРИКОСОВ *666*
ОБЛАКО *892*
ОБЛАТКИ *892, 910*
ОБОНЯНИЕ *11, 50, 57, 123, 260, 319, 391, 892*
ОБОРОТ *892*
ОБСУШИВАНИЕ *124, 171, 210, 771, 896, 951*
ОБЩЕПИТ *7, 13, 48,* 52, 53, *58, 98, 125, 157,* 339, *340, 345, 378–380,* 382, 383, *401, 812,* 837, *919, 945, 956, 958, 959*
ОВДУХ *611, 892*
ОВОЩЕ-ЗЕРНОВАЯ КАША «КАНУН РАЗВАЛА» *112*
ОВОЩИ И ЗЕЛЕНЬ *402, 608*
ОВСЯНАЯ КАША-ЗАСПИЦА *112*
ОВСЯНЫЕ БЛЮДА И ИЗДЕЛИЯ *892*
ОГУРЦЫ *893**
ОДИКОН *894*
ОЗРАНССУУРИМПУТРО (КАРЕЛЬСКАЯ ПЕРЛОВАЯ КАША) *739*
ОКОРОК *38, 251, 373, 467, 522, 548, 634, 656, 705, 716, 717, 778, 796,* 853, *882, 886, 894,*
ОКРА *894*
ОКРОШКА *104, 292,* 358, 359, 363, 365, 377, *380, 381, 412, 428, 437, 442–445, 471, 714, 789,* 793, *825,* 837, *868, 881,* 893*–895, 929, 947, 948,* 953, *965*
- мясная 358, 363, 365, *380, 444*
- овощная летняя *444,*
- овощная осенняя *444,*
- рыбная 359, *443, 444, 445*
ОКУНИ ИЛИ КАРАСИ, ЖАРЕННЫЕ В СМЕТАНЕ *470*
ОЛАДЬИ *26, 67, 133,* 352, 359, 363, 377, *380, 381, 430, 530,* 723, *727, 820,* 893*–895, 950, 971*
ОЛЕНИНА *128, 173, 185, 217, 394, 413,* 437, *466, 467, 712, 732,* 734*–736, 746,* 775, *895, 967*
- жаркое *467*
ОЛИБАХ *895*
ОЛИВКИ *236, 286, 372, 867, 895, 905,* 913, *925*
ОМАРЫ *233, 255, 275, 848, 881, 890, 895, 908, 940*
ОМЛЕТЫ *44, 124, 126, 205, 208,* 285*–287,* 339, *366, 436, 508, 551, 619,* 633, *673, 674, 765,* 837, *859, 868,* 887, *892, 895,* 943, *971*
ОПАРА *22, 152, 154,* 190*–192, 478, 481, 485, 496, 497,* 533, *603, 675, 785, 791, 796, 803, 821, 852, 854, 914, 917, 959*
ОРАНЖАД *292, 895*
ОРЕХИ *896**
ОРЕХИ И ОРЕХОВО-ФРУКТОВЫЕ СМЕСИ *646*
ОРЕХОВЫЕ СОУСЫ *238, 563, 576, 896*
ОРКНИ *774, 896*
ОРТОЛАНЫ *896*
ОРШАД *290, 292, 896*
ОСВЕТЛИТЬ *896*
ОСЕДАНИЕ *896*
ОССИ-БУККИ *896, 968*
ОТБИВНАЯ *127, 131, 174, 175, 211, 213, 220, 268, 276,* 363*, 366, 367, 398, 436, 704, 717,* 765*, 787, 790, 848, 959*
ОТБИВНАЯ БАРАНЬЯ НА ГРАТАРЕ *131*
ОТКИНУТЬ *91, 180, 451, 461, 504,* 531*, 574, 600, 614, 619, 673, 729, 896*
ОТРУБИ *38, 40, 140, 145, 229, 292, 465, 481,* 523*, 530, 542, 674, 675, 827, 830, 877, 896, 897, 901, 903, 929, 963*
ОТСУШИТЬ *897*
ОТТЯЖКА *242, 454, 797,* 855*, 896, 897*
ОТТЯНУТЬ *242, 888, 897*
ОШИ-СИЁЛАФ (СУП ИЗ ПРЯНОЙ И КИСЛОЙ ЗЕЛЕНИ) *669*

* По всей книге.

- П -

ПАЖИТНИК ГОЛУБОЙ. *см. ДОННИК СИНИЙ*
ПАЙЛЬ *897*
ПАЛТУСИНА СЫРАЯ С СОЕВЫМ СОУСОМ *145, 299*
ПАЛЬТЕН *897*
ПАМПУХ *897*
ПАМПУШКИ *354, 500, 510, 511, 763, 794, 897, 900*
- с чесноком гречневые *511*
- с чесноком пшеничные *511*
ПАНАДЫ *227, 228, 898*
ПАНИРОВАТЬ *898**
ПАНКЕ *898*
ПАПИЛЬОТЫ *898*
ПАПОШНИК *519, 862, 898, 971, 972*
- украинский *519*
ПАПЬЕ *898*
ПАРЕНКА *742–744, 898, 916*
ПАРКИН *898, 910*
ПАРОВОЙ ОМЛЕТ С РЫБОЙ *126*
ПАРФЕ *898, 899, 918, 922*
ПАРЧА-БОЗБАШ *610*
ПАССЕРОВАТЬ *64–67, 74, 114, 181, 183, 208, 219, 459, 499, 501–503, 505, 547, 550, 555, 570, 576, 740, 751, 752, 805, 841, 899, 925, 968*
ПАСТЕРНАК *279, 454–458, 474, 899, 912*
ПАСТИЛА *133, 134, 366, 367, 409, 433, 492, 541, 557, 796, 820, 829, 831, 874, 881, 899, 916, 918, 922, 933, 949, 971, 972*
- белевская и коломенская *134*
ПАСТЫНЕРЫ *583, 596–598*
ПАСХИ *83, 400, 409, 489, 900, 922, 931, 951, 971*
ПАТОКА *79, 81, 82, 249, 292, 359, 434, 488, 493, 500, 501, 556, 557, 623, 646, 730, 788, 801, 829, 879, 900, 906, 910, 918, 947*
ПАТЫР *249, 646, 663, 674, 681, 900*
ПАТЫРЧА *661*
ПАХЛАВА *79, 409, 560, 606, 624–628, 746, 808, 858, 871*
-аришта *627, 628, 858*
- бакинская *626*
ПАШМАК *676*
ПАШТЕТЫ *203, 250, 342, 350–352, 382, 426, 434, 435, 697, 705, 713, 752, 778, 827, 840, 858, 873, 882, 900, 903, 931, 940, 943*
ПЕЗЫ *897, 900*
ПЕКАРСКИЙ ПОРОШОК *71, 85–88, 194, 492, 493, 495, 624, 627, 725–728, 730, 784, 809, 868, 893, 900, 901, 903, 909, 916, 923, 935*
ПЕКЛЕВАННЫЙ *437, 901*
ПЕЛЕТРУНА *901*
ПЕЛТЯ *541, 558, 864, 865, 971*
- малиновая или ежевичная *558*
- яблочная *558*
ПЕЛЬМЕНИ *25, 26, 29, 31–33, 43, 46, 58, 67, 72, 73, 99, 158, 193, 208, 243, 339, 345, 349, 358, 363, 365–367, 381, 397, 431, 439, 472, 499, 596, 608, 617, 645, 657, 658, 672, 711, 714, 723, 724, 735, 739–741, 765, 793, 809, 822, 830, 853, 863, 864, 881, 896, 901, 902, 907, 913, 919, 939, 950, 969*
ПЕЛЬМЕННИЦА *209, 740, 901, 902*
ПЕЛЬНЯНИ (НАСТОЯЩИЕ ПЕРМЯЦКИЕ ПЕЛЬМЕНИ) *735, 739, 901*
ПЕЛЮРЫ *125, 227–230, 902, 917*
ПЕММИКАН *902*
ПЕНА *902**
ПЕРАГАЙ *902*
ПЕРЕКАЛИВАНИЕ МАСЛА *64, 65, 68, 72, 124, 159, 644, 651, 902, 903*
ПЕРЕПЕЛКИ ТУШЕНЫЕ *466*
ПЕРЕПЕЧА *396, 462, 903*
ПЕРЕСЫПАТЬ *196, 488, 514, 518, 545, 551, 554, 602, 611, 635, 656, 699, 710, 724, 783, 791, 816, 903, 923, 924*
ПЕРЕЦ *см. КУБЕБА**
«ПЕРЛОВАЯ БОГАТАЯ» КАША *113*
ПЕРЛОВАЯ КРУПА *46, 52, 113, 152, 167, 345, 457, 473, 522, 588, 589, 692, 696, 702, 707, 708, 713, 714, 720, 737, 739, 810, 850, 882, 903, 909, 973*
ПЕРНАТАЯ ДИЧЬ *186, 188, 241, 343, 398, 399, 464–467, 487, 644, 678, 690, 716, 746, 748, 819, 837, 916, 941, 960*
ПЕРЦЫ, БАКЛАЖАНЫ, КАБАЧКИ ФАРШИРОВАННЫЕ *549*
ПЕТРУШКА *10, 12, 32, 54, 57, 59, 61, 70, 102, 103, 105–108, 112, 116, 126, 129, 130–132, 145, 147–149, 169, 182, 183, 185, 189, 230, 233, 235–238, 242, 253, 254, 257, 270, 276, 281, 282, 284–286, 297, 300, 358, 359, 376, 402, 408, 412, 414, 415, 417, 419, 420, 432, 443–445, 447–461, 463, 466–472, 474, 486–488, 502–509, 514, 524–527, 529–531, 536, 542–547, 549–551, 554, 563, 565, 566, 569, 570, 572–575, 577, 580, 585, 587, 588, 590, 592–602, 607, 609–612, 618–620, 633, 636, 637, 669, 679, 681–683, 685, 686, 691, 692, 696, 706, 707, 713–717, 719, 721, 722, 724, 737, 740–742, 780, 784, 787, 788, 790, 794, 797, 812, 816, 840, 851–853, 855, 857, 866, 872, 878, 880, 887, 888, 894–896, 899–901, 908, 912, 913, 915, 916, 925, 926, 928, 930, 934, 936, 937, 944, 946, 949, 954–956, 958, 960, 967, 970, 971*
ПЕЧЕНКА (ПЕЧЕНЬ) *354, 356, 358, 359, 363–365, 367, 384, 457, 462, 513, 543, 544, 631, 637, 638, 656, 694, 701, 720, 723, 733, 751, 771, 858, 882, 884, 900, 903, 920, 925, 928, 931, 946, 950, 972*
ПЕЧЕНЬЕ *11, 21, 78–80. 84–87, 203, 212, 364, 366, 376, 377, 392, 409, 495, 555, 556, 624, 625, 628, 695, 725, 729, 744, 782, 791, 792, 796, 803, 810, 813, 850, 855, 862, 867, 869, 872, 878, 889, 892, 893, 896, 898, 899, 901, 903, 904, 911, 923, 935, 936, 943, 947, 952, 961, 966, 971, 972*
- морковное и картофельный бисквит *87*
- овсяное (европейское) *893*
- песочное *203*
- твердое мелкое (сдобное) *203*
- чайное домашнее (без дрожжей и без соды) *85*
ПЕЧЕНЯ ЖИТОМИРСКАЯ *506*
ПИВНОЙ СУП ЖЕМАЙТСКИЙ *715*
ПИЕВА (ЛУКОВЫЙ СУП) *645, 648*
ПИКУЛИ *827, 903, 904*
ПИЛКУЧЕ *904*
ПИПАРКООК *725, 729, 730*
ПИРОГИ *904**
ПИРОЖКИ *904**
ПИРОЖНЫЕ *21, 78, 79, 81, 84, 87, 88, 194, 196, 352, 353, 364, 369, 409, 426, 541, 555, 705, 727, 728, 789, 791, 792, 799, 805, 817, 819, 824, 850, 862, 863, 867, 870, 872, 884, 885, 890, 892, 896, 898, 904, 907, 911, 926, 959, 960, 961, 965, 966, 971*
ПИТИ *158, 204, 560, 607–609, 904, 919, 929*
ПИЦЦА *120, 339, 383, 876, 888, 904, 905, 933*
ПИШИНГЕР *905*
ПИШЛОК *262, 264, 429, 663, 664, 755*
ПЛЕСКАНА *905*
ПЛОВ *905**
- бухарский *652*
- самаркандский *653*
- с бараниной *615*
- с пшеницей *653*
- с урюком *653*
- с цыпленком *616*
- тограма *653*
- тонтарма (из прожаренного риса) *653*
- ферганский *652*
- хорезмский *652*
ПЛОМБИР *353, 361, 362, 866, 905, 906*
ПЛУМ-ПУДИНГ *873, 906, 912*
ПЛЭЧИНТА *540, 553, 554, 796, 906*
- с брынзой *554*
- с луком и яйцом *554*
- с творогом *554*
- с черешней или вишней *554*
ПЛЯЦЕК *898, 907*
ПОВАРЕННЫЕ КНИГИ *8, 20, 57–59, 71, 87, 97, 112, 119, 138, 155, 220, 233, 243, 244, 253, 296, 306, 314, 361, 370, 371, 413, 427, 430, 435, 445, 654, 741, 779, 788, 813, 820, 821, 831, 834, 859, 866, 869, 876, 878, 879, 882, 887, 897, 920, 933, 941, 950, 953, 962, 966*
ПОВАРСКОЕ ВИНО *770*
ПОДКОГЫЛЬО (МАРИЙСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ) *193, 735, 740, 901, 907*
ПОДЛИВКИ *48, 70, 74–76, 148, 173, 222, 223, 232, 233, 241, 244, 268, 270, 274, 289, 297, 362, 363, 376, 399, 461, 470, 511, 515, 528, 532, 537, 541, 550, 562, 563, 593–595, 598–601, 607, 631, 637, 639, 691, 694, 697, 699, 700, 722, 723, 725, 734, 770, 787, 788, 793, 800, 805, 814, 816, 825, 827, 832, 845, 846, 851, 852, 868, 869, 877, 896, 897, 903, 907, 921, 930, 932–934, 940, 942, 957, 960*
ПОДЦВЕТИТЬ *907, 909, 918*
ПОЛБЯНАЯ КАША *431, 734, 739, 877*
ПОЛЕНТА *167, 412, 878, 907*
ПОЛИВКА *523, 525*
ПОЛУФАБРИКАТЫ *63, 77, 81, 83, 87, 107, 114, 128, 129, 140, 141, 150, 189, 192, 210, 215, 236, 264, 292, 336, 338, 339, 382, 387, 441, 487, 507, 524, 562, 564, 571, 620, 621, 623, 629, 634, 635, 639, 645, 663, 712, 754, 755, 760, 766, 825, 841, 855, 856, 858, 861, 867, 874, 890, 892, 896, 900, 905, 909, 917, 923, 929, 934, 938, 947, 962, 968*
ПОЛЫНЬ *779, 782, 830*
ПОМЕРАНЦЫ *492, 762, 780, 828, 907, 908, 951*
ПОНЧИКИ *68, 339, 908, 912, 915, 955*
ПОПУШОЙ (КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ) *548*
ПОПУШОЙ С САЛАМУРОМ (КУКУРУЗА ПЕЧЕНАЯ) *548*
ПОПЬЕТЫ *908*
ПОРЕЙ, *см. ЛУК*
ПОРОСЕНОК ЖАРЕНЫЙ *352, 358, 363, 462, 464, 780*
ПОРРИДЖ *893, 908*

* По всей книге.

ПОСТНОЕ ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО (ДЛЯ ПИРОГОВ С КАПУСТОЙ, МОРКОВЬЮ, ЛУКОМ) *485*
ПОСТНЫЙ СТОЛ *224, 355, 358–360, 363, 371–373, 375, 379, 431, 433, 562, 794, 853, 908, 920, 970*
ПОТАШ *72, 329, 763, 766, 768*
ПОХЛЕБКИ *354, 437, 442, 452, 908, 929*
- картофельная *354, 452*
- луковая *452*
- репяная (репница) *453*
- чечевичная *453*
ПОЧКИ *96, 180, 267, 286, 356, 357, 362, 363, 368, 394, 398, 457, 458, 465, 621, 631, 633, 656, 720, 782, 819, 841, 858, 894, 913, 931, 946*
ПОШИРОВАТЬ *61, 285, 908, 909, 971*
ПРАЗДНИЧНЫЕ КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ *519*
ПРАЛИНЕ И ПРАЛИНОВАТЬ *803, 872, 909, 911*
ПРИВАРКИ *17, 522, 800, 909*
ПРИГОРАНИЕ *65, 66, 74, 80, 115, 121, 185, 222, 228, 229, 236, 479, 772, 865, 867, 878, 902, 909, 942, 957, 967*
ПРИПРАВЫ *41, 49, 57, 70, 72, 73, 76, 100, 141, 166, 167, 171, 183, 230, 232–237, 239–241, 243, 244, 253–255, 275, 279, 294, 334, 349, 359, 375, 383, 403, 412, 429, 440, 458, 467, 468, 474, 497, 501, 506, 528, 541, 560, 562, 571–575, 587, 591–593, 599, 607, 608, 644, 679, 680, 682, 691, 719, 746, 748, 749, 755, 756, 763, 770, 772, 779, 783, 788–790, 792, 803, 804, 812, 814, 821, 825, 830, 832, 837, 838, 841, 844, 846, 851–854, 859, 860, 867, 880, 886, 887, 894–896, 909, 912, 914, 920, 921, 925–928, 930, 931, 933, 936–938, 940, 942, 943, 947, 949, 951–955, 960, 966, 969–971*
ПРИСПЕШНИК *909*
«ПРОВАНСКОЕ МАСЛО» *122, 254, 376, 822*
ПРОСТОЙ ОРЕХОВЫЙ СОУС *576*
ПРОФИТРОЛИ *751, 797, 815, 909*
ПРЯЖЕНЦЫ *909*
ПРЯНИКИ *21, 78–81, 84, 133, 203, 355, 409, 432, 437, 492–495, 712, 729, 790, 791, 795, 796, 812, 813, 816, 819, 820, 824, 826, 835, 847, 871, 881, 893, 898–900, 909, 910, 951, 959, 965*
ПРЯНИКИ И КУЛИЧИ *492*
ПРЯНОСТИ *910**
ПТИ-ФУР *911*
«ПТИЧЬЕ МОЛОКО» *911*
ПУДИНГ *224, 238, 285, 287, 288, 351, 358, 362, 363, 365–367, 373, 376, 386, 434, 693, 726, 727, 751, 765, 776, 778, 834–836, 838, 863, 873, 896, 906, 911, 912, 929*
- яичный (мунапуди, олупудиныш) *726*
ПУЛЯРКА *184, 350, 366, 841, 853, 912*
ПУМПЕРНИКЕЛЬ *79, 725, 729, 730, 871*
ПУПЕТОН *912*
ПУТРА *693, 704, 705, 707, 708, 719, 739, 912*
ПУХКЕНИКИ *517, 518, 912*
- простые *517*
- с вареньем *518*
ПЫШКИ *26, 151, 368, 376, 430, 641, 794, 847, 880, 894, 895, 897, 912, 953*
ПЫШТАК (МЯГКИЙ НЕКИСЛЫЙ ТВОРОЖНЫЙ СЫР) *750*
ПЮРЕ *912**
ПЯЧИСТО *522, 526, 527, 912*

- Р -

РАВИГОТ *909, 912, 913*
РАВИОЛИ *193, 863, 913*
РАГОЙШ *913*
РАГОУЛЯЙ *723, 913*
РАГУ *213, 217, 348, 358, 362, 396, 541, 547, 913, 925, 949*
РАСКАТКА ТЕСТА *27, 28, 192–194, 204, 579, 582, 661, 778, 809, 856, 897, 913, 926, 961*
РАССОЛЬНИК *345, 352–354, 356, 357, 362, 363, 365, 376, 379–381, 384, 433, 437, 442, 546–458, 825, 841, 894, 895, 913, 923, 929*
- куриный *458*
- мясной *457*
- овощной *458*
РАССТЕГАИ *183, 184, 349, 362, 366, 377, 454, 481, 483, 913, 914, 921*
РАУГЕНЯ *914*
РАХАТ-ЛУКУМ *78, 79, 409, 606, 623, 779, 808, 850, 865, 914*
РЕВЕНЬ *279, 280, 645, 670, 694, 725, 726, 729, 914*
РЕДЬКОВНИК *914*
РЕПЯНОЙ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ СУП *649*
РЕСКА *914*
РЕСТОРАНЫ *11, 32, 48, 56, 57, 67, 68, 76, 91, 97, 98, 106, 115, 118, 119, 122, 125, 135, 139, 155–158, 168, 170, 174, 175, 178, 181, 183, 187, 188, 197, 217, 230, 232, 233, 240, 243, 254, 310, 318, 338, 340, 344, 345, 352, 368, 369, 377, 381, 383, 389, 396, 400, 417, 418, 421, 425, 437 439, 441, 442, 452, 481, 564, 568, 597, 655, 758, 759, 770, 775, 779, 780, 785, 787, 788, 790, 793, 795, 797–799, 801, 803, 810–814, 817, 819, 825, 832, 836, 837, 840, 842, 844, 848, 851, 852, 854–856, 867–871, 873, 875, 882, 883, 886, 887, 889, 890, 894–898, 909, 913, 915, 919, 925, 929, 931, 932, 937–940, 942–944, 946, 950, 952, 956, 957, 959, 965, 966, 968, 972*
РЕЦЕПТЫ *295-297**
РЖАНАЯ МУКА *30, 60, 73, 102, 125, 151–154, 166, 182, 228, 229, 245, 246, 287, 325, 335, 393, 412, 430, 446, 464, 481, 492, 494, 498, 505, 521, 523, 528, 530–536, 538, 692, 699, 700, 717, 729, 737, 738, 744, 750, 778, 795, 802, 815, 838–840, 844, 845, 852, 855, 857, 876–878, 895, 897, 898, 904, 926, 929, 956, 962*
РИГАТОНИ *863, 914*
РИЗОТТО *367, 836, 914*
РИКОТТА *915*
РИС *10, 43, 45, 46, 48–51, 59–61, 73, 99, 104, 108–110, 112–115, 117, 126, 149, 167, 172, 176, 177, 179, 184, 189, 190, 214, 242, 258, 330–332, 351, 353, 356–365, 368, 376, 377, 380, 381, 398, 402, 412, 416, 417, 427, 428, 440, 441, 451, 454, 455, 457, 458, 472, 473, 476, 482, 483, 485, 487,488, 500, 507, 508, 541, 542, 562, 564, 565, 568, 569, 583, 586–590, 592–595, 599–601, 607–611, 613–617, 633, 644, 645, 648–654, 656, 657, 668–670, 679, 682–686, 737, 738, 751, 760, 762, 763, 765, 771, 772, 796, 797, 812, 813, 819, 821, 836, 837, 840, 851–854, 874, 882, 884, 887, 888, 893, 896, 905, 906, 912–915, 921, 925, 927, 929, 932, 933, 938, 941, 942, 944–946, 949, 952, 953, 956, 965, 969, 971*
РИСОВАЯ КОМБИНАЦИЯ *113*
РИСОВАЯ СМЕСЬ *837*
РИССОЛИ *915*
РКОТТА *915*
РОЗИНМАЙЗЕС *710*
РОЗМАРИН *147, 173, 185, 297, 467, 555, 797, 911, 915*
РОЗОВОЕ МАСЛО *88, 294, 607, 621, 622, 624, 914, 958*
РОЗОВЫЙ ШЕРБЕТ *622*
РОЛЬМОПС *915*
РОСТБИФ *175, 251, 350, 353, 357, 361, 366, 373, 386, 774, 775, 873, 886, 903, 915, 941, 949*
РУБЕЦ *915, 942*
РУБЛЕНОЕ ТЕСТО (БЕЗДРОЖЖЕВОЕ МАСЛЯНОЕ ТЕСТО ДЛЯ СЛАДКИХ ПИРОГОВ) *485*
РУКАВИЦА КУХОННАЯ *426, 915, 916*
РУЛАДЫ *916*
РУЛЕТ СКАНЕСТАС-СУДЕТИНИС *717*
РУЛЕТЫ *86, 132, 196, 268, 362, 377, 435, 441, 469, 507, 554, 604, 605, 627, 638, 659, 661, 671, 692, 705, 713, 716–718, 751, 778, 830, 883, 902, 908, 915, 916, 940*
РЫБА ЖАРЕНАЯ «ПАЛОЧКАМИ» В РИСОВОЙ МУКЕ *130*
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ И ЖАРЕНАЯ *470*
РЫБА КИСЛАЯ *743*
РЫБА МОРСКАЯ СЫРАЯ ПО-КОРЕЙСКИ *144*
РЫБА ОТВАРНАЯ *469, 529*
РЫБА ПАРОВАЯ *469*
РЫБА ПЕЧЕНАЯ *529*
РЫБА ТОМЛЕНАЯ *743*
РЫБИЙ КЛЕЙ *42, 226, 433, 781, 827, 843, 865, 879, 916*
РЫБНАЯ НАЧИНКА *487, 686, 926*
РЫБНОЕ ФИЛЕ В КЛЯРЕ *131*
РЫБНЫЕ ГАЛКИ *628, 811*
РЭСОЛ *429, 541, 547, 916, 928*
РЯБИНА *133, 749, 839, 899, 916, 922*
РЯБЧИКИ *188, 349–351, 353, 356, 357, 362, 364, 365, 399, 464–466, 486, 715, 717, 734–736, 738, 741, 903, 916, 970*
- жареные *466*
- молочные жареные *466*
- пряженные в сметане *466*
РЯЖЕНКА *90, 93, 262, 510*

- С -

САБАЙОН *916*
САБЗА-КАУРМА *612*
САВАРЕН *778, 917, 921*
САВОРИ *917*
САГО *351, 358, 367, 454, 473, 474, 482, 487, 792, 836, 871, 917*
САЛАКА *229, 401, 689, 691–693, 698–700, 705, 735, 783, 917*
САЛАМАТА *354, 917*
САЛАМУР *548, 550*
САЛАТ *35, 36, 77, 120, 139, 140, 146, 147, 169, 170, 205, 218, 243, 251–258, 261, 276–278, 281, 296, 297, 331, 336, 356–358, 364–368, 376, 377, 383, 402, 406, 426, 428, 432, 436, 501, 550, 562, 572, 592, 607, 631, 694, 697, 698, 704, 705, 763, 765, 771, 778, 779, 785, 792–794, 806, 812, 824, 825, 828, 832, 836, 837, 841, 845, 847, 856, 857, 860, 866, 870, 874, 880–882, 886, 887, 893, 895, 903, 912, 926, 927, 930, 932, 934–938, 941, 949, 954, 959–961, 966–969, 971*
- салат с грецкими орехами *146, 296*
- салат с хреном *147, 296*
- салат освежающий с редькой («Великорусский») *147, 296*
САЛМА *724, 917, 935*
САЛЬНИК *218, 358, 367, 396, 434, 461, 462, 544, 749, 850, 903*

* По всей книге.

САЛЬПИКОН *838, 915, 917, 928*
САЛЯМИ *115, 905, 917*
САМСА *27, 630, 631, 644–646, 661, 662, 674, 823, 888, 904, 909, 917*
- из дрожжевого теста *662–663*
- из пресного теста *661–662*
САРГАН *679, 687, 688*
САРНАПУР *590*
САРСУ *839*
САРЫ ИРИМШИК *639*
САХАР *917**
САЦИВИ *439, 563, 570, 576, 579, 870, 909, 918*
СБИТЕНЬ *101, 290–292, 497, 498, 835, 877, 918*
СВЕКЛА ПО-ЗАВОЛЖСКИ ВАРЕНАЯ *146, 298*
СВЕКОЛЬНИК *104, 354, 376, 379, 381, 412, 428, 438, 868, 919, 948*
СВИНИНА *73, 112, 127, 128, 173, 174, 176, 203, 213, 229, 248, 356, 365, 381, 382, 394, 395, 397, 398, 414, 415, 432, 433, 441, 443, 462, 500, 502–504, 506, 521–523, 525–527, 541, 548, 567, 568, 594, 644, 691, 692, 694, 700–702, 707, 711–713, 720, 735, 739–741, 759, 760, 763, 768, 771, 775, 789, 794, 796, 805, 811, 816, 827, 843, 876, 877, 894, 901, 907, 917, 919, 928, 938, 941, 948, 950, 959, 960, 962, 964, 965*
- в сахаре по-китайски *127*
СЕБИЧЕ *919*
СЕДЛО *919*
СЕЛЬ *919*
СЕЛЬДЕРЕЙ *57, 100, 105–108, 112, 116, 141, 149, 213, 214, 230, 237, 253, 257, 260, 270, 276, 281, 286, 364, 367, 412, 442–445, 447–452, 457, 458, 460, 463, 467, 468, 474, 503, 504, 507, 524, 527, 530, 541–543, 546–551, 564–566, 573–575, 588, 598, 691, 714, 715, 771, 772, 787, 790, 794, 796, 797, 803, 812, 814, 816, 828, 840, 850, 852, 855, 866, 872, 874, 878, 887, 894, 895, 908, 913, 915, 916, 919, 930, 933, 936, 937, 941, 942, 944, 946, 949, 952, 954–956, 958, 961, 967*
СЕЛЬДЬ *77, 85, 113, 141–144, 184, 204, 251, 252, 254, 255, 265, 348, 383, 401, 402, 412, 428, 429, 454, 689, 692, 693, 698, 700, 705, 706, 721, 732, 734, 752, 775, 783, 806, 814, 827, 828, 830, 915, 919, 920, 949*
- маринованная по-норвежски *143*
- маринованная способом принца Евгения (по-шведски) *143*
- в сахаре по-китайски *142*
СЕЛЬДЯНЫЕ ЗАКУСКИ *697*
СЕЛЯВА *920*
СЕЛЯНКА *920*
СЁМГА *106, 107, 138, 139, 141, 345, 348, 358, 366, 386, 407, 408, 430, 433, 440, 479, 732, 737, 748, 775, 849, 850, 894, 914, 921*
СЕМИЛУНЭ (ПЕЧЕНЬЕ) *556, 920*
СЕРВИРОВКА *105, 106, 108, 145, 299, 436, 571, 765, 790, 798, 886, 921, 949, 965, 968, 972*
СИДР *290, 921*
СИЛЬГУ ВОРМ *700*
СИЛЬГУД ПЕКИКАСТМЕС *699*
СИЛЬГУ КАРТУЛИСАЛАТ *698*
СИЛЬГУКАСТЕ (САЛАКОВЫЙ ИЛИ СЕЛЕДОЧНЫЙ СОУС) *698*
СИЛЬГУРУЛЛИД (СЕЛЬДЯНЫЕ РОЛИКИ) *698*
СИЛЬД КООРЕГА (СЕЛЬДЬ В СМЕТАНЕ) *698*
СИЛЬКУМАЙЗЕС *706*
СИРОП *921**
СИХМОН *645, 649, 650*
СКАБАПУТРА *707, 708*
СКАНДИНАВСКАЯ «УТРЕННЯЯ ЗАПРАВКА» *145*
СКАНЦЫ. *см.* СО*ЧЕНЬ*
СКАРАЧ *921*
СКИМБЯ. *см. ЧОРБА*
СКОРДОЛЯ *541, 548, 550, 909, 921*
СКРИЛЯЙ *26, 33, 724*
СКРОБ *551, 552*
- с брынзой *551*
- скроб с овощами *551*
СЛАДКИЙ РУССКИЙ ПИРОГ С ПАСТИЛОЙ *433, 899*
СЛАДОСТИ *27, 78, 79, 81–83, 85, 87, 89, 133, 134, 137, 194, 210, 294, 322, 353, 382, 408–410, 432, 453, 492, 514, 580, 582, 602, 603, 606, 620, 622, 623, 630, 644, 646, 665–667, 675, 676, 680, 775, 779, 781, 784, 786, 808, 814, 819, 834, 835, 838, 856, 862, 865, 870, 871, 877, 890, 891, 899, 914, 918, 924, 944, 945*
СЛИВКИ *921**
СЛОЙКА *84, 85, 833, 896, 922, 926*
СМЕТАННАЯ ПОДЛИВКА *697, 903*
СМЕТАННЫЙ СУП *650*
СМОКВА *79, 80, 367, 433, 492, 541, 623, 790, 801, 836, 918, 922*
СНЕЖКИ (ЛУММИПАЛЛИД. СНЯГИЕЛИС. СНЕЕГАПИКАС) *288, 695, 705, 726, 805, 922, 923*
СНЕТОК *354, 358, 359, 412, 441, 453, 454, 479, 689, 693, 699, 923, 939*
СОДА *923**
СОЕВЫЙ СОУС *145, 174, 226, 227, 299, 332, 335, 336, 763, 770, 772, 779, 818, 932, 938*
СОЛЕНИЯ *42, 252, 259–261, 278, 398, 403, 428, 437, 441, 508, 550, 846, 889, 920, 923, 925, 937, 950*
СОЛЕНО-МАРИНОВАННЫЙ ЛУК *261*
СОЛЕНЫЕ АРБУЗЫ *335, 378, 509*
СОЛЕНЫЕ ЯДРА АБРИКОСОВ *666*
СОЛЕНЬЯ И ПРИПРАВЫ *664*
СОЛИЛЬНАЯ ДОСКА *923*
СОЛОД (МАЛЬТОЗА) *292, 497, 498, 632, 705, 795, 826, 844, 852, 875, 884, 885, 917, 923, 929, 973*
СОЛОДКА *786, 923, 938*
СОЛОДУХА *523, 533, 538, 796, 914*
СОЛОЖЕНИКИ *285, 288, 515–517, 859, 868, 892, 895, 923, 924, 943, 971*
- вишневый *517*
- полтавский *516*
- сметанный *517*
- яблочный *516*
СОЛОНИНА *173, 349, 354, 357, 364, 374, 435, 522, 634, 635, 692, 694, 697, 699, 712, 713, 716, 736, 924, 925, 964*
СОЛЬ *924**
СОЛЯНКИ *96, 106, 356, 362, 365, 367, 369, 381, 384, 401, 412, 417, 433, 437, 442, 458–460, 471, 664, 837, 841, 854, 858, 867, 894, 895, 920, 923–925, 929, 939*
- грибная *459*
- мясная *459*
- рыбная сборная *459*
СОРНАЯ ЕДА *925*
СОТЕ *358, 925*
СОТЕЙНИКИ *10, 32, 65, 67, 73, 76, 123, 124, 149, 167, 187, 188, 207, 236, 237, 418, 436, 448–450, 457, 464, 469, 471, 478, 494, 498, 512, 536, 546, 617, 667, 697, 740, 742, 753, 788, 789, 816, 852, 891, 913, 922, 923, 925, 951, 959, 967*
СОУС-МАРИНАД *549*
СОУСЫ *925**
- гаро *577*
- из мясного сока *236*
- мучной *236*
- кизиловый *575*
- простой ореховый *576*
- сацибели *577*
- сациви *576*
- соевый – *см.* СО*ЕВЫЙ* СОУС
- терновый *575*
- ткемали *575*
- тклапи *576*
- томатно-чесночный *576*
- фруктовый соус *238*
- холодный катычно-луковый с хреном *145*
- чесночно-уксусный *577*
СОУСЫ И ЗАПРАВКИ *549*
СОЧЕНЬ *27, 28, 181, 744, 855, 857, 888, 921, 926, 927, 947, 962*
СОЧНИ *922, 926*
СОЯ *15, 16, 45, 150, 167, 236, 279, 332–336, 387, 763, 900, 973*
СПАГЕТТИ *28, 29, 255, 335, 805, 809, 856, 862, 863, 927*
СПАРЖА *253, 257, 279, 350, 352, 353, 356, 358, 367, 376, 403, 404, 607, 791, 927*
СПАС *582, 590, 927*
ССЕК *173, 175, 491, 882, 927, 928, 944, 959*
СТАРИННЫЙ КАРЕЛЬСКИЙ КАНУННИК *741*
СТРАСБУРГСКИЙ ПИРОГ *928*
СТУДЕНЬ *139, 208, 231, 251, 358, 365, 429, 435, 461, 462, 547, 692, 694, 780, 811, 823, 827, 828, 830, 916, 928, 937, 948, 949, 954*
СТЫНКА *928*
СУБПРОДУКТЫ *217, 384, 396, 457, 461, 462, 547, 631, 692, 704, 733, 825, 858, 928, 971*
СУДЖУК *928*
СУЗЬМА *60, 93, 238, 262, 264, 618, 632, 633, 639, 640, 644, 645, 649, 663, 672, 674, 687, 754–756, 928, 948*
СУЛА *929*
СУЛОЙ *929*
СУЛУГУНИ ЖАРЕНЫЙ *578*
СУПЫ *929**
-лапша *21, 25–33, 46, 54, 73, 99, 102, 105, 107, 126, 148, 158, 193, 223, 227, 242, 243, 276, 300, 354, 356, 359, 360, 362, 365, 367, 377, 379, 380, 431, 439, 440, 442, 460, 461, 555, 579, 582, 589, 590, 611, 612, 615, 625, 627, 631–633, 636, 637, 642, 645, 650, 658, 659, 670–674, 676, 681, 682, 684, 707, 715, 735, 743, 746, 751, 752, 763, 765, 766, 771, 794, 797, 804, 809, 811, 821, 823, 828, 837, 838, 850, 851, 855, 856, 863, 873, 878, 881, 882, 896, 897, 901, 913, 917, 927, 930, 931, 935, 938, 939, 945, 947, 958, 968, 969*
- гусиный жемайтский *711, 714, 715*
- из головизны с клёцками *106*
- из дичи дзукский *714*

* По всей книге.

- «нежный овощной августовский» *103*
- перестроечный осенний *108*
- «суп бедного бедняка» *102*
- «суп трех принцев» *414, 415*

СУПОВЫЕ СМЕСИ *62, 102*
СУРЕТ-ЕТ *631, 633–635*
СУРОВЕЦ *929*
СУСЛО *292, 293, 498, 795, 872, 929, 945, 958*
СУТОЧНАЯ ПАСТА *491*
СУФЛЕ *175, 176, 283, 285, 288, 351, 362, 363, 368, 375–377, 382, 708, 824, 898, 929, 959, 971, 972*
СУХАРИ *62, 63, 67, 69, 73, 85, 166, 167, 218, 227, 228, 236, 250, 275, 287, 293, 406, 471, 472, 494, 495, 498, 506, 508, 517, 530, 538, 555, 594, 601, 625, 715, 717, 718, 720, 721, 726, 727, 786, 790, 797, 811, 815, 844, 857, 859–861, 891, 894, 898, 921, 929, 932, 943, 947, 957, 959*
«СУХИЕ ДУХИ» *821*
СУЧИТЬ *795, 906, 929*
СЫВОРОТКА *22, 26, 30, 91–93, 102, 112, 142, 244, 247, 249, 262, 263, 265, 481, 489, 497, 521, 523, 525, 526, 534, 537, 543, 544, 578, 583, 609, 617, 633, 639, 664, 684, 687, 688, 704, 705, 709, 750, 754, 755, 770, 782, 826, 881, 883, 892, 915, 928–930, 932, 953, 958, 970*
СЫКМАН *679, 687, 688*
СЫРБУШКА *102, 543, 929*
- по-городскому *102*

СЫРНИКИ *67, 71, 72, 93, 121, 204, 362, 380, 381, 439, 929–931*
СЫРОПЕНЯ *930*
СЫРЫ *930**
СЫРЫЕ ПАСТЫ *147, 489, 490*
СЭНДВИЧИ *930, 949*
СЮДЛУ-ПЛОВ (МОЛОЧНЫЙ) *613, 617*
СЮДЛУ-СЫЙЫГ *611*

- Т -

ТАБАНЬ (ТАБАНИ) *637, 641, 930*
ТАВРАНЧУК (ТАРАНЧУК, ТАГАНЧУК) *861, 930*
ТАДЖИКСКАЯ КУХНЯ *403, 643–646, 668–677, 679, 796, 949*
ТАЛКУНА ПРЯННИКАЙСЕТ (ТОЛОКОННИКИ – КАРЕЛЬСКОЕ ПЕЧЕНЬЕ) *744*
ТАЛЬК *623, 930, 931*
ТАПИОКА *917, 931*
ТАРАК *94, 262, 749, 754–756, 783, 884*
ТАРАТОР *931*
ТАРКОВАНКА *530, 931*
ТАРКОВАННАЯ МАССА *529–532, 931, 951*
ТАРКОВАННЫЕ БЛИНЫ *530, 931*
ТАРОНСКИЙ СУП *588*
ТАРТАЛЕТКИ *931*
ТАРТИНКА *931*
ТАРХАНА *582, 589, 931*
ТАРЫ-КОЖЕ *640*
ТВОРОГ *931**
ТВОРОЖНЫЕ ПАСТЫ *250, 489, 490, 824, 931*
ТЕЛЕМЕ *262, 265, 679, 687, 688*
ТЕЛЬНОЕ *120, 126, 127, 214, 274, 275, 291, 300, 358, 362, 364, 401, 428, 456, 469, 470, 487, 799, 822, 851, 932*
- жареное *126, 470*
- тяпаное *470*
- целиковое *469*

ТЕЛЯТИНА *116, 132, 176, 181, 182, 267, 351–354, 356–358, 362–367, 394, 398, 418, 432, 459, 462, 541, 543, 545, 547, 606, 608, 611, 612, 694, 717, 741, 805, 813, 823, 836, 843, 874, 875, 892, 896, 914, 915, 928, 941, 944, 948, 956, 959, 961, 973*
ТЕМПУРА *932*
ТЕСТО *19–34, 36, 38–40, 42, 43, 47, 49, 51, 54, 65–68, 71–74, 78, 79, 81, 82, 84–88, 102, 126, 134, 140, 151–154, 159, 172, 173, 181, 182, 185, 190–197, 203–205, 212, 218, 221–231, 239, 245, 247, 248, 270, 275, 281, 283, 288, 330, 349, 354, 358, 360, 366, 393, 397, 406, 407, 409, 412, 426, 430, 431, 436, 460, 467, 471, 472, 478–486, 488, 492–498, 500, 504, 505, 510–519, 529, 531–538, 540, 541, 544, 553–556, 559, 560, 562, 564, 578–580, 582, 583, 589, 591, 596, 602–605, 608, 612, 615, 617–619, 624–628, 630–632, 636, 637, 640–642, 644–646, 650, 657–663, 667, 671–675, 681, 684, 686–688, 692, 699, 705–710, 713–715, 717, 723–730, 735, 737–741, 744, 746, 749, 750, 752, 778, 780, 781, 783–787, 789–791, 793–796, 799, 800, 802–804, 807, 809–811, 815, 817, 818, 820–822, 824–826, 828, 830, 831, 834, 835, 838–841, 844–848, 850–856, 858–863, 866–868, 870–874, 876, 878, 880–885, 888–898, 900–904, 906–918, 920–924, 926, 927, 929–931, 933–936, 939, 940, 942–944, 946, 947, 951–962, 964–966, 969–972*
- для блинчиков-прокладок между слоями кулебяки *486*
- для кулебячных блинчиков *486, 852*
- дрожжевое тесто простое *662*
- дрожжевое тесто сдобное *662*
- медовое с пряностями – МЕДМО *134*
- микадно-вафельное *872*
- пресное простое *193, 660*
- пресное сдобное *500, 660, 662*
- слоеное *21, 78, 192, 193, 196, 230, 366, 436, 483, 485, 540, 541, 556, 602–604, 625, 803, 853, 881, 882, 885, 896, 897, 904, 913, 922, 923, 934, 935, 946, 969–971*

ТЕСТО ДЛЯ ПИРОГОВ *481, 482, 484, 485*
- безопарное на воде (для рыбных и овощных пирогов) *484*
- безопарное на молоке (для пирогов с кашей, яйцами, творогом) *484*
- безопарное с говяжьим салом (для пирогов с мясом) *484*
- дрожжевое слоеное (для несладких и сладких пирогов) *436, 485, 922*
- сметанное для пирогов с грибами и куриной *485*
- тесто опарное для пирогов-утопленников *484*

ТЕТЕРЕВ ИЛИ ТЕТЕРКА ЖАРЕНЫЕ *465*
ТЕТЕРКИ *186, 187, 366, 464, 465*
ТЕФТЕЛИ *126, 127, 178, 179, 204, 380, 384, 396, 470, 545, 546, 610, 707, 751, 858, 932, 933*
- мясные с мятой в чесночном соусе *126*

ТИБГЕН *750*
ТИГАДЕГЕНА *416, 417*
ТИЛУШКА (ЧЕРНИКА С ЧЕРНЫМ ХЛЕБОМ – КАРЕЛЬСКОЕ БЛЮДО) *744*
ТИМБАЛЫ *778, 933, 934*
ТИМЬЯН *129, 475, 770, 787, 790, 840, 876, 895, 953, 957*
ТКЕМАЛИ *235, 238, 244, 563–565, 575, 594, 682, 844, 873, 909, 933*
ТКЛАПИ *563–565, 573, 576, 874, 933, 945, 946, 955*
ТМИН *22, 110, 115, 131, 147, 249, 260, 348, 501, 511, 523, 525, 532, 536–538, 546, 596, 634, 691, 694, 696, 699, 705–709, 713, 714, 716, 719–724, 726, 729, 797, 812, 830, 831, 841, 842, 855, 939, 943*
ТМИННЫЕ СЫРКИ *709*
ТОЛМА (ТУЛМА) *429, 560, 583, 592–594, 600, 933*
ТОЛОКНО *50, 51, 285, 632, 667, 702, 743, 744, 799, 818, 840, 872, 912, 933*
ТОЛЧЁНКА *509*
ТОМЛЕНИЕ *121, 134, 159, 166, 176, 189, 202, 267, 279, 425, 469, 522, 529, 568, 743, 802, 809, 823, 860, 925, 930, 933, 934*
ТОПИНАМБУР *403, 934*
ТОРТЫ *78, 80, 81, 83–85, 87, 120, 203, 209, 210, 238, 239, 288, 357, 358, 400, 409, 725, 729, 776, 778, 784, 789, 790, 804, 811, 812, 824, 845, 850, 858–860, 863, 867, 870, 881, 883–885, 888–890, 892, 896, 904, 905, 907, 911, 918, 921, 923, 933–936, 942, 943, 951, 957, 959, 960, 970, 971*
ТОСТИК *631, 638*
ТРЕСКА *35, 65, 80, 130, 148, 182, 183, 275, 297, 299, 348, 380, 381, 402, 443, 453–455, 469, 608, 651, 668, 680, 693, 696, 707, 854, 867, 881, 903, 918, 935*
ТРЮФЕЛИ *350, 935*
ТУКМАЧИ *935*
ТУРНЕДО *935, 941*
ТУРОНЫ *936*
ТУТОВЫЙ БЕКМЕС *622*
ТУТТИ-ФРУТТИ *936*
ТУУРАГЕН ЭТ (БИШБАРМАК КИРГИЗСКИЙ) *632, 637*
ТУХЛИНОТТ *694, 700*
ТУШАНКА *527, 529, 530*
- грибная *530*
- мясо-грибная *527*
- простая *530*
- свиная (или баранья) *527*

ТУШЕНИЕ *46, 63, 66, 69, 99, 121, 129, 159, 166168, 173, 174, 176, 178, 179, 182, 202, 203, 208, 209, 216, 217, 222, 223, 230, 264, 279, 358, 433, 501, 507, 522, 527, 529, 541, 545–547, 569, 570, 584, 591, 598, 638, 684, 722, 751, 787, 806, 807, 809, 813, 814, 823, 825, 826, 828, 843, 853, 895, 896, 902, 905, 907, 908, 915, 925, 933–936, 938, 942, 948, 952, 953, 961, 965*
ТЫКВА *219, 259, 279, 356, 366, 377, 412, 416, 428, 501, 523, 525, 531, 582, 584, 598, 600, 601, 613, 615, 632, 644, 645, 650, 659, 660, 665, 666, 679, 681, 746, 764, 783, 796, 801, 812, 829, 833, 837, 860, 936, 940, 956*
- жареная *601*
- фаршированная *601*

ТЫКВЕННАЯ ЗАПЕКАНКА *601*
ТЫКВЕННО-ЧЕЧЕВИЧНАЯ КАША *600*
ТЫКВЕННЫЕ БЛЮДА *600*
ТЫКВЕННЫЙ КИЁМ *666*
ТЭТМЬЁЛЬК *263, 936*
ТЮРЯ *145, 292, 298, 359, 417, 437, 442, 443, 445, 798, 929, 937, 951*
- с луком *442, 443*

* По всей книге.

- с редькой *442, 443*
- с хреном *442, 443*
- томатная *443*

- У -

УЗВАР *42, 281, 409, 501, 518, 847, 869*
- из свежих фруктов и ягод *518*
- из сушеных фруктов *518*

УИПС *937*
УКРОП *937**
УКСУС *937**
УЛИТКИ *937, 938*
УРАМА *938*
УРС (ШАРИКИ ИЗ МАМАЛЫГИ) *553*
УРЮЧНЫЙ КИЁМ *665*
УСТРИЦЫ *266, 275, 348, 887, 890, 908, 938*
УСЯНМЯНЬ *938*
УТКА *37, 40, 139, 185, 357, 362, 365, 367, 379, 398, 408, 440, 441, 464, 465, 561, 593, 644, 683, 695, 714, 762–764, 766, 778, 829, 864, 892, 906, 938, 939, 953, 965, 972*
УТЯТИНА *794*
УХА *14, 96, 98, 129, 130, 134, 213, 243, 274, 275, 345, 348, 358, 359, 362–364, 366, 367, 380, 401, 412, 426, 429, 432, 437, 438, 442, 453–456, 481, 528, 529, 693, 734–735, 743, 783, 814, 822, 840, 850, 855, 861, 867, 874, 881, 883, 884, 914, 929, 939, 954, 964, 970, 972*
- вялая *456*
- карасевая *455*
- наливная *883*
- опеканная *455*
- пластовая *456*
- раковая *456*
- рядовая (из морской рыбы) *455*
- рядовая (из речной рыбы) *454*
- сборная *455*
- сладкая *456*

УШИЦА *736, 737, 800, 844*
УШКИ *794, 939, 940*

- Ф -

ФАЗАН *186, 372, 399, 464, 465, 606, 608, 644, 651, 678, 682, 762, 766, 779, 847, 905, 940, 941*
ФАЛЬШИВЫЙ ЗАЯЦ. *см. ЗАЯЦ*
ФАРШ *940**
- для душанбинского плова *670*
- для ходжентского плова *670*

ФАРШЕ-ЛИВЕРНЫЕ СМЕСИ *463, 486, 657, 749*
ФАРШИРОВАНИЕ *171, 180, 185, 190, 463, 582, 593, 602, 722, 734, 837, 940, 941*
ФАСОЛЬ *43, 45, 46, 108, 167, 243, 259, 279, 280, 357, 364, 376, 377, 402, 425, 441, 452, 501, 503, 504, 509, 513, 514, 540, 542–545, 549, 562–564, 571–574, 580, 583–585, 597–602, 607, 611, 612, 644, 645, 658, 668, 771, 792–794, 816, 860, 869, 882, 887, 903, 912, 941, 945, 957, 965*
- (или чечевица) отварная *549*
- взбитая с муждеем *549*

ФЕНУГРЕК *147, 297*
ФЕНХЕЛЬ *65, 402, 449, 454, 456, 469, 621, 681, 685, 686, 926, 941*
ФИЛЕ *941**
ФИНОЧЧИ *941*
ФЛАМБИРОВАТЬ *171, 219, 906, 941, 942*
ФЛАНЫ *942*
ФЛЯКИ *522, 858, 915, 942*
ФОНД *942*
ФОНДАН *942*
ФОНДЮ *348, 932, 942, 943*
ФОРЕЛЬ *349, 350, 365, 562, 584, 591, 592, 775, 943*
ФОРМЫ *943**
ФОРШМАК *348, 367, 752, 943*
ФРАППИРОВАТЬ *943*
ФРИ *943*
ФРИГЕРУЙ *943*
ФРИКАДЕЛЬКИ *73, 176, 177, 182, 214, 356, 359, 362, 364, 366, 367, 380, 381, 396, 461, 587, 588, 609, 610, 612, 819, 848, 856, 932, 943, 945*
ФРИКАНДО *944*
ФРИКАСЕ *882, 944*
ФРИТЮР *64, 66, 68, 124, 165, 180, 204, 230, 269, 270, 517, 641, 642, 659, 661, 767, 791, 804, 821, 841, 864, 866, 897, 904, 908, 912, 913, 915, 917, 932, 937, 943, 944, 946, 947, 950, 955, 959, 967*
ФРУКТОВЫЕ БАБКИ (ЯБЛОЧНАЯ И ВИШНЕВАЯ) *519*
ФРУКТОВЫЕ ГУЩИ (ПУУВИЛЬЯПАКС. АУГЛУМИЕЛИС) *728, 729*
ФРУКТОВЫЕ СУПЫ *104, 591, 914, 929, 953, 955*
ФУРШЕТ *799, 944*
ФЫДЧИН *944*
ФЮЗИ *944*
ФЮМЕ *925, 939, 944, 959*

- Х -

ХАЛВА *78, 79, 210, 409, 541, 580, 603, 606, 608, 646, 667, 675, 680, 746, 762, 779, 808, 814, 890, 896, 918, 944, 945*
ХАЛВАЙТАР *667*
ХАЛВОПОДОБНЫЕ СЛАДОСТИ *646, 667*
ХАЛИМ (ПШЕНИЦА С МЯСОМ) *655*
ХАЛТАМА *945*
ХАМРАШИ *611, 945*
ХАРУ *945*
ХАРЧО *345, 381, 382, 428, 561, 564, 565, 579, 919, 933, 945, 946*
ХАСИП *645, 656, 657, 946*
ХАУТАТУД КАЛА (ТУШЕНАЯ РЫБА) *699*
ХАУТАТУД РЯЙМЕД (ТУШЕНАЯ САЛАКА) *699*
ХАЧАПУРИ *578, 579, 867, 946*
ХАШ (ХАШИ) *560, 583, 588, 946*
ХВОРОСТ *68, 358, 376, 515, 641, 804, 938, 946, 947, 949*
- картофельный *947*

ХЕРНЕКАРТУЛИПУДЕР (ГОРОХОВО-КАРТОФЕЛЬНАЯ КАША) *702*
ХЕРНЕТАТРАПУДЕР (ГОРОХОВО-ГРЕЧИШНАЯ КАША) *702*
ХИМЭ *947*
ХИНКАЛ *26, 28, 32. 33, 243, 606, 608, 617–619, 711, 723, 724, 746, 881, 947*
ХЛЕБ *13, 15, 19–26, 29, 48, 49, 62, 63, 71–73, 77, 86, 93, 103, 106, 110, 116, 120, 126, 127, 145, 148, 150–154, 172, 178–181, 191, 217, 220, 221, 228, 244–252, 264, 278, 291, 293, 297, 298, 323, 325–329, 331, 333–336, 350, 355, 356, 359, 365, 367, 377, 378, 386, 393, 394, 396, 402, 405–408, 415, 417, 418, 420, 430, 431, 437, 438, 442, 443, 446, 448, 452, 454, 481, 492, 498, 500, 505, 521, 538, 540, 550, 552, 555, 561, 564, 579, 580, 583, 641, 646, 688, 692, 705–707, 715–717, 725, 726, 735, 737–739, 742–744, 746, 752–756, 765, 772, 780, 781, 783, 784, 786, 787, 789, 790, 793–797, 800, 807, 811, 814, 817–820, 823, 825–827, 830, 834, 838–844, 846, 847, 851, 854, 857–859, 863, 867, 868, 874, 875, 877, 881, 884, 886, 890, 891, 896, 897, 900, 901, 905, 906, 909, 910, 912, 913, 918, 921, 929–932, 937, 938, 943, 947, 949, 951–957, 960, 963–965*
ХЛЕБ КИТАЙСКИЙ ЛАО-БИН *153*
ХЛЕБНЫЕ СУПЫ *62, 63, 72, 91, 412, 420, 428, 689, 694, 705, 859, 897, 929, 947*
- коричневый *420*
- медовый *726*
- с яблоками *726*

«ХЛЕБ ТРЕХ МУК» *153*
ХЛОДНИК *363, 381, 868, 919, 947–949*
ХМЕЛИ-СУНЕЛИ *564, 565, 880, 945, 953*
ХОВКУЛ *948*
ХОЕГУШТ *948*
ХОЛОДЕЦ И ХОЛОДНОЕ *948*
ХОЛОДНИК (ХЛАДНИК) *104, 428, 523*
ХОЛОДНЫЙ СТОЛ *77, 138–141, 143, 145, 147, 149, 150, 251, 252, 339, 692, 704, 705, 787, 796, 798, 827, 900, 915, 919, 928, 944, 948, 949, 958, 963*
ХОТЧ-ПОТЧ *949*
ХРЕН *105, 106, 126, 130, 132, 143, 145–147, 166, 183, 233, 235, 237, 252, 258, 260, 276, 296, 300, 342, 349, 357–360, 362, 364, 365, 382, 396, 403, 404, 430, 442–446, 462, 469, 470, 550, 711, 716, 718, 734, 741, 742, 746, 748, 751, 753, 789, 796, 824, 828, 829, 844, 886, 893, 894, 909, 915, 924, 926, 928, 949, 959, 965, 971*
ХРОБУСТ *949*
ХРУСТИКИ *949*
ХРЧИК *590*
ХУАЦЗЕЯ *938, 949*
ХУРУНГА *292, 749, 750, 949*
ХУРУШ *675, 949*
ХУРЬМА *949*
ХУШАН *644, 671, 672, 950*
ХУШУР *950*
ХЯФТЯ-БЕДЖАР *620*

- Ц -

ЦАХАРАДЖИН *950*
ЦВЕТНАЯ КАПУСТА ПО-ДАТСКИ *147*
ЦВИКЛЕНЯ *950*
ЦЕДРА *51, 83, 85, 87, 88, 103, 130, 134, 135, 144, 146, 147, 236, 238, 239, 255, 276, 288, 294, 296, 298, 299, 331, 407, 446, 470, 474, 475, 477, 485, 487, 489–496, 515–519, 556, 557, 589, 597, 599, 603, 620, 622–627, 665, 675, 677, 708, 709, 713, 726, 727, 729, 770, 780, 786, 790, 796, 799, 812–814, 821, 827, 828, 845, 859, 862, 868, 873, 880, 890, 891, 895, 896, 898, 900, 906–908, 910, 911, 914, 920, 921, 924, 936, 937, 943, 947, 949–951, 957, 970, 971*
ЦЕДРАТ *868, 950, 951*

* По всей книге.

ЦЕМАРТ (МОРДОВСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ) *735, 740, 950*
ЦЕПЕЛИНАЙ *723, 950*
ЦИЗЕЛИРОВАТЬ *950*
ЦИКОРИЙ *253, 256, 376, 801, 950, 967*
ЦИМЕС *751–753, 951*
ЦИМЕС-КНЕЙДЛАХ *753*
ЦИТРОНАТ *851, 906, 907, 910, 934, 935, 942, 950, 951*
ЦИТРУСОВЫЕ *239, 495, 621, 814, 815, 818, 829, 847, 862, 874, 889, 900, 907, 937, 950, 951*
ЦИХТЫДЗЫККА *951*
ЦУКАТНАЯ ПАСТА *491*
ЦУКАТНО-ИЗЮМНАЯ ПАСТА *492*
ЦУКАТЫ *79, 80, 83–85, 210, 433, 489–492, 495–497, 624, 768, 808, 810, 813, 815, 816, 821, 829, 833, 844, 845, 851, 853, 860, 862, 865, 867, 888, 891, 894, 900, 906, 907, 910, 917, 918, 933, 935, 950, 951, 954, 960*
ЦУРА *951*
ЦЫБРИКИ *522, 531, 951*
ЦЫВЗЫ-ЦАХТОН, *см. ЧИВДЗОСА*
ЦЫПЛЕНОК *39, 40, 131, 221, 267, 350–353, 356, 357, 362–364, 367, 414, 415, 441, 541, 543, 546, 566, 567, 571, 595, 606, 608, 613, 616, 741, 766, 793, 836, 841, 853, 869, 870, 882, 925, 944, 952, 960, 972*
- жаренный с баклажанами в нутовой панировке *131*
- на гратаре *546*
ЦЫПЛЯТА ТАБАКА *571, 766, 952*
ЦЯ *751, 952*

- Ч -

ЧАБЕР *148, 238, 260, 286, 287, 402, 453, 457, 458, 475, 501, 562–564, 566, 569, 570, 573, 574, 589, 595, 597, 599, 602, 609, 616, 649, 654, 668, 669, 671–673, 785, 794, 797, 821, 829, 831, 852, 895, 905, 941, 943, 954*
ЧАБРЕЦ *129, 237, 286, 584, 593, 602, 612, 616, 844, 919, 953*
ЧАЙ *11, 12, 47, 75, 90, 91, 96, 101, 120, 133, 136, 142, 201, 207, 223, 224, 288–292, 301–322, 331, 332, 335, 339, 342, 348, 353–355, 362, 364–367, 374, 378, 380, 382, 384, 391, 408, 409, 426, 433, 439, 440, 481, 497, 559, 608, 609, 621, 630–632, 646, 667, 680, 742, 748, 749, 751, 752, 755, 761, 762, 764, 770, 772, 774–776, 780, 783, 787, 796, 797, 800, 803, 805, 807, 810, 813, 815, 817– 819, 824, 825, 831, 832, 835, 838, 839, 843, 844, 849, 856, 865, 869, 875, 880, 883, 884, 905, 918, 925, 931, 952, 955, 957, 963, 964, 966, 969, 971*
ЧАК-ЧАК *79, 641, 642, 952*
ЧАЛ *262, 291, 292, 400, 679, 687, 688, 884, 952*
ЧАЛОП *60, 412, 649, 650, 931, 953*
ЧАЛПАК *648, 662, 953*
ЧАМБОР *953*
ЧАМЧАРАК *953*
ЧАНАХ *297, 400, 562, 579, 956, 953*
ЧАНАХИ *204, 429, 560, 561, 568, 569, 608, 870, 929, 953*
ЧАПАДЫ *953*
ЧАТНИ *167, 953*
ЧАХОХБИЛИ *561, 569, 570, 858, 953*
- из курицы *570*
ЧЕКТЫРМЕ *681, 682, 953*
ЧЕКТЫРЬМЕ *953*
ЧЕЛЬПЕК *954*
ЧЕМКВА *578, 954*
ЧЕПАЛГАШ *954*
ЧЕРЕМША *12, 13, 259, 631, 633, 634, 636, 637, 734, 736, 746, 748, 749, 762, 763, 770–772, 876, 949, 954, 967, 970*
ЧЕРЕШНЯ *14, 294, 541, 553, 554, 644, 676, 728, 866, 954*
ЧЕРИНЯНЬ (КОМИ-ПЕРМЯЦКИЙ ПИРОГ) *738*
ЧЕРНУШКА *890*
ЧЕРНЫЕ ПРЯНИКИ *495*
ЧЕРНЫЙ СУП *420*
ЧЕСНОК *954**
ЧЕЧЕВИЦА *43, 45, 112, 167, 243, 342, 359, 376, 377, 402, 425, 453, 501, 540, 549, 583, 589, 590, 600, 601, 612, 831, 954*
ЧЕШУЯ *36, 39, 130, 182, 216, 218, 273–275, 401, 414, 427, 438, 469, 521, 529, 742, 752, 766, 779, 828, 842, 858, 873, 939, 954*
ЧИБРИКИ *955*
ЧИВОТ *264, 663, 664, 755, 955*
ЧИГИТ *955*
ЧИЛИ, *см. КАПСИКУМЫ*
ЧИПСЫ *955*
ЧИРАПУР *951, 955*
ЧИФИРЬ *955*
ЧИХИРТМА *565, 929, 955*
- из баранины *565*
ЧОГИ *429, 572, 955*
ЧОРБА *540–543, 921, 929, 955*
- деревенская *542*
- из петуха *543*
- из потрохов домашней птицы *543*
- с барашком *542*
- уваренная *543*
ЧУАНЬ-ЦЗЯО *955*
ЧУДУ *746, 956*
ЧУКУР *738*
ЧУЛАМА *956*
ЧУМАР *956*
ЧУРЕК *246, 249, 393, 608, 688, 746, 956*
ЧУРЧХЕЛА *78, 580, 581, 808, 956, 958*
ЧУЧУ *607, 619, 956. 971*
ЧЫК (СОУС К КИРГИЗСКОМУ БИШБАРМАКУ) *632, 637*

- Ш -

ШАВЛЯ *412, 645, 650, 654, 655, 956*
ШАВЛЯ С УРЮКОМ *654*
ШАКАРОБ *669, 956*
ШАКЕР-БУРА *606, 624, 628, 957*
ШАКОЛЫ *957*
ШАЛОТ *403, 487, 589, 592, 771, 787, 788, 867, 904, 953*
ШАЛТАНОСЯЙ *724, 725*
ШАЛТОНОСЫ *901, 957*
ШАЛФЕЙ *147, 148, 297, 555*
ШАЛЬБАБОН *957*
ШАМПАНСКОЕ, *см. ИГРИСТЫЕ ВИНА*
ШАМПИНЬОНЫ *350, 351, 357, 367, 377, 382, 432, 875, 957, 963*
ШАНЬГИ *430, 957*
ШАРБИН *957*
ШАРЛОТ (ШАРЛОТКА) *350, 358, 362, 365, 367, 377, 705, 779, 918, 929, 943, 957, 971*
ШАРОЦ *603, 958*
ШАФРАН *294, 363, 418, 432, 453–456, 460, 469, 495, 496, 563, 565, 566, 569–575, 584, 603, 604, 607, 609–613, 615–618, 621, 624, 665, 666, 679, 681–686, 741, 785, 816, 827, 837, 859, 874, 945, 953–955, 958, 965, 970*
ШАШЛЫК *34, 37, 38, 128, 220, 285, 397, 402, 441, 559, 560, 568, 583, 596, 597, 607, 608, 612, 655, 656, 678, 680, 746, 782, 823, 824, 860, 881, 915, 919, 943, 958*
- по-карски (ближневосточный) *596, 507*
ШВЕДСКИЙ СТОЛ. *см. ХОЛОДНЫЙ СТОЛ*
ШЕМАЯ *252, 402, 433, 561, 958*
«ШЕРБЕТ» *958*
ШЕРБЕТ-СУУ *958*
ШЕРБЕТ *80, 291–294, 606–608, 613, 620–623, 646, 676, 677, 746, 779, 782, 958*
- из свежего барбариса *622*
ШЕЧАМАНДЫ *567, 958*
- с кизилом *567*
- с мацони *567*
ШЕШЛЯНЧ-ПЛОВ (ПЛОВ «ШЕСТИ ЦВЕТОВ» – ЯИЧНЫЙ) *613, 616, 824*
ШИМА *26, 428, 645, 671–674, 950, 958*
ШИР *958*
ШИРВАНИ-НАН *624*
ШИРИН-ПЛОВ (ФРУКТОВЫЙ) *617*
ШИРМОЛЬ (ИЛИ ШИРМОЙ) *674, 675, 949, 959*
ШИРТАН *959*
ШИФОНАД *959*
ШКИЛОНДЗЯ *959*
ШНЕЛЬКЛОПС *362, 959*
ШНИТТ-ЛУК *253, 257, 258*
ШНИЦЕЛЬ *175, 398, 441, 765, 842, 959*
ШОДО *959*
ШОКОЛАД *51, 53, 75, 76, 78, 79, 81, 87, 233, 238, 289–291, 331, 334, 357, 363, 365, 376, 392, 409, 410, 411, 474, 786, 790, 792, 803, 807, 811, 812, 816, 817, 819, 824, 850, 862, 865, 872, 875, 879, 884, 899, 904, 905, 907, 909, 911, 916, 923, 926, 930, 934–936, 947, 958–961, 966, 968*
ШОНГАРЯМ (МОРДОВСКАЯ ПШЕННАЯ КАША) *739*
ШОРБА *681, 682, 960*
- огурджалинская *681*
- туркменская *681*
ШОФРУА *351, 960*
ШПЕККУХЕНЫ *709*
ШПИГ *789, 847, 960*
ШПИГОВАНИЕ *38, 173, 185–187, 212, 268, 350, 358, 465, 467, 500, 706, 716, 787, 860, 895, 916, 940, 944, 960, 961*
ШПИНАТ *253, 256, 279, 281, 287, 352, 358, 366, 376, 377, 381, 562, 571, 572, 609, 612, 619, 659, 679, 760, 771, 793, 812, 829, 868, 880, 913, 914, 930, 943, 956, 959, 960, 962, 963, 968*
ШПИРКА *960*
ШПОТ *605, 960*
ШПРИЦ КОНДИТЕРСКИЙ *848, 870, 884, 935, 960, 966*
ШПУНДРА *506, 960*
ШТРИЗЕЛЬ *960*

* По всей книге.

ШТРОЙЗЕЛЬ *961*
ШТРУДЕЛЬ *916, 961*
ШТУФАТ *961*
ШУЖУК *631, 632, 634–636, 961, 962*
ШУЛИКИ *515, 516, 962*
ШУЛПА *962*
ШУРВА *746, 955, 962*
ШУРПА *60, 630, 644, 645, 647, 681, 746, 837, 919, 955, 960, 962, 973*
- баранья *647*
ШУРЬБА *735, 955, 962, 973*
ШЮМИФЬЕ *962*
ШЮПИНИС *719, 962, 965*
ШЮРПЕ *962*

- Щ -

ЩАВЕЛЬ *13, 103, 253, 256, 259, 279, 357, 358, 362, 367, 376, 380, 418, 445–447, 451, 482, 488, 523, 609, 659, 679, 682, 734, 736, 743, 782, 812, 854, 856, 868, 947, 956, 959, 960, 962–964*
ЩЕПОЕД *963*
ЩЕПОТКА (ЩЕПОТЬ) *20, 65, 87, 107, 116, 130, 134, 144, 147, 148, 152, 171, 194, 236, 260, 294, 296, 297, 299, 418, 420, 470, 495, 513, 517, 530, 544, 547, 566, 599, 604, 615–617, 624, 642, 666, 677, 683, 685, 686, 772, 803, 815–817, 850, 891, 904, 906, 907, 914, 923, 936, 954, 963, 966*
ЩИ *963**
- богатые (полные) *448*
- грибные из свежей капусты с лапшой *105*
- зеленые *451*
- кислые из свежей капусты *450*
- крапивные *451*
- ленивые (или рахманные) *450*
- постные *449*
- простые мясные *449*
- репяные *451*
- рыбные гостевые *104*
- сборные *449*
- серые (рассадные) *450*
- суточные *450*
ЩИПАНАА *964*
ЩУКА *130, 273, 299, 353, 359, 360, 456, 469, 470, 520, 529, 689, 693, 706, 711, 720, 721, 751–753, 851, 855, 877, 930, 932, 939, 940, 954, 964, 965, 971*
- в сметане *470*
- фаршированная *752*
ЩУЛЕП *965*
ЩУПИНЯ *965*

- Ы -

ЫШТЫКМА *398, 679, 683, 906, 938, 965*

- Э -

ЭЗГЕЙ *965*
ЭКЛЕР *194, 904, 965, 966*
ЭКОНОМИЧЕСКИЕ *966*
ЭКСТРАКТЫ *565, 682–684, 779, 782, 823, 863, 896, 912, 931, 966, 969, 971*
ЭЛАРДЖИ *578, 966*
ЭЛИКСИР *886, 967*
ЭМАЛИРОВАННАЯ ПОСУДА *23, 44, 47, 52, 54–57, 63, 64, 99, 124, 134, 137, 145, 148, 149, 152, 185, 204, 207–209, 212, 263, 293, 294, 297, 298, 299, 308, 309, 425, 443, 446, 448, 449, 453, 459, 464, 470, 477, 478, 493, 494, 510, 514, 519, 548, 550, 565, 567, 568, 572, 573, 575–577, 579, 596, 597, 610, 614, 621, 622, 639, 642, 651, 656, 660, 662, 664, 676, 681, 682, 684, 716, 728, 742, 755, 772, 784, 813, 816, 843, 894, 906, 909, 915, 917, 946, 961, 963, 967, 969*
ЭМАТАЛИРОВАННАЯ ПОСУДА *204, 236, 967*
ЭММЕНТАЛЬ *905, 930, 942, 967*
ЭМЯНСЕ *967*
ЭНДИВИЙ *253, 256, 367, 376, 403, 779, 967, 968*
ЭПИГРАММЫ *967, 973*
ЭРЕЭЛЖЕ *967*
ЭСКАЛОП *381, 396, 436, 441, 870, 967, 968*
ЭСКАРГОТНЫЙ ПИНЦЕТ *968*
ЭСКАРГОТЬЕРКА *937, 968*
ЭСКАРИОЛЬ *968*
ЭССЕНЦИИ *134, 214, 293, 477, 664, 667, 779, 803, 807, 847, 857. 859, 876, 879, 885, 889, 896, 900, 906, 919, 921, 936, 937, 945, 968, 971, 973*
ЭСТРАГОН *59, 144, 238, 260, 299, 443, 445, 454–458, 541, 542, 550, 561–564, 567, 569–571, 574, 577, 584, 587, 588, 590–592, 595, 607, 608, 610–613, 616, 618–620, 785, 787, 797, 814, 821, 877, 892, 901, 904, 937, 953, 968*
ЭТИКЕТКИ *292, 779, 832, 847, 848, 861, 968*
ЭТЛИ-УНАШ (МЯСО С УРЮЧНОЙ ЛАПШОЙ) *679, 684, 968, 969*
ЭЧПОЧМАК *969*

- Ю -

ЮА *969*
ЮАСА *969*
ЮГАТЕРТ *969*
ЮКОЛА *844, 869*
ЮНАНЬСКИЙ ГОРШОК *969*
ЮПКА *660, 661, 970*
ЮРАГА *970*
ЮРАЖНАЯ КАША *970*
ЮРИ *970*
ЮРМА *741, 742,939, 970*
ЮХА *453, 970*
ЮЦ *526, 970*
- (стравник) с начинкой *526*
ЮШКА *521, 528, 970*
ЮШНИК *970*
ЮЮБА *970*

- Я -

ЯБЛОКИ *20, 35, 39, 59, 63, 73, 80, 88, 94, 103, 108, 120,128, 133–137, 141, 142, 144, 147, 185, 186, 230, 231, 235, 244, 255, 258, 259, 261, 268, 276, 281, 282, 288, 294, 296, 299, 331, 335, 345, 351, 354, 357–359, 362–368, 376–381, 383, 406, 408, 428, 441, 443, 444, 447, 450, 461, 465, 467, 482, 483, 488, 501, 503–505, 511–514, 516, 518, 519, 521, 527, 530, 531, 538, 541, 553–558, 579, 584–587, 593, 598–601, 605, 619, 620, 623, 647, 676, 691, 694, 705, 713, 714, 718, 719, 725, 726, 728, 729, 742, 752, 769, 778, 780, 782, 783, 786, 788, 794, 801, 810, 812, 814, 819, 820, 829, 836, 837, 841, 844, 845, 854, 860, 864–866, 869, 870, 877, 884, 888, 897, 899, 903, 904, 906, 907, 914, 917, 921–924, 932, 939, 940, 943, 947, 957, 961, 970, 971*
- в слоеном тесте *556*
- в тесте *728*
ЯБЛОЧНАЯ ГУЩА *729*
ЯБЛОЧНАЯ КАША *729*
ЯБЛОЧНОЕ ВАРЕНЬЕ ЗИМНЕЕ *135*
ЯБЛОЧНОЕ ПИРОЖНОЕ *728*
ЯБЛОЧНЫЙ КВАС *538*
ЯГОДНАЯ ПРИПРАВА К ДИЧИ *468*
ЯГОДНЫЙ ХОЛОДЕЦ *518, 519*
ЯГОДЫ *971**
ЯДРА МИНДАЛЯ ИЛИ УРЮКА С ИЗЮМОМ *667*
ЯДРА АБРИКОСОВ СОЛЕНЫЕ *666*
ЯДРИЦА *48, 104, 111, 325, 352, 451, 473, 475, 476, 719, 804, 815, 971*
ЯЗЫК *7, 11, 17, 21, 38, 67, 116, 119, 133, 187, 188, 219, 220, 232, 247, 290, 314, 322, 330, 357, 360, 382, 400, 404, 405, 410, 413, 414, 559, 560, 631, 643, 694, 707, 717, 725, 731, 736, 746–748, 762, 779–781, 783–785, 787, 788, 792, 795, 798–800, 802, 803, 807, 812–814, 816, 819, 821, 822, 825, 827, 841, 844, 846, 854, 855, 857, 862, 864, 867, 868, 877, 881, 882, 894, 897, 904, 917, 928, 941, 949, 957, 962, 971*
ЯИЧНАЯ ПАСТА *491*
ЯИЧНИЦА ГУЦУЛЬСКАЯ *508*
ЯИЧНЫЕ БЛЮДА *283–289, 351, 441, 508, 515, 705, 783, 952, 971, 972*
ЯИЧНЫЕ СЕЧЕНИКИ *508*
ЯЙЦА *972**
- в сметане *508*
ЯКИ-ТОРИ *972*
ЯМ *972*
ЯМС *762, 973*
ЯН-КЕН-ПОН *973*
ЯНТАЧНЫЙ КИЁМ *665*
ЯНЧМИШ *667, 973*
ЯНЮ-СИЕРИНЬШ *429, 709*
ЯПРАГИ *973*
ЯСТЫК *834, 835, 973*
ЯХНИЯ *973*
ЯЧМЕНЬ *583, 632, 689, 693, 703, 713, 734, 795, 840, 884, 903, 923, 973*
ЯЧНЕВАЯ КРУПА *457, 473, 474–477, 695, 701, 702, 707, 708, 710, 713, 720, 736–738, 851, 903, 909, 962, 973*

* По всей книге.

СОДЕРЖАНИЕ

ТАЙНЫ ХОРОШЕЙ КУХНИ 5

О ЧЕМ ЭТА КНИГА И ЗАЧЕМ ОНА? 6
Глава 1. СЕРЬЕЗНАЯ, ОБЪЯСНЯЮЩАЯ: КОМУ ОТКРЫТА ДВЕРЬ К ПОВАРСКОМУ РЕМЕСЛУ И ПОЧЕМУ ЭТО РЕМЕСЛО – СЛОЖНОЕ, ТРУДНОЕ ИСКУССТВО 9
Глава 2. АЗЫ, НО ДАЛЕКО ЕЩЕ НЕ АЗУ 18
Глава 3. ТЕСТО И ЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В РАЗНЫХ БЛЮДАХ 25
Глава 4. ШАГ НОМЕР ДВА. ЭТО ПРИМИТИВНОЕ И НЕРАЗГАДАННОЕ ЗАПЕКАНИЕ 34
Глава 5. ВАРКА И ВАРЕВО 42
Глава 6. ЖАРЕНОЕ И ТУШЕНОЕ: КОГДА, КАК И ПОЧЕМУ? 64
Глава 7. КОМБИНИРОВАНИЕ ОСНОВНЫХ КУЛИНАРНЫХ ПРОЦЕССОВ И КОМБИНИРОВАННЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ПРИЕМЫ 71
Глава 8. ЧУТЬ-ЧУТЬ О СЛАДОСТЯХ И КОНДИТЕРСКОМ ИСКУССТВЕ 79
Глава 9. ФОКУСЫ С МОЛОКОМ (НЕКОТОРЫЕ ПОЛЕЗНЫЕ СВЕДЕНИЯ О ПРИГОТОВЛЕНИИ РЕДКИХ КИСЛОМОЛОЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ) 90

МОЯ КУХНЯ 95

Глава 1. СУПЫ 96
Глава 2. КАШИ ПО-НОВОМУ 109
Глава 3. ВТОРЫЕ БЛЮДА 119
Глава 4. СЛАДКИЕ БЛЮДА 133
Глава 5. О ЗАКУСКАХ И ГАСТРОНОМИЧЕСКОМ СОСТАВЕ СОВРЕМЕННОГО ХОЛОДНОГО СТОЛА 138
Глава 6. ДОМАШНИЙ ХЛЕБ 150
Глава 7. О ТЕХНОЛОГИИ И ПИЩЕВЫХ МАТЕРИАЛАХ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В КУЛИНАРНОМ ПРОЦЕССЕ 155
Глава 8. МЕТОДЫ КУЛИНАРНОЙ ОБРАБОТКИ ВАЖНЕЙШИХ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ 173

ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ КУЛИНАРИЯ 199

Глава 1. КУХНЯ. ПРИГОТОВЛЕНИЕ 200
- Помещение и очаг 200
- Электрический очаг 201
- Кухонные утварь и инструменты 204
- Список необходимых кухонных принадлежностей 205
- Продукт и его первичная обработка 213
- Холодная обработка 215
- Тепловая обработка 218
- Обработка жидкими средами 222
- Пищевые покрытия 226
- Соусы 232
- Как солить, перчить, приправлять 240

Глава 2. СТОЛ. ПРОДУКТЫ. БЛЮДА 245
- Хлеб 245
- Холодный стол – закуски 251
- Салаты 253
- Соленья 259
- Молоко, с молоком, из молока 262
- Мясо и мясные блюда 266
- Рыба и рыбные блюда 272
- Овощи, фрукты и блюда из них 278
- Яичные блюда 283
- Кисели 289
- Напитки 290

РЕЦЕПТЫ БЛЮД С ПРЯНОСТЯМИ (из приложения к книге «Все о пряностях») 296

ИЗБРАННЫЕ ГЛАВЫ ИЗ КНИГИ «ЧАЙ» ... 302
Глава 8. ЗАВАРИВАНИЕ ... 302
Глава 9. ОСНОВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА ЧАЯ ... 316
Глава 10. ТЕСТИРОВАНИЕ ЧАЯ ... 321

ВТОРОЙ ХЛЕБ РАЗНЫХ НАЦИЙ ... 323

Глава 1. ТЯЖЕЛАЯ СУДЬБА РУССКОЙ ГРЕЧИХИ ... 324
Глава 2. РИС ... 330
Глава 3. СОЯ ... 332

МОЁ МЕНЮ ... 337

ВВЕДЕНИЕ ... 338
Глава 1. ОТ ЧЕГО ЗАВИСИТ ВЫБОР И ПОСТРОЕНИЕ МЕНЮ ... 342
Глава 2. ИЗМЕНЕНИЯ В МЕНЮ ПОВСЕДНЕВНОГО И ПРАЗДНИЧНОГО СТОЛА В РОССИИ НА ПРОТЯЖЕНИИ ДВУХ ПОСЛЕДНИХ ВЕКОВ ... 347
Глава 3. ЧЕМУ УЧИТ ИСТОРИЯ КУЛИНАРИИ И, В ЧАСТНОСТИ, ИСТОРИЯ МЕНЮ? ... 385
Глава 4. МОЙ ЛИЧНЫЙ ВЫБОР МЕНЮ – КАКИМИ КРИТЕРИЯМИ РУКОВОДСТВУЮСЬ ... 390
Глава 5. О СОСТАВЕ БЛЮД МОЕГО МЕНЮ И КОЕ-ЧТО ОБ ЭКЗОТИЧЕСКИХ БЛЮДАХ ... 411
ПОСЛЕСЛОВИЕ ... 422

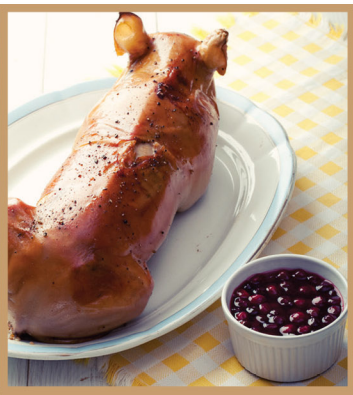
НАЦИОНАЛЬНЫЕ КУХНИ НАШИХ НАРОДОВ ... 423

Глава 1. КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РЕЦЕПТАМИ ... 424
Глава 2. ПОЛЕЗНЫЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ СОВЕТЫ ДОМАШНИМ КУЛИНАРАМ ... 426
Глава 3. РУССКАЯ И СОВЕТСКАЯ КУХНИ ... 430
Глава 4. УКРАИНСКАЯ КУХНЯ ... 499
Глава 5. БЕЛОРУССКАЯ КУХНЯ ... 520
Глава 6. МОЛДАВСКАЯ КУХНЯ ... 540
Глава 7. ЗАКАВКАЗСКИЕ КУХНИ ... 559
Глава 8. ГРУЗИНСКАЯ КУХНЯ ... 561
Глава 9. АРМЯНСКАЯ КУХНЯ ... 582
Глава 10. АЗЕРБАЙДЖАНСКАЯ КУХНЯ ... 606
Глава 11. КАЗАХСКАЯ И КИРГИЗСКАЯ КУХНИ ... 629
Глава 12. СРЕДНЕАЗИАТСКИЕ КУХНИ ... 643
Глава 13. УЗБЕКСКАЯ КУХНЯ ... 647
Глава 14. ТАДЖИКСКАЯ КУХНЯ ... 668
Глава 15. ТУРКМЕНСКАЯ КУХНЯ ... 678
Глава 16. ПРИБАЛТИЙСКИЕ КУХНИ ... 689
Глава 17. ЭСТОНСКАЯ КУХНЯ ... 691
Глава 18. ЛАТЫШСКАЯ КУХНЯ ... 704
Глава 19. ЛИТОВСКАЯ КУХНЯ ... 711
Глава 20. КУХНЯ ФИННО-УГОРСКИХ НАРОДОВ РОССИИ ... 731
Глава 21. ОБЩИЕ ЧЕРТЫ КУХНИ ТЮРКОЯЗЫЧНЫХ НАРОДОВ РОССИИ ... 745
Глава 22. ЗАПОЛЯРНАЯ, МОНГОЛЬСКАЯ, ЕВРЕЙСКАЯ КУХНИ ... 747
Глава 23. ОСНОВНЫЕ МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ, ОБЩИЕ ДЛЯ НАРОДОВ СРЕДНЕЙ АЗИИ, КАЗАХСТАНА, ЗАКАВКАЗЬЯ, БАШКИРИИ, ТАТАРИИ, БУРЯТИИ, КАЛМЫКИИ, ТУВЫ ... 754

О НАЦИОНАЛЬНЫХ И РЕГИОНАЛЬНЫХ КУХНЯХ И БЛЮДАХ ... 758
Основные особенности китайской кухни. Специфика ее методов и приемов ... 758
Шотландская кухня и кулинарные обычаи шотландцев ... 773

КУЛИНАРНЫЙ СЛОВАРЬ ... 777

ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ ... 974









«Цель кулинарного производства или творчества в том и состоит, чтобы принести максимальное удовлетворение человеку. И чем меньше он при этом будет испытывать неудобств и помех, тем это удовлетворение будет полноценнее. А оценка качества пищи и уважение к повару, ее сделавшему, будут подсказаны вкусом этой пищи, а не тем временем, за которое ее сделали. Вот почему независимо от того, готовим ли мы для себя или для других, мы никогда не должны жалеть потраченного на это времени. Был бы результат хорошим! А остальное не так уж важно».

В.В. Похлебкин

ISBN 978-5-699-50155-7






хлеб*соль
КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ
breadsalt.publisher