

Путь к сердцу
каждого блюда —

СПЕЦИИ

книга 2

ИЛЬЯ
ЛАЗЕРСОН



Хотел было написать, что вы **держите в руках вторую книгу про специи**, но вы, все же, держите в руках свой смартфон или смотрите на экран компьютера. Эта книга электронная и она не будет напечатана на бумаге, хотя, вы можете это сделать сами.

Давайте я вкратце расскажу вам, как это принято в многосерийном кино, о содержании «предыдущей серии».



В преамбуле к первой части содержатся **полезные сведения** о том, что лучше — молотые или целые специи; какие общие принципы хранения специй; в какой среде специи работают лучше (вода, жир, соленая среда, спиртовая среда, кислая среда); на каком этапе приготовления уместно вносить их в блюдо.

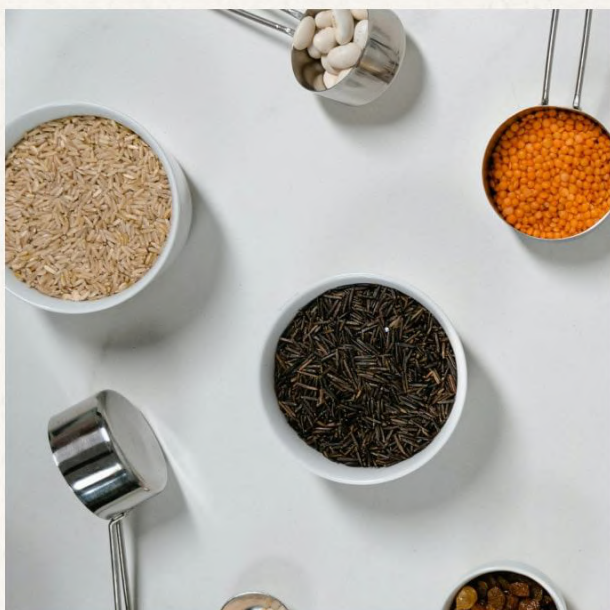
Первая часть была посвящена специям, которые, по моему глубокому убеждению, **должны быть на каждой кухне**.

Я рассмотрел не только несколько видов перца и лавровый лист, но и мускатный орех, гвоздику, кориандр, куркуму, корицу, розмарин и тимьян.

По отзывам пользователей первой части, материал помог осмысленно отнестись к специям. Этому способствовала ненавязчивая теория и насыщенная практическая часть.



Все эти сведения абсолютно **верны и для этой части**.



А теперь про особенности этой, второй части. В ней рассматриваются специи, расширяющие вкусовую палитру блюд.

Эти специи не то, чтобы для продвинутых пользователей, они для тех, кто не просто любит готовить, а очень любит готовить.

Кстати, деление специй на основные и далее — весьма условно, кто-то может считать иначе, здесь важно понимать, что я одинаково тщательно описываю специи и в первой части, и во второй, также будет и в третьей.

А теперь внимание:
важная информация!

В первой части приводятся некоторые специи, которые, в отличие от других, не являются ни семенами, ни плодами, ни корнями. Они являются *листьями* — свежими или сухими. Их было две: *тимьян и розмарин*.

Точности ради, следует заметить, что свежие листики называют *пряной зеленью*.

Это потому, что свежий тимьян и свежий розмарин нетрудно купить в нашей стране. Во второй (этой) части я рассматриваю из этой категории душицу (орегано), эстрагон, майоран и шалфей.

Эти «травки» в свежем виде крайне редко встречаются на нашем рынке, поэтому в соответствующих разделах рассматриваются только сухие версии и в начале каждого из этих раздела есть соответствующая ремарка.



В целом же, если концептуально рассмотреть применение пряной зелени или высушенной, то высушенную зелень уместно закладывать во время приготовления ближе к концу теплового процесса, а свежую — чуть ранее.

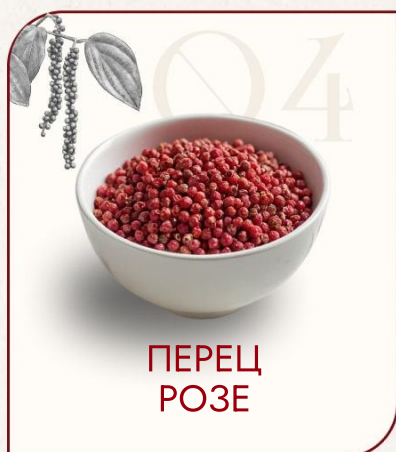
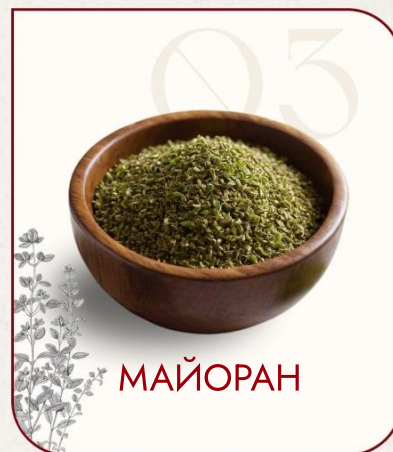
Уверен, что эта часть гайда будет вам полезна.

Жду вас в общем чате, там я традиционно поддерживаю вас добрым словом и отвечаю на вопросы.

ДО
ВСТРЕЧИ!



I_LAZERSON



01 ДУШИЦА (ОРЕГАНО)

ORÍGANUM VULGÁRE



ИСТОРИЯ СПЕЦИИ

В этом разделе мы будем рассматривать высушенную зелень душицы, как и в некоторых других разделах этого гайда. Конечно, свежую зелень тоже можно отнести к специям, но это, все же — пряная зелень.

Душица — представитель семейства Губоцветных. Это название было дано из-за того, что цветок растений этой группы похож на раскрытый зев или пасть с двумя губами, направленными вверх и вниз.

К этому у относятся также лаванда, базилик, мята, розмарин, чабер, шалфей, майоран, мелисса, тимьян. Очевидно, что у этих растений есть общие черты: у них жесткие стебли; они быстро заполняют территорию, распространяясь корнями и стеблями; чем жарче климат, тем меньше площадь листьев.

Душица хорошо известна ещё со времен Гиппократ. В Греции душицу называют *rigani* (ригани) и используют с доисторических времен. Считалось, что ее сладковатый, пряный аромат создан богиней Афродитой как символ счастья. И само название «Oregano» происходит из античной Греции и образовано от двух греческих слов — *oros* — гора, *ganos* — радость, т. е. «радость гор».



Северную часть Европы душица освоила вместе с римскими легионами. Ещё позже о душице узнал весь мир и она занимает одно из ведущих мест в ряду специй.

Душица хорошо растет в нашей стране, при этом, например, от греческой, отличается очень сильно, потому что чем южнее разновидность душицы, тем сильнее ее аромат из-за более высокого содержания эфирного масла.

Стоит сказать, что все многообразие типов душицы имеет одинаковое торговое название «oregano».

КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ



Наибольшее содержание ароматных веществ накапливается в душице ко времени начала цветения в цветках и листьях.

В сухом жарком климате во время цветения листья грубеют и становятся горькими.

ТЕХНОЛОГИЯ ПОЛУЧЕНИЯ СПЕЦИИ

Ветки и/или цветки срезают перед цветением. Затем их сушат и отделяют грубые стебли.

Сухую душицу надо хранить в плотно закрытой посуде, в темном месте и использовать в течение 2 месяцев.

Душицу уместно привезти из Греции или Болгарии.

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ

ПРИМЕНЕНИЕ

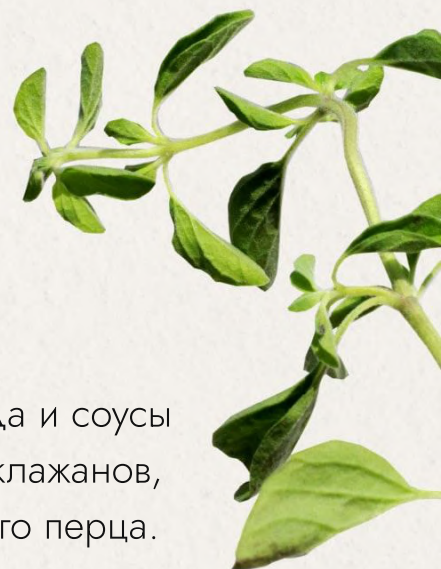
Добавляют в блюда и соусы из помидоров, баклажанов, кабачков и сладкого перца.

Душицу широко используют в ликероводочном производстве и даже заваривают как чай, смешивая, например, с листьями зверобоя и сушёными плодами шиповника.

Хотя душица хорошо известна практически во всех европейских странах, ее основными потребители — жители Средиземноморья.

Греки, именующие душицу «ригани», используют ее как непременный компонент традиционных рагу и жаренной на углях ягнятины и свинины.

Часто применяют травку испанские и французские повара, однако главными ценителями душицы всегда были и остаются итальянцы. Вместе с базиликом она — ключевой элемент разнообразных итальянских томатных соусов для пицц, за что немцы дали ей еще одно название «травка для пиццы» (Pizzakraut).



В России издавна добавляли душицу в квас, а вместе с хмелем — в домашнее пиво. Душица сообщала напиткам свой аромат и пикантный вкус, и они лучше хранились. Большую роль в этом играл тимол, содержащийся в этом типе душицы в бóльших количествах, чем, скажем в турецкой или греческой, и предохранявший напитки от закисания. Мешочек с травой душицы опускали в квас или пиво на 10–12 часов, а потом вынимали.

Использовали душицу при засолке и мариновании огурцов, помидоров, грибов. Душицей окуривали молочные горшки, чтобы молоко в них дольше не скисало, обвязывали плодовые деревья, чтобы на них не заползали муравьи, клали душицу в платяные шкафы для защиты одежды от моли.

К сожалению, сейчас в России почти совсем не применяют душицу как пряность

В Центральной Европе издавна листьями этой травы обогащали вкус вареного мяса и домашних колбас.

Душица, растертая и смешанная с чесноком, солью, и оливковым маслом — отличный маринад для свинины, говядины, или приправа для жареного картофеля. Букетик из розмарина и душицы в сочетании с лимоном или нарезанными яблоками подойдет для фарширования утки или курицы.

Из свежей душицы вместе с другими травами — мятой, эстрагоном и базиликом получится отличная травяная корочка для свиных отбивных, рыбного филе или куриных грудок.



СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Анис

Розмарин

Чеснок

Базилик

Тимьян

Шалфей

Прованские травы

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Артишоки

Все виды капусты

Свинина

Баклажаны

Курица

Сладкий перец

Баранина

Помидоры

Яйца

Бобовые

Рыба

ИДЕИ

Приготовьте салат Капрезе и посыпьте его сухой душицей вместо листьев зеленого базилика.

Салатная заправка: оливковое масло, чеснок, винный уксус, душица.

Добавьте сухую душицу, соль и толченый чеснок в размягченное сливочное масло, поместите в холодильник и употребляйте, намазав на теплый хлеб или уложив на горячий стейк для получения масляного соуса.

Разотрите сахар (или пудру) с сухой душицей и посыпьте горячие шоколадные маффины, которые только что вынули из духовки.

Добавьте в горячие сливки для панна коты немного сухой душицы.

Добавьте душицу к сухой чайной заварке и заварите чай. Такой чай хорош с медом и лимоном.

Добавьте душицу, чеснок и лимонную цедру к сливочному сыру. Получится отличный спред.



РЕЦЕПТЫ

ФАСОЛЬ С ДУШИЦЕЙ

Фасоль белая	400 г
консервированная	(без жидкости)
Оливковое масло	1 ст. ложка
Лук-порей	50 г
Лук репчатый	½ шт
Чеснок	3 зубч
Морковь средняя	½ шт
Сладкий красный перец	½ шт
Сельдерей	1 стебель
Протертые помидоры (пассата)	250 г
Вода	100 мл
Душица	1 ч. ложка
Сахар коричневый	1 ч. ложка
Уксус бальзамический	½ ст. ложки

- 1 Мелко нарезать репчатый лук, лук-порей, морковь, сладкий перец, сельдерей. Чеснок нарубить.
- 2 Слегка обжарить все это на оливковом масле в глубоком сотейнике.
- 3 Добавить воду, пассату, фасоль, душицу, сахар и уксус. Тушить при слабом нагреве 20 минут под крышкой.
- 4 При необходимости, тушить еще некоторое время без крышки для большего загустения.

ЧИМИЧУРРИ

Кинза шинкованная	1 стакан (плотно утрамбованная)
Петрушка шинкованная	½ стакана (плотно утрамбованная)
Душица сухая	2 ч. ложки
Чеснок	3 зубч
Зеленый жгучий перец	по вкусу
Оливковое масло	до ⅔ стакана
Лимонный сок	до 2-х ст. ложек
Сахар	1 ч. ложка

- 1 Чеснок нарубить. Жгучий перец обжечь горелкой (или запечь под грилем), очистить, нарубить.
- 2 Все сложить в процессор, обработать до гладкой консистенции или грубее.
- 3 Стейки обжарить до нужной степени готовности, посыпать солью и перцем, подать с соусом.

МУСАКА

4 порции

Баклажаны 2 шт
Картофель 3 шт
Тертый пармезан 50 г
Растительное масло для жарки

Для мясного соуса:

Фарш из говядины 500 г
или баранины, или смесь
Лук 2 шт
Чеснок измельченный 2 ч. ложки
Томатная паста 1 ст. ложка
Черный перец ¼ ч. ложки
Корица ⅓ ч. ложки
Душица 1 ч. ложка
Сухая мята ¼ ч. ложки

Для соуса бешамель:

Масло сливочное 2 ст. ложки
Мука 2 ст. ложки
Молоко 500 мл
Тертый мускатный орех ¼ ч. ложки

- 1 Баклажаны нарезать вдоль ломтями. Картофель очистить и также нарезать вдоль.
- 2 И то, и другое обжарить, посыпая солью и перцем. Выложить на бумажную салфетку для удаления излишков жира.
- 3 Обжарить мясной фарш, затем добавить шинкованный лук и измельченный чеснок. Все жарить минут пять, затем приправить солью, душицей, мятой и корицей.
- 4 Добавить томатную пасту и тушить 30 минут.
- 5 Приготовить бешамель: растопить сливочное масло, добавить муку, тщательно перемешать и прогреть несколько минут. Добавить холодное молоко, соль, мускатный орех. Варить при помешивании до загустения.
- 6 Разогреть духовку до 180 °С.
- 7 Дно формы смазать бешамелем, поверх уложить слой картофеля, покрыть бешамелем, затем — слой баклажанов. Баклажаны покрыть бешамелем, выложить ½ мясного соуса, посыпать сыром и смазать бешамелем. Затем опять баклажаны, бешамель, фарш, сыр, бешамель. Самый верхний слой — это баклажаны, затем бешамель.
- 8 Всю эту конструкцию запекать до золотисто-коричневой корочки при 170 °С.

ХОЛОДНЫЙ СОУС К ЖАРЕННОЙ РЫБЕ

Оливковое масло 60 мл

Лимонный сок 30 мл

Сухая душица 2 ч. ложки

Чеснок растертый 1 зубч

Молотый черный перец по вкусу

1 Все компоненты смешать и взбить до состояния эмульсии.

2 Горячую жареную рыбу полить соусом.

ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Рулет с тунцом



Баранина со свекольными оладьями



Пастificio



Версия греческого салата



Мексиканский острый салат



Чили кон карне

ЗИРА (КУМИН)

CUMINUM CYMINUM



ИСТОРИЯ СПЕЦИИ

Кумин — мелкие плоды (обычно называемые семенами) растения вида *Cuminum cyminum* семейства Зонтичных, родиной которого ученые считают Египет, Восточное Средиземноморье и Северную Африку.

Древним грекам кумин был хорошо знаком и считался лучшей из приправ, а также лекарственным растением, о чем упоминается в работах Гиппократ и Диоскорида.

Широко использовался он и в Римской империи — Плиний писал, что молотые семена кумина в медицинских целях римляне ели с хлебом, вином и водой.



Обжаренные семена кумина якобы придавали аристократическую бледность, что подтверждает выражение Горация: «*Ex sanguе cuminum*» (кумин, вызывающий бледность).

Плиний рассказывает, что последователи прославленного Порция Латрона, оратора времен императора Августа, горстями ели кумин, стремясь придать своему лицу необходимую степень бледности — свидетельства принадлежности к избранному кругу его учеников.

У греков кумин символизировал скупость, и про скупердяев говорили, что они «объедаются кумином». Эту символику не забыли и римляне — Марк Аврелий, отличавшийся, по свидетельству современников, особой «бережливостью», носил прозвище «Кумин».

КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ



Кумин — это плоды длиной 5–6 мм и шириной 1,5 мм. Цвет от серо-зеленого через светло-коричневый до черного.

На последнем стоит остановиться подробнее.

Черный кумин — плод родственного обычному кумину растения, встречающегося в диком виде в Иране и Кашмире (регион Северной Индии). Его можно найти только в специализированных магазинах экзотических азиатских продуктов, так как эта специя не слишком известна за пределами Северной Индии, Ирана и Пакистана.

По сравнению с белым, плоды черного кумина мельче, более горького вкуса, с довольно землистым и тяжелым ароматом, исчезающим только после тепловой обработки.

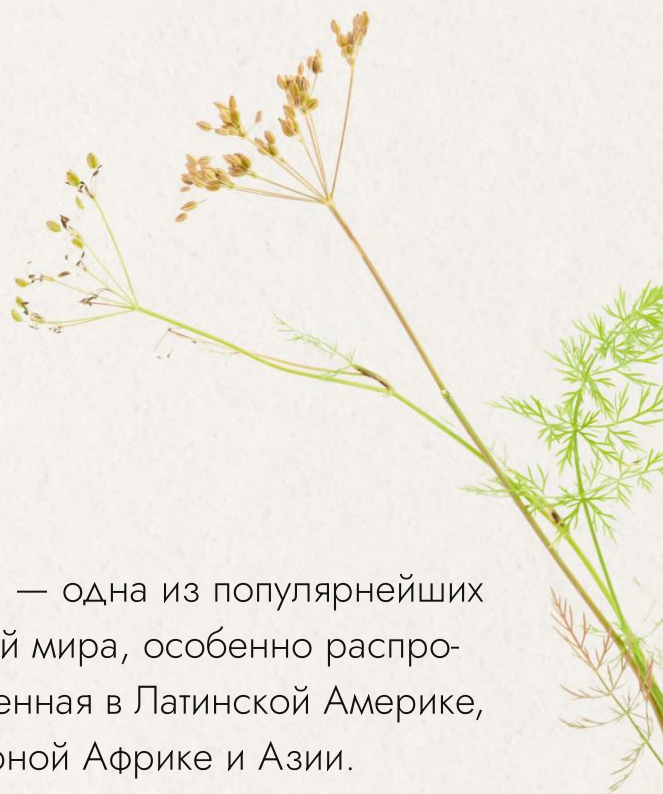
ТЕХНОЛОГИЯ ПОЛУЧЕНИЯ СПЕЦИИ

Для оценки аромата (когда есть такая возможность при покупке) уместно растереть несколько плодов между большим и указательным пальцами и понюхать их. Качественный кумин должен иметь **сильный, свежий запах.**

Плоды должны быть целыми, без гнили и плесени. Если уж покупать молотый, то **в герметичной таре.**

Плоды находятся в зонтиках, их сушат на солнце и обрушиванием отделяют плоды и примеси.

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ



ПРИМЕНЕНИЕ

Кумин — одна из популярнейших специй мира, особенно распространенная в Латинской Америке, Северной Африке и Азии.

Мексиканцы, большие любители *comino* (так здесь именуют кумин), добавляют порошок из его молотых семян вместе с перцем чили в различные маринады, соусы и приправы, а также в знаменитое «чили кон карне» (*chile con carne*).

В Марокко и Алжире кумин добавляют в фарш для брошетов, в соусы для кускуса и в томленные блюда, приготовленные в тажине. Его добавляют в сырные начинки, ореховые и начинки из зелени. Целыми плодами посыпают хлеб и лепешки, добавляют при мариновании овощей.

На Среднем Востоке кумин добавляют в блюда из рыбы, ягненка, курицы и овощей (особенно баклажанов).

Кумин включают и во многие традиционные для стран Персидского залива жгучие душистые смеси пряностей, например, в «бахарат» и «хариссу», а также в египетскую пряную смесь «дукка».

В Средней Азии кумин, известный как «зира», — непременная составляющая плова, часто в смеси с красным перцем, чесноком и барбарисом.

Наиболее широко кумин используют в Индии, особенно на юге страны, где он — типичная специя (одно из его санскритских названий — sugandhan, буквально: «хорошо пахнущий»).

Очень приятный аромат кумина **ярко раскрывается в процессе тепловой обработки**, поэтому индийские повара перед употреблением обязательно обжаривают семена в масле вместе с луком или просто на сухой сковороде.

Кумином приправляют бобовые (чечевицу), добавляют в освежающие напитки на базе йогурта, а в толченом виде включают в состав индийских пряных смесей «гарам-масала», в бенгальскую «панч-пхорон», а также в южно-индийскую «самбар-поди». Кумин — обязательный компонент северо-индийских «тандури» — блюд, приготовленных в глиняном очаге-тандури.



СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Жгучий перец

Корица

Черный перец

Имбирь

Куркума

Чеснок

Кардамон

Орегано (душица)

Кинза

Паприка

Кориандр

Тимьян

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Баклажаны

Лимон

Свекла

Баранина

Манго

Сыры (брынза, фета)

Бобовые

Морковь

Тунец

Картофель

Огурцы

Цветная капуста

Квашеная капуста

Помидоры

ИДЕИ

Замочите на ночь нут, приправьте его солью, поджаренным молотым кумином и черным перцем. Это прекрасная закуска или перекус.

Подайте отварную цветную капусту горячей с такой заправкой: оливковое масло, молотый кумин, измельченный чеснок, лимонный сок, черный перец.

Сварите до полуготовности крупно нарезанную морковь и прогрейте ее в смеси оливкового масла, целого кумина, копченой паприки и дробленого черного перца. Подайте с густым йогуртом.

Добавьте соль, молотый кумин и воду в густой йогурт. Охладите. Хороший освежающий напиток.



Обжарьте на сливочном масле цветную капусту, в конце добавьте молотую паприку, молотый кумин и куркуму, залейте водой и сливками, тушите и обработайте блендером до получения гладкого соуса к жареному мясу.

Любые овощи, обжаренные на гриле, посыпьте смесью соли и кумина (1:1).

Обжарьте целый кумин в масле (½ ч. л.) и добавьте в стакан готового кетчупа — хорошее сопровождение бургеров, жареного мяса на гриле.

РЕЦЕПТЫ

ХУМУС

Отварной 2 стакана (немного оставить)
остывший турецкий горох

Отвар турецкого гороха ½ стакана

Тхина 2–3 ст. ложки

Лимонный сок 2 ч. ложки

Оливковое масло 2 ст. ложки

Чеснок 2 зубч

Молотый кумин ½ ч. ложки

Кинза

Паприка молотая

1 В горох добавить отвар, оливковое масло, лимонный сок, тхину, чеснок и кумин. Обработать блендером до гладкой пасты.

2 Хумус полить маслом, посыпать паприкой и отварным горохом. Можно посыпать кинзой.

3 Подать с подогретой pitой.

ХРАЙМЕ ИЗ ФОРЕЛИ

Филе форели 500 г

Помидоры резанные в с/с 200 г

Сладкий перец красный 2 шт

Рыбный бульон или вода 200 г

Лук 60 г

Чеснок 5 г

Оливковое масло

Кумин ½ ч. ложки

Паприка сухая 2 г

Жгучий перец по вкусу

Соль, сахар

Кинза

1 Филе рыбы выдержать в солено-сладкой воде 30 минут (2 ст. л. соли и столько же сахара на 1 литр холодной воды), затем промыть.

2 Сладкий перец обжечь под грилем и снять кожицу.

3 Мелко нарезанные лук и чеснок прогреть в масле, добавить помидоры и перец, сухую паприку, кумин, жгучий перец и прогреть все вместе 3 минуты, затем добавить бульон и тушить 15 минут.

4 Обработать погружным блендером. В полученном густом соусе прогреть куски обсушенного рыбного филе.

5 При подаче посыпать шинкованной кинзой. Подать с pitимом.

МАНТЫ

Для теста:

Мука 330 г

Вода не менее 80 мл

Для фарша:

Говядина 400 г

Луковица 1 шт

Курдюк 50 г

Вода 50 мл

Зира

Соль

Перец по вкусу

- 1 Замесить очень плотное тесто. Завернуть его в пищевую пленку и выдержать при комнатной температуре 30 минут.
- 2 Мясо, лук и курдюк нарезать кубиками, смешать, добавить воду, специи и соль.
- 3 Раскатать тесто и вырезать кружки. На середину кружка укладывать фарш и формировать манты.
- 4 Манты уложить на смазанную маслом решетку манты-каскана.
- 5 Варить под крышкой 30–40 минут.

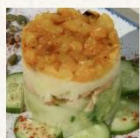
ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



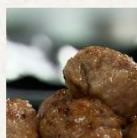
Баттер чикен



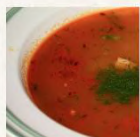
Форель с куркумой
в томатном соусе



Кауза



Говяжьи фрикадельки
с булгуром



Куриный суп
с пшеном



Говяжьи кебабы
с птитимом



Алжирский суп

03 МАЙОРАН

ORÍGANUM VULGÁRE



ИСТОРИЯ СПЕЦИИ

В этом разделе мы будем рассматривать высушенную зелень майорана, как и в некоторых других разделах этого гайда. Конечно, свежую зелень тоже можно отнести к специям, но это, все же — пряная зелень.

Майоран — родственник душицы, их порой даже путают. Его родиной считается Средиземноморье и/или Северная Африка.



Древние римляне, называвшие майоран *amaracum* (происхождение слова, к сожалению, теряется в веках), делали на его основе изысканное *благовоние «амаракин»* (*amaracinum*). У них бытовала даже довольно популярная поговорка «*Nihil cum amaracino sui*», что буквально означает: «На что свинье амаракин!» (а козе баян?).

В более поздней римской литературе майорану приписывали славу *афродизиака*, что, вероятнее всего, основано на созвучии слова «*амарасум*» с *амор* — любовь.

Сохранили память о том лишь испанцы — в их атаагасо до сих пор прослеживаются романские «любовные» корни.

Современные наименования растения на большинстве европейских языков связаны с ботаническим родовым названием *majorana* — отсюда английское *marjoram*, немецкое *Majoran*, французское *marjolaine*, итальянское *maggiorana* и восходящее к немецкому русское «майоран».

КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ



Как пряность используются листья и цветочные почки в высушенном виде.

Сушку производят в тени, пучками, после чего бутоны и листочки обмолачивают, часто стирают в порошок.

Хранить в **плотно закрытой посуде**, в темном месте и использовать в течение 2 месяцев.

Майоран должен иметь **сладковатый запах**.

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ



ПРИМЕНЕНИЕ

Употребляют майоран в мясные и колбасные фарши (отсюда одно из его названий — «**колбасная травка**»).

Он не только ароматизирует мясной фарш, но и облагораживает само мясо, делая его более нежным.

Кроме того, майоран хорошо идет в паштеты, зимние салаты, в картофельные, томатные, мясные, гороховые и шпинатные, грибные супы, входит в состав супового «букета гарни», вводится в томатные и сметанные соусы, в соусы к мясу, в мясные холодные закуски, в мясное жаркое и яичные блюда.

Майоран — излюбленная пряность польской, литовской, белорусской, латышской и эстонской кухонь.



СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Базилик

Тимьян

Чеснок

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Баклажаны

Перловка

Тунец

Кабачки

Помидоры

Все виды мяса и птицы

ИДЕИ

Добавьте немного сухого майорана при квашении капусты.

Смалец, который используется в качестве спреда, очень хорош с майораном.

Добавьте майоран к кастрюлю в конце варки борща.

Добавьте майоран при тушении утки или гуся.

Добавьте майоран при тушении квашеной капусты.

Говяжий рубец в любом виде хорош с майораном.

Если заварить майоран как чай, то немного такой холодной заварки хорошо добавить к любому охлажденному фруктовому соку.



РЕЦЕПТЫ

ПОЛЕНТА С ПОМИДОРАМИ

Вода	4 стакана
Мука для поленты	350 г
Помидоры	4 шт
Чеснок	2 зубч
Майоран сухой	2 ч. ложки
Маслины б/к	½ стакана
Оливковое масло	2 ст. ложки
Соль	
Черный дробленый перец	

- 1 В холодную воду добавить кукурузную муку и соль, готовить при помешивании 5 минут после закипания. Снять с огня, переложить в глубокую прямоугольную посуду и оставить застывать.
- 2 Нарезать поленту на квадратики. Уложить их в смазанную маслом огнеупорную посуду так, чтобы они чуть перекрывали друг друга, посыпать майораном.
- 3 Сверху уложить нарезанные кружками помидоры, измельченный чеснок и маслины, посолить и поперчить по вкусу.
- 4 Сбрызнуть оливковым маслом и запекать в разогретой до 180 °С духовке 30–35 минут.
- 5 Сразу же подавать на стол.

ГАЛАНТИН ИЗ КУРИЦЫ С ЯИЧНОЙ КАШКОЙ

6 порций

Курица тушка	1 шт
Майоран сухой	1 ч. ложка
Белый перец молотый	по вкусу
Яйца	6–8 шт
Сливочное масло	30 г

- 1 Приготовить яичную кашку: яйца вылить в миску, перемешать, добавить перец. В глубокой сковороде растопить сливочное масло, вылить яичную смесь и готовить, постоянно перемешивая, до образования хлопьев, снять с нагрева, пока кашка горячая добавить майоран, остудить.
- 2 Удалить из курицы все кости, сделав разрез через спину. Кожу с мякотью уложить на пищевую пленку, выложить яичную кашку, завернуть рулетом.
- 3 Рулет завернуть в еще один слой пленки, перевязать несколько раз бечевкой и готовить на пару 90 минут, остудить. Перед подачей нарезать.

ПАШТЕТ ИЗ КУРИНОЙ ПЕЧЕНКИ

10 порций

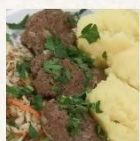
Куриная печенька	800 г
Желтки	3 шт
Нитритная соль	8 г
Соль обычная	½ ч. ложки
Лук	1 ст. ложка
карамелизованный (обжаренный)	
Майоран	½ ч. ложки
Портвейн любой	3 ст. ложки
Сливочное масло для того, чтобы залить готовый паштет сверху	120 г

- 1 Печенку перебрать, удалить фрагменты с остатками желчи, промыть.
- 2 Все компоненты (кроме сливочного масла) поместить в стаканый блендер, тщательно обработать на высокой скорости, затем протереть.
- 3 Массу налить в банки, закрыть крышку или плотно завернуть в пищевую пленку и готовить в сувиде 90 минут при 72 °С. Остудить под струей холодной воды. Каждую банку залить растопленным маслом и дать ему застыть.

Можно приготовить паштет и без сувида:

Для этого сырую массу поместить в жаропрочные емкости объемом 200—300 мл, накрыть каждую фольгой, поместить в глубокий противень, налить в него горячую воду до половины высоты емкостей и готовить в духовке на конвекции при 110 °С 45—60 минут.

ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Кнедлики



Фляки



Пызы



Белый борщ



Тушеная треска
с овощами и рисом



Гороховый суп
со свиной

О РОЗОВЫЙ ПЕРЕЦ (РОЗЕ)

SCHINUS TEREBINTHIFOLIUS



ИСТОРИЯ СПЕЦИИ

Розовый перец, наверно, самая молодая специя в смысле начала ее применения в пищу. Ее ввели в оборот буквально в конце XX века.

Само растение — а это небольшое дерево с ботаническим названием «шинус фисташколистный» родом из Бразилии — издавна считалось декоративным, яркие гроздья плодов украшали рождественские венки и гирлянды.



К слову, с точки зрения науки розовый перец — совсем не перец, а ягода и остроты в ней совсем нет, а с цветков, которые являются предшественниками ягод, пчелы собирают мед.

КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ

Специей являются розово-красные ягоды диаметром 5–6 мм. Они собраны в гроздья. Под кожицей находится косточка, окруженная веществом, похожим на смолу.

Ягоды имеют **сладко-горько-вяжущий вкус** с оттенками имбиря, аниса и черного перца.

Ягоды механически отделяют от веток и плодоножек, затем сушат на солнце или через заморозку (так называемая сублимационная сушка). Также розовый перец солят или маринуют.

ТЕХНОЛОГИЯ ПОЛУЧЕНИЯ СПЕЦИИ

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ

Ягоды качественного розового перца должны быть одного размера, блестящими, яркими. Чем меньше в их составе попадает темных или желтовато-серых, тем перец лучше.

При сжатии ягоды лопаются, а чешуйки должны прилипать к пальцам из-за смолы, покрывающей семена.

Часто производители декларируют срок хранения 2–3 года, однако, опыт показывает, что **оптимально хранить 1 год**.



ПРИМЕНЕНИЕ

Розовым перцем обычно приправляют спаржу, курицу, рыбу, предпочтительно красную, и морепродукты.

Хорошо сочетается с фруктами и с комбинациями «дыня — ветчина», «клубника — рокфор».

Уместно заметить, что розовый перец *не любит тепловую обработку*, наилучшим образом он проявляет себя в холодных блюдах или в горячих непосредственно перед подачей. Хорошо, когда блюдо имеет *кислинку* — в этом случае аромат перца лучше сохраняется.

СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Гвоздика

Мускатный орех

Корица

Розмарин

Лимонное сорго

Укроп

Можжевельник

Черный и белый перцы

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Гусь

Пасты

Индейка

Персики

Свинина

Картофель

Рис

Цитрусовые

Курица

Рыба, в целом, и сельдь, в частности

Морепродукты



ИДЕИ

Посыпьте гаспачо розовым перцем перед подачей.

Все блюда, в которых присутствует можжевельник, можно посыпать перед подачей розовым перцем.

Добавьте к 100 г сливочного масла $\frac{1}{2}$ ч. ложки растертого пальцами розового перца и натертую цедру $\frac{1}{2}$ лимона, перемешайте, скатайте в колбаску, заверните в фольгу и заморозьте. Отрежьте «таблетку» такого масла и положите на филе любой рыбы, которая запекается в духовке за 1–2 минуты до готовности.

Посыпьте розовым перцем сыр бри, моцареллу или любой козий сыр.

Посыпьте розовым перцем глазурь на куличе, пока она не застыла.

Добавьте розовый перец в любую салатную заправку.

Добавьте розовый перец в готовую горчицу.

Смешайте кубики мякоти арбуза, огурца, немного феты или брынзы, полейте оливковым маслом и посыпьте розовым перцем.



РЕЦЕПТЫ

ЗАПЕЧЕННАЯ КАМБАЛА

Камбала крупная 1 шт (600–800 г)

Лимон 2 шт

Розовый перец

Укроп и петрушка

- 1 Сделать неглубокие поперечные разрезы кожи, втереть соль и нарубленную зелень.
- 2 Сбрызнуть оливковым маслом и запекать в духовке 30 минут при 160 °С.
- 3 Перед подачей посыпать розовым перцем.
- 4 Подать с поджаренным лимоном: половинки лимона посыпать сахаром (срез), уложить на сильно разогретую сухую сковородку срезом вниз и карамелизовать. Из такого лимона выжимать сок на мякоть рыбы.

ПЕРСИКИ К МОРОЖЕНОМУ

Персики 4 шт

Бальзамический уксус 2 ст. ложки

Розовый перец ½ ч. ложки

Сахар 2 ст. ложки

- 1 Персики разрезать пополам, удалить косточки, каждую половинку нарезать дольками.
- 2 В глубокой сковороде быстро прогреть дольки персиков с уксусом и сахаром, немного остудить, добавить розовый перец, перемешать и выдержать в холодильнике несколько часов.
- 3 Подать к ванильному (не шоколадному) мороженому.

ФИЛЕ СЕМГИ / ФОРЕЛИ С БЕЛЫМ ВИННЫМ СОУСОМ 4—5 порций

Филе семги 600 г

Соль

Сахар

Для соуса:

Лук ½ шт

Белое сухое вино 80 мл

Сливки 20% 100 мл

Рыбный бульон 80 мл

Мука 1 ч. ложка

Укроп

Розовый перец

1 Куски филе выдержать в растворе соли и сахара 20 минут.

2 Приготовить соус: произвольно нарезанный лук варить в вине 5 минут, процедить, лук выбросит. В полученную жидкость добавить рыбный бульон и все выпарить до половины объема. Добавить сливки, довести до кипения, добавить муку, размешать и взбить блендером.

3 Рыбу припустить в небольшом количестве подсоленной воды.

4 При подаче полить соусом. Посыпать шинкованным укропом и посыпать розовым перцем.

СОЛЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ И МАСЛО С РОЗОВЫМ ПЕРЦЕМ

Картошка мелкая 600 г

Соль ⅔ стакана

Вода 1,5 л

Для масла:

Сливочное масло 100 г

Розовый перец ½ ч. ложки

Розмарин ¼ ч. ложки

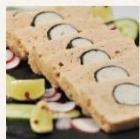
Соль ½ ч. ложки

1 Картошку сварить не очищая в указанном количестве воды с указанным количеством соли. Жидкость слить, картошку немного остудить.

2 Размягченное масло смешать со специями и солью.

3 Масло подать к картошке.

ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Террин из красной
и белой рыбы



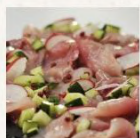
Карпаччо
из скумбрии



Креветки
в зеленом соусе



Мини-буйабес



Малосольный
карп

05

БАДЬЯН

ILLICIIUM ANISATUM



ИСТОРИЯ СПЕЦИИ

В давние времена бадьян считали **лекарством**, впрочем, как и многие другие специи. Китайские врачи рекомендовали плоды бадьяна для улучшения пищеварения.

В Европу бадьян попал в конце XVI века.

За сходство бадьяна с анисом его называли **«звездчатый анис»**.

Более 80% мирового производства бадьяна обеспечивает Китай. В XVII веке, когда началась активная торговля России с Китаем, бадьян в нашу страну везли через Монголию и Сибирь, его стали называть «сибирский анис».



КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ



Бадьян — дальний родственник магнолии.

Специей являются плоды, которые имеют форму семи- или восьми-конечных звездочек темно-коричневого цвета с блестящими семенами внутри.

Основное количество эфирного масла, которое обеспечивает характерный аромат, находится в деревянистых оболочках плода, а вот семена его не содержат.

Бадьян цветет три раза в год. Основной урожай плодов является результатом третьего цветения. Их собирают, когда плоды начинают частично раскрываться. Их сушат на солнце или под навесом.

ТЕХНОЛОГИЯ ПОЛУЧЕНИЯ СПЕЦИИ

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ

Хорошо, когда звездочки бадьяна целые, равномерного коричневого цвета, а семена — блестят.

Чем крупнее звездочки — тем качественнее специя.

Молотый бадьян существует, но лучше использовать целый и молоть его самостоятельно каждый раз столько, сколько нужно.

Хранить его уместно до 3-х лет в герметично закрытом контейнере, в сухом месте.



ПРИМЕНЕНИЕ

Бадьяном приправляют мясные и овощные рагу, птицу — утку, гуся или курицу при запекании или тушении. Его добавляют во время приготовления говяжьих супов (вспомним вьетнамский фо-бо).

Он незаменим для пряников, кексов, печенья.

Особое применение — *варенье*, считается даже, что варенье, сваренное с бадьяном, дольше не засахарится.

Бадьян принято считать специей, которая нивелирует ощущение жирности еды, вот почему — свинина и утка.

СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Гвоздика

Корица

Душистый и черный перец

Чеснок

Имбирь

Шафран

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Айва

Курица

Утка

Говядина

Огурцы

Яблоки

Груши

Свинина

Гусь

Сливы

Клубника

Творог

ИДЕИ

При мариновании тыквы или кабачков на зиму, добавьте 1 звездочку аниса на литровую банку.

Сварите вишневое варенье с бадьяном (2 звездочки на 500 г вишни).

Добавьте молотый бадьян в жидкое тесто (кляр) для жарки рыбы или курицы (¼ ч. ложки на 1 стакан кляра).

Самый обычный салат из огурцов приправьте растительным маслом, уксусом и щепоткой молотого бадьяна.

Растопите немного сливочного масла и прогрейте в нем щепотку молотого бадьяна, сварите морковь, превратите ее в пюре с добавлением этого масла.

Бекон перед жаркой слегка посыпьте молотым бадьяном — будет новое утреннее ощущение.



Приготовьте отвар: 150 мл воды, 50 мл соевого соуса, 2 ч. ложки сахара, 1 звездочка аниса и 2 см свежего имбиря (все варить 30 минут). Затем припустите в нем филе любой рыбы. Подайте с рисом.

Если вы любите клубнику со сливками, добавьте во взбитые сливки немного молотого бадьяна.

РЕЦЕПТЫ

БУЙАБЕС (БИСК И БУЙАБЕС)

4–6 порций

Бульон - биск

Очистки	300 г
+ головы креветок 90/120	
Лук очищ.	40 г
Морковь очищ.	30 г
Сельдерей очищ.	30 г
Томат-паста	40 г
Вода	1200 мл
Бадьян	2 шт
Растительное масло	8 мл

Буйабес

Минтай	2 шт
Биск	200 мл (см. выше)
Вода	2 литра
Настойка шафрана	(1/16 г и 100 мл кипятка) 2 ст. ложки
Лук	1 шт
Чеснок	6 зубч
Сельдерей корень	50 г
Фенхель	50 г
Цедра ½ апельсина	
Оливковое масло	3 ст. ложки

- 1 Для приготовления биска все овощи слегка обжарить, добавить томат, жарить при помешивании еще несколько минут, затем добавить очистки, все перемешать, прогреть несколько минут и залить водой, добавить бадьян.
- 2 Варить 30 минут, процедить и выпарить до 200 мл.
- 3 Минтай отварить, бульон сохранить. Мякоть рыбы снять руками с костей и сохранить.
- 4 На оливковом масле обжарить очищенные и произвольно нарезанные лук, чеснок, сельдерей, фенхель (мы добавляли 3 звездочки бадьяна вместо фенхеля).
- 5 Залить бульоном и варить не менее 20 минут, затем добавить мякоть рыбы, биск, $\frac{2}{3}$ настойки шафрана, цедру апельсина, и обработать блендером до пюреобразного состояния. Протереть через сито в кастрюлю и довести до кипения.
- 6 Подать с соусом руй и обжаренным багетом (мы подавали еще и с прогретыми в части буйабеса креветками и кусочками филе судака).

БУЙАБЕС (МАЙОНЕЗ)

Яйца	1 шт
Горчица русская или дижонская	10 г
Растительное масло	10 г
Винный уксус, рисовый уксус или лимонный сок	15 мл
Соль	4 г
Сахар	8 г

- 1 Яйцо тщательно вымыть теплой водой, поместить в стакан погружного блендера, добавить горчицу, соль, сахар и взбить блендером в течение 30 секунд (увеличения в объеме не будет).
- 2 Затем, продолжая взбивать, влить растительное масло — вначале тонкой струйкой (примерно $\frac{1}{4}$ всего масла), а затем — быстро. Получится густая эмульсия, в которую нужно добавить уксус или лимонный сок и снова все взбить.

БУЙАБЕС (РУЙ)

Картофель очищ.	2 шт
Чеснок	1–2 зубч
Настойка шафрана	(1/16 г и 100 мл кипятка) $\frac{1}{3}$ количества
Майонез	$\frac{2}{3}$ стакана
Жгучий молотый красный перец или молотая сладкая паприка или их комбинация	по вкусу

- 1 Чеснок очистить и натереть на мелкой терке.
- 2 Картофель сварить и превратить в пюре с добавлением майонеза, жгучего перца, шафрана и чеснока. Остудить, подать к буйабесу.

МЕДОВАЯ КОВРИЖКА

Мед	150 г
Кефир	200 мл
Сахар	1,5 стакана
Изюм	½ стакана
Бадьян	2 звездочки
Растительное масло	3 ст. ложки
Разрыхлитель	1 ч. ложки без горки
Мука	2,5 стакана

- 1 Полстакана сахара сжечь в темную карамель, добавить ¼ стакана воды, прогреть до растворения карамели.
- 2 Бадьян растолочь. Смешать мед, кефир, сахар, бадьян, растительное масло, изюм, карамельный сироп, добавить муку с разрыхлителем, замесить тесто. Вылить его в форму, смазанную маслом и посыпанную мукой. Посыпать сахаром.
- 3 Выпекать при температуре 190 °С не менее 40 минут.

КОНФИ ИЗ УТКИ

4 порции

Окорочка	4 шт
Соль	1 ст. ложка
Апельсин средний	1 шт
Бадьян	3 шт
Кардамон целый	6 шт

- 1 Утиные окорочка посолить и выдержать 2 часа, затем промыть.
- 2 На дно утятницы (казанка) уложить кружки апельсина, пару звездочек бадьяна и несколько зерен кардамона. Затем уложить окорочка. Залить растительным маслом вровень с окорочками.
- 3 Накрыть крышкой и томить в духовке при 110 °С 3,5 часа.
- 4 Перед употреблением удалить из масла и дать корочку под грилем.
- 5 В полученном ароматном масле можно приготовить следующую партию конфи.

ВЕРСИЯ СОУСА ХОЙСИН К УТКЕ ИЛИ СВИНИНЕ

Соевый соус	150 мл
Бадьян	1 звездочка
Корица	½ палочки
Гвоздика	4 шт
Соевая паста	1 ч. ложка
Уксус винный	1 ч. ложка
Сахар	1 ч. ложка
Чеснок	1 зубч

- 1 Сухие специи раздробить, прогреть на сухой сковороде, чеснок раздавить.
- 2 Все компоненты поместить в сотейник, довести до кипения, варить 2 минуты, остудить, затем процедить.

СВИНЫЕ РЕБРЫШКИ BBQ

Свиные ребра	1 кг
Вода	1500 мл
Соус «Сладкий Чили»	80 мл
Бадьян	5 звездочек
Чеснок	6 зубч
Имбирь свежий	3 см
Жгучий перец свежий	2 г
Растительное масло	4 мл

- 1 Ребра сварить до мягкости в воде с добавлением всех компонентов, кроме масла.
- 2 Отвар процедить и выпарить до сиропа, добавить к нему растительное масло.
- 3 Ребра смазать сиропом и обжарить на решетке.



ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Запеченная картошка
и подача



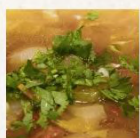
Маринованные яйца
по-китайски



Салат из сырой
картошки



Конфи
из свиного бочка



Суп с пекинской
капустой



Вишневое варенье



Говядина в соевом
соусе с бадьяном



ШАФРАН

CROCUS SATIVUS



ИСТОРИЯ СПЕЦИИ

Специи всегда были дорогими, порой они стоили дороже золота, однако *самая дорогая* была и есть — шафран.

Нити шафрана — это рыльца цветков крокуса, родиной которых считается восточное Средиземноморье, малая Азия и Персия.

В древности шафраном окрашивали материю в бледно-кирпичный и желтый цвета. Из-за дороговизны во многих культурах шафран применялся для окрашивания королевских одежд, а в Индии священнослужители вскоре после смерти Будды выбрали цвет шафрана официальным цветом своих одеяний.

Цветом объясняется и название специи в большинстве европейских языков, восходящее к арабскому «za'faran» — «стань желтым».



Применять шафран в пищу начали, скорее всего, арабы — они издавна приправляли им рис и потом привили любовь к нему испанцам.

На сегодняшний день крупнейшим производителем шафрана является Иран, хотя самым мощным его экспортером является Испания, которая просто-напросто увеличивает импорт пряности из Ирана. Производят шафран также Марокко, Италия, Греция, Индия (штат Кашмир).

КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ



Специей является верхняя часть пестика цветка.

Это темно-красные рыльца, каждое из которых имеет длину 3—5 см и имеет вид расширяющейся вверх трубочки.

Цветки собирают вручную (лучшее время для сбора 10—11 часов утра), с каждого отрывают рыльца, затем их расстилают тонким слоем (не толще 1 см) на подносах, закрывают и сушат пока рыльца не станут ломкими.

Для производства 1 кг шафрана приходится вручную собрать и обработать около 150 000 цветков.

ТЕХНОЛОГИЯ ПОЛУЧЕНИЯ СПЕЦИИ



КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ

Шафран *часто подделывают.*

Фальсифицируют пряность подкрашенными тычинками шафрана, язычковыми цветками календулы, цветками сафлора, бархатцев, обрывками хлопчатобумажной нити и т.д.

Для утяжеления шафран пропитывают водой, растительным маслом. Для придания блеска смазывают глицерином, и неискушенный покупатель может даже посчитать это признаком хорошего качества пряности.

Порошковый шафран — *чаще всего подделка*, за исключением брендов, которые дорожат своей репутацией. К нему подмешивают сульфат бария, борную кислоту, крахмал, соду, гипс, соль, молотый красный перец, куркуму, сандаловое дерево.

Уже упоминавшиеся бархатцы, имеретинский шафран, не есть настоящий шафран.

Лучше всего покупать шафран в *герметично закрытых прозрачных* баночках (контейнерах) из стекла или прозрачного пластика.

Хранить же уместно в темном и сухом месте.

Выпечка, пловы, ризотто, супы и уха, в частности, блюда в тажине (курица, овощи, баранина).

ПРИМЕНЕНИЕ

Применительно к шафрану уместно рассмотреть как технически его применять. В приводимых ниже рецептах будем базироваться *на спиртовой настойке шафрана или на заваривании в кипятке.*

За основу возьмем массово представленный в нашей стране бренд «Котани», пакетики которого продаются в сетевых супермаркетах.

В одном пакетике — 0,12 грамма шафрана. Содержимое этого пакетика уместно залить 150 мл водки и настоять сутки. Или заварить 300 мл кипятка и настаивать 30 минут. И для водочной настойки и для заваривания кипятком количество шафрана и жидкостей можно пропорционально уменьшать.

Для краткости в рецептах я буду называть их следующим образом:

НАСТОЙКА №1

Настойка 0,12 г шафрана
и 150 мл водки.

НАСТОЙКА №2

Настойка 0,12 г шафрана
и 300 мл кипятка.

СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Анис

Мускатный орех

Сладкая паприка

Бадьян

Перец чили

Чеснок

Кардамон

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Апельсин

Морепродукты

Баранина

Ревень

Белый шоколад

Рыба

Курица

Фундук

Лимон

Цветная капуста



ИДЕИ

Добавьте немного шафрановой настойки в середине варки картошки, которая будет гарниром к любому блюду.

Добавьте немного шафрановой настойки при варке ухи за 10 минут до ее готовности.

Простой соус к пасте: слегка обжарить лук и чеснок на сливочном масле, добавить немного настойки шафрана и 20% сливки, уварить до загустения.

Отбить ломтики постной свинины, слегка обжарить их с луком и чесноком в глубокой сковороде, добавить воды и тушить 10 минут, затем свинину удалить, добавить маскарпоне и настойку шафрана, уварить и прогреть в получившемся соусе свинину.

Приготовьте уксусный маринад: доведите до кипения воду с уксусом, сахаром, солью, шафрановой настойкой, остудите и залейте ей кружки свежего огурца, выдержите в холодильнике 8 часов.

Смешайте майонез, толченый чеснок и водную настойку шафрана. Подайте как соус к отварным креветкам.



РЕЦЕПТЫ

ШУРПА-ПИТИ

4 порции

Бараньи голяшки 2 шт
 Курдюк 50 г
 Вода 2 л
 Нут сухой $\frac{2}{3}$ стакана
 Картофель средний 4 шт
 Лук средний 1 шт
 Настойка шафрана №1 20 мл
 (см. раздел «Применение» выше)
 Кинза

- 1 Нут замочить на 8 часов в холодной воде и отварить.
- 2 Голяшки сварить, когда они готовы, добавить куски картошки, куски курдюка, мелко нашинкованный лук, настойку шафрана и нут. Все варить до готовности картофеля.
- 3 Куски курдюка удалить. Подать с шинкованной кинзой.

ХВОСТЫ РАБО ДЕ ТОРО

Говяжьи хвосты 2 кг
 Лук 3 шт
 Чеснок 6 зубч
 Настойка шафрана №1 50 мл
 (см. раздел «Применение» выше)
 Черный перец молотый $\frac{1}{2}$ ч. ложки
 Оливковое $\frac{1}{4}$ стакана
 масло для жарки
 Помидоры резаные в с/с 2 банки
 Сухой херес (вино) $\frac{2}{3}$ стакана

- 1 Хвосты нарезать на куски. Лук нарезать полукольцами, чеснок крупно нарубить. В большой сковороде обжарить лук и чеснок до золотистого цвета, добавить хвосты и жарить, переворачивая хвосты.
- 2 Добавить помидоры, херес, настойку шафрана, перец. Тушить до готовности хвостов, при необходимости подливая воду.
- 3 Хвосты будут готовы ощутимо быстрее, если их тушить в скороварке.

РИЗОТТО С ШАФРАНОМ

Рис арборио	350 г
или карнароли	
Небольшая луковица	1 шт
Белое сухое вино	1/3 стакана
Оливковое масло	2 ст. ложки
Овощной или куриный бульон	1,2 л
Настойка шафрана №2	100 мл
(см. раздел «Применение» выше)	
Сливочное масло	30 г
Пармезан тертый	40 г

- 1 Довести бульон до кипения.
- 2 Лук нарезать маленькими кубиками.
- 3 В большом низком толстостенном сотейнике разогреть оливковое масло, добавить лук и при постоянном помешивании готовить 3–4 минуты, не допуская подрумянивания лука. Засыпать рис и обжаривать 3 минуты, помешивая деревянной ложкой. Влить вино.
- 4 Когда вино испарится, влить такое количество кипящего бульона, чтобы рис им только покрывался, и готовить 12–13 минут, периодически помешивая и при необходимости подливая бульон (примерно — по поварешке).
- 5 Когда рис дойдет до полуготовности, посолить по вкусу и добавить шафрановую настойку. Рис нужно готовить на маленьком огне — только так его консистенция будет густой и мягкой.
- 6 Как только рис будет готов (внутри он должен оставаться чуть-чуть твердоватым), выключить огонь, добавить сливочное масло, тертый сыр и перемешать.



КУЛИЧ С ШАФРАНОМ

6–7 больших куличей (форма d 124 мм, h 90 мм)

Тесто:

Молоко	2 стакана
Настойка шафрана №2	200 мл
(см. раздел «Применение» выше)	
Мука	1,6 кг
Свежие дрожжи	50 г
Желтки	4 шт
Яйца	1 ч. ложка
Сахар	1,5 стакана
Сливочное масло	200 г
Соль	½ ч. ложки
Изюм + цукаты	1,5 стакана

Глазурь:

Белки	4 шт
Сахарная пудра	1,5 стакана
Лимонный сок	1 ст. ложка
Вода	при необходимости

- 1 Молоко смешать с шафрановой настойкой и подогреть.
- 2 Сливочное масло растопить.
- 3 Все компоненты для теста, кроме изюма и цукатов, смешать.
- 4 Тесту дать подняться в теплом месте, затем обмять и вмешать изюм и цукаты, присыпанные мукой.
- 5 Тесто разложить в бумажные формы и дать подняться. Затем выпекать при 170 °С 30–40 минут.
- 6 Остудить. Покрыть глазурью.
- 7 Для глазури: взбить белки с сахарной пудрой и лимонным соком. Консистенцию глазури можно регулировать холодной водой.

ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Фидея



Плов с курицей и корицей



Кюфта с булгуром в желтом овощном супе



Саварен из макарон с кроликом и 2 соусами



Кулебяка



Соус фесенджан



МОЖЖЕВЕЛЬНИК

JUNÍPERUS



ИСТОРИЯ СПЕЦИИ

Можжевельник — это вечно-зеленый кустарник или дерево семейства Кипарисовых.

Он встречается по всему умеренному поясу земного шара
на всех материках.

Древесина ароматная и прочная, она с древности ценилась в кораблестроении, в производстве мебели, столярных и токарных изделий.

Еще древние египтяне делали из кипариса саркофаги, а эфирное масло, получаемое из древесины, шло на бальзамирование.

Древние греки и римляне применяли можжевельник в качестве лекарственного средства — добавляли давленные ягоды в вино и пили его при болезнях печени и как мочегонное.



Кроме того, он считался верным средством против змей — в известном мифе об аргонавтах рассказывается, как Медея ветками можжевельника усыпила чудовищного змея, охранявшего золотое руно.

Северные народы Европы, видели в вечнозеленом кустарнике символ вечной жизни и включили его в число **священных растений**.

КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ



Специей служат плоды можжевельника — округлые шишкоягоды.

Оболочками ягод служат сросшиеся мясистые чешуйки женских шишек. Внутри оболочки заключены продолговато-трегранные семена, окруженные смолистым веществом с горьким вкусом.

Ягоды можжевельника обыкновенного размером 7—9 мм, иссиня-черные и покрыты сизым восковым налетом.

Ягоды собирают руками или стряхивают на разостланную под кустами ткань. Зрелые плоды опадают легко, недозревшие плоды лучше оставить. Когда их собирают вручную, используют брезентовые перчатки, потому что листья-хвоинки колючие и затрудняют сбор ягод.

ТЕХНОЛОГИЯ ПОЛУЧЕНИЯ СПЕЦИИ

Собранные ягоды отделяют от примесей хвои, просеивают и сушат при невысокой температуре (не выше 35 °C).

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ



Исторически применяют для изготовления дистиллятов и настоек.

Ягоды должны быть блестящими, круглыми. Запах хвойный, без затхлых тонов. Ягоды можжевельника нужно хранить в плотно закрытой таре **не более 2 лет**.

ПРИМЕНЕНИЕ

Главный продукт для можжевельника — мясо. Он считается охотничьей специей. С ним принято готовить дичь: либо мариновать с можжевельником, либо — тушить с ним. Можжевельник, как и бадьян, хорош к жирному мясу и птице — свинине и утке, неплохо сочетается с печенькой в паштетах из нее.

Хорош также для засола рыбы красного цвета.

СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Лавровый лист

Мята

Тмин

Майоран

Розмарин

Чеснок

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Баранина

Лосятина

Свекла

Брусника

Оленина

Свинина

Гусь

Печенка

Утка

Красная рыба

Ревень

Шоколад

Краснокочанная капуста

Крупная дичь

ИДЕИ

При варке брусничного варенья добавьте пару ягод можжевельника.

При квашении капусты добавьте к ней в самом начале процесса ягоды можжевельника.

При изготовлении кваса заварите кипятком подготовленный хлеб с добавлением ягод можжевельника.

При засоле форели или семги добавьте в посолочную смесь несколько раздавленных ягод можжевельника и нанесите на филе рыбы.

При мариновании на зиму огурцов добавьте в литровую банку 3 ягоды можжевельника и 1 лавровый лист.

Мини-картофель перед запеканием в духовке сбрызните маслом, посыпьте солью, чесноком, раздавленными ягодами можжевельника.



РЕЦЕПТЫ

СОУС С ПОРТВЕЙНОМ И МОЖЖЕВЕЛЬНИКОМ

(к говядине или утке)

Сливочное масло 100 г

Чеснок 1 зубч

Можжевельник 8 ягод

Портвейн 1/3 стакана

Говяжий или 1 стакан

куриный бульон

1 В глубокой сковороде растопить масло и прогреть в нем раздавленный зубчик чеснока и раздавленные ягоды можжевельника.

2 Добавить вино и бульон, выпаривать до сиропа, процедить.

МАРИНОВАННАЯ С МОЖЖЕВЕЛЬНИКОМ ФОРЕЛЬ ГОРЯЧИМ СПОСОБОМ

Филе форели без кожи	500 г
Лук	200–250 г
Вода	300 мл
Сахар	20 г
Соль	по вкусу
Столовый уксус 9% или белый винный уксус 25 мл	20 мл
Можжевельник	2 г
Растительное масло для жарки ..	4 мл

- 1 Филе рыбы выдержать в воде с солью и сахаром (на 1 литр воды по 2 ст. ложки того и другого) 20 минут.
- 2 Каждое филе нарезать поперек и слегка обжарить на сковороде, чтобы внутри рыба осталась полусырой.
- 3 Лук крупно нарезать, быстро прогреть с уксусом, водой, сахаром, солью и раздавленными ягодами можжевельника. По кислоте горячий маринад должен казаться кислее, чем вам нравится.
- 4 Горячую рыбу залить горячим маринадом и охладить.

КРАСНАЯ КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МОЖЖЕВЕЛЬНИКОМ

Красная капуста	500 г
Сливочное масло	20 г
Сахар	1 ст. ложка
Зеленое яблоко	1 шт
Лавровый лист	1 шт
Душистый перец	¼ ч. ложки
Можжевельник	4 ягоды
Гвоздика	2 шт
Красное сухое вино	125 мл
Красный винный уксус	½ ст. ложки
Соль	

- 1 Капусту нашинковать, яблоко очистить, удалить семенную коробочку и нарезать кубиками стороной 1 см. Можжевельник раздавить плоской стороной ножа.
- 2 В сотейнике растопить масло, добавить сахар и довести его до состояния светлой карамели. Добавить капусту и яблоки, готовить, помешивая, на среднем нагреве несколько минут. Добавить специи, вино и уксус, посолить. Томить под крышкой 1 час, иногда помешивая и подливая воду или вино, если понадобится.
- 3 Перед окончанием тушения скорректировать кислоту и сахар.

ГРЕЧКА С УТКОЙ В СТИЛЕ ПЛОВА

Утиная грудка 3 шт

Лук 1 шт

Морковь 2–3 шт

Гречка 1,5–2 стакана

Можжевельник 6 ягод

Растительное масло 2 ст. ложки

1 Лук и морковь нарезать как для плова.

2 Лук обжарить до появления золотистого цвета на растительном масле, затем добавить куски утиной грудки и обжарить все вместе до корочки на утке, затем добавить морковь и жарить все вместе еще 5 минут, помешивая, посолить. Положить раздавленный можжевельник.

3 Гречку промыть, высыпать поверх утки, овощей и можжевельника. Разровнять, добавить воду или куриный бульон так, чтобы была вровень с гречкой. Довести до кипения и готовить 10 минут на среднем нагреве или до заметного исчезновения жидкости, затем установить нагрев ниже среднего и готовить под крышкой.

4 При необходимости доливать понемногу воды.

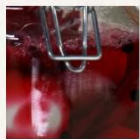


ШОКОЛАДНОЕ ПЕЧЕНЬЕ С МОЖЖЕВЕЛЬНИКОМ

Сливочное масло	200 г
Можжевельник	10 ягод
Сахар (желательно коричневый)	200 г
Соль	½ ч. ложки
Ванильный сахар	1 пакетик
Мука	200 г
Порошок какао	90 г
Фундук жареный без кожицы	150 г
Шоколад	200 г
(50–70% содержание тертого какао)	
Сахар (для создания сахарной корочки у заготовки)	½ стакана

- 1 Ягоды можжевельника подсушить на сухой сковороде, остудить и тщательно измельчить.
- 2 Шоколад и орехи нарубить на небольшие кусочки.
- 3 Тщательно смешать масло, коричневый сахар, соль, измельченный можжевельник, ванильный сахар. Добавить муку, орехи, шоколад и порошок какао. Все смешать.
- 4 Тесто превратить в одну или две колбаски (диаметр 4–5 см), каждую завернуть в пищевую пленку и поместить в холодильник на 2 часа (можно и на ночь).
- 5 Затем колбаски развернуть и прокатать по сахару, распределенному на поверхности стола или большого блюда.
- 6 Колбаски нарезать на кружки толщиной 1 см, кружки уложить на противень, выстеленный пергаментом. Выпекать 15 минут при 170 °С. Печенье должно быть мягким в середине и хрустящим по краям.
- 7 Сразу после выпечки (пока горячее) оно будет казаться более мягким, чем нужно.

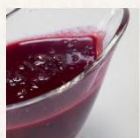
ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Маринованные яйца в
свекольном маринаде



Конфи из лосося



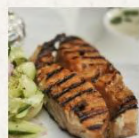
Брусничный соус
с можжевельником



Луковый соус с
можжевельником



Эльзасский шукрут



Семга с можжеве-
ловыми огурцами



КАРДАМОН

ELETTARIA CARDAMOMUM



ИСТОРИЯ СПЕЦИИ

Эта пряность родом из Индии и Шри-Ланки. Купцами-арабами завезена к древним грекам и римлянам, а впоследствии распространилась в европейских странах.

В средние века кардамон ценили в основном за лекарственные свойства. Считалось, что нет таких болезней, от которых бы он не излечивал.

Существует *зеленый, белый и черный кардамон*. Зеленый и белый — одно растение, но белый отличается от зеленого только тем, что его отбеливают сернистым ангидридом. Зеленые коробочки кардамона ароматнее белых, при этом первые предпочитают в Индии, а вторые — в Северной Европе, где не сложилась традиция пользоваться слишком яркими специями.



Совсем другая специя — черный кардамон, плоды-коробочки родственного кардамону дерева рода *Amomum* того же семейства Имбирных, несколько видов которого произрастают в горных областях от Гималаев до Южного Китая (хотя часто его называют непальским кардамоном).

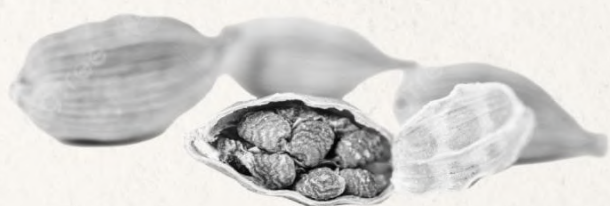


Крупные коричневые коробочки черного кардамона разных видов имеют и разный размер — от 2 см до 5 см. Обычно их продают целыми — они имеют довольно приятный аромат с легким оттенком дымка и камфоры.

В большинстве кулинарных книг черный кардамон описывается как заменитель обычного кардамона, однако вряд ли это соответствует истине.

КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ

Специей являются плоды кардамона — овально-трехгранные коробочки с ребристой поверхностью.



Внутри коробочки — три камеры, в каждой из которых находятся семена размером 2–3 мм, в которых и содержатся эфирные масла, обеспечивающие вкус и аромат.

Заготавливают кардамон вручную. Собирают коробочки недозревшими, чтобы избежать растрескивания и потери семян при сушке. Собранный кардамон сушат на солнце в течение недели.

ТЕХНОЛОГИЯ ПОЛУЧЕНИЯ СПЕЦИИ

Применяют также метод искусственной сушки при температуре не выше 50 °С в течение 10–12 часов. Высушенные любым способом коробочки очищают от остатков плодоножек и цветков и сортируют на ситах по размеру и упаковывают.

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ

Главный признак качественного кардамона — черно-коричневый цвет семян.

Цвет оболочек тоже характеризует качество: желтый или светло-коричневый цвет коробочек говорит о том, что это кардамон позднего сбора либо коробочки пожелтели во время их обработки и хранения. Ядовито-зеленый цвет также должен насторожить, поскольку применялось искусственное окрашивание. Неравномерная окраска коробочек в одной упаковке также говорит о низком сорте кардамона.

Плохо, если в упаковке много открытых коробочек. Лишь небольшая часть кардамона продается в виде очищенных от коробочек семян или в молотом виде.

При этом рекомендую иметь на кухне *и целые коробочки, и молотый кардамон*. Плоды-коробочки уместно хранить *не более года*. Срок хранения очищенных семян или молотого кардамона — *полгода*.



Кардамон добавляют во фруктовые блюда и десерты, варенья и компоты.

ПРИМЕНЕНИЕ

Отбеленный или обычный кардамон — неременная часть рождественских напитков в Скандинавии, например, «глегга» — шведского варианта *глинтвейна*.

Гораздо более востребован кардамон на Востоке *в смесях пряностей*. Молотый кардамон, например, — составная часть индийской смеси *garam masala*. При этом активно используется целый кардамон, его обжаривают вместе с другими пряностями — корицей, гвоздикой, черным перцем, семенами фенхеля в начале приготовления всевозможных карри.

Немыслимы без кардамона и *восточные сладости*. В некоторых странах кардамон — необходимый компонент приготовления чая или кофе.

В европейской и русской кухнях кардамон применяют для приготовления мучных изделий — им ароматизируют тесто для оладий, печенья, пряников, коврижек, булочек с изюмом, сладких пирогов с начинкой из мака, пудингов и др. Используют в кашах.

В пищевой промышленности кардамон добавляют в горчицу. Он входит в пряные смеси для маринования сельди, кильки, салаки.

Используется в производстве колбас.

Черному кардамону нужно время для полного раскрытия аромата, поэтому, его используют в блюдах с длительной тепловой обработкой. При этом используется только целиком, то есть семена никогда не вынимают.

СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Бадьян

Корица

Семена фенхеля

Ваниль

Лавровый лист

Тмин

Гвоздика

Майоран

Шафран

Имбирь

Мускатный орех

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Бобовые

Красное вино

Рис

Говядина

Манго

Свинина

Грейпфрут

Мандарин

Селедка

Кофе

Морковь

Шоколад

ИДЕИ

Замочите пару коробочек любого кардамона в воде и бросьте на тлеющие угли, над которыми вы жарите мясо или рыбу.

Используйте целый кардамон при мариновании овощей на зиму или заготовке компотов.

Добавьте молотый кардамон в тесто для кулича.

Спрячьте пару коробочек кардамона в сахар, который вы используете для чая или кофе.

Добавьте молотый кардамон в тесто для хвороста или пончиков.

Приготовьте салат из нарезанной мякоти грейпфрута, авокадо, красного лука, феты, а в заправку из лимонного сока и оливкового масла добавьте мед и молотый кардамон.

Добавьте кардамон в сырную массу для чизкейка или для сырников.



РЕЦЕПТЫ

РОГАН ДЖОШ

Баранина кубиками (мякоть)	1 кг
Луковица	3 шт
(мелко нашинкованная)	
Чеснок	3 зубч
Корень имбиря (натертый)	2,5 см
Говяжий или	1 стакан
куриный бульон	
Жгучий перец	по вкусу
Соль	по вкусу
Молотый кардамон	1 ч. ложка
Молотый кориандр	1 ч. ложка
Молотые семена аниса	1 ч. ложка
Порошок карри	1 ч. ложка
Куркума	½ ч. ложки
Молотая зира	1 ч. ложка
Лавровый лист	2 шт
Черный перец горошек	8 шт
Растительное масло для жарки	

- 1 Обжарьте баранину до коричневого цвета. Переложите в миску. Выложите в сковородку, в которой жарилось мясо, лук и обжарьте, время от времени добавляя воду.
- 2 Разотрите вместе с чесноком и имбирем жгучий перец, кардамон, анис, гвоздику, кориандр, зиру и соль. Выложите смесь вместе с лавровым листом в сковородку к луку и жарьте еще минуту.
- 3 Выложите мясо к луку и специям, добавьте немного воды и тушите до мягкости баранины и до значительного загустения соуса.

ГУНДИ ИЗ КУРИЦЫ

Нут (замоченный на ночь)	100 г
Курица (мякоть)	500 г
Лук средний	2 шт
Куркума	½ ч. ложки
Молотый кардамон	½ ч. ложки
Куриный бульон	
подкрашенный куркумой	

- 1 Нут, мякоть курицы и лук измельчить в мясорубке, добавить специи и соль, хорошо вымесить.
- 2 Сформовать шарики размером с теннисный мячик, сварить в бульоне, подать с этим же бульоном.

СУП-ДАЛ ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ

Чечевица красная	$\frac{2}{3}$ стакана
Лук	$\frac{1}{2}$ шт
Чеснок	2 зубч
Картофель	1 шт
Куркума	$\frac{1}{8}$ ч. ложки
Имбирь свежий	2 см
Молотый кардамон	$\frac{1}{4}$ ч. ложки
Зира молотая	$\frac{1}{3}$ ч. ложки
Жгучий перец	по вкусу
Растительное масло	1 ст. ложка

- 1 Овощи очистить. Имбирь промыть, натереть на мелкой терке не очищая и рукой отжать сок.
- 2 Лук и чеснок нарезать произвольно и слегка обжарить в толстостенной кастрюле, в конце обжаривания добавить все специи и сок имбиря, перемешать и сразу снять с нагрева.
- 3 Добавить промытую чечевицу, произвольно нарезанный картофель, залить водой и готовить до разваривания чечевицы и картофеля. Можно обработать блендером.

ЛАДДУ

конфеты по типу халвы из нутовой муки

Нутовая мука	2 стакана (400 мл)
Сахарная пудра	$\frac{3}{4}$ стакана
Сливочное масло	до 200 г
Грецкие орехи нарубленные	3 ст. ложки
Кардамон молотый	$\frac{1}{3}$ ч. ложки

- 1 Сливочное масло растопить.
- 2 Нутовую муку обжарить на сухой сковороде (средний нагрев) при постоянном помешивании не менее 10 минут.
- 3 Добавить бо́льшую часть масла, перемешать и нагревать при помешивании еще 5—8 минут. Если консистенция очень рассыпчатая, добавить еще масла. За 2—3 минуты до окончания обжаривания добавить орехи и кардамон.
- 4 Массу переложить в миску, остудить до теплого и добавить сахарную пудру, перемешать. Сформовать шарики.

ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Курица «по-бараньи»
с овощным салатом



Утка тушеная с апель-
сином и бананом



Хаваядж



Эфиопские блинчики
и острое рагу



Макароны
в стиле шавермы



Виндалу



Гунди

ТМИН

CARUM



ИСТОРИЯ СПЕЦИИ

Родиной тмина считают Евразию, а культивируют его сегодня в Европе (главным образом, в странах умеренного климата — Нидерландах, Восточной Европе и Германии), Азии, Америке, Северной Африке и Новой Зеландии.

В древнем мире использовался как лекарство. В средние века в Скандинавии и Германии тмин считали средством, защищающим от ведьм и злых духов, и сажали его во всех палисадниках и огородах. Собирали его в ночь на Ивана Купала и верили, что сильный запах тмина, исходящий от свежесвепеченного хлеба изгоняет из дома всякую нечисть. Чтобы нечистая сила не портила и другую еду, щепотки тмина насыпали во все горшки и кастрюли. В Голландии тмин добавляли в сыры, чтобы предохранить его от порчи.

Мировым лидером экспорта тмина считается Голландия, где были выведены лучшие его сорта — *неосыпающиеся*.



КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ



Плоды тмина собирают слегка недозрелыми, пока они еще удерживаются на зонтиках. Растения скашивают специальными комбайнами и оставляют в снопах дозревать около недели в тени, затем обмолачивают.

Готовые плоды окончательно досушивают на воздухе или в сушилках при низкой температуре.

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ

Покупать лучше **целый тмин**, он хранится 2–3 года в герметично закрытом контейнере в сухом темном месте.

Тмин **часто путают** с кумином (зирой).

Это небольшое растение с тонкими листьями и ветвистым стеблем, заканчивающимся зонтиками соцветий с ароматными плодами (семенами). Эти плоды и есть специя тмин.

Они продолговатые, имеют серповидную форму, размер 3–6 мм.

ТЕХНОЛОГИЯ ПОЛУЧЕНИЯ СПЕЦИИ



Тмин продают целым или в молотом виде. **Чем темнее плоды,** тем выше качество.

ПРИМЕНЕНИЕ

Тмин — традиционная добавка к ржаному хлебу и выпечке.

Издавна тмин популярен среди сыроделов: средневековые рецепты тминного сыра в ходу до сих пор.

Тмин добавляют в сыры, колбасы и сосиски, к жареной свинине, уткам и гусям, запеченным с яблоками.

Тмин прекрасно подходит ко многим овощам: щепотка тмина выгодно преобразит жареный картофель, картофельное пюре, морковные котлеты и свекольный салат. Тмин добавляют в капусту во всех видах — свежую и тушеную, жареную и квашеную. Тмином сдабривают фасолевые и бобовые супы, некоторые венгерские гуляши.

Тмин, выращиваемый в странах Северной Африки, в Тунисе и Марокко, также стал одной из составляющих местной кухни.

Приправа *tabil* из тмина, растертого с чесноком и лимонным соком, иногда в нее добавляют еще плоды кориандра, прекрасно подходит в качестве маринада для рыбы и баранины. Приправу добавляют в овощные салаты из запеченных на гриле овощей.

СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Кориандр

Тимьян

Черный перец

Семена укропа

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Гусь

Морковь

Тыква

Капуста

Пормидоры

Утка

Картофель

Свекла

Яблоки

Лук

Свинина

ИДЕИ

Подсушите тмин на сухой сковородке — аромат станет ярче.

Тмин хорош в салатах, где присутствует картошка и/или сыр.

Приготовьте салат коул-слоу (свежая капуста + майонез + яблоко) и посыпьте его подсушенным тмином.

Взбейте творог со сметаной, молотым тмином и порошком сладкой паприки — это хороший спред для завтрака.

Добавьте немного тмина и корицы при варке борща.

Добавьте тмин при варке горохового супа.

Добавьте немного тмина при варке кислых щей.

Взбейте камамбер, сливочный сыр с добавлением пива, молотого тмина, порошка сладкой паприки и добавьте кубики подмаринованного лука, смешайте. Это хороший закусочный спред.

Приготовьте малосольные огурцы с добавлением тмина.



РЕЦЕПТЫ

КАРТОФЕЛЬ СО ШПИКОМ

Картофель 600 г
Шпик 80 г
Вода или куриный бульон 300 мл
Мука 1 ст. ложка без горки
Тмин ½ ч. ложки
Черный перец молотый ¼ ч. ложки
Петрушка
Лавровый лист 1 шт

- 1 Поджарить в кастрюле маленькие кусочки шпика, добавить муку, дать ей подрумяниться.
- 2 Добавить все специи, перемешать, влить бульон, довести до кипения.
- 3 Положить в кастрюлю куски очищенного картофеля и нарезанную петрушку, довести до готовности под крышкой на малом огне.

ОТКРЫТЫЙ ЛУКОВЫЙ ПИРОГ

Лук 1,5 кг
Растительное масло 4 ст. ложки
Бекон 100 г
Сметана 200 г
Яйца 3 шт
Мука 1 ст. ложка
Тмин ½ ч. ложки
Тесто слоеное бездрожжевое ... 250 г

- 1 Бекон обжарить до хруста, обсушить и мелко нарубить. Лук нашинковать и небольшими партиями обжарить, затем соединить и тушить в собственном соку до светло-коричневого цвета.
- 2 Добавить муку, тмин, прогреть, добавить бекон, перемешать и остудить.
- 3 Тесто раскатать, выстелить им форму, покрытую пергаментом так, чтобы тесто закрыло стенки формы.
- 4 Уложить лук на тесто, разровнять, выпекать при 180 °С до золотисто-коричневой корочки на луке.

СВЕКОЛЬНЫЙ САЛАТ

Свекла	2 шт
Репчатый лук	½ шт
Чеснок	1 зубч
Светлый изюм	2 ст. ложки
Соевый соус	2 ст. ложки
Мед	1 ст. ложка
Оливковое масло	2 ст. ложки
Молотый тмин	½ ч. ложки
Молотый черный перец	¼ ч. ложки
Яблочный уксус	1 ст. ложка

- 1 Свеклу нарезать соломкой. Изюм промыть. Лук нарезать полукольцами, чеснок измельчить.
- 2 Добавить на сковороду оливковое масло и обжарить лук вместе со свеклой в течение 4-х минут, помешивая. Затем добавить изюм, уксус, соевый соус и специи.
- 3 Готовить еще несколько минут, затем добавить мед, перемешать и убрать с нагрева. Охладить.

ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Польпетте в соусе
из тыквы



Говядина со шпецле



Бограч гуляш



Судзукакья



Суп из пророщенного
гороха

10 ВАНИЛЬ

VANILLA PLANIFOLIA

ИСТОРИЯ СПЕЦИИ



Родина ванили — Южная Мексика, а ее современное название происходит от испанского «vainilla».

Ваниль возделывали еще древние ацтеки, называвшие растение tlilxochitl (черный цветок). Они добавляли ваниль в шоколадный напиток «chocolatl» (чоколатль): какао-бобы, мед, горячая вода, ваниль, красный перец.

Первым европейцем, отведавшим этот напиток, был Эрнан Кортес (испанский конкистадор, завоевавший Мексику и уничтоживший государственность ацтеков). Произошло это в 1519 году, а в следующем году он познакомил с ванилью и шоколадом Европу.

Сегодня ваниль выращивают на Мадагаскаре, в Индонезии, Мексике, Китае, Индии, Уганде.



КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ



Ваниль — незрелые, прошедшие особую ферментацию и сушку на солнце длинные тонкие стручки вьющегося тропического растения вида *Vanilla planifolia* семейства Орхидных.

Главная ценность — это мелкие семена, которые находятся внутри стручка.

Семена окружены вязкой маслянистой субстанцией, в ней содержатся компоненты, которые дополняют и разнообразят аромат ванили.

Рождение пряности начинается с цветения, а цветок открывается только раз в году, и то всего на несколько часов.

ТЕХНОЛОГИЯ ПОЛУЧЕНИЯ СПЕЦИИ

Так как этот вид орхидей имеет единственного природного опылителя — пчелу-мелипону, *цветки приходится опылять вручную*, иначе растение не даст урожая. После опыления стручок сначала 6 недель развивается до нормального размера (15–25 см), а затем еще 8–9 месяцев достигает нужной степени зрелости.

Зеленые стручки (обязательно собранные вручную) ни вкусом, ни ароматом не похожи на ваниль — понадобится немалое терпение и еще 3–6 месяцев упорной работы.

Стручки в течение 20 секунд выдерживают в горячей воде или подсушивают в печи, а затем в течение 3 месяцев днем сушатся на солнце, а на ночь плотно укутывают. Затем ваниль созревает в пучках еще несколько месяцев.

В результате такого сложного и долгого процесса ванильные стручки ферментируются, усыхают в 4 раза по весу и приобретают характерный темно-коричневый цвет и неповторимый аромат.

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ

Ценность ванили —
в мелких семенах.

Чем крупнее и толще стручки, тем больше в них семян.

Качественная ваниль всегда блестит.

Хороший стручок ванили легко сгибается и сворачивается в кольцо. Стручки ванили в ненарушенной фабричной упаковке хранятся несколько лет. Стручки можно засыпать сахаром или сахарной пудрой, тогда получится ванильный сахар или пудра.

Хороша также спиртовая настойка ванили: стручок ванили разрезать пополам вдоль, затем на более короткие фрагменты и залить 100 мл водки, закупорить и оставить в темном прохладном месте на 2—3 недели.

Самый распространенный способ применения ванили — использовать семена, которые добывают из стручка разрезая его вдоль пополам и выскребая кончиком ножа.

ПРИМЕНЕНИЕ

Если нужен не весь стручок ванили, то от него отрезают нужный фрагмент и затем действуют по обозначенной схеме.



Для выпечки ваниль часто вводят через подогретое молоко, в этом случае в молоко опускают и семена, и сам пустой стручок, дают настояться и процеживают.

Также для ароматизации выпечки можно смешивать ваниль с жиром или яйцом.

В закусочные (несладкие блюда) ваниль добавляют в виде целого стручка (или его части) незадолго до окончания готовки и удаляют, когда блюдо готово.

Натуральная ваниль существует также в виде порошка, экстракта, эссенции и ванильного сахара.

Существует и **искусственный заменитель ванили** — ванилин, синтетический ванилин тоже существует, его получают из отходов целлюлозно-бумажного производства.

Ваниль используют для производства конфет, выпечки, кондитерских изделий, мороженого, алкогольных и безалкогольных напитков. Давно существует тенденция добавлять ваниль в соусы для мяса и морепродуктов.

Ваниль хорошо сочетается с перцем чили, это сочетание используют для приготовления индейки, свинины, кролика.



СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Бадьян

Перец чили

Шафран

Корица

Розмарин

Лаванда

Тимьян

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Ананас

Клубника

Свекла

Апельсин

Кокосовый орех

Чеснок

Вишня

Манго

Инжир

Морковь

ИДЕИ

Добавьте немного ванили в обычный томатный соус, горячий или холодный.

Добавьте немного ванили в маринад для мяса или рыбы.

Добавьте немного ванили в молоко, которое затем будете использовать для приготовления картофельного пюре.

Добавьте немного ванили в салат из квашеной капусты.

Добавьте в майонез немного васаби и ванили — это хорошее сопровождение к жареной рыбе.

Добавьте немного ванили при изготовлении хумуса.

Добавьте немного ванили в кляр для жарки креветок, кусочков рыбы или курицы.

РЕЦЕПТЫ

СЫРНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

Яйца	1 шт
Твердый сыр	120 г
Соль	¼ ч. ложки
Сливочное масло	120 г
Мука	1 ½ стакана
Перец чили	½ ч. ложки
Ваниль	1 стручок
Разрыхлитель	½ ч. ложки

- 1 Смешать муку, разрыхлитель, соль, перец, нарезанное сливочное масло, натертый сыр, яйцо и немного воды. Замесить тесто.
- 2 Тесто превратить в колбаску диаметром 4 см, завернуть в пленку и поместить в холодильник на 30 минут.
- 3 Нарезать тесто кружками толщиной 0,5 см и выложить на противень с пергаментом. Выпекать при 200 °С 10–12 минут или до золотисто-коричневого цвета.

КРЕВЕТКИ В ВАНИЛЬНОМ МАСЛЕ

Креветки крупные формата 16/20	400 г
Лук	½ шт
Сливочное масло	100 г
Сухое белое вино	¼ стакана
Белый винный уксус	1 ч. ложка
Ваниль	2 см
Черный перец горошек	8 шт
Белый молотый перец	1 щепотка
Растительное масло для жарки	

- 1 Приготовить соус: шалот мелко нарубить, положить в сотейник и добавить к нему вино, уксус, черный перец.
- 2 Готовить на среднем нагреве до сиропообразной консистенции, процедить. Жидкость поместить снова в сотейник, немного подогреть и венчиком, подогревая, вмешать кубики холодного масла (не все сразу, а партиями).
- 3 Должна получиться эмульсия, в которую добавить семена ванили и молотый белый перец.
- 4 Креветки обжарить и подать с теплым соусом.

ВАНИЛЬНОЕ МАСЛО К СТЕЙКУ

Сливочное масло 200 г
Ваниль 1 стручок
Шинкованная петрушка 2 ст. ложки
Шинкованный укроп 2 ст. ложки
Сухой тимьян 1 ч. ложка
Соль
Черный молотый перец

- 1 Все смешать, превратить в колбаску, завернуть в пленку и хранить в холодильнике или морозильнике.
- 2 При необходимости отрезать таблетку масла и укладывать на горячий стейк при подаче.

СОУС BBQ С ВАНИЛЬЮ

Томатный кетчуп 200 мл
Шоколад темный 40 г
Перец чили ¼ ч. ложки
Ваниль 1 стручок
Коричневый сахар 1 ст. ложка
Красный винный
или яблочный уксус
Соль

- 1 В сотейник поместить кетчуп и кусочки шоколада, нагреть при помешивании.
- 2 Добавить все остальные ингредиенты, довести до кипения и варить при помешивании 2 минуты. Остудить.

ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Грушевый пирог



Пышки с яблочным сидром



Шарлотка с яблоками



Блинчики «Сюзетт»

ЭСТРАГОН

ARTEMISIA DRACUNCULUS



ИСТОРИЯ СПЕЦИИ

В этом разделе мы будем рассматривать высушенную зелень эстрагона. Конечно, свежую зелень тоже можно отнести к специям, но это, все же — пряная зелень.

Эстрагон, или полынь эстрагонная, — многолетнее травянистое растение семейства Полынных, родиной которого считают Монголию.

В средние века верили, что эстрагон помогает от укусов змей и бешеных собак, однако поверье объясняется всего-навсего змееподобной формой корня (в старину считали, что форма растения определяет его лекарственные свойства).

Отсюда и видовое ботаническое название — *dracunculus* (драконо-видный), что нашло отражение и в английском *tarragon*, и французском *estragon*, заимствованном из арабского *tarkhun* (дословно «маленький дракон»).

Между прочим, арабское слово «тархун» прижилось на Кавказе, а потом и у нас.



КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ

Листья эстрагона мелко нарезают и сушат отдельно от стеблей при температуре не выше 35 °С, иначе запах исчезнет, а листья станут бурыми.

Ей являются свежие или высушенные молодые стебли и листья.

ТЕХНОЛОГИЯ ПОЛУЧЕНИЯ СПЕЦИИ

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ

Сухой эстрагон надо хранить в плотно закрытой посуде, в темном месте и использовать в течение 2 месяцев.

Свежие листья эстрагона обладают нежным пряным ароматом и острым пикантно-терпким вкусом.

ПРИМЕНЕНИЕ

Французы почтительно именуют эстрагон «*королем трав*» и обязательно включают его в смесь душистых трав фин-эrb и такие известные соусы, как беарнез и тартар.

Эстрагон добавляют в салаты, мясные и рыбные супы, яичные блюда, соусы, горчицу и уксус, а молодые побеги подают как свежую зелень.

Аромат эстрагона великолепно подчеркивает тонкий вкус блюд из птицы и различных соусов на базе майонеза и сметаны; очень хорош эстрагон в салатах с каперсами. Эстрагон широко используется при консервировании огурцов, кабачков, патиссонов, тыквы, помидоров, цветной капусты, спаржи и незаменим при приготовлении любых домашних солений, маринадов и даже горчицы.



СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Гвоздика

Майоран

Перец чили

Кориандр

Мята

Черный перец

Лавровый лист

Орегано

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Кабачки

Помидоры

Спаржа

Морепродукты

Рыба

Сыр

Огурцы

Сладкий перец

Яйца

Кисломолочные продукты

ИДЕИ

Попробуйте настоять оливковое масло на эстрагоне — хорошо подходит к морепродуктам.

Положите эстрагон под кожу курицы перед жаркой.

Добавьте эстрагон в омлет с небольшим количеством козьего сыра.

Добавьте эстрагон в салат из свежих огурцов.

Залейте эстрагон теплым уксусом и выдержите пару дней, такой уксус — хорошая база для салатных заправок.



Смешайте сливочное масло, натертую лимонную цедру и эстрагон. Превратите в колбаску, заверните в пленку и храните в холодильнике или морозильнике. При необходимости отрежьте таблетку масла и уложите на порцию жареной рыбы.

Любой фруктовый салат попробуйте приправить эстрагоном.

Обжарьте шинкованную капусту с луком, добавьте эстрагон, остудите, добавьте нарубленные крутые яйца — это хорошая начинка для капустного пирога.

РЕЦЕПТЫ

ШАМПИНЬОНЫ МАРИНОВАННЫЕ С ЭСТРАГОНОМ

Шампиньоны свежие	400 г
Вода	250 мл
Уксус столовый 9%	1 ст. ложка
Растительное масло	2 ст. ложки
Лавровый лист	1 шт
Соль	2 ч. ложки
Сахар	1 ст. ложка
Эстрагон суш.	2 ч. ложки
Тимьян суш.	½ ч. ложки
Чеснок	1 зубч
Черный перец горошек	6 шт

- 1 Воду довести до кипения, добавить промытые шампиньоны (можно разрезать каждый на 4 части, если крупные), соль, сахар, лавровый лист и черный перец, варить при слабом кипении 2 минуты, убрать с нагрева.
- 2 Влить уксус, растительное масло и добавить нарезанный чеснок, эстрагон и тимьян.
- 3 Остудить и выдержать в холодильнике 12 часов.

СОУС ЧИМИЧУРРИ

Петрушка свеж.	20 г
Кинза свеж.	20 г
Эстрагон сух.	1 ч. ложка
Лук зеленый	3 перышка
Орегано сух.	½ ст. ложки
Перец зеленый жгучий	по вкусу
Чеснок	3 зубч
Масло оливковое	100 мл
Соль	½ ч. ложки

Все обработать в измельчителе.

КУРИНАЯ ГРУДКА В СЛИВОЧНОМ СОУСЕ

Куриная грудка	4 шт
Лук	1 шт
Сливочное масло	20 г
Мука	2 ч. ложки
Сливки 20%	300 мл
Лимонный сок	½ ст. ложки
Эстрагон сух.	1 ½ ч. ложки

- 1 Половину сливочного масла смешать с мукой и отложить.
- 2 Каждую грудку нарезать на 4 части, обжарить в течение 8 минут на сливочном масле с мелко нарезанным луком.
- 3 Сливки немного подогреть, добавить муку с маслом и, помешивая, уварить до загустения.
- 4 Переложить курицу и лук в сливки, добавить лимонный сок и эстрагон, готовить при слабом кипении 15 минут.

ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Стейк с соусами «Бе-арнез» и перечным



Цветная капуста с голландским соусом



Запеченные фаршированные блинчики



Стейки из индейки в панировке



Рассольник с куриными потрохами



Быстрое фрикасе из курицы



Соус Абано



Соус буа-будран



12 ШАЛФЕЙ

SALVIA OFFICINALIS

ИСТОРИЯ СПЕЦИИ



В этом разделе мы тоже будем рассматривать высушенную зелень шалфея, как и в некоторых других разделах этого гайда.

Конечно, свежую зелень тоже можно отнести к специям, но это, все же — пряная зелень.

Шалфей — пряное растение родом, скорее всего, из Сирии, откуда оно быстро распространилось по всему Средиземноморью. В результате сегодня *около 500 его видов* растут практически *во всех странах мира* и используются в соответствии с местными кулинарными традициями.

Наибольшее значение имеет шалфей лекарственный *Salvia officinalis* — его родовое ботаническое название происходит от латинского *salvus* (здоровый, невредимый), что нашло свое отражение и в большинстве европейских языков.



Еще греки, римляне, арабы и даже американские индейцы применяли шалфей как средство «от всего на свете». Гиппократ и Диоскорид считали его священной травой, а арабские врачи утверждали, что он удлинит жизнь практически до бессмертия — до сих пор существует поверье, что тот, кто съедает ежедневно по листику шалфея, проживет сто лет. Во французском Провансе говорят: «У кого в саду шалфей, тому доктор не нужен».

КАКАЯ ЧАСТЬ РАСТЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ СПЕЦИЕЙ

Травянистое растение высотой до 75 см, специей являются высушенные листья шалфея.

Сухой шалфей должен иметь аромат камфоры, сосны и зеленых трав.

КАК ОЦЕНИТЬ КАЧЕСТВО И КАК ХРАНИТЬ

Хранить сухой шалфей рекомендуют до 1 года в стеклянной герметичной посуде цельными листочками и размалывать перед использованием.



ПРИМЕНЕНИЕ

Шалфей сочетается с мясом, рыбой, птицей, дичью, грибами, крупами и бобовыми. Им ароматизируют начинки для пирогов (мясных, сырных, овощных, с луком, яйцом, картофелем), пельменей и равиоли, добавляют в фарши, сыры, колбасы.

С шалфеем хороши супы, с ним тушат, жарят, запекают. Шалфей отлично подходит для маринования, консервирования, засаливания, квашения.

В отличие от многих других сухих трав, шалфей сохраняет свой аромат даже при высоких температурах, поэтому можно приправлять им блюда в начале приготовления.

Главный секрет использования шалфея — добавлять его нужно понемногу и весьма умеренно.

Шалфей используют также в приготовлении алкогольных настоек, наливок, ликеров, пива, вина, его добавляют в компоты, варенье, чай.

СОЧЕТАНИЕ С ДРУГИМИ СПЕЦИЯМИ

Мускатный орех

Тимьян

Черный перец

Розмарин

СОЧЕТАНИЕ С ПРОДУКТАМИ

Брюссельская капуста

Тыква

Курица

Рис

Чеснок

Огурцы

Рыба

Лимон

Свинина

Пасты

Тофу



ИДЕИ

Попробуйте приправить шалфеем блюда с участием зеленого горошка, картофеля, помидоров и баклажанов.

Сдобрите изнутри шалфеем и чесноком любую птицу перед запеканием целиком.

Добавьте шалфей и чеснок в свиной фарш для любого блюда, где он используется.

Добавьте шалфей в сочетание «сыр-ветчина» для любого блюда (омлет, кордон-блю, ризотто, соусы для пасты).

Добавьте шалфей в любое блюдо с использованием потрошков птицы.

Приправьте шалфеем любой шницель (курица, свинина, телятина) перед панировкой.

Обжарьте куриную печенку, приправьте шалфеем, залейте сливками и томите несколько минут.



РЕЦЕПТЫ

КУРИНЫЕ СЕРДЕЧКИ С ШАЛФЕЕМ

Вино белое сухое ¼ стакана
Лук ½ шт
Куриные сердечки 400 г
Сливки 20% 120 мл
Мука 1 ч. ложка
Шалфей сухой 1 ч. ложка
Растительное масло для жарки

- 1 Куриные сердечки надрезать, раскрыть как книжку и промыть. Лук мелко нашинковать.
- 2 Обжарить лук и сердечки, добавить вино и шалфей, выпарить вино до сиропа, добавить 100 мл воды и тушить до мягкости (время от времени можно подливать немного воды).
- 3 Когда сердечки будут почти готовы, смешать сливки с мукой и добавить к ним, перемешать. Томить еще несколько минут.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ СУП С ШАЛФЕЕМ

Лук	1 шт
Лук-порей или зеленый лук (белые части)	50 г
Картофель	300 г
Сельдерей стеблевой	2 стебля
Сливочное масло	20 г
Куриный бульон или вода	1,2 л
Сливки 20%	100 мл
Чеснок сухой	½ ч. ложки
Шалфей сухой	1 ч. ложка
Паприка сладкая	1 ч. ложка
Растительное масло для жарки	

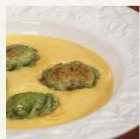
- 1 Мелко нарежьте лук (оба вида) и сельдерей, обжарьте слегка на растительном масле, за 30 секунд до окончания обжаривания добавьте чеснок, паприку и шалфей.
 - 2 Тем временем поместите в кипящий бульон нарезанную картошку и варите ее.
 - 3 Когда картошка станет мягкой, разомните ее прямо в кастрюле с бульоном, добавьте обжаренные со специями овощи, сливки и сливочное масло. Готовьте на медленном огне 15–20 минут.
- * При необходимости суп можно загустить с помощью небольшого количества муки, прогретой со сливочным маслом.

СЫРНАЯ ЗАКУСКА С ШАЛФЕЕМ

Фета или брынза	200 г
Сладкая паприка	½ ч. ложки
сухая молотая	
Красный перец сладкий	1 шт
Чеснок	1 зубч
Шалфей сухой	½ ч. ложки

- 1 Сладкую паприку очистить от семян, разрезать вдоль пополам и запечь под грилем до обугливания кожицы, очистить.
- 2 Чеснок натереть. В блендере или процессоре обработать фету, запеченный перец, паприку, шалфей и чеснок до однородной пасты.

ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ СО СПЕЦИЕЙ



Тыквенный суп с зелеными пельмешками



Баранья нога в солевом тесте



Кростини по-тоскански



Сальтимбocca



Шоколадные равиоли



Конвертики с грешками, семгой, сыром



Жареные перепела с гречкой



ПОСЛЕСЛОВИЕ АВТОРА

Если вы являетесь обладателем первой части гайда, то теперь, изучив обе, вы, вероятно, станете свободнее чувствовать себя на кухне и более осознанно относиться к специям.

Вы наверняка обратили внимание, что в первых двух частях рассмотрены только моно-специи, то есть, никаких смесей.

В третьей части я рассмотрю именно смеси, они упоминались в освоенном вами материале.

Сообщу также, что помимо описания смесей и рецептов блюд с их использованием, я приведу *рецептуры самих смесей для самостоятельного их изготовления.*

Если вы хотите быть первым, кто узнает про выход третьей части — можете записаться в предварительный список, чтобы получить лучшие условия и специальную стоимость:

ХОЧУ ТРЕТЬЮ ЧАСТЬ



В послесловии к первому гайду я анонсировал появление обзора на представленные на нашем рынке специи. Однако, анализ сложившейся на нашем рынке ситуации показал, что делать это нерационально, а выражаясь точнее — неразумно.

Конкуренции на полках магазинов практически нет и часто приходится покупать специи онлайн, на интернет-площадках.

Тем не менее, в нашем общем чате по запросу любого его участника я дам рекомендации по покупке, иными словами — расскажу **какие именно бренды специй стоят у меня на полке** и на какой конкретно площадке их можно приобрести.

Присылайте в чат фото своих блюд, рецепты которых вы почерпнули в первых двух частях, не исключено, что мы объявим конкурс.



Если вы **хотите знать о кулинарии еще больше и готовить еще вкуснее,** то я буду рад анонсировать скорое появление **«Базового Курса»**, в котором я до атомов разберу всю теорию и практику приготовления популярных блюд.

Чтобы у вас была максимальная скидка, также регистрируйтесь по анкете предзаписи:

**ОСТАВИТЬ ЗАЯВКУ
на «Базовый Курс»**



Результат курса будет простым — мурашки удовольствия у вас и ваших близких, потому что самые обычные рецепты в ваших руках будут становиться шедеврами.

А пока — до встречи вживую в моих питерской и сочинской студиях, в чате, на YouTube-канале, в Телеграме, Вконтакте.

Ваш проводник в мире специй,

Ильба Лазерсон