

БИБЛИОТЕКА
ШЕФ-ПОВАРА

Светлана ДОЛГОПОЛОВА

НОВЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Светлана ДОЛГОПОЛОВА

НОВЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Москва
Издательский дом
“Ресторанные ведомости”
2005

УДК 641.51.54
ББК 36.992
Д64

*Охраняется законом РФ об авторском праве.
Воспроизведение всей книги или любой ее части запрещается
без письменного разрешения издателя.
Любые попытки нарушения закона
будут преследоваться в судебном порядке.*

Долгополова Светлана Валентиновна
Д64 Новые кулинарные технологии / С.В. Долгополова –
М.: ЗАО “Издательский дом “Ресторанные ведомости”, 2005. – 272 с.

ISBN 5-98176-034-6

Агентство СІР РГБ

Книга знакомит читателя с особенностями современной ресторанной кухни, позволяет лучше узнать возможности кулинарного применения и обработки новых, ранее неизвестных, экзотических продуктов, предлагает современные варианты использования уже знакомых видов сырья. Издание предназначено для поваров, специалистов сферы ресторанного бизнеса, студентов профильных учебных заведений.

ISBN 5-98176-034-6

© ЗАО “Издательский дом
“Ресторанные ведомости”, 2005

СОДЕРЖАНИЕ

6	<i>Введение</i>
8	<i>Раздел 1. Кулинарное использование новых видов сырья</i>
8	<i>Пряности</i>
21	<i>Пищевкусовые и ароматические смеси</i>
22	<i>Промышленные соусы, ароматизаторы, уксусы и их заменители</i>
26	<i>Приправы, пищевые добавки</i>
29	<i>Алкобольные и слабоалкогольные напитки</i>
32	<i>Молочные и кисломолочные продукты и их аналоги</i>
36	<i>Орехи</i>
39	<i>Крупы и продукты переработки круп</i>
41	<i>Бобовые</i>
42	<i>Макаронные изделия (пасты), мука</i>
45	<i>Плоды</i>
53	<i>Овощи, грибы</i>
59	<i>Цветы</i>
62	<i>Птица, субпродукты, мясопродукты, морепродукты</i>
66	<i>Растительные масла</i>
70	<i>Раздел 2. Способы и приемы кулинарной обработки</i>
71	<i>Обработка сырья и приготовление полуфабрикатов</i>
71	<i>Овощи, плоды, грибы</i>
74	<i>Мясо</i>
86	<i>Рыба</i>
90	<i>Птица</i>

97	<i>Тепловая обработка: приемы и особенности их применения</i>
102	<i>Приготовление в фольге, пищевой пленке, пергаменте, в рукаве</i>
110	<i>Интенсивное охлаждение и шоковая заморозка</i>
111	Раздел 3. Приготовление блюд ресторанной кухни
111	<i>Технология приготовления супов</i>
111	<i>Консоме</i>
113	<i>Пюреобразные супы</i>
118	<i>Популярные супы европейской кухни</i>
122	<i>Технология приготовления соусов</i>
125	<i>Классические соусы: особенности приготовления, заготовки</i>
132	<i>Соусы на основе овощных соков и пюре, пюре из бобовых</i>
133	<i>Соусы на основе фруктов и ягод</i>
137	<i>“Быстрые” соусы (соусы, приготовленные с использованием мясного сочка)</i>
139	<i>Десертные соусы</i>
141	<i>Соусы на основе творога, йогурта, сыра, сливок</i>
143	<i>“Оригинальные” соусы</i>
144	<i>Соусы для паст</i>
147	<i>Горячие блюда</i>
147	<i>Блюда из рыбы и морепродуктов</i>
148	<i>Блюда из отварной и припущенной рыбы и морепродуктов</i>
154	<i>Блюда из жареной рыбы и морепродуктов</i>
158	<i>Блюда из запеченной рыбы и морепродуктов</i>
161	<i>Блюда из тушеной рыбы и морепродуктов</i>
163	<i>Блюда из мяса</i>
163	<i>Блюда из отварного и припущенного мяса</i>
164	<i>Блюда из жареного мяса</i>
172	<i>Блюда из тушеного мяса</i>
177	<i>Блюда из птицы</i>
177	<i>Блюда из отварной и припущенной птицы</i>
178	<i>Блюда из жареной птицы, пернатой дичи</i>
185	<i>Блюда из тушеной птицы</i>

190	<i>Гарниры</i>
192	<i>Гарниры из картофеля и овощей</i>
196	<i>Гарниры из круп, бобовых, макаронных изделий</i>
198	<i>Технология приготовления холодных закусок</i>
198	<i>Маринованные и фаршированные холодные закуски</i>
204	<i>Заливные холодные закуски</i>
205	<i>Рулеты (террины)</i>
209	<i>Паштеты</i>
211	<i>Салаты</i>
216	<i>Закуски для фуршетного стола</i>
223	<i>Блюда из яиц</i>
223	<i>Омлеты</i>
225	<i>Омлеты-муссы, омлеты-суфле, сырное суфле</i>
226	<i>Яичная кашка</i>
227	<i>Блюда из отварных яиц</i>
229	<i>Технология приготовления десертов</i>
230	<i>Фруктовые салаты</i>
231	<i>Десерты из фруктового (ягодного) пюре</i>
232	<i>Запеченные фрукты и ягоды</i>
234	<i>Вареные фрукты</i>
236	<i>Фрукты, жаренные в тесте, на гриле, фламбированные фрукты</i>
237	<i>Кремы</i>
243	<i>Замороженные десерты</i>
246	<i>Десерты из яичных белков</i>
247	<i>Десерты из бездрожжевого теста</i>
250	<i>Муссы</i>
253	<i>Горячие и холодные суфле</i>
255	<i>Десерты из мягкого сыра, творога</i>
259	<i>Холодные и горячие пудинги</i>
261	<i>Элементы оформления десертов</i>
267	<i>Список литературы</i>

Введение

Долгие годы в нашей стране ресторанная кухня была частью массового питания. Салат “Столичный”, солянка сборная, котлета по-киевски с жареным картофелем — вот традиционный перечень лучших блюд, включенных в меню практически любого советского ресторана и фактически высшая планка профессионального мастерства для повара.

Унификация рецептов, упрощение технологии приготовления кулинарных изделий, отсутствие знакомства с международным опытом и знания тенденций гастрономической моды, имевшее место в отечественной кулинарной практике, — все это привело к серьезным проблемам подготовки специалистов прежде всего для сферы ресторанного бизнеса. Не умаляя огромной значимости отечественной учебной литературы по технологии приготовления пищи, следует отметить, что в ней в полной мере отражаются требования технологии производства продукции в основном для *массового питания*. Ресторанные же технологии имеют свою специфику, отличаются большей сложностью и творческой направленностью. С одной стороны, они строятся на классических приемах, рецептурах, общепринятых в мировой практике, с другой — на современных тенденциях кулинарного искусства. А для него, так же как для музыки и живописи, не существует государственных границ, и лучшие произведения талантливых поваров становятся мировым достоянием.

Специалисту, работающему в сфере ресторанного бизнеса или только собирающемуся им заняться, необходимо

знание основ и особенностей ресторанных технологий, кулинарной классики, международной терминологии, современных тенденций. Материал, представленный в разделах “Способы и приемы кулинарной обработки” и “Приготовление блюд ресторанной кухни”, является синтезом кулинарной классики, основанной в том числе на творческом наследии “короля поваров и повара королей” Огюста Эскофье, и современных тенденций ресторанной кухни, наработок лучших отечественных и зарубежных поваров. Поскольку повторение известных технологий, представленных в отечественных учебниках и действующих сборниках рецептов, автор посчитал нецелесообразным, в книге предложены лишь те материалы, которые позволили бы дополнить профессиональные знания, внести уточнения в тех случаях, когда имеют место несовпадения основных понятий в отечественной и международной ресторанной практике.

Описываемые способы кулинарной обработки также не повторяют стандартный набор приемов, известных из технологии массового питания, а дополняют и расширяют знания в этой области. В книге, в частности, рассматриваются такие способы, как фламбирование, сотирование, приготовление на гриле, в вакууме, обработка пламенем газовой горелки и т.п. Учитывая, что вкусовая гамма ресторанных блюд должна отличаться сложностью и изысканностью, здесь предложены различные варианты маринадов, панировок, глазурей и другие приемы, позволяющие реализовать задумки повара.

Информация, которая содержится в этом издании, позволяет углубить знание основ кулинарной классики и особенностей ресторанных технологий, а также познакомиться с международной кулинарной терминологией.

Раздел 1. КУЛИНАРНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НОВЫХ ВИДОВ СЫРЬЯ

Сегодня в России открывается много ресторанов, в меню которых широко представлены блюда европейской и азиатской кухонь, а также ранее забытые блюда кухни отечественной. Российские повара принимают активное участие в международных кулинарных конкурсах, и необычность и оригинальность блюд, представленных там, поражают порой даже специалиста. Для их приготовления часто используются новые виды продуктов, ранее нам не доступные, и все чаще они становятся составляющими элементами блюд отечественной ресторанной кухни; в то же время известные продукты сейчас нередко используются совершенно по-новому.

Рынок сырья для ресторанной кухни растет так быстро, что даже опытные специалисты иногда ломают голову над тем, для каких целей лучше использовать и как правильно обрабатывать тот или иной продукт. Мы попытались систематизировать материал, который позволит лучше узнать возможности кулинарного применения и обработки новых, ранее не известных продуктов, а также познакомит с новыми вариантами использования уже знакомых ингредиентов.

Пряности

Существует около 150 пряностей, и каждая имеет свои особенности применения. Хотя пряности не обладают особыми питательными свойствами, добав-

ление их в небольшом количестве к пище значительно улучшает ее вкус, аромат, а иногда и цвет. Кроме того, за счет их использования уже известному кулинарному изделию может быть придана индивидуальность. Пряности возбуждают аппетит, улучшают пищеварение, многие обладают целебными свойствами. Не случайно и в древности, да и сейчас они используются именно в лечебных целях (шалфей, можжевельник, мята и др.).

Мак, корица, кунжут, ваниль, мускатный орех и прочие пряности создают необыкновенные ароматы, которые, разносясь по кофейням и кондитерским, привлекают гостей едва ли не больше, чем вид и вкус самих изделий. Известно, что аромат блюда, напиток нередко является самым действенным средством рекламы, то есть побудительным мотивом для совершения покупки.

Рестораны в отличие от рядовых покупателей предъявляют повышенные требования к качеству и ассортименту пряностей. Цена в данном случае не является приоритетом, поскольку обычно доля пряностей в блюде настолько мала, что почти не влияет на себестоимость. В хорошем ресторане часто используется несколько десятков различных видов пряностей, так как стандартным, избитым набором искушенного гостя удовлетворить трудно.

Существуют две большие группы пряностей: классические и местные. Классические пряности используются в сухом обработанном виде, а местные — в свежем, поскольку, как правило, они непригодны к перевозке.

Классические (экзотические) — это пряности, применяемые с глубокой древности, получившие всемирное распространение и ставшие классическими для подавляющего большинства национальных кухонь, как западных, так и восточных. Они относительно дороги, и диапазон их применения очень широк.

Местные — это пряности, имеющие меньший исторический и географический диапазон применения.

Местные пряности подразделяются на *пряные овощи* и *пряные травы*. Пряные овощи — это культурные растения (корнеплоды, луковые). Обычно используется их подземная часть. Они культивируются во всем мире и имеют множество сортов. У пряных трав используется надземная часть (листья с цветами, семена). Они могут быть культивируемыми и дикорастущими. Последние обычно сушат. В эту группу входят также пряные части кустарниковых и полукустарниковых растений (можжевельник, рута и др.).

Впрочем, деление пряностей на группы весьма условно. К примеру, у кориандра (кинзы) могут быть использованы как зелень, так и семена.

Одна и та же пряность в сочетании с различными продуктами ведет себя по-разному. Так, нежной рыбе розмарин придаст сильные вкусовые ощущения, а вкус и аромат мяса слегка оттенит. Одна и та же пряная зелень в свежем и сушеном виде неодинаково влияет и на органолептические свойства блюда.

Точную рекомендацию по количеству пряностей, необходимому для приготовления того или иного блюда, трудно дать не только потому, что в рецептуре оно бывает весьма незначительно. Это связано еще и с тем, что качество пряности может значительно варьироваться, влияя на степень насыщенности вкусовой и ароматической гаммы. Работать с пищевыми добавками, в том числе с пряностями, надо, сообразуясь с собственным вкусом.

Пряности можно использовать во время предварительной подготовки сырья, например, маринования, или добавлять непосредственно при приготовлении блюда.

С помощью пряностей ароматизируют уксус, растительное и сливочное масло, мед и т.п. Пряности могут быть составляющей частью панировок, их можно использовать для маринования ветчины. Пряности прекрасно дополняют дизайн блюда. Например, такие виды пряностей, как звездчатый анис, веточки розмарина, мяты, петрушки, трубочки из корицы, часто используются для оформления. Пряности иногда применяются даже для ароматизации пара при приготовлении на нем кулинарной продукции. А для ароматизации дыма во время барбекю можно посыпать угли, например, розмарином или стеблями фенхеля.

Кулинарное использование пряностей зависит от их вида и является творческим процессом. Нередко уже известные пряности находят в современной ресторанной кухне совершенно неожиданное применение, как, например, подача перца к свежей клубнике или использование хрена для панировки палтуса, кунжута — для панировки котлет из куриного филе, роллов из говядины или использование розмарина, тимьяна, базилика для оформления десертов.

И все же имеет смысл рассмотреть уже отработанные вкусовые сочетания пряностей с различными продуктами и использование пряностей при приготовлении различных кулинарных и кондитерских изделий.

Ажгон (индийский тмин, зира). В Средней Азии его используют при приготовлении плова, а также в супах и вторых мясных, овощных блюдах, особенно приготовленных на углях.

Аир. Используют при работе со сладкими блюдами — для ароматизации компотов, киселей, муссов, фруктовых супов. Вводят аир в конце приготовления, настаивают пять минут и обязательно удаляют. Также можно добавить для дополнительной ароматизации эстрагонного уксуса.

Анис (гамус). Молодые листья аниса отлично подходят для яблочных салатов. Также их применяют для ароматизации кондитерских и хлебобулочных изделий, кисло-сладких соусов, кваса, сладких блюд (компотов, киселей, муссов), иногда молочных супов. Анис неплохо подходит в качестве отдушки пищевых продуктов с неприятным или специфическим запахом. Для этого его вводят либо во время предварительной обработки пищевого продукта, либо в начале приготовления блюда. После нейтрализации запаха анис удаляют, а в блюдо вводят необходимые пряности.

Бадьян. Второе название — *анис звездчатый*. Хотя он не является родственником анису, но имеет схожий аромат. Рекомендуются для киселей, компотов, десертов из слив, айвы, груш, яблок. Благодаря своей необычной форме прекрасно подходит для оформления десертов. Может входить в состав пряных смесей, используемых в блюдах из свинины и птицы. Применяется при приготовлении соусов на основе овощей и фруктов, а также соусов к свинине, баранине, птице и рыбе. Добавление бадьяна в ряде случаев делается с целью стилизации под восточную кухню. Измельчать следует непосредственно перед использованием.

Базилик. Существует множество видов, все они обладают разным вкусом. Геноа, или сладкий базилик, известен лучше всего. Он имеет сильный запах и используется в итальянской кухне. Базилик незаменим при приготовлении блюд из помидоров, очень хорош для приготовления ароматизированного уксуса. Базилик можно добавить в мясные, рыбные, овощные блюда, блюда из морепродуктов, в салаты (кроме картофельных и из бобовых). В куриные и сырные супы базилик следует добавлять в сочетании с чабером, это усиливает остроту и придает блюду новый акцент. Используется в составе соусов с грибами, сыром, чесноком, растительным маслом. При приготовлении блюд из яиц, макаронных изделий, отварной рыбы, тушеного мяса базилик следует добавлять не ранее чем за 10 минут до готовности.

Ваниль. Получают из стручков ползучей орхидеи. Качественные стручки ванили должны обладать сладким карамельно-ванильным ароматом. Из ванили можно сделать ванильный сахар, положив в банку с сахаром (200–400 г) стручок ванили. Ваниль можно добавить в горячее молоко, которое в дальнейшем использовать для приготовления крема или мороженого. Перед применением стручок рекомендуется надрезать вдоль и высушить семена. Для ароматизации можно использовать как стручок, так и семена. Ваниль плохо комбинируется с другими пряностями, гармонично сочетается только с корицей и шафраном. Чаще всего применяется для ароматизации кондитерских изделий, дрожжевого теста, творожных изделий, десертов, сливочных, фруктовых и шоколадных соусов. Ваниль можно заменить ванильной эссенцией (экстракт). Ванилин (если на нем не написано “натуральный”) — это имитация ванили и “ванильного аромата”. В основе данного продукта — синтетический ванилин, обладающий более сильным ароматом, но оставляющий неприятный привкус. Качество искусственных заменителей ванили не столь высоко, но стоят они дешевле.

Вербена лимонная (лимонное сорго). Обладает слабым лимонным привкусом и ароматом, применяется как вкусовая добавка во многих блюдах азиатской кухни. Очищенная от внешнего слоя и слегка размятая, она может использоваться при приготовлении супов; светлую, нижнюю часть стебля добавляют в салаты. Также стебли используют в качестве шампуров при приготовлении мяса, креветок и курицы. В настоящее время вербена лимонная получила широкое распространение в различных кухнях, часто заменяя собой лимонную цедру при изготовлении десертов (например, лимонное брюле). Хорошо сочетается с курицей, свининой, морепродуктами, кокосом, чили, имбирем.

Гвоздика. При тепловой обработке частично теряет аромат, а жгучесть усиливается. Может использоваться в кондитерском производстве, в маринадах, при приготовлении блюд из капусты, баранины, свинины, дичи. Гвоздику можно добавить в уху, каши, плов, мясные бульоны, холодные закуски. Хорошо сочетается с корицей (в десертах) и с черным перцем (в горячих и холодных блюдах). Не рекомендуется применять в больших количествах с уксусом, вином и спиртосодержащими компонентами. Используется для ароматизации молока для соуса бешамель.

Горчица. Приправа из молодых семян горчицы. Используется горчица с черными (самыми острыми и едкими), коричневыми и белыми (иногда

их называют желтыми) семенами. Зерна размачивают в воде, уксусе или вине, а затем растирают до получения однородной массы. Иногда используют дополнительные ингредиенты: травы, мед, чили или чеснок. Органолептические свойства горчицы зависят от вида семян и рецептуры. Черная горчица (настоящая горчица, французская горчица) используется для приготовления лучших сортов столовой горчицы, дижонской горчицы и горчичного соуса равигот. *Дижонская горчица* отличается остротой, кремообразной структурой. Горчица “Мо” готовится из дробленых зерен с более мягким вкусом. *Американская горчица* имеет мягкий вкус, готовится с сахаром, уксусом или белым вином. *Английская горчица* отличается остротой, готовится из коричневых и белых зерен, имеет кремообразную структуру. Часто делается из порошка. *Сарепская горчица* используется для приготовления обычной столовой горчицы. Кроме известных способов использования горчицы как составляющей некоторых соусов, приправы к хот-догам, гамбургерам, сосискам, холодным закускам ею также можно натирать окорок или курицу перед запеканием. Иногда горчицу добавляют в белый соус или суп, чтобы придать им более сильный вкус и аромат. Горчицу также можно использовать как составную часть маринада для мяса (вместе с соевым соусом, чили, растительным маслом), а также для приготовления масляной смеси (с добавлением пряных трав). Смесь горчицы и меда можно глазировать коктейльные сосиски. Целые семена используются для ароматизации маринадов и соусов.

Дудник (ангелика). Ароматическая трава, напоминающая петрушку, широко применяемая в кулинарии. Свежие листья добавляют в салаты, стебли очищают и варят в сиропе, после чего они приобретают ярко-зеленый цвет и используются для украшения пирожных.

Душица (орегано). Добавляют в различные овощные супы, в соусы, к жареному, тушеному и запеченному мясу, используют при приготовлении блюд из шампиньонов, кваса и пиццы. Применяется для придания вкуса томатным соусам в итальянской и греческой кухне. Обладает сильным вкусом, поэтому обходиться с ней следует осторожно.

Имбирь. В продаже имеется свежий, сушеный, чаще молотый (в порошке), консервированный в сиропе, маринованный. Свежий имбирь хранят в холодильнике, завернув в пищевую пленку. По мере старения вкус усиливается, однако мякоть становится более волокнистой. Имбирь сначала чистят, затем натирают на терке (лучше керамической или деревянной). В рус-

ской кухне используется для приготовления пряников, сбитней, кваса, медовухи, куличей. Молотый имбирь лучше всего подходит для выпечки хлебобулочных изделий, печенья, имбирного пирога. Консервированный в сиропе имбирь можно использовать для выпечки или поливать сиропом мороженое или фрукты. Интересно сочетание имбиря с шоколадом. Также имбирь добавляют в карри и блюда азиатской кухни. Маринованные кусочки молодого имбиря используют для нейтрализации вкуса во время перемены суши. Имбирь также хорошо сочетается с кокосовым молоком, кориандром, зеленым луком, чесноком, соевым соусом, лимоном, лимонным соком, грушей, ревенем. Имбирь можно добавить при приготовлении цукатов, в компоты, фруктовые и овощные супы, в грибные, овощные блюда, блюда из курицы, к жареному мясу, при запекании утки, фаршированных овощей. *Миога* — близкая родственница имбиря. Ее нежные стебли используются для украшения или придания вкуса супам, сашими.

Каперсы. Нераскрытые бутоны цветков кустарника с горьким, пикантным вкусом. Используются в соленом и маринованном виде. Перед применением их следует промыть, слить жидкость и просушить. Соленые каперсы промывают, чтобы удалить лишнюю соль. Каперсы являются отличным дополнением к рыбе, например, тушеной. Также их можно добавить в пиццу и салаты. Каперсы хорошо сочетаются с мягкими по структуре и нежными по вкусу продуктами, например, с телятиной. Они замечательны с бараниной, говядиной, птицей, кроме того, их добавляют в холодные и горячие соусы, используют при приготовлении солянок, рыбных, мясных, овощных блюд. В первые и вторые блюда каперсы кладут в целом виде, в соусы — мелко рубленными.

Кардамон. Растение семейства имбирных. Ценится за ароматные семена, имеющие цветочно-лимонный запах. Продается в семенах или молотым. Последний менее ароматный. В рагу, карри и рис необходимо добавлять целые семена, слегка раздавив их, чтобы аромат стал сильнее. Молотый кардамон на Среднем Востоке часто используют для ароматизации кофе. Кардамон можно употреблять для ароматизации пряников, коврижек, кексов, тортов, компотов, киселей, кофе, риса, рагу, соусов и горчицы. В сочетании с шафраном и тмином его можно применять при варке рыбы, с красным перцем — при жарке рыбы, с майонезом — в заливном из рыбы.

Кервель. Одна из классических нежных трав, имеет легкий привкус петрушки и аниса. Используется в салатах, сливочных десертах, является

традиционным ингредиентом соуса равиго, вместе с эстрагоном входит в состав соуса беарнез. В измельченном виде добавляется в овощные и грибные салаты. Отлично сочетается с рыбой. Добавить кервель можно в омлеты, к мясо-рисовым фаршам, к отварному мясу и рыбе. Также можно использовать в рыбных, мясных, овощных супах, где он служит главным ингредиентом заправки из 5–6 трав. Заправлять кервелем следует горячие блюда перед подачей.

Кориандр (кинза). Свежая зелень идет в салаты, супы, к мясным (особенно жирным) блюдам, сухая — в супы. Свежую зелень добавляют в самом конце приготовления. Семена кориандра используют в хлебобулочных, кондитерских изделиях, при мариновании рыбы, тушении мяса, приготовлении лепешек, кваса, засолке огурцов. Корни используют в приготовлении карри. Стебли добавляют, когда необходим ярко выраженный вкус кориандра.

Корица. Может использоваться в диетическом питании вместо соли. Часто добавляется в тесто для выпечки кексов, куличей, пряников, пирогов с начинкой из тыквы, яблок, вишни, клубники, а также во фруктовых салатах и соусах. По вкусу подходит к баранине, свинине, курице. Входит в состав карри, “сухих духов”. Хорошо сочетается с ванилью.

Кунжут. При хранении быстро прогоркает, поэтому лучше хранить в холодильнике шкафу или морозильной камере. Чтобы кунжут стал жирным и хрустящим, его следует обжарить 1–2 минуты на медленном огне при помешивании деревянной ложкой до золотисто-коричневого цвета. Используется для посыпки булочек, хлеба, для украшения салатов и даже в качестве панировки кулинарных изделий из мяса и птицы.

Куркума. Корневище пряного растения, которое применяется в виде интенсивно красящего желтого порошка. Является антисептиком, нормализует обмен веществ. Вкус свежий, ароматный, но жгучий. Используется для приготовления пряных смесей, а также как самостоятельная пряность. Нередко ею заменяют шафран. Куркума — одна из основных специй для плова. Перед грилированием ею натирают цыплят, кур. Куркуму используют для подкрашивания горчицы, сладких блюд, риса, куриных и рыбных бульонов.

Лаванда. Можно использовать для салата, холодных закусок, овощных, грибных и рыбных супов, жаркого, а также для ароматизации безалкогольных напитков и уксуса.

Любисток. Имеет выраженный вкус сельдерея, поэтому его нельзя использовать в больших количествах. Листья и стебли можно добавлять в

супы, соусы, к маринованному мясу и домашней птице. Любисток улучшает вкус мясных, рыбных блюд, блюд из птицы, подходит к рису, рагу и паштетам.

Майоран. Применяется для придания вкуса томатным соусам в итальянской и греческой кухне. Улучшает не только вкус соусов, но также и супов, мясных блюд, блюд из яиц, сыра и салатов. В смеси с тмином образует изысканную комбинацию. Обладает сильным вкусом, поэтому использовать следует осторожно.

Мак. Семена ошпигного мака. Наиболее распространенными являются сине-серые зерна. Ими посыпают хлеб и печенье, используют в пирогах, а также в качестве наполнителей для соусов и карри. Часто их предварительно обжаривают без масла, для получения орехового аромата. Из зерен мака получают масло.

Мелисса (мята лимонная). Имеет выраженный лимонный вкус, который исчезает при засушивании. Используется при заваривании чая, приготовлении и оформлении десертов, в салатах из свежих овощей, в соусах, фрикасе, в блюдах из птицы, телятины, а также для супов и ароматизации уксуса.

Можжевельник. Плоды можжевельника нельзя употреблять в больших количествах, так как при определенной концентрации они ядовиты. Используют при приготовлении блюд из мяса, дичи, квашеной капусты.

Мускатный орех. Хорошо сочетается с овощными блюдами (спаржа, шпинат, картофель, брюссельская капуста). Также рекомендуется добавлять в грибные, рыбные блюда, маринады. Улучшает вкус и аромат молочных блюд, коктейлей, напитков. Можно использовать при приготовлении сладких блюд, выпечки (кексов, пудингов, пирогов).

Мята. Хорошо подходит к салатам, рыбе, приготовленной на пару, к молодому картофелю. Мятный соус подходит к молодому ягненку. Мятю добавляют в печенье, пряники, булочки, компоты, морсы, квасы. Кудрявую мяту можно добавить в морковное, отчасти картофельное пюре и в ризотто, гороховые, фасолевые, чечевичные супы, в маринады для мяса и дичи, в мясные супы, жаркое из говядины, баранины, телятины.

Орегано. См. душица.

Пастернак. При покупке следует выбирать крепкие, ровные экземпляры, лучше среднего размера. Крупные старые имеют более резкий вкус, у них деревянистая середина, которую следует вырезать. Применяют пастернак как петрушку, в основном в свежем виде. Зелень добавляют в супы,

во вторые мясные и овощные блюда. Используют пастернак для приготовления пюре, в качестве гарнира в обжаренном виде, добавляют в рагу.

Перец. Может быть черный, зеленый и белый в зависимости от степени зрелости. При замораживании вкус перца становится ярко выраженным. Применяют не только для приготовления холодных и горячих мясных, рыбных, овощных, грибных, яичных блюд, маринадов, супов, но также для десертов и печений. *Белый перец* менее ароматный, но более острый. Используется для белых соусов, белого мяса. *Кайенский перец* является разновидностью красного. Он очень жгучий и требует осторожного обращения. Применяется при приготовлении шашлыков. Улучшает вкус говядины, свинины, рыбы, многих первых блюд, особенно овощных. *Душистые перцы* не имеют ничего общего с семейством перцевых. Они обладают стойким ароматом самых разных оттенков. Их добавляют во все маринады, при приготовлении фаршей, рыбных блюд, в заливные, супы, соусы, реже в сладкие блюда, кондитерские изделия. *Гвоздичный перец* сочетает в себе запах четырех пряностей: корицы, гвоздики, черного перца и мускатного ореха.

Розмарин. Использовать следует осторожно, так как он обладает интенсивным запахом и вкусом. Из-за этого его вводят в состав букета гарни в значительно меньших количествах, чем остальные ингредиенты. Розмарин не рекомендуется использовать вместе с лавровым листом. Классическое сочетание — запеченный сыр и щепотка сушеного розмарина. Для супов и соусов также рекомендуется использовать сушеный розмарин. Для мяса, рыбы, птицы, хлеба подойдет свежий розмарин, лучше — верхние мягкие веточки. Розмарин можно добавлять веточкой, которую перед подачей на стол необходимо вынуть из блюда. Традиционно розмарин добавляют в блюда из дичи и баранины. Также его можно использовать при приготовлении жаркого из свинины, крольчатины. Хорошо сочетается с жареным ягненком, хлебом. В мясных блюдах выполняет двойную функцию: отбивает специфический запах этих видов мяса и придает мясу домашних животных аромат дичи. Розмарин используют при приготовлении домашней птицы — тушеных и жареных уток, индюшек. В их кожу втирают смесь, состоящую из розмарина, сливочного масла, зелени петрушки. Отлично сочетается со всеми овощами, которые принято готовить на гриле, особенно с помидорами, баклажанами. Хорош розмарин также с жареным картофелем. Розмарин добавляют в супы — мясные, куриные, гороховые, со шпинатом. Ис-

пользовать розмарин можно и при приготовлении фруктовых салатов, пиццы, маринадов, при жарке рыбы на углях и решетке. Несколько веточек розмарина неплохо просто бросить на угли — образующегося дымка будет вполне достаточно для ароматизации обжариваемых продуктов. На розмарине можно настаивать уксус и растительное масло.

Свежая зелень. Аромат зелени базилика, укропа, мяты при нарезке уменьшается, так что добавлять их следует перед окончанием тепловой обработки. Тимьян, розмарин от долгого нагрева выигрывают, так как их аромат медленно насыщает блюдо. На интенсивность аромата влияет способ измельчения зелени. Запах значительно усиливается, если зелень растолочь в ступке или обработать блендером. Нарезка полосками дает менее терпкий вкус и больше подходит для зелени, такой как базилик. Чтобы зелень мяты не почернела, перед использованием ее рекомендуется нарезать.

Тимьян. Применяется для улучшения вкуса и аромата запеканок и супов (гороховых, рисовых), гуляша, рагу из заячьих потрохов, фарша из птицы. Придает насыщенный вкус и аромат жареным блюдам, а также прекрасно дополняет ароматическую гамму любого маринада. Подходит в качестве приправы к блюдам из свинины, баранины и дичи, соусу из красного вина. Считается удачным сочетание тимьяна с тмином.

Тмин. Молодые побеги, листья и корни тмина можно употреблять в свежем виде в салаты. Корни маринуют и уваривают с медом и сахаром. Семена тмина добавляют в картофельные, луковые супы, супы с капустой, соусы, квашеную капусту, в хлебобулочные изделия, оладьи, квасы. С тмином хорошо подавать картофель в мундире. Лучшее сочетание тмина достигается в блюдах, содержащих в качестве основного компонента капусту или творог (брынзу, сыр).

Фенхель. Его семена по запаху напоминают семена аниса. Они маленькие, овальной формы, желтовато-коричневого цвета. Для более богатого вкуса и аромата следует выбирать зрелые луковицы, крупные и округлые. Их используют целыми и молотыми. Они усиливают вкус сладких и острых блюд, например, рыбных супов, супов из капусты, свинины. Также используют в качестве добавки при приготовлении хлеба, сосисок, жаркого, карри, капусты и яблочных пирогов, вторых рыбных блюд, блюд из свинины, в маринады для овощей, огурцов, яблок. Перед применением для усиления аромата семена рекомендуется растереть в ступке. Тонкие перистые листья фенхеля можно использовать как укроп в рыбу, заправ-

ки и соусы. Флорентийский фенхель (финокьо) выращивается ради его толстых стеблей и клубневидных корней, используемых в сыром, тушеном, жареном виде, а также для приготовления супов. Корни и листья фенхеля употребляют в свежем виде в салаты (капустные, морковные, брюквенные), а также используют при тушении рыбы, свинины. Стебли бланшируют и едят полусырыми или употребляют в салаты или овощные гарниры. Запекание фенхеля или тушение после предварительного обжаривания подчеркивает его сладость и приглушает слегка лакричный вкус. Молодые черешки фенхеля можно подать как крудите. Интересно сочетание фенхеля и шоколада.

Чабер. Острая трава, по вкусу похожая на тимьян и мяту. Обычно используется в блюдах из бобовых, в паштетах, с мясными, рыбными блюдами. Хорошо сохраняется в сушеном виде.

Чили. Принадлежит к семейству стручковых перцев. Не все чили очень острые, каждый из них обладает собственным вкусом и различается по степени жгучести. Существуют различные методы ее измерения, включая шкалу Сковий, которая начинается с 0 (сладкий перец) и доходит до отметки 300 (хабанеро). Наиболее распространенной является простая шкала от 1 до 10. Однако ни одна шкала не может быть абсолютно точной, так как все чили различаются, даже если были собраны с одного куста. Вкус сушеного и свежего чили также совершенно разный. Мягкий, приятный вкус сушеных мексиканских чили недостижим у свежих. Существует множество видов чили. *Анахайм* — красный и зеленый с мягким, сладковатым привкусом, используется для приготовления тушеных блюд и супов. *Банана (венгерский восковой перец)* — кремово-желтого или оранжево-красного цвета, сладкий, крупный. Режется пополам и обжаривается. *Кариб* — светло-зеленый или желтый со сладким кончиком, мягкий на вкус. Можно класть в салаты в сыром виде. *Каскабель* — маленький чили в форме сливы. Добавляется в салаты, супы, тушеные блюда. *Голландский* — имеет ярко-красный цвет и вытянутую конусообразную форму, толстую мякоть. Используется в рецептах, требующих добавления красного перца. *Серрано* — типичный мексиканский чили цилиндрической формы, красного или зеленого цвета. Используется в салатах или маринуется. *Тау* — маленький красный или зеленый, очень острый. Используется в карри или режется в салаты. *Хабанеро, шотландский колпак* — очень похожие на чили маленькие перцы зеленого, красного или оранже-

вого цвета, с очень острым и немного кисловатым привкусом. Используются в салатах и маринадах.

Шалфей. Традиционно применяется вместе с луком в начинку для гуся, в итальянской кухне — для придания вкуса сливочному маслу, которое подается вместе с макаронами. Также шалфей добавляют в блюда из печени, телятины, свинины, дичи, к овощным блюдам, творогу, макаронным изделиям, сыру, яйцам. Шалфеем посыпают непосредственно перед подачей куриные бульоны, яичные блюда, отварную жирную рыбу, тушеную говядину. Его кладут в фарши для фрикаделек, рулетов, котлет. Шалфей может использоваться как приправа к рыбным блюдам, особенно угрю. Целые листья обжариваются и используются в качестве гарнира. Добавлять следует осторожно, поскольку вкус может быть очень сильным.

Шафран. Оранжево-красные рыльца пестиков одной из разновидностей крокуса. Эта самая дорогая пряность продается в виде тонких сухих нитей. Лучшими производителями считаются Испания, Иран, штат Кашмир. Перед употреблением замачивают в горячей воде, бульоне или молоке на 10 минут. В тесто, например, для кулича, добавляют в виде спиртового раствора. Нити можно положить в блюдо в конце приготовления. Используется в небольших количествах (4–6 тычинок на блюдо, рассчитанное на 3–5 человек) для приготовления ризотто, плова, булочек с шафраном, таких известных блюд, как паэлья, буайбес, добавляется в соусы, прозрачные рыбные супы. Шафран может быть и в виде порошка. Используют шафран также для приготовления мясных, куриных, рисовых, овощных блюд, блюд из тушеной, отварной рыбы ценных пород, в сладких рисовых пудингах, для подкрашивания десертов, соусов.

Эстрагон (тархун). Стебли применяются в различные соленья, для ароматизации уксуса и растительного масла (вместе с листьями). Листья в свежем и сухом виде используют в салатах (овощных, рыбных, мясных, картофельных), для приготовления супов (мясных, рыбных, борщей, куриных бульонов). Также можно применять для приготовления соусов, предназначенных для рыбы и ракообразных. Хорошо гармонирует эстрагон с отварной и особенно томленной рыбой. Свежим эстрагоном можно натирать мясо и дичь перед приготовлением. Всемирно известному соусу бернез эстрагон придает несравненный вкус.

Пищевкусовые и ароматические смеси

Букет гарни. Букет пряной зелени, связанной в пучок. На практике часто зелень и пряности (лавровый лист, белый перец) заворачивают в лист лука-порея, перевязывают и в таком виде используют при варке бульонов, тушении и т.д. Иногда букет гарни продают в готовых упаковках, как чай в пакетиках. Классическими составляющими для букета служат тимьян, лавровый лист, петрушка, сельдерей, которые заворачивают в темно-зеленую часть лука-порея и плотно перевязывают ниткой. Букет гарни можно также положить в марлевый мешочек. Состав может меняться в зависимости от приготавливаемого блюда. Так, в состав букета гарни для рыбного бульона рекомендуется использовать петрушку, шнитт-лук, кервель, тимьян, лавровый лист, щавель. Для молочного супа с тыквой — петрушку, тимьян, шнитт-лук, гвоздику. Для рагу из шампиньонов, телячьей печени, супа из угря используют букет гарни, состоящий из петрушки, кервеля, тимьяна, шнитт-лука, гвоздики.

Гремолата. Смесь измельченной лимонной цедры, петрушки и иногда чеснока. Используется в итальянской кухне.

Джерк. Ямайская приправа, добавляемая в жареное мясо (например, свинину или курицу), которое обычно готовят на гриле-барбекю или на открытом огне. Состав приправы может варьироваться, как правило, она содержит чили, ямайский перец, тимьян, корицу, имбирь, гвоздику, лук и чеснок.

Зеленая приправа. Классическая смесь из четырех ингредиентов — шнитт-лука, кервеля, петрушки и эстрагона, взятых в равных пропорциях. Добавляют в блюда перед окончанием тепловой обработки.

Карри (порошок). Представляет собой смесь нескольких молотых специй, трав и семян, количество которых доходит до двадцати. Может быть разным по составу и, соответственно, по вкусу и аромату. Европейские пряности карри гораздо менее острые и состоят из меньшего числа компонентов, чем индийские. Карри хорошо сочетается с птицей, рыбой, макаронами, рисом, его добавляют в соусы для салатов и пр.

Китайская смесь “Пять специй”. Ароматная молотая смесь звездчатого аниса, семян фенхеля, корицы, сычуаньского перца и гвоздики. Имеет много разновидностей и, кстати, необязательно содержит пять специй. Продается в специализированных магазинах. Смесь добавляют в блюда из мяса, птицы, дичи, а также в маринады и соусы.

Прованская смесь. Смесь трав, широко используемая в южнофранцузской кухне. Состав может изменяться, но обычно в него входят тимьян, лаванда, чабер, розмарин, а также майоран, базилик, фенхель или орегано. Смесь продается в сушеном виде. Добавляется в супы, салаты, пасты, к мясным блюдам.

Японская смесь “Семь приправ”. Смесь саишо (японский перец), морских водорослей, чили, апельсиновой цедры, маковых семян, а также белых и черных семян кунжута. Добавляют к блюдам из лапши и супам.

Промышленные соусы, ароматизаторы, уксусы и их заменители

В*ерджус (верджю).* Сок незрелого винограда или диких яблок, не подвергнутого брожению. Продают в бутылках. Широко использовался в средние века и вновь стал применяться сравнительно недавно. Имеет нежный кислый вкус и может употребляться как замена уксуса и лимонного сока в приправах или соусах, а также для того, чтобы придать горьковатый вкус мясным блюдам. Является ингредиентом дижонской горчицы.

Ворчестерский (ворчестерширский) соус. Пикантный соус, приправа для мясных и тушеных блюд, супов. Изготавливается по оригинальному рецепту, который держится в строгой тайне. Утверждают, что в его состав входят уксус, патока, сахар, анчоусы, индийская пряность тамаринда, соевый соус, лук-шалот, чеснок, соль, сахар, специи и ароматические добавки. Наряду с томатным соком и соусом “Табаско” является ингредиентом коктейля “Кровавая Мэри”.

Коричневый соус. Особенно популярен в Британии, являясь конкурентом томатного кетчупа. Известен зачастую просто как соус марки НР (Houses of Parliament) и Daddies.

Кофейный ароматизатор. Используется для придания кофейного вкуса и аромата пирогам, печеню, муссам. Производится из кофе и цикория, придает более насыщенный, чем кофейная эссенция, вкус и цвет кондитерским изделиям. Может быть заменен растворимым кофе, смешанным с небольшим количеством горячей воды.

Померанцевая вода. Побочный продукт производства спирта из цветов померанца, горького апельсина. Это очень ароматная жидкость, которая применяется как добавка к тесту и в сладости.

Розовая вода. Масло из лепестков роз, разведенное дистиллированной водой. Применяется в изделиях из теста и фруктовых салатах.

Рыбный соус (натис). Острая, соленая жидкость, используемая как приправа или заправка аналогично соевому соусу. Некоторые бутылки с рыбным соусом, особенно из Китая и Гонконга, могут иметь этикетку с надписью “Рыбная подлива” (Fish grevy).

Табаско, соус. Это торговое наименование острого соуса, который состоит из чили, соли, уксуса. Использовать следует в небольших количествах как вкусовую добавку. Самым мягким является зеленый соус табаско, а самым острым — хабанеро. Применяют для приготовления многих супов, рагу, соусов, омлетов, маринадов.

Терияки, соус. Смесь японских вин, соевого соуса и сахара. Эта сладковато-соленая приправа делает рыбу, курицу и мясо, жаренные на гриле или барбекю, блестящими, словно покрытыми глазурью. Для этого их смазывают в конце приготовления. Соус в качестве маринада делает мясо ароматнее и нежнее.

Соевый соус. Эту древнюю приправу получают из ферментированных соевых бобов, которые смешаны с жареной пшеницей. Для полной готовности соус выдерживают два года. Темный соевый соус традиционно обогащает и делает темными густые мясные блюда. Светлый соевый соус гораздо более соленый и менее острый. Он прекрасно дополняет дары моря, овощи и супы.

Уксус. Его называют серым кардиналом кулинарии. Наиболее часто используемый в ресторанной кухне винный уксус готовят из красного, белого вина, шампанского.

Уксус, полученный на основе белых вин, лучше других подходит для маринования рыбы и шампиньонов. Им хорошо приправлять салатный цикорий, мясо (в первую очередь свинину) и дичь. Его можно использовать при приготовлении блюд из морской рыбы. Уксус, полученный на основе белых вин, применяют также для приготовления майонеза и голландского соуса.

Уксус, полученный на основе красного вина, более резкий. Он подходит для приготовления деликатесных салатов. Используется для приготовления соуса винегрет, горчицы и других соусов. Уксус из красного вина хорош для маринадов (например, для маринования цыплят). Его используют для приготовления капусты, телячьей печени, соусов к баранине и говядине. Часто он необходим при приготовлении блюд из морской рыбы.

Бальзамический уксус производится из белого винограда специальных сортов в Модене (Италия). Лучшим считается уксус “Ачето бальзамико традиционале ди Модена”, получаемый путем смешивания очень старого уксуса (более 100 лет) с более молодым (не моложе 12 лет) из бочек различных сортов дерева. Каждая бутылка емкостью 100 мл сертифицируется консорциумом, учрежденным специально для контроля за его качеством, имеет порядковый номер и подпись. Самый дорогой винный уксус готовится традиционным орлеанским методом — с выдерживанием в дубовых бочках. При промышленном производстве используется ускоренный метод получения бальзамического уксуса, что несколько ухудшает его вкус. На бутылке с этим более дешевым вариантом можно найти надпись “Ачето бальзамико ди Модена”. Бальзамический уксус очень широко используется для приготовления как холодных закусок и горячих блюд, так и некоторых десертов. Например, для улучшения вкуса ванильного мороженого можно добавить несколько капель уксуса к персику или нарезанной клубнике, которые вместе с ним подаются. Этим уксусом можно сбрызнуть готовые овощи, мясо и рыбу, использовать его для маринования, салатной заправки. В последнем случае уксус смешивают с оливковым маслом.

Некоторые виды уксуса имеют название сортов винограда, из которых они изготовлены (Каберне Совиньон, Риоха или Зинфандель).

Уксус из хереса различается крепостью и вкусом. Высококачественный уксус из хереса используется как вкусовая добавка. Он применяется для приготовления соуса винегрет и добавляется при приготовлении отварных блюд.

Винный уксус также можно сделать самостоятельно. Самый простой способ получения *домашнего винного уксуса* заключается в том, что вино оставляют прокисать. Сначала на его поверхности образуется серая пленка, потом она идет ко дну и образуется желеобразный слой, который представляет собой уксусную закваску. Если закваску добавить в другое вино, она начнет бродить, и в результате получается слабый уксус.

Уксус на травяной основе (ароматизированный уксус) представляет собой винный уксус с добавлением свежих трав, например, эстрагона и базилика, а также чеснока или чили. Используется он для приготовления соусов, заправок для салатов. Такой уксус можно приготовить самостоятельно, прокипятив белый винный уксус с веточками эстрагона в неокис-

ляющейся посуде и настояв в темном, прохладном месте две недели. Затем эстрагон рекомендуется заменить свежей веточкой. Уксус с эстрагоном является наиболее распространенным и служит основой соуса беарнез. Белый винный уксус также можно ароматизировать веточкой тимьяна и цедрой лимона, веточками мяты и свежей малиной, веточкой базилика и цедрой апельсина. Красный винный уксус хорошо ароматизировать веточками шалфея и розмарина.

Прочие виды уксуса могут готовиться с использованием различных видов сахара и крахмала, которые иногда подвергают брожению, чтобы получить алкоголь, а затем уксус.

Уксус на фруктовой основе (малиновый, из черной смородины, вишни, черники, яблок). Используется как заправка для салатов, так и при приготовлении некоторых десертов. Также его можно добавлять при приготовлении жирного мяса, так как он имеет свойство хорошо проникать сквозь жир. Яблочный уксус ароматизируют веточками укропа и горошинами черного перца.

Солодовый, рисовый уксус и уксус из сидра получают из этилового спирта (синтетический белый уксус), кокосового молока, тростникового сахара, патоки, проса, фиников, цитрусовых, бананов, пальмового вина.

Солодовый уксус готовят из ячменного солода, подкрашивают карамелью и подают как коричневый солодовый уксус или сохраняют естественный цвет и подают как светлый солодовый уксус. Коричневый солодовый уксус используется как приправа для рыбы и чипсов, а также для приготовления солений. Его острые версии с перцем также добавляют в соленья.

Рисовый уксус бывает красный, черный и белый. Красный рисовый уксус используется как приправа. Для приготовления вареных блюд применяют черный уксус с сильным вкусом или его более сладкую версию. Белый уксус с самым мягким вкусом используется обычно для солений.

Уксус из сидра получают путем дистилляции яблочного сока. Этот уксус схож по употреблению с уксусом из белых вин: его применяют при приготовлении рыбы, ракообразных, мидий, фруктовых салатов, используют для солений и чатни, а также соуса винегрет. Этот соус имеет мягкий вкус. Считается, что он обладает медицинскими и целебными свойствами.

Приправы, пищевые добавки

А*ррорут.* Крахмал, получаемый из корневищ, клубней и плодов тропических растений. Используется в качестве загустителя, например, соусов. Может быть заменен картофельным или кукурузным крахмалом.

Васаби (зеленый или японский хрен). Острая приправа, которую подают к суши, сашими или добавляют в майонез. Представляет собой свежий тертый корень хрена или разведенный в воде сухой порошок. Настоящий васаби стоит дорого и называется хон васаби.

Винный камень. Мелкий белый порошок, получаемый из кристаллов, остающихся на внутренних стенках винных бочек. Эти кристаллы содержат битартрат калия, который выделяется в чистом виде и измельчается. Используется для стабилизации взбитых яичных белков при приготовлении кексов и меренг, а также в конфетах для предотвращения кристаллизации сахара. Входит в состав пекарского порошка для активизации бикарбоната соды.

Глицерин. Сироп, содержащий алкоголь, придает пище сочность. Часто его добавляют в королевскую глазурь, чтобы предотвратить процесс кристаллизации.

Дрожжевой экстракт. Концентрированное, густое темно-коричневое вещество с соленым вкусом и сильным запахом. Строго говоря, это не экстракт, а продукт растворения дрожжей в вырабатываемых ими же ферментах. В результате гидролиза их белки превращаются в аминокислоты. После фильтрации (во время которой горьковатый вкус исчезает) жидкость кипятят, пока она не превратится в густую массу. Каждый производитель добавляет в нее свои вкусовые добавки. Дрожжевой экстракт вводят в острые блюда и напитки для вкуса, используют в качестве продукта, содержащего витамины, а также намазывают на сэндвичи.

Желатин. Продается в виде гранул или прозрачных пластин. Пластины и гранулы различных производителей отличаются по своим свойствам. Пластины могут быть различные, в том числе и по массе. Обычно на 1 л жидкости нужно 12 пластин желатина (в отдельных случаях достаточно 3 пластин (7 г) на 600 мл жидкости). Их замачивают на 1–5 минут в холодной воде до размягчения, выжимают лишнюю воду, затем распускают с заданным по рецептуре количеством жидкости на паровой бане. Хороший по качеству гранулированный (порошкообразный) желатин оставля-

ют для набухания всего на 5 минут. Желатин может потерять свои качества не только при кипячении, замораживании, но и при добавлении некоторых фруктов, содержащих энзимы (папайя, инжир, ананас, киви).

Золотая фольга (варак). Съедобное, но безвкусное покрытие из чистого золота, украшение сладостей (тортов, конфет, пряничных человечков и пр.). Относится к пищевым добавкам (Е 175). Чтобы произвести особый эффект, лист пищевого золота можно поместить поверх тарелки с супом — под действием пара он вздувается пузырем. Так как листочки очень тонкие, переносить их следует на продукты вместе с бумажной подложкой или на лезвии ножа. Хранить следует в прохладном, сухом месте в герметичной упаковке, чтобы золото не поблекло.

Кленовый сироп, так же, как и кленовый сахар, получают из сока некоторых видов клена, произрастающих только в Канаде и некоторых районах США. Сок уваривают в четыре раза и получают сироп. Чистый кленовый сироп дорогой. Более дешевыми являются искусственные заменители или же смесь кленового сиропа с кукурузным. Сироп в бутылках, на этикетках которых написано “Сироп с кленовым вкусом”, имеет вкус, отличный от настоящего. Кленовый сироп можно использовать для подслащивания или в качестве соуса. Он хорошо сочетается с вафлями, блинами, ветчиной. Его используют для приготовления десертов и выпечки, в качестве пряной добавки в сладкий картофель, глазированную морковь. В рецептурах 375 мл кленового сиропа можно заменить 225 г гранулированного сахара. Количество жидкости следует уменьшить из расчета 30–60 мл на каждые 225 мл кленового сиропа. Также следует снизить температуру выпечки на 15°С, так как сироп карамелизируется и подгорает сверху и по краям быстрее, чем смесь с сахаром.

Лакрица (солодка). Экстракт, получаемый из лакричных корней, смешивают с сахаром и желатином и используют в сладостях, для приготовления чая, как добавку в ликерах, иногда и в некоторых блюдах. Также встречается в виде порошка.

Мисо. Один из важнейших ингредиентов японской кухни, представляющих собой пасту из перебродивших соевых бобов. Существует более 50 видов мисо, использующихся в качестве приправы и ароматизатора. Они различаются по составу и, соответственно, по цвету, аромату и вкусу. Чем светлее цвет, тем паста менее острая. Может продаваться в тубиках и пластиковых упаковках.

Моноодиум глутамат (MSG). Белый порошок без вкуса и запаха. Относится к пищевым добавкам (E 621), является усилителем вкуса.

Патока. Побочный продукт рафинирования сахара. Черная патока самая темная, имеет жженный, почти горький вкус. Светлая патока (золотой сироп) — самая сладкая. Используется в кондитерском производстве. Темная патока придает вкус и цвет, а золотой сироп — мягкость. В пудинги и торты с патокой добавляют золотой сироп и немного темной патоки, чтобы сохранить баланс между вкусом и ароматом.

Пекарский порошок. Состав, разрыхляющий кондитерское тесто. Его можно заменить смесью соды, лимонной или винно-каменной кислоты (иногда используют углекислый аммоний).

Сахар. В кулинарной практике все виды сахара употребляются по-разному. *Гранулированный сахар* долго растворяется, и поэтому его не рекомендуется использовать для выпечки. Он больше подходит для приготовления сиропа или карамели. При медленном растворении сахара сироп получается прозрачный. *Сахарные кристаллы* добавляют в кофе или используют для украшения. Иногда сахарные кристаллы формируют на конце палочки, которой размешивают кофе или чай. *Ванильный сахар* применяется для выпечки и десертов. Приготовить его можно самостоятельно, положив в герметично закрытую банку с сахарной пудрой стручок ванили. При смешивании *сахарной пудры (кондитерского сахара)* с водой получается сахарная глазурь, которой покрывают пирожные. Ее также добавляют во взбитые сливки или посыпают ею выпечку, блинчики и пр. Если *кусочком сахара (кусковой сахар)* потереть цитрусовую корку, он впитает ее вкус, а затем его можно использовать при приготовлении различных блюд. *Сахар-сырец* поступает в продажу в виде кусков, в том числе в форме пробок. Он используется в кухне Юго-Восточной Азии. *Мелкий (быстрорастворимый) сахар* белого или золотистого цвета имеет очень мелкие кристаллы. Употребляется для приготовления безе, пирожных и десертов, когда необходимо растворить сахар перед выпеканием. Благодаря быстрому растворению этим сахаром посыпают фрукты и десерты. *Сахар демерара* состоит из крупных золотистых кристаллов. Его добавляют в кофе или в мясные блюда, например, в запеченный окорок, для придания им карамельного вкуса. *Коричневый сахар* получают путем добавления патоки в белый сахар. Существует ряд разновидностей коричневого сахара: барбадосский (мусковадо), который может быть светлым или темным и пред-

ставляет собой влажный сахар с сильным запахом; мягкий светло-коричневый сахар с мелкими кристаллами и карамельным вкусом; мягкий темно-коричневый сахар, влажный, с запахом патоки. Используется коричневый сахар для приготовления десертов, шоколадного торта. *Пальмовый сахар* — это темный нерафинированный сахар из сока сахарной пальмы. Используется для сладких блюд и для смягчения вкуса острых блюд. Заменить его можно коричневым сахаром, имеющим насыщенный вкус. *Солодовый сахар (мальтоза)* представляет собой темный сахарный сироп, приготовленный из ферментированного зерна ячменя, пшеницы или проса путем соложения. Используется для придания темного цвета мясу или коже жареной птицы, в частности, утки по-пекински. Перед использованием 1 столовую ложку мальтозы разводят 4 столовыми ложками кипятка.

Алкобольные и слабоалкогольные напитки

Использование алкоголя в кулинарии, в том числе и российской, имеет многовековую традицию. Понятие же “эногастрономия” возникло относительно недавно. Эногастрономия занимается детальным изучением принципов и методов сочетания вина и еды.

В ресторанной кухне алкогольный компонент, несмотря на незначительные дозы, используемые для приготовления блюд, играет большую роль и порой оказывает решающее влияние на создание консистенции и окончательного вкуса блюда. Добавление вина к мясу, рыбе, птице ускоряет процесс их приготовления, делает консистенцию более нежной, способствует освобождению продукта от побочных запахов, а также их дезинфекции. Алкоголь можно использовать для растворения мясного сока после обжаривания мяса или птицы на сковороде или в качестве соуса при тушении фруктов.

При правильном подборе и профессиональном использовании вино придает многим блюдам и соусам восхитительный вкус. Так, белые вина хорошо подходят к нежной птице или рыбе, а красные, обладающие более глубоким вкусом, удачно сочетаются с говядиной и дичью. Красные вина можно использовать также для тушения птицы, пернатой дичи, варки груши, иногда с ними запекают рыбу. Крепленые вина (мадера, портвейн) придают соусу насыщенный вкус со сладким оттенком; соусы на их основе хорошо сочетаются со свиной.

Алкогольные напитки не должны быть в блюде вкусовой доминантой. Для того чтобы вкус вина не был резким, его следует прокипятить, выпарив минимум наполовину. При кипячении спирт выпаривается, вино становится концентрированным, проявляется его вкусовой и ароматический букет. Нужно учитывать, что алкогольные напитки выпариваются быстрее, чем вода или бульон. Не следует кипятить вино в алюминиевой посуде, иначе у готового блюда появится металлический вкус.

Амаретто. Итальянский ликер со вкусом миндаля и абрикосов. Амаретто традиционно считается десертным ликером и служит ингредиентом пирожных, соусов, коктейлей. Амаретто хорошо сочетается с миндалем, абрикосами, персиками, шоколадом.

Бренди. Коньячный спирт, получаемый из вина или забродившего фруктового сока и выдерживаемый в дубовых бочках. Коньяк и арманьяк — бренди, полученный из вина, кальвадос — бренди, который делают из яблок. Используется в десертах, фруктовых пирожных, тесте и паштетах. Бренди хорошо сочетается со сливками, сладким кремом, фруктовыми салатами, сливами.

Горькие настойки. Основой являются ром, травы, корнеплоды и специи. “Аигостура” — одна из наиболее известных марок. Используют не только как аперитив, но также добавляют к фруктовым салатам, мороженому, иногда в сливочные соусы к рыбе или курице.

“Живая вода”. Так называется любой крепкий бесцветный бренди, полученный из забродившего фруктового сока. Тем не менее не все бренди, полученные из винограда (например, коньяк и арманьяк), считаются “живой водой”. Типичным примером может служить *кири*, сделанный из вишен, а также *фрамбуаз* из малины. В кулинарии “живая вода” используется для придания вкуса десертам, выпечке, фруктовым шербетам или компотам. Ассорти из ягод можно залить “живой водой”, добавить сахарную пудру и настоять 4 недели в холодильнике. *Кири (киршвассер)* имеет миндальный привкус и используется в десертах, а также для придания вкуса сырному фондю. Он хорошо сочетается с миндальными добавками, вишней, апельсином.

Кальвадос. Яблочный бренди, получаемый путем перегонки сидра, двойной очистки и выдержки в дубовых бочках. Кальвадос хорошо сочетается с цыпленком, свининой, блинчиками, сливками.

Калуа. Мексиканский ликер с сильным ароматом, который делают из кофе, тростникового спирта и ванили. Можно использовать при приго-

товлении блинов, *чизкейков*, *тирамису* и пирожных *брауниз*; также добавляется в кофе. Сочетание “Калуа” и молока является классическим коктейлем “Сомbrero”, а если полить ликером мягкое мороженое и увенчать ими эспрессо, получится итальянский десерт *аффагато*.

Ликеры. Крепкие сладкие спиртные напитки, получаемые путем дистилляции из вина или бренди с добавлением фруктов, трав и специй. К ним относятся, например, “Куантро”, “Калуа”, “Амаретто” и др. “*Мараскин*”, известный ликер, бесцветный, прозрачный, представляет собой подслащенный спирт, настоянный на мараскине (плодах карликовой вишни). Имеет тонкий, нежный аромат, создает иллюзию свежести. Настоящий “Мараскин” применяется лишь в изделиях югославского производства. “*Ангелик*” — ликер, настоянный на корнях ангелики (дягиля). Ликеры используются в качестве вкусовых добавок к сладким и острым блюдам. Ликеры также пьют с кофе.

Мадера. Португальское крепленое вино. Используется при приготовлении супов, тушеной курицы, свинины, соусов для мяса, ветчины и как дополнение к тарту “Мадера” (названному так потому, что к нему часто подавали стакан мадеры), а также для придания вкуса заливному. Существует много сортов мадеры, и употребляют их по-разному. “Серсиль” — самое сухое вино, используется в острых блюдах. “Вердельо” — полусладкое вино, подается к супам или в конце трапезы, например, с тортом. “Буал” — изысканный полусладкий сорт, придает вкус десертам и тортам, также подается в завершение. “Малмси” — наиболее насыщенный и темный сорт со вкусом винограда и консистенцией ликера, используется для придания вкуса десертам, а также фруктам, орехам, пирожным, тарту или печению.

Марсала. Крепленое вино со сладким вкусом и привкусом дымка. В некоторые сорта добавляют миндаль, сливки или яйца. В кулинарной практике лучше всего использовать сухой сорт марсалы для приготовления соусов (например, “быстрого” соуса к телятине). Сладкая марсала знаменита тем, что ее используют в приготовлении классического итальянского десерта и подают с кусочками сладкого пирога.

Мирина. Спиртосодержащий рисовый напиток. Используется преимущественно в японской кухне в приготовлении соусов и маринадов для жаркого, салатных заправок и жареных блюд. Иногда допускается замена мирина сладким или полусладким хересом.

Пиво. Темное пиво рекомендуется применять при приготовлении мяса, в том числе мяса с кровью. Пиво используют вместо дрожжей в некоторых рецептурах пирогов и хлебобулочных изделий, а также для теста кляр и при тушении птицы. *Портер* (самое плотное, темное пиво с высоким содержанием алкоголя) часто добавляют в тушеное мясо.

Портвейн. Крепленое вино. Используют в соусах (например, для оленины, ягненка, свинины, цыпленка) и для размягчения фруктов.

Ром. В кулинарии используют обычно как ароматизатор. Темный ром употребляют с бананами, ананасами, запеченным мясом, сладким картофелем. Ромовый соус подают к мороженому, пирогам, пудингам.

Саке. Японский алкогольный напиток крепостью 15–17%, приготовленный из ферментированного риса. По вкусу напоминает херес. Используется для приготовления соусов и маринадов. Сладкий вариант саке называется *мирин* (см. выше).

Херес. Можно употреблять для приготовления телячьих и свиных почек, тушеной утки.

Молочные и кисломолочные продукты и их аналоги

Й*огурт* — заквашенный нежирный кисломолочный продукт. Греческий йогурт часто имеет более высокие жирность и густоту. Натуральный йогурт можно использовать вместо сметаны, полужидкий — для маринования мяса, а также как соус для многих мясных и овощных блюд.

Крем-фреш. В переводе с французского означает “свежие сливки”, хотя на самом деле это сливки переработанные. Является разновидностью сметаны. Крем-фреш идеально подходит для приготовления соусов, супов, поскольку в отличие от обычной сметаны не сворачивается при кипячении. Крем-фреш широко применяется во французской кухне: его кисловатый вкус дополняет сладость шоколада и фруктов в десертах, он хорошо сочетается со свежими овощами и придает пикантность заправке для салатов. Приготовить крем-фреш можно самостоятельно. Для этого следует смешать сливки и сметану в равных пропорциях, выдержать смесь 12 часов при комнатной температуре и еще сутки — в холодильнике. Некоторые повара заменяют крем-фреш мягким обезжиренным творогом.

Пахта — обезжиренное или нежирное молоко, к которому добавлены бактерии, придающие ему густоту и терпкость. Пахту добавляют в ир-

ландский, американский хлеб, печенье и оладьи, приготавливаемые на соде, используют в молочных коктейлях, а также в качестве альтернативы растительному маслу или сливкам для приготовления заправок для салатов. Пахту можно добавлять в холодные супы, она вполне может заменить сметану. Вместо пахты иногда используют йогурт или молоко, которое свернулось от добавления лимона или уксуса.

Сливки свежие. Сливки являются основой многих блюд. Жирность сливок определяют их стабильность при нагревании и возможность их взбивания. Чем выше жирность, тем более они стабильны. Для добавления в блюда предпочтительны максимально жирные сливки — при содержании жира 48% они кипят, не створаживаясь. Сливки для взбивания должны содержать достаточно жира, чтобы их можно было нагреть и взбить. Сливки 24% жирности используются главным образом для доливания: они придают густоту и кремообразную консистенцию жидкостям при условии, что их не кипятят. *Сливки “Шантильи”* готовят, взбивая с сахаром, чтобы сделать их слаще. Сливки могут продаваться в *замороженном* виде кусками. Размораживают их порционно. *Взбитые сливки* должны содержать минимум 35% жира, чтобы удерживать воздух. В Америке для взбивания используют сливки 30%, но к ним добавляют жир. *Сливки для взбивания* содержат минимум 48% жира. Их можно замораживать, но перед употреблением необходимо размешать или взбить. Иногда к ним добавляют желатин, чтобы придать еще большую густоту. *Экстра-густые сливки* плотные, хорошо сохраняют форму. Их не надо взбивать. *Свернувшиеся пастеризованные сливки, или “Девоншир”*, считаются самыми густыми, самыми желтыми и содержат 55% жира.

Растительные сливки являются аналогом сливок для взбивания. Отличаются от обычных сливок пониженной калорийностью, хотя могут прекрасно взбиваться. Обычно их приготавливают из сои. Считается, что от натуральных сливок они отличаются не самыми лучшими вкусовыми качествами, поэтому ими не рекомендуется злоупотреблять при украшении натуральных десертов.

Сквашенные сливки можно добавлять в теплые соусы. Их жирность составляет примерно 20%, поэтому они не выдерживает высоких температур. Для приготовления сквашенных сливок нужно смешать 1 столовую ложку свежего лимонного сока с 250 г жирных сливок, дать им постоять при комнатной температуре 10–30 минут, а затем закрыть посуду крыш-

кой и поставить в холодильник. Этот способ приготовления используется, например, в мексиканской кухне. Слегка сквашенные сливки применяются для приготовления сметанной заправки, которая используется для супов, соусов, острых закусок. 500 мл пахты и 250 мл жирных сливок смешивают, ставят на баню и нагревают при 30°С. Теплую смесь переливают в стеклянную банку, неплотно закрывают и оставляют на 6–8 часов при комнатной температуре.

Сливки топленые можно хранить в холодильнике 5 дней. Для их приготовления 600 мл сливок 48% нагревают в кастрюле до загустения в течение 25–30 минут, охлаждают, снимают слой застывших сверху сливок и сливают жидкость, оставшуюся снизу.

Сыры. Сыр очень важно правильно хранить. Каждый сорт должен быть завернут в пергамент или упаковку, в которой он продавался. Разные сорта следует держать отдельно друг от друга. Сыр будет храниться дольше, если менять упаковку каждые несколько дней. Не рекомендуется долго хранить сыр в герметичной упаковке. Сильно пахнущие сыры, такие как “Торгонзола”, следует завернуть и положить в емкость с плотно закрывающейся крышкой. Нельзя замораживать сыры: чем ниже температура, тем быстрее они высыхают, а у голубых сыров может пострадать плесень. Французские сыры вообще теплолюбивы. При подаче сыры должны иметь комнатную температуру. За час до подачи их следует вынуть из холодильника, чтобы они раскрыли свой истинный вкус и аромат. Свежие, или белые, сыры (“Рикотта”, домашний) нужно есть охлажденными. У каждого сыра вкус и аромат меняются от середины к корочке, которую тоже можно есть (это касается только мягких сыров, в твердых корочку срезают). “*Моццареллу*”, как правило, используют для пиццы. Этот сыр равномерно плавится, образуя тягучие “нити”. Также из “Моццареллы” можно готовить гренки в гриле, иногда ее подают к макаронным изделиям. Маслянистый, жирный сыр “*Маскарпоне*” готовят из коровьего молока обычно без добавок. Хотя существуют особые сорта, ароматизированные анчоусами, горчицей, специями, а также подслащенные. “Маскарпоне” — один из немногих сыров, который можно использовать практически в любом виде блюд — от закусок до десертов. Часто он используется для приготовления десертов “Тирамису”, “Панакотта”. Этот сыр является неотъемлемым компонентом многих соусов. Сыр “*Филадельфия*” используется для приготовления чизкейков. “*Фонтина*” — пьемонтский сыр, чуть сладковатый, с оре-

ховым привкусом, выдерживающий высокие температуры. Его, как и *“Камамбер”*, можно обвалить в панировке и жарить во фритюре. Сыр должен быть зрелый и плотный. Перед обжариванием охлажденный сыр опускают в яйцо и панируют в сухарях. Жарят сыр 2–3 минуты до золотистой корочки. Благодаря легкому вкусу *“Камамбер”* используется также в соусах к мясу и рыбе. *“Грюйер”*, швейцарский сыр, особенно популярный во Франции, употребляется для приготовления горячих блюд и фондю. Им посыпают французский луковый суп, который перед подачей ставят на 2 минуты в духовой шкаф. *“Пекорино”* — твердый сыр из овечьего молока, иногда нашпигованный горошинами черного перца. Его используют для остро приправленных блюд, а также подают к макаронным изделиям. *Козий сыр* добавляют в овощные блюда, лазанью, используют как начинку для пирогов. При нагревании он хорошо сохраняет форму и приобретает аппетитный золотисто-коричневый цвет, с ним готовят гренки. Ломтики сыра смазывают острой заправкой (оливковое масло с перцем или букетом гарни), запекают в гриле 1–2 минуты в 3 см от источника тепла, раскладывают на гренки и подают на листьях салата. Вместо козьего сыра можно использовать греческий сыр *“Халлуми”*. Сыр *“Чеддер”* хорошо плавится и румянится и также подходит для приготовления на гриле. *Голубые сыры* чаще всего используются при приготовлении различных соусов (холодных и горячих), которым они придают голубовато-серый оттенок, а также в салатах, суфле и со слоеным тестом. Так, голубые сыры *“Горгонзола”* и *“Дольчелате”* часто используют в соусах, подаваемых к макаронным изделиям, а также при приготовлении омлетов. Сыр *“Фета”* добавляют в салаты, а сыр *“Рикотта”* — к макаронным изделиям (канелони, равиоли и т.д.) и соусам. *Свежий мягкий сыр* можно отсаживать на овощи из кондитерского мешка. Предварительно его хорошо смешать с букетом гарни; нарубленными обжаренными кедровыми орешками и базиликом; свежим кориандром и тайской пастой карри; измельченным зеленым луком и корнем свежего имбиря; топенадой (прованская смесь из каперсов, маслин и анчоусов) и мелко нарубленной петрушкой. В качестве корзиночки можно использовать половинки помидоров, бланшированные патиссоны с вырезанной серединкой, бланшированные и раскрытые бобы. Сыры *“Пармеджано Реджиано”*, *“Трана Падано”* относятся к терочным сырам и широко используются для приготовления и подачи многих блюд, в том числе пиццы, ризотто, пасты, карпаччо.

Тофу. Соевый творог, представляющий собой однородную массу из соевых бобов. Используется в качестве гарнира ко многим блюдам.

Сыры измельчают на терке “Мули” (мелкими кусочками) или вручную на крупной (для салатов) или мелкой терке (для “Пармезана”). *Мелко натертый* сыр является классическим ингредиентом для блюд из макаронных изделий. Для этой цели лучше всего подходят твердые сыры — “Пармезан” и “Пекорино”. Ими ровным слоем покрывают макаронные изделия. *Крупно натертый* сыр добавляют в салаты, реже — в блюда из макаронных изделий. Крупно натертый сыр плавится и придает гладкость соусам и начинкам. *Сырную стружку* из твердых сыров, таких как “Пармезан”, можно сделать с помощью овощерезки. Получаемые при этом завитки добавляют блюду остроту и аромат, они также хорошо подходят для многих салатов.

Если необходимо заменить указанный в рецептуре сыр на иной, следует использовать сорт с тем же содержанием жира и влаги. Например, можно заменить жирный “Чеддер” на “Грюйер” или “Фонтину”. Сыры с низким содержанием жира требуют особой аккуратности в приготовлении, в противном случае они станут “резиновыми”.

Добавлять сыр в соусы следует в конце приготовления, нагревая до тех пор, пока он не расплавится и не станет тягучим. Для повторного разогрева лучше использовать водяную баню. Если необходимо зажарить сыр в гриле, его держат на расстоянии 8–10 см от источника тепла, пока он не растопится. Блюда, приготовленные на плите, посыпают сыром, когда они уже готовы.

Орехи

Орехи, особенно в скорлупе, портятся очень быстро, поэтому хранить их следует в темном, сухом, прохладном месте. Орехи в скорлупе можно хранить 6 месяцев, в морозильной камере — до 1 года. Чтобы легче было измельчить орехи, их предварительно бланшируют.

Бразильский орех (масляный сливочный орех, орех пара). Является не орехом, а семенем тропического дерева. Имеет сладкий, насыщенный вкус, богат жирами. Применяется при приготовлении кондитерских изделий или начинок для пирогов.

Грецкий орех. Встречаются различные виды грецких орехов: английский, персидский, черный, белый (серый калифорнийский). Используется

не только при приготовлении мучных кулинарных и кондитерских изделий, но также как составляющая салатов, начинок, соусов для паст, паштетов, для приготовления французского супа из грецких орехов. Хорошо сочетается с яблоками, сливочным сыром, грушами, сыром “Рокфор”.

Лесные и бразильские орехи. Сначала их подсушивают 2–4 минуты на плите или в гриле либо 10 минут в духовом шкафу при 175°C, а затем растирают в полотенце. Лесные орехи обычно используют не только в сладких блюдах, но и в острых, например, в каталонской “Салса Ромеско”.

Каштаны. Мучнистые, сладковатые орехи. Существуют три способа очистки каштанов: разрезание (скорлупу и кожицу удаляют острым ножом); высушивание (скорлупу прокалывают и нагревают до тех пор, пока она не треснет, и очищают); бланширование (заливают водой, доводят до кипения, сливают воду и очищают теплыми). Ядра каштанов можно сварить в бульоне и подавать так же, как вареные овощи, или протереть в суп. Также каштаны используют в качестве начинки для жареной индейки, добавляют в пироги и муссы, засахаривают.

Кедровый орех (тинола, индийский орех). Можно употреблять сырым, но вкус станет ярче, если орех запечь или обжарить. Кедровые орехи добавляют в начинки, салаты, пироги, кондитерские изделия, бисквитное печенье; они входят в состав итальянского соуса песто. Кедровое масло можно добавить в салатные заправки.

Кешью. Ядра орехов, продаваемых в скорлупе, имеют насыщенный, горьковатый вкус. Их можно употреблять, предварительно пожарив и посолив, или добавлять в сыром виде в карри или жареные блюда. Например, довольно популярен цыпленок с орехами кешью.

Кокос. Плод пальмового дерева. Для того чтобы расколоть кокос, необходимо ввинтить шуруп через углубление в месте черенка и слить кокосовый сок (его можно пить или использовать как концентрат). Затем расколоть орех молотком, периодически поворачивая, пока он не распадется на части. Мякоть вырезают ножом и удаляют темную наружную кожуру ножом для чистки овощей. Кокос хорошо сочетается с курицей, чили, кориандром, лаймом, ананасом, картофелем, креветками, рисом.

Для приготовления *кокосового молочка* необходимо натереть мякоть кокоса на крупной терке или измельчить в кухонном комбайне, блендере, положить тертую мякоть в миску, покрыть слоем воды, перемешать и оставить на 30 минут, пока вода не впитается. Затем мякоть следует выло-

жить на марлю, натянутую над мисочкой, и дать молочку стечь. Сильно отжать мякоть через марлю. Мякоть можно замачивать и отжимать повторно, но с каждым разом молочко получается все более жидким.

Вместо свежего кокоса можно взять сушеный. Обращаются с ним так же, как со свежим. Гомогенный кокос в брикетах может заменить кокосовую стружку. Для этого его измельчают ножом и замачивают в кипящей воде.

Порошок кокосового молока очень удобен в применении. Его смешивают с кипятком до получения пасты либо добавляют непосредственно в соусы и карри.

Баночное кокосовое молоко содержит на поверхности толстый слой “сливок”, которые можно снять и использовать отдельно.

Кокосовой стружкой украшают свежие фрукты в шоколадной глазури, посыпают карри, кексы и десерты. При приготовлении глазури для десертов из мороженого можно использовать вместо коровьего кокосовое молоко, то же самое можно сказать и об английском креме. Кокосовое молоко придает особый аромат сметанному соусу и рису.

Макадамия. Плод, имеющий сладкий маслянистый вкус, заключен в твердую скорлупу. Используется в выпечке, в измельченном виде — для панировки курицы или рыбы перед жаркой, в качестве десертного ореха с фруктами и сыром. Им можно заменить орешки пинии в соусе песто. Макадамию применяют для приготовления масла для салатов и заправок. При тепловой обработке орех теряет свой вкус.

Миндаль. Бывает сладким или горьким. Содержит амигдалин, при разложении которого выделяется цианистый водород. Токсичность горького миндаля пропадает при высокой температуре. В небольших дозах горький миндаль используют для приготовления пирогов, кондитерских изделий. Сладкий миндаль обычно продается в сушеном виде цельным, измельченным, в хлопьях, молотым. Для удаления пленки с поверхности орех бланшируют. Измельченный миндаль добавляют в салаты, соусы для спагетти или используют для украшения рыбных и овощных блюд. Обжаренные миндальные хлопья хороши для украшения бисквитов, пирожных, мороженого и тортов. Молотый миндаль используется для выпечки, его также называют *миндальной мукой*, или порошком. Из миндаля готовят миндальное молоко, которое используют в мороженом, рисовых пудингах, коктейлях с персиком или клубникой. *Марципан* — это паста из молотого миндаля и сахара. Самым знаменитым является марципан из Любека.

Французский марципан готовят, добавляя миндаль в кипящий сахарный сироп. Марципан продается кусками или в виде овощей, фруктов, фигурок животных. Из него делают начинку для пирогов, десертов. Марципан можно раскатать тонким листом, чтобы украсить фруктовый торт.

Пекан. При покупке следует выбирать орехи, которые не гремят. Пекан используется для приготовления пирогов и мороженого, а в Америке также для фарширования индейки. В большинстве рецептов этим орехом можно заменять грецкий.

Пинии. Семена итальянской сосны (пиниоли). Их используют для фарширования мяса и виноградных листьев, при приготовлении супов, соусов, для песто, тушеных овощей, для пирожных и бисквитов.

Фисташки. Покупать следует уже открытые (дозревшие) орехи. Их очищают от скорлупы, бланшируют 10–15 минут и снимают кожицу, чтобы не горчила. Затем орехи подсушивают. Фисташки можно есть отдельно, добавлять в сладкие и острые блюда, в кондитерские изделия. Их используют для ароматизации мороженого, для торта “Касата”, добавляют в салаты, начинки, паштеты, а также в хлебобулочные изделия.

Крупы и продукты переработки круп

Квиноя. Крупа с высоким содержанием белка и железа. Готовится любым способом, подходящим для риса. Перед приготовлением рекомендуется тщательно промыть и прожарить на сухой сковороде 5 минут. Можно использовать для салатов, подавать на завтрак с фруктами, сахаром и медом.

Кукурузная крупа. Чаще всего из нее готовят кукурузную кашу (поленту).

Кукурузная мука. Мелкий порошок, получаемый при перемалывании зерен и применяемый для загущения соусов, кремов и десертов, таких как бланманже. Прежде чем приступать к тепловой обработке, кукурузную муку следует развести в небольшом количестве холодной воды. Соусы с кукурузной мукой, если их долго кипятить, разжижаются. В продаже есть также пшеничная кукурузная мука — с добавлением обычной муки. Чистая кукурузная мука более сильный загуститель, чем смесь пшеничной и кукурузной. Из кукурузной муки готовят некоторые национальные блюда, например, мамалыгу.

Кинуа. Мелкие семена травянистого растения, богатые белком. У инков считали священной едой, “матерью семян”. Могут быть различного цвета. Семенами кинуа можно заменить рис и большинство зерновых. Готовят так же, как рис. Можно добавлять в супы, тушеные блюда, использовать в качестве гарнира.

Кускус. Гранулированная манная крупа родом из Северной Африки. Используется для приготовления салатов или экзотических гарниров для курицы, баранины или говядины.

Рис. Существует много разновидностей риса. *Американский длиннозернистый* рис варят 15 минут (белый), а также 30–35 минут (коричневый) способом погружения (откидной). *Арборио* (карнарולי) – итальянский рис с короткими зернами кремового цвета, пряный на вкус. Его готовят по той же технологии, что и ризотто: 15–20 минут на среднем огне при постоянном помешивании. Бульон при этом добавляют постепенно. Рис не должен плавать, а бульон сильно кипеть. Готовый рис получается рассыпчатым и упругим, хотя мягким. Выделившийся крахмал придаст блюду густоту. *Басмати* (ароматный рис) подходит для приготовления плова, индийских блюд. Может быть белым и коричневым. Перед употреблением рис замачивают (для плова – 1 час в сменной воде) и промывают до прозрачной воды. Варят способом впитывания (неоткидным) 15 минут. Для плова замоченный рис кладут в сотейник к пассерованному луку и обжаривают до тех пор, пока зерна не станут лопаться, затем добавляют бульон в соотношении 1:2 и варят 15 минут. *Рис быстрого приготовления* обрабатывается в соответствии с инструкцией на упаковке. *Рис для пудинга* (рис с короткими, очень мелкими зернами) готовят 15–20 минут (белый), 30–40 минут (коричневый); в духовке 1–1,5 часа. Для приготовления пудинга в подготовленную форму кладут 50 г риса, 60 г сахарной пудры, 1 чайную ложку тертой цедры лимона, щепотку соли и 600 мл теплого молока, посыпают мускатным орехом, добавляют кусочек масла и запекают при 150°С 1–1,5 часа. Перемешивают через 30 минут. *Тайский рис* обладает нежным ароматом жасмина. Время приготовления – 15 минут способом впитывания (неоткидным). *“Дикий” (канадский)* рис является не рисом, а семенами цидинии водяной из семейства тростниковых. Имеет насыщенный ореховый вкус, отличается пряным ароматом. Готовят этот рис откидным способом 30–40 минут. Из-за дороговизны его часто смешивают с коричневым или белым. Дикий рис используется для приготовления салатов, которые подают к мясным блю-

дам, а также начинок для блюд из курицы или индейки. *Японский рис* (белый рис с короткими блестящими клейкими зёрнами округлой формы) маринуют для суши. Перед приготовлением промывают до тех пор, пока вода не станет прозрачной, затем вымачивают в кастрюле 30 минут, добавляют 600 г воды на 400 г риса, доводят до кипения и варят на медленном огне 15 минут. Затем рис выдерживают 15 минут. Перед маринованием рис следует охладить до комнатной температуры. Для маринада смешивают 4 столовые ложки крутого кипятка, по 4 столовые ложки сахара и уксуса и щепотку соли, снимают с огня, охлаждают. Готовый рис поливают маринадом и перемешивают в деревянной миске деревянной лопаткой режущими движениями.

Рисовая бумага. Используется для приготовления миндального печенья, нуги.

Рисовая мука. Применяется для загущения протертых супов.

Бобовые

Бобы. Перед приготовлением сухие бобы замачивают 8–12 часов, но существует и быстрый способ: прокипятить зёрна 2 минуты, накрыть крышкой и выдержать 2 часа. Гигантские и соевые бобы варят в несоленой воде. Зеленые бобы насчитывают несколько сотен разновидностей. Их можно варить на пару, в большом количестве воды до размягчения, жарить или использовать в салатах. Бобы прекрасно сочетаются с миндалем, беконом, маслом, сыром, чесноком, травами, оливковым маслом, помидорами и уксусом.

Люцерна. Растение семейства бобовых, семена которого проращивают для получения сочных ростков. Ростки должны быть без слизи, со свежим запахом и влажными белыми корешками. Они являются полезной и вкусной добавкой к салатам, бутербродам, жареным в масле блюдам (класть их надо в последнюю минуту, иначе при нагревании ростки быстро завянут). Замороженную люцерну можно употреблять с жареными овощами.

Ростки. Ростки бобовых (бобов мунк, чечевицы, нута, зеленого гороха, соевых бобов) и различных семян (ржи, пшеницы, редиса, кресс-салата, горчицы, тыквы, мака, клевера, льна) являются источником витамина С, витаминов группы В, белка, пищевых волокон. Хранить их можно в холодильнике не более 3 дней или в банке с водой. Обычно ростки исполь-

зуются сырыми для приготовления салатов и бутербродов. Также их можно обжарить в течение непродолжительного времени или сварить на пару.

Нут. Мука из нута используется для приготовления рыбы в тесте, темпуры, клецек, лапши, ее добавляют в качестве загустителя в соусы и супы.

Чечевица. Перед употреблением чечевицу не замачивают. Время приготовления: зеленая чечевица — 30–45 минут, красная — 20 минут. Чечевица может быть использована для супов, салатов, запеканок, приготовления тушеных блюд. *Красная чечевица (египетская)* быстро разваривается хорошо подходит для супов и пюре. *Зеленая или коричневая чечевица* продается в сушеном виде или пророщенной. Это самая крупная чечевица. Зеленая хорошо подходит для запеканок и тех блюд, для которых важна форма. Коричневая используется в протертых супах или для приготовления пюре. *Пюи* — маленькая крупитчатая серо-зеленая чечевица, выращенная без применения химических удобрений, содержит много минеральных веществ. Зеленая чечевица Пюи контролируется французской системой “Аппелясьон д’оригин контроле”. Она идеально сохраняет форму независимо от времени варки. *Кастелуччио* — маленькая коричнево-зеленая чечевица, быстро готовится (30 минут) и сохраняет свою форму в процессе приготовления. Часто подается в качестве гарнира.

Макаронные изделия (пасты), мука

П*асты.* Макароны изделия (пасты) широко используются в ресторанной кухне различных стран мира. Готовят пасту из муки с сильной клейковиной. При покупке следует убедиться в том, что паста изготовлена из стопроцентной твердой пшеницы. В этом случае на упаковке будет написано *pasta di semola di grano duro*. Пасты бывают с добавлением яиц и изготовленные только на муке и воде. Традиционно их варят до состояния “аль денте”. Макароны изделия могут быть сухими и сырыми. В кулинарии насчитывается множество видов сухих изделий, периодически появляются новые формы и названия. Ресторанные повара предпочитают работать с классической пастой *тальятелле* или *панарделле*. Пасту часто готовят самостоятельно, подкрашивая ее чернилами каракатицы или зеленью шпината. Любители подлинной итальянской кухни любят пасту крупного размера — *букатини*, *спагетти*, *лингвине* и т.п. Самые известные виды сухой пасты небольшого размера — *фузилли*, *пене*, *ригатони* и *фарфалле (бабочки)*. С макаронными из-

делями небольших размеров готовят супы и салаты, но чаще их подают с соусом. Если на макароны нанесены продольные бороздки, они получают определение “ригате” (бороздки наносят, чтобы паста лучше впитывала соус).

Бабочки (Farfalle). Имеют форму бабочек (или бантиков) разных размеров и цветов. Самые большие изделия называют farfalone (фарфалоне), поменьше — farfallette (фарфалетте), а самые маленькие — farfalini (фарфалини). Традиционно подают с грибным соусом, иногда с масляным или сливочным. Величину грибов выбирают в зависимости от размеров бабочек. Часто бабочки подаются с пряной зеленью и овощами.

Букатини (Bucatini). Толстые полые макаронные изделия. Подают с ветчиной, помидорами, луком или мясным соусом.

Дрелли (Drelli). Имеет винтообразную форму, на поверхности находятся спиралевидные бороздки. Хорошо подходит для изысканного салата.

Каватанни с лососем. Имеет необычную, редко встречающуюся форму. Украсит стол любого ресторана. В тесто добавлен копченый лосось, поэтому подаваемый с этим видом пасты соус должен иметь нежный, деликатный вкус.

Канеллони (Kanelloni). Макароны изделия в форме трубочек с начинкой. Можно делать из пресного теста — на короткое время его опускают в кипящую воду, затем в него помещают фарш, сворачивая трубочкой. Трубочки выкладывают рядами в жаропрочную посуду, заливают соусом бешамель и запекают. Сейчас можно купить готовые трубочки из теста, которые фаршируются из кондитерского мешка или ложкой.

Капелли данджело (dangelo). Дословный перевод с итальянского — “волосы ангела”. Представляют собой очень тонкие длинные макаронные изделия.

Колесики (Ruoti). Выпускаются разных размеров. Самые маленькие называются руотины (их особенно любят дети). Этот вид изделий хорошо сочетается с томатным или сливочным соусом.

Корнелли (Cornelli). На рифленой поверхности этих изделий хорошо держатся соусы. Подходят они и для приготовления прозрачных супов.

Кресте ди гало (galletti). Представляют собой красивые изогнутые трубочки, украшенные волнистой рюшкой. Могут быть подкрашенными. Подаются с соусом, приготовленным из козьего сыра, бри, с лесными орехами.

Лазанья (Lasagne). Пластины из теста, изготовленного из твердых сортов пшеницы и окрашенного соком шпината. Пластины не нужно

предварительно отваривать, они хорошо комбинируются с разнообразными продуктами.

Макарони (Makkaroni). Перед варкой разламывают на куски разной длины. Из них готовят пикантные и сладкие запеканки или подают в отварном виде с мясным соусом и тертым сыром “Пармезан”.

Орзо (Orzo). Макароны изделия в форме риса. Можно использовать для приготовления оригинального гарнира — “конфетти”, состоящего из прогретых с орзо тертых моркови, кабачков и чеснока.

Папарделле (Papardelle). Плоская лапша с рифлеными краями шириной 2–4 см. Подают с жирными, острыми соусами.

Перышки (Penne). Наискосок нарезанные круглые трубочки небольшого размера, разные по толщине. Подают с классическими итальянскими соусами или запеченными с сыром. Хорошо сочетаются с острыми томатными соусами.

Равиоли (Ravioli). Квадратные, круглые или полукруглые кармашки из теста. Начинять их можно сыром, яйцом, ветчиной, овощами, грибами или мясом. Подают, предварительно отварив и запекая со сметаной и тертым сыром.

Радиаторы (Radiator). По форме действительно напоминают отопительные приборы. К ним подходят острые соусы.

Ракушки (Conchiglie). Имеют форму ракушек. Могут быть разных размеров. Идеальны для любителей соусов, так как при варке впитывают много воды, а потому хорошо сочетаются с легкими соусами, помидорами, брынзой и густыми соусами песто. К ним подходит очень густой соус, при перемешивании он становится словно фаршем внутри ракушки.

Ракушечки (Conchigliette). Эти маленькие ракушки используются для приготовления супов и различных салатов.

Ригатони (Rigatoni). Короткие трубочки с продольными бороздками. Более мелкий вариант — *ригатончелло*. Бороздки на этой пасте закручиваются вокруг трубочки, и площадь соприкосновения пасты с соусом значительно увеличивается. Подавать лучше с легким овощным соусом.

Спагетти (Spaghetti). Производятся разнообразных цветов и отличаются по толщине. Очень тонкие называются *капеллини*, тонкие и очень длинные спагетти — *вермишели*. Хорошо сочетаются со всеми традиционными итальянскими соусами.

Тальятелле (Tagliatelle). Длинная, плоская, широкая закрученная лапша, которую, как правило, подают с маслом и сыром. Обычно окрашива-

ется в различные цвета и оформляется в виде гнезд. Подают с сырным, мясным или овощным соусами. Желательно, чтобы соусы были не очень острые и контрастного цвета.

Тортеллини (Tortellini). Маленькие полукруглые кармашки из теста, чаще всего с классической начинкой из мяса, сыра “Пармезан” и яйца. Итальянцы любят добавлять в них тыкву, грецкий орех, базилик и шалфей. Подают в бульоне или со сливочно-грибным соусом.

Трубочки (Tortiglioni). Имеют вид маленьких трубочек со спиральным рисунком. Используются для приготовления пикантных и сладких запеканок. Подают с разнообразными соусами и мясным рагу.

Улитки (Trulli). Сочетаются с легкими соусами. Незаменимы в приготовлении салатов и овощных запеканок, хороши в запеченном виде со сливочными соусами и тертым сыром “Пекорино”. Используются для приготовления густых итальянских супов “Минестроне”.

Фузилли (Fuzilli). Представляют собой спиралевидно закрученную лапшу длиной до 30 см. Своими завитками хорошо удерживают соус. Фузилли закручены плотнее и сильнее, чем обычные спиральки, поэтому способны задержать больше соуса. Их можно подавать с различными соусами, в том числе с острым соусом из перца чили.

Мука. В мире используется большое количество сортов пшеницы, и мука, полученная из них, ведет себя по-разному. В связи с этим любые иностранные рецептуры мучных изделий требуют корректировки. Основные виды муки: твердая (с большим количеством отрубей), амбарная (смесь непросеянной ржаной и пшеничной муки с солодом), соусная (специальная мука, используемая для соусов, без добавления дополнительного жира; ее можно взбивать с жидкостью), пекарская (мука с добавлением соли и бикарбоната соды в качестве разрыхлителя, используется в рецептурах, предусматривающих добавление пекарского порошка; для приготовления такой муки необходимо на 150 г простой муки добавить 0,5 чайной ложки соли и 1,5 чайной ложки бикарбоната соды).

Плоды

Абиу (*аби, каимо, каухе*). Плод тропического растения семейства сапотовых, круглой формы, размером с апельсин, с блестящей толстой желтой кожурой. Имеет вкус сладкой карамели, богат вита-

мином С. Используется для приготовления фруктовых салатов, напитков, добавляется в мороженое.

Авокадо (груша авокадо, аллигаторова груша). Плод семейства лавровых, с маслянистой мякотью, нежным ореховым вкусом. Созревший авокадо должен быть мягким со стороны плодоножки. Для ускорения дозревания рекомендуется положить авокадо с фруктами, выделяющими этилен (например, яблоками). Мякоть на воздухе быстро темнеет, поэтому ее нужно сбрызгивать лимонным соком. Можно использовать для приготовления салатов, экзотических гарниров к курице, рыбе и морепродуктам, в натертом виде добавлять в соусы, десерты (например, мороженое, муссы, кремы). Авокадо хорошо сочетается с беконом, голубыми сырами, крабами, чили, кориандром, луком, томатом, лимоном, лаймом, майонезом, сметаной.

Айва. Плод растения семейства розоцветных. Зрелая айва имеет золотистый оттенок. У нее суховатая мякоть. В холодильнике может храниться несколько месяцев. Перед использованием айву очищают от кожицы и семян, сбрызгивают лимонным соком. Айву запекают, тушат или варят. При этом она размягчается, становится ароматной. Из айвы готовят джемы, варенье, муссы, самбуки. Ее подают к цыпленку, мясу, гусю, утке, используют для приготовления мяса с айвой, супа с бараниной, супа с айвой и говядиной. Она хорошо сочетается со сливками, имбирем, сыром “Маскарпоне”, звездчатым анисом.

Ананас. Тропическое растение семейства бромелиевых. Перед употреблением очищают от кожицы и сердцевины. Выбирать плоды следует тяжелые, с тонким ароматом. Если листик от верхушки отрывается легко, значит, ананас свежий. Ананас используют для приготовления салатов, поджаривают на гриле, подают с окороком. Также он хорошо сочетается с курицей и сыром. Ананас можно подать в шампанском (20 г ананаса, 200 мл лимонного сока и льда, 150 мл полусладкого шампанского). Ананас содержит бромелин (энзим, разрушающий белок). Мясо, долго маринованное в ананасовом соке, начнет разлагаться, а при добавлении к желатину ананас не даст желе застыть. Бромелин разрушается при тепловой обработке, поэтому пастеризованный ананасовый сок можно использовать для приготовления желе.

Апельсин. Существуют как горькие, так и сладкие разновидности, а также гибриды. Использовать апельсины можно для приготовления шер-

бета и мороженого, из них выжимают сок, а ароматную кожуру используют для выпечки, в мясных и рыбных тушеных блюдах и супах. Также апельсин добавляют в салаты (например, соединяют апельсин, морковь, красный лук, маслины, свежий кориандр, апельсиновый сок, оливковое масло). Если цедру апельсина используют для сладких блюд, ее следует натереть кусочком сахара, чтобы он впитал в себя все масла. Горькие апельсины обычно варят и готовят из них мармелад или такие блюда, как утка с апельсинами. Также из них получают ароматное масло и компоненты для ароматизации напитков.

Банан. Можно использовать и как фрукт, и как овощ. Банан выделяет этилен и может вызвать преждевременное созревание фруктов, находящихся рядом. Чтобы банан не потемнел, его не рекомендуется хранить в холодильнике. При нарезке бананов используют нож из нержавеющей стали, затем их сбрызгивают лимонным соком. Для кулинарной обработки лучше иметь твердые бананы. Их можно жарить на сливочном масле с желтым сахаром, сбрызнуть ромом или поджарить в тесте. Также банан добавляют в салат или в жареные овощи. Он хорошо сочетается с беконом, шоколадом, кокосом, карри, ромом, сахаром, йогуртом. Банан мучнистый — разновидность банана с высоким содержанием крахмала. Плоды несладкие, сырыми их в пищу не употребляют. Такие бананы добавляют в супы и во все блюда, в которых присутствует картофель.

Бамия. Плод семейства мальвовых, имеет невыразительный вкус, напоминающий вкус крыжовника, иногда зеленой фасоли. Внутри бамии находится желеобразная жидкость, которая в полной мере проявляет свой аромат в процессе варки. Она обладает и желеобразными свойствами. Используется в блюдах типа “первое и второе в одном горшочке”, а также в качестве гарнира.

Барбарис. Может употребляться в свежем, сушеном виде, в том числе в виде порошка. Барбарис подходит в качестве гарнира к люля-кебабу, филе на вертеле, тушеному мясу, а его порошок добавляют в гороховый суп.

Виноград. Свежий виноград можно не только подавать в натуральном виде и использовать для приготовления десертов и напитков. В составе соуса или гарнира припущенный виноград подается к жареной дичи, а маринованный — еще и к мясным блюдам. Виноградные листья — как свежие, так и маринованные — можно заворачивать всевозможные начинки.

Голубика. Употребляется в сыром виде с мороженым или добавляется во фруктовые салаты. Хорошо подходит к выпечке, пудингам, сочетается со сливками, апельсинами, портвейном.

Клюква. Отлично сочетается с сыром, дичью, апельсинами, портвейном, ипдейкой. Входит в состав соусов.

Гранат. Используется в плове с севрюгой, бараниной, с колбасками из свинины. Гранатовый сок имеет темно-красный цвет, кислый, вяжущий вкус, который придает блюдам экзотический “восточный” оттенок. Гранатовый сок добавляют при тушении мяса, к фаршированным цыплятам, цыплятам, жаренным на вертеле, цыплятам со сливками, жареному лососю. Сок также часто используется при приготовлении блюд кавказской и среднеазиатской кухни.

Груша. Для тушения и компотов лучше иметь недозрелые плоды. В острых блюдах груша хорошо сочетается со сладким луком, цикорием и водяным крессом, а также с красным вином, шоколадом, ванилью, имбирем, сыром. Груши добавляют во фруктовые салаты, из них делают шербет, мороженое и т.п.

Гуава. Плод тропического дерева. Вкус различается в зависимости от сорта и может быть похож на вкус лимона, клубники или ананаса. Вяжущий вкус — признак неспелого плода. Очищенную гуаву можно использовать в натуральном виде, а также для приготовления фруктовых салатов, киселей, желе, мороженого и т.п.

Джаботикаба. Бразильский миниатюрный фрукт, похожий на крупный черный виноград. Плоды отличаются плотной, жесткой кожурой и сочной белой мякотью, которая обычно добавляется во фруктовые салаты или в желе.

Джекфрут. Один из самых больших фруктов в мире, вес которого достигает 40 кг. Плоды покрыты зеленой кожурой, которая при созревании становится желтой или коричневой. Мякоть сочная и сладкая. Неспелую мякоть, которая отличается специфическим запахом, и семена едят как овощи, а также готовят с карри или в составе чатни. Спелые фрукты можно есть отдельно или добавлять во фруктовый салат.

Дуриан. Крупный плод, поверхность которого усажена острыми шипами. Его неприятный запах (похож на запах тухлых яиц и гнилого лука) контрастирует с сочной, нежной и сладкой мякотью. Этот фрукт является большой редкостью и стоит очень дорого. Дуриан относят к афродизиа-

кам. Его можно подавать отдельно, использовать для приготовления мороженого и пирожных, а также блюд из индонезийского риса. Обжаренные зернышки употребляют как орехи.

Дыня. Хорошо сочетается с ветчиной, копченой курицей, креветками, инжиром, мятой, крепленным вином.

Ежевика. Употребляется в свежем виде с йогуртом, сливками или мороженым, а также добавляется в каши, пудинги, используется в джемах, пирогах, для приготовления ликеров. Ежевика хорошо сочетается с яблоками, лимоном, мягким сыром, бренди, портвейном.

Инжир (винные ягоды, смоква). Плод фигового дерева со сладкой сочной мякотью. Продается в свежем, сушеном виде, а также в сиропе и оливковом масле. Инжир можно подать с сыром, добавить во фруктовый салат, а также немного проварить. В качестве закуски инжир заворачивается в ломтик вяленой ветчины и обжаривается на гриле или наполняется мягким сыром. В сушеном или засахаренном виде можно добавить в компот, пудинг, использовать при изготовлении торта.

Карамболь. Тропический фрукт, напоминающий пятиконечную звезду, с золотисто-оранжевой или зеленой кожицей и твердой, слегка горьковатой мякотью. У зрелых плодов мякоть сладкого, освежающего вкуса. Степень сладости зависит от сорта и времени сбора. Для украшения блюд карамболь очень эффектен. Чаще всего используют срезы фрукта, которые выглядят как небольшие звездочки. Из-за своих декоративных качеств карамболь прекрасно подойдет к фруктовому салату. Его можно заглазировать, обжарив с сахаром на сливочном масле, и подать к горячему десерту. Кислые сорта используют для маринада.

Кивано (рогатая дыня). Это не ботаническое название, а наименование торговой марки. Фрукт желтого цвета, покрытый короткими и толстыми шипами. Внутри находятся темно-зеленая водянистая мякоть и довольно крупные семечки. По вкусу напоминает банан, иногда огурец. Обычно добавляют в сальсу.

Киви (китайский крыжовник). Едят не только в натуральном виде, но и добавляют в сальсу, острые блюда. В последнее время используется в качестве добавки практически ко всем блюдам. Содержит ферменты, способствующие размягчению мяса. Не рекомендуется добавлять в железированные блюда.

Кизил. Используют при приготовлении фаршированной курицы, жареного гуся.

Клементин. Гибрид мандарина и горького севилского апельсина. На нем настаивают алкогольные напитки, его засахаривают, добавляют во фруктовые салаты.

Кремовое яблоко. Тропический фрукт с толстой чешуйчатой кожицей и нежной кремовой мякотью. Фрукт разрезают, ложкой достают мякоть и добавляют ее во фруктовые салаты, также используют для приготовления мороженого, напитков.

Кристофин (чайот, пепинелло, чоко, мексиканский огурец). Внешне похож на грушу. Его режут на четвертинки и подают в качестве десерта. Чтобы приготовить кристофин, его очищают от кожицы под струей воды, так как он выделяет клейкое вещество. Кристофин можно сварить в красном вине.

Кумкват. Напоминает маленький апельсин, но в отличие от цитрусовых его можно есть целиком. Имеет горьковато-сладкий вкус. Используются в салатах. Предварительно его можно отварить в сиропе. Кумкват нередко консервируют в бренди или других алкогольных напитках.

Личи. Плод размером с небольшую сливу имеет жесткую кожицу рыжеватого цвета. Внутри находится сладкая ароматная мякоть с косточкой. Личи можно есть в сыром виде, добавлять во фруктовые салаты и мороженое, употреблять в протертом виде или замоченным в легком сиропе. Сушеные плоды приобретают приятный, напоминающий изюм вкус, отлично подходящий для закусок. В китайской кухне личи добавляют в блюда из курицы, десерты, сладости.

Логанова ягода. Считается гибридом малины и ежевики, по вкусу напоминает и ту, и другую и может заменить малину во всех случаях. Мыть следует только перед употреблением.

Локва (японская мушмула). Это небольшой фрукт с бледно-оранжевой блестящей кожей, иногда с коричневыми пятнышками. Мякоть сочная и немного кисловатая. Покупать следует мягкие фрукты. Локву можно есть сырой, добавлять во фруктовые салаты, готовить из них желе. Лимонный сок усиливает ее аромат.

Лонган (глаз дракона, лунган). Фрукт размером с оливку или с небольшую сливу. У лонгана мягкая кожица, цвет — от оранжевого до коричневого. Мякоть прозрачна и похожа на личи, аромат схож с запахом гордени. Фрукт предварительно очищают, едят сырым, добавляют во фруктовые салаты, соусы, используют для украшения мороженого, а также

вместо винограда в любых рецептурах. В продаже встречается в свежем, консервированном и сушеном виде.

Манго. Тропический фрукт, цвет которого варьируется от золотисто-желтого до оранжево-красного. Внутри находится большая косточка. Покупать надо мягкие, ароматные плоды. Использовать можно для приготовления мороженого, шербета, соусов, напитков. Хорошо сочетается с морепродуктами и салатами, соленьями и соусами чатни, действует как размягчитель в карри. В азиатской кухне используют в качестве гарнира, кладут в салаты. Манго можно разрезать пополам, сделать на мякоти продольные и поперечные надрезы, затем вывернуть кожей внутрь, чтобы раскрылись кусочки мякоти.

Мангостан. Фрукт темно-алого цвета, круглый, размером с мандарин, покрыт толстой, твердой несъедобной кожурой. Имеет нежную белую мякоть, которая разделена на дольки. Ее вкус напоминает грейпфрут. Можно есть как апельсин, добавлять во фруктовые салаты, использовать для приготовления шербета. Кокум, родственник мангостана, используется в южноиндийской кухне в сушеном виде как заправка. Из семян кокума получают масло.

Маракуйя (гренадилла, куруба). Тропический фрукт с бордовой, желтой или оранжевой кожицей. Мякоть сладкая, терпкая, сочная и ароматная. Незрелая маракуйя очень терпкая. Перед использованием маракуйю разрезают пополам, мякоть достают ложкой. Используют для коктейлей, муссов, заварного крема, напитков, для украшения тортов (например, “Павлова”), фруктовых салатов, мороженого. Маракуйю подают с другими фруктами и со сливками.

Нектарин. Плод, похожий на персик, но отличающийся от него по вкусу. Использовать можно так же, как персик, например, нафаршировать и запечь.

Папайя. Большой тропический фрукт, имеющий сочную мякоть и множество съедобных семян. Его можно добавлять во фруктовые салаты, но только непосредственно перед подачей, так как нарезанная папайя размягчает другие фрукты, если салат постоит. Для усиления аромата хорошо сбрызнуть соком лимона. Не рекомендуется для железированных блюд, поскольку содержит энзим папаин.

Памела. Один из самых крупных плодов семейства цитрусовых, похожий на грейпфрут. Используют для салатов, подают с птицей или вместо грейпфрута.

Пепино (дынная груша). Тропический фрукт, обладающий нежным вкусом дыни. Его можно добавлять во фруктовые салаты и в пюреобразном состоянии использовать для приготовления мороженого и шербета.

Персик. Перед применением рекомендуется достать заранее из холодильника, так как в охлажденном виде фрукт менее ароматен. Персик хорош для приготовления тортов, для приготовления персиковой мельбы его протирают. Подают с курицей, свининой, морепродуктами, сливками, фруктовым салатом.

Опунция (колючая, кактусовая, индейская груша, индейский инжир). На самом деле это не груша и не инжир, а плод кактуса. На кожице имеются несколько острых шипов, мякоть мягкая и пористая, с хрустящими съедобными зернышками. Аромат напоминает арбузный. Перед использованием следует потереть кожицу грубой тканью, удалить шипы, сбрызнуть соком лимона. Для приготовления блюд опунцию протирают через сито для удаления зернышек. Используют для приготовления шербета, мороженого, добавляют в салаты.

Ревень. Хотя по ботанической классификации ревень — овощ, сегодня его часто относят к фруктам и используют соответствующим образом. С ревенем не только готовят пироги, запеканки, мороженое, его также подают с заварным кремом, имбирем, апельсинами, к свинине и утке. Ревень можно потушить с сахарной пудрой и апельсиновым соком и подать в корзиночках с сыром “Маскарпоне” и сиропом.

Смородина. Красную смородину подают к гусю, ягненку, с грушей, сливами, малиной. Черная смородина хорошо сочетается со сливками, мятой, олениной, уткой, дичью. Из нее можно приготовить соус к свинине, курице, дичи, утке.

Фейхоа. Плод с мягкой, желеобразной мякотью. Имеет сильный мускусный запах и вкус смеси банана с ананасом. После очистки можно есть в натуральном виде или добавлять в мороженое.

Физалис. Обладает приятным кисло-сладким вкусом. Перед употреблением в пищу несъедобную оболочку следует снять. Физалис отлично подходит для украшения тортов, пtiфуров и прочих десертов. Часто его предварительно опускают в карамель. Из физалиса получается очень хороший джем. Для приготовления пюре для соуса физалис следует отварить, немного подсушить и протереть.

Финики. Можно добавлять в пирожные, печенье, в тушеные блюда из мяса и рыбы, в кускус или плов. Финики хорошо сочетаются с миндалем, стивками, йогуртом, бараниной, домашней птицей.

Овоши, грибы

Амарант (африканский, индийский, китайский шпинат, слоновьи уши и др.). Существует несколько разновидностей амаранта, но в пищу используют преимущественно зеленый и красный. Листья амаранта быстро вянут, хранить их долго не рекомендуется. Они обладают легким, пикантным вкусом и используются как шпинат в сыром виде для салатов, а также для жарки, приготовления супов. Семена богаты белками, входят в состав супов и выпечки.

Артишок. Представляет собой бутон цветка растения семейства сложноцветных. Хранить артишоки можно в холодильнике в пластиковом пакете, предварительно сбрызнув водой. После соприкосновения с артишоками следует тщательно вымыть руки, так как их сок имеет горький вкус. Мелкие молодые артишоки обычно употребляют в сыром виде в салатах, предварительно охлаждая их 3 минуты в ледяной воде. Молодые артишоки также подают в отварном, запеченном и жареном виде. Можно отдельно использовать черешки свежих молодых артишоков — при правильном приготовлении они получаются очень нежными и вкусными. Артишок среднего размера варят, обжаривают, готовят на пару. Перед обжариванием его лучше панировать в смеси муки, горячей воды и небольшого количества лимонного сока. Крупные артишоки обычно варят и едят, отделяя и обмакивая в соус зеленые верхние листья. Варить артишоки следует в стеклянной, эмалированной посуде или посуде из нержавеющей стали. Алюминиевая придает металлический привкус и обесцвечивает артишоки. Они сочетаются с яйцами, сыром “Пармезан”, анчоусами, базиликом, лимоном, помидорами.

Баклажан. Хотя его называют овощем, на самом деле это ягода, плод многолетнего растения семейства пасленовых. Баклажаны различаются по размеру и по форме: от маленьких округлых до больших, похожих на тыкву. Цвет варьируется от зеленого, кремового или желтого до бледно- или темно-лилового. Чтобы при обжарке баклажаны впитали меньше жира, их рекомендуется бланшировать в кипящей воде или положить в дур-

шлаг, предварительно посолив и оставив на 30 минут, а затем промыть холодной водой и обсушить. Баклажаны подаются как холодная и горячая закуска, жареными, в виде пюре. Они хорошо сочетаются с базиликом, кориандром, тмином, чесноком, имбирем, мятой, петрушкой, томатами, сметаной, йогуртом, оливковым маслом, сыром, бараниной.

Бамия. Тонкий стручок со множеством белых зерен. Молодую бамию едят как овощ, более старые стручки сушат и используют как приправу. Бамия служит хорошим загустителем в супах и тушеных блюдах. Широко используется в азиатской, индийской кухне. В сыром виде бамию добавляют в салаты, для салатных соусов ее бланшируют. Бамия хорошо сочетается с баклажанами, луком, перцем, помидорами. Является хорошим дополнением острых мясных блюд.

Батат (сладкий картофель). Тропическое растение, которое картофелем вовсе не является. Срок хранения ограничен — около недели в сухом, прохладном месте. Существует много разновидностей батата. Мякоть и кожура могут быть разных цветов. Готовят батат так же, как и обычный картофель: запекают (с коричневым сахаром и маслом), жарят, делают пюре. Благодаря сладкой мякоти батат идеально подходит для приготовления пирогов или сладких блюд, хлеба, супов.

Вечерница. Горьковатые салатные листья с орехово-перечным ароматом. Используются в салатах, начинках для пиццы, в супах и пюре. Можно подавать в натуральном виде.

Дайкон (японский редис, китайский редис). Одни сорта имеют слегка перечный вкус, другие — сладковатый. Можно добавлять в салаты, супы, рагу, как картофель или репу. Дайкон также подают к сашими или темпуре.

Иерусалимский артишок (топинамбур, земляная груша). Корнеплод, имеющий сладковатый, слегка подкопченный вкус. Чтобы он не потемнел на воздухе в нарезанном виде, артишок следует класть в подкисленную воду. В сыром виде его добавляют в салаты, а также варят или жарят как картофель. Также можно использовать при приготовлении нежных супов и пюре. С 1960-х годов топинамбур официально включается в число блюд французской и международной кухни (пюре топинамбур или пюре по-иерусалимски, салат жареный, топинамбур а-ля Морне).

Кабачки. Бывают разных размеров и могут иметь различный цвет. Молодые кабачки тонко нарезают, приправляя растительным маслом и лимонным соком, и используют в салатах сырыми. Крупные кабачки жарят,

варят, тушат, запекают. Они хорошо сочетаются с баклажанами, томатами, перцем, растительным маслом, сливками и сыром “Пармезан”.

Капуста. Существует много разновидностей капусты. Краснокочанная капуста, приготовленная с луком, левкоем, красным вином и уксусом, — классический гарнир для блюд из дичи или свинины. Этот вид идеально подходит для жарения с яблоками и кишмишем. Китайская капуста (сельдерейная, пекинская капуста, капуста напа, вонг бок, китайские листья) имеет мягкий, сладковатый вкус. Ее можно есть сырой, варить, жарить, готовить с ней супы и т.п. Кольраби является гибридом капусты и турнепса. Ее жарят, тушат, варят, используют для приготовления пюре и салатов. Кудрявая капуста (браунколь) обладает более сильным вкусом и в зависимости от сорта темно-зелеными или пурпурными, гладкими или кудрявыми листьями. Брюссельскую капусту можно жарить, припускать, варить, тушить, запекать. Капуста хорошо сочетается с беконом, ветчиной, колбасками, яблоками, чесноком, имбирем, можжевельником, горчицей, кунжутом.

Корневой сельдерей. Замачивать или готовить в воде нужно с добавлением лимонного сока, чтобы сельдерей не терял цвет. Можно использовать в салатах, супах, тушеных блюдах. Добавив чеснок и картофель, из сельдерея также готовят пюре, которое идет в качестве гарнира к мясу и дичи.

Козлобородник (устричное растение, овощная устрица). Корень растения похож на длинную морковь, только с коричневой кожицей и жирной мякотью. В горячем виде подают со сливочным маслом, в холодном — с заправкой винегрет. Также применяется для приготовления супов и вареных блюд.

Корнишоны. Сорт маленьких огурцов, которые маринуют, замачивают сначала в рассоле, затем в уксусе. Иногда корнишонами называют небольшие по размеру огурцы других сортов. Корнишоны обычно подают к паштету, холодному мясу, блюдам в крестьянском стиле, готовят с ними соус тартар. Корнишоны хорошо сочетаются с выдержанным сыром “Чеддер”.

Крапива. Обрабатывается так же, как и шпинат. Использовать можно для приготовления супов, начинки для ravioli, можно тушить с луком.

Кресс-салат. Растение семейства крестоцветных. Его добавляют в салаты, употребляют как гарнир и для бутербродов. Наибольшее распрост-

ранение получил *водяной кресс* (зимняя фиалка), разновидность кресс-салата, обладающая едким, немного острым горчичным вкусом.

Лук. Репчатый лук имеет много разновидностей.

Красный лук более сладкий, имеет не такой сильный вкус по сравнению с другими видами, превосходит в салатах, подходит для жарения на открытом огне и гриле. *Белый лук* обычно сладковатый, мягкий по вкусу, используется в салатах и для приготовления других блюд.

Жемчужный лук — мелкий белый лук, идеально подходящий для заправки. Также его добавляют целиком в тушеные блюда из мяса и рыбы, приготовленные в горшочке.

Желтый лук — самый распространенный вид. Имеет свои разновидности: сладкий лук, называемый видалия, испанский лук, лук для солений и чиполлине — маленький плоский лук.

Зеленый лук (шалот, салатный лук) обладает мягким и нежным вкусом. Его перья и луковичку можно нарезать и добавить в салат или омлет, а также в поджарки, украсить им лапшу или рыбное блюдо. Чем меньше луковичка, тем более нежным будет вкус.

Лук-порей (батун) следует тщательно промывать. Используют как белую, так и зеленую часть. Особенно хорошо лук-порей подходит для сливочных соусов и супов (суп виши). Лук-порей можно варить, готовить на пару, тушить в масле. Сваренным целиком его можно завернуть в кусочки ветчины или залить соусом бешамель и зажарить на гриле.

Лук-шалот. Является родственником репчатого лука, однако имеет более мягкий и пажный вкус. Перед очисткой лук-шалот рекомендуется бланшировать в кипящей воде 1 минуту. Луковички шалота растут по несколько штук вместе с одним корнем. Шалот используют для приготовления нежных соусов (например, “Бер Блан”), гарниров, салатов.

Шнитт-лук. Травя с длинными, тонкими и полыми листьями мягкого вкуса, имеющая нежный лавандовый цветок, который съедобен и применяется в декоративных целях. Шнитт-лук можно разрезать в длину ножницами и украсить им супы и салаты. Его также добавляют к горячим блюдам в конце приготовления. Шнитт-лук сочетается с маслом, сыром, яйцами, рыбой.

Чесночный лук имеет плоские темные листья и мягкий чесночный вкус. Используется в жареных блюдах, в рубленом виде в начинках, в качестве украшения в супах. Его также можно бланшировать и подавать в качестве гарнира или украсить им устричный соус.

Мангольд (листовая, белая, шпинатная, морская свекла). Имеет мясистые стебли, кудрявые листья. Последние можно добавлять в сыром виде в салаты или готовить подобно шпинату. Часто их берут в качестве заменителя шпината. Стебли используют целиком или в нарезанном виде, их кладут в супы, поджарки, соусы.

Маниока. Клубневидные корни с мякотью, богатой крахмалом. Сладкую маниоку можно варить, делать из нее пюре или жарить как картофель, а молодые листья — варить, как шпинат. В клубнях содержится синильная кислота, которая перед употреблением удаляется путем вываривания. Маниока продается также в мороженом виде. Топиока — рафинированный крахмал, получаемый из маниоки.

Папоротник. Молодые листовидные отростки устричного папоротника. Побегов обычно варят и подают с соусом, добавляют в жареные блюда или в сыром виде — в салаты. По вкусу напоминают спаржу.

Пастернак. Средиземноморский корнеплод с оригинальным сладким вкусом. Его подают жареным, в виде пюре или добавляют в супы и блюда, приготовленные в горшочке. Пастернак готовят неочищенным и лишь затем снимают кожицу. Если пастернак очистили перед приготовлением, его надо держать в подкисленной воде. У большого и старого пастернака перед приготовлением удаляют сердцевину. Подают пастернак с “Пармезаном”, картофелем, жареным мясом, брюквой. Кроме корня используют листья, цветки и семена.

Перец сладкий. Нашел широкое применение при приготовлении холодных закусок, в том числе салатов, супов, соусов, основных горячих блюд. Идеально подходит для запекания, в том числе в фаршированном виде. В зависимости от сорта может иметь разный цвет — зеленый, красный, желтый, реже оранжевый, фиолетовый и белый. Часто разница в цвете свидетельствует о степени зрелости, что влияет на вкус и сочность.

Руккола. В кулинарную моду вошла сравнительно недавно. Является родственницей горчицы, редьки и других крестоцветных. Ее относят к афродизиакам. Обладает пикантным вкусом. Рукколу добавляют в пиццу, пасту, салаты. Лучшим способом подачи считается использование рукколы в свежем виде, без тепловой обработки, с заправкой оливковым маслом и бальзамическим уксусом в сопровождении жареного мяса с кровью, карпаччо или с сыровяленой пармской ветчиной, а также сырами Северной Италии (“Пармезаном”, “Грана Падано” и т.п.).

Салат-латук. Существует ряд разновидностей (круглый, листовой, краснолистный, длиннолистный, гибрид сельдерея и салата). Широко используется не только для приготовления салатов и бутербродов, но также и для горячих блюд. Во Франции салат-латук готовится с мелким луком в бульонах, в Китае используется как обычный овощ для приготовления различных блюд. При разработке рецептуры салата следует учитывать, что мягкие листья не сочетаются с тяжелыми ингредиентами, такими как картофель, а твердые листья (например, салат “Айсберг”) требуют соответствующей приправы. Краснолистный салат-латук (например, “Лолло Росса”) следует использовать осторожно, так как он горчит. Длиннолистный салат (например, “Ромэн”) имеет длинные, твердые листья и пикантный вкус. Его некоторые разновидности немного пресноваты, хорошо подходят к салатам, содержащим острые ингредиенты и приправы. Гибрид сельдерея и салата можно употреблять в качестве салатных листьев и готовить как сельдерей. Салат-латук не рекомендуется замачивать; используют его только в обсушенном виде.

Спаржа. Выбирать надо крепкие побеги со свежими верхушками. Лучше готовить спаржу в день покупки в специальных пароварках (стебли варятся в воде, а верхушки — на пару) или в широкой кастрюле, сковороде, наполненной слегка подсоленной водой. Используют различные виды спаржи: белую, пурпурную и зеленую. *Пурпурная (красноголовая)* спаржа при варке становится зеленой. *Белую спаржу* перед приготовлением нужно почистить, поскольку у нее жесткая кожица. Готовую спаржу подают с маслом, “Пармезаном”, добавляют в ризотто, пироги, салаты.

Трюфели. Грибы, которые растут под землей. Они считаются самыми дорогими в мире. Созревая зимой, источают пьянящий аромат, по нему их и находят специально натренированные собаки и свиньи. Существует два вида — французский черный трюфель из Перигора и белый трюфель из Пьемонта (Северная Италия). По внешнему виду эти грибы напоминают маленькие черные сморщенные картофелины. Свежие трюфели в продажу поступают редко. Обычно они продаются консервированными. Наиболее доступны по цене обрезки и очистки трюфелей. Консервированные цельные трюфели продаются очищенными и неочищенными — “экстра” или “выборка”. Очень ценной является и жидкость, которой они залиты в банках: она состоит из мадеры, красного вина или бульона. Неочищенные трюфели нарезаны очень мелко. Разновидности трюфелей — мюске (мускус-

ные) и ивернанко имеют острый запах, но они ароматны, как настоящие трюфели. Белые трюфели — “белое золото” из Пьемонта — представляют собой коричневые шишки с бежевой мякотью, величиной с грецкий орех, самое большое — с яблоко. У них пронзительный запах и необыкновенно приятный вкус. Трюфели можно употреблять в пищу в сыром виде, а также использовать для приготовления начинок, соусов, омлетов, паст, поленты, ризотто, тушить или запекать в тесте и т.п. Нельзя забывать аромат трюфель сильными пряностями.

Цикорий. Имеет также иное название — *эндивий*. Перед использованием рекомендуется бланшировать для удаления горечи. Цикорий хорошо подходит для салатов, а разновидности с завернутыми листьями можно обжаривать, тушить в бульоне или карамелизировать. Вначале цикорий необходимо готовить в бульоне до размягчения, затем обсушить, пожарить до потемнения, пока он не карамелизируется. Он также служит начинкой для пирогов: цикорий варят в бульоне и заправляют голубым сыром со сливками. Все разновидности цикория могут использоваться в салатах, но из-за горечи применять его следует умеренно. Чтобы горечь не усиливалась, хранить цикорий следует в темном месте. Он хорошо сочетается с голубым сыром, маслом, дичью, оливками, апельсинами, красным мясом.

Шпинат. Молодые листья используются для салатов, более старые нужно готовить. Для сохранения цвета шпинат бланшируют и промывают в холодной воде несколько раз. Использовать его можно также для приготовления пюре, начинок, а также в качестве гарнира. Шпинат содержит щавелевую кислоту, замедляющую усвоение кальция и железа.

Щавель. Со щавелем готовят смешанный зеленый салат, добавляют его в супы, пюре, соусы или как вкусовую добавку к омлету. Щавель сочетается с цыпленком, рыбой, телятиной.

Цветы

В кулинарной книге, написанной в 1842 году Борисом Волжиным, можно найти “Соус из цветов бузины” и “Желе из роз или цветов фиалки”.

Использование цветов в ресторанной кулинарии — традиция, уходящая корнями в глубь веков, и сегодня это направление стало опять актуальным.

Считается, что возрождение цветочной гастрономии началось в Америке. В Японии в последнее время наблюдается ее бум. Наиболее популярны хризантема, сакура, гвоздика, лаванда, роза.

Использовать можно только съедобные цветы, не обработанные химикатами.

В качестве съедобных цветов обычно используют розу, фиалку, огуречник аптечный, майоран, лаванду, мяту, орегано, фенхель, ноготки и настурцию, иногда — ноготки, анютины глазки, цветы цуккини, жасмин. Французские кулинары предлагают также брать ароматные цветы вишни, яблони, груши для приготовления фруктовых салатов, а в одном из ресторанов отелей Ванкувера разработано специальное тюльпанное меню.

Цветы могут употребляться как для украшения, так и для придания текстуры, вкуса и цвета. По этим качествам цветы должны сочетаться с остальными продуктами. Глазированные цветы — прекрасное украшение — можно сделать, обмакнув их во взбитый белок, а затем в сахарную пудру. Обычно цветами украшают десерты и холодные закуски. В ледяной чаше с замороженными цветами и листьями подают свежие фрукты, мороженое, шербеты.

Акация. “Богатый и представительный цветок”, подходит к дорогим десертам со свежими ягодами или к сложным апельсинно-имбирным крем-брюле. Также можно добавлять в салаты.

Герань. Листья обычно используются для придания аромата сладким кремам, сахару, варенью. Можно целиком употреблять для украшения, например, положить на блюдо для пирогов.

Жасмин. Применяется для ароматизации десертов, чая.

Кактус (кактусовые листья, колючая груша). В пищу употребляется множество видов этого растения, но особенно сочный, горьковатый на вкус мексиканский вид кактуса — напал (опунция). Перед использованием следует удалить иголки, срезать края, смыть клейкую жидкость, затем нарезать полосками и варить в воде или на пару, пока они не станут мягкими. Готовую мякоть добавляют в салаты, омлеты, супы.

Кабачки. Цветки кабачков съедобны. Обычно их фаршируют, прежде чем запекать или жарить.

Лаванда. Обладает сильным вкусом, поэтому использовать следует осторожно. Нарезанные цветки можно добавить в песочное печенье, пирог, сорбет, сладкий крем, а также к жареному ягнелку для придания аромата.

С лепестками лаванды подают обжаренные кальмары. Засахаренные цветки лаванды хорошо подходят для украшения пирогов. Лаванда — отличная вкусовая добавка для заварного крема или бисквита. Дает хорошее цветочное сочетание с зеленым салатом и желтой облепихой.

Лотос. Известен белыми и розовыми цветами. В кулинарии используется в основном корень лотоса. Его нарезают поперек, чтобы из отверстий был виден похожий на цветок узор. Корень имеет хрустящую нежную мякоть. Используется в китайской и японской кухне. Мыть следует только непосредственно перед использованием. Очищенный и нарезанный корень в сыром и приготовленном виде берут для приготовления салатов или жареных блюд, подают в качестве гарнира, фаршируют. Чтобы корень лотоса не потемнел на воздухе, его хранят в подкисленной воде. Он может продаваться в свежем, сушеном, замороженном и консервированном виде. Семена лотоса также съедобны, их едят как семечки, используют для приготовления китайских десертов, супов, а листья — для заворачивания и последующего приготовления продуктов, например, рыбы целиком.

Настурция, ноготки. Цветы настурции можно зафаршировать смесью корнизонов, сыра, петрушки и сметаны и подать с соусом из лайма. Ноготки и настурцию кладут в салаты, но после добавления уксусной заправки их необходимо перемешать, иначе они потемнеют.

Одуванчик. Используется для приготовления салатов, но лишь в том случае, если он не обрабатывался пестицидами.

Роза. Розовые лепестки подходят для приготовления желе. Лепестки придают аромат кондитерским изделиям и украшают их. Розовые лепестки можно сварить в воде или сахарном сиропе и добавить для аромата в блюда или кристаллизовать и использовать для украшения. Водой из лепестков розы ароматизируют пахлаву, блюда из карри и риса, розу применяют для приготовления розового масла, муссов и парфе.

Ромашка. Подходит для простых десертов, мороженого, пштруделя.

Тюльпан. Придает блюду тончайший аромат. Цветы тюльпана обжаривают в кляре и подают со спаржей и козьей ирландской брынзой, используют для приготовления салата. Очень интересен лимонный пирог с кремом и сладкими лепестками тюльпана.

Хризантема. Молодые листочки подходят для салатов, для жарки, а съедобные цветы довольно популярны в китайской кухне.

Фиалки. Способствуют возбуждению аппетита. Можно добавлять в салаты. Вкус фиалки гармонирует со вкусом мраморного мяса.

Птица, субпродукты, мясопродукты, морепродукты

Голубь. Используется мясо как диких, так и одомашненных голубей. У диких мясо постное, темное и с более выраженным вкусом, чем у домашних голубей. Перед приготовлением тушку необходимо подвесить для улучшения аромата и качества мяса. Для хранения птицы, купленной в магазине, упаковку удаляют, голубя заворачивают в жиронепроницаемую бумагу и помещают в холодильный шкаф. Перед приготовлением тушку моют и обсушивают. Голубя можно нафаршировать или разделить на филе. В процессе запекания рекомендуется накрыть грудку ломтиком бекона, чтобы она не пересушивалась. Взрослого голубя готовят с добавлением жидкости, лучше с вином, а также тушат или запекают в тесте.

Гусиная печень (фуа-гра). По технологии производства фуа-гра, гусей и уток специально перекармливают зерном, что вызывает ненормальное увеличение их печени (гусиная в среднем достигает 450–600 г, иногда до 2 кг, а утиная — 350–450 г). Она продается в сыром, полусыром и пастеризованном виде в жестяных банках или консервированной (в собственном жире) в стеклянных. Фуа-гра встречается в виде кусочков, целой печени, паштета с содержанием печени минимум 75 процентов. Цвет гусиной печени должен быть розовым, утиной — чуть темнее. Фуа-гра подается как самостоятельное блюдо, так и используется в различных рецептах — целиком, в виде пюре или мелко рубленной. Обладает неповторимым вкусом. Чтобы избежать повреждения ткани печени, рекомендуется удалять только наиболее доступные вены и пленки.

Желудочная пленка. Тонкая пленка с прожилками жира, окружающая желудок животного. Обычно используют свиную пленку. Предварительно следует замочить в холодной воде на 1–2 часа. Используется пленка для придания сочности и вкуса мясу, а также в качестве оболочки, которую можно заполнить начинкой.

Корайль. Икра самки омара. В сыром виде имеет черный цвет, сваренная становится красной. Можно использовать как самостоятельное блюдо, так и для соусов, добавлять в масло.

Креветки. Существуют сотни разновидностей креветок. В Европе наиболее распространенной является коричневая, хотя цвет может быть разным. Креветки используются для приготовления коктейлей из морепродуктов, канапе и т.п. Королевские креветки могут иметь размер от 2,5 до 30 см в длину. Процент отходов при первичной обработке составляет примерно 50 процентов. Креветок можно варить на пару, в воде, жарить на гриле, сковороде, запекать. Из креветок делают муссы, соусы, начинки, их употребляют в салатах и закусках. Время тепловой обработки креветок среднего размера не должно превышать 2–3 минуты. В случае необходимости добавления креветок в готовое блюдо делают это в последний момент. Королевские креветки подают с чесноком, чили, майонезом, манго, лимоном.

Крокодил. В пищу употребляют обычно мясо хвостовой части и лап. Мясо крокодила светлое, по вкусу напоминает сочетание курицы и рыбы. Его жарят на гриле и подают с соусами, такими как сладкий чили или сальса верде.

Лягушачьи лапки. Считаются деликатесом, напоминают по вкусу нежное мясо молодого цыпленка. Употребляют только задние лапки отдельных видов лягушек, выращиваемых на специальных фермах. Готовить лягушачьи лапки надо быстро, иначе мясо станет жестким. Их обжаривают со сливочным маслом и петрушкой, зажаривают на шампуре или тушат в красном вине.

Околопочечный жир (капсула). Говяжий жир кремово-белого цвета должен быть свежим, сухим, без неприятного запаха. Перед использованием его следует охладить. Хорошо обработанная оболочка почти не имеет привкуса. Применяется для жарки как в натуральном, так и в топленном виде. Подходит для приготовления легкого теста для пирожков с мясом (одну часть жира смешивают с двумя частями муки и добавляют воду).

Пармская ветчина. Считается одним из самых превосходных мясопродуктов. Эту ветчину выдерживают 14 месяцев и высушивают в естественных условиях на воздухе. Пармская ветчина придает особый аромат телятине, прекрасно подходит к курице, с ней делают соус к макаронам, а тончайшие ломтики ветчины со свежей дыней и инжиром подают на закуску.

Пражская ветчина. Умеренно соленая и копченая ветчина весом 2,5–3 кг. Используется для приготовления горячих блюд, например, отваренную ветчину запекают в тесте.

Телятина. Самую нежную, молочную, получают от 10–12-недельного теленка, вскормленного только коровьим молоком. Такое мясо имеет легкий розовый цвет и характерный молочный запах, жир — атласно-белый. Если в мясе теленка оттенки красного цвета, значит, теленка подкармливали зерном или травой. Такое мясо подходит для жарки. Если мясо теленка чуть красноватое или серовато-белое и при этом достаточно мягкое, с влажными, толстыми, блестящими сухожилиями, то, вероятно, животное кормили восстановленным молоком, и такое мясо — всегда посредственного качества. При тепловой обработке оно выделяет много воды и сильно уменьшается в объеме. Телят постарше (4–5 месяцев) кормят травой, их мясо относят к “розовой” телятине. “Серую” телятину получают от еще более взрослых животных. Их мясо не столь хорошее, как белое мясо молочных телят или “розовая” телятина. В нем больше влаги, оно лишено вкуса хорошо вызревшего мяса.

Томалли. Печень омара. Имеет зеленый цвет. Считается большим деликатесом. Томалли можно есть самостоятельно, употреблять в соусах или добавлять в масло и смазывать им омара перед запеканием.

Медуза. Используются только некоторые виды, причем после предварительного вымачивания в бикарбонате соды и просушивания. Если медуза сушеная, ее нужно замочить, бланшировать и затем нарезать на ломтики. Ломтики могут продаваться в готовом виде в вакуумных упаковках. Целятся за хрустящее, требующее долгого пережевывания “мясо”. Применяются для салата.

Морские водоросли. Подразделяются на бурые, зеленые, красные и сине-зеленые. Широко используются в азиатской кухне, особенно в японской — в супах, суши и в качестве приправы. Многие водоросли продаются в высушенном и спрессованном (листочками) или измельченном виде как приправа. *Нори* (лейвер) продаются в виде спрессованных, тонких, как бумага, листов от фиолетового до зеленого цвета или в виде хлопьев. В них заворачивают суши, в рубленом виде добавляют в супы, в измельченном — в рис. Перед применением их рекомендуется подогреть над огнем или на гриле. *Дулсе* — красновато-фиолетовые водоросли, твердые, эластичные, имеют острый и соленый вкус. Используются для приготовления супов, тушеных блюд и приправ, также употребляются в сыром виде в салатах. *Вакаме* — темно-зеленые или бурые водоросли, входящие в состав супов, салатов и овощных блюд с уксусной приправкой. Продаются сушеными в

виде кусочков или хлопьев. Перед приготовлением надо замочить на 2 часа. *Хиджики* — короткие тонкие стебли, обычно продаются в сушеном виде. Перед использованием замачивают. Добавляют сырыми в салаты, рис, супы, тушат в соевом соусе с сахаром.

“Сладкое мясо”. Кулинарный термин, обозначающий поджелудочную и зобную железы телят, ягненка и свиньи. Имеет изысканный вкус. Перед использованием его следует бланшировать, а затем охладить, чтобы сделать более плотным. Далее удаляют оболочку и жарят на гриле, во фритюре или тушат. Перед жаркой обычно панируют в яйце или сухарях. Поджелудочная железа круглая, полная и более высокого качества, чем зобная, неровная и вытянутая. Лучшей считается телячья поджелудочная железа весом до 600 г, у ягненка — до 100 г.

Улитка (эскарго). Лучшими съедобными разновидностями являются большая бургундская (романская) и маленькая, но более сладкая пти-гри (обычная садовая улитка), которая сегодня используется все чаще. После сбора улиток на неделю оставляют без еды или кормят травами и латуком, затем достают из раковин, чистят и варят. Как правило, готовят в оливковом масле с добавлением помидоров и трав или подают с соусом из белого вина, а также со сливочным маслом и чесноком. Так как подготовка живых улиток сложна, лучше использовать консервированных, замороженных или очищенных улиток.

Устрицы. Морские моллюски с односторонне выпуклой раковиной являются одним из самых больших деликатесов. Французские плоские устрицы нежного вкуса называются белон, маренн и аркашон. Английские колчестер и вайтестейбл, голландский империял, бельгийский остенд, датский лимпфьорд, американский и норвежский блюпойнд — тоже устрицы с плоскими раковинами. Португальские устрицы более дешевые, их вкус чуть острее. Устрицы продаются на вес, международным символом которого является 0. Устрицы со знаком 00 имеют вес 73–77 г, 000 — 83–87 г, 0000 — 93–97 г, 00000 — 103–107 г, 000000 — 113 г и более. Чем меньше раковина, тем больше ее тело по сравнению с раковиной. В продажу поступают с сентября по апрель. При покупке следует убедиться в том, что раковины плотно закрыты. Для их открывания нужен специальный нож. Его просовывают с более узкого конца раковины внутрь, проводят лезвием вдоль края плоской створки и перерезают мускул-замыкатель. Затем осторожно снимают верхнюю створку раковины. Вопреки расхожему мнению жидкость из ра-

ковины нужно слить (ведь это по сути обычная морская вода), живая устрица моментально даст сок. Моллюска поддевают ножом, подрезают мускул с краю и высасывают устрицу с соком. Также можно на устрицу выжать дольку лимона и запить ее шампанским или шабли. Кроме того, устриц очень хорошо запечь.

Хамон. Дорогой испанский сыровяленый окорок. Считается деликатесом. В качестве закуски подают ломтики хамона со свежей дыней, с мягким козьим сыром.

Эму. Крупная австралийская птица, имеет нежирное нежное мясо, по вкусу напоминающее говядину. Готовят так же, как и мягкие части говядины. Яйца эму используются, как куриные.

Растительные масла

Кроме известного кукурузного, подсолнечного и оливкового существует большое количество других видов растительного масла, например, опьяняющее своим вкусом и ароматом масло из черных трюфелей и более скромное масло из тыквенных семечек, а также кунжутное, льняное и др. Масло получают из семян, орехов и плодов путем измельчения и выжимки, используя нагрев и химические вещества. Различные виды масла применяются по-разному. Аромат высококачественных масел при тепловой обработке разрушается, поэтому их лучше использовать в холодном виде. Для жарки необходимо масло с высокой температурой кипения и без запаха. Для заправки салатов выбирают масло с подходящим ароматом. Такие виды, как масло грецкого ореха, масло из тыквенных семечек и фисташковое, не подходят для жарки, но могут выступать в качестве приправы к таким блюдам, как рыба, ризотто и шюре. Любое нерафинированное масло боится солнечного света. Его желательно хранить подальше от источников тепла (но не в холодильнике), лучше в темной стеклянной посуде.

Абрикосовое и персиковое масло производится посредством механического прессования косточек фруктов с последующей фильтрацией. В пищу употребляется только рафинированное дезодорированное масло с мягким вкусом и почти без запаха. Его можно использовать в салатах и для приготовления легкого майонеза.

Арахисовое масло. Для жарки можно брать даже нерафинированное масло, так как оно устойчиво к высоким температурам. Рафинированное

идеально подходит для жарки во фритюре, для приготовления майонеза. Его часто добавляют в легкие салаты. Арахисовое масло идеально подходит для супов и изделий из теста.

Масло из виноградных косточек используется в кулинарии только в рафинированном виде. Оно считается диетическим, способствующим регенерации кожи. Это масло выбирают для заправки салатов и приготовления овощных и фруктовых коктейлей. Масло из виноградных косточек подходит для жарки во фритюре.

Горчичное масло имеет темно-желтый цвет, обладает пикантным вкусом и сильным ароматом. Оно является антибиотиком и оказывает бактерицидное действие. На горчичном масле отлично жарятся блины, а если его добавить в хлеб или тесто для пирогов, они выйдут пышнее и долго не зачерствеют.

Масло грецкого ореха обладает выраженным вкусом и ароматом грецкого ореха. Оно содержит антиоксиданты, замедляет процесс старения, нормализует сахар в крови и работу щитовидной железы, повышает иммунитет, тормозит действие радиации. Его рекомендуется использовать в холодном виде для заправки зеленых салатов-микс и как добавку в тесто для выпечки, тортов и пирожных. Хорошо подходит к яблочному уксусу.

Кедровое масло является источником многих полезных веществ. По своим лечебным свойствам может заменить любое другое. Его применяют для лечения трахеитов, ларингитов и ОРЗ, нейродермитов и язв различного происхождения, оно выводит соли тяжелых металлов, помогает снятию синдрома хронической усталости. В кулинарии масло кедрового ореха используется в основном для приготовления десертов, но его можно также добавлять при мариновании мяса и рыбы, а также при жарке на гриле. Оно прекрасно подходит для соуса винегрет и для заправки овощей, например, артишоков.

Кукурузное масло холодного прессования имеет золотисто-желтый цвет, горячего — намного темнее. Продается только рафинированное. Является самым устойчивым к окислению из всех рафинированных масел, поэтому пользуется большой популярностью. Чаще всего применяется в хлебопечении, а также для приготовления майонезов. Хорошо подходит для обжаривания продуктов.

Кукурузное масло обладает антиоксидантными свойствами. Для запекания и жарки не подходит, так как быстро горит. Это масло добавляют во мно-

гие блюда тайской и китайской кухни, особенно в сочетании с соевым соусом и медом. Используется в небольших количествах из-за сильного запаха.

Льняное масло продается только в нерафинированном виде. Его можно использовать для заправки каш, винегретов, вареного картофеля, смешивать с творогом и йогуртом. Это масло не рекомендуется для тепловой обработки. Мед усиливает полезные свойства льняного масла. Так как оно быстро окисляется, его нельзя долго хранить.

Кокосовое масло содержит натуральный лецитин, благодаря которому оно не подгорает.

Масло лесного ореха используется в холодном виде для заправки салатов или как приправа. Хорошо подходит к малиновому уксусу.

Масло из зерен мака не имеет запаха, используется в основном для выпечки.

Миндальное масло применяют для выпечки.

Оливковое масло (прованское) имеет цвет от золотисто-желтого до зеленого. Оно выводит из организма холестерин, замедляет процесс старения, лечит желудочно-кишечные заболевания, нормализует работу печени. На упаковке настоящего нерафинированного оливкового масла (первого холодного отжима) должно быть написано “Extra virgin”. Оно имеет сильный запах, его лучше использовать для заправки блюд. Оливковое масло холодного отжима — хорошего качества, но может подавить аромат нежного салата. Рафинированное масло подходит для тепловой обработки и часто используется для приготовления блюд. Цвет оливкового масла зависит от типа оливок и не указывает на качество.

Ореховое масло. Подсушенные орехи измельчают в блендере или кофемолке (но не слишком сильно, иначе они превратятся в бесформенную массу). Затем добавляют сливочное масло (1 часть орехов — 2 части масла) и смешивают. Ореховое масло выкладывают на вощеную бумагу и придают ему форму валика, заворачивают и помещают в морозильную камеру. Охлажденное ореховое масло прекрасно дополняет горячие блюда. Миндальное масло идеально подходит для рыбных блюд, масло из лесных орехов и фисташек — для мясных блюд и блюд из птицы. Масло с сахаром или пряностями подают к горячим фруктовым барбекю.

Пальмовое масло используется как ингредиент маргарина и мороженого.

Подсолнечное масло — самое популярное из всех растительных масел в России. Обладает целебными свойствами, широко используемыми в на-

родной медицине. Рафинированное дезодорированное подсолнечное масло подходит для приготовления майонеза, а в домашней кухне — для заправки салатов, супов и для жарки.

Рапсовое масло имеет нежный аромат и хорошо подходит для жарки и выпечки. Оно часто обозначается на бутылках как “растительное масло”. Рапсовое масло имеет ореховый или цветочный привкус, пригодно для жарки и заправки салатов.

Соевое масло поступает в продажу только рафинированным. В домашних условиях подходит для жарки во фритюре.

Фисташковое масло используется преимущественно для заправки блюд.

Раздел 2. СПОСОБЫ И ПРИЕМЫ КУЛИНАРНОЙ ОБРАБОТКИ

Наиболее часто используемые способы и приемы кулинарной обработки достаточно подробно описаны в учебниках по технологии.

В связи с унификацией технологии, имевшей место при разработке сборников рецептур (особенно изданных после сборника 1955 года), произошло значительное упрощение не только рецептур, но и отдельных приемов кулинарной обработки. Полученные в результате подобных упрощений технологии могут быть использованы для массового питания, но не для ресторанной кухни.

Имеется ряд менее знакомых приемов и способов обработки, наиболее характерных для ресторанных технологий, таких как сотирование, фламбирование и пр., о которых можно найти лишь отрывочную информацию в прессе и на мастер-классах известных поваров. Иногда уже знакомые приемы кулинарной обработки на кухне ресторана используются по-новому, более оригинально.

Существующие в международной практике классические приемы понятны профессионалам независимо от места проживания, и их знание необходимо отечественным специалистам, особенно тем, кто посвятил себя ресторанной кухне. Также наряду с используемыми в отечественной технологии названиями важно знать и общепринятые в международной практике термины. Это поможет общаться с зарубежными коллегами на профессиональном языке, понимать зарубежную кулинарную литературу.

Обработка сырья и приготовление полуфабрикатов

Овощи, плоды, грибы

Нет смысла повторять известные из отечественной технологии схемы обработки овощей, способы нарезки, широко используемые в практике отечественных предприятий общественного питания. Однако следует уточнить особенности обработки отдельных видов овощного сырья, наиболее характерного для ресторанной кухни.

Брюссельская капуста. Для равномерного приготовления крупных кочешков на их основании следует сделать крестообразный надрез на четверть глубины. На мелких кочешках надрез делать не нужно. Также необходимо обрезать основания кочешков и удалить увядшие листья.

Брокколи, цветная капуста. Использовать можно как соцветия, так и кочерыжку. Соцветия требуют меньшего времени тепловой обработки, поэтому их следует отделить. Крупные соцветия разделяют на более мелкие части. С кочерыжки нужно удалить листья, срезать внешний слой с помощью ножа для очистки овощей и нарезать брусочками (крюдите). Чтобы предотвратить появление пятен на цветной капусте, необходимо положить подготовленные кусочки в воду, подкисленную винным уксусом или лимонным соком.

Краснокочанная капуста. Чтобы сохранить ее натуральный цвет, рекомендуется нашинкованную капусту залить горячим красным винным уксусом (на небольшой кочан достаточно 8 столовых ложек). После перемешивания следует оставить капусту на 5–10 минут, затем слить лишний уксус.

Шпинат. Жесткие черешки следует обрезать. Нередко шпинат, перед тем как подать в свежем или припущенном виде, также нарезают. Классический способ нарезки включает в себя три этапа. Сначала перегибают каждый лист шпината пополам вдоль так, чтобы центральная прожилка оказалась снаружи, и удаляют ее. Затем несколько листиков соединяют и закручивают как сигару. И только потом полученный рулетик нашинковывают. Иногда листья шпината готовят, не нарезая.

Виноградные листья. Свежие листья бланшируют, а консервированные перед использованием промывают.

Швейцарский мангольд. Отделяют листья от центральных белых черешков. Для тепловой обработки используют как листья, так и черешки.

Сельдерей. Отделяют корни, стебли и листья. Корни и листья обрабатывают обычным способом. Со стебля ножом для очистки овощей срезают жесткие волокна.

Спаржа. Грубую нижнюю часть побега следует отломить, осторожно протереть побеги, промывая от грязи в холодной воде. Нижнюю часть побегов зачищают пожом для очистки овощей (только у толстых побегов белой спаржи). Очищать спаржу следует лишь в том случае, если стебельки слишком шершавые. Затем кончиком ножа срезают с почки острые листики и связывают побеги ниткой в небольшие пучки. Толщина стебельков в пучке должна быть одинаковой, иначе они проварятся неравномерно. Очищенную спаржу можно хранить в холодильнике, поставив стебельки на 2–3 см в воду и накрыв их крышкой.

Фенхель. Отделяют корешки, стебель, промывают луковицу, нарезают вдоль на две половинки (четвертинки) и при необходимости нарезают. Зеленые веточки обрабатывают так же, как укроп. Нарезанный фенхель следует держать в ледяной воде, чтобы он не побурел.

Артишок. Молодые артишоки можно использовать нарезанными и целиком. У молодых артишоков не удаляют черешок, наружные листья и даже венчик. Черешки свежих молодых артишоков отваривают. При этом их предварительно очищают от кожицы и нарезают небольшими кусочками. У зрелых артишоков съедобными считаются только основания листьев, сердцевина и режс черешок. Его отрезают, а чаще отламывают у самого доньшка, вытягивая жесткие волокна, прикрепленные к нему. Затем срезают верхнюю треть артишока, отламывают или отрезают жесткие наружные листья. Тычинки можно удалить маленьким ножиком перед тепловой обработкой или после получасовой варки артишока в подкисленной воде. Если используется только сердцевина артишока, ножом срезают грубые наружные листья, руками отламывают черешок, срезают основание, чтобы оно было плоским, и удаляют верхние 2/3 артишока, оставляя, таким образом, только сердцевину. Хранят очищенную сердцевину артишока в подкисленной воде. После 10–20-минутной варки следует ложкой удалить тычинки.

Картофель. Не вполне привычный для отечественных предприятий общественного питания способ приготовления картофеля “в мундире” с последующей подачей запеченного картофеля в коже достаточно распространен в европейских ресторанах. Для этого выбирают крупный, рассыпчатый картофель. Его тщательно моют щеткой, при необходимости

удаляют глазки. Затем накалывают вилкой, чтобы кожица не лопнула при запекании. Для получения хрустящей кожицы клубни также можно натереть растительным маслом и солью.

Авокадо. Если авокадо подают с заправкой или начинкой, кожицу не счищают. Авокадо разрезают пополам вдоль плода и удаляют косточку чайной ложкой или ножом. Если авокадо используют для салатов, пюре, заправок, кожицу счищают, удаляют косточку, а мякоть, соответственно, либо нарезают ломтиками или кубиками, либо протирают. Для предотвращения потемнения нарезанные ломтики смачивают лимонным соком.

Шампиньоны. В отличие от отечественной технологии в международной кулинарной практике считается совершенно необязательным мыть искусственно выращенные грибы, рекомендуется лишь протереть их влажным бумажным полотенцем. Если грибы очень грязные, их следует промыть, но не замачивать, иначе они станут водянистыми. Есть шампиньоны можно не только после тепловой обработки, но и в сыром виде.

Трюфели. Перед использованием черные трюфели следует осторожно протереть щеткой, кожицу срезать ножом для очистки овощей. Снятую кожицу не следует выбрасывать, она также идет на приготовление различных блюд. Очищенные трюфели очень тонко нарезают ножом для очистки овощей.

Применяемые на предприятиях массового питания виды нарезки овощей, несомненно, могут быть использованы и при приготовлении блюд ресторанной кухни. Однако в литературе нередко встречаются менее знакомые названия отдельных видов нарезки, которые широко используются в международной практике, прежде всего в ресторанах.

Разберемся с названиями.

Жюльен — нарезка тонкими короткими брусочками или соломкой (3×3×26 мм).

Жардиньер — более короткие брусочки (3×3×18 мм).

Конкассе — нарезанные кубиками или квадратными ломтиками продукты, в частности, томаты.

Брюнуаз — мелкие кубики (2×2×2 мм) моркови, сельдерея, кабачков, лука-порей по отдельности или в смеси.

Маседуан — более крупные кубики (5×5×5 мм).

Крудите — небольшие аккуратные брусочки сырых овощей.

Мирпуа — крупно нарезанные кубики репчатого лука, моркови, сельдерея, иногда лука-порей.

Для жарки картофеля во фритюре используют не только *пай* — нарезку соломкой или *фри* — нарезку брусочками, но и *пон неф* — брусочки 30×10×15 мм, *суфле* — картофель, нарезанный кружочками толщиной 3 мм, *алюмет* — мелкие брусочки 30×5 мм, *батай* — кубики 15×15×15 мм, *шатоляр* — длинная лента.

С помощью специальной терки можно получить *гофре* — гофрированные кружочки. Лучшим приспособлением для многих классических видов нарезки является специальная *терка “мандолина”* с набором лезвий и регулируемой толщиной нарезки.

Нарезка овощей в ресторанной технологии — процесс творческий и не может ограничиваться классическими приемами. В ресторанной практике наряду с простыми способами могут использоваться сложные, фигурные виды нарезок, получаемые с помощью специальных приспособлений или путем обтачивания овощей (грибочки, бочонки, стружка, чесночок и т.д.). Скажем, пользуясь “*парижской ложкой*”, можно вырезать маленькие шарики из картофеля (и не только), которые называются *паризьен*. Похожее приспособление позволяет сделать фигурную нарезку овощей в форме маслин — *шато*.

Благодаря достаточно высокой в последние годы популярности восточной кухни появились новые способы нарезки овощей, используемые в азиатских странах. Например, *нарезка с поворотом* характерна для длинных корнеплодов, таких как морковь. Этот достаточно простой способ идеально подходит для быстрого приготовления на сковороде вок. Максимальная площадь соприкосновения продукта с жарочной поверхностью способствует тому, что он быстро доходит до нужной степени готовности. Для этого способа лучше взять ровную морковь и, срезав концы, придать ей форму цилиндра. Затем морковь разрезают под углом 45°, переворачивают на 90° и отрезают кусок под тем же углом. Зеленый лук можно нарезать не поперек, а вдоль *длинной соломкой* или *ромбиками*, под острым углом.

Мясо

Традиции процесса первичной обработки мяса в каждой стране свои, хотя европейцы обычно следуют французскому стилю. В соответствии с технологией, принятой во Франции, при разделке туши, например, телятины, выделяется 13 частей: шея, или кольцо (*collier*); низший, или худший, отруб спинной части (*bas de carre*); реберная часть, вторая по качеству (*cetes secondes*); реберная часть высшего качества (*cetes premieres*); пояс-

ничная часть (*longes*); задняя часть, или ссек (*guasi*); подбедрок (*jarret*); пашина (*flanchet*); завиток грудинки (*tendron*); грудинка (*poitrine*); лопаточная часть (*opaule*); хвост (*queue*); филейная часть (*cuisseau*), включающая вырезку (*noix-pâtissière*), подбедренную часть (*sous-noix*), бедренную часть (*noix*). Стоит напомнить, что в соответствии с действующим сборником рецептов в отечественной технологии предусматриваются только пять частей, выделяемых при разделке туши телятины: корейка, шейная часть, лопатка, грудинка, тазобедренная часть.

Различия есть не только в классификации частей туши и их кулинарном использовании, но и в названии полуфабрикатов, а также технологии их приготовления. В отечественной технологии отсутствует такое достаточно распространенное в европейской ресторанной кухне блюдо, как *нуазет*. Нуазет готовится из седла барашка (поясничной части туши баранины, расположенной по обе стороны позвоночной кости) и представляет собой жаренные на гриле или сковороде кусочки округлой формы толщиной 2–3 см.

Если, по действующему сборнику рецептов, масса нетто антрекота составляет по трем колонкам 80 г, 125 г и 159 г, соответственно, то в европейской кухне встречаются самые различные варианты нарезки антрекотов: *антрекот на 2 порции* весом около 225 г и толщиной 2–3 см, *двойной антрекот* — по 350–450 г, тонкий *мини-антрекот (миньон)* — по 100 г. Также различают: *ресторанный антрекот* — с позвоночной косточкой из поясничной части, *двойной антрекот* массой около 250 — 300 г и толщиной 2 см, *антрекот* толщиной 1 см и массой приблизительно 150 г, *малый антрекот* — ломтики мяса толщиной 1 см, отбитые как можно тоньше.

В отечественной и европейской кулинарии есть также ряд существенных отличий и в кулинарном использовании говяжьей вырезки. По мнению Огюста Эскофье, самым оптимальным вариантом использования говяжьей вырезки (филе, *filet*) является способ разделки, прежде применявшийся в мясных лавках и магазинах. Он предусматривает нарезку из толстой части вырезки *бифштекса* (по 175–225 г на 2 персоны), из средней части — *двойного бифштекса* (по 275–350 г на 3–4 персоны) или *филе* (по 175–225 г на 2 персоны), из тонкой части — *турнедо* (3 куса вместе, 150–175 г на 2 персоны). Из остатков (по обеим сторонам вырезки) нарезали *миньоны* (по 150–175 г на 2 порции). В дальнейшем французский классик уточняет, что турнедо — это небольшие, но толстые куски из вы-

резки (по 80–100 г), а двойной бифштекс (*шаторриан*) представляет собой жареный кусок вырезки массой 350–450 г.

Кстати, в современной кулинарной литературе масса турнедо указывается также иная — 180–200 г, причем высота куска должна быть примерно 8–10 см, а для сохранения формы во время обжаривания его рекомендуется перевязывать шпагатом в плоскости, перпендикулярной направлению волокон. В литературе также можно найти самые различные варианты названий и способов приготовления бифштекса (*steak*): *бифштекс толщиной в два пальца* — двойной бифштекс из вырезки весом от 300 г до 1 кг; *толстые бифштексы в кольце из шпика* — куски вырезки толщиной 2–4 см по 100 г, перевязанные шпагатом.

Шпиком в европейской кухне обычно называется жирный бекон, который готовится из грудинки.

В противоречие вступает и тот факт, что натуральная рубленая масса в европейской кухне может готовиться не из котлетного мяса, а из тех частей, которые в отечественной технологии принято использовать только для жарки. Крупно нарубленное мясо смешивают с солью и перцем, формируют, в центре каждой лепешки делают небольшую вмятину и вливают в нее желток сырого яйца. Такой вариант приготовления и *подачи сырого рубленого мяса* используется для *бифштекса по-американски*. Хотя *бифштекс по-гамбургски* и *бифштекс по-русски* и не подают сырыми, натуральную рубленую массу для них готовят так же, как и для бифштекса по-американски, причем с добавлением измельченного лука, яйца и мускатного ореха, с формовкой и панировкой в муке.

Еще несколько французских терминов, новых для отечественной технологии, но часто встречаемых в кулинарной литературе: *жиго* — баранья нога, *каре д'агно* — баранья корейка, *кот д'агно* — натуральная котлета из корейки или филе, *курон* — жаркое “Корона”, *гард д'оннёр* — “Почетный караул”.

Трудно сказать, насколько логично было бы ставить под сомнение правильность отечественной технологии первичной обработки мяса, а точнее разделки туш и приготовления полуфабрикатов, учитывая несовпадения по данному вопросу с европейской технологией. Тем не менее следует напомнить, что сборник рецептов блюд и кулинарных изделий остается основным нормативным документом, в том числе и в системе ресторанного бизнеса. Поэтому примем вышеизложенное как факт и далее более по-

дробно остановимся на отдельных приемах подготовки мяса к тепловой обработке, позволяющих улучшить органолептические свойства готового блюда и превратить его из “общепитовского” в блюдо ресторанной кухни.

Шпигование используется для придания мясу большей сочности внутри, а также для улучшения его вкуса и аромата. Наряду с традиционным свиным салом, чесноком, морковью и белыми кореньями также можно применять замаринованные в течение часа перед приготовлением сало или ветчину. Говяжье филе также рекомендуется шпиговать трюфелями, кусочками бекона.

Обертывание. Для того чтобы сохранить сочность и форму куска, нежирное мясо следует завернуть в свиное сало и перевязать шпагатом. В процессе приготовления сало растапливается, а его остатки перед подачей удаляют, если только оно не используется в качестве украшения. В последнем случае тонкие пластины сала фигурно нарезают, например, зигзагами.

При обжаривании особенно нежного мяса для обертывания можно использовать свиную желудочную пленку. Ее предварительно замачивают на 1–2 часа в холодной воде. Пленка делает мясо сочнее. В ходе тепловой обработки она полностью или частично растапливается. Остатки пленки удаляют.

Иногда мясо обертывают тестом перед запеканием, чтобы сделать его более сочным и аппетитным. Так, баранью ногу можно обернуть в слоеное или слоеное тесто и запечь в течение 40 минут при 200°С.

Маринование. Очень часто для придания большей сочности, аромата и хорошего вкуса при приготовлении блюд ресторанной кухни используются самые различные маринады. Причем мясо маринуют не только перед приготовлением на гриле или на открытом огне, но и перед жаркой основным способом, во фритюре, в жарочном шкафу, перед тушением.

В состав маринадов обычно входят кислота (лимонный сок, винный уксус или вино), соевый соус, оливковое масло, соль и набор пряностей.

Иногда для маринования мяса используют овощной или фруктовый сок, горчицу, мед, ягодное желе.

Для жирной свинины-гриль в качестве маринада рекомендуется:

- смесь чеснока, имбиря, соевого соуса, шерри, желе из красной смородины.

Для маринования баранины:

- бальзамический уксус, оливковое масло, чеснок, листья свежей мяты, розмарин;

- лимонный сок, цедра лимона, оливковое масло, листья свежей мяты и орегано;
- паста из раздавленных семян фенхеля, зернышек тмина, семян кориандра, чеснока и оливкового масла;
- смесь из порошка чили, молотого тмина и тимьяна;
- соевый соус, чеснок и китайская смесь из пяти приправ;
- йогурт, паприка, кайенский перец, сок лайма;
- йогурт, чеснок, тмин и раздавленные зерна кардамона;
- йогурт, чеснок, куркума, тмин, гвоздика, кардамон, корица;
- оливковое масло, красное вино, тимьян и дижонская горчица;
- растительное масло, винный уксус, тимьян, орегано, эстрагон, дижонская горчица.

Для маринования говядины:

- сок и цедра лимона, соль, перец, чеснок, оливковое масло, орегано;
- соевый соус, тертый имбирь, раздавленные семена фенхеля, чили, черный перец, гвоздика (смесь для придания восточного вкуса).

Для маринования говяжьего филе:

- мадера;
- уксус, красное вино, растительное масло, тимьян, перец, лавровый лист, петрушка, лук.

Для маринования телятины:

- оливковое масло, белое сухое вино, свежевыжатый апельсиновый сок, чеснок, цедра лимона и апельсина, розмарин, соль, перец;
- портвейн, лук-шалот, масло трюфельное, чеснок, тимьян, оливковое масло, соль, перец;
- красное вино, лук-шалот, чеснок, тимьян, розмарин, можжевеловые ягоды, масло оливковое (Extra virgin).

Панирование. При приготовлении полуфабрикатов из мяса в качестве панировки традиционно используют муку, панировочные сухари, белую и двойную панировку. Также можно панировать полуфабрикаты из мяса в различных смесях.

Иногда обычную панировку соединяют с листьями черной смородины. Существуют и другие виды смесей панировочных сухарей:

- с майораном — панировка для говядины, баранины, свинины;
- с чесноком — панировка для котлет;
- с семенами горчицы — панировка для жирного мяса;

- с базиликом — панировка для телятины;
- с грецкими орехами — панировка для рубленых и отбивных котлет;
- с семенами тмина — панировка для жирного мяса, в том числе котлет.

Обычные панировочные сухари можно также смешать с зерновыми хлопьями, тертым сыром “Пармезан”.

В качестве панировки могут быть использованы смеси из нескольких видов пряностей.

Руллет из телячьей лопатки перед жаркой следует натереть смесью:

- тимьяна, перца и соли.

Для ростбифа подойдет смесь:

- семян фенхеля, соли, перца, петрушки;
- тимьяна, соли, перца, а за 20 минут до готовности ростбиф рекомендуется натереть горчицей и хреном.

Для свиной вырезки в качестве панировки можно использовать:

- тмин, тимьян, орегано сухой, растительное масло, соль, сухую горчицу;
- тимьян, корицу, перец, мускатный орех, гвоздику, соль;
- чеснок, апельсиновую цедру, тмин, орегано, тимьян, красный перец;
- шалфей, соль, перец.

Существуют и менее сложные, но оригинальные панировки: орехи, мак, сыр, кунжут и т.п. Известен даже вариант панирования мяса в молотом кофе.

Разделка корейки для жаркого “Корона” или “Почетного караула”. Использовать можно баранью корейку. Для подготовки полуфабриката следует положить корейку набок, вырезать позвоночную кость, срезать полосу жира шириной 5 см, начиная с конца ребер, и сделать надрезы между ребер. Затем необходимо зачистить кости от мяса и сухожилий, надрезать пленки между ребрами, согнуть корейку, придав ей форму короны, и закрепить веревкой.

Также можно взять две корейки, зачистить ребра, как описано выше, и соединить их, скрестив как мечи у основания ребра и придав полуфабрикату соответствующую форму.

Фарширование мяса. Фаршировать можно баранью ногу без костей; телячью лопатку, свернув ее рулетом; корейку “через туннель”; говяжью вырезку, нарезанную “книжкой”; “Корону” из бараньей корейки; свиную вырезку несколькими способами; отбивные, филе, сделав в них кармашек, и т.д.

Также можно приготовить фаршированные яйцом рубленые котлеты фри. Для фарширования используются самые разнообразные начинки.

Для баранины:

- обрезки, хлебная крошка, лук, чеснок, зелень, соль, перец, яйцо.

Для бараньей ноги:

- прогретая смесь из пассерованного лука, обжаренной печени, кускуса, сала, соли, перца, соединенная с кубиками твердого сыра.

Для говяжьей вырезки:

- пассерованный лук со шпинатом, соль, перец, “Пармезан”, сушеные помидоры;
- домашняя копченая колбаса (целиком);
- пассерованные на сливочном масле лук и грибы (дюксель).

Для говяжьего филе:

- пассерованный лук тушат с красным винным уксусом, сахаром, базиликом, солью и водой, затем смешивают с консервированным жареным перцем и тушат, пока жидкость не выпарится.

Для турнедо из говядины:

- жареные шампиньоны, кедровые орехи и сыр “Грюйер”.

Для мясных рулетов из говядины:

- пассерованный лук, морковь кубиками, семена фенхеля и перец, консервированная кукуруза, зеленый горошек;
- жареные шампиньоны, кедровые орешки, сыр “Грюйер”;
- пассерованный лук, шампиньоны, шпинат, оливки, соль, ворчестерский соус, яйцо, овсяные хлопья.

Для рулетиков из телячьих эскалопов:

- ветчина и листья свежего шалфея;
- сыр, смешанный с измельченным шпинатом, сливками и кедровыми орешками;
- полоски запеченного сладкого перца, листья базилика и свежий хлебный мякиш;
- пассерованный лук, сухие помидоры, красный винный уксус, перец прогреть, охладить и добавить свежий базилик;
- телячий фарш, изюм, измельченные каштаны, свежая зелень;
- сыр “Фонтина”, пармская ветчина, базилик, соль, перец;
- смешанные в равных количествах сливочный сыр, мука и сливки, несколько каперсов и натертая цедра лимона.

Для телячьей лопатки:

- пассерованный лук, шампиньоны, соль, перец, листья шпината;
- крошки из белого хлеба, пассерованный лук, зелень, околопочечный жир, тимьян, розмарин, тертая цедра и сок лимона, соль и перец; также можно добавить апельсин вместо лимона, дуксель, лук-порей вместо репчатого лука, различную зелень, пряности (имбирь, мускатный орех, душистый перец);
- шпинат, дуксель.

Для рулетов из свинины:

- бекон, изюм, отварной рис, черный перец, зелень петрушки;
- тертое яблоко, лук, хлеб, замоченный в яблочном уксусе;
- курага, вымоченная в сухом белом вине, свежие листья шалфея.

Для отбивных из свинины:

- мелко нарезанный шпинат с тертым мускатным орехом или ветчиной;
- сливы и каштаны с цедрой апельсина;
- нарезанные, обжаренные перец и чеснок.

Фаршировать мясо можно не только перед тепловой обработкой, но уже обжаренное как промежуточный этап приготовления (например, “Говядина по-велингатонски”).

Глазирование. Для придания блестящего внешнего вида, хорошего вкуса, большей сочности и лучшего аромата при приготовлении мясных блюд ресторанной кухни используются самые различные глазури. Ими смазывают, например, свиные ребрышки перед обжариванием в духовке. В состав этих глазурей могут входить:

- апельсиновый джем (225 г), лимонный сок (60 г), рубленый розмарин (2 столовые ложки) или сухой розмарин (2 чайные ложки), соль (1,5 чайной ложки);
- мед, растительное масло и зерна горчицы;
- соевый соус, растительное масло, рисовое вино и китайская смесь из пяти приправ;
- мед, ананасовый сок, растительное масло, чили и винный уксус.

Также в качестве глазури можно использовать уваренную в течение 10–15 минут смесь обжаренного лука и чеснока в масле (150 г), уксуса (150 г), томатного пюре (375 г), меда (150 г), бульона (625 г), горчицы, ворчестерского соуса, тимьяна и соли.

Утиные грудки перед обжариванием можно глазировать смесью меда, кориандра и перца розе.

Вымачивание. Этот прием издавна применялся в России. Перед жаркой мясо на сутки замачивали в молоке, а перед варкой бульона клали в проточную речную воду. Огюст Эскофье в своей книге “Французская кухня” описывает чуть более сложный способ предварительной обработки телятины, включающий вымачивание мяса в холодной проточной или сменной воде с последующим бланшированием. Полученное мясо имеет совершенно белый цвет, отсюда и называется *белым мясом*.

Измельчение мяса. Можно использовать различные способы измельчения, в результате чего фарш по структуре становится более нежным или более крутым. Лучшим способом, при котором сохраняется сок, является рубка мяса вручную. При этом наиболее эффективны два ножа одинаковых размера и веса, хотя можно использовать и один нож. Желательно, чтобы ножи были тяжелыми и острыми. Данным способом обычно перерабатывают небольшое количество говядины, причем более нежные части, используемые в отечественной технологии только для жарки крупными и порционными кусками. Второй способ измельчения — пропускание через мясорубку. Фарш при этом получается суше. В зависимости от размеров решетки можно регулировать степень измельчения. Третий способ предполагает использование блендера. Наиболее нежное и однородное по структуре пюре можно получить, пропуская мясное пюре через круглое сито с помощью пластикового скребка.

Приемы улучшения структуры и вкуса фарша. При приготовлении мясного фарша необязательно добиваться однородной консистенции. Можно крупно порубить один сорт мяса вручную, а из остального сделать пюре в блендере. Также можно добавить кубики свиного шпика и полоски или кубики более нежного мяса для контраста со структурой фарша. Для придания вкуса и создания особой структуры в фарш вводят другие компоненты. Так, для улучшения вкуса добавляют мускатный орех и гвоздику, тимьян, майоран и чабер, столовые и крепленые вина (херес, мадеру и др.), бренди, коньяк и анисовый ликер.

Фарш из свинины. 250 г телятины, 250 г свинины, коньяк, 250 г свиного шпика, соль, перец.

Нарезанную телятину и свинину выдержать в коньяке 1 час, измельчить со свиным шпиком, протереть через сито, заправить солью и перцем.

Следует помнить, что для холодных блюд требуется больше вкусовых добавок, чем для горячих.

Разнообразие цвета, вкуса и консистенции фарша также может быть достигнуто путем добавления фисташек, грибов, вареного языка, пюре из шпината, печени и т.п.

Для получения ровной консистенции фарша к нему добавляют пюре из куриной печени. Для его приготовления следует поджарить печень с луком, фламбировать ее в бренди и пропустить через сито. При поджаривании печень уплотняется, и при вводе ее в фарш смесь получается более вязкой, чем при добавлении неподжаренной печени, делающей пюре слишком жидким. Фарш, содержащий поджаренную печень, особенно хорош для галантина и паштетов, приготовленных без использования формы, где более плотная начинка хорошо удерживает нужную форму блюда.

Фарш о гратен. 120 г бекона, 60 г масла, тимьян, лавровый лист, 30 г лука, 240 г куриной печени.

Бекон мелко нарезать, обжарить с маслом, добавить тимьян, лавровый лист, лук и обжарить до золотистого цвета лука. Ввести куриную печень, усилить нагрев и довести печень до готовности. Все протереть через сито.

Для связки всех компонентов смеси в фарш часто добавляют яйца, а также панировочные сухари — для придания смеси легкости. Панировочные сухари обычно замачивают с небольшим количеством крепкого бульона до образования густой пасты. Такие пасты называют *панадами*. Крепкий бульон улучшает вкус и помогает связать фарш, так как при охлаждении он застывает и превращается в желе. При избытке жидкости фарш будет слишком слабым, чтобы держать форму блюда самостоятельно.

Любой фарш улучшит свой вкус, если его закрыть и поставить в прохладное место на несколько часов перед началом приготовления рулета. Яйца, бренди и панаду следует вводить перед приготовлением смеси.

Панада является связующим компонентом для всевозможных фаршей. Все панады готовят с помощью тепловой обработки, но используют их в холодном виде. Поэтому после приготовления поверхность панады зашпигивают для предотвращения образования трещин при остывании.

Чтобы приготовить *фраджипан панаду*, следует вскипятить молоко (300 мл) и слегка его остудить. Затем необходимо смешать муку (90 г), соль, белый перец и мускатный орех и соединить их с яичными желтками (2 шт.). В полученную массу постепенно влить горячее молоко, добавить размягченное сливочное масло (90 г) и все перемешать. Готовить панаду необходимо на среднем огне, помешивая венчиком до тех пор, пока смесь не начнет отставать от стенок кастрюли. Перед подачей панаду следует охладить.

Существуют и другие способы приготовления панады.

Хлебная панада (вариант 1). Хлебную крошку залить кипящим молоком (1:2) и охладить.

Хлебная панада (вариант 2). Хлебную крошку всыпать в крепкий бульон (как для студня) и проварить, пока не образуется однородная густая паста.

Мучная панада (вариант 1). Масло (60 г) положить в воду (250 мл), довести до кипения, ввести муку (250 г), перемешать, не снимая с огня, затем охладить.

Мучная панада (вариант 2). Из муки (120 г) и масла (60 г) сделать мучную пассеровку, развести горячим бульоном (250 мл), довести до кипения и охладить.

Для улучшения структуры могут быть добавлены яичные белки и жирные сливки. Приготовленный с ними фарш называется муссом (в некоторой литературе — *муслином, мусли*). В современной отечественной технологии приготовление мусса (кнельной массы) дается в несколько упрощенном варианте (см. “Сборник рецептур блюд”).

Приготовление фарша-муслина (мусса) из телятины. Фарш-мусс представляет собой смесь пюре только из нежного мяса, в частности, телятины, соединенной с яичными белками с добавлением сливок.

Мясо можно истолочь в ступке или измельчить блендером, но в обоих случаях смесь протирают через сито, добавляют соль, перец, мускатный орех. Яичные белки вводят постепенно после того, как мясо переработано в пюре. Затем массу следует протереть скребком через сито, переложить в металлическую посуду, накрыть пленкой, удалив воздух, и оставить в холодильнике на 30 минут. В охлажденную массу постепенно добавить сливки и взбить на холодной бане. После каждого добавления сливок мас-

су следует охлаждать. Затем накрыть массу пленкой и охладить. Лучше всего охлаждать не только ингредиенты, но и посуду, чтобы получить густую смесь, которая может связать большее количество сливок.

Никогда не следует взбивать мусс, содержащий сливки, со льдом. То же относится ко всяким смесям, включающим в свой состав масло. Нужно использовать воду с кубиками льда.

Некоторые фарши-муссы могут содержать взбитые сливки, но при приготовлении паштета, рулета или галантина лучше всего применять обычные сливки, чтобы блюдо легко резалось.

Использовать фарш следует через несколько часов после добавления сливок.

Муслин можно приготовить и на основе фраджипан панады. Для этого сначала готовят фраджипан панаду, затем измельчают чистое филе рыбы в миксере, постепенно добавляя в него яичные белки. Полученную смесь перемешивают с охлажденной панадой и протирают через сито, перекладывают в металлическую посуду, накрывают пленкой и охлаждают минимум 1 час. Частями добавляют сливки, взбивая на льду и охлаждая по 30 минут в холодильнике. Использовать массу можно через несколько часов, выдержав ее в холодильнике.

Существуют различные рецепты приготовления фарша-мусса, но по сути технология их приготовления очень похожа.

Мусс (муслин) из телятины. 60 г муки, 30 г масла, 125 мл бульона, 1 кг телятины, 2 яичных белка, соль, перец, 125 мл сливок.

Приготовить панаду из муки, масла, бульона и охладить. Мякоть телятины измельчить в блендере, смешать с панадой и белками, заправить солью, перцем, протереть через сито, охладить. Небольшими порциями ввести холодные сливки, медленно перемешивая.

Муслин можно использовать для приготовления кнелей, паштетов, тимбал. При приготовлении муссов следует применять формочки, а для кнелей массу разделяют ложками или отсаживают из кондитерского мешка. Тимбалы готовят в небольших круглых, глубоких формочках. Внешне они напоминают гигантский наперсток. Формочка рассчитана на одну порцию. Часто муслин употребляют в качестве начинки. В фарш-муслин можно добавлять различные наполнители.

Рыба

Схемы первичной обработки рыбы и способы приготовления полуфабрикатов широко применяются в технологиях массового питания. Мы же остановимся на тех менее известных приемах, которые могут быть использованы в первую очередь в ресторанной кухне, хотя некоторые из них, несомненно, можно реализовать и в системе общепита (например, чтобы перед удалением чешуи смыть слизь, рыбу следует промыть в горячей воде или в растворе уксуса).

Вандейкирование представляет собой способ обрезания хвостового плавника. Используется он, если рыба готовится целиком. С помощью кухонных ножниц средней части хвостового плавника придают форму буквы V, а в целом хвостовой плавник имеет более аккуратную форму буквы W.

Нарезка полуфабрикатов. Часто в профессиональной литературе встречаются не совсем привычные названия полуфабрикатов из рыбы, хотя по сути приемы их приготовления известны и в отечественной технологии.

В профессиональной литературе технология приготовления стейков из рыбы описывается так: выпотрошенную и очищенную от чешуи тушку рыбы нарезают поперек на куски толщиной 2,5 см. Вполне узнаваемый полуфабрикат из отечественной кулинарии — порционные куски из непластованной рыбы, в том числе кругляши. Стейки также могут быть приготовлены без костей. Стейк из круглой рыбы (лосося, трески) называется *дарн*, из плоской рыбы (камбалы, палтуса) — *тронтон*. Кулинарное использование этих полуфабрикатов — жарка основным способом, на вертеле, на гриле, припускание.

Филе крупной круглой рыбы с кожей без костей или без кожи и без костей можно нарезать под острым углом на тонкие куски толщиной 1 см. Затем их нередко отбивают между листами пергамента, чтобы они стали еще тоньше. Называются такие полуфабрикаты *эскалопами*.

Для приготовления рыбы в тесте филе нарезают полосками. В международной практике способ нарезки филе рыбы полосками 8×0,5 см называется *гужон*.

Очень эффектно смотрятся косички из рыбы. Для их приготовления лучше использовать рыбу с красочной кожей (например, скумбрию) или два вида рыбы с контрастной по цвету мякотью (белой и красной). Филе нарезают полосками 20×2 см, соединяют по три кусочка, которые скалывают у основания шпажкой, и затем заплетают косичку. Также можно прямоугольный кусок филе нарезать по длине на три равные части, оста-

вив 1 см у конца, и заплести косичку. Этот вид полуфабриката рекомендуется для припускания или варки на пару.

Название полуфабриката “сюпрем” означает использование наилучшего куска. У рыбы это самые мясистые кусочки чистого филе, у птицы — филе с защищенной крыльной косточкой.

Существует множество других оригинальных вариантов нарезки и подготовки рыбы для ее фарширования.

Фарширование рыбы. Кроме известных в отечественной технологии способов в ресторанной кухне могут быть использованы и иные приемы.

Со стороны брюшка или спинки удалить кости, но оставив мякоть.

Приготовление конвертиков. В тонкие куски филе лосося или другой крупной рыбы (эскалопы) заворачивают начинку, приготовив закусочный конвертик. Закрепляют начинку в эскалопе, перевязав его перышком зеленого лука. Рыбные конвертики очень нежные, их лучше всего припускать или осторожно жарить на сковороде.

Приготовление подушечек. Подушечка — это кусок филе, в котором вырезан кармашек для фарша. Для их приготовления подойдет любая крупная рыба с плотным мясом, например, лосось. Филе нарезают кусками размером 7,5×4 см. Отступая и не доходя 1 см до каждого края, прорезают в передней части филе кармашек (не разрезая заднюю, верхнюю и нижнюю части). Кармашек открывают, закладывают в него немного начинки и перевязывают перышком зеленого лука. Подушечки нежные, поэтому лучше их припустить.

Приготовление рулетиков. На кусок чистого филе выкладывают начинку, сворачивают рулет и закрепляют его шпажкой или заворачивают в фольгу. Другой вариант — завернуть филе в виде стаканчика, кожей наружу. Хвостовая часть также должна быть снаружи.

Полоску филе 5×12 см с одного края можно вандейкировать (придать форму рыбьего хвостового плафитика); положить на другой край начинку и завернуть рулетик, но не до конца, оставив фигурно нарезанный “хвостик”. Рулетики припускают, варят на пару или запекают.

Фарширование в формочках. Порционные формочки выстилают тонкими кусочками копченого лосося, наполняют тарамасалатом, заворачивают края и опрокидывают. Для приготовления тарамасалата белый хлеб без корок заливают холодным молоком, перемешивают, отжимают молоко, смешивают с копченой тресковой икрой, чесноком, оливковым маслом, лимонным соком, измельчают в блендере и охлаждают не менее 4 часов.

В качестве начинок для рыбных рулетиков, подушечек, конвертиков и прочих полуфабрикатов можно использовать различные фарши, например:

- жульен из бланшированной моркови и лука-порея, заправленный смесью уксуса и оливкового масла;
- рыбный муслин;
- хлебные крошки, зелень, репчатый лук, лук-шалот или чеснок, постная рубленая телятина или бекон;
- мягкий сыр и зелень петрушки (укропа);
- дюксели (мелко рубленные грибы и лук, обжаренные на сливочном масле);
- смесь манго, свежего огурца, свежего корня имбиря и мелких креветок;
- смесь пассерованного лука и моркови;
- кресс-салат, взбитый с яйцами сливочный сыр, хрен и розовый перец;
- нежное, мягкое ризотто с легким привкусом лимона.

Фарширование кальмара. Целное туловище кальмара — идеальное место для начинки. Для нее используется фарш из щупальцев, а также любые ароматические ингредиенты. В испанский фарш входят ветчина, репчатый лук и хлебные крошки. Кальмара можно фаршировать смесью колбасы, кускуса, красного перца и мяты, а также смесью щупальцев кальмара, креветок, свинокоченостей, риса, зелени базилика, петрушки. Отверстие скалывают шпажкой или зашивают.

Панирование, как известно, способствует сохранению сочности рыбы во время ее жарки, придает блюду красивый внешний вид. Наряду с этим в состав панировки могут входить компоненты, улучшающие вкус и аромат рыбы. В качестве панировки можно использовать смесь:

- муки или панировочных сухарей, смешанных с лимонной цедрой и измельченным шпигт-луком;
- муки или панировочных сухарей с чесноком;
- муки пшеничной, муки кукурузной и паприки;
- муки, паприки, соли, красного перца, тимьяна;
- муки, китайского порошка из пяти специй, соли, черного перца;
- муки или панировочных сухарей с листьями черной смородины.

Для панировки порционных кусочков рыбы перед жаркой основным способом и на гриле их также можно запанировать только в смеси пряностей:

- свежей зелени укропа, измельченных семян фенхеля, крупно измельченного перца;

- паприки, лукового и чесночного порошка, сушеного тимьяна и орегано, душистого, черного и кайенского перца.

Такой вид панировки рекомендуется наносить на одну сторону чистого филе, туда, где находилась кожа.

Кроме того, можно использовать панировки-пасты, например, свежую зелень укропа, лимонный сок, каперсы, сахар, анчоусную пасту.

В качестве жидкой панировки применяется тесто кляр. В тесто вместо молока неплохо добавить пиво. Перед замесом можно смешать муку с кайенским перцем, перцем чили, порошком карри.

Для панировки креветок или рыбных палочек рекомендуется использовать *тесто темпура*. Для его приготовления следует смешать пшеничную муку (50 г), кукурузную муку (50 г) с очень холодной водой (200 мл), яйцом и добавить 1,5 чайной ложки разрыхлителя.

Оригинальный вариант панирования рыбы — в картофельной смеси. Для ее приготовления пассерованную луковую крошку охлаждают, соединяют с яичным белком, кукурузной мукой, натертым на терке и хорошо отжатым картофелем.

Обертывание. Рыбу перед запеканием обертывают, например, в тонкие полоски бекона, прокладывая между рыбой и беконом листочки тимьяна. Во время запекания бекон придает вкус рыбе и образует хрустящую корочку, а вытопившийся жир делает ее сочнее.

Тушки рыбы можно перед запеканием заворачивать в слоеное или слоebное тесто, например, филе лосося — в тесто фило.

Перед запеканием рыбу можно также обернуть в виноградные листья, закрепив их бланшированной полоской лука-порей.

Обернуть рыбу можно и в “соленую рубашку”. Предварительно рыбу подсушивают, обсыпают большим количеством соли (лучше морской). Соль сверху сбрызгивают водой.

Маринование. Перед жаркой на гриле рыбу предварительно маринуют в смеси:

- оливкового масла с чесноком и петрушкой;
- оливкового масла, тертого лука-шалота, измельченного репчатого лука, петрушки, сока лимона, соли, молотого перца и лаврового листа;
- оливкового масла, лимонного сока, сухого тимьяна, измельченного чеснока, молотого черного перца, рубленого филе анчоусов;

- белого вина, свежего лимонного сока, ворчестерского соуса, свежего или сухого укропа, оливкового масла, молотого черного перца.

Мариновать рыбу можно даже перед варкой на пару. Для этого подойдет смесь оливкового масла, лимонного сока, белого вина и соевого соуса.

Приготовление фарша-муслина из рыбы. Фарши-муслины широко используются в ресторанной кухне для приготовления начинок, кнелей, паштетов, тимбал. Их технология приготовления аналогична технологии приготовления мусса (фарша-муслина) из телятины. Существуют разные варианты рецептов, но по сути основными компонентами остаются чистое филе рыбы, яичные белки и жирные сливки.

Муслин из рыбы (вариант 1). 240 г чистого рыбного филе, соль, перец, 2 яичных белка, 250 мл жирных сливок.

Филе измельчить в блендере, заправить солью и перцем, добавить белки, перемешать, протереть через сито, хорошо охладить, ввести холодные сливки.

Муслин из рыбы (вариант 2). 450 г чистого рыбного филе, 2 яичных белка, 350 мл жирных сливок, соль, душистый или кайенский перец.

Чистое филе камбалы, лосося и др. измельчить в блендере, добавить белки, протереть смесь через сито. Постепенно ввести сливки на холодной бане, чтобы смесь не расслоилась, заправить солью и душистым или кайенским перцем.

Также рыбный муслин можно готовить с использованием фрадджипан панады.

Муслин из рыбы (вариант 3). 500 г рыбного филе, 2 яичных белка, 500 г фрадджипан панады, 500 мл жирных сливок.

В блендере приготовить пюре из рыбного филе, затем постепенно добавить яичные белки. Смешать с фрадджипан панадой, протереть смесь через сито, закрыть пленкой и поставить в холодильник не менее чем на 1 час. Ввести взбитые сливки в несколько приемов, периодически охлаждая панаду.

Птица

Каких-либо существенных различий технологической схемы первичной обработки птицы в отечественной и европейской кухне нет. Некото-

рые названия способов разделки птицы, принятые в европейской кухне, предполагают уже известные приемы первичной обработки.

Способ разделки “come” — разделку тушки на порционные кусочки. В зависимости от размера птицу разделяют на четыре, шесть и восемь порционных кусочков. Как известно, при разделке тушки желательно сделать так, чтобы в каждой порции оказалось как белое, так и темное мясо.

Разделка для сюпрем — снятие и подготовка филе с зачищенной крыльной косточкой.

Разделка для балотина — как правило, извлечение костей из целой тушки птицы, после чего ее фаршируют. Иногда употребляют только отдельные части тушки, например, окорочка, из которых извлекают кости и используют для фарширования.

Ниже представлены отдельные приемы, используемые в ресторанной практике при приготовлении полуфабрикатов из птицы.

Натираание. Обычно перед обжариванием тушку птицы принято натирать солью и перцем. Для улучшения вкуса и аромата также можно заранее натереть:

Тушку курицы смесью:

- тимьяна и паприки;
- лимонной цедры, розмарина, соли, перца, растительного масла;
- цедры и сока лайма;
- тимьяна, розмарина, паприки, оливкового масла и перца.

Тушку цыпленка смесью:

- чеснока, орегано, соли, черного перца;
- растительного масла, чеснока, соли, перца, тимьяна.

Грудку индейки:

- смесью базилика, соли, перца, семян фенхеля.

Для придания тонкого восточного вкуса утке перед жаркой ее можно натереть специальной смесью. Для ее приготовления следует в течение 2 минут обжарить чеснок (3 зубчика) с тертым свежим корнем имбиря (1 столовая ложка) и зеленым луком (2 стебля). Затем добавить обжаренный, толченый сычуаньский перец (2 чайные ложки), светлый и темный соевый соус (2 столовые ложки) и тщательно перемешать. Смесью необходимо снять с огня, охладить и заправить свежей кинзой (2 столовые ложки).

Фарширование. Фарширование колбасным фаршем, пряностями, пассерованными овощами, сухофруктами, орехами и другими компонентами способствует обогащению вкуса птицы.

Перед фаршированием следует промыть тушку и вытереть ее насухо. При заполнении тушки птицы специально приготовленными фаршами следует помнить, что:

- заполнять начинкой следует неплотно, не утрамбовывая ее;
- начинка может помешать проникновению тепла внутрь птицы;
- не рекомендуется фаршировать полость крупной птицы;
- если птица не будет жариться сразу, начинку, подвергнутую тепловой обработке, следует охладить;
- приготовить начинку следует заблаговременно, но фаршировать птицу следует непосредственно перед жаркой, а не заранее;
- отверстия, через которые птица фаршируется, должны быть в конце подготовки полуфабриката плотно закрыты.

Фаршировать можно целую тушку и отдельные ее части (в первом случае как традиционным способом, так и *со стороны шеи под кожу*).

Для начинки берут:

- колбасный фарш (фарш из смеси жирной и постной свинины с солью и перцем), лук, орехи, петрушку, курагу, изюм, хлебные крошки, сырые яйца, соль и перец;
- смесь жареных кабачков, хлебной крошки, сыра “Эмменталь”, яиц, соли и перца;
- фарш из тертой моркови, лука, кресс-салата, сыра “Рикотта”, “Эмменталь”, “Пармезан”.

Курицу фаршируют смесью риса (200 г), пассерованного лука (1 луковица), шпината (300 г) и лимонного сока (2 столовые ложки).

Французское слово *“балотин”* означает “сверток”. Имеется в виду рулет с начинкой, завернутой в мякоть птицы. Кости извлекаются из целой тушки, после чего она наполняется фаршем. В начинку иногда включают грудку или трюфели, а также целые или рубленые орехи или оливки без косточек.

После тщательного удаления костей со стороны спинки птицу следует посолить, поперчить, уложить в нее фарш, свернуть в виде колбаски, завернуть в пергамент и в фольгу, перевязать шпагатом. Рулет следует припустить в бульоне и подавать холодным или запекать на овощах, но уже без оболочки и подавать горячим.

Начинка для рулета. 350 г куриного филе, 60 г хлеба, 40 мл молока, лук, чеснок, 1 яичный белок, тимьян, эстрагон, соль, перец.

Филе цыпленка без кожи и костей измельчить в блендере, добавить замоченный в молоке и отжатый хлеб. Лук и чеснок пассеровать, охладить и соединить с фаршем, добавить яичный белок, зелень тимьяна и эстрагона, соль, перец.

Для фарширования *окорочков* можно использовать дюксель, а затем потушить их в вине.

Грудку индейки можно покрыть листьями базилика, ветчиной, затем тонкими пластинками сыра, свернуть *рулет по-швейцарски* (на разрезе получается спираль), смазать оливковым маслом, натереть солью, перцем и жарить в духовке при температуре 72°C.

Можно сделать *кармашек* на куриной грудке, отделив кожу от мякоти в виде кармашка, заполнить образовавшуюся полость начинкой. Классической начинкой является смесь сливочного масла или мягкого сыра с толченым чесноком и (или) зеленью. Подойдут также нарезанные грибы, чеснок и свежая зелень или нарубленный шпинат и сливочный сыр.

Также в качестве начинки используют смеси:

- базилика, вяленых томатов в масле, перца крупного помола и свеженатертого “Пармезана”;
- пассерованного лука, моркови, обжаренного водного кресса, смеси сыров “Рикотта”, “Пармезан”, “Эмменталь” (соотношение 4:1:2) и молотого перца;
- обжаренных натертых кабачков, крошек белого хлеба, яйца, соли, перца, сыра “Эмменталь”.

Через пергаментную бумагу или полиэтиленовую пленку можно раскатать *куриное филе* и приготовить *рулет*, зафаршировав его, например, свежей зеленью и козьим сыром; сыром “Фета” с лимонным соком и орегано; консервированным персиком. Рулеты припускают или тушат.

На *куриное филе* можно положить начинку из измельченного сыра “Фета”, лимонного сока, сухого орегано, сложить пополам, по бокам скотать деревянными палочками для коктейлей.

Панирование. При приготовлении полуфабрикатов из птицы в качестве панировки традиционно используют панировочные сухари, белую, двойную панировки. Для разнообразия в качестве панировки можно

взять пряности, кукурузную муку или смесь кукурузного крахмала (1 столовая ложка) и яичного белка.

При приготовлении полуфабрикатов из птицы их нередко панируют в различных смесях. Перед тем как панировать порционные кусочки в смеси, можно снять с птицы кожу, чтобы снизить содержание жира. Часто панировочные сухари смешивают с орехами, зерновыми хлопьями, тертым “Пармезаном” и пряностями, например, с тмином, базиликом, листьями черной смородины.

Для того чтобы панировка лучше держалась, порционный кусок предварительно смачивают льезоном. Но существуют и менее привычные варианты:

- порционные куски курицы смочить в йогурте, а затем панировать в смеси панировочных сухарей, кориандра и черного перца;
- кусочки курицы смазать горчичной смесью, состоящей из дижонской горчицы (8 столовых ложек), консервированного зеленого чили (125 г), сока лайма (1 столовая ложка) и молотого черного перца (0,5 чайной ложки), а затем панировать в смеси панировочных сухарей (35 г), кукурузной муки (35 г), паприки (1 столовая ложка), измельченной петрушки (2 столовые ложки), соли (0,5 чайной ложки), сухого орегано (1 чайная ложка);
- порционные куски курицы смочить во взбитом яичном белке, а затем панировать в смеси панировочных сухарей, кукурузной муки и молотого черного перца;
- куриные грудки смазать дижонской горчицей, а затем панировать в смеси панировочных сухарей, петрушки, чеснока, оливкового масла, черного перца крупного помола.

При приготовлении панировки для дичи необходимо обжарить свежую крошку в смеси растительного и сливочного масла от 3 до 5 минут, пока не подрумянится.

Маринование. Учитывая, что мясо птицы, как правило, достаточно нежное и не требует длительной тепловой обработки, целью маринования являются прежде всего сочность продукта, улучшение вкуса и аромата готового блюда. Иногда на коже специально делают надрезы, чтобы маринад лучше проникал в мясо.

Благодаря маринаду можно придать вкусу восточный колорит, сделать его более ярким. Наиболее часто в маринады включаются сок цитру-

совых, пряности, соевый соус, мед, оливковое масло. Ниже приведены примеры возможных вариантов маринада.

Куриное филе маринуют в смеси:

- меда, оливкового масла, апельсинового сока, соли и белого сухого вина;
- оливкового масла, соевого соуса, лимонного сока, чеснока и соли.

Куриную тушку перед жаркой маринуют в смеси:

- йогурта (225 г), лайма (2 столовые ложки), измельченного лука (1/2 шт.), измельченного свежего имбиря (1 столовая ложка), паприки (1 столовая ложка), молотого тмина (1 чайная ложка), молотого кориандра (1 чайная ложка), соли (0,5 чайной ложки), красного перца (0,25 чайной ложки), молотой гвоздики (щепотка).

Тонкие полоски куриной грудки перед обжариванием маринуют в смеси:

- соевого соуса (2 столовые ложки), меда (1 столовая ложка), молотого тмина (0,5 чайной ложки), кориандра (0,5 чайной ложки), сушеного чили (0,5 чайной ложки), цедры и сока 1 лайма и 1 апельсина, 1 обжаренного зеленого лука-порея с 1 зубчиком чеснока.

Перед обжариванием на гриле *куриных грудок* их можно замариновать в смеси:

- обезжиренного йогурта (225 г), растительного масла (1 столовая ложка), натертого очищенного свежего имбиря (2 чайные ложки), соли (1 чайная ложка), молотого тмина (0,5 чайной ложки), порошка чили (0,25 чайной ложки), молотой куркумы (0,25 чайной ложки), молотой корицы (0,25 чайной ложки), натертой небольшой луковицы.

Перед обжариванием на гриле *цыплят* их неплохо замариновать в смеси:

- розмарина (0,25 чайной ложки), тимьяна (0,5 чайной ложки), черного перца (0,25 чайной ложки), свежего лимонного сока (2 столовые ложки), соли (0,5 чайной ложки);
- свежего розмарина, толченого перца чили, оливкового масла;
- йогурта, карри, кориандра;
- оливкового масла, толченого чеснока, свежей зелени.

Мясо *пернатой дичи* может быть жестким и сухим. Для придания сочности и нежности готовому блюду также применяются маринады. Наиболее эффективным является ананасовый сок, содержащий бромелин, вызывающий деструкцию белковой молекулы мяса. В качестве маринадов также предлагаются следующие смеси:

- свежий ананасовый сок, смешанный с лимонной цедрой;
- красное вино, розмарин, майоран;
- красное вино, корица, гвоздика;
- красное вино, сок красной смородины и ягоды можжевельника;
- белое вино, яблочный уксус, семена тмина, ямайский перец, корица;
- уксус из хереса, растительное масло, тимьян, шалфей и лавровый лист;
- лимонный сок, чеснок, хлопья красного перца;
- сок лайма, апельсина, свежий перец чили, толченые семена перца, кориандра.

Приготовление фарша-муслина из птицы. Фарш-муслин представляет собой смесь пюре из нежного мяса птицы, соединенного с яичными белками с добавлением сливок.

Куриное филе можно истолочь в ступке или измельчить блендером, но в обоих случаях смесь притирают через сито. Яичные белки добавляют после того, как мякоть переработана в пюре, сливки — после пропускания через сито.

Лучше всего ингредиенты и посуду охлаждать, чтобы получить густую смесь, которая может связать большее количество сливок. Некоторые фарши-муслины содержат взбитые сливки, но при приготовлении паштета, рулета или галантина лучше использовать обычные, чтобы блюдо легко резалось.

Для приготовления муслина филе необходимо измельчить и потолочь в ступке до пюреобразного состояния, добавить соль, перец, мускатный орех, постепенно ввести яичный белок, протереть смесь скребком через сито, переложить в металлическую посуду, накрыть пленкой, удалив воздух, и оставить в холодильнике на 30 минут. Затем постепенно добавить сливки и взбить на холодной бане. После каждого добавления сливок массу следует охлаждать. Затем массу нужно накрыть пленкой и охладить. Используют фарш через несколько часов после добавления сливок.

Также муслин готовят на основе фраджипан панады. Для этого сначала готовят фраджипан панаду, затем измельчают чистое филе курицы в миксере, постепенно добавляя в него яичные белки. Затем перемешивают полученную смесь с охлажденной панадой и протирают через сито, перекладывают в металлическую посуду, накрывают пленкой и охлаждают 1 час. Частями добавляют сливки, взбивая на льду и охлаждая по 30 ми-

нут в холодильнике. Использовать массу можно через несколько часов, выдержав ее в холодильнике.

Куриный муслин (вариант 1). 240 г филе курицы, соль, перец, мускатный орех, 1 яичный белок, 250 мл жирных сливок.

Куриное филе измельчить в блендере, заправить солью, перцем, мускатным орехом, смешать с белком, протереть через сито, охладить. Небольшими порциями ввести холодные сливки, медленно перемешивая.

Куриный муслин (вариант 2). 60 г муки, 30 г масла, 125 мл бульона, 1 кг курицы, 2 яичных белка, соль, перец, 125 мл жирных сливок.

Приготовить панаду из муки, масла, бульона и охладить. Произвести обвалку курицы, мякоть измельчить в блендере, смешать с панадой и белками, заправить солью, перцем, протереть через сито, охладить. Небольшими порциями ввести холодные сливки, медленно перемешивая.

Куриный муслин (вариант 3). 500 г куриного филе, 2 яичных белка, 500 г фраджипан панады, 500 мл жирных сливок.

В блендере приготовить пюре из куриного филе, затем постепенно добавлять яичные белки. Смешать с фраджипан панадой, протереть смесь через сито, закрыть пленкой и поставить в холодильник не менее чем на 1 час. Ввести взбитые сливки в несколько приемов, периодически охлаждая панаду.

Использовать муслин можно для приготовления рулетов, пантетов, галантина, кнелей и различных начинок.

Тепловая обработка: приемы и особенности их применения

Известные и широко применяемые в кулинарной практике способы тепловой обработки — варка, жарение, тушение, запекание — на ресторанной кухне могут быть реализованы не совсем привычно с точки зрения отечественной технологии общественного питания, например, путем использования новых приемов обработки или подготовки продуктов.

Кроме того, следует отдельно сказать о таком часто встречающемся в практике современных ресторанов понятии, как *степень готовности ку-*

линарного изделия. Обычно в отечественной технологии массового питания принято доводить продукт до полной готовности. В ресторанной практике это требование соблюдается не всегда.

Приготовить *аль денте* (al dente, итал.), дословно “к зубам”, — термин, означающий варку овощей или макаронных изделий (пасты) не до конца, а так, чтобы они чувствовались “на зубах”. Применительно к мясу можно выделить разную степень готовности: *сырое* (rare), *полусырое* (medium rare), *средней прожаренности* (medium), *розовое внутри* (medium well), *хорошо прожаренное* (well done). Такая степень готовности принята в английской терминологии. В соответствии с французской терминологией мясо классифицируют следующим образом: *почти сырое* (blue), *с кровью внутри* (saignant), *средней прожаренности* (a point), *хорошо прожаренное* (bien cuit).

Бланширование широко используется в кулинарной практике как вспомогательный способ тепловой обработки. Так, для сохранения цвета шпината рекомендуется его вначале ошпарить кипятком, а затем погрузить в ледяную воду.

Перед жаркой утку также рекомендуется бланшировать. При этом кожа становится прочнее, ее поры закрываются, и во время приготовления она становится хрустящей.

Учитывая, что при приготовлении различных блюд помидоры используют в очищенном виде, в их основании делают Х-образный надрез, а затем бланшируют в кипящей воде 10 секунд. После этого кипятком сливают, а помидоры погружают в ледяную воду и очищают.

Необычностью отличается и представленный ниже способ использования бланширования для получения белого мяса.

Этот способ кулинарной обработки, применяемый при приготовлении телятины, включает вымачивание мяса в холодной проточной или сменной воде с последующим *бланшированием*. При бланшировании телятину кладут в кастрюлю с большим количеством холодной воды, быстро доводят до кипения, затем ополаскивают в холодной воде, обертывают тканью и на некоторое время помещают под пресс. Полученное мясо называется *белым*.

По словам Огюста Эскофье, белое мясо издавна считается деликатесом и может украсить любое меню. Подготовленное мясо можно нашпиговать ветчиной, трюфелями или языком, обернуть полосками ветчины. Белое мясо жарят основным способом, на гриле, тушат.

При неизменном желании максимально сохранить пищевую ценность продукта в ходе кулинарной обработки такой своеобразный способ предварительной обработки мяса может показаться весьма странным (кстати, следует отметить, что подобные приемы применяются и для снижения содержания нитратов в овощах). Но дело в том, что из недожаренного куска телятины будет сочиться не кровь, а некая светло-розовая жидкость, довольно неприятная на вкус и весьма небезопасная для желудка. Поэтому благодаря предварительной обработке достигаются не только хорошие органолептические свойства, но и частично безопасность продукта.

В современной кулинарной литературе этот способ обработки описывается как часть технологии приготовления блюда, называемого *бланкет из телятины*. Речь идет о белом мясе, тушенном в белом соусе. Сегодня технология приготовления бланкета считается модной и применяется также к рыбе и овощам.

Тушение в отечественной технологии характеризуется как комбинированный процесс, включающий обжаривание продукта с последующим припускиванием в небольшом количестве жидкости. При этом ничего не говорится о степени обжаривания продукта, а ведь именно она влияет на конечный вкус блюда. Можно обжаривать продукт до румяной корочки, а затем припускать. Такой вид тушения называется *коричневое тушение*. Также продукт можно обжарить быстро, не допуская образования румяной корочки (с минимальным окрашиванием), а затем припустить. Иногда обжаривание вообще не используется. Например, курицу заливают холодной водой, доводят до кипения, промывают холодной водой и тушат в белом соусе. Такое тушение называют *белым*.

Тушить продукты можно также в жарочном шкафу. В отличие от жарки и запекания в данном случае пищу готовят в жидкости на закрытом противне, в кастрюле из жаропрочного материала, помещая ее в духовку. Этот способ является сочетанием тушения и запекания.

Тушение в жарочном шкафу также подразделяется на коричневое и белое. Коричневое тушение используют, например, для целых и порционных кусков мяса, белое — для овощей и поджелудочной железы телят и ягненка.

При использовании коричневого тушения в жарочном шкафу:

- целые куски мяса (говядины, оленины) маринуют и шпигуют, затем, чтобы не вытекал сок, быстро поджаривают со всех сторон в духовом

шкафу или на плите. Далее куски мяса помещают на слой овощей в жаровне, добавляют жидкость и приправы, накрывают крышкой и медленно тушат в духовом шкафу. Если кусок мяса подают целиком, крышку при тушении сдвигают на 3/4, а потом и вовсе снимают, мясо поливают жиром и обжаривают, чтобы придать ему глянец;

- порционные куски мяса (бифштексы, стейки, отбивные, печень) тушат так же, как и крупнокусковые полуфабрикаты;
- мелкокусковые полуфабрикаты (рагу из говядины), так же, как и в действующем сборнике рецептов, обжаривают, а затем тушат с пассерованными овощами, томатом, мукой и бульоном до готовности, но в духовке.

При использовании белого тушения продукты (сельдерей, капусту и поджелудочную железу телянка и ягненка) бланшируют, охлаждают, заливают светлым бульоном и тушат в закрытой емкости в духовом шкафу.

Тушить продукты также можно в глиняной посуде с крышкой (daubiere). В русской кухне этот вариант используется довольно часто. В европейской кулинарии он называется *доб* (en daube). Также для тушения подходит специальная посуда овальной формы — *кассерол* (en casserole). Для создания большей герметичности место соприкосновения бортов посуды и крышки замазывают тестом.

Приготовление на водяной бане (бэн Мари). Бэн Мари — это французский кулинарный термин. Данный способ предполагает выкладывание полуфабриката в форму, которую затем ставят в лоток с водой так, чтобы уровень воды доходил до 3/4 высоты формы. В отечественной технологии известно приготовление на водяной бане, располагаемой на плите. Однако готовить на водяной бане можно и в духовом шкафу — заполненные формы закрывают фольгой и помещают туда на водяную баню. При этом температура в шкафу должна быть не выше 180°C. Таким способом можно готовить крем-карамель, мусс из лосося и т.п.

Приготовление на сковороде вок. Этот вид посуды издавна широко используется в азиатской кухне. В настоящее время благодаря возросшему вниманию к кухне Востока вок активно применяют и в европейских ресторанах. Благодаря сферической форме сковороды и высокой температуре нагрева продукты, нарезанные небольшими кусочками, почти моментально прогреваются в самой горячей точке и быстро доходят до готовности. Перед жарением мясо, рыбу, птицу обычно маринуют и обсушивают. Жир

в сковороде должен быть хорошо прогрет, прежде чем туда попадет подготовленный продукт. Как правило, обжаривают продукты отдельно по видам и небольшими партиями, перемешивая деревянными палочками. Вок подходит для самых различных способов тепловой обработки: варки, варки на пару (в бамбуковых корзинах), тушения, жарения, в том числе во фритюре. В последнем случае требуется значительно меньше жира.

Приготовленная на пару пища обычно воспринимается как диетическая, но это вовсе не обязательно. Например, чтобы рыба, приготовленная на пару, не была пресной, ее вкус и аромат можно обогатить добавлением в кипящую воду овощей, душистой зелени и пряностей (лука, моркови, сельдерея, фенхеля, стеблей петрушки или кинзы). Также можно посыпать рыбу нарубленным зеленым луком, кусочками свежего имбиря, чеснока или поместить ее на слой веточек свежего фенхеля, тимьяна или укропа. Перед варкой на пару неплохо замариновать рыбу в смеси оливкового масла, лимонного сока, белого вина и соевого соуса. Варить на пару можно в бамбуковой корзине, которую обычно принято ставить на сковороду вок и покрывать сверху крышкой. Благодаря тонкому аромату бамбука рыба становится еще вкуснее.

Saute. Это название приема кулинарной обработки имеет французское происхождение. Заключается он в быстром опускании продукта в небольшое количество кипящего масла на короткое время с целью разрушения клеточных структур. У этого термина несколько значений, и один из них — “прыгать” или “подбрасывать”. Сковорода или противень быстро двигается взад-вперед и вверх-вниз так, что приготавливаемый продукт ударяется о боковые стенки сковороды и подпрыгивает, переворачиваясь в воздухе и падая обратно. Сотирование используют, когда жарят мясо, птицу, картофель, кабачки, лук или почки, нарезанные тонкими ломтиками или кусочками, встряхивая их на сковороде в небольшом количестве горячего жира или масла. Жарят, пока они не станут золотисто-румяными.

Деглясирование. После жарки продукта (обычно мяса или птицы) его удаляют со сковороды, жир сливают, наливают крепкий бульон, сливки, сок, вино или коньяк и уваривают смесь. Данный процесс, при котором экстрактивные вещества растворяются в жидкости, называется деглясирование или деглясе. Полученная жидкость используется в качестве соуса. Такое приготовление соуса называется “а-ля минуте”, то есть “сейчас, не заранее”. Следует отметить, что с точки зрения снижения калорийнос-

ти соуса и блюда в целом этот прием оправдан, однако, по мнению Огюста Эскофье, удалять весь жир — ошибка, так как истинный аромат соуса придает именно жир.

Приготовление в фольге, пищевой пленке, пергаменте, в рукаве

Напильот — способ тепловой обработки, предполагающий приготовление пицци, завернутой в бумагу. В последнее время бумагу стали заменять фольгой или термостойкой виниловой пленкой, иногда — специальными пластиковыми пакетами. Данный метод используется, если требуется максимально сохранить естественную влажность продукта, сок и ароматические вещества.

Продукты плотно заворачивают в промасленную бумагу или фольгу так, чтобы пар не выходил в процессе тепловой обработки и сохранялись натуральный вкус и питательные вещества.

Куски мяса, например, телячьи отбивные, или барабульку готовят заранее, обычно в гриле или в малом количестве жира, затем добавляют к ним тонко нарезанные овощи, травы и приправы. Продукты заворачивают в фольгу, помещают на слегка смазанный жиром лист и прогревают в горячем духовом шкафу. Готовое блюдо подают на стол в фольге и затем раскрывают ее.

В *пергаменте, рукаве* из жаропрочного пластика также хорошо запекать рыбу или креветки. Форму конвертику из пергамента можно придавать любую, например, сердечка. Для изготовления такого сердечка необходимо взять квадратный лист пергаментной бумаги или фольги размером 30×30 см, сложить его пополам, нарисовать половину сердечка с центром на линии сгиба и вырезать его. Размеры листа могут быть и другими, главное, чтобы размеры сердечка были на 5–8 см больше, чем размеры куска рыбы. Считается, что лучше использовать пергаментную бумагу, так как во время выпекания и подачи она эффектно вздувается.

Конвертики или рукав должны быть плотно закрыты, чтобы во время запекания не выходил пар. При этом рыба готовится в собственном соку, остается сочной и ароматной.

Температура запекания должна быть около 200°С. Для того чтобы рыба равномерно пропеклась, следует выбирать филе одинаковой толщины. Для улучшения вкуса и аромата можно добавить веточки кинзы, лимонно-укропную приправу, чеснок, каперсы, перец, лимон, морковь соломкой, белое вино.

В фольге и пищевой пленке неплохо припускать, например, фаршированные рулеты.

Фламбирование представляет собой поджигание кулинарного изделия, в состав рецептуры которого входит алкогольный компонент. Фламбирование может являться конечным этапом приготовления блюда, и тогда его можно производить в присутствии гостя непосредственно в зале ресторана. Фламбирование иногда является одним из промежуточных этапов приготовления блюда, например, при приготовлении пюреобразного супа из раков и морепродуктов (бисков). Если в первом случае оно становится прежде всего элементом коммерческой привлекательности ресторана, своего рода шоу, то во втором используется для создания ароматического и вкусового букета.

Независимо от того, когда используется этот прием, следует уделять большое внимание *соблюдению правил техники безопасности*. Если алкоголь добавлять прямо на раскаленную сковороду из бутылки (неважно, снабжена она приспособлением для налива или нет), то пламя, образующееся при соприкосновении спирта с раскаленной сковородой, может устремиться к бутылке с алкоголем, вызвав взрыв. Любой вид алкогольного напитка независимо от его крепости, используемый для фламбирования, должен наливаться из небольших сосудов с широким носиком. Более безопасно поместить алкогольный напиток в небольшой стакан или ложку, а затем медленно вылить его на теплую, но не раскаленную поверхность сковороды и лишь потом нагревать. Нельзя наливать жидкость в непосредственной близости к открытому огню или к уже горящему блюду.

Жарка на гриле — это быстрый способ приготовления с помощью инфракрасного (ИК) нагрева. Различают следующие способы приготовления с помощью ИК-лучей: над источником тепла (уголь, газовые или электрические грили, гриль-лава); под источником тепла (газовые или электрогрили-саламандра); между источниками тепла (электронагреваемые прутья решетки или пластины).

При обжаривании *над источниками тепла* прутья гриля предварительно нагревают и смазывают маслом, иначе продукт будет прилипать. Путья подпекают его с обеих сторон, что придает блюду особый внешний вид и вкус. Толщина продукта, расположение решетки и нагрев гриля определяют время приготовления. Так, при толщине стейка 2,5 см и расстоянии от решетки до гриля 5 см средняя степень прожаренности достигается че-

рез 3–4 минуты его обжаривания с каждой стороны. При приготовлении стейков на противнях для гриля или сковороде для гриля куски мяса рекомендуется смазывать смесью оливкового масла, чеснока и черного молотого перца. Гриль или сковорода для гриля должны быть хорошо разогреты.

Для приготовления *под источниками тепла* гриль-саламандру предварительно нагревают, а прутья смазывают растительным маслом. Под грилем-саламандрой хорошо готовить бифштексы, отбивные и изделия, которые, возможно, будут скользить между решетками.

Рассыпчатые пищевые продукты, рыбу целиком (например, палтуса и камбалу) можно помещать между хорошо смазанной, скрепленной в центре с помощью шарнира двойной проволочной решеткой с ручкой. Перед жаркой на гриле для улучшения вкуса и аромата блюда часто используют предварительное маринование продукта.

Помидоры, грибы, бекон, сосиски и почки обычно готовят на решетке или на плоском листе под грилем-саламандрой. Лоток должен быть с бортами, чтобы жир не стекал, а куски продукта не соскальзывали.

Никогда не следует застилать решетку гриля фольгой во избежание брызг кипящего жира — он должен свободно стекать с решетки на поддон. Для удобства при чистке можно застелить фольгой поддон, но не решетку.

Гриль-саламандру хорошо использовать для подрумянивания, запекания под слоем натертого сыра с сухарями и глазирования некоторых блюд, таких как макароны, филе палтуса, и для жарки.

Запекание продуктов в духовом шкафу под соусом, с сыром или сухарями в порционной посуде широко используется в отечественной кулинарии. Нередко кулинарную продукцию запекают и в гриле. В европейской кухне такие блюда называют *гратэн*.

Крем-брюле, фруктовое брюле (измельченные фрукты со взбитыми сливками или йогуртом) посыпают сверху сахарным песком (лучше кориичневым) и помещают в гриль. На поверхности десерта должна образоваться нежная, хрустящая карамельная корочка.

Между источниками тепла. Этот способ приготовления между электронагревательными прутьями или пластинами гриля применяется для приготовления небольших кусков мяса. Он позволяет максимально сохранять питательные вещества и вкус. Действие сильного тепла на верхний слой мяса приводит к быстрой коагуляции белка на поверхности и делает его плотным, помогая сохранить сок в продукте. Мясо, приготовленное на гриле, теряет

меньше сока, чем мясо, приготовленное любым другим способом, при условии, что при жарке его не протыкают вилкой.

При приготовлении кулинарной продукции на гриле следует знать ряд особенностей. Вот некоторые из них:

- для жарки на гриле подходит только мясо, не содержащее грубых соединительных тканей, так как оно будет жестким и невкусным;
- небольшие тонкие куски требуют быстрого приготовления;
- обжаренную и подрумяненную пищу на горячей части решетки передвигают на более холодную, чтобы закончить приготовление;
- медленное приготовление ведет к засушиванию продукта;
- для переворачивания и снятия котлет и бифштексов используют щипцы, а для помидоров, грибов, целой рыбы или ее кусков — шпательные или широкие ножи.

Барбекю — это жарка мяса на предварительно нагретых и смазанных жиром прутьях над сильным источником тепла (уголь, газ или дрова). При использовании твердого топлива (древесного угля или брикетов для барбекю) пламя и дым должны исчезнуть, перед тем как продукты помещают на прутья. В противном случае блюдо выйдет с неприятным привкусом. Барбекю-котел снабжен куполообразной крышкой с двумя отверстиями для вентиляции. Таким образом создается эффект запекания как в духовом шкафу, но с ароматом дымка. Чтобы получить дополнительный аромат, угли можно посыпать розмарином или стеблями фенхеля.

Некоторые продукты, например, куски дичи, жаренные на вертеле, говяжьи стейки, эскалопы, натуральные котлеты из телятины или курицу перед приготовлением нужно замариновать и во время приготовления смазывать кисточкой или пучком зелени тимьяна или розмарина оливковым маслом с зеленью и специями. Также для смазки используется зеленое лимонное масло или масло с лаймом. Для приготовления лимонного масла следует смешать сливочное масло, цедру, перец, соль, чеснок, а для масла с лаймом — сливочное масло, лайм, чили, соль, красный перец.

Чтобы стейки были вкусными и хрустящими, перед обжариванием их рекомендуется смазывать панировочной смесью. В ее состав могут быть включены, например, панировочные сухари, маргарин, соль, перец, лимонная цедра, петрушка. Смазывать стейки следует за 3 минуты до готовности и дожаривать, пока сухари не станут золотистыми.

Некоторые продукты (например, свиные ребрышки) в процессе приготовления обильно смазывают с обеих сторон глазурью.

Рыбу можно поместить на решетку для барбекю с веточками зелени или виноградными листьями и жарить 3 минуты с каждой стороны.

Следует правильно подбирать температурный режим жарки. Так, если для рыбы достаточно 170–200°С, то для мяса с кровью потребуется около 350°С.

Жареные фрукты барбекю являются прекрасным гарниром или могут подаваться самостоятельно в качестве десерта. Фрукты должны быть твердыми, не перезревшими. Их не стоит нарезать очень тонко, чтобы они не упали сквозь решетку.

Приготовление в микроволновой печи. СВЧ-нагрев уже давно внесен в классификацию способов тепловой обработки как один из вариантов варки продуктов. Он имеет ряд особенностей, которые следует учитывать при приготовлении кулинарной продукции в микроволновых печах.

Общие рекомендации:

- Можно использовать посуду только из термостойкого стекла, фарфора, фаянса без металлических покрытий и “золотых” ободков, рисунков, надписей. Также подходит посуда из специального пластика, керамики. Некоторые печи предназначены для работы только с металлической посудой и фольгой. Лучше выбирать емкости, которые прогреваются равномерно (равносторонние, круглые или небольшие).
- В отдельных случаях продукты готовят и без использования посуды, например, овощи в целлофановом пакете. Для этого вымытые овощи целиком укладывают в пакет, закручивают и подворачивают его края. При нагревании пакет будет наполняться теплым воздухом и увеличиваться в объеме. Овощи при этом очень быстро доходят до готовности.
- Продукты неправильной формы кладут толстыми краями на край блюда, тонкими — в центр.
- Продукты должны лежать ровным слоем, а не горкой.
- Нельзя варить яйца в скорлупе без воды.
- Следует прокалывать кожуру печеного картофеля, целых яблок, чтобы предотвратить растрескивание.
- Чтобы продукты не подсыхали, лучше готовить при закрытой крышке.

- Минимальная загрузка камеры микроволновой печи — 200 г.
- Следует использовать мясо с малым количеством соединительных тканей или в рубленом виде.
- Крупы предварительно следует замачивать минимум на 1 час, сухофрукты — на 20 минут.
- Мясо рекомендуется нарезать кусочками одинаковой формы и размеров.
- Чтобы блюдо получилось сочным и вкусным, при его приготовлении рекомендуется добавлять воду: к мясу, птице, рыбе — 5–10 процентов от массы продукта, к измельченным овощам — 20–30.
- Мясо, приготовленное в микроволновом режиме, не подрумянивается. Чтобы подрумянить его, следует использовать коричневые приправы, например, соевый соус. Румяная корочка появится также при обжаривании в предварительно разогретой посуде с ферритовым покрытием, в стеклокерамической посуде.

Время доведения продукта до готовности в микроволновой печи зависит от ряда факторов: величины порции, выбранной мощности, диэлектрических свойств продукта, вида посуды.

Наряду с такими вспомогательными операциями, как разогрев кулинарной продукции, микроволновые печи также можно использовать для того, чтобы растопить шоколад, размягчить сливочное масло, распустить желатин, высушить грибы, овощи и т.п.

Приготовление в вакууме. Существует заблуждение, что этот способ тепловой обработки для сферы общественного питания является новинкой. На самом же деле еще в учебниках технологии 1975 года давалось относительно подробное его описание и все преимущества варки в вакуум-аппаратах. А вот с чем действительно трудно не согласиться — в ресторанный мир этот способ приготовления кулинарной продукции пришел совсем недавно, и используется он в новой интерпретации.

Речь идет о том, что подготовленное сырье помещается в не проницаемые для кислорода полимерные пакеты, из которых удаляется воздух, и они герметически запечатываются. Пакеты обрабатываются паром низкого давления (при 70–100°С), а затем их охлаждают до 3°С.

При такой температуре срок хранения готовой кулинарной продукции составляет от 1 до 3 недель. Перед использованием продукция может разогреваться прямо в пакетах на водяной бане (при температуре 85°С)

или с помощью современного оборудования (СВЧ-печей или пароконвектоматов). Считается, что этот способ наиболее уместен в связке с шоковой заморозкой и обработкой в пароконвектомате.

Особые преимущества вакуумного приготовления состоят в том, что он позволяет сделать молекулярную структуру клеток неизменной, уменьшить деформацию продуктов, получить более ярко выраженный аромат, готовить пищу без жира, придать ей диетическую направленность благодаря отсутствию корочки.

Блюда в вакуумных упаковках могут иметь гарантированно точную калорийность и пищевую ценность, а значит, можно реализовать идею создания “здорового” меню.

Благодаря этой технологии 80 процентов продуктов можно готовить заранее, гарантируя при этом высокое качество блюд. Они не только хорошо сохраняют вкус и внешний вид, но и экономят время шеф-повара, оставляя при этом возможность для творческой реализации.

Потери массы продуктов, приготовленных этим способом, существенно сокращаются.

Для наших ресторанов этот метод действительно пока достаточно новый, поэтому столь важно учитывать зарубежный опыт. Дело в том, что при высоком качестве и пищевой ценности готовых блюд, полученных с использованием вакуума, существует опасность микробиологической обсемененности блюда из-за относительно низких температур приготовления в вакууме. Поэтому при применении данного метода требуются тщательный контроль и строжайшее соблюдение правил санитарии и гигиены. Не случайно во Франции был даже поставлен вопрос о специальном законодательстве.

В зависимости от вида продукта используют определенный тип приготовления в вакууме. Он может быть прямым (когда продукт готовится паром в вакууме от начала и до конца) или непрямым (приготовление начинается по традиционной технологии, а завершается вакуумированием). И в том, и в другом случае процесс приготовления должен завершаться быстрым понижением температуры, чтобы максимально сохранить пищевую ценность и улучшить санитарное состояние продуктов. Теми же мотивами руководствуются, когда охлаждают продукт до 0°С перед вакуумированием. Для безопасности кулинарного изделия подбираются оптимальные режимы обработки: высокие (85°С) или низкие (64–68°С) температуры, но в течение более длительного времени.

Приготовление в вакууме имеет свою специфику и требует внесения корректировок в ряд рецептов. Так как при приготовлении в вакууме аромат и вкус пряностей усиливаются, их закладку следует уменьшить. В вакууме не рекомендуется готовить продукты, содержащие дрожжи, а также петрушку, арбуз, экзотические фрукты.

Обработка в пламени газовой горелки. Использование пламени газовой горелки применяется в отечественной кулинарии для опаливания птицы. Но благодаря созданию специальных газовых горелок (в том числе очень миниатюрных) появилась возможность наносить рисунок на поверхность уже готовой кулинарной продукции, создавать нежную хрустящую карамельную корочку на поверхности брюле (как альтернатива использованию гриля). Есть мнение, что только этот способ позволяет получить настоящую хрустящую корочку.

Сушка фруктов, овощей. Данный способ обработки используется в ресторанной практике не для консервирования продуктов, а для получения чипсов. Чипсы представляют собой очень тонкие срезы овощей (баклажана, топинамбура, цуккини и пр.) и фруктов (апельсина, грейпфрута, яблока и т.п.), подсушенные в духовке до хрустящего состояния. Фрукты, как правило, предварительно проваривают в сахарном сиропе, а затем подсушивают в духовке при 100°C. Чипсы обычно используют для украшения ресторанных блюд. Кроме декоративной они выполняют немаловажную функцию во вкусе блюда, например, создают контраст нежного вкуса муссов и хрустящих чипсов.

Подпекание. Этот способ известен в отечественной технологии при тепловой обработке лука, моркови, кореньев для приготовления бульонов, его используют только как вспомогательный. Но в последнее время он получил более широкое распространение, стал модным и часто применяется при приготовлении блюд из рыбы и морепродуктов. Считается, что данная технология является компромиссом между японскими сашими и приготовлением на гриле. Фактически применяется та же техника, что и при приготовлении почти сырого мяса. На раскаленную сковороду кладут подготовленный кусок рыбы и, подержав немного с одной стороны, переворачивают на другую, а затем почти сразу подают на стол. В результате образуется ароматная хрустящая корочка, а внутри рыба остается нежной, сочной и практически сырой. Приготовленная таким способом рыба, реже мясо, становится основным ингредиентом популярных сейчас “теплых салатов” с различными видами листовых овощей и даже с фрук-

тами. Подпеченную рыбу при подаче специально разламывают или нарезают ломтиками, чтобы был виден этот необычный контраст. Чаще всего используют для этих целей тунца и морского гребешка.

Интенсивное охлаждение и шоковая заморозка

Технологию интенсивного охлаждения и шоковой заморозки давно и успешно используют в Европе рестораны разного уровня — от элитных до демократичных. В России она прошла успешное тестирование еще в 1980-х на различных предприятиях общественного питания, но широкого применения не получила до сих пор. Основное отличие *шоковой заморозки* состоит в том, что температура готового кулинарного изделия снижается с 85°C до -18°C не за 12–24 часа, а максимум за 4. При этом уменьшаются потери влаги, минимизируются нежелательные биохимические изменения, лучше сохраняется питательная ценность продукта. Блюдо, замороженное таким способом, по своим свойствам эквивалентно свежему или охлажденному. После интенсивной заморозки кулинарная продукция хранится в 2–3 раза дольше обычного без потерь качества. Важными преимуществами шоковой заморозки являются сведение до минимума развитие микроорганизмов в продуктах и высокая гигроскопичность.

При *интенсивном охлаждении* температура кулинарной продукции после ее приготовления снижается сразу за 2 часа минимум до 10°C в центре до 0–4°C на поверхности. Интенсивное охлаждение в отличие от заморозки занимает не только меньше времени, оно менее энергоемко, минимальны потери массы. Аппараты интенсивного охлаждения также гораздо дешевле.

Шоковая заморозка и интенсивное охлаждение используются в основном в крупных ресторанах, мощность которых позволяет не только обслуживать посетителей, но и производить полуфабрикаты и кулинарную продукцию для реализации вне предприятия. В элитных ресторанах эти технологии могут применяться в повседневной практике для сохранения продуктов с малым сроком хранения и используемых в ограниченном количестве. Возможно также применение шоковой заморозки и интенсивного охлаждения в кондитерских цехах ресторанов, а также при подготовке выездных банкетов (кейтеринговых мероприятий).

Применение перечисленных технологий позволяет сделать заготовки заранее, меньшим числом работников, а также снизить отходы производства.

РАЗДЕЛ 3. ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД РЕСТОРАННОЙ КУХНИ

Технология приготовления супов

Заправочные супы были и останутся неотъемлемой частью меню отечественных ресторанов. Некоторые заправочные супы, такие как солянка, щи, борщ украинский и другие, прочно вошли в сокровищницу мирового кулинарного искусства. Их технология хорошо знакома многим зарубежным профессионалам.

Прозрачные супы также часто включаются в ресторанное меню, технология их приготовления хорошо известна. Однако здесь есть особые секреты доведения до вкуса и нюансы подачи.

Консоме

Термин “консоме” означает очищенный специальным способом бульон, а точнее, прозрачный суп на основе куриного, говяжьего или телячьего бульона, осветленного с помощью яичных белков и овощей. Технология осветления хорошо известна в отечественной профессиональной кухне.

Для оттягивания бульона используют смесь, состоящую из яичных белков, мирпуа и лимонного сока. На 2 л бульона берут 3–4 взбитых яичных белка, 2 столовые ложки лимонного сока и 350 г мирпуа. Оттяжку вводят в теплый бульон, перемешивают и варят на медленном огне

мисурца - смесь яичного белка, уксуса, лимонного сока и мирпуа

около часа. Во время нагревания бульон не следует мешать. Осветленный бульон процеживают, обезжиривают и вновь прогревают.

Осветлить бульон можно также мясной оттяжкой. Для этого берут фарш (лучше из мяса старых животных), который смешивают с белками, солью и бульоном.

Причинами плохого осветления могут быть недоброкачественные ингредиенты бульона, жирный или непроцеженный бульон, недостаточно чистая посуда или ткань. Другие варианты — перед процеживанием бульон не отстоялся или после закипания его взболтали.

В консоме перед отпуском хорошо влить шерри, мадеру или портвейн из расчета 100–200 мл на 1 л. Для придания “восточного” вкуса можно добавить светлый или темный соевый соус, рисовое вино или херес, тонко нарезанный корень имбиря, кубики тофу, ростки бамбука, сои, сушеные креветки. Консоме можно также заправить натертой цедрой, тертым сыром “Пармезан” или “Грюйер”.

Кроме известных гарниров к прозрачным супам также можно подать:

- небольшие вареные креветки,
- жульен из мяса цыпленка или из смеси овощей,
- шарики из моркови, репы,
- икру,
- брюнуаз из сырой моркови, сельдерея, лука-порея, кабачка в смеси или по отдельности,
- соломку из тонких блинчиков,
- жульен из грибов, в том числе черных трюфелей, и свежие листья кервеля,
- бланшированные фигурки из перца,
- лепестки из маслин и веточки зелени петрушки,
- решоточки из нарезанной моркови и сельдерея,
- сырные кнели и сырные палочки,
- слегка обжаренные ломтики шампиньонов,
- куриные кнели, клецки из кур с шампиньонами и др.

Например, консоме из курицы подают с сырными или куриными кнелями. Называется этот суп “Консоме Владимир” (Consomme Wladimir).

Следует помнить, что припускать кнели нужно при температуре, близкой к точке кипения. Стоит жидкости закипеть, и кнели будут испорчены.

Пюреобразные супы

Для приготовления пюреобразных супов исходные продукты подвергают тепловой обработке и протирают, а затем разводят жидкостью (бульоном, молоком). Пюреобразные супы можно сгущать при помощи яичных желтков, масла, сливок или одних сливок. Яичные желтки и сливки рекомендуется предварительно развести небольшим количеством горячего супа, а затем ввести в суп — это предотвращает заваривание желтка.

Наиболее популярные супы-пюре из действующего сборника рецептов являются “собираательным образом” протертых супов, известных в международной кулинарной практике как *биски*, *супы велюте*, *супы-кремы*, *супы-юре*. Технология приготовления каждого из вышеперечисленных видов имеет свои особенности.

Супы-юре готовят из различных видов сырья: овощей, бобовых, дичи. Подвергнутые тепловой обработке и протертые продукты разводят бульоном или молоком и заправляют сливочным маслом.

Для овощного супа-пюре можно использовать как один, так и несколько видов овощей. Для вкуса обычно добавляют репчатый лук или лук-порей. Овощи можно нарезать кубиками, припустить со сливочным маслом 3–4 минуты на среднем огне, затем добавить бульон или воду и варить на медленном огне до размягчения. Готовые овощи следует измельчить и вновь прогреть.

Вкус и консистенцию супа-пюре можно улучшить, добавив в конце приготовления сливки или йогурт. Сливки используют жирные, иногда заменяя сметаной. Их жирная консистенция делает структуру стабильной при нагревании (в отличие от менее жирных продуктов, которые при этом сворачиваются). Они придают супу густоту и приятный блеск. Их также используют для украшения супа. Йогурт имеет менее стабильный состав и может свернуться, поэтому его не следует доводить до кипения. В йогурт также хорошо добавить нарезанный укроп, базилик или мяту для улучшения вкуса и аромата. Нередко в суп добавляют нашинкованную петрушку и тертый сыр.

Суп-юре из тыквы. 120 г лука, 1 кг тыквы, 60 г сливочного масла, 500 мл бульона, 125 мл сливок, 60 г сливочного масла, 60 г тертого сыра, зелень петрушки.

Слегка обжарить тыкву, пассеровать лук, добавить бульон и варить до готовности тыквы. Полученную массу измельчить в блендере, добавить сливки, масло, сыр. При подаче посыпать зеленью петрушки.

Для улучшения вкуса в суп-пюре закладывают букет гарни.

Суп-пюре из красной фасоли. 300 г красной фасоли, 120 г лука, 120 г моркови, 500 мл красного вина, 500 мл бульона, букет гарни, 90 г сливочного масла, 125 мл сливок, 30 г сливочного масла.

Замоченную фасоль соединить с пассерованными овощами, залить вином и тушить 15 минут. Влить бульон, положить букет гарни и варить до размягчения овощей и фасоли. Измельчить в блендере, заправить сливками и сливочным маслом. Подавать с гренками.

К супам-пюре подают гренки, натертые зубчиком чеснока, тертый “Пармезан” или “Грюйер”. Суп-пюре из брокколи или суп из дробленого гороха с копченым окороком посыпают жареными орехами или кусочками бекона.

В случае если при разведении протертой массы густая часть отделяется от жидкости, в качестве загустителя вводят картофельное пюре, пюре из бобовых, протертый рис.

Суп-пюре из курицы. 1,2 кг курицы, 2 л бульона, 225 г отварного риса, 3 яичных желтка, 225 мл сливок, сливочное масло.

Курицу отварить, произвести ее обвалку. Мякоть измельчить вместе с рисом, добавить немного бульона и довести до кипения. Перед подачей заправить яичными желтками и сливками. Также можно заправить сливочным маслом.

Рис иногда заменяют рисовой мукой. На каждые 750 мл супа следует добавить по 3 столовые ложки тщательно размешанной в небольшом количестве бульона рисовой муки.

Суп-пюре из дичи. 2 куропатки или 1 фазан, 225 г слегка недоваренной чечевицы, 1,2 л бульона, букет гарни (1 веточка петрушки, 1 веточка тимьяна, 1/2 лаврового листа), луковый клутэ (репчатый лук, нашингованный гвоздикой), соль, перец, сливочное масло.

Обжарить дичь до полуготовности, поместить в кастрюлю с чечевицей, бульоном, букетом гарни и луком. Варить на медленном огне. Про-

известии обвалку дичи и измельчить ее вместе с чечевицей, развести бульоном, довести до вкуса, заправить сливочным маслом.

Суп-пюре из сельдерея. 450 г сельдерея, 3 столовые ложки сливочного масла, 1,2 л бульона, 225 г картофеля, молоко, сливки.

Измельченный корень сельдерея следует бланшировать, а затем потушить с 1 столовой ложкой сливочного масла на медленном огне 10 минут. Добавить бульон, картофель и варить до готовности, протереть, развести молоком, заправить маслом и сливками (можно без сливок).

Суп-пюре фламанд. 1,5 л бульона, 120 г лука-порея (белая часть), 500 г брюссельской капусты, 500 г картофеля, 90 г репчатого лука, букет гарни, 125 мл сливок, сливочное масло.

Сбланшировать капусту, прогреть в масле, добавить репчатый лук и лук-порей. Залить бульоном, положить букет гарни и картофель. Варить на медленном огне до размягчения овощей, протереть. При подаче заправить сливками и маслом. Подавать с гренками.

Биски. Биск — это густой пореобразный суп из раков, лобстеров, крабов или морской рыбы. Есть множество рыбных протертых супов, но классический — французский рыбный суп по-марсельски, который готовят из разных средиземноморских рыб. Так же готовят суп и из омаров. Для этого морковь, сельдерей и картофель припускают со сливочным маслом в кастрюле с толстым дном. Затем добавляют 12 крабов и варят до темно-коричневого цвета. Поджигают несколько ложек бренди и выливают на крабов, затем посыпают 2 столовыми ложками муки и тщательно размешивают. Добавляют 2 л рыбного бульона, 150 г сухого белого вина, 2 столовые ложки томатного пюре, букет гарни и варят на медленном огне 45 минут. Затем удаляют букет, смесь протирают через мелкое сито, подогревают, заправляют сливками.

Биск из раков (вариант 1). 30 г лука, 30 г моркови, 30 г сельдерея, сливочное масло, 12 раков, 125 мл коньяка, 1,5 л рыбного бульона, 90 г риса, букет гарни, 125 мл белого вина, 1/2 лимона, 125 мл сливок.

Пассеровать лук, морковь, сельдерей на сливочном масле, добавить панцири и очистки от раков, влить коньяк и фламбировать. Затем добавить рыбный бульон, рис, букет гарни, раковые шейки и белое вино. Варить до

полного разваривания риса. Удалить букет, все измельчить в блендере, довести до кипения, заправить лимонным соком, ввести сливки и масло.

Биск из раков (вариант 2). 20–25 раков среднего размера, 2 столовые ложки сливочного масла, мирпуа из 40 г моркови, 40 г лука, 1/2 лаврового листа, 1 веточка тимьяна и 1 веточка петрушки, 2 столовые ложки бренди, 225 мл белого вина, 1,8 л бульона, 100 г рисовой муки, кайенский перец, 85–100 г сливочного масла.

Растопить сливочное масло и пассеровать овощи и зелень, затем добавить подготовленных раков, посолить, поперчить и обжарить в течение нескольких минут. Влить бренди, белое вино и слегка выпарить.

Добавить 300 мл бульона и тушить 10 минут. Достать раков, извлечь филе из панцирей, удалить головы и хвосты. 6–8 голов и хвостов отложить. Растереть филе с 50 г сливочного масла. Оставшийся бульон вылить в сковороду с овощами и довести до кипения, заварить рисовую муку и кипятить около 15 минут. Засыпать молотые панцири, щепотку кайенского перца и кипятить еще 1 минуту. Протереть сквозь тонкое сито и до момента подачи на стол хранить полученное пюре на паровой бане. Заправить перед подачей сливочным маслом. В качестве гарнира использовать зафаршированные головы и хвосты раков, предварительно отваренные в подсоленной воде.

Биск из крабов готовят так же, как из раков, заменив последних небольшими крабами, предварительно замоченными на 1–2 часа в холодной воде. Можно приготовить биски из креветок или омаров, которые следует предварительно отварить с добавлением мирпуа.

Кремы — протертые супы, которые обычно готовятся на основе отваренных в подсоленном молоке рисовой муки, различных круп и овсянки.

Суп-крем из риса. 1 л молока, 1 небольшая наштигованная гвоздикой луковица, несколько горошин черного перца, соль, букет гарни (2 веточки петрушки, 1 веточка тимьяна, 1/2 лаврового листа), 4 столовые ложки рисовой муки, холодное молоко, 6 столовых ложек сливок.

Добавить в молоко пряности и довести до кипения на медленном огне, заварить рисовую муку, предварительно разведя ее в холодном молоке. Добавить сливки. Кипятить 20 минут на медленном огне и процедить.

Полученный суп-крем может использоваться в качестве основы для других супов. Если он подается как самостоятельный суп, следует добавить в него сливки. Суп из овсянки и других круп готовится по той же технологии.

Для того чтобы получить *суп-пюре из корня сельдерея*, необходимо отварить сельдерей, затем прогреть его со сливочным маслом 10 минут, добавить соль, перец, сахар, протереть и смешать с супом-кремом из риса. На 150 г корня сельдерея следует взять 1 л супа-крема из риса.

Для приготовления *супа-крема из спаржи* спаржу отварить, отделить головки, разрезать их на четыре части и отложить для гарнира. Остальную спаржу очень быстро пассеровать, непрерывно помешивая. Затем добавить суп-крем из риса и протереть. Перед подачей подогреть со сливками, украсить головками спаржи. На 450 г молодой зеленой спаржи следует взять 1 л супа-крема из риса.

При приготовлении *супа-крема из кур* необходимо перемешать мелко нарезанную отварную курицу с небольшим количеством сливок и растереть в ступке. Затем протереть через сито и соединить с супом-кремом из риса. Перед подачей заправить сливками. На 275 г отварной курицы следует взять 1 л супа-крема из риса.

Суп-крем из грибов готовят, соединяя протертые грибы с супом-кремом из риса. На 225 г свежих грибов берут 1 л супа-крема из риса.

Иногда в качестве загустителей в супах-кремах выступает пассерованная мука. Например, крем из шампиньонов готовят так: пассеруют сельдерей и лук-порей, вводят муку и продолжают пассерование, добавляя куриный бульон, грибы, букет гарни, и варят еще 10 минут. Затем удаляют букет, обрабатывают в блендере, заправляют сливками.

Крем “Дюбари” готовят из цветной капусты, которую бланшируют, слегка обжаривают с луком-пореем, мукой, вливают куриный бульон, молоко, добавляют букет гарни, варят до размягчения, удаляют букет, измельчают и заправляют сливками.

Суп-крем из раков готовится так же, как биск из раков, но в конце приготовления вместо масла кладут сливки, а вместо фаршированных хвостов и головок — кнели.

Велюте — это протертые супы, отличающиеся тем, что их обычно заправляют яичными желтками, смешанными с несколькими столовыми ложками сливок или молока (3 желтка и 100 мл сливок на 1 л супа), сливочным маслом. Некоторые велюте заправляют только сливочным маслом.

Многие велюте готовятся на той же основе, что и супы-кремы (молотого риса, различных круп, овсянки, кукурузной, овсяной муки, панады).

Традиционный велюте. 1,2 л бульона, 4 столовые ложки рисовой муки, холодная вода, 2–3 яичных желтка, 50 г сливочного масла, 3–4 столовые ложки сливок.

Довести бульон до кипения, заварить рисовую муку, кипятить 20–25 минут, “защипать” маслом. Перед подачей добавить яичные желтки, сливки и оставшееся масло.

Для приготовления *томатного велюте* суп-крем из риса следует смешать в равных количествах с томатным пюре, заправить маслом и сливками. Желтками не заправлять.

Для *рыбного велюте с карри* следует пассеровать лук, добавить карри, рыбу, букет гарни (1 веточка петрушки, 1 лавровый лист, 1 веточка тимьяна), соль, перец и варить 10 минут. Добавить суп-пюре из риса и вновь довести до кипения, протереть. Заправить маслом.

Для *куриного велюте* необходимо пассеровать лук, сельдерей. Муку развести бульоном, положить куриное мясо, букет гарни, варить 40 минут. Удалить букет. Все ингредиенты измельчить, протереть, заправить маслом и льезоном.

Для *велюте “Аньез-Сорель”* следует нашинковать грибы и положить их в куриный велюте, измельчить, заправить маслом и льезоном. При подаче в тарелку положить измельченные грибы, куриное мясо, язык.

Велюте из раков готовят так же, как биски, но перед подачей на стол постепенно вводят смесь из 2 желтков и 225 мл кипяченых сливок.

Популярные супы европейской кухни

Нередко в меню ресторанов включают супы, подтвердившие свою популярность не только у себя на родине, но и во всем мире. Их технология приготовления знакома многим поварам-профессионалам. К таким супам, безусловно, относится, например, луковый суп, пожалуй, один из самых знаменитых супов французской кухни.

Луковый суп. 225 г лука, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 2,1 л белого бульона, соус бешамель, тосты из французского батона, тертый сыр.

Нашинкованный лук слегка подрумянить на масле. Добавить муку и продолжать пассеровать, пока она не приобретет светло-коричневый цвет. Влить бульон и тушить в течение 10–12 минут. Сцедить бульон и сохранить в горячем виде. Лук перемешать с небольшим количеством соуса бешамель и протереть через сито. Полученным пюре намазать тост. Перед подачей бульон залить в супницу, на поверхность аккуратно поместить кусочки хлеба (по желанию клиента тосты можно не смазывать луковым пюре), посыпать тертым сыром и поставить в горячий духовой шкаф до образования румяной корочки.

Эта технология приготовления лукового супа описана Огюстом Эскофье. Однако в настоящее время есть много ее интерпретаций.

Французский луковый суп (вариант 1). 450 г репчатого лука, 75 г сливочного масла, 1,5 л бульона, 200 мл вина, букет гарни, соль, перец. Пассеровать репчатый лук в масле в кастрюле с толстым дном около 20 минут до коричневатого цвета, добавить бульон, вино, букет гарни, соль, перец и довести до кипения при помешивании. Варить на медленном огне 30 минут, букет удалить.

Французский луковый суп (вариант 2). 1 кг лука, 1 зубчик чеснока, 120 г сливочного масла, 21 г муки, 1,5 л бульона, соль, перец. Пассеровать лук и чеснок с маслом до золотистого цвета. Добавить муку и нагревать еще 3 минуты. Влить бульон и варить до готовности лука, заправить солью и перцем. Подавать с бутербродами с сыром.

Французский луковый суп (вариант 3). 300 г лука, 50 г сливочного масла, соль, белый перец, 60 г муки, 500 мл молока, 700 мл бульона, 100 мл белого сухого вина. Пассеровать на сливочном масле лук, соединить с мукой. Смешать с молоком и бульоном, добавить соль, перец и прокипятить 10 минут. Протереть, добавить вино и довести до кипения. Суп можно также заправить сливками. При подаче в тарелку с супом положить гренки с сыром и посыпать зеленым луком.

Родиной супа “Минестроне” является Италия. Для его приготовления можно использовать любые овощи и приправы помимо указанных в рецептуре. В переносном значении слово “минестроне” означает “путаница, беспорядок”.

Минестроне. 50 г ветчины, 40 г соленого свиного сала, 1,2 л воды, соль, 1 среднего размера морковь, 1 репа, 1 побег сельдерея, 2 среднего размера картофелины, 100 г белокочанной капусты, 2–3 помидора, 225 г зеленого горошка, 100 г зеленой фасоли, 90 г риса или спагетти, чеснок, базилик, кервель.

Измельченную ветчину и сало обжарить в кастрюле на среднем огне. Залить водой, посолить и довести до кипения. Добавить мелко нарезанные морковь, репу, сельдерей, картофель, капусту, очищенные от кожицы и семян помидоры. Накрывать крышкой и кипятить 30 минут. Добавить растолченные в ступке горошек и фасоль, а также рис и продолжить варить на медленном огне еще 35–40 минут. В конце заправить чесноком, базиликом и кервелем.

Гаспачо относится к холодным супам. Его родиной является Испания.

Гаспачо. 500 мл томатного сока, 1 зубчик чеснока, 120 г томатов без кожицы и семян, 120 г очищенных свежих огурцов, 15 г зелени, 60 г лука, 1 столовая ложка лимонного сока, ледяная вода, 1 столовая ложка оливкового масла, перец.

Все ингредиенты мелко нарезать и смешать, добавить томатный и лимонный сок, оливковое масло. Выдержать несколько часов в холодильнике, измельчить в блендере. Подавать в очень холодных тарелках. Отдельно подать нарезанный кубиками белый хлеб.

Буайбес является традиционным рыбным супом для Средиземноморского побережья. Существует множество вариантов его приготовления. Для этого блюда можно взять треску, морского окуня, пикшу, камбалу, мерланга, кефаль, а также мидии.

Буайбес. 2,5 кг рыбы, 100 г репчатого лука, 50 г лука-порея (белую часть), 2 помидора, 2 зубчика чеснока, 1 чайная ложка петрушки, шафран, 6 столовых ложек оливкового масла, 1 лавровый лист, 1 веточка

чабреца, щепотка листьев фенхеля, соль, перец, французский батон. Рыбу нарезать порционными кусками, мелкую оставить целиком. Измельченный лук, очищенные и измельченные помидоры, чеснок, шафран, петрушку, чабрец, фенхель, рыбу (кроме рыбы с нежным мясом, например, кефали и мерланга), лавровый лист, растительное масло поместить в большую сковороду. Залить водой, посолить, поперчить и прокипятить 7–8 минут. Добавить рыбу с нежным мясом и еще варить 15 минут. Готовую рыбу подать отдельно, а в процеженный бульон положить ломтики французского батона. Хлеб обжаривать не следует.

Классическая похлебка Прованса приобретает восточный вкус, если в нее добавить перец, острый чили и ром.

Буайбес по-креольски. 2,5 кг рыбной смеси, 12 свежих устриц в раковинах, 100 мл оливкового масла, 1 луковица, 1 корешок сельдерея, 1 красный перец, 1/2 зеленого перца, 2–3 зубчика чеснока, 1/4 чайной ложки сушеного перца чили, шафран, 1 столовая ложка петрушки, 1,5 чайной ложки тимьяна, 1 лавровый лист, 500 г спелых помидоров, 1 л рыбного бульона, соль, перец, 500 г сырых королевских креветок, 1–2 столовые ложки темного рома, тимьян.

Для соуса “Руй”: 1 красный перец, 1 картофелина, 1 столовая ложка томатной пасты, 1 яичный желток, 1 зубчик чеснока, 1/4 чайной ложки соли, 1/4 чайной ложки кайенского перца, оливковое масло.

В разогретую с оливковым маслом посуду положить лук, сельдерей, очищенный от семян и нарезанный кубиками красный и зеленый перец, шафран, чеснок и чили. Готовить на небольшом огне 5 минут, помешивая, пока овощи не станут мягкими. Добавить зелень, помидоры, рыбный бульон, приправы и лавровый лист. Готовить на медленном огне еще около 30 минут. Сначала положить куски более твердой рыбы с сильным вкусом, затем добавить более нежную рыбу и продолжать готовить в течение 6 минут. Через 2 минуты положить креветок, а в последнюю минуту — устриц с жидкостью. Удалить лавровый лист, добавить ром и окончательно довести до вкуса. При подаче посыпать тимьяном. Соус “Руй” можно класть в тарелку или намазывать на подсушенный хлеб. Для приготовления соуса “Руй” запеченный красный перец, картофель, томатную пасту, яичный желток, чеснок измельчить в блендере, за-

- *править солью и перцем. Затем добавить оливковое масло и взбить до получения густой однородной консистенции.*

Суп гуляш, а точнее гуйяш, является знаменитым супом венгерской кухни. То, что в отечественной кулинарии называют гуляшом, соответствует венгерскому перкелту. Гуйяш (гуляш) представляет собой густой суп.

Суп гуйяш (гуляш). 360 г мякоти говядины, 80 г свиного жира, 150 г лука, 15 г паприки, соль, тмин, чеснок, 800 г картофеля, 140 г зеленого перца, 60 г помидоров. Для чипеток: 480 г муки, 6 яиц, соль.

Нарезать мясо кубиками. В растопленном жире обжарить до золотистого цвета мелко нарезанный лук. Уменьшить огонь, положить паприку. Быстро перемешать, сразу добавить мясо, посолить и тушить под крышкой. Когда сок, выделяемый мясом, испарится, добавить толченный чеснок, смешанный с тмином, влить немного воды и, периодически помешивая, продолжать тушить на медленном огне. При необходимости добавлять воду, но понемногу, чтобы мясо не варилось, а тушилось в малом количестве жидкости. Очистить и нарезать картофель кубиками 1×1×1 см. Нарезать зеленый перец, помидоры. Когда мясо будет готово, дать соку испариться, чтобы в кастрюле остался один жир. Добавить к мясу картофель, хорошо размешать и тушить до тех пор, пока картофель не станет “стекленеть”. Добавить бульон и зеленый перец с помидорами. Когда картофель будет практически готов, положить чипетки и довести суп до готовности и до вкуса.

Для приготовления чипеток: замесить крутое тесто, тонко его раскатать, дать постоять 2 минуты, а затем отщипывать маленькие кусочки и укладывать их на разделочную доску, посыпанную мукой.

Технология приготовления соусов

В настоящее время в мире насчитывается не менее 10 тысяч соусов. Законодательницей кулинарной моды и родиной большинства классических соусов всегда считалась Франция. Во французской гастрономической энциклопедии сейчас существует около трех тысяч рецептов, в том числе тысяча классических.

Древнейшие соусные традиции Индии и Китая все чаще привлекают внимание европейских шеф-поваров. Во многих национальных кухнях можно также найти много интересных соусов, однако следует признать, что их вклад в сокровищницу соусной кулинарии менее скромный и в европейской кухне по-прежнему господствует французское влияние.

Соусы в современной ресторанной кухне стали неотъемлемой частью не только вторых горячих блюд, но и холодных закусок и десертов. Соусы могут использоваться и как составляющий элемент при приготовлении блюда, и для его оформления. Причем применение сразу нескольких соусов (обычно двух) при подаче одного блюда позволяет получить вкусовой и цветовой контрасты.

Историю соусов можно сравнить с историей моды, поскольку те или иные ингредиенты, рецепты то завоевывают всеобщее признание, то утрачивают популярность, то провозглашаются вершиной кулинарного искусства, то вновь отбрасываются, уступая дорогу новой сенсации. Среди модных на сегодняшний день направлений в кулинарии соусов следует отметить *использование легких и пенных соусов*. Это может быть, например, смесь растительного масла, вина или лимонного сока с добавлением небольшого количества сливок. Для придания пенной структуры в конце приготовления добавляется взбитое яйцо. Такие соусы готовятся быстро — за 4–5 минут.

“Быстрые” соусы стали неотъемлемой частью ресторанной кулинарии. Для повышения пищевой ценности и снижения калорийности нередко используют *основу из растительных продуктов*, в частности, из овощей, ягод, фруктов, бобовых. Применение овощных пюре в качестве загустителей является очень актуальным в современной кулинарии. Так, для белых соусов берут протертый картофель, а для красных — морковное пюре.

В современной кулинарии имеют место такие *новые вкусовые сочетания*, как, например, свинина с пряным апельсиновым соусом, соус из шавеля к жареной телятине и т.д. (справедливости ради отметим: многое новое является всего лишь хорошо забытым старым).

Модный в настоящее время способ приготовления и подачи блюда *фьюжн* предполагает добавление, например, к блюдам русской кухни европейских соусов или наоборот. Так, к эскалопу из фуа-гра предлагается соус из кваса и вишневого морса. Также модным считается использование на одной тарелке различных, в том числе *контрастных по вкусу и цвету, соусов* (например, острый и пряный с кисло-сладким).

Дизайн блюда во многом определяется оригинальностью расположения соуса на тарелке. Кроме того, соус может быть подан в рюмочках, горшочках из теста, овощей, находиться в “рамках”, например, нарисованного из шоколада рисунка. Если на тарелке два соуса, то несколькими легкими движениями зубочисткой их можно чуть-чуть смешать, сделать “перья”. Оригинально смотрятся “перья” при подаче контрастных по цвету соусов.

Для создания интересных цветовых решений блюда нередко приходится делать коррекцию цветовых оттенков с помощью натуральных (!) красителей. Например, затемнить соус можно небольшим количеством карамелизованного сахара (жженки) или растворимым кофе (вкус последнего практически не ощущается). Темный цвет имеет также сосвый соус. При необходимости можно осветлить соус с помощью сметаны или сливок. Кицца, растертая с растительным маслом, придаст соусу желтовато-зеленый цвет. Добавив в соус немного шафрана, куркумы или карри, повар окрасит его в желтый, красно-желтый цвет. Выпаренный на 2/3 вишневый уксус имеет темно-красный цвет. Цветовая основа соуса часто обусловлена цветом используемых для его приготовления продуктов, например, шпината, щавеля, красного перца и т.п. В соусы белого или кремового цвета добавляют только белый перец и никак не черный (если только это не является изначальной задумкой автора). В отличие от черного перца добавление в готовый соус черной или красной икры, тонко измельченного красного, желтого или зеленого сладкого перца придаст соусу дополнительный не только вкусовой, но и цветовой шарм.

Классификация соусов носит условный характер. Один и тот же соус может относиться сразу к нескольким группам. Классифицируют соусы по различным признакам. Например, по известной из различных учебников технологии соусы можно классифицировать на соусы с загустителем и без загустителя. Но вот в качестве загустителей используются не только мучная пассеровка, крахмал и яичные желтки. Загустителями могут быть сливки, хлеб и хлебобулочные изделия, овощные и фруктовые пюре, пюре из бобовых, взбитое масло и даже кровь (в блюдах из тушеного зайца или кролика). Также соусы могут готовиться без загустителей, если в качестве основы использован, скажем, уваренный бульон.

В отличие от отечественной технологии в зарубежной пассеровка может быть не двух, а трех видов: белая, светлая (золотистая) и коричневая. В классической кухне пассеровка всегда — “ру” (что означает “рыжий, крас-

ный”). Как правило, все пассеровки жировые. Крахмал обычно используют в качестве загустителей для сладких соусов. Однако в последние годы нередко крахмал применяют вместо пассерованной муки и при приготовлении несладких соусов. Тогда они приобретают более нежную консистенцию и становятся менее калорийными. Крахмала при этом берут в 2,5 раза меньше, чем муки. (Некоторые профессионалы считают, что подобные перемены являются упрощением и могут снижать вкусовые качества соуса.)

Европейские соусы можно условно разделить на следующие группы:

- соусы, приготовленные на основе бульона; в эту группу входят красный соус (эспаньол) и его производные, а также белый соус на основе бульона (велюте) и его производные;
- яично-масляные соусы (к этой группе можно отнести голландский соус и его производные);
- соусы, приготовленные на основе молока (в том числе бешамель), сливок, сметаны и других кисломолочных продуктов;
- соусы на растительной основе как холодного, так и горячего приготовления;
- прочие соусы.

По температуре подачи соусы могут быть не только холодными и горячими, но и теплыми. Таковыми являются, например, масляные соусы.

Классические соусы: особенности приготовления, заготовки

Известный красный соус в классической кулинарной литературе называется коричневым соусом, или эспаньолом. В своей основе готовится так же, как и красный соус, представленный в действующем сборнике рецептов. И все же есть ряд немаловажных отличий:

- Продолжительность варки бульона составляет не 4–6 часов, а 8–12, что существенно влияет на его концентрацию. Кстати, в сборнике рецептов 1955 года продолжительность варки бульона также указана на 12 часов.
- При варке бульона могут быть добавлены разнообразные наполнители, улучшающие его вкус и аромат. У каждого мастера-повара есть свой секрет: кто-то добавляет красное или белое сухое вино, кто-то — протертые помидоры или немного томат-пасты, соевый соус, горчицу, цедру, кто-то — голяшку бекона или телятины, костный

мозг, тимьян, чабрец, сельдерей, чеснок. Добавка пряностей обязательна, лучше добавлять в бульон букет гарни.

- Коричневая пассеровка только жировая, но она может быть приготовлена и на растительном масле. Важно, чтобы масло было свежее. В качестве загустителей этого соуса вместо пассеровки используют аррорут, кукурузную муку, картофельный крахмал или протертый картофель, паштет из гусиной печени.
- Овощи для соуса лучше пассеровать на жире из бекона.
- Продолжительность варки соуса не 1, а 4 часа. Варить следует, несомненно, на слабом огне. Огюст Эскофье рекомендовал варить соус 3 часа, периодически добавляя немного холодного бульона, чтобы соус не был очень густым.

Ниже представлен один из вариантов приготовления красного соуса.

Соус "Эспаньол". 500 г костей говяжьих, 500 г костей телячьих или свиных, 150 мл масла растительного, 200 г моркови, 100 г корневого сельдерея, 150 г лука, 10 г тимьяна, 10 г перца горошком, 5 г гвоздики, 200 мл красного вина, цедра 1 апельсина, 150 г муки, 100 г масла, 100 г томатной пасты, 30 г соли, 100 г сахара.

Приготовить коричневый бульон на обжаренных костях с добавлением пряностей, вина и цедры. Сделать коричневую мучную пассеровку ("ру"), смешать с бульоном и варить с добавлением пассерованных овощей и томатной пасты в течение 4–6 часов на медленном огне, снимая пену. Процедить и довести до вкуса.

Правильно сваренный соус должен иметь зеркальную поверхность.

Если проанализировать все этапы приготовления этого классического соуса, можно понять, почему его продолжительность у некоторых мастеров-поваров составляет от суток до двух. Совершенно очевидно, что при такой долгой варке соуса часто его готовить было бы сложно. Поэтому некоторые повара используют промышленные полуфабрикаты (например, демиглас в порошке) или разведенный горячей водой или вином сочок. Но более профессиональный подход все же требует делать собственные заготовки. Например, уваренный в 5 раз коричневый бульон может храниться до 2 недель, а бульон, уваренный в 15–20 раз (глас), можно хранить до 1 месяца. Использование аппаратов интенсивной замороз-

ки позволяет хранить фюме и глас в стерилизованной посуде несколько месяцев.

Следует дать уточнение по поводу того, что же такое демиглас (хотя полной точности в этом все же не будет). Дело в том, что существуют разные определения и мнения по тому, как и из чего следует его готовить. Вот некоторые из них:

- равное количество соуса эспаньол и коричневого бульона уваривают наполовину;
- уваривают в течение 4–5 часов бульон из обжаренных говяжьих костей, лука, моркови, сельдерея с добавлением красного вина и букета гарни;
- смешивают коричневый бульон с мадерой;
- смешивают белый мясной бульон с вином;
- в соус эспаньол на последней стадии приготовления добавляют немного концентрированного темного телячьего бульона.

Также следует отметить, что для приготовления производных красных соусов редко используются эспаньол и демиглас. Обычно берут соус, приготовленный из уваренного коричневого бульона из телятины, курицы, причем без муки. Так, соус “Мадера” готовится из выпаренного в два раза жю ли с добавлением мадеры. Жю ли представляет собой выпаренный с 1,5 л до 1 л коричневый телячий бульон, проваренный с добавлением томат-пюре, грибов, букета гарни и пассерованных на жире от бекона луке и моркови.

Белый основной соус на бульоне (велюте) готовится на телячьем, курином, рыбном бульоне с добавлением золотистой пассеровки. При этом применяется известная из действующего сборника рецептур технология.

При использовании рыбных бульонов следует помнить, что для их приготовления лучше брать морскую рыбу. Не рекомендуется употреблять кости лососевых рыб, так как они придают бульону специфический вкус. Рыбный бульон не следует долго кипятить, иначе он теряет прозрачность.

Для улучшения вкуса и аромата бульона можно добавить обрезки свежих грибов, букет гарни. Вкус соуса можно разнообразить при помощи лимонного сока и петрушки или свежесжатого апельсинового сока.

Предлагаемая продолжительность варки соуса (до часа на медленном огне) определяется прежде всего необходимой консистенцией и, соответ-

ственно, может быть несколько изменена. Для совершенствования технологического процесса приготовления велюте также можно делать заготовки (фюме и глас из соответствующих бульонов).

Соус “Велюте”. 100 г маргарина, растительного или сливочного масла, 100 г муки, 1000 мл куриного, телячьего или рыбного бульона, соль, перец, лимонный сок.

Золотистую пассеровку смешать с бульоном, варить на медленном огне, процедить и довести до вкуса.

Из велюте готовят много производных соусов. К ним, например, относится соус *сюрем*. Он готовится путем выпаривания до половины объема смеси велюте, уваренного в два раза куриного бульона и грибного бульона (3:1:0,4) с последующей заправкой сливочным маслом и сливками.

Уточнение “белый соус на бульоне” ранее было дано не случайно. Дело в том, что в европейской кухне часто можно встретить *белые соусы, приготовленные на молоке*. Технология схожа с приготовлением молочного соуса, представленного в действующем сборнике рецептур. Хотя в качестве вкусовой и ароматической добавки в белый соус на молоке также можно ввести мускатный орех и жирные сливки.

А вот классический соус *бешамель* готовится только на ароматизированном молоке. В качестве ароматизатора можно использовать очищенную луковицу с воткнутыми в нее несколькими гвоздиками — oignon clouter (уаньон клутэ), которую следует немного проварить в молоке.

В классическом варианте в молоко добавляют лук, чеснок, лавровый лист, соль, перец, мускатный орех.

Для дальнейшего приготовления настоявшееся молоко процеживают и варят с белой мучной пассеровкой в течение 20–30 минут на медленном огне. Во время варки можно добавить букет гарни. В конце в соус можно ввести сливки, заправить “Пармезаном”. В качестве загустителя вместо белой пассеровки иногда используют крошенный белый хлеб без корок. К такому соусу неплохо также добавить хрен для остроты и подать его к дичи, домашней птице.

Бешамель. 100 мл молока, 100 г муки, 100 г сливочного масла или маргарина, 1 шт. репчатого лука, гвоздика, соль, перец, букет гарни.

Белую мучную пассеровку смешать с ароматизированным молоком и варить около 30 минут. При увеличении количества мучной пассеровки время может быть сокращено до 20 минут. Для ароматизации молока проварить наштигованную гвоздикой луковицу, букет гарни и затем удалить их. Также можно не ароматизировать молоко заранее, а положить наштигованную луковицу во время варки соуса, а затем ее удалить.

На основе соуса бешамель легко приготовить производные. В качестве примера приведем знаменитый соус *субиз* (молочный соус с луком). Бланшированный измельченный лук пассеруют с маслом без колеровки и вводят в бешамель, заправляют солью, перцем, сахаром и варят 30 минут, процеживают и вводят сливки. Следует, однако, уточнить, что этот соус также готовится и на основе белого соуса. В качестве загустителя вместо соуса иногда используют вареный рис или картофель. Лук можно подготавливать по-другому: запечь в течение 1–2 часов и протереть.

Масляные соусы получаются не горячими, а теплыми, и к столу их надо подавать сразу. Если сливочное масло взбить в небольшом количестве жидкости, стоящей на огне, то через некоторое время смесь загустеет и превратится в светлый воздушный соус. В эту группу входят соус *бюр бланк*, приготавливаемый на основе белого вина и уксуса, и его облегченные разновидности на основе воды. Подавать их можно к отварной рыбе, овощам.

Бюр бланк. 100 мл белого сухого вина, 100 мл белого винного уксуса, 3 шт. лука-шалота, 250–400 г сливочного масла, соль, перец.

В качестве жидкой основы для этого соуса взять белое сухое вино и высококачественный белый винный уксус, в смеси которых потушить измельченный лук-шалот до полного выпаривания жидкости. Слегка охлажденную массу взбить с кусочками охлажденного сливочного масла на очень медленном огне. Добавлять масло следует партиями. Интенсивность вкуса соуса может меняться в зависимости от количества входящего в него сливочного масла. У соуса должна быть консистенция сметаны.

Также при приготовлении этого соуса можно лук (25 г) тушить в рыбном бульоне (50 мл) с добавлением сухого вина (25 мл) и шампанского (25 мл), корня тимьяна (1 г) и лимона (10 г). Сливочное масло (100 г) вводится так же, как указано выше.

Икорный соус готовится по той же технологии, но вместо сливочно-го масла вводят жирные сливки и в готовый соус добавляют красную икру.

В качестве неэмульгированных масляных соусов иногда выступают *бьор фондю* (смесь растопленного до выпадения осадка масла с лимонным соком) и *бьор миньер* (смесь растопленного масла с лимонным соком и петрушкой). Также может использоваться растопленное до появления коричневого цвета масло, смешанное с лимонным соком (*бьор нуазет*) или смешанное с зеленью, лимонным соком и уксусом (*бьор нуар*).

Для приготовления *голландского соуса* необходимо уварить втрое уксус с перцем горошком, удалить перец, добавить немного холодной воды. Затем добавить яичные желтки и взбить, нагревая на водяной бане. Немного охладить, понемногу вливая растопленное теплое масло при постоянном взбивании. Некоторые повара предпочитают добавлять кубики охлажденного масла, которые при постоянном взбивании в теплой массе постепенно будут таять. В конце вводят лимонный сок, соль и кайенский перец.

Этот соус часто расслаивается. Чтобы это исключить, следует не допускать перегрева, масло добавлять постепенно и соус хранить недолго. Стабилизатором голландского соуса может служить небольшая добавка густого соуса бешамель. Если соус свернулся, необходимо добавить чуть-чуть горячей воды и взбить. Если это не поможет, то свернувшийся соус следует ввести в прогретую на водяной бане смесь воды и желтка (на 1 желток берут 1 десертную ложку воды) при постоянном взбивании. Если соус расслаивается из-за перегрева, можно добавить кубик льда и взбить соус до его растворения.

Голландский соус (вариант 1). 50 мл воды, 480 г сливочного масла, 6 яичных желтков, 25 мл винного уксуса, сок 1/2 лимона, соль, кайенский перец, перец горошком.

Варианты приготовления соуса описаны выше.

На примере голландского соуса и его производных легко проследить видоизменение классических соусов в современной ресторанной кухне. Так, голландский соус предлагается приготовить, заменив воду и уксус белым вином.

Голландский соус (вариант 2). 200 г сливочного масла, 4 яичных желтка, 6 столовых ложек белого столового вина, соль, перец, сахар, лимонный сок.

На водяной бане взбить растопленное масло, желтки с белым вином до однородной густой массы, приправить солью, перцем, сахаром, лимонным соком.

Для приготовления производного *соуса нуазет* рекомендуется в голландский соус добавить прогретое до потемнения и появления характерного запаха лесных орехов сливочное масло. Другой способ предусматривает смешивание голландского соуса с лесными или грецкими орехами. Причем если в первом случае соус рекомендуется к отварной рыбе, в частности, форели и лососю, то во втором его лучше подавать к телятине, спарже, фенхелю.

Голландский соус “Московит” в конце приготовления следует заправить икрой и подавать к нежным блюдам из рыбы.

В отличие от голландского соуса с его нежным вкусом и ароматом *беариский соус* имеет острый, насыщенный вкус. Готовится он в целом так же, как и голландский, но сначала винный уксус кипятят с луком-шалотом, эстрагоном, черным и красным стручковым перцем, а в конце соус заправляется измельченным эстрагоном.

Классическая технология приготовления *соуса майонез* представлена в действующем сборнике рецептур, но вот рецептурный состав может быть изменен за счет использования не обычного уксуса, а винного, из растительных масел лучше употребить оливковое, горчицу — дижонскую. Среди наиболее знаменитых производных соусов следует отметить следующие:

— *айоли*, который готовят с растертым чесноком (к паровой рыбе, яйцам вкрутую, супу буйабес, улиткам, холодному мясу);

— *шантильи*, который готовят с добавлением взбитых сливок (к холодным овощам, отварной рыбе);

— *тартар*, который готовят с добавлением нашинкованных консервированных огурцов, каперсов, эстрагона, петрушки (к жареной и грилированной рыбе).

В литературе можно также столкнуться с английским термином *дрессинг*, означающим салатную заправку на основе растительного масла и ук-

суса. В европейской кухне *соус винегрет* представляет собой не что иное, как салатную заправку, приготовленную из оливкового масла, винного уксуса (лимонного сока), соли и молотого перца, иногда измельченных трав.

Соус винегрет. 125 мл оливкового масла, 2 столовые ложки винного уксуса, соль, свежемолотый перец.

Соль и перец смешать с уксусом и, взбивая, влить оливковое масло.

Его вкус можно менять за счет добавления различных ингредиентов, например, сыра “Рокфор”, горчицы (английской или французской). Если в соус винегрет добавить измельченные каперсы, лук-шалот и зелень, то получится *равигот*.

Любая разновидность соуса винегрет сочетается с измельченной свежей зеленью (петрушки, кривея, эстрагона, базилика, мяты, майорана, лука и т.д.), каперсами, тертым хреном. В качестве заправки соуса винегрет также может использоваться пюре из мякоти запеченного сладкого перца, а для соуса к мясным блюдам — несколько ложек обезжиренного мясного сочка.

Соусы на основе овощных соков и пюре, пюре из бобовых

Прекрасным дополнением к жареным королевским креветкам служит соус, приготовленный на основе морковного сока. Свежеприготовленный сок следует уварить и заправить солью, перцем, корицей и сливочным маслом.

Овощные пюре, разведенные вином или мясным бульоном, — основа для множества легких соусов к жареному мясу. Овощи отваривают или припускают (например, морковь с маслом и сахаром), а затем протирают. Пюре соединяют с вином, бульоном или сливками. Можно заправить сливочным маслом, сняв с огня.

Для приготовления таких соусов используют сладкий перец, корнеплоды (репу, корень сельдерея, морковь), а также зеленые овощи (салат, щавель, шпинат). Добавление сливок или масла делает соус нежным. Эти соусы хорошо подходят к жареному на сковороде или гриле мясу. Так, соус из глазированной моркови со сливками можно подать к телятине, а соус из щавеля — к телятине, жаренной на гриле.

Пена из сладкого перца. 250 г репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 125 мл куриного бульона, 2 г сладкой паприки, 30 г томатной пасты, соль, перец, 1 сладкий перец, 100 мл бальзамического уксуса, 200 мл сливок.

В куриный бульон ввести паприку, томатную пасту, кубики лука и чеснока, соль, перец и варить на медленном огне 20 минут. В конце на среднем огне выпарить лишнюю жидкость, остудить. К охлажденным овощам добавить сладкий перец и измельчить в блендере, процедить через сито. Заправить уксусом. Перед подачей смешать со взбитыми сливками. Подавать к жареной грудке индейки.

Если соусы при протираании дают очень жидкое пюре, его следует соединить с загустителем или белым соусом.

Щавелевый соус. 250 г щавеля, 2 столовые ложки мелко нарезанного лука-порея, 50 г сливочного масла, 500 мл бульона, 30 г муки, 2 столовые ложки жирных сливок, соль, перец.

Пассеровать лук-порея на сливочном масле, добавить щавель и прогреть еще 5 минут. Добавить бульон и тушить овощи 15 минут, а затем протереть. Смешать пассерованную муку с протертыми овощами, проварить 5 минут, довести до вкуса и по желанию заправить сливками. Подавать соус к рыбе.

Пюре из бобовых (свежих и сушеных), отваренное с добавлением лука, моркови, чеснока и букета гарни, очень густое и сухое, поэтому его нужно смешать с томатным пюре или пюре из сладкого красного перца и заправить маслом. Такой соус подают к жареной на гриле свинине.

Соусы на основе фруктов и ягод

Эти соусы готовят как для десертов, так и для блюд из мяса, птицы, дичи. Например, к жареной утиной грудке прекрасным дополнением служит малиновый соус, приготовленный из уваренного с сахаром красного сухого вина с последующим добавлением в него малины.

В качестве основы соуса часто берут фруктовое или ягодное пюре. Слишком густое разбавляют сахарным сиропом, водой или сливками. Фрукты с грубой клетчаткой (персики, абрикосы, сливы) отваривают с сиропом, а затем протирают через сито. Мягкие и сочные ягоды (малину,

клубнику, красную смородину) протирают сырыми. Яблоки припускают до полного размягчения и заправляют маслом.

Если соус готовят для десерта, в него добавляют сахар или мед. Например, малиновое (клубничное) пюре можно прокипятить с сахаром и водой, и тогда получится знаменитый соус “Мельба”. Этот способ приготовления соуса на основе пюре известен также как кулис. Соус можно подать с персиком или грушей Мельба (бланшированный персик или отваренная груша на шарике ванильного мороженого, политые соусом и украшенные взбитыми сливками).

Соус “Мельба”. 120 г малинового пюре, 120 г клубничного пюре, 120 г сахара, 125 мл воды.

Все ингредиенты смешать и довести до кипения.

Этот соус можно приготовить и только на малиновом пюре, протертом через сито и смешанном с сахаром и малиновым ликером.

В соусы к десертам добавляют не только ликер, но и спирт (водку), ром (например, в горячий абрикосовый соус). Так, для приготовления соуса из манго в протертую массу из манго вводят ром и сахар.

К жареной утиной грудке неплохо подать малиновый соус, приготовленный с добавлением красного вина.

Малиновый соус. 200 г малины, 100 мл красного сухого вина, 50 г сахара. Уварить сахар с вином и добавить малину. Проварить 12 минут при постоянном помешивании.

Для придания соусу пикантности можно добавить натертую цедру, гвоздику, мускатный орех.

Фруктовые соусы с кисловатым вкусом (например, пюре из вареного крыжовника, смешанное с солью, сахаром, мускатным орехом, растительным маслом, сладким перцем, шерри) принято подавать к жареному мясу, птице или дичи. Но и более сладкие соусы из яблок, абрикосов или ягод подходят не только к десертам, но и к свинине, утятине, гусятине. Та же свинина хорошо сочетается с абрикосовым, яблочным, клюквенным соусом.

Клюквенный соус. 450 г клюквы, 600 мл воды, 250 г сахара, 40 мл портвейна.

Варить клюкву на медленном огне 10 минут до размягчения ягод. Снять с огня, добавить сахар, портвейн, размешать и охладить.

К жареной куропатке можно подать соус из черной смородины.

Соус из черной смородины. 300 г красной смородины, 200 мл красного вина, корица, цедра лимона, 20 г желе из сырой черной смородины, соль, перец, сахар, 10 г муки.

Отварить смородину в красном вине, добавить корицу, цедру лимона и желе из сырой черной смородины, сочок, полученный при жарении куропатки, заправить мукой. Прокипятить до загустения и довести до вкуса, добавив соль, перец и сахар.

Еще один вариант приготовления смородинового соуса: лук тушат со смородиной, добавляют бульон, смешивают со сливками, смородиновой настойкой, кипятят, солят, перчат.

Смородиновый пикантный соус хорошо подходит к жареной утиной грудке. Для придания остроты в эти соусы добавляют уксус, лук, острый перец.

Соус из мандаринов подается к рыбным блюдам. Для его приготовления измельченные дольки мандаринов соединяют со сливками, желтком, лимонным соком, салатным маслом, карри, толченым миндалем, солью, сахаром.

Апельсиновый соус хорошо дополняет вкус жареного утенка.

Апельсиновый соус. 250 мл коричневого бульона, 10 г аррорута, 1 апельсин, 1 лимон, 2 столовые ложки уксуса, 25 г сахара.

В посуду, в которой обжаривался утенок, влить бульон, довести его до кипения и варить на медленном огне несколько минут.

Заварить аррорут или крахмал, разведенный в небольшом количестве холодной воды, и вновь кипятить. Затем снять лишний жир и процедить. Цедру с апельсина и лимона бланшировать и нарезать мелкой соломкой. Уксус с сахаром прогреть до состояния легкой карамели, влить сок апельсина и лимона и соединить с соусом, прокипятить, довести до вкуса и процедить. В готовый соус добавить нашинкованную цедру.

Соус из винограда и хрена подается к копченому лососю, вареной говядине или рыбе. Для этого соуса виноград (без косточек и нарезанный) соединить с тертым хреном, лимонным соком, взбитыми сливками, солью, белым и кайенским перцем.

При приготовлении некоторых соусов, например, *вишневого*, для получения пухлой консистенции его заваривают крахмалом, а также готовят без воды, но на вине, например, красном. Подают такой соус к пудингу, мороженому. Если приготовить вишневый соус с коричневой (красной) мучной пассеровкой, заправить солью, сахаром, лимонным соком, то использовать его можно для подачи к олени, косуле.

Вишневый соус также готовят из свежей или сушеной вишни, он подойдет к жареной утке.

Соус из свежей вишни. 2 столовые ложки шерри или мадеры, 250 мл коричневого бульона, 10 г аррорута или крахмала, 24 вишни без косточек.

В сотейник, в котором жарилась утка, влить шерри или мадеру, добавить бульон, прокипятить 4–5 минут и заварить крахмал, разведенный в небольшом количестве холодной воды. Довести соус до вкуса, снять лишний жир, процедить, добавить вишню, прокипятить 3–5 минут.

Соус из сушеной вишни. 60 г лука-шалота, 75 мл портвейна, 60 г сушеной вишни, 50 мл бульона из утиных потрохов.

Обжарить лук-шалот, добавить портвейн, сушеную вишню и бульон из утиных потрохов, прокипятить на медленном огне 5 минут.

К блюдам из ягнятины хорошо подойдет соус из крыжовника с мятой.

Соус из крыжовника с мятой. 250 г крыжовника, 1 столовая ложка измельченной мяты, 40 мл воды, 15 г сливочного масла, соль, перец, сахар. *Припустить ягоды в течение 20 минут с добавлением масла, соли, сахара, перца, протереть и смешать с измельченной мятой.*

В качестве основы соуса может быть взят конфитюр. Соединив его с водкой, можно получить “быстрый” соус к горячим десертам, например, фаршированным блинчикам.

Соусы также готовят на основе фруктового или ягодного желе из душистых и богатых кислотой плодов, например, красной смородины или клюквы. Так, в качестве соуса к жареной баранине хорошо подойдет желе из красной смородины.

В качестве примера может быть использован знаменитый соус “Кумберланд”. По традиции, он предназначается для жареной оленины и холодных мясных блюд, в том числе языка, свиного студня.

***Соус “Кумберланд”.** 2 шт. лука-шалота, сок и цедра 1 лимона, сок и цедра 1 апельсина, 2 столовые ложки желе красной смородины, 150 мл портвейна, 1 столовая ложка белого винного уксуса, молотый имбирь, соль, кайенский перец.*

Соединить измельченный и бланшированный лук-шалот, бланшированную и нарезанную тонкой соломкой лимонную и апельсиновую цедру с растопленным желе, соком лимона и апельсина, портвейном и белым винным уксусом. Заправить молотым имбирем, солью и перцем.

Для приготовления соуса часто применяют пюре из консервированных ягод (например, брусничного компота). Если соединить пюре с майонезом, горчицей, лимонным и апельсиновым соком и цедрой, солью и перцем, то полученный соус можно использовать для заправки салатов из мяса и дичи.

“Быстрые” соусы (соусы, приготовленные с использованием мясного сочка)

Такое название соусов, выделенных в отдельную группу, условно. “Быстрыми” можно назвать многие современные соусы, в том числе представленные выше. Здесь же речь пойдет о соусах, приготовленных на основе приема деглясирования (деглясе). Он заключается в том, что со сковороды, в которой жарилось мясо или птица, сливают жир и заливают бульон, базовый соус, пиво или вино и кипятят. Такое приготовление соуса называется *a la minute*.

Экстрактивные вещества, находящиеся в густом, концентрированном осадке, получаемом при жарке мяса, птицы, растворяются в жидкости. Иногда для получения соуса с выраженным мясным вкусом достаточно даже добавления воды. Белое вино, используемое вместо воды, придаст

соусу приятный вкус, а телячий бульон — насыщенную консистенцию. Красное вино благодаря своему вкусу и цвету особенно хорошо подойдет для соуса, предназначенного для темного мяса. Крепленые вина (марсала, мадера, портвейн) придадут соусу насыщенный вкус со сладковатым оттенком. Такие соусы хорошо сочетаются со вкусом свинины. Для смягчения вкуса и в качестве загустителя в эти соусы можно добавить уваренные жирные сливки.

В качестве примера приведем следующие соусы:

- Свиные филейчики (из верхней части окорока) обжарить на сливочном масле, переложить в горячую посуду с крышкой (чтобы не остыли). Слить жир. На сковороду, в которой жарилось мясо, налить 150 мл коричневого бульона, 150 мл сливок, добавить 1 столовую ложку горчицы, прокипятить до загустения и довести до вкуса.
- Обжарить кусочки свиного филе, удалить их со сковороды, слить остатки жира. На сковороду влить мадеру и прокипятить, соскребая осадок деревянной ложкой или лопаточкой до его полного растворения. Добавить жирные сливки и прокипятить еще несколько минут, довести до вкуса.
- Эскалоп обжарить, убрать со сковороды. Жир слить. В сковороду налить портвейн (125 мл), уварить в три раза, добавить бренди и вновь уварить в три раза, затем добавить сливки, перец и проварить до загустения. Заправить солью и перцем.
- Кусочки окорока обжарить по 1 минуте с каждой стороны, переложить, слить жир. На сковороду добавить белое вино, сливки, горчицу, соль, перец, прокипятить до загустения.
- Бараньи отбивные обжарить на сливочном масле, переложить, а в сковороду добавить 150 мл коричневого бульона, 1 столовую ложку желе из красной смородины и щепотку имбиря. Прогреть до загустения.
- Обжарить утку, удалить со сковороды, на которой она жарилась, жир, пассеровать лук-шалот, налить портвейн, добавить сушеную вишню, бульон и тушить 5 минут.
- Утиные грудки обжарить на сливочном масле веером, убрать со сковороды, слить жир. На этой же сковороде обжарить 2–3 минуты лук, добавить белое вино, прокипятить 3–4 минуты, добавить на-

тертую соломкой свеклу, апельсиновую цедру, сок и вновь прокипятить 2–3 минуты, заварить крахмал, добавить сливки, прогреть, довести до вкуса.

- Обжарить свиные отбивные, со сковороды слить жир, пассеровать лук, добавить кальвадос, тимьян, сливки и прокипятить.
- Обжарить свиные отбивные, слить жир, пассеровать лук, добавить шерри, соевый соус, апельсиновый мармелад.
- Обжарить свиные отбивные, слить жир, обжарить чеснок, добавить вермут, сахар, перец, соль и потушить с жареными отбивными.
- Обжарить курицу, слить жир, к мясному сочку добавить вермут, прокипятить, добавить бульон, прокипятить вновь, заправить солью, перцем, мукой и прокипятить еще 1 минуту.
- Обжарить стейки из говядины, слить жир, пассеровать лук-шалот, добавить вино, тимьян, прокипятить 5 минут и заправить сливочным маслом.

Десертные соусы

В эту группу входят соусы, приготовленные не только на фруктово-ягодной основе, описанные выше, но и на основе сливок, жидкого шоколада, сахарного сиропа и т.п.

Воздушный ванильный соус. 125 г сахара, 100 мл воды, ваниль, 7 яичных желтков, жирные сливки.

Из воды, сахара и ванили приготовить сироп. Добавить желтки и проварить на бане до загустения, взбивая. Охладить и ввести несколько ложек взбитых сливок.

Для соуса из маракуйи в качестве основы используется фруктовый сахарный сироп.

Соус из маракуйи. 2 апельсина, 2 столовые ложки сахара, 2 шт. маракуйи.

Сахар смешать с 1 столовой ложкой свежесжатого апельсинового сока и варить, пока не образуется карамельная масса. Добавить оставшийся сок, прокипятить до полного растворения сахара. В горячий соус положить мякоть маракуйи.

Десертные соусы нередко готовят, как обычный кисель, на крахмале, но в качестве жидкой основы используют не фруктово-ягодный сироп, а, например, кофе с ликером.

Ликерный соус. 80 мл кофейного ликера, 750 мл крепкого кофе, 300 г сахара, 2 столовые ложки крахмала, 80 мл воды.

Смешать кофе с сахаром, заварить крахмал и добавить ликер, например, “Калуа”.

Пенистый винный соус является достаточно популярным в современной кулинарии. Подавать его можно, например, к фруктовым салатам.

Пенистый винный соус. 1 яйцо, 2 столовые ложки сахара, 250 мл белого вина, 20 г мараскина.

На водяной бане следует прогреть смесь из яйца, сахара и белого вина. В конце добавить мараскин.

В состав десертных соусов нередко вводят такие наполнители, как изюм. Причем его можно предварительно замочить в алкогольном компоненте, например, водке.

Пуншевый соус. 2 яичных желтка, 2 чайные ложки сахара, 200 мл молока, 25 мл сливок, 25 г муки, 1/2 апельсина, 1/2 лимона, 25 г изюма, 25 мл водки, 25 мл рома или коньяка.

Смешать натертую цедру апельсина и лимона, яичные желтки, сахар, муку и молоко. Полученную смесь нагреть на водяной бане до загустения. Соус охладить, добавить взбитые сливки, замоченный в водке изюм. Также можно в соус влить ром или коньяк.

Пуншевый соус отлично подходит к блинчикам.

Для приготовления десертных соусов часто используют шоколад. Для приготовления *шоколадного соуса* к растопленному шоколаду добавляют небольшое количество воды и масло. Можно смешать со сливками (250 мл на 100 г шоколада) и ромом. По другой технологии смешивают равное количество шоколада и сахара и, добавив воду, растворяют шоколад на медленном огне.

Шоколад не следует растапливать непосредственно на плите. Это лучше делать на водяной бане или в микроволновой печи на малой мощности.

Более сложную рецептуру и технологию приготовления имеет шоколадный соус, подаваемый к блинчикам “Гунделя”.

Шоколадный соус. 250 мл молока, 30 г сахара, ваниль, 100 г шоколада, 150 мл сливок, 3 желтка, 100 г сахара, 50 г какао-порошка, 15 г муки, 50 мл молока, 100 мл рома.

Молоко вскипятить с сахаром и ванилью. Растопить шоколад. Взбить сливки. Яичные желтки растереть с сахаром, добавить к ним порошок какао, немного муки, холодного молока и хорошо взбить. К полученной массе подмешать растопленный шоколад, постепенно влить горячее молоко с сахаром и ванилью. Прогреть на медленном огне, но не кипятить, тщательно перемешать. К полученной массе добавить взбитые сливки и ром.

Соус должен быть не очень сладким (в зависимости от качества шоколада), но можно добавить в него сахарную пудру.

Широко применяемые в качестве классических десертов сабайон, кастард (английский крем) также могут использоваться как сладкие соусы. Технология их приготовления описана в разделе “Десерты”.

Соусы на основе творога, йогурта, сыра, сливок

В качестве основы соусов часто выступают творог, йогурт, сыр, сливки. Например, для заправки салатов может быть взят майонез из творога.

Майонез из творога. 1 яичный желток, 1 столовая ложка лимонного сока, 125 мл салатного масла, 125 г творога, 40–60 мл сливок, соль, перец, лимонный сок.

Взбить желток, лимонный сок и салатное масло, затем добавить творог, сливки, соль, перец, лимонный сок.

К рулету из лосося подходит майонез с творогом и апельсином.

Майонез с творогом и апельсином. 150 г апельсина, 50 г майонеза, 40 г творога, соль, перец.

Смешать апельсиновую цедру с майонезом. Сок апельсина уварить в два раза, смешать с творогом и добавить майонез. Довести до вкуса.

Творожная подлива с брусникой хорошо сочетается с холодной говядиной или птицей.

Творожная подлива с брусникой. 200 г обезжиренного творога, 5 столовых ложек брусники, 1 чайная ложка горчицы, соль, сахар.
Смешать обезжиренный творог, бруснику, горчицу, соль, сахар.

Творожную подливу с копченым лососем можно подать к картофелю в мундире.

Творожная подлива с копченым лососем. 100 г обезжиренного творога, 4 столовые ложки пахты, 100 г копченого лосося, 1 столовая ложка зелени, чесночная соль и перец.
Смешать обезжиренный творог, пахту, копченого лосося, нарезанного мелким кубиком, измельченную зелень, чесночную соль и перец.

К печеному картофелю подают соус-крем из йогурта.

Соус-крем из йогурта. 75 г сметаны, 75 г йогурта, 1 столовая ложка салатного масла, 1 столовая ложка уксуса, 1 долька чеснока, 1 столовая ложка шнитт-лука, соль, перец.
Смешать сметану, йогурт, салатное масло, уксус, чеснок, измельченный шнитт-лук, соль и перец.

К салатам можно подать соус из йогурта и миндаля.

Соус из йогурта и миндаля. 450 г йогурта, 3 яйца, 60 г горчицы, 60 г миндальных орехов, соль, перец, сахар, оливковое масло.
Йогурт смешать с яйцами, сваренными вкрутую, горчицей, очищенным толченым поджаренным миндалем, оливковым маслом, солью, перцем и сахаром.

Сливочный соус с горчицей подходит к различным закускам.

Сливочный соус с горчицей. 150 мл жирных сливок, 3 столовые ложки французской горчицы, сок 1 лимона, соль, перец.

Смешать горчицу, перец, соль, лимонный сок. При постоянном взбивании влить сливки.

К отварной или припущенной рыбе часто подают сливочный соус с икрой.

Сливочный соус с икрой. 50 мл рыбного бульона, 25 г лука, 75 мл жирных сливок, 25 мл шампанского, 15 мл вермута белого, соль, перец, тимьян, 10 г красной икры.

В рыбный бульон добавить мелко нарезанный лук, шампанское, вермут, тимьян и проварить на медленном огне. Влить сливки и еще раз прогреть до загустения, процедить и взбить в миксере. Посолить, поперчить. В готовый соус добавить красную икру.

К жареной семге можно подать сливочно-мятный соус. Для его приготовления следует уварить сливки с добавлением мяты, а затем довести до вкуса солью, перцем и сахаром.

К жаренному на гриле шницелю хорошо подойдет сырный соус.

Сырный соус. 150 г сыра, 30 г маргарина, 30 г муки, 500 мл бульона, соль, лимонный сок.

Приготовить светлую мучную пассеровку, смешать с бульоном или молоком, тертым сыром. Варить 10 минут и довести до вкуса солью и лимонным соком.

“Оригинальные” соусы

Наряду с известными классическими соусами в современной ресторанной кухне нередко встречаются соусы, которые стали таковыми благодаря оригинальному использованию отдельных видов кулинарной продукции.

Так, в качестве соуса может быть подана тушенная с чесноком и зеленью овощная смесь из кабачков, баклажанов, лука, сладкого перца и помидоров — рататуй, например, к пельменям.

Модный в европейских ресторанах суп капучино (пюреобразный суп с молочной пеной) не так давно превратился в не менее модный *соус капучино*. А холодный протертый суп гаспачо — в холодный соус.

Просто и оригинально готовится *соус из протертого картофеля*, фактически картофельное пюре. Протертый картофель смешивают с перетертым с солью чесноком, заправляют оливковым маслом. Чтобы масса не была густой, ее разводят небольшим количеством лимонного сока и воды (бульона). Такой соус можно подать к отварной треске.

Необычен и *соус из тунца*, который подают к припущенной куриной грудке. Для его приготовления следует измельчить консервированного тунца в масле, добавить оливковое масло, немного молока, лимонного сока, соль, каперсы и перемешать до однородной массы.

Валентиновский соус является своего рода кулинарным курьезом. Он предназначен для мяса, поджаренного на гриле, но соусом становится лишь после “сборки” и подачи всего блюда. Сначала это смесь из мелко нарезанных овощей (очищенных помидоров, петрушки, лука-шалота), политая мясным соком без жира, лимонным соком и посыпанная кубиками масла и молотым перцем. Эту смесь растирают на подогретой тарелке и на нее кладут только что поджаренное мясо-гриль. При этом масло тает, мясной сок перемешивается с остальными ингредиентами. Получается ароматный соус с мягким сливочным привкусом.

В качестве загустителей и вкусовых добавок в ряде соусов могут использоваться не вполне привычные компоненты. Так, старинный рецепт коричневого соуса, подаваемого к зайцу или кролику, включает в свой состав кровь этих животных. Смешанная с пюре из печени, она придает соусу бархатистость и очень темный цвет.

Соусы для паст

Если говорить о сочетаемости пасты и соусов, то, как правило, яичная паста наилучшим образом подходит к сливочным и масляным соусам. Натуральная паста лучше сочетается с соусами на основе томатов и оливкового масла. Хотя строгих правил здесь нет, считается, что, например, с длинной пастой лучше гармонируют не слишком жидкие или густые соусы. Хорошо подходят к длинной пасте соусы с оливковым или сливочным маслом, сливками, яйцами, натертым сыром и мелко рубленной зеленью. При этом все ингредиенты (овощи, мясо, рыба и пр.), добавляемые в

соус для длинной пасты, должны быть мелко порублены. Короткая паста сочетается практически с любым типом соуса и более крупно нарезанными овощами, мясом или рыбой.

Оливково-чесночный соус. 1 крупный зубчик чеснока, 60 мл оливкового масла, 30 г “Пармезана”, 2 столовые ложки измельченной петрушки, соль, перец.

Измельченный чеснок обжарить до золотистого цвета на оливковом масле, снять с огня, добавить “Пармезан”, соль, перец, петрушку. Можно также дополнить соус кедровыми орешками.

Соус из петрушки. 2 зубчика чеснока, 40 листиков петрушки, 300 г сметаны, 2 шт. лука-шалота, 2 столовые ложки сливочного масла, 500 мл белого сухого вина, 500 мл овощного отвара, 400 мл жирных сливок, соль, перец.

Чеснок, зелень петрушки растереть в блендере со сметаной. Шалот нарезать мелкими кубиками и обжарить на сливочном масле, залить вином и довести до кипения, подлить отвар, сливки и уварить на одну треть, посолить, поперчить. В луково-сливочную смесь добавить 6 столовых ложек крема из петрушки, сметаны, чеснока и измельчить в блендере.

Классический соус “Альфредо”. 450 мл сливок, 60 г “Пармезана”, 30 г сливочного масла, соль, перец.

В кипящие сливки добавить “Пармезан”, сливочное масло, соль, перец.

Орехово-сливочный соус. 125 мл жирных сливок, 50 г сливочного масла, 15 очищенных грецких орехов, соль, перец, мускатный орех.

Масло, нарезанное небольшими кусочками, в несколько приемов ввести в прогретые сливки при постоянном помешивании. Добавить нарубленные грецкие орехи, соль, перец, мускатный орех.

Грибной соус. 750 г грибов, 60 мл оливкового масла, 225 мл сливок, 60 мл соевого соуса.

Обжарить грибы на оливковом масле, добавить сливки, соевый соус и прокипятить 3 минуты.

Летний томатный соус с “Моццареллой”. 600 г томатов, 225 г “Моццареллы”, 60 г базилика, 30 мл оливкового масла, 30 мл красного винного соуса, соль, перец.

Смешать ломтики спелых томатов, сыра “Моццарелла”, листья свежего базилика, оливковое масло, красный винный соус, соль, перец.

Соус из копченого лосося и сливок. 150 г моркови, 75 мл вермута или сухого белого вина, 225 мл сливок, соль, перец, 225 г копченого лосося, 1 столовая ложка укропа.

Припустить натертую морковь, добавить вино и прокипятить 5 минут. Затем добавить сливки, соль, перец и прокипятить еще 1 минуту. В готовый соус добавить ломтики копченого лосося и нарубленный укроп.

Соус из лимонной мелиссы с креветками. 500 г отварных креветок или крабов, 12 веточек лимонной мелиссы, 300 г сливочного масла, 8 столовых ложек сметаны, 2 столовые ложки лимонного сока, соль, перец.

Очищенных креветок (крабов) порубить и прогреть со сливочным маслом и измельченной зеленью мелиссы, добавить сметану. Заправить солью, перцем, лимонным соком.

Соус из голубого сыра и грецких орехов. 225 мл сливок, 175 мл куриного бульона, 125 г голубого сыра, перец, грецкие орехи.

В кипящую смесь сливок и куриного бульона добавить голубой сыр и варить, пока он не расплавится. Заправить перцем, измельченными и обжаренными грецкими орехами.

Соус из цуккини и ветчины. 4 небольших помидора, 160 г нежирной ветчины, 1 сладкий перец, 2 зубчика чеснока, 400 г цуккини, 2 небольшие луковицы, 4 столовые ложки оливкового масла, 8 столовых ложек овощного отвара.

На разогретой с маслом сковороде обжарить 2 минуты очищенные от кожицы и семян и нарезанные помидоры, нарезанные кубиками ветчину, сладкий перец, нарезанные тонкими ломтиками цуккини, измельченные чеснок и лук. Затем добавить овощной отвар и потушить 5 минут.

Классический соус “Болоньезе”. 100 г лука, 100 г моркови, 100 г сельдерея, 750 г мясного фарша, 60 мл красного вина, 800 г помидоров в собственном соку, соль, перец, мускатный орех, 60 мл сливок.

Обжарить лук, морковь и сельдерей, добавить мясной фарш и тоже обжарить. Влить красное вино и довести до кипения. Добавить помидоры с соком, соль, перец, мускатный орех и тушить 1 час. Затем ввести сливки и прогреть.

Этот соус является одним из немногих, который имеет в Италии официальный стандартный вариант, однако у всех поваров есть свои секреты его приготовления. Так, вместе с мясом можно обжарить небольшое количество пармской ветчины или куриной печени, добавить вместо томатов немного тертой лимонной цедры или белых грибов, а также заправить в конце приготовления зеленью петрушки или майорана.

Нередко соусы готовятся в ступке, как, например, классический итальянский соус песто. При приготовлении таких соусов рекомендуется вначале измельчать самые твердые компоненты, а затем присоединять к ним более мягкие продукты и жидкости.

Песто. 125 г базилика, 60 г “Пармезана”, 2 столовые ложки кедровых или грецких орехов, 60 мл оливкового масла, чеснок.

Растереть в однородную массу орешки и чеснок, а затем там же размять и перемешать свежие листья базилика. Попеременно добавлять тертый сыр и вливать масло, тщательно перемешивая соус.

Если используется зеленый базилик, его можно “разбавить” петрушкой. Также песто готовится и без “Пармезана”.

Горячие блюда

Блюда из рыбы и морепродуктов

Рыба и морепродукты имеют нежное мясо и не требуют длительной тепловой обработки. Добиваясь высокого качества готового блюда, важно использовать только свежее сырье, тщательно его обрабатывать, выбирать оптимальные режимы и сроки тепловой обработки. Длительная тепловая обработка, по мнению опытных профессионалов, “убивает” рыбу — она

становится сухой. Важность использования только свежего сырья всегда отмечалась в кулинарной литературе, ставшей классической. К примеру, Огюст Эскофье указывал, что голубую форель необходимо использовать только живой.

Исходя из общепринятого деления рыбы на круглую и плоскую, следует учитывать, что рекомендации по кулинарному использованию у круглой и плоской рыбы различны. Так, при приготовлении плоской нужно выбирать быстрые способы тепловой обработки с минимальным количеством дополнительных ингредиентов, учитывая тонкий вкус этой рыбы и нежную консистенцию. Особенно хорошо для нее подходит запекание в оболочке, позволяющее сконцентрировать ее тонкий вкус. Круглая рыба хорошо сочетается с различными компонентами. Для ее приготовления используют самые разнообразные способы тепловой обработки. Заменять одну рыбу на другую можно в том случае, если она имеет сходный вкус, консистенцию и строение.

Морепродукты также не требуют длительной тепловой обработки. Их можно варить, тушить, запекать, жарить различными способами. Более подробная информация о кулинарном использовании отдельных видов морепродуктов представлена ниже.

Блюда из отварной и припущенной рыбы и морепродуктов

Известно, что варить рыбу можно *основным способом* как целиком, так и порционными кусками из непластованной и пластованной тушки (филе с кожей и реберными костями). Рыбу осетровых пород варят звеньями и порционными кусками. Крупную заливают холодной жидкостью, а порционные куски кладут в кипящую жидкость.

В качестве жидкой основы при варке рыбы можно использовать не только воду, но и смесь воды с молоком, молоко, рыбный бульон. Молоко или смесь воды и молока обычно выбирают при варке копченой рыбы. Молоко способствует смягчению запаха копчения и убирает лишнюю соль. Для улучшения запаха и вкуса рыбы в жидкость добавляют лавровый лист и перец горошком. Такую рыбу обычно берут в качестве дополнительной вкусовой добавки в горячее суфле или листовую салат с заправкой из хрена.

Для варки рыбы, прежде всего морской или прудовой, имеющей специфический запах, иногда используют пряный отвар. Ингредиенты для

приготовления пряного отвара: вода, уксус, репчатый лук, морковь и букет гарни, составляющими которого могут быть, например, тимьян, перец горошком, стебли петрушки и лавровый лист. Варить рыбу следует на медленном огне, не переваривая. Для варки пресноводной рыбы в бульон рекомендуется добавлять не уксус, а вино. Например, щуку, карпа можно отваривать в красном вине, речную форель — с красным или белым вином.

По мнению Эскофье, вкус лосося улучшится, если при его варке не добавлять уксус. В рецептах для камбалы, где одним из ингредиентов является белое вино, лимонный сок незаменим. Без него вино приобретает непривлекательный серый оттенок. Палтус (Turbot) перед варкой следует разделить на филе, вымочить 1,5 часа в холодной подсоленной воде, чтобы избавиться от любых запахов и загрязнений, а затем залить холодной водой и варить на медленном огне с добавлением соли, перца, нескольких ложек молока и ломтика лимона без кожицы и семян. Продолжительность варки при этом составляет 6–7 минут на каждые 450 г веса рыбы.

Поскольку рыба имеет нежную структуру, из существующих способов варки наиболее предпочтительным считается варка на пару, в микроволновой печи и в малом количестве жидкости (припускание).

Припускать рыбу можно целиком, порционными кусками, “косичкой”, в виде фаршированных рулетиков и т.п. Припускают рыбу в воде или в бульоне с добавлением соли, перца и лимонного сока. Для припускания, так же как и для варки, может быть использован пряный бульон.

Пряный бульон. 2,5 л воды, 700 мл сухого белого вина, морковь, лук, букет гарни, 1,5 чайной ложки соли, 2 чайные ложки перца горошком.

Добавить в кипящую воду белое сухое вино, морковь, лук, букет гарни, соль и перец, проварить на медленном огне 15–20 минут без крышки.

Затем добавить уксус и проварить еще 5 минут.

Хранить такой бульон можно в холодильнике до 5 дней.

Наиболее подходящим для припускания рыбы целиком считается карабин (специальный котел удлиненной формы с решеткой). При его отсутствии можно воспользоваться противнем, застелив его фольгой. Завернув специально оставленные края фольги, необходимо накрыть ею рыбу вместо крышки. Некрупную рыбу, а также порционные куски обычно

припускают в сотейнике. Не следует забывать, что припускать рыбу нужно на медленном огне.

Варить на пару рыбу и морепродукты можно в кастрюле, используя специальные металлические сетчатые корзины или бамбуковые плетеные корзины. Также можно готовить рыбу на соответствующих режимах в пароконвектомате.

Для улучшения вкуса и аромата рыбы, приготовленной на пару, рекомендуется:

- вместо воды налить в кастрюлю пряный бульон;
- добавить в воду различные овощи и пряности (лук, морковь, сельдерей, стебли петрушки и пр.);
- посыпать пряностями рыбу (свежим корнем имбиря, зеленым луком, чесноком, семенами фенхеля);
- положить на решетку пряную зелень фенхеля, укропа, тимьяна, а лишь затем подготовленную рыбу;
- смазать рыбу или сбрызнуть ее смесью хереса, соевого соуса и бульонного концентрата;
- перед варкой на пару рыбу замариновать.

Камбала на пару. 2 крупных лука-порея, 1 свежий имбирь, 2 столовые ложки сухого хереса, 2 столовые ложки соевого соуса, 1/2 измельченного куриного кубика, 6 пластин филе камбалы (около 750 г), 1 столовую ложку измельченной ветчины.

Нарезать лук-порея и имбирь соломкой. Смешать херес, соевый соус и бульонный кубик. Полученной смесью смазать филе без кожи, сложить пополам и положить в сетчатую корзину так, чтобы оно находило одно на другое. Посыпать рыбу зеленым луком-пореем и имбирем, сбрызнуть оставшейся смесью с хересом. Готовить рыбу на пару 10–15 минут, пока она не станет матовой. Посыпать ветчиной.

Время припускания зависит от толщины рыбы. Рекомендуемое время — 10 минут на каждые 2,5 см толщины. Время припускания филе — 5–10 минут, “косичкой” — 10–12 минут, для порционных кусков из непластованной рыбы — 10–15 минут. Готовая рыба должна стать матовой.

При приготовлении в микроволновой печи рекомендуемая продолжительность тепловой обработки составляет: для порционных кусков из не-

пластованной рыбы — 120–180 секунд на 250 г, для филе — 45–60 секунд на 175 г, для целой плоской рыбы — 90–120 секунд на 250 г, для целой круглой рыбы — 150–180 секунд на 250 г рыбы без начинки.

Рекомендуемое время варки на пару: целой рыбы до 350 г — 6–8 минут, целой рыбы до 900 г — 12–15 минут, “косички” — 8–10 минут, филе — 3–4 минуты.

Для подачи припущенной рыбы целиком рекомендуется:

- у крупной рыбы после припускания аккуратно снять кожу, сплостовать, удалить кости, а затем придать ей первоначальную форму;
- небольшую рыбу подавать с кожей и костями.

Припущенная и отварная рыба имеет бледную окраску, поэтому особенно удачно сочетается с яркими соусами. Дополнительно к рыбе также подают:

- цитрусовое или анчоусное масло;
- зеленое масло (масло “Метрдотель”);
- лимон;
- “букетик” из кервеля, шнитт-лука, мяты, кресс-салата;
- зелень или имбирь фри.

Также готовую рыбу неплохо украсить “чешуйками” из бланшированного кабачка, огурцов, лепестков розы в желе, узелков цедры лимона, лайма или апельсина, цветами из каперсов и т.д.

Варить и припускать можно изделия из рубленой массы, например, кнели. Их готовят из рыбного мусса, разделявая его двумя чайными ложками. Варят кнели 5–10 минут. Напоминаем, что готовить кнели следует, не доводя их до кипения.

Варят и припускают также и различные *морепродукты*. Так, кальмары и морские гребешки рекомендуется варить и припускать, трубочей — варить в раковине, креветки — варить на пару и припускать, мидии — варить на пару или в воде в раковинах, омаров, крабов — варить в воде или на пару.

Варят *омара* живым или предварительно умерщвленным. Чтобы умертвить омара, рекомендуется первоначально положить его в морозильную камеру на 1 час, а затем, удерживая за спинку, найти центр крестообразной отметины на панцире и пробить его насквозь ножом. Чтобы сварить живого омара, необходимо опустить его головой вниз в кипящую воду, а лучше в пряный отвар. Довести до кипения и на медленном огне проварить омара до тех пор, пока не покраснеет панцирь. Рекомендуемое

время варки в профессиональной литературе указывается по-разному: от 10 минут на каждые 450 г до 5 минут на каждые 450 г и дополнительно по 3 минуты на каждые 450 г.

Дальнейшая разделка омара включает:

- отделение клешней и ног;
- разламывание больших клешней щипцами для колки орехов и отделение мякоти от клешней;
- отделение головы;
- разрезание кухонными ножницами тонкого панциря с внутренней стороны посередине или вдоль обеих сторон хвоста с последующим его оттягиванием и отделением мякоти шейки от панциря;
- разрезание мякоти вдоль хвоста (на глубину 5 мм) с последующим извлечением в отходы темной жилки;
- выскабливание ложкой печени и икры;
- удаление из головной части панциря жесткой части;
- удаление в отходы из головы губчатых жабр и мешка;
- отделение мякоти от жестких частей омара вилкой или зубочисткой.

Мякоть шейки (хвоста) — одна из наиболее сочных частей. Ее обычно извлекают полностью и нарезают аккуратными кусочками (медальонами).

Панцирь вареного омара может служить для сервировки стола. Для этого хвостовую часть отделяют от головы, промывают и используют как посуду. Также можно использовать половинки панциря.

Крабов варят в воде, пряном или остром бульоне. В последний добавляют лимон, ямайский перец, тимьян, чили, лук, чеснок и душистый перец. Если краба варят в воде, то рекомендуется добавить репчатый лук, морковь, сельдерей, лимон, перец чили, соль, пиво.

Так же, как и у омара, желательно, чтобы клешни краба были связаны, и перед варкой его помещают на час в морозильную камеру. Время варки краба — 5 минут на каждые 450 г. Готовые крабы должны покраснеть.

Последовательность разделки вареного краба следующая:

- удаление клешней и ног;
- вскрытие ног и клешней с помощью щипцов для колки орехов;
- отделение мякоти с помощью вертела;
- отделение в отходы фартука изнутри краба;

- отделение тела от панциря;
- отделение мяса и икры из раковины;
- отделение в отходы желудочного мешка, находящегося между глаз;
- удаление в отходы жабр;
- разрезание тела по центру кухонными ножницами;
- отделение зубочисткой всей мякоти из различных частей краба.

Панцирь краба можно выбросить или использовать в качестве тарелки.

В последнем случае следует его вычистить и срезать все зазубренные края. Белое мясо из клешней и темное мясо из панциря соединять не стоит.

Полинявшие крабы разделяются несколько иначе: краба разрезают кухонными ножницами на 5 мм ниже глаз и выбрасывают переднюю часть. Вырезают плоский заостренный фартук снизу. Отгибают назад верхнюю часть панциря с каждой стороны и вытаскивают губчатые жабры.

Перед варкой или припусканьем *креветок* следует:

- разрезать панцирь вдоль внешнего изгиба, проникая острием так глубоко, чтобы можно было вытянуть темную жилку;
- отогнуть панцирь, начиная с места разреза, и аккуратно вынуть креветку из него;
- кончиком ножа удалить темную жилку;
- промыть креветку.

Также можно удалять панцирь не целиком, а оставить его кончик с хвостом и вместе с ним подавать.

Перед приготовлением *мидий* следует тщательно очистить — сначала удалить все наросты с наружной поверхности, а затем жесткой щеткой промыть под проточной водой каждую раковину. Треснувшие раковины использовать не следует. Хранить подготовленные мидии можно в подсоленной воде около 2 часов. Подготовленные мидии варят в небольшом количестве жидкости со свежей петрушкой, луком-шалотом и чесноком. В качестве жидкой основы можно использовать не только воду или бульон, но и белое сухое вино или сидр. Время варки — 6 минут. Нераскрывшиеся мидии выбрасывают. Из раскрывшихся раковин вытаскивают мидии и осторожно удаляют упругое кольцо, составляющее коричневую кромку. Жидкость, в которой мидии варились, не рекомендуется выливать — ее процеживают от песка, уваривают, доводят до вкуса и подают вместо соуса. Технология приготовления мидий на пару аналогична приготовлению рыбы на пару.

Трубачей следует варить в пряном бульоне на медленном огне, пока они не станут плотными, но нежными. Затем мякоть достают вилкой, при необходимости промывают от песка.

Морские гребешки могут использоваться в раковинах и без них. Перед приготовлением раковины следует открыть устричным ножом, отделить гребешок от верхней и нижней раковины, а темные органы — от белого мускула и икры. Затем мускул промывают под проточной водой. Далее нужно отделить и выбросить боковой круглый мускул. Промытые и прокипяченные раковины нередко заменяют посуду. Припускать гребешки следует недолго (около 5 минут), пока они полностью не станут непрозрачными. Припускают гребешки в небольшом количестве белого сухого вина с репчатым луком, морковью, тимьяном, лавровым листом и петрушкой.

Очищенные от кожицы и хитиновой пленки тушки кальмаров следует промыть. Варить или припускать *кальмаров* надо очень быстро — менее 1 минуты.

Блюда из жареной рыбы и морепродуктов

Жарят рыбу на гриле, барбекю, основным способом, во фритюре.

На гриле, а также *барбекю* обычно жарят мелкую рыбу целиком, порционными кусками пластованную и непластованную рыбу. Считается, что рыба остается максимально сочной, если при ее разделке сохранить кожу. Идеально подходит для жарения этим способом жирная рыба. Благодаря высокой температуре она быстро доходит до готовности, оставаясь сочной и нежной. Перед приготовлением на гриле, а также барбекю рыбу желательно замариновать, а затем обтереть насухо.

Жарят рыбу обычно на очень горячем гриле по 2–3 минуты с каждой стороны, смазывая маринадом или растительным маслом. Чтобы рыбу удобнее было жарить, лучше использовать специальную решетку с крышкой на петлях. Между прутьями, как правило, помещается целая рыба, а также веточки свежей пряной зелени или виноградные листья. Чтобы рыба не прилипла к решетке, последнюю нужно смазать растительным маслом. Перед обжариванием рыбы на гриле можно также ее предварительно запанировать в различных пряных смесях или смазать с одной стороны панировочной пастой. В последнем случае рыбу рекомендуется жарить около 10 минут, не переворачивая. В конце жарения на гриле филе рыбы можно смазать соусом терияки. Благодаря этому она становится блестя-

щей, будто покрытой глазурью. Переворачивать рыбу следует аккуратно и желательнее реже.

Возможные варианты маринадов и панировок для рыбы, жаренной на гриле, предложены в главе 2 раздела “Рыба”.

Семга на шпажках. 200 г семги, 30 мл лимонного сока, 15 мл соевого соуса, 7,5 мл белого вина, 30 г сахара, репчатый лук, чеснок, свежий измельченный имбирь, растительное масло, 1 чайная ложка муки, 5 г сливочного масла, зеленый лук, 15 мл жирных сливок, соль, перец. Кусочки семги нанизать на деревянные шпажки, замариновать в смеси лимонного сока, соевого соуса, вина, сахара, репчатого лука, чеснока, имбиря, подсушить и жарить на гриле до румяной корочки. Посолить, поперчить. Внутри семга может быть слегка розовой. Оставшийся маринад вскипятить и заправить пассерованной мукой. Подавать семгу с салатом из бланшированного зеленого лука со сливками и соусом.

Время приготовления рыбы на гриле зависит от толщины куска. Нежирная рыба жарится быстрее. Крупную рыбу массой от 900 до 1700 г жарят 30–45 минут, плоскую рыбу весом менее 450 г — 15–20 минут, рыбные эскалопы или стейки — 5–10 минут, шашлык из рыбы — 8–10 минут.

Обычно основным способом жарят порционные кусочки пластованной и непластованной рыбы, но также можно использовать полуфабрикаты из рубленой массы.

Котлеты из лосося пожарские. 150 г отварного лосося, 25 г сливочного масла, 25 г пшеничного хлеба, 1 столовая ложка сливок, соль, перец, топленое масло для жарки.

Мякоть рыбы крупно нарезать, смешать с замоченным в сливках хлебом, солью, перцем, сливочным маслом и тщательно перемешать.

Сформовать и обжарить. В качестве гарнира использовать раковые шейки или креветки, устрицы, трюфели, грибы, рис с карри или паприкой, смешанный с небольшим количеством соуса бешамель.

Для жарения рыбы основным способом можно использовать смесь растительного и сливочного масла, коричневое ореховое масло. Послед-

нее является классическим жиром для жарения белой рыбы во Франции. Это обычное сливочное масло, разогретое до выпадения светло-коричневого осадка.

Запанировать рыбу перед обжариванием можно не только в муке, сухарях и двойной панировке, но также и в различных пряных смесях (см. главу 2, раздел “Рыба”). Причем панировку наносят только на одну (обжариваемую) сторону. Филе при обжарке следует крепко прижимать лопаточкой. Примерное время приготовления составляет 7–10 минут.

Иногда перед обжариванием основным способом рыбу маринуют.

“Косичка” из рыбы на подстилке из шпината с соусом сливочным с каперсами. 150 г филе судака, 150 г филе семги, 50 мл оливкового масла, белое вино, жирные сливки, каперсы, соль, белый перец, лимон. Подготовить чистое филе и нарезать полосками шириной 1–1,5 см и длиной 15–18 см, заплести “косичкой”. Подготовленный полуфабрикат замариновать (натереть солью, перцем, сбрызнуть лимонным соком и оставить в холодильнике на 1 час). Замаринованную рыбу обжарить на оливковом масле и прогреть с вином. Выложить рыбу из сковороды, налить в сковороду сливки, добавить мелко рубленные каперсы, соль, белый перец и проварить до загустения.

Прогреть шпинат с солью и перцем на оливковом масле. Картофель обточить шариками, отварить, а затем сотировать на сливочном масле. Из шпината сделать “подстилку”, уложить на нее “косичку” из рыбы, рядом налить соус, загарнировать картофелем.

Для придания большей сочности и улучшения вкуса и аромата рыбу иногда заворачивают в ломтики бекона.

Филе семги в беконе. 180 г филе семги, 60 г лимона, базилик, 90 г бекона, 15 мл оливкового масла, молотый перец, соль. Для соуса: 80 г сметаны, лимон, 10 г лососевой икры, свежая мята.

Филе семги посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком. На каждый кусочек рыбы положить листочки базилика и завернуть в ломтики бекона, обжарить каждую сторону по 4 минуты. Для соуса смешать сметану, икру, измельченную мяту и цедру лимона. Подавать с соусом, украсив мятой.

Основным способом также жарят фаршированные полуфабрикаты. Так, семгу перед жарением можно зафаршировать смесью свежей клубники и сыра “Рокфор”.

Для быстрого обжаривания рыбы великолепно подходит сковорода вок.

Судак с пряностями и цитрусовым салатом. 242 г судака, 3,6 г чеснока, 10 мл светлого соевого соуса, лимонный сок, 3 г свежего имбиря, гвоздика, корица, анис, 1 г сахара “демерар”, 30 мл темного соевого соуса, 21 г кунжутного масла, 5 г рыбного соуса, 4 г зелени кинзы, 75 г грейпфрута, 150 г апельсина, молотый чили.

Филе судака нарезать полосками, посыпать пряностями, измельченным чесноком, сбрызнуть светлым соевым соусом, лимонным соком и замариновать в течение 3 часов. Обсушить рыбу и быстро обжарить. Для приготовления соуса отдельно на сковороде расплавить сахар, добавить темный соевый соус, довести до кипения и снять с огня. Смешать кунжутное масло, рыбный соус, зелень кинзы и молотый чили. Полученной заправкой полить очищенные и нарезанные кусочки цитрусовых. На подогретую тарелку выложить в центр салат, а вокруг — кусочки жареной рыбы. Полить рыбу соусом.

При жарке рыбы во фритюре лучше использовать чистое филе. Предварительно его можно замариновать и запанировать. Маринуют рыбу не только в известном из сборника рецептур маринаде, а в качестве панировки используют не только двойную панировку, муку или тесто кляр. Возможные варианты маринадов и панировок для рыбы, жаренной во фритюре, предложены в главе 2 раздела “Рыба”.

Также жарить во фритюре можно кальмаров; морские гребешки жарят в гриле в раковине, на сковороде — очищенными; креветки жарят на сковороде, гриле, во фритюре, на барбекю; устриц — на гриле в раковине, на сковороде; мидии — на гриле в раковине, на сковороде; омаров — на гриле.

Продолжительность тепловой обработки морепродуктов небольшая. Например, мидии можно обжарить с чесночным или пряным маслом (с луком-шалотом в красном вине) в раковине под грилем в течение 2–3 минут.

Морские гребешки следует обернуть ломтиком бекона и обжарить на гриле или барбекю. Продолжительность обжаривания гребешков на шам-

пурах составляет 4–6 минут. Также гребешки можно предварительно запанировать в смеси панировочных сухарей с базиликом и жарить на гриле в течение 5 минут. Перед жарением во фритюре морские гребешки панируют в сухарях или жидкой панировке. При жарении основным способом морские гребешки кладут на разогретую сковороду целиком или половинками и быстро обжаривают.

Омаров можно обжарить на гриле или барбекю, предварительно отварив или без отваривания (тогда они будут жесткими).

Кальмаров обычно нарезают кольцами, окунают в тесто кляр и жарят во фритюре. Также кальмаров панируют в яйце и муке, в двойной панировке.

Креветок жарят основным способом на среднем огне, раскалив сковороду с оливковым маслом и чесноком, до тех пор, пока они не станут непрозрачными. Перед обжариванием на гриле или барбекю креветки неплохо ненадолго замариновать в смеси сока и цедры лайма, соли, перца, оливкового масла, а затем нанизать на металлические шампуры и жарить 2–3 минуты. При обжаривании креветок в панцире на шампурах потребуется 4–6 минут.

Блюда из запеченной рыбы и морепродуктов

Запекать рыбу можно целиком и порционными кусками, сырой и предварительно подвергнутой тепловой обработке, с гарниром, соусом и без них. Также рыбу запекают в специальном рукаве, в конвертах из пергаментной бумаги, фольги (папильот). Часто перед запеканием рыбы используется прием обертывания. Например, рыбу можно завернуть в тесто фило, слоеное или сдобное тесто, в бекон или виноградные листья и запечь. Запечь рыбу можно даже в соли. Перед запеканием рыбу иногда фаршируют. Способы фарширования рыбы, варианты фаршей описаны в главе 2 раздела “Рыба”.

При открытом запекании сырой рыбы ее хорошо приправить свежим имбирем и лимонным сорго, цедрой лимона, креветками с чесноком и петрушкой. Лучше пряности положить внутрь тушки. Также можно запанировать рыбу в двойной панировке, в панировке с пряной зеленью, в орехах.

При запекании сырой рыбы целиком температура в жарочном шкафу не должна быть высокой — около 180°C. Продолжительность запекания зависит от величины рыбы и составляет приблизительно 30 минут. Пор-

ционные кусочки сырого филе доходят до готовности за 10–15 минут при 220°С. Готовая рыба должна стать насквозь матовой. Рыба, подвергнутая предварительной тепловой обработке, не требует длительного запекания, и устанавливаемая температура должна составлять 250–280°С.

Иногда при приготовлении запеченной рыбы предлагается добавить небольшое количество воды, вина или бульона.

***Запеченная камбала с красным вином.** Камбала (350–450 г), красное вино, луковица, лавровый лист, петрушка, перец горошком, 1 столовая ложка растительного масла, 2 чайные ложки муки, соль, перец. Поместить камбалу на термостойкое блюдо, залить вином, добавить лук, лавровый лист, петрушку, перец и запечь. Готовую рыбу переложить на блюдо. Жидкость, в которой запекали рыбу, процедить, немного уварить и заправить мукой, пассерованной на масле. Подавать с соусом.*

В массовом питании таким способом (с добавлением жидкости) обычно готовят на противне в духовом шкафу припущенную рыбу. Но в отличие от припущенной кожица запеченной (30 минут) тушки рыбы должна стать хрустящей. Следующий способ запекания также представляет собой нечто промежуточное между запеканием и припусанием.

При запекании рыбы в рукаве из жаропрочного пластика, в пергаментной бумаге или фольге фактически происходит ее припускание в собственном соку. В них можно запекать также и креветок. Конвертики или рукав должны быть плотно закрыты, чтобы пар не выходил во время запекания. При этом рыба становится сочной и ароматной. Для улучшения вкуса и аромата блюда рекомендуется перед запеканием добавить также тонко нарезанные овощи, вино и пряности. Можно использовать веточки кинзы, лимонно-укропную приправу, чеснок, каперсы, перец, лимон, морковь соломкой, белое вино.

Во время запекания рыбы рукав и конверт вздуваются. Готовую рыбу в таком виде выносят гостю ресторана и при нем разрезают или разворачивают упаковку, дав насладиться ароматом свежеприготовленного блюда.

Чтобы рыба не пристала к фольге, ее следует смазать растительным маслом.

Иногда рыбу готовят заранее — жарят в гриле или основным способом. Затем добавляют тонко нарезанные овощи, пряности, плотно заворачивают.

чивают в фольгу, помещают на слегка смазанный жиром лист и прогревают в горячем духовом шкафу.

Температура запекания в рукаве или конверте должна быть около 200°С. Для того чтобы рыба равномерно пропеклась, следует выбирать филе одинаковой толщины. Продолжительность приготовления зависит от величины куска. Например, продолжительность запекания филе лосося массой 600 г составляет около 15 минут.

Лосось и овощи, запеченные в конверте. 600 г филе лосося, 2 моркови, кресс-салат, 125 г грибов, лимонно-укропная приправа.

Смешать водяной кресс, очищенный от жестких стебельков, тонкие пластинки моркови, грибы, лимонно-укропную приправу. 2/3 смеси выложить на половинку сердечка из пергамента, сверху положить кусок филе и накрыть его оставшейся овощной смесью. Запечатать плотно конверт, положить на противень для выпечки и запекать 15 минут.

Перед подачей пакет разрезать.

В фольге, пергаменте и пищевой пленке также можно запекать фаршированную рыбу. Она готовится чуть дольше. Целую тушку фаршированной рыбы запекают 35–40 минут при более низкой температуре — 180°С. На решетке барбекю можно запечь фаршированную рыбу, завернув ее в фольгу. Продолжительность запекания рыбы массой не более 1 кг в данном случае составит 15–20 минут.

Запеченная фаршированная рыба. Тушка рыбы массой до 1 кг, 2 лимона, лимонный сок, 3 столовые ложки оливкового масла. Для фарша: 250 г шампиньонов, 1 луковица, укроп, петрушка, 2 куса белого хлеба, 100 мл молока, 1 яйцо, 1 столовая ложка белого сухого вина, 1 столовая ложка сливочного масла, соль, перец.

Подготовленную тушку рыбы зафаршировать, положить на смазанную оливковым маслом фольгу. Обложить дольками лимона, сбрызнуть лимонным соком, оливковым маслом. Завернуть в фольгу и запекать 15–20 минут на решетке барбекю, периодически переворачивая. Для приготовления фарша смешать замоченный в молоке хлеб без корок, яйцо, пассерованные на сливочном масле лук и шампиньоны (дюксель), соль, перец, вино, рубленую зелень.

При запекании рыбы в “соленой рубашке” она сохраняет сочность и натуральный вкус, имеет хрустящую корочку и берет для себя только необходимое количество соли. На тушку рыбы весом 900 г нужно около 1300 г морской соли. Засыпав солью, рыбу сбрызгивают небольшим количеством воды и запекают 30 минут при 220°С.

Запекать можно также морские гребешки, креветки, омары. Устриц и мидий запекают в раковинах.

Панцирь омара, разрезанный пополам, можно использовать как посуду для запекания. На тело и хвост омара кладут начинку из базилика, пассерованного лука-шалота, хлебных крошек, соли, перца и запекают 12–15 минут.

Устриц можно запечь в раковинах под соусом из сливок, устричной жидкости, соли, перца, белой панировки и зелени петрушки или соуса из пассерованного реччатого лука, припущенного шпината, мускатного ореха, соли, перца, аперитива с анисовым вкусом (например, “Перно”) и сливок. Для удобства раковины с устрицами и соусом можно поставить на слой соли. Запекать устрицы под соусом следует в течение 10 минут.

В раковинах также запекают мидии под слоем начинки из обжаренной хлебной крошки, обжаренного бекона, пассерованного лука, чеснока, перца и петрушки. Готовить следует 10 минут, пока верх не подрумянится.

Можно запекать тимбалы (мусс в специальных формочках) на водяной бане в духовом шкафу. Формочки следует накрыть сверху пергаментом или фольгой и запекать при 160°С примерно 25 минут.

Блюда из тушеной рыбы и морепродуктов

Для тушения рекомендуется использовать рыбу с плотным мясом, которая сохраняет форму в процессе термической обработки, например, треску или пикшу. Тушить рыбу и морепродукты можно как на плите, так и в жарочном шкафу.

Если используют тушение в духовке, вначале в глиняное блюдо наливают немного рыбного бульона, белого сухого вина и лимонного сока. Укладывают подготовленное филе, накрывают пергаментной бумагой и тушат при 150–200°С в течение 5–10 минут.

Филе камбалы “Берси”. 2 филе камбалы, масло, 25 г лука-шалота, зелень петрушки, 60 мл рыбного бульона, 60 мл белого сухого вина, сок 1/4 лимона, 250 мл белого соуса (велюте), соль, перец, сливки, сабайон.

Кусочки филе посолить, поперчить и уложить на глиняное блюдо, смазанное маслом, посыпать пассерованным луком-шалотом и петрушкой, добавить вино, рыбный бульон и лимонный сок. Накрыть блюдо сверху пергаментной бумагой и тушить 5–10 минут при 150–200°С. Выложить филе и оставить в теплом месте. Полученный отвар и велюте уварить. Довести до вкуса, процедить, заправить маслом, сливками, сабайоном (уваренная на водяной бане смесь желтков с водой), залить полученной смесью рыбу и глазировать под грилем-саламандрой или в духовом шкафу.

Если при приготовлении используют лук-шалот, его рекомендуется предварительно пассеровать на сливочном масле. Также можно тушить рыбу с добавлением помидоров, измельченной петрушки, грибов.

Рыбу и морепродукты *тушат в горшочке* с добавлением обжаренных овощей, томатов, бульона, сухого вина, соли, сахара, перца в течение 5–10 минут. Перед тушением рыбу и морепродукты хорошо замариновать в соке лайма и молотого кориандра. Иногда рыбу и морепродукты тушат с добавлением картофеля, шпината, томатов или овощей, томатов и риса.

Тушить рыбу можно даже *в сковороде вок*. Для этого смешивают и прогревают чеснок, имбирь, соевый соус, сухой херес, заваренный в бульоне кукурузный крахмал, предварительно обжаривают подготовленную тушку, а затем тушат рыбу в соусе в течение 5 минут. В конце соус уваривают без рыбы и доводят до вкуса сахарной пудрой, чили и добавляют эсленый лук.

Также рыбу и морепродукты можно тушить основным способом на плите.

Камбала по-провански. 0,7–0,9 кг камбалы, 60–80 мл растительного масла, 2 столовые ложки рубленого лука, соль, перец, мука, 4–5 томатов, петрушка, чеснок, лавровый лист, 200 мл белого сухого вина.

Разделать рыбу на филе, запанировать в муке и обжарить, добавить очищенные томаты без кожицы и семян, рубленую петрушку, чеснок, лавровый лист и вино. Соединить с пассерованным луком, добавить соль, перец, накрыть крышкой и тушить 12–15 минут. Подавать с отварным картофелем.

При приготовлении рыбных блюд более привычным является использование белого вина, но из всякого правила есть исключения.

Лосось в нежном соусе. 640 г филе (4 куса по 160 г) лосося, 40–60 г муки, 50 г сливочного масла, лимон, соль. Для соуса: 1 л красного вина “Божоле”, 130 г сахарной пудры, 3 гвоздики, лимон, 0,5 кофейной ложки корицы, 15 г хлебного мякиша, соль, перец.

Прокипятить в течение 15 минут смесь вина, сахарной пудры, гвоздики, корицы, очищенного лимона, соли и перца. Обжарить нарезанный кубиками хлебный мякиш, добавить в прокипяченную винную смесь и варить еще 10 минут. Протереть через сито. Обжарить на сливочном масле куски лосося (5–6 минут с каждой стороны) до легкой корочки, слить жир, залить 3/4 соуса и тушить 5 минут на медленном огне. При подаче украсить лимоном, посыпанным корицей. Оставшийся соус подать отдельно.

Рыбу или морепродукты перед тушением можно предварительно фаршировать. Идеальным местом для начинки является тушка кальмара.

Кальмары, фаршированные креветками с рисом и свинокопченостями. 300 г кальмаров, 100 г креветок, 50 мл оливкового масла, 20 г чеснока, зелень петрушки, 50 г риса, соль, перец, лавровый лист, розмарин, 100 г копченостей из свинины, 100 мл красного вина, 150 г очищенных томатов, 50 г томатной пасты, базилик, лимон.

Подготовить кальмары для фарширования. Приготовить фарш: смешать нарезанные щупальца кальмаров, отваренный рис, очищенные креветки, копчености, измельченную зелень петрушки и базилика. Заправить солью и перцем. Зафаршировать кальмары, сколоть отверстие шпажкой. Обжарить кальмары на оливковом масле, добавить вино, томатную пасту, очищенные томаты, чеснок, лавровый лист, розмарин и тушить 10 минут. При подаче декорировать зеленью, лимоном и креветками.

Блюда из мяса

Блюда из отварного и припущенного мяса

В соответствии с традиционной технологией мясо рекомендуется отваривать крупным куском на медленном огне без кипения. Для улучшения вкуса ближе к концу варки добавляют коренья и специи. В ресторан-

ных меню блюда из отварного мяса встречаются значительно реже, чем, например, блюда из мяса жареного. Потеря экстрактивных веществ во время варки делает вкус мяса менее ярким, длительная тепловая обработка приводит к тому, что оно становится менее сочным.

Жидкости при припускании используют значительно меньше, чем при варке, поэтому потери растворимых веществ за счет диффузии снижаются. Припускают обычно порционные полуфабрикаты из свинины и телятины, например, котлеты натуральные паровые, а также изделия из рубленой массы. Ассортимент блюд из отварного и припущенного мяса достаточно ограничен. Для его расширения может быть использован следующий вариант приготовления баранины.

***Баранина с йогуртом.** 450 г баранины, 150 мл воды, 4 небольшие луковицы, 225 г густого натурального йогурта, 1 столовая ложка мелко нарезанной свежей мяты, 1 зубчик чеснока, соль, молотый перец.*

Нарезать баранину кубиками, залить водой и припускать 20 минут. Добавить целые очищенные луковицы и припускать еще 1 час при закрытой крышке. Перелить бульон, снять с поверхности жир, добавить йогурт, мяту и толченый чеснок. Довести до кипения, периодически помешивая. Добавить мясо и довести до вкуса солью и перцем.

Блюда из жареного мяса

Мясо можно жарить крупными, порционными, мелкими кусками, а также в рубленом виде. Последний вариант в ресторанной практике используется реже. В настоящее время существует много различных способов жарки мяса: на сковороде, в жарочном шкафу, на гриле и барбекю, во фритюре.

В жарочном шкафу мясо готовят крупным куском. Перед обжариванием его обычно натирают солью и перцем. Для лучшего сохранения формы мясо, причем не только фаршированное, иногда перевязывают шпагатом.

Для придания мясу большей сочности, улучшения его аромата и вкуса используются различные приемы предварительной обработки, описанные в главе 2 раздела “Мясо”. Речь идет о мариновании, шпиговании, применении различных пряных панировок. Например, кусок ростбифа можно натереть смесью хрена с горчицей или смесью тимьяна, шалфея,

чеснока, соли и перца, а баранью корейку — смесью зелени, соли, перца, чеснока, горчицы и анчоусов или хотя бы только чесноком, специями и зеленью. Крупный кусок говядины хорошо нашпиговать полосками бекона.

При обжаривании свинины крупным куском рекомендуется взять мякоть с кожей, сделать на ней надрезы в форме ромбиков, смазать растительным маслом, приправами и нашпиговать чесноком.

Иногда мясо перед обжариванием обертывают свиным салом. Этот прием также более подробно описан в главе 2 раздела “Мясо”.

Крупные куски мяса жарят в жарочном шкафу по традиционной технологии — сначала при высокой температуре (230–250°C), а затем нагрев снижают (150–180°C), чтобы мясо дошло до готовности внутри.

При жарении бескостных кусков мяса их рекомендуется класть на решетку противня для запекания. Такой вариант позволяет предотвратить превращение в пар стекающего мясного сока. Без решетки можно жарить мясо на костях — кости сами исполняют роль решетки.

Во время жарки мясо обычно поливают вытопившимся сочком. При необходимости получения хрустящей корочки свинину во время жарения не рекомендуется поливать жиром.

Для определения готовности куска мяса лучше использовать специальный термометр. Его следует вставить в самую толстую часть куска, но при этом так, чтобы он не соприкасался с костью. После того как мясо достали из жарочного шкафа, внутри куска температура поднимется еще на 2–5°C. Поэтому не следует доводить мясо до верхней температуры готовности.

Обычно при заказе гость сам определяет степень прожарки мяса (например, ростбифа) — хорошо прожаренный, средней степени прожарки (розовый внутри), полусырой (с кровью). Температура внутри слабо прожаренного куска говядины составляет 55°C, мяса средней прожарки — 65–70°C, готового — 75°C.

Во Франции баранину обычно готовят слабо- или среднепрожаренную. Температура внутри куска среднепрожаренной баранины — 70°C, хорошо прожаренной — 80°C.

Любое мясо, особенно нежное, скажем, такос, как ягнятина, не рекомендуется пережаривать.

Степень прожаренности свинины может быть только одна — хорошо прожаренная.

Температура готовности свинины составляет 74–85°С, телятины — 67–77°С (для окорока и больших кусков).

Чтобы мясо было сочнее, рекомендуется нарезать его не сразу, а дать вылежаться 15 минут.

Ростбиф в соответствии в классической технологией не просто жарят в жарочном шкафу, а укладывают в жаропрочную посуду на слой измельченного лука, моркови и сельдерея, букета гарни, поливают растопленным сливочным маслом, накрывают крышкой и ставят в духовой шкаф с температурой 160–180°С. При приготовлении мясо следует поливать мясным соком. Затем из посуды удаляют овощи и мясо, добавляют мадеру или белое вино, темного бульона, кипятят в течение нескольких секунд и процеживают. Лучшим гарниром к ростбифу считается йоркширский пудинг.

Йоркширский пудинг. 3 яйца, 350 мл молока, соль, 225 г муки, 60 мл мясного сока.

Взбить яйца, молоко, соль и муку. Вылить в формочки горячий мясной сок, полученный при жарке ростбифа, добавить подготовленную смесь и выпекать при 230°С в течение 20–25 минут, пока пудинг не поднимется и не станет золотистым.

В настоящее время ростбиф нередко готовят в фольге. Готовый ростбиф перед нарезкой оставляют в фольге на 15 минут, чтобы мясо получилось сочным и его можно было легче резать.

Говяжьё вырезку, баранью ногу, телячью лопатку и т.д. перед жарением хорошо зафаршировать. Например, перед обжариванием кусок мяса можно нарезать “книжкой” и заполнить начинкой. Это улучшит вкус мяса и придаст ему сочность. В главе 2 раздела “Мясо” предложены возможные варианты фаршей.

Также мясо запекают в тесте. Для приготовления знаменитого блюда “Говядина по-вельингтонски” говяжье филе обжаривают (можно приготовить слабoproжаренное). Затем мясо смазывают дукселем (обжаренными с луком грибами), заворачивают в слоеное тесто и украшают полосками теста. Смазывают яйцом и запекают при 200°С, затем снижают температуру до 180°С. Баранью ногу можно запечь, например, в пресном сдобном или пресном слоеном тесте.

Чтобы улучшить вкус мяса, придать ему привлекательный внешний вид, обжаренное мясо иногда смазывают пастой, приготовленной из смеси различных продуктов. Затем мясо запекают до золотистой корочки. Так, обжаренную корейку молочного теленка можно смазать пастой, состоящей из мусса телятины, кусочков кураги, замаринованных в марсале, и измельченных орехов. Баранину хорошо смазать пастой из зелени, горчицы, специй, чеснока, анчоусов или смесью дижонской горчицы, свежей зелени, панировочных сухарей.

При приготовлении *каре* из ягненка следует удалить с корейки кожу и жир, оставив слой 1,25 см. Затем удалить жир с ребрышек на 3–5 см от края кости, перевернуть корейку и разрезать между костями, срезать мясо между костями, сделать крестообразные надрезы на жире, натереть пряностями. Сначала корейку следует обжарить в духовом шкафу со стороны жира, затем перевернуть и обжарить с другой стороны, добавить мясные обрезки, лук, морковь, чеснок и запечь, наблюдая, чтобы последний не пригорел.

Для праздничного ужина можно приготовить “корону”. Для нее подходит не только баранина, но и свинина. Для этого подготовленный полуфабрикат (см. главу 2 раздела “Мясо”) необходимо натереть солью, перцем и тимьяном, положить концами ребер вниз и жарить 2 часа. Затем грудинку следует установить ребрами вверх, придав ей форму короны, заполнить полость грудинки начинкой из клюквы и фундука и жарить еще 1 час.

Начинка для “короны” из свинины: 450 г хлебной крошки, 100 г рубленого жареного фундука, 100 мл воды, 350 г пюре из клюквы, 100 г сахара, 200 г пассерованных репчатого лука и сельдерея, шалфей, соль, перец.

Часто в качестве соуса к жаренному в духовке мясу подают уваренную смесь мясного сочка, полученного после жарки мяса, и вина. Технология приготовления таких соусов описана в главе 3 (“Быстрые” соусы).

Основным способом обычно жарят порционные и мелкокусковые полуфабрикаты. Перед приготовлением порционные кусочки мяса можно зафаршировать. Так, привычные эскалопы, отбивные и т.п. могут превращаться в рулетики, фаршированные самыми различными начинками.

Способы фарширования и возможные варианты начинок предложены в главе 2 раздела “Мясо”. Для улучшения органолептических свойств мясо перед обжариванием можно мариновать. Кроме привычных панировочных сухарей существует множество различных видов панировки, отдельные варианты которых также рассмотрены в главе 2 раздела “Мясо”.

Чтобы мясо лучше подрумянилось во время обжаривания, его рекомендуется обсушить. На сковороду не следует класть много мяса, так как оно будет не жариться, а припускаться. При жарке основным способом рекомендуется использовать не кулинарный жир, а оливковое масло, смесь растительного и сливочного масла или топленое масло. Жарить мясо лучше на сковороде с толстым дном, так оно прогревается равномерно. При использовании чугунных сковородок с решетчатым дном мясо можно жарить на плите. Получаемые при этом способе приготовления полоски создают эффект жарки барбекю. Даже при высоких температурах мясо на таких сковородах не пригорает, поэтому требуется очень мало масла.

Особо нежные части можно жарить, завернув их в свиную желудочную пленку. Пленка защищает мясо и делает его сочнее.

Чем тоньше кусочки мяса, тем меньше времени для обжаривания они требуют. Так, эскалоны из баранины жарят 2–3 минуты, а гузет — 4–5 минут.

Часто порционные куски мяса подвергают быстрой жарке основным способом, а далее используется технология, описанная в главе “Быстрые соусы” (соусы, приготовленные с использованием мясного сока). Например, эскалопы из телятины можно быстро обжарить в смеси растительного и сливочного масла и убрать. В сковороду добавить жирные сливки, марсалу и прокипятить до загустения, а затем довести до вкуса, заправить шафеем. Полученным соусом полить мясо при подаче. При приготовлении эскалопов из баранины в сковороду с мясным соком, полученным при их обжаривании, хорошо добавить сливки, тимьян и сварить соус.

***Медальоны из телячьей вырезки с апельсиново-черничным соусом.** 150 г вырезки, 5 г сливочного масла, 3 мл растительного масла, апельсин, лимон, 5 г сахара, 8 г свежего имбиря, 10 мл вермута, 31 г свежей черники, соль, перец.*

Обжарить медальоны 2–4 минуты на смеси сливочного и растительного масла, переложить в другую посуду. Со сковороды удалить лиш-

ний жир, довести до кипения смесь имбиря, апельсинового сока, цедры лимона, вермута и сахара, добавить ягоды и прокипятить еще 4–5 минут на медленном огне, довести до вкуса.

Бифштекс является кулинарной классикой и нередко включается в ресторанное меню. Как известно, это порционный полуфабрикат из вырезки, который чаще всего жарят основным способом. Также может быть приготовлен рубленый бифштекс из котлетного фарша со шпиком и водой. Огюст Эскофье предлагал несколько вариантов приготовления и подачи бифштекса, имющих ряд существенных отличий по сравнению с теми, что приняты в отечественной технологии:

- *Бифштекс по-гамбургски*. Натуральную рубленую массу готовят так же, как и для бифштекса по-американски (см. главу 2 раздела “Мясо”), но с добавлением измельченного лука, яйца и мускатного ореха. Ее формируют, панируют в муке, обжаривают. При подаче сверху на каждый бифштекс кладут жареный лук.
- *Бифштекс по-русски* отличается тем, что на него сверху кладут жареное яйцо.
- *Двойной бифштекс (“Шатобриан”)* представляет собой жареный кусок вырезки массой 350–450 г.

В современной отечественной литературе “бифштекс по-гамбургски” переводят как “бургер”. Хотя бургер в современной кухне — это крупно нарубленное мясо с луком и чесноком или другими наполнителями, сформованное в виде биточков, а “бифштекс по-гамбургски” — в большей степени способ подачи.

Обычно при заказе гость сам определяет степень прожарки мяса.

При приготовлении блюд ресторанной кухни часто используется фламбирование, которое может являться частью технологического процесса приготовления порционных мясных блюд. Техника фламбирования описана в разделе “Способы и приемы кулинарной обработки”, а рецептуры и технология приготовления отдельных мясных блюд предложены ниже.

Корейка ягненка, фаршированная кедровыми орехами с “Пармезаном” и фламбированная в текиле. 340 г корейки ягненка, 50 г кедровых орехов, 30 г сыра “Пармезан”, 30 мл текилы, 200 мл мясного сочка, 10 г розового перца, 20 г сливочного масла, соль.

Корейку ягненка зафаршировать рублеными кедровыми орешками, смешанными с половиной “Пармезана” и солью. Подготовленный полуфабрикат обжарить, поджечь в текиле, снять со сковороды и посыпать оставшимся сыром. В сковороду влить сочок, добавить розовый перец, уварить до густоты, заправить сливочным маслом и процедить.

Свиная корейка, фламбированная в кальвадосе, с медом, кедровыми орехами и яблоками. 250 г свиной корейки, 30 мл кальвадоса, 50 г меда, 50 г орехов, 100 г яблок, 200 мл мясного сочка, соль, перец.

Свиную корейку обжарить до полуготовности и нарезать на брусочки. Фламбировать в кальвадосе, снять со сковороды, смазать медом и посыпать рублеными орехами. На свином жире обжарить яблоки. На сковороде карамелизовать мед, добавить мясной сочок и уварить его до загустения, посолить, поперчить. Кусочки корейки уложить колодец, гарнировать яблоками и подать с соусом.

Стейк из мраморного мяса, фламбированного в виски, с черешней.

340 г стейка, 20 мл виски “Джек Дэниэлс”, черный перец, 5 г мяты, 200 мл мясного сочка, 20 г сливочного масла, 60 г черешни, соль, перец.

Мясо посолить, поперчить и обжарить с двух сторон. Поджечь с виски и снять со сковороды. Для приготовления соуса на жире, оставшемся на сковороде, обжарить черный перец, свежую мяту, добавить мясной сочок. Уварить до загустения, заправить сливочным маслом. Оформить свежей черешней и соусом.

Мясо с тонкими прослойками жира хорошо подходит для быстрого обжаривания *на гриле или барбекю*. Эти способы также подойдут для бараньей ноги, разделанной в форме бабочки. Основные рекомендации по приготовлению мяса на гриле и барбекю можно найти в разделе “Способы и приемы кулинарной обработки”.

При жарке на гриле или барбекю более тонкие куски следует класть ближе к огню. Более толстые, наоборот, отодвигать подальше. Не следует покрывать решетку фольгой, так как из-за стекающего жира мясо может загореться. Рекомендуется положить фольгу под гриль для облегчения его дальнейшей чистки. Мясо не следует протыкать и переворачивать вилкой. Для этого лучше использовать специальную лопатку.

Куски мяса перед приготовлением часто смазывают растительным маслом. Стейк перед обжариванием можно смазать масляной смесью, например, лимонным маслом. Решетку гриля также рекомендуется смазать маслом. Для улучшения аромата и вкуса можно добавить измельченный майоран, розмарин, листья шалфея. Мясо перед обжариванием также маринуют, иногда шпигуют. Например, котлеты из баранины шпигуют веточкой розмарина, а свиные отбивные — листьями шалфея.

Нередко порционные куски мяса смазывают специально приготовленными пастами. Так, для телячьих отбивных (гриль) рекомендуются следующие смеси:

- измельченные каперсы, петрушка, дижонская горчица, оливковое масло; сначала отбивные смазывают с одной стороны, обжаривают, а затем переворачивают, смазывают с другой стороны и дожаривают;
- оливковое масло, соль, перец, измельченный свежий шалфей.

Свиные ребрышки (не следует путать со свинными отбивными) после разрубки рекомендуется смазать глазурью и жарить при 180–220°С до образования хрустящей корочки, чтобы мясо легко отходило от кости. Возможные варианты состава глазури даны в главе 2 раздела “Мясо”. При обжаривании ребрышки следует чаще переворачивать, чтобы жир не подгорал.

Как и на сковороде, на гриле или барбекю можно жарить фаршированные порционные полуфабрикаты, например, свиные отбивные.

Продолжительность обжаривания в барбекю стейков из говядины толщиной 2,5 см составляет: если стейки с кровью — 6–8 минут, средней прожарки — 8–10 минут, хорошо прожаренные — 10–12 минут. Продолжительность обжаривания бургеров толщиной 2 см — 10 минут. Отбивные из баранины жарят 10–12 минут, жигу массой 1,3–1,6 кг — 35–45 минут, рулет из бараньей ноги массой 1,3–1,6 кг — 75–90 минут. Свиную вырезку целиком жарят 30–35 минут, свиные отбивные — 12–14 минут, свиные ребрышки — 20–30 минут. Шашлыки жарят на решетке барбекю 6–8 минут, постоянно переворачивая. Шашлык можно пожарить и на гриле на расстоянии 5 см от жаровни. Время приготовления такое же, как на барбекю. Жарить на гриле или барбекю баранью ногу, разделанную в виде бабочки, в четыре раза быстрее, чем запекать ее целиком. Продолжительность жарения бараньей ноги, разделанной бабочкой, — 20–30 минут. Нуазет из баранины рекомендуется жарить по 5–7 минут с каждой сторо-

ны. Свиные отбивные — по 6–8 минут с каждой стороны на расстоянии 5 см от жаровни.

Приготовленное на гриле мясо нередко подают с “таблеткой” масляной смеси (например, из масла, чеснока и зелени петрушки или масла и замоченного в красном вине шалота).

Для быстрого приготовления мяса можно использовать вок, обжаривая мясо быстро и равномерно на сильном огне. Замаринованные тонкие полоски свиной вырезки после маринования обжариваются в считанные минуты. Для приготовления одной порции (мясо следует жарить небольшими частями примерно по 150 г) достаточно 2–3 минут.

***Свинина, жаренная на сковороде вок.** 450 г свиной вырезки, луковица, чеснок, перец чили, 125 мл темного соевого соуса, 125 мл кунжутного масла, 10 мл растительного масла, 2 сладких перца, 6 г кукурузной муки. Свинину нарезать полосками, посыпать солью, перцем, чесноком, луком, сбрызнуть соевым соусом, кунжутным маслом и мариновать 30 минут. Вынуть свинину и овощи из маринада и обжаривать на растительном масле несколькими партиями. Добавить перец и жарить 3–4 минуты, затем налить в вок маринад, смешанный с кукурузной мукой, и прогреть до загустения.*

Блюда из тушеного мяса

Наряду с жарением в ресторанной кухне широко используются различные способы тушения мяса. Тушить мясо можно крупными, мелкими и порционными кусками на плите при закрытой крышке или в духовом шкафу.

Для мяса применим как белый, так и коричневый способ тушения. Их описание дано в главе “Тепловая обработка: приемы и особенности их применения”.

Тушить мясо можно в бульоне, пиве, вине, квасе и т.д. Для улучшения вкуса и аромата хорошо добавить лук-порей, репчатый лук, букет гарни. Ближе к концу тушения рекомендуется добавить пряности (гвоздику, майоран, черный и душистый перец, лавровый лист, пряные овощи и т.п.).

Тушить следует на небольшом огне без кипения, иначе мясо станет жестким. В духовом шкафу мясо также тушат при низкой температуре (170°С).

В отечественной кухне бульон, в котором тушилось мясо, принято сливать и готовить на нем красный соус. Французские кулинары предлагают иной способ загущения этого бульона. Они смешивают в равных количествах муку, сливочное масло, сметану и полученную смесь постепенно вводят при взбивании (не снимая с плиты) в бульон от тушения.

Тушить мясо можно с овощами, рисом, сухофруктами, измельченной цедрой лимона или апельсина и т.д.

Классическим вариантом белого тушеного мяса является бланкет. Его готовят только из молочной телятины и молочного ягненка. Нарезанное мясо предварительно бланшируют, реже обжаривают без образования корочки. Соус готовят на бульоне от тушения. Тепловая обработка гарнира осуществляется отдельно. Для приготовления бланкета из телятины согласно технологии, рекомендуемой кулинарной школой Le Cordon Blue, следует использовать только специально подготовленное «белое мясо».

Бланкет из телятины. 1 кг телячьей грудинки или лопатки, морковь, лук-порей, стебель сельдерея, луковый клутэ (луковица с гвоздикой), букет гарни, 1 л бульона из телятины, соль, перец, 8 мелких белых луковиц, 150 г шампиньонов, сливочное масло, соль, сахар, лимонный сок. Для соуса: 40 г муки, 40 г сливочного масла, 600 мл бульона, 100 мл сливок, 100 г сметаны, 2 яичных желтка, картофель, петрушка.

Нарезать телятину кубиками, вымачивать сутки в проточной воде, залить холодной водой и довести до кипения. Слить воду, мясо хорошо промыть холодной водой, залить бульоном, добавить морковь, лук, сельдерей, букет гарни, луковый клутэ и тушить около часа. Выложить телятину, процедить бульон, соединить с мучной пассеровкой и варить соус в течение 30 минут. Добавить половину сливок со сметаной и проварить еще 15 минут. Процедить соус, соединить его с мясом и прогреть. Мелкие луковицы очистить, прогреть с кусочками сливочного масла, щепоткой соли, сахара и небольшим количеством воды, пока лук не станет прозрачным. Грибы прогреть с маслом, лимонным соком, щепоткой соли и небольшим количеством воды до матового цвета, воду слить. Отварить кусочки обточенного или нарезанного картофеля. Соединить ложку лимонного сока с ложкой воды, довести до кипения и, быстро помешивая, соединить с 60 г нарезанного на кусочки сливочного масла. В последний момент добавить рубленую петрушку и

картофель. Выложить телятину на тарелку. Смешать яичные желтки и оставшиеся сливки со сметаной, добавить часть соуса, постоянно перемешивая. Полить соусом телятину, сверху положить лук и грибы. Картофель разложить по краям блюда.

При приготовлении фрикасе также используется белое тушение. Мясо припускают в собственном соку с маслом, а затем добавляют воду или бульон и тушат, заправляют сливками и яичными желтками.

Фрикасе из телятины. 400 г телятины, 35 г сливочного масла или маргарина, 1 луковица, соль, перец, 25 г пшеничной муки, 500 мл белого бульона из телятины, букет гарни, соль, перец, яичный желток, 3 столовые ложки сливок, мускатный орех, лимонный сок.

Небольшие кусочки телятины припустить с добавлением сливочного масла при закрытой крышке с добавлением лука, соли и перца. Добавить муку, постепенно влить бульон, перемешать, добавить букет гарни, специи и тушить около 1,5 часа. Выложить мясо, удалить букет гарни и загустить соус желтками и сливками. Заправить мускатным орехом, лимонным соком, процедить соус и полить им мясо.

Фрикасе готовят также с грибами и луком. Для этого грибы и лук рекомендуются немного потушить в соусе или припустить, как указано в предыдущем рецепте, и смешать с остальными составляющими перед подачей.

К кулинарной классике можно отнести и говядину по-бургундски. Для ее приготовления в качестве вкусовой добавки используются кусочки шпика (бекона с прослойками жира).

Говядина по-бургундски. 750 г говядины, 500 мл коричневого бульона, 90 г лука, 125 мл красного сухого вина, 30 г муки, букет гарни, 30 г томат-пюре, чеснок, 25 мл растительного масла, 8 шампиньонов, 16 шт. мелкого лука-шалота, соль, перец, бекон.

Мясо нарезать кубиками и обжарить вместе с луком и беконом, посыпать мукой и заколеровать в духовом шкафу. Добавить томатное пюре, коричневый бульон, вино, чеснок, положить букет гарни и тушить под крышкой в духовом шкафу. Готовое мясо вынуть, соус уварить до

загустения. В соус положить мясо, обжаренные луковицы-шалот и шляпки шампиньонов. Довести до кипения и заправить специями.

Доб (daube) — тушение в глиняной посуде с крышкой; в ней же блюдо подают на стол. Таким способом преимущественно готовят говядину и баранину. Наиболее подходящим для тушения считается марокканский горшок с конусообразной крышкой. Благодаря тому, что пар конденсируется на крышке, а затем стекает обратно, мясо получается очень сочным.

Жаркое по-провански (daube a la provencale) готовят в горшочке, его технология приготовления чем-то напоминает технологию приготовления жаркого, предлагаемую действующим сборником рецептов, однако имеет и ряд существенных отличий.

Жаркое по-провански. 900 г говядины, ветчина, петрушка, 4 зубчика чеснока, 4 луковицы, соль, перец, 3 моркови, 1 л красного вина, 1 стакан винного уксуса, 2–3 столовые ложки бренди, 4–5 столовых ложек растительного масла, 100 г бекона, букет гарни, цедра 1/4 апельсина.

Говядину нарезать на 8 кусочков, нашпиговать брусочками ветчины, предварительно панированными в мелко нарезанной петрушке, смешанной со специями и 1 раздавленным зубчиком чеснока. Смешать мясо с половиной лука, морковью, солью, перцем, залить вином, винным уксусом, бренди и оставить мариноваться на 4–5 часов. В горшочек добавить немного растительного масла, растопить бекон с прослойками жира и обжарить на нем оставшийся лук, положить подготовленное мясо без маринада. Готовить до появления у мяса золотистой корочки, периодически помешивая. Добавить апельсиновую цедру, букет гарни, оставшийся чеснок, маринад и тушить, пока объем соуса не выпарится наполовину, а затем долить 600 г кипятка. Накрывать горшочек крышкой, не оставляя зазора, и тушить в духовом шкафу при 120°С около 5 часов. При желании можно добавить грибы.

Тушить мясо можно также в духовом шкафу в специальной посуде casserole, которая имеет овальную форму. Для создания большей герметичности места соприкосновения крышки и бортов посуды обмазывают тестом. Тесто снимают после приготовления в присутствии гостя. Этим способом можно тушить, например, телячьи почки с вином и бульоном.

Свинина, если ее потушить в молоке, получится очень нежной.

Свинина в молоке. 1 кг свиной корейки, 1 чайная ложка оливкового масла, 0,75 мл молока, 2–3 зубчика чеснока, 1 чайная ложка листьев шалфея, 1 лимон, соль, перец.

Корейку свернуть рулетом, посолить, поперчить, обжарить, добавить молоко, чеснок, мелко нарубленные листья шалфея, цедру, сок лимона и тушить 2–2,5 часа при 180°С.

При приготовлении свинины, тушенной в молоке, образуется пикантный соус. Им поливают свинину при подаче. Свернувшийся белок молока считается для этого блюда совершенно нормальным явлением.

Тушить мясо можно также с пивом или в апельсиновом соке.

Мясо, тушенное с пивом. 400 г говядины, соль, перец, 25 г муки, 25 мл растительного масла, 200 г репчатого лука, 250 мл пива, 10 г сахара, 25 г томатного пюре, 500 мл коричневого бульона.

Нарезать мясо тонкими ломтиками, посолить, поперчить, панировать в муке, быстро обжарить и соединить с пассерованным луком. Добавить пиво, сахар, томатное пюре и коричневый бульон. Закрывать посуду плотно подогнанной крышкой и тушить при 150–200°С около 2 часов. В самом конце довести до вкуса.

Свинина под апельсиновым соусом. 250 г корейки, соль, перец, 15 мл растительного масла, 50 мл свежесжатого апельсинового сока, 18 г имбиря, 3 г чеснока, 45 г красного острого перца, апельсиновая цедра, 5 г сахара, 15 г крахмала.

Свиную корейку поперчить, посолить, обжарить на масле, добавить апельсиновый сок, имбирь, чеснок, красный перец, цедру, сахар и тушить в духовке в течение 1 часа при 200°С. Слить жидкость через сито и заварить в ней крахмал, довести до вкуса и подавать к мясу.

Для большей пикантности мясо можно перед тушением замариновать.

Свинина по-нюрнбергски. 1,1 кг свинины, тертый имбирь, молотый кардамон, гвоздика, черный перец (крупно смолотый), 100 г меда, 40 г

зелени петрушки с кореньями, 160 г репчатого лука, 40 мл растительного масла, 300 мл белого сухого вина, 300 мл бульона, 80 г пряника с корицей, 77 г крахмала.

На свиной коже сделать надрезы в виде ромбов. Пряности смешать с медом, обмазать свинину со всех сторон. Замариновать мясо несколько часов в холодильнике в закрытой посуде. Лук и петрушку крупно нарезать. Мясо обжарить и запекать вместе с овощами в духовом шкафу при 180°С в фольге. В образовавшийся при жарке сочок добавить белое вино, бульон, раскрошенный пряник и тушить 1 час, периодически поливая свинину соусом. Вынуть свинину из соуса и заварить в нем крахмал.

Перед тушением мясо можно зафаршировать.

Рулет из свинины по-датски. 800 г свиной корейки, 200 г чернослива, 125 мл красного вина, 2 столовые ложки темного рома, 0,5 чайной ложки молотой корицы, щепотка молотой гвоздики, имбирь, 150 г бекона, розмарин, 15 г сливочного масла.

Замариновать чернослив в вине с ромом 1 час, обсушить. Смешать с корицей, гвоздикой, имбирем. Полученным фаршем зафаршировать “карман” корейки. Очень тонко нарезанные пластинки бекона посыпать розмарином и завернуть в них корейку, перевязать, обжарить, залить маринадом из-под чернослива, разбавить водой (125 мл) и тушить 1,5 часа.

Блюда из птицы

Блюда из отварной и припущенной птицы

Варят птицу обычно целиком в заправленном виде с добавлением моркови, лука, букета гарни (тимьян, лавровый лист, петрушка) в соответствии с требованиями, известными из технологии общественного питания. Несомненно, отварную птицу можно использовать и как самостоятельное блюдо, но чаще всего в ресторанной кухне мякоть отварной птицы берут для приготовления салатов, различных фаршей, начинок и т.п. Например, если соединить измельченную мякоть отварной птицы с соусом бешамель, полученной смесью хорошо фаршировать блинчики.

Гусиную печень можно также отварить, предварительно нашпиговав ее трюфелями и замариновав в бренди и мадере. Варить следует на очень медленном огне в течение 20–25 минут.

Припускают молодых кур, цыплят, филе и изделия из муслина (кнельной) или просто рубленой массы. Часто припускают фаршированные рулеты, “кармашки” из птицы. Для лучшего сохранения формы перед тепловой обработкой их обычно заворачивают в фольгу или пищевую пленку.

Для улучшения вкуса и аромата при припускании птицы можно добавить лук, морковь, белое сухое вино, перец горошком.

Нежное мясо грудки при длительной тепловой обработке становится сухим, поэтому куриное филе обычно припускают 5–10 минут, фаршированные рулеты — около 15 минут. Для проверки готовности их следует проткнуть металлической шпилькой, и, если она будет теплой на ощупь, рулеты готовы.

Куриное филе, фаршированное персиками. 280 г куриного филе, 80 г консервированных персиков, соль, белый перец, 100 мл жирных сливок, белое вино, карри.

Зачистить куриное филе, посолить, поперчить, завернуть в него кусочки консервированного персика и припустить в бульоне. Вынуть филе и оставить в теплом месте, долить в бульон вино, немного сока консервированного персика, прокипятить, заправить сливками, загустить сливки и довести до вкуса, посолив, поперчив и добавив карри.

В восточной кухне для сохранения сочности куриного филе его отваривают на пару или припускают, смазав ароматическими и вкусовыми приправами и завернув в банановые листья.

При припускании изделий из кнельной массы (муслина) не следует допускать повышения температуры варочной среды до 100°С.

Блюда из жареной птицы, пернатой дичи

Жарят птицу основным способом в жарочном шкафу, на гриле или барбекю, во фритюре, в сотейнике.

В *жарочном шкафу* птицу жарят как тушками, так и порционными кусками.

Перед жарением птицу часто натирают различными пряностями для улучшения ее вкуса и аромата. Варианты смесей для натирания птицы

предложены в главе 2 раздела “Птица”. Ниже представлен ряд рекомендаций по улучшению органолептических свойств жареной птицы:

- Перед жаркой тушки нежирной птицы можно под кожу положить кусочки сливочного масла, а лучше масла в смеси с измельченными пряными травами.
- Перед жаркой утку рекомендуется бланшировать в кипящей воде, чтобы потом ее кожа стала хрустящей.
- Для улучшения вкуса и аромата курицы внутрь тушки рекомендуется положить зубчики чеснока, половинки лимона, веточки тимьяна и шалфея, натереть тушку тимьяном и паприкой.
- Для придания сочности перед приготовлением в полость тушки можно положить половинку луковицы. Можно также неплотно завернуть птицу в фольгу или пергаментную бумагу, которую за 20–30 минут до окончания тепловой обработки удалить.
- В бекон можно завернуть рулет из куриного филе перед обжариванием, чтобы он был сочнее и более вкусным.
- У жирной птицы перед обжариванием следует удалить жир из полости и с хвостовой части, положить внутрь тушки лавровый лист и дольку апельсина, проколоть кожу в нескольких местах.

Если птицу жарят целой тушкой, то для облегчения порционирования тушки птицы рекомендуется при первичной обработке удалять косточку-вилку.

У жирной птицы при выпечке следует сливать жир. Жарить такую птицу следует только на решетке, чтобы она не плавала в собственном жире, а жир необходимо удалять с противня. Если кожа подгорает, можно накрыть тушку фольгой.

В жарочном шкафу птицу обычно жарят, предварительно ее зафаршировав. Различные способы фарширования и варианты фаршей предложены в главе 2 раздела “Птица”. Рулеты иногда запекают на овощах. В этом случае их предварительно закручивают и перевязывают, но без оболочки из фольги и пергаментной бумаги, а затем натирают маслом и пряностями. Так, рулет из *грудки* смазывают оливковым маслом, натирают солью, перцем и жарят в духовом шкафу.

Нашипованную трюфелями и замаринованную в бренди и мадере гусиную печень хорошо обернуть ломтиками свинины, а затем запекать в тесте 30–35 минут при 160°С.

Птицу часто глазируют во время приготовления или на его последней стадии. Во втором случае тушки или порционные куски после обжаривания смазывают глазурью и ненадолго ставят в жарочный шкаф. Другой вариант — глазурью смазывают почти готовое изделие, обычно за 10–30 минут до готовности.

Для глазирования рекомендуется использовать следующие смеси.

Для цыплят:

- цедра (1 чайная ложка), сок лимона (1 столовая ложка), апельсиновый мармелад (15 г), сосый соус (2 столовые ложки);
- апельсиновый мармелад (4 столовые ложки), соевый соус (2 чайные ложки), цедра (1 чайная ложка), сок лимона (1 столовая ложка).

Для курицы:

- сухой вермут (2 столовые ложки), коричневый сахар (2 столовые ложки), бальзамический уксус (2 столовые ложки).

Для утиных грудок:

- мед, крупно измельченные семена кориандра и розового перца.

Для индейки:

- прокипяченный 2 минуты на медленном огне яблочный конфитюр (150 г), бальзамический уксус (50 мл), молотая корица (0,5 чайной ложки), молотая гвоздика (0,25 чайной ложки).

Для гуся:

- сахар (3 столовые ложки), соевый соус (3 столовые ложки), красный винный уксус (3 столовые ложки), мелко нарубленный свежий имбирь (1 столовая ложка).

Для утки:

- соус чили (1 столовая ложка), светлая патока (2 столовые ложки);
- имбирь свежий натертый (2 чайные ложки), соевый соус (1 столовая ложка), мед (2 столовые ложки).

По китайской традиции, утку часто подвешивают для высушивания, а затем глазируют перед приготовлением в жарочном шкафу.

Пернатую дичь готовят так же, как и домашнюю птицу.

Жареный фазан с винным соусом. Фазан — около 1 кг, соль, перец, жирный бекон, 5 г муки, 300 мл красного вина.

Подготовленную тушку натереть солью и перцем, обмотать полосками бекона и жарить в духовом шкафу 10 минут при 230°C, а затем 30

минут — при 200°С. Готовую птицу вынуть из шкафа и накрыть фольгой. На дно жаровни насыпать муку, пассеровать ее и постепенно развести вином, проварить на медленном огне до загустения и довести до вкуса. Подать фазана с полученным соусом.

Завертывание тушек молодой дичи жирным беконом помогает сделать мясо сочным и более вкусным. Так, чтобы приготовить жареную *куропатку*, необходимо тушку птицы натереть солью, перцем, измельченным тмином, перевязать кусочками бекона и жарить на сковороде, а затем в духовом шкафу, поливая сочком и жиром. Жареную куропатку можно полить сочком, посыпать ягодами винограда, цедрой апельсина и дольками очищенного апельсина, прогреть 5–6 минут в закрытой посуде в духовом шкафу.

Для смягчения вкуса и аромата *рябчика* рекомендуется за час до тепловой обработки замочить его в холодном молоке. Жарят рябчиков так же, как и куропаток. Тушку можно наполнить моченой или свежей брусничкой, смешанной со сливочным маслом и сахаром, обмазать сметаной и жарить до готовности в духовом шкафу. Также тушку можно вначале обжарить на сковороде, а затем добавить бульон и довести до готовности в духовом шкафу.

При *жарении* птицы в *сотейнике* рекомендуется разогреть оливковое масло или смесь сливочного и растительного масла, обжарить куски птицы до румяной корочки, а затем уменьшить нагрев и довести их до готовности. Порционные куски утки хорошо жарить в собственном жире.

Утиную грудку также можно жарить *основным способом* без жира, положив на сковороду кожей вниз. Основным способом, то есть на сковороде, обычно жарят порционные, некоторые рубленые полуфабрикаты, например, знаменитые “Пожарские” котлеты.

Котлеты из филе курицы “Пожарские”. 450 г куриного филе, 100 г замоченных в сливках сухарей, 100 г сливочного масла, соль, перец, мускатный орех, мука, топленое масло для жарки.

Мелко нарезать филе, смешать с замоченным в сливках хлебом, солью, перцем, мускатным орехом и маслом. Сформовать котлеты, запанировать в муке и обжарить.

Для улучшения вкуса, сохранения сочности порционные кусочки птицы часто маринуют, а также панируют. Возможные варианты смесей для маринования и панировки предложены в главе 2 раздела “Птица”.

Филе цыпленка с черносливом и красным вином. 100 г филе, соль, перец, мука для панировки, яйцо, миндаль, сливочное масло, 93 г чернослива, 63 мл красного вина, гвоздика, 3 г крахмала.

Порционные кусочки филе натереть солью, перцем, запанировать в муке, яйце, миндале и обжарить. Чернослив залить вином, добавить гвоздику и вскипятить, влить разведенный крахмал и заварить его. Сушеный чернослив лучше предварительно замочить на ночь в вине с добавлением гвоздики и корицы. Подавать филе с черносливом.

Часто порционные куски птицы подвергают быстрой жарке основным способом, а далее используется технология, описанная в главе “Быстрые” соусы”.

Куриная грудка с медовым соусом. 140 г куриного филе, 60 г лука-порея, 65 г репчатого лука, 5 г горчицы, 30 г сливочного масла, 10 г меда, 20 мл белого сухого вина, соль, перец, мускатный орех, жирные сливки, 35 мл ароматизированного уксуса, 75 мл куриного бульона.

Порционные кусочки филе посолить, поперчить, натереть горчицей и быстро обжарить. Снять со сковороды, удалить лишний жир, добавить бульон, уксус, мед и уварить на треть, заправить сливочным маслом.

Отдельно потушить репчатый лук и лук-порей с кусочком сливочного масла, добавить вино, сливки и тушить 15 минут. В конце довести до вкуса, заправив солью, перцем и мускатным орехом. Филе выложить на лук и полить соусом.

Жарить на сковороде также можно фаршированное филе птицы или дичи. Так, филе рябчика отбивают и фаршируют кнельной или паштетной массой, панируют в белой панировке и жарят.

Основным способом обжаривают эскалоп из гусиной печени, предварительно панировав его в муке или в двойной панировке. Жарить эскалоп рекомендуется на сливочном масле.

В сильно раскаленной сковороде вок жарят обычно мелкокусковые полуфабрикаты, например, тонкие полоски, нарезанные из грудки цыпленка, курицы, индейки или утки. Предварительно их можно панировать в смеси яичного белка и кукурузного крахмала (1 яичный белок на 1 столовую ложку крахмала). Аналогично жарят курицу по-индонезийски, но вместо панировки используют маринад, в котором мясо птицы выдерживают в течение 15 минут. Состав маринада представлен в главе 2 раздела “Птица”. Готовую птицу заправляют заваренным кукурузным крахмалом, причем не в воде или в бульоне, а в апельсиновом соке и маринаде.

Одним из распространенных способов приготовления порционных полуфабрикатов из птицы, в частности, эскалопов, является *жарение* на решетке *гриля*. Рекомендуется использовать оливковое, ореховое масло или смесь сливочного и растительного масла. Продолжительность жарения эскалопов составляет примерно 5 минут. Добавив ароматизированный уксус на сковороду, на которой жарились эскалопы, можно приготовить “быстрый” соус.

Так же, как не рекомендуется класть обжариваемый продукт на холодную сковороду, не следует помещать птицу на холодный гриль. Его следует обязательно прогреть в течение 10 минут. Перед тем как обжарить птицу на гриле, ее нередко натирают оливковым маслом с пряностями или маринуют. Различные варианты смесей для маринования предложены в главе 2 раздела “Птица”. Рекомендуется также птицу во время обжаривания поливать маринадом.

Очень популярно приготовление на гриле шашлычков (*соте*) из филе цыпленка. Тонкие, длинные полоски филе следует замариновать, затем нарезать на замоченные заранее деревянные шпажки (шампуры) и обжарить.

Небольшие тушки птицы также хорошо обжарить на гриле.

Цыплята-гриль с лимоном. Цыпленок массой около 500 г, соль, сухой розмарин, сухой тимьян, молотый перец, 20 мл сока лимона.

Разрезать тушку пополам, натереть солью. Положив цыпленка кожей вниз, обжарить на гриле (примерно в 15 см от огня) в течение 15 минут, перевернуть, посыпать пряностями и жарить еще 15 минут, поливая вытопившимся соком. Готового цыпленка выложить на блюдо, слить с противня жир, добавить лимонный сок и размешать, затем полить этим соком цыпленка.

Для улучшения вкуса и аромата предварительно тушку можно замариновать. Во время обжаривания птицы ее также неплохо смазывать глазурью. Например, для курицы-гриль используют смесь-глазурь, включающую абрикосовый джем (175 г), яблочный уксус (2 столовые ложки), томатный кетчуп (90 г), тертый очищенный свежий имбирь (1 столовая ложка), соевый соус (1 столовая ложка), лук-порей (2 шт.).

Индейка готова, когда температура в бедре достигает 77–79,5°С. Температура готовой грудки должна быть 72–74,5°С, температура начинки — 74°С, курицы — 74,5–77°С.

Также птицу можно *жарить на барбекю*. Этим способом готовят как целые тушки птицы, так и отдельные ее части. Перед жарением птицу хорошо натереть специальными маринадами. Например, тушку цыпленка натирают смесью сока лайма, перца чили, чеснока и оливкового масла. Индюшачьи эскалопы маринуют в смеси лимонного сока, цедры, растительного масла, соли, черного перца, толченого чеснока и нарубленного шалфея. Для придания вкуса и блеска птицу-барбекю натирают глазурью или специальным соусом в последние 10 минут жарки. Например, куриные ножки натирают смесью абрикосового джема, томатного кетчупа, яблочного уксуса, соевого соуса, зеленого лука и натертого имбиря.

Приготовление на барбекю имеет свои особенности. Утку рекомендуют запекать в фольге грудкой вниз. Дичь и молодую птицу лучше готовить на вертеле или на двух стальных шампурах. Первый шампур пропускается через крыло, кожу шеи и другое крыло, а другой — через бедра и тушку. Для шашлыков из индейки берут не только грудки, но и бедра, очищенные от кожи и костей и нарезанные на куски.

В качестве дополнения к птице, приготовленной на барбекю, используются ломтики цитрусовых, также жаренных на барбекю.

Продолжительность тепловой обработки на барбекю курицы массой 1,3–1,6 кг — 60–90 минут; утки массой 1,8–2 кг — 2 часа; куриных грудок без костей — 10–12 минут; куриных грудок с костями — 30–35 минут; утиных грудок без костей — 10–15 минут; куриных бедер без костей — 8–10 минут, эскалопов из индейки — 6–8 минут.

Кисло-сладкие куриные крылышки. 6 куриных крыльев (около 450 г), 30 мл красного винного уксуса, 30 мл соевого соуса, 25 г сахара, 7 г кукурузного крахмала, 15 мл кунжутного масла, молотый черный перец.

Подготовленные куриные крылышки жарить 25 минут на барбекю, часто переворачивая и смазывая в последние 10 минут кисло-сладким соусом. Для приготовления соуса необходимо проварить 1 минуту на среднем огне смесь красного винного уксуса, соевого соуса, сахара, кунжутного масла, разведенного в небольшом количестве воды и заваренного кукурузного крахмала. Довести до вкуса.

Блюда из тушеной птицы

В отечественной технологии тушение характеризуется как комбинированный процесс, включающий обжаривание с последующим припусканием в небольшом количестве жидкости. Степень предварительного обжаривания птицы влияет на вкус блюда. При обжаривании птицы до румяной корочки с последующим припусканием (коричневое тушение) получают блюдо, в названии которого имеет место термин “cote”. Таким образом, *cote* (уже третье значение этого слова) — *коричневое тушение* белого мяса (курицы, телятины).

Cote из курицы с цуккини и чесноком. 1 луковица, 400 г цуккини, оливковое масло, сливочное масло, 4 куриных филе, чеснок, соль, перец чили, сок 1 лайма.

Обжарить на оливковом масле лук и цуккини и переложить в сотейник. В освободившуюся сковороду добавить сливочное масло и обжарить кусочки филе до румяной корочки, затем также переложить в сотейник, заправить чесноком и прогреть еще 2–3 минуты. Довести до вкуса, заправив солью, перцем, и приправить соком лайма. Подавать с дольками лайма.

Также птицу можно обжарить быстро, не допуская образования румяной корочки (с минимальным окрашиванием), а уже затем ее тушить. Более того, курицу иногда заливают холодной водой, доводят до кипения, промывают холодной водой и тушат в белом соусе. Такое тушение называют *белым*, а описываемый способ приготовления курицы — *бланкет*.

Бланкет из курицы по-бургундски. 1 курица, 35 г сливочного масла, 45 г муки, соль, перец, 20 небольших луковиц шалота, гвоздика, букет гарни

(петрушка, лавровый лист, тимьян), грибы, 2 яичных желтка, 2 столовые ложки сливок.

Залить порционные кусочки курицы холодной водой и довести до кипения. Выложить, промыть холодной водой. Растопить на сковороде сливочное масло, добавить муку и пассеровать ее. Выложить курицу, залить горячей водой так, чтобы она покрыла кусочки, довести до кипения. Добавить немного соли, перца, луковый клутэ (луковица с воткнутой в нее гвоздикой) и букет гарни. Тушить около часа. Добавить обжаренные грибы и тушить еще несколько минут. Выложить курицу на сервировочное блюдо вместе с луком и грибами, удалить букет гарни и заправить взбитыми со сливками яичными желтками.

Белое тушение используется и при приготовлении фрикасе. Сначала птицу припускают с вином и сливочным маслом при открытой крышке, давая алкоголю испариться и передать вкусовой букет, а затем добавляют бульон и тушат при закрытой крышке.

Фрикасе из курицы. *1000 г курицы, букет гарни (петрушка, лавровый лист, тимьян), 150 мл белого вина, бульон, 80 г лука, соль, белый перец, 30 г муки, 30 г сливочного масла, 400 г белых грибов, 70 г жирных сливок, 3 яичных желтка.*

Разделить курицу на порционные кусочки, припустить с добавлением вина и сливочного масла, пока вино полностью не выпарится. Затем добавить бульон, букет гарни, бланшированный лук, соль, перец и прокипятить 6–8 минут. Пассеровать на сливочном масле муку, развести ее бульоном, заправить птицу соусом и припустить на медленном огне в течение 20–25 минут. Удалить букет гарни, добавить обжаренные на сливочном масле грибы, заправить сливками и яичными желтками. Фрикасе также можно готовить с добавлением шампиньонов, трюфелей, сморчков или раков. В качестве гарнира использовать отварной рис или картофель. Подать блюдо хорошо с гренками в виде сердечек, обжаренными на масле, или украсить кружочком лимона, панированным в зелени петрушки.

При приготовлении сюпрема из курицы также используется белое тушение.

Сюпрем из курицы в соусе из сливок. 4 куриных филе (сюпрем), 50 г сливочного масла, 25 г муки, 30 мл шерри или белого вина, 125 мл сливок 20%, соль, перец.

Запанировать филе в муке и быстро обжарить с минимальным окрашиванием, переложить в глиняную посуду, чтобы сохранить теплым. Со сковороды слить лишний жир, добавить шерри или белое вино, сливки, уварить до загустения и довести до вкуса.

Целью тушения домашней птицы является не столько необходимость ее размягчения (для ресторанной кухни проблема кулинарного использования петухов и старой птицы не столь актуальна), сколько создание более яркого вкуса, аромата и придание мясу большей нежности. Для усиления эффекта птицу перед тепловой обработкой можно замариновать в маринаде с красным вином или тушить с добавлением вина. Технология приготовления классического блюда французской кухни “Коковэн” изначально предполагала тушение петуха в красном вине. В качестве вкусовой добавки при приготовлении этого блюда рекомендуется использовать бекон.

Петух (курица) в вине. 1 курица, соль, перец, 120 г лука-шалота, 50 г бекона, 120 г шампиньонов, 30 г сливочного масла, 30 мл растительного масла, 250 мл красного вина, 400 мл коричневого бульона, 25 г муки, 25 г маргарина.

Кусочки курицы натереть солью, перцем и обжарить с мелкими луковичками шалота. На смеси растительного и сливочного масла обжарить бекон с прослойками жира и грибы, соединить с курицей и луком, слить лишний жир, добавить красное вино, коричневый бульон и тушить до готовности. Процедить бульон, заправить пассерованной мукой и прокипятить. Соединить курицу, соус, грибы с луком, довести до кипения и до вкуса. Для улучшения вкуса и аромата также можно использовать чеснок, тимьян, лавровый лист.

В настоящее время существует множество интерпретаций этого блюда. Сейчас в красном вине готовят, например, гуся, цыплят.

Цыпленок в вине. 1 цыпленок, 60 мл растительного масла, 15 г муки, 250 г моркови, 1 луковичка, лавровый лист, соль, перец, 175 г шампиньонов.

Для маринада: 700 мл красного вина, 1 морковь, 1 репчатый лук, 2 зубчика чеснока, букет гарни, 4–5 ягод можжевельника, 1 чайная ложка горошин черного перца, 200 мл красного винного уксуса.

Разделить тушку цыпленка на 6 частей, натереть солью, перцем, замариновать, сбрызнуть растительным маслом и оставить в холодильнике на ночь. Вынуть кусочки цыпленка из маринада, подсушить, переложить в нагретую с маслом огнеупорную посуду и обжарить цыпленка до румяной корочки. Посыпать мукой, добавить нарезанный лук, морковь, шампиньоны и тушить. Довести маринад до кипения, соединить с курицей и тушить в течение часа в духовом шкафу при температуре 180°С. За 10 минут до конца тушения добавить лавровый лист. В конце приготовления довести до вкуса и дать настояться 10–15 минут.

Для приготовления маринада смешать и прокипятить все ингредиенты, кроме уксуса, остудить и добавить уксус.

Также в красном вине тушат пернатую дичь.

Куропатка в вине. *1 куропатка, чеснок, растительное масло, 200 мл красного винного уксуса, 370 мл красного вина, 370 мл воды, лавровый лист, перец, соль, гвоздика, ягоды можжевельника.*

Куропатку обжарить, переложить в кастрюлю, заправить обжаренным на масле чесноком, маринадом из уксуса, вина, воды, лаврового листа, перца, соли, гвоздики, ягод можжевельника и тушить до готовности.

Утку тушат с хересом. При тушении курицы добавляют пиво.

Тушить можно не только на плите, но и в духовом шкафу. Для создания большей герметичности места соприкосновения крышки и бортов посуды *casserole* обмазывают тестом.

Пернатую дичь тушат, если в жареном виде ее мясо жесткое и сухое. Для придания большей сочности и улучшения вкуса перед приготовлением тушку оборачивают в полоски жирного бекона, а также маринуют. Способы маринования пернатой дичи даны в главе 2 раздела “Птица”.

Пернатую дичь можно тушить в красном вине с добавлением лука и моркови. Куропатку тушат в красном вине с добавлением шампиньонов, рябчиков, куропаток — в сметане или сметанном соусе.

Тушат как отдельные части птицы, так и целые тушки. Например, рябчика тушат вместе с шампиньонами, оливками, петушиными гребешками, мясным сочком, красным вином. К готовому блюду неплохо подать гренки в форме сердца, обжаренные на сливочном масле и смазанные паштетом из печени или из дичи.

Тушить можно также предварительно зафаршированную тушку или рулеты.

Курица “Суворов” (Poularde Souvarov). 1 курица, 225 г готовой гусиной печени, 4 трюфеля среднего размера, соль, перец, ломтик бекона, сливочное масло, 6 столовых ложек мадеры, 6 столовых ложек выпаренного телячьего или куриного бульона, тесто.

Зафаршировать курицу гусиной печенью, очищенными, нарезанными небольшими кусочками и слегка посоленными трюфелями. Связать ножки, привязать к грудке полоски бекона, обжарить на масле в течение 45 минут. Достать курицу со сковороды, снять шпагат и положить в *casseroles*. Слить со сковороды лишнее масло, добавить мадеру. Довести до кипения и добавить бульон. Полученным соусом полить курицу, закрыть крышкой, залепить зазор между бортом посуды и крышкой полоской теста и запечь при температуре 160–180°C около 20 минут.

Очень вкусными получаются фаршированные рулеты.

Рулетки из индейки с сельдереем. 140 г филе индейки, соль, перец, 60 г черешкового сельдерея, 41 г сыра “Рокфор”, 42 г окорока варенокопченого, 10 мл растительного масла, 50 мл куриного бульона, 25 мл жирных сливок, 6 г крахмала.

Филе посолить, поперчить, положить на него кусочки бланшированного сельдерея, окорока, ломтики сыра, скатать, закрепить зубочисткой и обжарить. Влить бульон и тушить на медленном огне 25 минут. Вынуть филе и поставить в теплое место.

Для соуса: долить в бульон сливки, вскипятить, загустить крахмалом и довести до вкуса.

Также можно зафаршировать тушку перепелки колбасным фаршем, ежевикой, брусникой, малиной, цедрой лимона и обжарить. Добавить бу-

льон и тушить 30 минут с добавлением томата, соли, перца черного и душистого, лаврового листа, белого вина. В конце заправить пассерованной мукой.

Гарниры

Гарниры, так же как и соусы, являются важным составляющим элементом ресторанный блюда. Они могут быть относительно простыми и достаточно сложными. Пример блюда-победителя одной из кулинарных олимпиад: “Медальон из трески, сваренной на пару и глазированной горчицей, на “подстилке” из кусочков трески и языков трески с мидиями, с рагу, приготовленным из молодых овощей и лангуста, с картофельной башней, наполненной базиликовым кремом и пюре из паприки, на крутоне и под чипсами из чеснока, с соусом из лангуста”.

Гарниры часто служат не только вкусовым дополнением, но и важным элементом дизайна блюда. Для придания формы гарниру нередко используют кольцо, в котором могут чередоваться слои гарнира и основного продукта или нескольких гарниров. Например, для цветового контраста неплохо прослоить картофельное пюре, пюре с зеленым горошком и пюре с томатом. Три вида пюре, разных по цвету, можно разделить двумя столовыми ложками в форме клецек. Или такое простое решение — чередовать кружки цуккини со слоями нарезанных мелким кубиком и припущенных овощей или овощей с рисом.

Картофельное пюре или пюре из шпината совершенно необязательно подавать рядом с основным блюдом. Например, под “косичку” из рыбы можно сделать “подстилку” из шпинатного пюре.

Следует отметить, что гарнир достаточно часто выступает в роли постаменты для основного продукта, он также может быть “завернут в основное блюдо”. Скажем, в тонкие пластинки обжаренной вырезки неплохо завернуть брусочки из огурца, листочки рукколы и посыпать сверху обжаренным кунжутом.

При подборе гарниров весьма эффективно использование классических традиций французской кухни. Так, к говядине по-бургундски подают обжаренные на сливочном масле четвертинки грибов и бланшированного лука, которые раскладывают вокруг готового мяса и поливают соусом из красного вина.

Наряду с традиционными могут быть использованы и менее привычные для отечественной технологии гарниры, например, салат из цитрусовых, отваренные в вине груши и т.п. К жареной свинине хорошо подойдут яблочные ломтики, обжаренные в сливочном масле, к жареному лососю — сое из тропических фруктов. Классическими гарнирами к дичи являются груши, сваренные в сиропе из красного вина; мини-яблоки, фаршированные сваренной в вине клюквой; мусс из сельдерея; обжаренные грибы; засахаренные каштаны или пюре из каштанов; всевозможные варианты картофеля. Более актуальными гарнирами к дичи считаются сморчки, фаршированные нежным муссом из фазана; шартрез из спаржи и черных трюфелей; шарлотка из яблок и сельдерея фламбе.

В качестве гарнира иногда используются кулинарные изделия, которые обычно подают как самостоятельное блюдо, — несладкие сырники, картофельные блинчики, фаршированные помидоры черри, цуккини или репа, голубцы или вареники с овощными фаршами, ризотто, рататуй и т.п. Вместо привычного ризотто из риса можно подать как гарнир гречневое ризотто.

С жареной телятиной или телячьими отбивными, приготовленными на гриле, отлично сочетаются овощные оладьи. Необычным гарниром к запеченной телятине станет горячий салат из помидоров. В качестве гарнира также можно использовать овощные рулетики в тесте фило. Для них следует пассеровать нашинкованный дайкон, вешенки, цуккини, морковь, заправить их соусом “Табаско” и орегано, завернуть в смазанный топленым маслом лист теста фило и запечь 5–7 минут при 230°C.

Овощи довольно часто используются в качестве гарниров к различным блюдам. Причем современные тенденции предполагают минимальную их тепловую обработку и степень готовности аль денте.

Как дополнение к основной части гарнира нередко подходят также чипсы из баклажанов, кабачков, топинамбура и т.п. В том же качестве, а также как часть дизайна блюда выступает расплавленный при температуре 190°C сыр “Пармезан”. Сыр натирают, раскладывают блинчиком на силиконовом коврике и ставят в духовой шкаф. При желании в теплом виде растопленному сыру легко придать необходимую геометрическую форму.

Иногда к блюду дополнительно подают гренки в форме сердца, верхушки которых панированы в измельченной зелени.

Гарниры из картофеля и овощей

Шато. Обточить картофель в форме маслин или бочонков высотой 4 см, обжарить на растительном масле, довести до готовности в духовом шкафу, полить растопленным сливочным маслом, посолить, посыпать петрушкой.

Помм англез (картофель по-английски). Картофель вырезать на 5–6 см в длину и обточить 7 граней.

Нуазет. Картофель шариками размером с лесной орех обжарить в масле, посолить.

Паризьен. Шарики из картофеля обжарить и глазировать соусом демиглас.

Пармонтье. Кубики картофеля со стороной 1 см обжарить, посыпать солью.

Паве. Кубики картофеля со стороной 2 см обжарить и посолить.

Сабле. То же, но перед окончанием жарки посыпать сухарями.

Картофельное торе. Картофель сварить, подсушить, протереть, заправить маслом и мускатным орехом. Вместо мускатного ореха шпоре можно заправить прогретым в масле измельченным чесноком, рубленой зеленью петрушки и тертой лимонной цедрой.

Дюшес. Завитки или розаны из протертого картофеля с маслом и желтком смазать льезоном и запечь.

Св. Флорентен. Протертый картофель с маслом и желтками соединить с измельченной ветчиной, сформовать жгут диаметром 2 см, нарезать по 60 г, опустить в льезон, панировать в измельченной вермишели и обжарить во фритюре.

Маркиз. Протертый картофель с маслом и желтком соединить с томатом и далее готовить, как дюшес.

Берни. Протертый картофель с маслом и желтком в форме абрикоса опустить в льезон, панировать в миндале, обжарить во фритюре.

Дофин. Заварное тесто смешать с протертым картофелем в соотношении 1:3, маслом и желтками, отсадить из кондитерского мешка розаны или сформовать двумя ложками клецки и обжарить во фритюре.

Лорет. Массу для дофина сформовать в форме сигар по 60 г, панировать в муке и обжарить во фритюре.

Картофель печеный. Картофель промыть, обсушить, запечь, выложить на салфетку, сделать крестообразный разрез и вставить кусочек масла.

Картофель запеченный. Картофель испечь в духовом шкафу, разрезать пополам, удалить мякоть, сделать из нее пюре, наполнить половинки, посыпать сыром и запечь.

Макар. Запечь картофель, срезать с него верхушку, вынуть мякоть, выложить ее на сковороду с небольшим количеством масла, приправить специями и обжарить до румяной корочки. Затем вновь заполнить картофелины.

Соте. Картофель, не очищая, промыть, обсушить, сварить на пару, нарезать кружочками толщиной 0,5 см, обжарить на растительном масле, посолить, посыпать петрушкой.

Провансаль. То же, но обжарить с чесноком.

Лионез. То же, но с обжаренным луком.

Саввой. Нарезать картофель кружочками, прослоить сыром, приправить тимьяном, майораном, сливочным маслом и запечь.

А-ля дофинуаз. Картофель нарезать тонкими кружочками, смешать с молоком, яйцом, сыром, солью, перцем, мускатным орехом. Дно формы смазать маслом, посыпать чесноком, выложить смесь, посыпать сыром, сбрызнуть маслом и запекать 45 минут.

А-ля савойар. То же, но не с яично-молочной смесью, а с бульоном.

Анна. Нарезать картофель тонкими кружочками, выложить в форму для пирожных веером, сбрызнуть маслом, посолить, поперчить, повторить до заполнения формы, запечь 20 минут при 220°C. Готовый картофель извлечь из формочки и залить уваренным до консистенции студня бульоном (соус шато) с маслом и лимонным соком.

Нана или Вуазен. То же, но картофель нарезать соломкой; Вуазен готовить с “Пармезаном”.

Мэр. Картофель сварить, очистить, нарезать кружочками или ломтиками, залить молоком (сливками). Добавить соль, перец, мускатный орех, уварить молоко до одной трети первоначального объема, заправить маслом.

Метрдомель. Отварить очищенный картофель, нарезать ломтиками или кружочками, залить бульоном так, чтобы он покрыл картофель, и варить до тех пор, пока бульон полностью не выпарится. Заправить маслом и зеленью.

Картофельные оладьи. Натереть сырой картофель, смешать его с луковой крошкой, яйцом, солью, перцем и мукой.

Кабачковые ленточки с мятой. Овощерезательной машиной настрогать кабачок на тонкие ленточки. Разогреть масло с чесноком на сковороде, чеснок обжарить и удалить. Обжарить кабачки 2 минуты и посыпать рубленой мятой. Использовать в качестве гарнира к блюдам из курицы.

Глазированные овощи. Лук-сеянец, мелкую морковь, обточенный пастернак, репу, морковь, кабачки посыпать солью, перцем, сахаром, добавить бульон и сливочное масло, плотно закрыть фольгой и запечь. Также можно прогреть в духовом шкафу без фольги.

Глазированная морковь (вариант 1). Очищенную морковь (в зависимости от размеров оставить целиком) обточить или нарезать. Положить на сковороду, добавить воду, чтобы она полностью покрыла морковь, соль, сахар и сливочное масло. На каждые 600 мл воды взять 25 г сахара и 50 г сливочного масла. Готовить морковь на медленном огне.

Глазированная морковь (вариант 2). Сварить морковь (10–15 минут), положить на сковороду, добавить сахарную пудру, сливочное масло и сотировать. Можно добавить лимонный сок и цедру.

Морковь “Виши”. То же, но перед подачей посыпать рубленой петрушкой.

Пюре из сельдерея. Корень сельдерея нарезать тонкими ломтиками, отварить, подсушить, протереть и добавить $1/3$ – $1/4$ от его объема картофельное пюре, заправить маслом.

Пюре из топинамбура. Нарезать топинамбур кубиками и отварить 10–15 минут в подсоленной воде. Слить воду, подсушить и смешать в блендере с уваренными до максимальной густоты сливками.

Сельдерейный дюшес. Смешать картофельное пюре с пюре из сельдерея, заправить сливочным маслом, добавить яичные желтки, соль, перец. На противень отсадить полоски длиной 5 см и выпекать в течение 15 минут.

Пюре из цветной капусты. Капусту отварить, пассеровать, протереть, добавить $1/3$ картофельного пюре.

Пюре из шпината. Отварить шпинат в подсоленной воде, слить воду, отжать листья, протереть, довести до вкуса и заправить маслом.

Пюре из свежемороженого зеленого горошка. Отварить зеленый горошек в течение 10–15 минут, протереть через сито и заправить маслом.

Суфле из шпината. Протереть через сито приготовленный шпинат (225 г), добавить 3 яичных желтка, 3 столовые ложки тертого сыра, взби-

тые яичные белки, выложить в форму, посыпать сыром и готовить при 160–180°С в духовом шкафу.

Фигурные грибы для гарнира. Шляпки шампиньонов закарбовать, отварить 3–4 минуты. Также грибы можно зафаршировать припущенными овощами, нарезанными мелкими кубиками.

Мини-голубцы. Подаются не только в качестве горячей закуски, но и как гарнир. Для начинки могут быть использованы овощной фарш, копченая утиная грудка с белыми грибами и лисичками, гусиная печень с трюфелями и т.д.

Пончики из цветной капусты. Отваренную цветную капусту замариновать в смеси растительного масла, соли, перца, рубленой петрушки и сока лимона в течение 20 минут, панировать в кляре и обжарить во фритюре.

Рататуй. Обжарить на растительном масле лук, добавить нарезанные тонкими ломтиками или кубиками кабачки и баклажаны, сладкий перец, чеснок и очищенные от кожицы и семян помидоры конкассе. Сотировать смесь 5 минут, поперчив и посолив ее.

Овощные пучки. Из варсной французской фасоли или побегов спаржи сделать овощные пучки и связать их тонкими полосками бланшированного красного перца. Другой вариант — сырую спаржу обернуть хамоном, обжарить на гриле и посыпать обжаренным кунжутом.

Пучки из стручковой фасоли. Нарезать зеленую стручковую фасоль на кусочки одной длины и бланшировать их в подсоленной воде. Опустить в ледяную воду, чтобы сохранить цвет. Небольшие пучки фасоли завернуть в кусочки бекона, закрепить шпажкой и пассеровать на сливочном масле.

Лук-шалот в масле. Сбрызнуть лук маслом и оставить при 120°С в духовом шкафу на 1 час или пока луковицы не станут мягкими.

Хрустящий лук-порей. Зеленую часть лука-порея нарезать длинной соломкой и поджарить в жире.

Кабачки, запеченные в кольце. На пергаментную бумагу положить кольцо. В него слоями уложить бланшированный, мелко нарезанный репчатый лук, ломтики бланшированных кабачков, затем помидоры, приправить. Посыпать сверху папировочными сухарями, рубленым тимьяном, полить оливковым маслом и запечь 10 минут при 180°С.

Шарики из огурцов. С помощью “парижской ложки” вырезать шарики, отварить их в подсоленной воде в течение нескольких минут и сотировать на сливочном масле.

Соте из тропических фруктов. Манго, ананас, папайю нарезать мелкими кубиками, смешать с сахаром, винным уксусом и тушить до размягчения.

Горячий салат из помидоров. Обжарить на оливковом масле мелко нарубленный репчатый лук, добавить половинки небольших помидоров сливовидной формы, соль, перец. Жарить, изредка помешивая, пока помидоры не станут горячими. Перед подачей посыпать “Пармезаном” и сбрызнуть лимонным соком.

Фруктово-ягодное соте (к жареным перепелкам). Шарики из яблок или айвы припустить с маслом, черешню (можно консервированную), виноград слегка подогреть с сочком, влить белое вино, немного бульона, добавить джем или желе из черешни, заварить крахмал и проварить 10–15 минут.

Для тепловой обработки использовать оливковое масло холодного отжима (Extra virgine) не следует.

Гарниры из круп, бобовых, макаронных изделий

Рис отварной. Для гарнира лучше использовать рис с длинными зернами. Готовится он в соответствии с традиционной технологией. Белый рис можно подкрасить куркумой, карри или шафраном, смешать с измельченными овощами (морковью, сладким перцем, кабачками и т.п.) и зеленью. Для цветового контраста с белым рисом нередко используется дикий рис. Он варится 30–40 минут, поэтому его следует варить отдельно от белого. В качестве самостоятельного гарнира дикий рис подают к птице, мясу, морепродуктам, овощам, дичи. Обычно для его приготовления используется откидной способ. При подаче риса хорошо применять кольцо или формочки.

Рис в кокосовом молочке. Смешать кокосовое молочко и воду в соотношении 2:1, добавить побеги лимона, соль, довести до кипения, засыпать тайский жасминовый рис и варить 20 минут на медленном огне при плотно закрытой крышке. Затем дать постоять 5 минут, удалить побеги лимона и взбить рис вилкой.

Ризотто. В разогретое оливковое масло добавить измельченный лук, прогреть 2–3 минуты без окрашивания, добавить короткозерновой или неполированный рис. Лучше всего взять рис “арборио”. Прогреть еще 2–3 минуты, добавить немного бульона и варить на медленном огне при постоянном помешивании. Периодически нужно добавлять небольшую партию

бульона, пока рис не будет готов. Бульон при этом должен полностью испариться. Готовый рис заправить тертым сыром “Пармезан”, довести до вкуса. В ризотто хорошо добавить грибы или шафран. Если блюдо готовят с морепродуктами, лучше взять смесь рыбного и куриного бульона. Может использоваться как самостоятельное блюдо или гарнир для рагу, к жареной курице.

Полента. Встречается во многих модных ресторанах. В национальной итальянской кухне поленту готовят в специальных медных сковородах с тяжелым дном и очень высокими стенками. Для приготовления поленты нужно вскипятить в сковороде 1,8 л подсоленной воды, убавить огонь и постепенно, непрерывно помешивая, добавить 300 г кукурузной крупы. Варить 20 минут, пока масса не станет отставать от стенок. Поленту подают к столу со сливочным маслом и сыром “Пармезан”. Чтобы поленту обжарить или приготовить в гриле, не добавляя масло и сыр, следует размазать массу толщиной 2 см на рабочей поверхности и дать ей остыть. Затем нарезать прямоугольники или заготовки иной формы. Отделить их друг от друга, смазать оливковым маслом и обжарить до золотистой корочки примерно 6 минут на сковороде или в гриле. При необходимости добавить растительное масло. Также при приготовлении поленты можно использовать обжаренный лук-шалот, добавить белое вино.

Кускус. Обычно кускус замачивают, затем несколько раз варят на пару и высушивают. В продаже также встречается кускус быстрого приготовления. В кускус, готовый к употреблению, требуется лишь добавить жидкость и выдержать на пару в соответствии с указаниями на упаковке. Его можно смешать с толчеными орехами, сухофруктами, зеленью. Также для приготовления кускуса крупу можно положить на смазанную маслом сковороду, добавить горячую воду и перемешать вилкой. Рекомендуемое соотношение крупы и воды — 1:2. Готовить на умеренном огне 5–10 минут. Убавить огонь, добавить 50 г сливочного масла и перемешать, чтобы зерна стали рассыпчатыми. Заправить растопленным сливочным маслом. Используется кускус для приготовления экзотических гарниров для курицы, баранины или говядины.

Кинца. Готовят так же, как рис. Используется в качестве гарнира.

Отварная чечевица. Промытую чечевицу залить теплой водой, добавить луковый клутэ, морковь, чеснок, букет гарни и соль. Варить на медленном огне.

Каштаны отварные. Очищенные от скорлупы каштаны залить бульоном, положить веточку сельдерея и варить до размягчения. В конце добавить немного масла. Оставшийся бульон уварить и заглазировать им каштаны. Также можно каштаны отварить в подсоленной воде с веточкой фенхеля и подсушить в духовом шкафу 10 минут.

Корзинка из вермишели. Вермишель отварить, подсушить и обжарить во фритюре в двойном ситечке.

Технология приготовления холодных закусок

Маринованные и фаршированные холодные закуски

Маринование часто используется при приготовлении холодных закусок из разных видов сырья. Это позволяет придать сочность кулинарному изделию, получить необходимый вкусовой и ароматический букет. Мариновать можно мясо, рыбу, птицу. Маринование является иногда заключительным этапом перед использованием холодной закуски, а также предшествует тепловой обработке.

***Маринованная камбала со сладким перцем.** 500 г филе камбалы, 1 лимон, соль, свежемолотый перец, 1 стебель лука-порея (около 250 г), по 1 шт. красного, зеленого и желтого сладкого перца (около 600 г), 50 мл фруктового уксуса, 300 мл яблочного сока, лавровый лист, 5 г сахара (лучше тростникового), 3 г семян горчицы, 5 г перца горошком. Филе камбалы промыть и высушить, разрезать вдоль, сбрызнуть лимонным соком, посыпать солью, перцем и поставить в холодное место. Стебель лука-порея нарезать на тонкие ломтики. Сладкий перец очистить и нарезать широкими полосками. Уксус смешать с яблочным соком, семенами горчицы, сахаром, лавровым листом, перцем горошком и солью. Все довести до кипения, положить овощи и варить 10 минут. Филе камбалы полить маринадом с овощами, удалить лавровый лист и оставить для маринования на 6 часов.*

***Маринованное филе окуня.** 12 шт. окуней, 100 мл оливкового масла, 4 шт. лука-шалота, 100 мл винного уксуса, 100 мл белого вина, 2 помидо-*

ра, чеснок, тмин, лавровый лист, соль, молотый перец, соус “Табаско”. Отделить филе, обжарить, залить маринадом и охладить. Для приготовления маринада смешать измельченный лук, чеснок, мякоть помидоров, белое вино, винный уксус, оливковое масло, специи и соус.

Маринованная грудка индейки со сладким перцем. 2 кг грудки (филе) индейки, 100 мл бальзамического уксуса, 45 мл оливкового масла, 1 столовая ложка свежемолотого перца, 1 столовая ложка сладкой молотой паприки, 40 мл соевого соуса, 5 г сахара, по 1 шт. красного, желтого и зеленого сладкого перца. Для оформления: веточки тимьяна. Приготовить маринад из уксуса, масла, перца, паприки, соевого соуса и сахара. Кусочки филе индейки смазать маринадом и оставить в холодильнике на ночь для маринования. Грудку индейки надрезать вдоль как можно глубже, затем параллельно этому надрезу еще раз глубоко надрезать на расстоянии 4 см справа и слева. Места надрезов натереть маринадом. В средний надрез вложить желтую полоску сладкого перца, в левую — красную, в правую — зеленую. Скрутить грудку рулетом и перевязать шпагатом. В рукав для запекания положить рулет и полить его маринадом, завязать концы. Выпекать при 180°С примерно 1 час 15 минут. Остудить в рукаве, через 2 часа открыть его. Процедить выделившийся сок через сито. Грудку нарезать на ломтики. Оставшийся от фарширования перец нарезать кубиками и использовать как гарнир, в качестве соуса — пену из сладкого перца.

Маринованная курица с кунжутом. 500 г куриного филе, 20 мл кунжутного или оливкового масла, соль, белый перец, 3–4 листика сельдерея, 100 г репчатого лука, 50 мл соевого соуса, 2 г китайской смеси “Пять специй”, 20 мл сока лайма, 1 столовая ложка меда, 1 кусочек свежего имбирного корня, 3 молодые луковички, 4 столовые ложки кунжутных семян.

Куриное филе натереть солью, перцем, маслом. На смазанную маслом фольгу выложить филе, положить кольца лука, листики сельдерея, плотно завернуть в виде пакета и запекать при 180°С около получаса. Остудить в фольге. Приготовить маринад из соевого соуса, китайской приправы, сока лайма, меда и 60 мл воды. Соединить маринад с мясным сочком из пакета с куриным филе. Нарезать куриную грудку

(филе) ломтиками, выложить на тарелку, полить маринадом, посыпать сверху натертым имбирем, обжаренным кунжутом, нарезанным тонкими кольцами молодым луком и поставить в холодильник.

Карпаччо достаточно часто включается в ресторанное меню. Карпаччо готовится из говядины, рыбы, помидоров, различных морепродуктов, например, лагустингов. При приготовлении карпаччо в качестве смеси для маринования обычно используются бальзамический уксус, оливковое масло холодного отжима (Extra virgin), соль и свежемолотый перец.

Карпаччо из говядины (вариант 1). 250 г говяжьего филе, 10 мл бальзамического уксуса, 60 мл масла орехового или оливкового, 10 г ворчестерского соуса, соль, свежемолотый перец, 2 апельсина.

Вырезку лучше сначала поддержать в морозильной камере около 2 часов, так ее будет легче резать на очень тонкие ломтики. Разложить мясо на тарелке, сбрызнуть ореховым или оливковым маслом, бальзамическим уксусом, свежавыжатым соком апельсина, ворчестерским соусом, посыпать солью, перцем и поставить в холодильник. Можно сверху положить дольки апельсина, очищенного от пленок.

Карпаччо из говядины (вариант 2). 100 г говяжьей вырезки, 20 г салата руколла или корн, 5 г каперсов, 5 г сухариков, 15 г “Пармезана”, 10 г сушеных помидоров, 5 мл бальзамического уксуса, 10 мл оливкового масла, соль, перец.

Вырезку тонко нарезать, выложить на тарелку, посыпать сухариками, добавить каперсы и нарезанные сушеные помидоры. Заправить оливковым маслом и бальзамическим уксусом, добавить соль, перец и посыпать стружкой из “Пармезана”. Поставить в холодильник. Украсить листиками салата.

Карпаччо из говядины (вариант 3). 200 г филе говядины, соль, молотый черный перец, 20 мл оливкового масла, лимонный сок, базилик, каперсы, “Пармезан”.

Зачищенное от пленок и жира мясо положить в морозильную камеру. Замороженное мясо нарезать тонкими ломтиками, разложить тонким слоем на тарелке, посыпать солью, перцем, сбрызнуть лимонным

соком и оливковым маслом, посыпать измельченным базиликом, каперсами и “завитками” сыра “Пармезан”, нарезанными с помощью овощечистки.

Карначчо из семги. 200 г семги (чистого филе), 50 мл оливкового масла, 50 г креветок, 25 мл бальзамического уксуса, 50 г шампиньонов, 50 г “Пармезана”, 20 г каперсов, 100 г лимона, 100 г апельсина, соль, перец, зелень петрушки, укропа.

Филе семги посолить, поперчить, сбрызнуть соком апельсина, лимона и оставить для маринования в холодильнике на 1 час. Замаринованную семгу нарезать на очень тонкие ломтики. На тарелку налить немного оливкового масла, сбрызнуть бальзамическим уксусом, выложить тонкие ломтики шампиньонов, тонкие пластинки “Пармезана”, измельченные каперсы, сверху положить подготовленную семгу. Для оформления можно использовать не только зелень, но и креветки, а также красную икру.

Карначчо из помидоров. 500 г спелых помидоров, 2 столовые ложки оливкового масла, 40 г “Пармезана”, 1 лимон, 1 красная луковица, 100 г маслин, соль, перец.

У помидоров сделать глубокий крестообразный надрез и опустить на 1 минуту в кипящую воду, снять кожицу. Разрезать помидоры на 4 части, вынуть из них семена, положить между листьями смазанного оливковым маслом пергамента, сверху положить пресс. Через 20 минут выложить помидоры на блюдо, сбрызнуть соком лимона, посолить и поперчить. Сверху уложить тонкие кольца лука и кружочки маслин. Посыпать тертым “Пармезаном” и полить оливковым маслом.

Тартар из лосося. 100 г филе лосося, 35 мл оливкового масла, 10 мл лимонного сока, соль, перец, 5 мл бальзамического уксуса, руккола, болгарский перец.

Филе мелко нарезать, заправить оливковым маслом с соком лимона, солью и перцем. Полученную массу выложить в центр тарелки. Оформить тарелку каплями уваренного бальзамического уксуса, салатом руккола, болгарским перцем.

Тартар из лосося и креветок. 100 г филе лосося, 5 г красного лука, 2 г петрушки, 1 лимон, 100 г креветок, 2 г укропа, соевый соус, салат айсберг.

Мелко нарезать филе, лук, петрушку, заправить соком лимона. Отдельно измельчить креветки и укроп, заправить соевым соусом. На дно формы положить лист салата айсберг и выложить часть формы тартаром из лосося, а часть — тартаром из креветок. Удалить кольцо. Оформить тарелку каплями соуса винегрет, черной и (или) красной икрой.

Фарширование также является наиболее часто используемым приемом при приготовлении холодных закусок в ресторанной кухне. Кроме представленных ниже способов фарширования могут быть использованы варианты, описанные в разделе “Приемы и способы кулинарной обработки”. При подаче большинства фаршированных закусок рекомендуется показать, чем было зафаршировано изделие. Это достигается за счет его нарезки. Так, фаршированное куриное филе может быть подано вразтяжку, а у тимбал аккуратно вырезан сегмент.

Фаршированное куриное филе. 150 г чернослива, 100 мл портвейна, 3 куриные грудки (каждая около 180 г), 40 мл соевого соуса, 20 мл растительного масла, сухой тимьян, соль, свежемолотый перец.

Чернослив разогреть в портвейне, снять с плиты и оставить для вымачивания. Как только чернослив впитает весь портвейн, порубить его до однородной массы, смешать с соевым соусом и тимьяном. Куриные грудки натереть солью и перцем, сделать в них кармашки и заполнить черносливом, сколоть деревянной шпажкой. Затем грудки обжарить на сковороде со всех сторон. Каждое филе необходимо завернуть в фольгу, запечь в духовом шкафу при 180°С в течение 20 минут и остудить, не разворачивая фольгу. Перед подачей фаршированное филе следует нарезать ломтиками и по желанию подать с ломтиками апельсина и листиками портулака.

Тимбалы из лососины с кремом из авокадо. 750 г филе лосося, 1 лимон, 150 мл сливок, 150 г крем-фреш, 1 пучок укропа, 1 пучок бедренца, соль, свежемолотый перец, 1 лайм, 1 авокадо, растительное масло для смазывания формы.

Промытую и высушенную рыбу сбрызнуть соком лимона и оставить в морозильной камере на полчаса. Поставить туда же сливки и крем-фреш. Измельчить в блендере охлажденное филе лосося с добавлением всех сливок и 110 г крем-фреш. Полученную массу посолить и поперчить. Очистить авокадо, удалить косточку, сбрызнуть соком лайма, измельчить в блендере, добавив 40 г крем-фреш, соль, перец и зелень. Посуду сразу накрыть крышкой, чтобы масса не потемнела. Смазанные жиром чашечки для тимбал заполнить на 2/3 рыбным фаршем. Чайной ложкой или приспособлением для удаления сердцевинки яблок сделать посередине тимбалы отверстие и заполнить его кремом из авокадо. Покрыть рыбным фаршем и разгладить поверхность. Варить на водяной бане в духовом шкафу при 180°C в течение 20 минут. Тимбалы остудить в холодной воде, затем осторожно вынуть из чашек и поставить в холодное место. При подаче можно украсить тимбалы ветрами из четвертинок авокадо и зеленью. Оставшийся крем подать отдельно.

Штрудель обычно готовят из очень тонкого пресного теста в виде рулета со сладкой фруктовой начинкой. Представленный ниже рулет (штрудель) приготовлен на основе рисовой бумаги, а вместо фруктовой использована начинка из морепродуктов.

Штрудель из морепродуктов. 1 лимон, 600 г филе морского окуня, 250 г крабовых палочек, соль, свежемолотый перец, 2 ломтика белого хлеба, 200 мл сливок, 50 г щавеля, 1 пучок петрушки, 1 яйцо, 2 кочана капусты мангольд (около 600 г), 12 больших листов рисовой бумаги, 30 мл кунжутного масла, 15 г кунжутных семян, растительное масло для смазывания противня.

Промытое и высушенное филе сбрызнуть небольшим количеством сока лимона. Посыпать солью и перцем. Оставшимся соком полить крабовые палочки. Хлеб без корок смешать со сливками. Хлебную кашницу, филе окуня, зелень и яйцо измельчить в блендере, посолить и поперчить. Рисовую бумагу в течение 2–3 минут размочить в холодной воде и уложить ее внахлест на чистом полотенце в форме прямоугольника размером около 30х40 см. Выложить ее листьями капусты, сверху намазать рыбную пасту и тремя параллельными рядами с интервалом

около 5 см выложить крабовые палочки. С помощью кухонного полотенца, не сдавливая, скатать штрудель. Штрудель положить швом вниз на подготовленный противень, концы подвернуть, смазать кунжутным маслом и посыпать кунжутными семенами. Запекать при 180°C около 30 минут.

Рыбный фарш и крабовые палочки можно слоями уложить в форму для паштетов. После этого массу остудить и нарезать ломтиками. Вместо рисовой бумаги можно использовать водоросли нори. Также можно заменить листья мангольда листьями бланшированного шпината.

Заливные холодные закуски

Происхождение слова galantine (“заливное”) остается неясным. В ряде случаев его используют, имея в виду желе. Также есть мнение, что это слово происходит от старофранцузского galline или geline — “курица”. Классическим считается заливное — курица или индейка, очищенная от костей и залитая бульоном с большим количеством желатина, — которое подается холодным.

В отечественной кухне уже давно заливные блюда готовят из мяса, рыбы, языка, морепродуктов. Еще Огюст Эскофье подчеркивал, что часто путают технологию приготовления лангуста по-русски и по-парижски. Если лангуст по-парижски готовится с использованием рыбного бульона с желатином, то для лангуста по-русски используют смесь бульона, майонеза и желатина.

В современной ресторанной кухне традиционная жидкая основа заливных блюд — осветленный бульон — заменяется овощным отваром, фруктовым соком, сливками и т.п.

Заливное из копченой форели с яблоками. 100 г репчатого лука, лавровый лист, 6–8 гвоздик, половинка лука-порея (около 150 г), 250 мл овощного отвара, 400 мл яблочного сока, 3 г семян горчицы, 5 г перца горошком, 8 листиков белого желатина, 4 филе копченой форели, сок 1 лимона, 1 яблоко, 150 г малины, 1 пучок кервеля, 1 пучок укропа, 10–15 г ворчестерского соуса, 10–15 мл соевого соуса.

В овощной отвар добавить яблочный сок, лук-порея, семена горчицы, перец, луковый клутэ (нашпигованную гвоздикой луковичу), прокипятить 10 минут, в конце добавить лавровый лист и процедить через си-

то. Затем бульон смешать с ворчестерским и соевым соусами, лимонным соком и соединить с подготовленным желатином. Филе форели нарезать кусочками длиной около 3 см, сбрызнуть лимонным соком. Яблоко очистить и нарезать очень тонкими дольками и также сбрызнуть лимонным соком. В форму залить слой отвара с желатином, охладить, укрепить элементы оформления (например, зелень) и лишь затем слоями укладывать форель, дольки яблок, малину, зелень. В конце все залить отваром с желатином и охладить. В качестве оформления использовать отдельно застывший раствор бульона с желатином, из которого можно вырезать выемкой различные фигурки, например, рыбки. Также неплохо сделать бордюры из рубленого желе.

Заливное из стерляди. 75 г отварного филе стерляди, 40 г мякоти грейпфрута, 60 мл сока грейпфрута, 4 мл лимонного сока, 8 г желатина, 0,5 чайной ложки имбиря, 1–2 г сахара, 60 мл сливок, соль.
Смешать подготовленный желатин (1/2 от нормы) с соком и мякотью грейпфрута, лимонным соком, сахаром, солью и тертым имбирем, вылить в форму и поставить в холодильный шкаф для застывания. На застывший слой выложить кусочки отварного филе стерляди, залить смесью сливок и подготовленного желатина.

Рулеты (террины)

Это наиболее популярные закуски французской кухни. Следует уточнить, что они могут не только выступать в качестве закуски, но и исполнять роль легкого основного блюда, а также подаваться в завершении обеда.

Не следует отождествлять принятое в отечественной технологии понятие “рулет” с понятием “террин” (рулет), используемое в европейской кухне. Хотя многие идеи приготовления террина могут быть взяты для приготовления того, что в отечественной технологии называется рулетами или рулетиками (из-за меньших размеров и, соответственно, выхода). В специальной посуде, в которой традиционно готовится рулет (террин), мясу, рыбе, овощам, смешанным с другими ингредиентами, придается форма буханки хлеба. Благодаря использованию форм, напоминающих корытца различных конфигураций, совершенно необязательно, чтобы террины имели форму прямоугольной буханки. В разрезе они могут быть треугольными, полукруглыми и трапециевидными.

Иногда террины (рулеты) полностью состоят из смеси разных сортов рубленого мяса или пюре из рыбы, составляющих фарш, а иногда — из комбинации фарша и плотных ингредиентов: полосок нежного мяса, кусочков моллюсков, крупно порубленных орехов и т.п.

Вкусовой и ароматический букет мясным рулетам (терринам) придают пряности и другие компоненты, используемые для маринования перед приготовлением блюда. Для их ароматизации рекомендуется брать шерри, бренди, цедру апельсина и прочие наполнители. Овощные и рыбные рулеты часто бывают легкими и простыми по композиции. Их достоинства заключаются в свежести и изысканности компонентов. Готовить их можно в тесте, в листьях шпината, виноградных листьях, утиной коже, ветчине и т.д.

Самые простые мясные рулеты состоят полностью из фарша, представляющего собой комбинацию измельченного мяса и шпика. Степень измельчения может быть различной. Например, можно использовать мясо, нарезанное кубиками. Более подробно об этом рассказано в разделе “Приемы и способы кулинарной обработки”.

Рулет из смешанного мяса. 1 кролик, 500 г нежирной телятины, 500 г свиной корейки или окорока, 500 г куриной печени, 2 кг свиного шпика, 4 яйца, соль, перец, тимьян, лавровый лист, бренди.

Мясо кролика, телятину, свинину, куриную печень, шпик нарезать мелкими кубиками, перемешать с яйцами, добавить соль, перец, тимьян, лавровый лист, бренди. Вновь перемешать и поставить на ночь в холодильник. Запекать в форме 30 минут сначала при 200°С, а затем около 7 часов при 180°С. Готовый рулет охладить.

Наиболее часто для приготовления рулетов (терринов) используется нежная масса муссов. Выложив ингредиенты в форме горизонтальными слоями, на срезе после приготовления можно получить интересный рисунок различной цветовой гаммы. Например, цветового контраста достигают за счет белых полосок шпика, тонких полосок ветчины, вареного языка, кусочков черных трюфелей, фисташек, различных овощей.

Террины с овощами. 50 г стручков зеленой фасоли, 100 г моркови, нарезанной соломкой или брусочками, 59 г соцветий цветной капусты, 75 г побегов спаржи, 1/2 мусса.

Приготовить мусс из курицы или рыбы с использованием яичных белков и сливок, как указано в разделе “Приемы и способы кулинарной обработки”. Прослоить мусс овощами и приготовить на водяной бане в духовке.

В качестве идеального материала для приготовления рулета с однородной и тонкой структурой подходит куриная печень.

Рулет из куриной печени. 500 г куриной печени, 250 г фюме, 90 г хлебных крошек, 1 зубчик чеснока, 150 г говяжьего костного мозга, 3 яйца, 125 мл жирных сливок, 40 мл коньяка, соль, перец, кайенский перец.

Из фюме и хлебных крошек приготовить панаду, как указано в главе 2 раздела “Птица”. Соединить хлебную панаду с растертым чесноком, костным мозгом, куриной печенью, приправами и измельчить в блендере. Протереть через сито с мелкими ячейками, взбить с яйцами, сливками, коньяком. Готовую смесь выложить в подготовленную форму и поставить на водяную баню в духовой шкаф на 1 час при 180°С. Вынимать из формы рекомендуется уже охлажденный рулет.

В качестве наполнителя рулетов также можно использовать печень целиком. С этой целью лучше всего взять печень специально откормленного гуся или утки (фуа-гра).

Рулет из гусиной печени с трюфелями. 1 фуа-гра, 60 г трюфелей, 125 мл коньяка, 125 г беконного шпика, лук-порей, соль, перец, лавровый лист, тимьян.

Для основного фарша: 350 г фарша из телятины, 350 г фарша из свинины, 350 г измельченного свиного шпика, 300 г куриной печени, 20 г лука-шалота, 60 г сливочного масла, 2 столовые ложки бренди, 2 яйца, 60 г панировочных сухарей, 40 мл бренди, мадеры, портвейна или хереса, смесь сушеных трав, соль, перец.

Фуа-гра разделить пополам, в каждую долю втереть соль, смесь специй, в надрезы — кусочки трюфелей и замариновать в коньяке на 1–2 часа. Потушить лук-порей со сливочным маслом около 5 минут, добавить фуа-гра и прогреть еще 2 минуты. Добавить бренди, фламбировать. Дать смеси остыть, измельчить до пюреобразного состояния, протереть через сито. Для приготовления основного фарша смешать

измельченные куриную печень, свинину, телятину, шпик, добавить яйца, панировочные сухари и остальные компоненты и тщательно перемешать.

Выложить форму беконным шпиком. Положить слой фарша, затем одну половину фуа-гра, закрыть вторым слоем фарша, положить другую половину фуа-гра и сверху закрыть оставшимся фаршем. Положить сверху лавровый лист, веточку тимьяна, закрыть ломтиком шпика.

Запечатать крышку плоской теста из муки и воды и готовить на водяной бане в духовом шкафу около 1 часа. Готовый рулет следует оставить охлаждаться в холодильном шкафу не менее 10 часов.

В качестве основного наполнителя при приготовлении рулета также можно взять целую или разделенную на половинки *зобную железу* телянка или ягненка (“сладкое мясо”). Фарш, окружающий железу, должен быть изысканным на вкус. На 1 кг фарша рекомендуется взять 750 г железы. В данном случае также может быть использован основной фарш, представленный выше. Для контраста его неплохо смешать с кубиками вареного говяжьего языка и измельченными сморчками. Фарш нередко комбинируют с другими плотными ингредиентами — ветчиной, нарезанной кубиками, обрезками трюфелей или бланшированного порезанного шпината.

Рыбные рулеты готовят из различной рыбы и моллюсков. Некоторые рулеты состоят, главным образом, из мусса. Мусс можно смешать с шафраном не только для вкуса, но и для цвета. Рыбный мусс прослаивают муссом из других продуктов, например, зеленого горошка, смешанного с измельченным щавелем, зеленым луком и петрушкой. Также можно прослаивать фарш кусочками моллюсков и рыбного филе.

Например, для приготовления слоистого рыбного рулета (террина) необходимо выложить смазанную маслом формочку для паштета бланшированными листьями шпината и наполовину заполнить муссом. Завернуть креветки в бланшированные листья шпината и тремя рядами уложить их поверх мусса. Накрыть креветки вторым слоем мусса с зеленью из кондитерского мешка, покрыть форму пергаментом и приготовить на водяной бане в духовом шкафу.

Чередование слоев позволяет получить интересный рисунок ломтиков рулета на разрезе после приготовления. Хорошая оболочка для мусса

получается из филе рыбы. Также можно свернуть несколько филе в одну трубочку, наполнив ее муссом одного цвета, и погрузить в мусс другого цвета. В качестве дополнения к рыбному муссу рекомендуется подавать соус тартар или другие соусы, приготовленные на основе майонеза, или желе из мусса, приправленного крессом или томатами.

Рулет из лосося с зеленым муссом. 400 г измельченного филе лосося, 4 столовые ложки жирных сливок, 6 яиц, 0,5 чайной ложки паприки, соль, перец, 500 г маленьких зеленых бобов, 300 г измельченного щавеля, пучок петрушки, 10 г лука-резанца.

Соединить и взбить смесь, состоящую из измельченного лосося, соли, перца, паприки, 2 столовых ложек сливок и 3 яиц.

Из зеленых бобов приготовить пюре, добавить в него щавель, петрушку, лук-резанец, оставшиеся сливки, соль и перец. Полученную массу взбить и постепенно ввести в нее 3 яйца. Подготовленную форму наполнить половиной мусса из лосося, затем выложить зеленый мусс и закрыть оставшимся рыбным муссом. Готовить рулет на водяной бане в духовом шкафу около 1 часа, затем охладить.

Паштеты

Для придания более четкой формы рулету его заключают в оболочку. В этом случае будет получен *паштет (paté)*. Разница между рулетом и паштетом заключается в наличии или отсутствии оболочки.

Часто термин “паштет” используют для блюд, являющихся на самом деле рулетами (терринами).

Паштет-мусс из цыпленка и телятины. 15 г сливочного масла, 50 г лука-шалота, 20 мл бренди, 100 г филе цыпленка, 100 г нежирной телятины (фарш), 1 столовая ложка крошек белого хлеба, 0,5 белка, 1 яйцо, 300 мл жирных сливок, соль, перец, жир для смазки.

Нарезать лук мелким кубиком и пассеровать его на сливочном масле, добавить бренди и остудить. Куриное филе, телячий фарш пропустить через мясорубку, а лучше измельчить в блендере. Добавить пассерованный лук, хлебную крошку и еще раз измельчить. Охладить 30 минут в холодильном шкафу. Затем полученную массу взбить на холоде (в миске с колотым льдом и холодной водой), добавить яичный белок, яйцо, слив-

ки, хорошо взбить, посолить и поперчить. Поставить в холодильник. Полученную массу выложить в подготовленные формы и готовить в духовом шкафу в течение 1 часа на водяной бане. Подавать можно с соусом, приготовленным из майонеза, сливок и мелко резанного зеленого лука.

Раньше корочка из теста в большей степени была предназначена для придания паштетам прочности, чем для улучшения их вкусовых качеств. Но тестовая оболочка не только используется для создания стабильной формы, но и служит украшением блюда. Хрустящая корочка из теста контрастирует с фаршем, находящимся внутри. Образующееся при выпечке пространство между начинкой и тестом следует затем заполнить желе, в которое для вкуса неплохо добавить вино.

Оболочка часто готовится из пресного слоеного теста (в том числе ускоренным голландским способом). Пресное слоеное тесто очень хрупкое и больше подходит для оболочки предварительно подвергнутого тепловой обработке фарша или приготовления декоративной крышки. Также оболочка может быть сделана из теста на горячей воде, из несладкого песочного теста.

Тесто на горячей воде. 750 г муки, 1 столовая ложка сахарной пудры, 275 г сливочного масла или топленого сала, 300 мл воды, соль.

Соединить сливочное масло (топленое сало), воду и вскипятить. Всыпать соль, сахарную пудру, муку и быстро перемешать, чтобы не образовалось комков. Полученное тесто оставить в теплом месте на 30 минут. Оно должно быть теплым и эластичным.

Это тесто хорошо удерживает самый влажный фарш.

Песочное тесто для паштетов. 1 кг муки, соль, 500 г сливочного масла, 2 яйца.

Порубить масло с мукой, пока смесь не станет вязкой. Добавить яйца, соль и перемешать, а затем охладить не менее 1 часа.

Это тесто имеет нежный вкус и структуру. Его лучше укрепить в металлической форме, особенно если начинка представляет собой мусс или печеночный паштет.

Паштет из форели. 1 кг форели, соль, перец, 500 г песочного теста, 2 столовые ложки лука-резанца, 50 г фисташек, 500 г рыбного мусса, 80 г рыбного желе (п/ф).

Для маринада: 250 мл оливкового масла, 1 лимон, 1 репчатый лук, 2 моркови, эстрагон, базилик, кервель, букет гарни.

Для мусса: 500 г рыбного филе, соль, перец, мускатный орех, кайенский перец, 2 яичных белка, 500 мл жирных сливок.

Мариновать рыбу несколько часов, слить маринад в кастрюлю и в нем варить рыбу 5 минут. Посолить, поперчить. В выложенную тестом форму положить кусочки рыбы, затем слой лука-резанца, фисташек, закрыть слоем рыбного мусса и вновь выкладывать слои, закончив слоем мусса. Закрывать тестом, сделав в нем отверстия. Выпекать при 180°С. Через оставленные отверстия в готовый охлажденный паштет вылить п/ф рыбного желе и охладить.

Совершенно необязательно, чтобы паштет в своей основе состоял из измельченного фарша. Так же, как и для террина, для него можно использовать нарезанные кусочки мяса.

Утиный паштет с оливками. 1,5 кг утки, 100 г филе свинины, по 0,5 чайной ложки соли, перца, паприки, тимьяна, тертого мускатного ореха, растертого лаврового листа, 100 мл бренди или водки, 250 г оливок без косточек, 2 яйца, 500 г песочного теста, 2 ломтика свиного шпика.

Нарезанное мясо утки и свинины перемешать с солью и пряностями, а также водкой или бренди, добавить одно яйцо и один яичный желток. В смазанную маслом прямоугольную форму выложить тонкий слой (5 мм) теста. На дно положить ломтик шпика, а затем смесь утки с мясом, оливки, закрыть вторым ломтиком шпика и крышкой из песочного теста. В тесте сделать отверстие, смазать яичным белком и выпекать 45 минут при 190°С. Подавать холодным с салатом из одуванчиков.

Салаты

В меню ресторана могут быть включены различные салаты — как “осовремененные” салаты кухни прошлых лет или даже столетия (например, салат “Оливье”), так и современные.

Современные ресторанные салаты часто подаются и готовятся не вполне традиционно. Они больше напоминают блюдо, поданное с гарниром и соусом.

Салат из утки холодного копчения на листьях салата руккола с соусом “Херес”. 100 г утки холодного копчения, 40 г салата руккола, 20 мл оливкового масла, 2 г мака кондитерского, 2 г молотого кофе, 20 мл уксуса “Херес”, 5 г горчичного семени, 20 мл хереса, соль, перец.

На тарелку уложить листья салата, сверху — ломтики филе утки, сбрызнуть растительным маслом. Несколько кусочков филе свернуть и поочередно посыпать маком и молотым кофе. Сбоку полить соусом “Херес”.

Для приготовления соуса смешать уксус “Херес” с вином, оливковым маслом, горчичным семенем, солью, перцем и взбить. Горчичное семя желательно предварительно замочить в уксусе.

Королевские креветки с сыром “Моццарелла” в соусе “Кардамон”.

100 г королевских креветок, 50 мл оливкового масла, 70 г салата ромэн, 40 г сыра “Моццарелла”, 50 мл сока омара, соль, перец, бальзамический уксус, кардамон. Для маринования: ореховое масло, лимонный сок.

Креветки сбрызнуть ореховым маслом, лимонным соком и оставить для маринования в холодильнике на 2 часа, затем обжарить. На тарелку уложить листья салата, сверху — кусочки “Моццареллы”, а на них — креветки. Полить соусом “Кардамон”. Для приготовления соуса смешать сок омара, оливковое масло, бальзамический уксус, соль, перец, кардамон и взбить до однородной массы.

Наряду с традиционными холодными салатами в меню часто включаются теплые салаты.

Теплый салат с морепродуктами. 15 г листового салата, 20 г картофеля, 2 г чеснока, 35 г мидий, 10 г кальмара, 13 г креветок, 5 мл сока лайма, оливковое масло, соль, перец, укроп.

Обжарить морепродукты на оливковом масле с чесноком, посолить, смешать с отварным картофелем, выложить на листья салата, сбрызнуть соком лайма, полить соусом. Для приготовления соуса смешать

небольшое количество картофельного отвара с измельченным чесноком и оливковым маслом. Оформить вареными мидиями и зеленью.

Теплый салат может быть использован в качестве гарнира к основному блюду.

Теплый салат с медальонами из телятины. 500 г телятины (4 медальона), 1 сладкий репчатый лук, 200 г микс-салата, 8 желтых помидоров черри, 40 мл растительного масла.

Для заправки: 80 мл оливкового масла, 15 г виноградной горчицы, 20 мл соевого или устричного соуса, 5 г сахара, 30 г изюма, соль, перец.

Смешать нашинкованный лук, салат (порвать руками), половинки помидоров и заправить их смесью горчицы, масла, сахара, соуса и изюма. Довести до вкуса. Телятину посолить, поперчить и обжарить 2 минуты с каждой стороны. Сверху на салат положить теплые медальоны из телятины и оформить помидорами черри.

Влияние модного в настоящее время азиатского направления в ресторанной кухне не обошло и технологию приготовления салатов. Так, легкий *тайский салат* состоит из трех видов салата, очищенных долек апельсин, кедровых орешков, заправленных соусом из оливкового масла, бальзамического уксуса, апельсинового сока, сахара, соли и растертого чеснока.

Фрукты и ягоды достаточно часто используются в качестве основы легких салатов. Классический вальдорфский салат делают из смеси яблок, сельдерея и рубленых грецких орехов, заправляя его майонезом. Существуют различные интерпретации этого салата.

Вальдорфский салат. 100 г яблок, 100 г корневого сельдерея, 100 г консервированных ананасов, 40 г майонеза, сок лимона, соль, белый перец, сахар, 10 мл яичного ликера, грецкие орехи.

Соединить очищенные и нарезанные яблоки, сельдерея, ананасовые дольки, заправить соком лимона, майонезом, смешанным с яичным ликером, солью, перцем, сахаром и украсить грецкими орехами.

Легкий вальдорфский салат. 1 ананас, 2 апельсина или розовых грейпфрута, 1 красное яблоко, 1 стебель листового сельдерея (около

500 г), 120 г грецких орехов, 150 г лимонного йогурта, 150 г крем-фреш, соль, свежемолотый перец, 60 мл лимонного сока.

Нарезать и смешать яблоко, апельсины или грейпфруты, ананас, сельдерей, обжаренные орехи, заправить йогуртом, смешанным с крем-фреш, солью, перцем и лимонным соком. Украсить орехами и апельсинами.

В современных ресторанах нередко встречается необычное сочетание фруктов и ягод с морепродуктами.

Салат из малины с креветками и авокадо. 50 г свежей малины, 25 г маринованных креветок, 25 г манго, 15 г сельдерея, 50 г авокадо, 15 мл сока лимона, 3 мл бальзамического уксуса, 5 г меда, 4 г французской горчицы, 8 мл оливкового масла.

Сделать заправку: смешать в блендере малину, мед, уксус до однородной массы, постепенно влить оливковое масло. Авокадо нарезать крупными кубиками и сразу полить лимонным соком. Манго нарезать мелкими кубиками, сельдерей — тонкими ломтиками и все смешать. Заправить салат и оформить малиной и креветками.

Для заправки многих салатов используется оливковое масло. Рекомендуется брать оливковое масло холодного отжима (Extra virgine).

Греческий салат. 25 г сыра “Фета”, 60 г помидоров, 40 г сладкого перца, 40 г огурцов, 30 г маслин консервированных, 10 мл оливкового масла, 10 мл винного уксуса, 2 г сахара, соль, орегано.

Нарезать ломтиками сыр, помидоры, перец, маслины, огурцы и заправить смесью оливкового масла, винного уксуса, соли, сахара. По желанию можно готовить с чесноком. Оформить листиками орегано.

Классический итальянский салат “Капрезе”. Соединить кружочки помидоров с кружочками “Моццареллы” и свежим базиликом. Заправить оливковым маслом, бальзамическим уксусом, солью, перцем.

Для приготовления салатов наряду с привычными компонентами нередко используются крупы, бобовые и макаронные изделия.

Салат с пшеничной крупой и продуктами моря. 3 лимона, 0,5 л куриного бульона, 40–60 г соуса “Табаско”, 200 г пшеничной крупы, 100 г красного репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 1 пучок петрушки, 1 пучок зелени кинзы или еще 1 пучок зелени петрушки, 300 г смеси различных морских продуктов (мороженых или свежих), 45 мл оливкового масла, соль, свежемолотый перец. Для оформления: веточки мяты.

Натереть цедру 2 лимонов, отжать сок, добавить куриный бульон и соус “Табаско”, затем всыпать пшеничную крупу и сварить ее. Смешать крупу с измельченной зеленью, луком, чесноком, готовыми морепродуктами, оливковым маслом, солью, перцем и оставить на 15 минут пропитаться. Украсить лимоном и мятой.

Салат средиземноморский. 20 г сладкого перца, 20 г фасоли свежей, 15 г маслин, 1 г чеснока, 20 мл оливкового масла, 10 мл ароматизированного уксуса, 2 г паприки, 20 г брынзы, соль, сахар, перец, базилик. Запечь в духовом шкафу сладкий перец. Очистить его от кожицы и семян, нарезать полосками. Фасоль бланшировать и быстро остудить в очень холодной воде. Смешать перец, фасоль, маслины, брынзу, полить их салатной заправкой и поставить в холодильник минимум на 2 часа. Для приготовления салатной заправки смешать соль, сахар, уксус, измельченный чеснок, паприку и оливковое масло.

Салат из холодной пасты с песто и виноградом. 250 г пасты фузилли, 100 г помидоров черри, 60 г “Моцареллы”, 60 г черного винограда, 20 г оливок без косточек, сладкий перец, 1 апельсин, зеленый лук, бальзамический уксус, 100 г соуса песто.

Пасту отварить, смешать с соусом песто и охладить. Добавить половинки помидоров, половинки винограда (без косточек), сыр, нарезанный кубиками, перемешать. Салат выложить на тарелку горкой, украсить кусочками сладкого перца, ломтиками очищенной мякоти апельсина, посыпать зеленым луком, сбрызнуть уксусом, сверху положить оливки. Для приготовления песто зеленый базилик, петрушку, кедровые орешки и чеснок измельчить в блендере, заправить оливковым маслом.

В качестве заправок салатов наиболее часто используются соус винегрет, майонез, йогурт, растительное масло. Растительное масло, обогащен-

ное ароматическими и вкусовыми веществами лука, грибов, сельдерея, подвергнутых тепловой обработке в этом масле, можно использовать для заправки овощных салатов. В качестве основы салатного масла лучше брать оливковое или кукурузное масло. Ниже приведено несколько примеров салатного масла.

- *Масло салатное луковое.* Пассеровать луковую крошку до золотистого цвета в масле (1:2,5), охладить и процедить.
- *Масло салатное сельдерейное (зелень).* Пассеровать сельдерей в масле (1:5), охладить и процедить.
- *Масло салатное грибное.* Рыжики (шампиньоны, опята, белые) обжарить в масле (1:3), охладить, процедить и залить в бутылку.

Закуски для фуршетного стола

В соответствии с учебниками технологии именно канапе являются неотъемлемой частью фуршетного стола. Среди множества вариантов их разновидностей можно отметить не совсем привычные — из омлета с оливками, огурцом или томатом.

Для приготовления омлета в ресторанной кухне необходимо использовать только самые свежие яйца и сливочное масло. Взбивать массу следует вручную и при приготовлении использовать посуду с толстым дном.

Этот вид канапе подается как в холодном, так и в горячем виде; соус может быть подан отдельно. Из омлета также готовят мини-рулеты.

В качестве закусок для фуршетного стола готовят не только закусочные бутерброды (канапе), но и самые разнообразные кулинарные изделия в миниатюрном исполнении. На одном блюде можно расположить параллельными рядами:

- фаршированные красной икрой яйца;
- помидоры, фаршированные итальянским салатом;
- кусочки террина, оформленные грецким орехом, дольками мандаринов, консервированной черешней и зеленью;
- сколотые шпажками рулетики с сельди с клюквенным вареньем, размещенные на кружочке яблока;
- медальоны из свиной вырезки, оформленные зеленью и кусочками красного, желтого и зеленого перца;
- рулетики из консервированной спаржи, завернутой в ветчину, и оформленные “лепестками” редиса и зеленью.

Вариантов расположения миниатюрных закусок (как и их разновидностей) на блюде множество.

Фаршированные яйца. Вареное яйцо разрезать вдоль или поперек. Для большей устойчивости подровнять половинку яйца снизу или закрепить его на блюде небольшим количеством крема. Заполнить половинки яйца можно различными кремами и начинками из кондитерского мешка с гофрированной насадкой, соответственно их оформив.

Крем (вариант 1). 200 г вареного желтка, 100 г сливочного масла, соль, белый перец, ворчестерский соус.

Крем (вариант 2). 20 г сливочного масла, 2 сваренных яичных желтка, соль, перец, горчица.

Соединить все компоненты и растереть до кремообразной массы. Если крем получился слишком густым, его следует немного нагреть на водяной бане; если слишком жидким — поставить в холодильник.

Крем (вариант 3). 150 г сливочного масла, 5 яичных желтков, 50 г горчицы, 1 лимон, соль, сахар, перец. Для молочного соуса: 250 мл молока, 30 г муки, 30 г сливочного масла.

Соединить протертые желтки, взбитое масло, горчицу, белый перец, соль, молочный соус, сок лимона, сахар.

Крем можно использовать для фиксации на блюде не только фаршированных яиц, но и других закусок. Яйца фаршируют различными начинками.

Начинка (вариант 1). 5 вареных яичных желтков, 2 столовые ложки сливочного домашнего сыра, 2 столовые ложки измельченной зелени петрушки, зеленого лука, 2 столовые ложки молока, соль.

Растертые желтки соединить с сыром, измельченной зеленью и молоком, добавить соль.

Начинка (вариант 2). 4 шампиньона, 1 ломтик ветчины, 1 луковица лука-шалота, растительное масло, 2 фаршированные оливки, соль, перец, 1 помидор.

Обжарить лук-шалот на растительном масле. Когда он станет прозрачным, добавить шампиньоны и ветчину, прогреть, а затем охла-

дить. Для оформления использовать помидор, оливки и ломтики сырых шампиньонов. Довести до вкуса.

Начинка (вариант 3). 8 кусочков филе анчоусов, 1 луковица лука-шалота, каперсы, 1 пучок лука-резанца.

Соединить измельченные каперсы, лук-шалот, анчоусы, лук-резанец.

Для оформления использовать кусочки анчоусов.

Начинка (вариант 4). 3 ломтика копченого лосося, 1 шт. лука-шалота, 1 небольшой стаканчик икры, сок 0,5 лимона, растительное масло, свежемолотый перец.

Соединить мелко нарезанный лук-шалот, кусочки лосося, икру, приправить соком лимона, растительным маслом и перцем. Для оформления использовать рулетики из копченого лосося.

Начинка (вариант 5). 5 вареных яичных желтков, 2 столовые ложки сливочного домашнего сыра, по 1 чайной ложке порошка карри, торе из авакадо, лимонного сока, 1 столовая ложка молока, соль.

Растертые желтки соединить с домашним сыром, карри, торе из авакадо, лимонным соком и молоком, довести до вкуса.

Начинка (вариант 6). 5 вареных яичных желтков, 1 столовая ложка тонко измельченной моркови, 2 столовые ложки домашнего сыра, лимонный сок, 1 чайная ложка молотых грецких орехов, соль, перец.

Соединить все компоненты, растереть до однородной массы и заправить солью.

Медальоны. Медальоны можно приготовить из телячьей, говяжьей, свиной вырезки и украсить овощами, фруктами, орехами и кремом. Медальоны, приготовленные с использованием морепродуктов, прекрасно сочетаются со свежими овощами, например, огурцами.

Медальон из свинины (телятины). Нарезать обжаренную свиную вырезку или филе телятины на медальоны, смазать кисточкой “сверкающим” соусом (смешанный с желатином мясной сочок). Оформить из кондитерского мешка “розочкой” из печеночного паштета, грецкими или миндальными орешками, дынным шариком.

Медальон из копченого угря. На кружочек огурца положить кружочек яйца, хрен со сливками, медальон из филе копченого угря. Оформить веточкой укропа, кружочками фаршированных оливок.

Медальоны из индюшачьей грудки с печеночным паштетом и орехами. На кружочки копченой (жареной) индюшачьей грудки отсадить из кондитерского мешка крем (паштет из телячьей печени, смешанный с маслом и портвейном). Украсить половинками грецких орехов.

Медальоны с гусиной печенью. Припустить фигурно вырезанные кружочки из яблок в вине с сахаром, лимонным соком и корицей. Положить вниз такие же кружочки из печеночного паштета с крупной темной вишней, половинками фисташек и лесным орешком, покрыть медальон желе и охладить.

Пикантные профитроли. Использовать профитроли можно не только в качестве гарнира для прозрачных супов. Если разрезать выпеченные миниатюрные булочки из заварного теста и наполнить их соответствующей начинкой, получатся пикантные профитроли, которые прекрасно подойдут для фуршета или коктейля.

Для заварного теста. 25 г сливочного масла, 75 г муки, соль, 2 яйца, жир и мука для смазывания и посыпки противня.

Из заварного теста испечь булочки, остудить, обрезать верхушку, заполнить кремами из кондитерского мешка с зубчатыми отверстиями, оформить зеленью.

Для сырного крема. 1 сваренное вкрутую яйцо, 30 г несоленой брынзы, 75 г крем-фреш, соль, свежемолотый перец, 1 чайная ложка измельченной зелени петрушки.

В блендере смешать яйцо с брынзой, крем-фреш, петрушкой, солью и перцем.

Для масляного крема: 70–100 г сливочного масла, 5 г дижонской горчицы, соль, перец, соевый или ворчестерский соус, горсть тертого “Пармезана”.

Смешать все компоненты до однородной массы, довести до вкуса.

Для ветчинного крема: 70 г нежирной вареной ветчины, 50 г крем-фреш, 5 мл красносмородинового ликера, свежемолотый перец, свеженатертый мускатный орех.

В блендере измельчить ветчину вместе с крем-фреш и смородиновым ликером. По вкусу добавить перец и мускатный орех.

Для горчичного крема: 250 г сметаны, 2 столовые ложки среднеострой горчицы, 20 мл фруктового уксуса, 20 мл лимонного сока, соль, перец, сахар, несколько капель коньяка.

В миксере взбить сметану с горчицей, фруктовым уксусом, лимонным соком, солью, перцем, сахаром и коньяком.

Для творожного крема: 250 г нежирного творога, 3 столовые ложки сметаны, 100 г сыра “Рокфор”, соль, перец, несколько капель соевого соуса, несколько капель лимонного сока и коньяка.

Миксером взбить смесь из творога, растертого сыра, сметаны, соли, перца, соевого соуса, лимонного сока и коньяка.

Для базиликового крема: 0,5 пучка базилика, 2 столовые ложки мякоти помидора, вино, 200 г свежего сыра, соль, перец, сахар, несколько капель соевого соуса и лимонного сока.

В блендере измельчить мякоть помидора с сыром, добавить вино, измельченный базилик, дать настояться и заправить солью, перцем, сахаром, соевым соусом и лимонным соком.

Для крема из анчоусов: 80 г филе консервированных анчоусов, 110 г маргарина, 3 столовые ложки измельченной петрушки, 0,5 чайной ложки лимонного сока, кайенский перец, черный перец.

Филе анчоусов растереть до однородной массы и соединить с остальными компонентами.

Фаршированные помидоры. Для фарширования лучше использовать небольшие помидоры, в том числе черри, разрезанные пополам или со срезанной верхушкой. Фаршированные помидоры можно расположить на блюде или на кружочке карбованного огурца. Как наполнитель берут перламутровый лук шарики из огурца, моркови, сырный крем, салаты (например, вальдорфский).

Помидоры, фаршированные крабовым салатом. 100 г крабового коктейля, 5 мл лимонного сока, 24 маленьких помидора (диаметром

около 4 см), соль, свежемолотый перец, 65 г кресс-салата, 80 мл сливок, 5 г томатной пасты.

Крабов пропитать в лимонном соке в течение получаса. Подготовить помидоры для фарширования, посолить и поперчить. Сливки взбить в густую пену, добавить мякоть помидоров, немного соли и перца. Крабов перемешать со сливками и кресс-салатом. Полученной массой нафаршировать помидоры.

Коктейли. Для приготовления коктейлей используют различные бокалы. Для их оформления по краю делают окантовку из сушеной зелени, например, укропа. Для этого бокал опускают сначала в яичный белок или желе, а затем в сушеную зелень.

Коктейль с гигантской креветкой. 3 гигантские креветки, различные экзотические плоды, 2 столовые ложки йогурта или сметаны. Для украшения: кружочки оливок, 2 побега спаржи, листья салата, долька лимона.

Смешать мелко нарезанные креветки с фруктами, заправить йогуртом или сметаной. Положить смесь в бокал для коктейля и украсить побегами спаржи, кружочками оливок, листьями салата и дольками лимона.

Коктейль из скампи. 250 г скампи, 20 мл коньяка, соль, 75 г шампиньонов, 100 г различных фруктов, 320 г соуса для коктейлей. Для оформления: зелень укропа, фаршированные оливки, 60 г хрена со сливками, лимон. Замариновать в течение 2 часов скампи, сбрызнув их коньяком и посыпав солью. Смешать скампи с шампиньонами, дынными шариками, ананасом, персиком или мандаринами, заправить соусом для коктейлей. Оформить зеленью, фаршированными оливками, лимоном. Сверху сделать "точку" из смеси хрена со сливками и положить целые скампи.

Коктейль из спаржи. 1 кг свежей спаржи, листья салата, 360 г соуса для коктейлей, несколько капель соуса "Табаско", ломтики манго, консервированные вишни с веточкой.

Налить в бокалы для коктейлей по 2 столовые ложки соуса для коктейлей. По краю бокала разложить темные и светлые листики сала-

*та, а затем кусочки спаржи. Добавить ломтики манго, соус “Табаско”.
Украсить коктейль консервированными вишнями.*

Коктейль из креветок. 300 г креветок, 100 мл коньяка, соль, 300 г корня сельдерея, 1 яблоко, 1 яйцо, лимон, укроп, листья салата, майонез.

Замариновать креветки в коньяке, посолить. Бланировать и нашинковать яблоко и сельдерея. В фужер положить листья нарезанного салата, сельдерея, яблоко, креветки, нарезанное вереное яйцо, укроп.

Сбоку добавить немного майонеза. Оформить лимоном и листьями салата.

Коктейльные бутерброды. Отличаются от канапе и медальонов более острым вкусом. Основанием для таких бутербродов может послужить не только кусочек хлеба, но и ломтик овощей, фруктов и т.п. Одним из примеров являются сколотые шпажкой рулетики сельди, политые клюквенным вареньем и размещенные на кружочке яблока. Компоненты, которые входят в состав этих бутербродов, как правило, скрепляются шпажкой.

Редис с начинкой. 18 шт. крупного редиса, 40 г сливочного домашнего сыра, 1 столовая ложка взбитых сливок, 1 столовая ложка колечек шнитт-лука, соль, перец, 3 ломтика хлеба.

С помощью приспособления для вырезания маленьких шариков в редисе сделать углубления и заполнить их пастой из сливочного сыра, сливок, шнитт-лука, соли и перца. Вырезать из хлеба сердечки, отсадить из кондитерского мешка на них немного пасты, а сверху поместить редис и при необходимости скрепить шпажкой.

Малосольная сельдь на картофельных кружочках. 1 картофелина, 100 г филе малосольной сельди, 4 шт. редиса, 50 г яблок, 1 столовая ложка шнитт-лука, 2 столовые ложки простокваши, соль, перец. Для оформления: помидоры черри, яблоко.

Смешать мелко рубленные сельдь, редис, яблоко, лук и простоквашу. Выложить смесь на кружочки картофеля. Довести до вкуса. Оформить помидорами и яблоком.

Блюда из яиц

Место этих блюд в ресторанном меню, возможно, не столь значимо, как, например, мясных, рыбных или блюд из птицы и дичи. Однако трудно себе представить завтрак в ресторане гостиницы без омлета, яичной каши, отварных яиц и т.п.

При кажущейся простоте эти блюда в ресторанном исполнении имеют свои особенности и могут быть качественно приготовлены далеко не каждым поваром. Не случайно в 1980-е годы во Франции как обязательное задание при проведении престижнейшего конкурса на лучшего повара ввели приготовление омлета. Для профессионального повара это самое доступное из французских блюд считается верным тестом на мастерство.

Однако вкус блюд из яиц зависит не только от мастерства повара, но и от качества сырья. В ресторанной кухне к свежести яиц предъявляются очень строгие требования. Качество и вкус яиц зависят от корма, который потребляли куры. По мнению Огюста Эскофье, чтобы яйца были вкусными, птицу надо кормить рисом, овсом, ячменем или кукурузой.

Несмотря на творческий подход к приготовлению блюд ресторанной кухни, существуют жесткие *санитарные требования к первичной и тепловой обработке* яиц, связанные с тем, что яйца могут быть носителем сальмонелл. Выполнение этих санитарных требований является строго обязательным.

Омлеты

Французы говорят, что для первого знакомства с рестораном достаточно заказать самое незатейливое блюдо меню, например, омлет, чтобы составить мнение о качестве кухни в целом.

Классический вариант приготовления омлетов во *французской кухне* не предусматривает смешивания яиц с жидкостью (молоком или водой). Считается, что хороший омлет может быть приготовлен только при ручном, а не машинном взбивании яиц. Яйца не следует “перебивать”, так как омлет при этом получается чересчур плотным. Для тепловой обработки рекомендуется брать толстостенные (предпочтительно чугунные) сковороды. Жарить омлет лучше на сливочном масле. Сковороду для омлета необходимо прогреть, растопить масло, дать ему вспениться и лишь затем добавить взбитую массу. При приготовлении омлета сковороду нужно прокручивать, приподнимая за ручки и ударяя по ней.

Готовый омлет должен иметь консистенцию крема, быть нежным, воздушным, сочным и блестящим, а также гладким, без единой складочки, и при этом обладать идеальной формой. Кроме того, считается, что омлет должен быть достаточно бледным, без яркой искусственной желтизны.

Сковороду, предназначенную для приготовления омлета, не рекомендуется мыть, а только протирать салфеткой.

Омлет в *японской кухне*, так же как и в отечественной, принято готовить с добавлением жидкости (воды) из расчета на 1 яйцо 2 столовые ложки воды. Взбитую яичную массу выливают тонким слоем на разогретую с растительным маслом квадратную сковороду. Когда масса начнет пузыриться, омлет аккуратно закручивают в виде рулета. Готовят омлет, пока он не загустеет (примерно 1 минуту).

Известно, что омлеты можно готовить натуральными, смешанными и фаршированными.

Смешанные омлеты готовят с овощами, измельченной зеленью кривля, петрушки, шпигт-лука, с “Пармезаном” или с обжаренными лесными, культивируемыми грибами и т.п. Грибы, так же как ветчина с сыром и картофель, считаются самыми распространенными наполнителями для омлетов. Классический омлет “Россини” готовят с трюфелями. Причем при подаче сверху на готовый омлет кладут кусочки обжаренной гусиной печени и поливают демигласом.

Смешанный *итальянский* омлет фриттата готовится с добавлением различных овощей (спаржи, рубленой зелени, сладкого перца, артишоков, стручковой фасоли, лука, чеснока) и “Пармезана”. Сначала омлет жарят на сковороде с добавлением оливкового масла на медленном огне 15 минут, а затем запекают в духовом шкафу до румяной корочки 1–2 минуты.

При смешивании яичной массы с пассерованным луком получают омлет по-лионски. *Испанская* интерпретация смешанного омлета — тортілья — готовится с добавлением обжаренного на оливковом масле лука, иногда с картофелем. Омлет обжаривают, как блины, с двух сторон.

Для приготовления омлета *по-андалузски* пассерованный красный перец, томаты (без семян) соединяют со взбитой яичной массой и доводят до готовности. Готовый омлет посыпают кольцами обжаренного лука.

При приготовлении фаршированных омлетов в ресторанной кухне наряду с известными из сборника рецептурами могут быть использованы и более изысканные наполнители. Например, можно омлет фаршировать:

- икрой с лангустинами;
- креветками с соусом бешамель;
- обжаренной куриной печенью с жу ли (омлет по-турецки);
- полосками копченой ветчины и бланшированными верхушками спаржи;
- мелко нарезанным беконом с обжаренными грецкими орехами и свежими листьями шпината;
- кусочками свежей лосося со свежим укропом;
- обжаренными на сливочном масле ломтиками перца, лука-шалота и грибами.

Наряду с классическими омлетами в меню могут быть включены омлеты на заказ, например, из одних белков. Можно приготовить омлет фламбе, используя виски, коньяк, арманьяк, кальвадос. В качестве вкусовой добавки кроме соли и перца при приготовлении омлета хорошо положить карри, тертый мускатный орех и т.п.

Омлеты-муссы, омлеты-суфле, сырное суфле

Яйца, как известно, являются неизменной и важной составляющей многочисленных муссов и суфле.

Омлет-суфле в отличие от омлета должен иметь еще более нежную и воздушную консистенцию за счет того, что в его состав входят не взбитые яйца, а желтки и отдельно взбитые белки. В классической французской кухне омлет-суфле часто делают сладким, для чего желтки растирают с сахарной пудрой, а в качестве ароматизаторов используют ваниль, цедру лимона или апельсина, ром или ликер. В последнем случае рекомендуется несколько миндальных или песочных печений смочить в алкоголе и положить внутрь омлета. Поверхность можно карамелизировать, посыпав перед выпечкой сахаром. Омлет-суфле рекомендуется запекать при 160–180°С.

В классической французской кулинарии встречается также *омлет-мусс*, который отличается тем, что омлетную массу готовят из смеси яиц (2 шт.), яичных желтков (3 шт.), сливок (2 столовые ложки) и взбитых в крепкую пену белков (3 шт.). В омлетную массу можно добавлять тонкие ломтики трюфелей, верхушки спаржи, тертый сыр и т.п.

Своеобразной разновидностью суфле является *сырное суфле*, технология приготовления которого отличается тем, что яичные желтки (4 шт.)

проваривают на водяной бане вместе с белым сухим вином (100 мл) до загустения. Затем их взбивают до охлаждения, вводят взбитые белки (4 шт.) и заправляют солью и перцем. Полученную массу разделяют столовыми ложками в виде кнелей и опускают в формочки из жаропрочного фаянса или керамики, наполненные смесью жирных сливок (200 мл) и тертого легко плавящегося сыра (100 г), например, “Грюйсера”. Сверху формочки посыпают свеженатертым “Пармезаном” и запекают в течение 10 минут при 180°С.

Яичная кашка

Яичную кашку готовят в целом по тем же правилам, что и омлет, с тем лишь отличием, что при ее приготовлении яйца непрерывно перемешивают. Варят кашку в толстостенных сковородах до получения нежной массы. Так же, как и в технологии, предлагаемой действующим сборником, в составе рецептуры яичной кашки можно встретить молоко или сливки (на 4 яйца 2 столовые ложки жидкости). Сливки рекомендуется использовать жирные. В ряде случаев их не смешивают сразу с яйцами, а добавляют в уже готовую кашку вместе с маслом (из расчета 2 столовые ложки сливок на 3 яйца).

Иногда готовят яичную кашку, смешанную с наполнителями. Например, в качестве наполнителя можно использовать пассерованный лук, грибы, ветчину, нарезанный мелкими кубиками и прогретый сладкий перец, помидоры конкассе. В китайском варианте яичной кашки в качестве наполнителя используют помидоры конкассе и кубики огурца, а в популярном блюде “Хэнгтаунская поджарка” — поджаренные во фритюре паннированные устрицы.

Готовить яичную кашку рекомендуется на медленном огне. Но если делать это слишком медленно (или слишком быстро), произойдет уплотнение белковой массы с выпрессовыванием влаги и блюдо получится низкого качества.

Подают кашку с гарниром и без него. В качестве гарнира хорошо подойдут обжаренные грибы, прогретые помидоры конкассе, почки, прогретые вместе с помидорами в соусе мадера (кашка “Омаль”) и т.п. При этом гарнир обычно укладывают сверху блюда. Яичную кашку подают и со многими другими продуктами: спаржей, креветками, сыром, зеленью и т.п.

Иногда к яичной кашке подают обжаренные до золотистой корочки гренки. Обжаренный гренок (тост) можно использовать и в качестве основы для подачи яичной кашки. И в первом, и во втором случае рекомендуется срезать с хлеба корочки.

Блюда из отварных яиц

Из учебников технологии известно, что отварные яйца могут быть различной степени готовности (всмятку, “в мешочек”, вкрутую) и, соответственно, иметь различную консистенцию.

“В науку о варке яиц я ничего нового внести не могу”, — писал Огюст Эскофье. И все же при внимательном изучении творческого кулинарного наследия и современной европейской ресторанной технологии удастся найти немало нового и интересного.

Так, можно добиться того, чтобы у *яиц, сваренных вкрутую*, появился необычный, экзотический вкус.

Для приготовления *чайных яиц с имбирем* у сваренных вкрутую яиц скорлупу необходимо обмять и выдержать их сначала 10 минут в чайном растворе, а затем добавить в настой немного корня свежего имбиря и выдержать около часа.

Мраморные яйца рекомендуется варить около часа, а затем выдерживать 2 часа в чайном настое с добавлением звездчатого аниса, корицы, гвоздики, ямайского перца, белого перца и острого соуса.

Пряные яйца в красном вине готовят путем настаивания в маринаде сваренных вкрутую и очищенных яиц. Для приготовления маринада в смесь равных частей красного вина и уксуса из красного вина добавляют нарезанный лук-шалот, чеснок, веточку розмарина, орегано, перец горошком, соль, стручок высушенной чечевицы и кипятят 10 минут.

Сваренные яйца всмятку можно подать с икрой (по-русски). Для этого необходимо срезать верхушку сваренного яйца и затем положить ложкой немного черной или красной икры.

Известно, что *яйца, сваренные “в мешочек” (пашот)*, можно готовить в скорлупе и без скорлупы. В последнем случае яйца аккуратно выпускают в кипящую подсоленную и подкисленную воду. В ресторанной кухне при приготовлении этого блюда рекомендуется использовать вместо обычного 3-процентного уксуса винный, а для улучшения вкуса добавлять веточку эстрагона. Яйца должны быть очень свежими. Для варки лучше ис-

пользовать сотейник. Готовить более 4 яиц одновременно не рекомендуется. После введения яиц в воду следует уменьшить нагрев и варить без кипения 2–3 минуты или, выключив конфорку, накрыть сотейник крышкой и оставить на 3 минуты.

Можно также сварить яйца в маринаде. Для этого красное вино следует вылить в сотейник, добавить лавровый лист, чеснок и прокипятить 5–6 минут, процедить и сварить в полученном маринаде яйца, как указано выше. На основе маринада можно приготовить соус, которым полить яйца при подаче.

Существует множество способов подачи яиц пашот:

- со шпинатом (отваренные и затем обжаренные листья шпината положить на огнеупорное блюдо, сверху поместить сваренное яйцо, залить соусом бешамель, посыпать сыром и запечь);
- с лобстером (мясо лобстера смешать с трюфелями в соотношении 4:1, выложить на дно тарталеток, сверху положить сваренное яйцо и полить соусом бешамель);
- с креветками (сваренные креветки смешать с небольшим количеством соуса бешамель и сверху положить сваренное яйцо);
- с пюре из каштанов (сваренные яйца поместить на пюре из каштанов и полить небольшим количеством говяжьего бульона);
- с куриной грудкой (в тарталетку положить измельченную куриную грудку, налить немного соуса сюррем, положить сваренное яйцо и вновь полить соусом сюррем);
- бенедиктин (на обжаренный тост положить ломтик ветчины или лосося, затем сваренное яйцо и полить голландским соусом).

Особой разновидностью яиц, сваренных без скорлупы, являются яйца *кокот*. Готовят их в кокотницах, а также в маленькой огнеупорной керамической или фаянсовой посуде, например, в кофейных чашечках. В разогретую кокотницу кладут кусочек масла и выпускают яйцо, солят, добавляют 1 столовую ложку кипяченых сливок и варят на водяной бане при закрытой крышке. Белки должны затвердеть, а желток стать полужидким. Вместо сливок иногда используют соус (бешамель), красное вино, пюре из помидоров. На дно кокотницы можно укладывать ломтики отварного куриного филе, кусочки трюфелей или костного мозга, а сверху блюдо посыпать “Пармезаном”, положить верхушки припущенной в масле спаржи.

Блюда из жареных яиц

Яйца можно жарить не только основным способом, но и во фритюре (французский способ). Для фритюра лучше использовать оливковое масло. При обжаривании рекомендуется заворачивать белок на желток. Время приготовления такой “яичницы” — 1 минута. Подают ее на гренках.

Также можно жарить яйца, сваренные без скорлупы. Сваренные яйца следует охладить, запанировать в двойной панировке и обжарить во фритюре. Подают это блюдо с соусом карри, соусом сюрпем с трюфелями и т.д.

Скотч (по-шотландски) предполагает жарку во фритюре сваренного вкрутую яйца. Яйцо очищают, панируют в муке, покрывают слоем мясного фарша, а затем панируют в двойной панировке и жарят во фритюре. Подают с томатным соусом.

Технология приготовления десертов

Десертная кулинария — это искусство соблазнения. В прошлом преподнесение десерта имело больше общего с архитектурой, чем с кулинарией. Сейчас наблюдается тенденция к относительной простоте. И все же современные повара любят готовить показательные блюда, демонстрируя красоту десертных материалов. Поскольку они разнообразны и очень эффектны, подобные декоративные представления до сих пор показывают высшую степень совершенства в десертной кулинарии.

Никогда нельзя рассматривать десерт вне контекста всего обеда, после которого он должен подаваться. Так, самым сытным десертом считается пудинг. Он завершает простой обед, состоящий из тарелки мясного супа и второго горячего блюда. Обильная и сытная трапеза требует легкого и простого десерта, такого, как нежирное мороженое. И наоборот, меню может быть построено, начиная от простых блюд, через нарастание сложности к щедрому, но не тяжелому финалу.

При составлении меню следует избегать повторения блюд или приправ с одинаковым вкусом или фактурой. Если в основном блюде есть фруктовый ингредиент (например, утка с апельсинами), не следует включать этот фрукт в десерт, точно так же, как нельзя в течение обеда подавать больше одного густого яичного соуса. Почти так же важен и цвет: если за несколькими блюдами белого или кремового цвета последует такой

же десерт, это будет скучно независимо от того, насколько удачно получилось каждое блюдо в отдельности.

Вино может служить как дополнением к десертам, так и являться одним из ингредиентов. Простейший способ использования вина в качестве части десерта — залить им свежие фрукты или ягоды. Так, например, клубнику заливают красным вином (с сахаром и без него) или шампанским. В некоторых десертах (фруктовый лед) также используются красное вино и шампанское. В зависимости от нагревания и продолжительности приготовления блюда вино может измениться до неузнаваемости. К примеру, кипячение грушевого сиропа с красным вином “убивает” вкус хорошего вина. Для этих целей лучше брать простое красное вино густого цвета. Клубника в шампанском, напротив, требует первоклассного шампанского и качественных ягод, так как тепловая обработка в данном случае исключается.

Благодаря тепловой обработке алкогольные напитки, используемые для приготовления ресторанных десертов, не являются источником “градусов”, а лишь улучшают их вкусовой и ароматический букет. При приготовлении десертов используются не только вина. Например, при приготовлении фруктово-ягодных желе наряду с белым, красным вином и портвейном можно использовать сидр, мятный ликер и т.п.

Несмотря на французскую традицию подавать шампанское с десертами, сочетание сухого вина и сладкого десерта все же не так удачно. Чтобы вкусы подходили друг к другу, вино должно быть слаще десерта. Если десерт заметно слаще, любое, даже самое изысканное вино покажется слабым и кислым. Также лучше, если вино будет холоднее, чем десерт (например, десерт изо льда, залитый шампанским). Считается, что вкус шоколада сильно заглушает вкус вина, а кислые фрукты нужно включать в состав десерта крайне осторожно.

Фруктовые салаты

Самый простой освежающий десерт. Подавать их можно не только в вазах и блюдах, но и в корзиночках из апельсиновых корок, дыни, ананаса, арбуза.

Выбор фруктов для салата зависит и от личных пристрастий повара. Однако для лучшего сохранения вкуса в одно блюдо не следует включать более 4–5 видов фруктов (например, в корзиночке из дыни можно подать киви, папайю, манго и маракуйю, а в корзиночке из арбуза — апельсино-

вые дольки, вишню, черный виноград, мякоть арбуза). Нарезать фрукты заранее не рекомендуется.

Нарезанные фрукты можно сбрызнуть соком лимона, добавить щепотку соли для выявления их натурального вкуса. Неплохо посыпать фрукты сахаром, сахарной пудрой, сбрызнуть вином, ромом, бренди или фруктовым ликером. Ликер “Гран Марнье” больше подойдет к цитрусовым салатам, грушевый — к грушам, а кирш — практически к любым фруктам. Некоторые салаты заправляют фруктовым сиропом, медом или поливают кленовым сиропом. Перед подачей к столу рекомендуется дать салату настояться. При подаче в него можно положить кусочки колотого льда, замороженные шарики или кнели из смеси йогурта и жирных сливок.

Для ароматизации фруктовых салатов часто используют пряности. Кардамон добавляют в сироп или посыпают им фрукты. Ваниль хорошо подходит к ягодам и бананам. Палочка корицы, гвоздика могут быть использованы для ароматизации салата из цитрусовых, абрикоса, клубники. Смесь из мяты, лаврового листа, лимонной вербены или лаванды придаст дополнительный аромат сиропу для заправки салатов. Мята или лимонная вербена отлично сочетается с салатом из винограда, грейпфрута, киви и дыни. Аромат лаврового листа дополнит вкус персиков, нектаринов, груш. Лаванда усиливает вкус винограда, груш, ананасов, дыни или фруктов с характерным ароматом. Украсить салат можно веточкой базилика.

Салат из цитрусовых. 2 апельсина, 2 мандарина, 2 грейпфрута, 3–4 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки ликера “Гран Марнье”, молотая корица.

Очищенные от корок и пленок, крупно нарезанные кусочки мандарина, апельсина, грейпфрута смешать с сахаром, цедрой одного апельсина. Заправить ликером, а перед подачей — щепоткой молотой корицы. Подавать в корзиночках из апельсина или грейпфрута.

Использовать нужно только желтую часть цедры апельсина или лимона, в противном случае она будет придавать десерту горечь.

Десерты из фруктового (ягодного) пюре

Фруктовое пюре используется не только как элемент для приготовления таких десертов, как мороженое, пудинги. Оно само по себе может слу-

жить освежающим десертом. Кисель, воздушный коктейль — классические английские десерты.

Кисель готовят, например, из крыжовника или ревеня. Крыжовник прогревают с сахарной пудрой (4:1) на водяной бане, а кусочки очищенного и нарезанного ревеня припускают с сахаром (2:1) и кусочком сливочного масла. Лишнюю воду откидывают. Протертую массу охлаждают и заправляют взбитыми сливками (2:1). Подают кисель в бокалах охлажденным, с миндальным или песочным печеньем.

Воздушный коктейль готовят из свежих фруктов или ягод, например, бананов или малины. Также можно использовать пюре из плодов, подвергнутых тепловой обработке. Если пюре получилось водянистым, жидкость следует слить или выпарить. Полученное пюре охлаждают и соединяют со слегка взбитым белком. Смесь взбивают до состояния мягкой пены, медленно вливают сахарный сироп и взбивают до белоснежной и густой пены. Подают с печеньем или вафлями.

Воздушный яблочный коктейль. 325 г яблочного пюре, 250 г сахарной пудры, 3 яичных белка, 40 мл воды.

Из сахара и воды приготовить сироп (стадия тонких нитей) и охладить его. Взбитые яичные белки соединить с яблочным пюре и продолжать взбивать, пока масса не побелеет. Добавить сироп и вновь взбить до однородной пены.

Существует также множество иных десертов, в основу которых входит фруктовое или ягодное пюре. К их числу можно отнести отдельные виды муссов, мороженого, суфле, сорбе, технология приготовления которых описана ниже.

Запеченные фрукты и ягоды

Запекать можно яблоки, груши, персики, бананы. Большинство фруктов, например, персики и груши, перед приготовлением очищают. Для сохранения цвета фрукты натирают лимонным соком. Интересный вариант — очистить фрукты частично или оставить кожицу, но сделать неглубокие надрезы по их окружности. Удаление сердцевин и косточек необязательно, хотя из яблок их обычно удаляют. Образовавшуюся полость можно заполнить:

- пастой из сахара, масла и цедры апельсина;
- начинкой из смеси толченых орехов, сухофруктов, корицы, мускатного ореха;
- марципаном;
- нарезанной кубиками грушей, половинками клубники и тертой цедрой лимона;
- толченым миндальным печеньем, толченым миндалем и сушеной вишней;
- цукатами и жареными фисташками;
- мюсли, замоченными в сливках;
- толчеными грецкими и лесными орехами, коричневым сахарным песком и медом;
- измельченными финиками, сушеными абрикосами и толченым печеньем, замоченным в бренди;
- толчеными сухарями, изюмом и кедровыми орехами, замоченными в легком сахарном сиропе с добавлением нескольких капель апельсиновой эссенции;
- творогом или сыром “Рикотта” с сухофруктами, молотой корицей, измельченными орехами, тертой цедрой цитрусовых;
- толченым сладким печеньем, например, миндальным.

Чтобы фрукты не пересыхали и не прилипали к противню, время от времени их следует поливать вином, ликером или апельсиновым соком. Перед выпечкой фрукты можно положить на ломтик хлеба или булочки. Запекают фрукты 45–50 минут при 220°С или 1 час при 150°С. Затем фрукты можно глазировать полученным при запекании сиропом.

Яблоки запеченные, фаршированные пастой. 6 яблок, 30 г сливочного масла, 100 г сахара, 40 г апельсиновой цедры, шафран, 50 г миндаля, сахарная пудра, 150–200 мл белого сухого вина, 60 мл жирных сливок, зеленые фисташки.

Подготовленные яблоки начинить пастой, состоящей из смеси сахара, масла, цедры. Посыпать сверху шафраном, сахарной пудрой и украсить миндалем. На противень налить немного белого сухого вина и запекать 1 час при 150°С.

Подавать со взбитыми сливками и измельченными зелеными фисташками.

Если используют фрукты с косточкой, например, персики, то их разрезают пополам, удаляют косточку, сбрызгивают лимонным соком, удаляют ложкой немного мякоти, наполняют начинкой из миндального печенья с творогом и небольшим количеством хереса. В качестве начинки подойдет смесь из раскрошенного миндального печенья, измельченного миндаля, сахара, измельченной мякоти персика, какао, яйца и сладкого белого вина. Выпекают при 180–220°С, пока персики не станут мягкими при прокалывании.

Перед запеканием бананов их неплохо смазать растопленным сливочным маслом, посыпать тертой апельсиновой цедрой, корицей, полить апельсиновым соком, медом и выпекать в течение 15 минут при 190°С. Запеченные бананы можно фламбировать, поливая горячим ромом.

Фрукты также можно *запекать в фольге или в пергаменте*. Для этого следует положить плод в центр фольги, посыпать сахаром, сбрызнуть вином или ликером, добавить кусочек масла, посыпать корицей, свернуть фольгу и перевязать. Выпекать 15 минут при 180°С. Рекомендуется запекать ананас, банан, апельсин, грушу, айву и сушеную клюкву, замоченную в бренди, посыпанную кардамоном, клубнику, киви и персик, сливы с кусочком масла и медом.

Можно запекать ягоды *в гриле с соусом сабайон*. Например, свежую мягкую клубнику или чернику заливают соусом сабайон и запекают 1–2 минуты до золотистой корочки.

Вареные фрукты

Спелые свежие фрукты следует варить (обычно очищенными) совсем недолго, например, смородину не более 2–3 минут. В ином случае кожица может лопнуть и фрукты станут слишком мягкими. В десерт включают различные фрукты и ягоды, но варить их следует отдельно, чтобы не переваривать. Варят фрукты в сахарном сиропе средней плотности (500 г сахара на 0,6 л воды) 1 минуту, а также в вине или сидре с добавлением сахара или меда. Винная кислота помогает сохранить твердость фруктов, поэтому они могут готовиться дольше. Длительное кипячение способствует смешиванию вкусов фруктов и вина, а также уничтожает терпкий винный привкус.

Для усиления вкуса и аромата добавляют сок или цедру цитрусовых. Корица, гвоздика, кардамон, ваниль, свежий корень имбиря, лавровый

лист, лаванда и миндаль ароматизируют сироп для варки фруктов. Варить фрукты надо до готовности (мягкости).

Для ароматизации сиропа можно в течение 5 минут проварить в нем лепестки роз. Затем добавить ваниль и использовать для варки персиков. Для ароматизации сиропа для варки яблок и апельсинов можно взять корень имбиря и лимонную цедру.

Подают фрукты с уваренным сиропом, причем как теплыми, так и холодными. Также их можно украсить засахаренной цедрой, веточкой имбиря, взбитыми сливками, ароматизированными имбирным сиропом, и т.д.

Груши в красном вине. 4 груши, 600 мл красного вина, 50 г сахара, корица, 2–3 чайные ложки грушевого бренди.

Твердые, чуть недозрелые груши очистить, разрезать пополам, удалить сердцевину и варить 1 час в красном вине, добавив сахар и корицу. Удалить из сиропа груши, оставшуюся жидкость выпарить до состояния слабого сиропа и добавить бренди. Подавать с полученным соусом.

Груши нередко подают с шоколадным соусом или с соусом, приготовленным из уваренного с цветком аниса красного вина, смешанного с сиропом и с растопленным шоколадом. Украсить их можно клюквой, красной или черной смородиной, звездчатым анисом и т.п.

Яблоки в красном вине. 12 маленьких сладких яблок (по 50–60 г), 750 мл вина “Божоле”, 100 г сахара, 2 палочки корицы, 1 гвоздика, 20 мл кальвадоса.

В кастрюлю налить красное вино, добавить сахар, корицу, гвоздику, кальвадос и прокипятить до полного растворения сахара. Очищенные яблоки (но с черенками) прокипятить в этой смеси в два приема (по 6 яблок) — каждую партию по 15 минут на слабом огне под крышкой. Яблоки вынуть. Красное вино в открытой кастрюле на сильном огне уваривать примерно 15 минут, полить им яблоки и остудить. Вино должно быть очень терпким и иметь сочный красный цвет. В крайнем случае можно добавить немного сока свеклы. Вкус яблок улучшается при снижении температуры подачи и увеличении продолжительности маринования.

Еще одно популярное блюдо — *фрукты в сахарной глазури*. Для них необходимо приготовить сироп. Он должен быть золотистым, а не коричневым, иначе фрукты будут горьковатыми. На 240 г фруктов берут 50 г сахара, 100 мл воды и 15 г масла. Кипятить надо, пока сироп не превратится в глазурь. Фрукты кладут в нее в один ряд и встряхивают кастрюлю. Из фруктов для этого десерта лучше всего подходят апельсиновые дольки, виноград, вишня, недозревшие персики, кусочки груш и яблок. Фрукты не следует переваривать.

Фрукты, жаренные в тесте, на гриле, фламбированные фрукты

В кляре можно готовить не только яблоки, но и бананы, замоченные в шартрезе с сахаром, ревеня, чернослив, лепестки магнолии, цветы акации, абрикосы, клубнику и т.д. Тесто должно быть жидким (без желтков, вместо молока — вода с пивом). Продолжительность расстойки теста — 1 час. Фрукты, цветы посыпают сахаром, сбрызгивают кисточкой, бренди или ромом, затем окунают в тесто и жарят во фритюре. После этого рекомендуется их обезжирить на бумажной салфетке. Подают фрукты с сахарной пудрой.

***Тесто кляр.** 125 г муки, соль, сахарная пудра, 30 г сливочного масла, 4 столовые ложки пива, 150 мл воды, 1 столовая ложка бренди, 1 яичный белок.*

Смешать муку, соль, сахарную пудру с растопленным маслом, теплой водой и пивом. Можно добавить в тесто бренди. Тесто должно настояться около 1 часа, после чего к нему добавляют взбитый белок.

Для приготовления фруктов в жидком тесте (темпура) по-азиатски берут яблоки, груши, ананас, манго, папайю и киви, нарезают их ломтиками или дольками одинакового размера, слегка подсушивают, чтобы тесто не стекало с них. Затем окунают в тесто и жарят во фритюре до золотистой корочки 2–3 минуты, обезжиривают. Для приготовления теста смешивают в равных количествах пшеничную и кукурузную муку, добавляют соду, взбитое яйцо с холодной водой и перемешивают.

Фрукты можно жарить на решетке гриля (барбекю). Для этого следует смазать решетку маслом, разложить на ней нарезанные дольками или

ломтиками фрукты (бананы можно целиком). Фрукты сбрызнуть лимонным соком или намазать медом. Перед обжаркой неплохо замариновать фрукты в течение 30 минут в соке citrusовых с сахаром и пряностями, например, с корицей. Переворачивают фрукты через 3–5 минут. Целые фрукты можно готовить в фольге 5–10 минут. Популярный вариант — приготовить фруктовые шашлычки, смазав фрукты сливочным маслом и сбрызнув сладким citrusовым соком.

Фламбированные фрукты приобретают интенсивный запах и вкус. Для их приготовления нарезанные фрукты посыпают сахарной пудрой, корицей, тертым мускатным орехом, затем жарят на сливочном масле и поливают прогретым и подожженным бренди, ромом или ликером “Гран Марнье”.

Для приготовления *фруктов с пушем* подходят виноград или вишня, а также любые крепкие алкогольные напитки, например, бренди, ром, мадера или ягодный ликер. Сливочное масло следует растопить на сковороде, добавить сахар и фрукты, обжарить 1–2 минуты. Разогретый алкоголь поджечь, убрав кастрюлю с огня, полить им фрукты с помощью ложки с длинной ручкой, пока пламя не погаснет, и сразу подавать к столу.

Фламбированные фрукты с мороженым. *Мороженое, 2 половинки плода (например, персика), 20 г сливочного масла, 20 г сахарной пудры или песка, 40 мл апельсинового сока, 40 мл коньяка.*

Растопить на сковороде масло, высыпать сахарный песок и слегка его поджарить, карамелизируя. Залить предварительно подогретым апельсиновым соком, уварить. На сковороду с полученным сиропом выложить фрукты и поставить на огонь. Нагреть в половнике коньяк до появления пламени, погасить горелку. Залить фрукты на сковороде горящим коньяком, встряхнуть несколько раз, чтобы сироп пропитал фрукты, а коньяк полностью сгорел, и уложить фрукты на мороженое.

Кремы

Кастэрд (английский крем) может быть соусом для пудингов и фруктов, а также основой других десертов (баварского крема и классического мороженого). Его подают и как самостоятельный десерт в теплом или холодном виде.

Кастэрд. 10–20 г сахара, 1 яичный желток, 100 мл молока.

Сахар и яичный желток взбить до однородной и практически белой массы. Добавить горячее молоко, постоянно, но не слишком быстро взбивая, и нагревать на водяной бане до загустения. Снять с огня и продолжать взбивать до охлаждения.

Для разнообразия можно сделать английский крем с различными добавками, соответственно, ванильным, кофейным, карамельным, ромовым, шоколадным.

Шоколадный английский крем. 175 г шоколада, 250 мл воды, ваниль, 1 желток.

Положить в воду ваниль, добавить шоколад и растопить на медленном огне. Добавить желток и проварить до загустения на водяной бане. Охладить при помешивании.

Английский крем не сохраняет свою форму, поэтому его следует подавать в стаканчиках, фужерах или горшочках.

Сабайон готовят почти так же, как и английский крем, но вместо молока (сливок) используют вино (шампанское). В качестве десерта обычно подают горячим. Можно использовать также в качестве холодного или горячего соуса. В холодный соус добавляют взбитые сливки.

Сабайон. 6 яичных желтков, 200 г сахара, 300 мл белого сухого вина или шампанского.

Желтки с сахаром взбить до белого цвета на пару. Добавить шампанское и прогреть, взбивая до легкой пены. Затем взбить без подогрева. Горячим разлить в бокалы.

Добавив немного яичного белка к желткам и молоку, предназначенным для английского крема, можно получить слегка сгущенный десертный *перуанский крем*. На 1 яйцо берут 5 желтков, что позволяет получить нежную желеобразную консистенцию. Лучше всего готовить такой крем в индивидуальных чашках или горшочках (*petits pots de creme* — “маленькая чашечка с кремом”). Рецепт крема в горшочках допускает использова-

ние разнообразных вкусовых добавок (кофе, шоколада, карамели). Горячее молоко приобретает кофейный и ванильный привкус после того, как его настаивают поочередно на прожаренных кофейных зернах 30 минут и семенах ванили 15 минут. Аналогично можно ароматизировать крем апельсиновой или лимонной цедрой.

Перуанский крем. 600 мл молока, 60 г кофейных зерен, 40–60 мл горячей воды, 40 мл холодной воды, 5 яичных желтков, 1 яйцо, 100 г шоколада, 90 г сахарной пудры, ваниль.

В горячее молоко положить обжаренные кофейные зерна, ваниль и на очень медленном огне прогреть в течение 30 минут.

Смешать холодную воду, сахар и проварить на среднем огне до состояния светлой карамели. Сразу переместить емкость в кастрюлю с холодной водой, чтобы прекратить процесс приготовления. Разбавить карамель горячей водой и перемешать, нагревая на медленном огне.

При этом она должна превратиться в однородный сироп.

Расплавить шоколад с небольшим количеством ароматизированного молока, смешать с карамелью и остальным молоком. Желтки и целые яйца взбить, влить молоко с карамелью и шоколадом и вновь взбить.

Снять пену и процедить. Готовить крем лучше в порционных горшочках в духовом шкафу на водяной бане при 150°C, не допуская закипания воды. Готовый крем должен дрожать, но оставаться твердым.

Крем охладить и подавать с печеньем и вафлями.

Крем-каaramel представляет собой десертный крем, который готовится сразу с соусом. В качестве соуса используется карамель. Этот десерт сохраняет свою форму, для чего в его состав вводят больше белков. Однако избыток белков делает крем грубым и плотным, а потому необходимо строгое соблюдение соотношения компонентов: 4 целых яйца на каждые 4 желтка и 0,6 л жидкости. Такой крем неплохо приготовить с апельсиновой или лимонной цедрой, шоколадом, кофе, ванилью и испечь в форме, смазанной маслом.

Крем-каaramel. 2 яйца, 2 яичных желтка, 2 чайные ложки сахарной пудры, ванилин, 300 мл молока, соль. Для карамели: 90 г сахара, 5 столовых ложек воды, 1 чайная ложка лимонного сока.

Для приготовления карамели в толстостенной посуде сахар прогреть с небольшим количеством воды и лимонным соком до светлого кофейного оттенка и быстро охладить на льду. Карамельную массу вылить в форму и, вращая, покрыть ею стенки. При этом часть карамели остается на дне. Места формы, не покрытые карамелью, должны быть смазаны маслом. Желтки и яйца соединить с сахарной пудрой, ванилином и щепоткой соли. Смесь взбить и влить в нее горячее молоко, процедить. Вылить в форму, налить оставшуюся карамель. Готовить в духовом шкафу на бэи Мари в течение 1 часа при 170°С. Затем крем охладить и выложить на блюдо. Подавать можно и теплым, и холодным. Карамель стекает с крема и является соусом.

Густые кремы часто подают под хрустящей карамельной корочкой. Для этого крем необходимо приготовить в духовом шкафу на водяной бане, а затем посыпать поверхность сахаром и “обжечь” его горелкой (или поставить в горячий гриль). На поверхности получится хрустящая корочка, которая хорошо сочетается с нежным вкусом крема. Такой крем называется *крем-брюле*.

Шоколадный крем-брюле. 100 г шоколада, 5 яичных желтков, 85 г сахара, 160 мл молока, 355 мл сливок.

Для корочки: сахарный песок.

Расплавить шоколад. Добавить его в кипяченое молоко со сливками.

Растереть желтки с сахаром и смешать с молоком. Готовить на водяной бане в духовом шкафу.

Можно приготовить крем-брюле с тимьяном, исключив из рецептуры шоколад и настояв молоко с тимьяном в течение 10 минут.

Самым знаменитым десертом является *баварский крем*. Хотя еще Огюст Эскофье писал о том, что популярность баварского крема упала и в ресторанных меню его все чаще заменяют другие кремы и муссы. Технология приготовления баварского крема во многом схожа с известной из действующего сборника рецептов технологией приготовления ванильного крема и отличается лишь соотношением компонентов.

Для приготовления баварского крема берут английский крем с ванилью, добавляют к нему подготовленный желатин, взбитые сливки и ох-

лаждают. Для ароматизации баварского крема вместо ванили можно использовать кофе или чайный настой (например, жасминового чая). В этом случае из рецептуры следует исключить воду (для желатина), заменив ее чайным или кофейным настоем.

Баварский крем. 175 г сахарной пудры, 6 яичных желтков, соль, 400 мл молока, ваниль, 21 г листового желатина, 3 столовые ложки воды (для желатина), 400 мл жирных сливок, 30 г сахарной пудры.

На водяной бане проварить яичные желтки с сахарной пудрой и молоком до загустения (на лопатке должна оставаться бороздка, если по ней провести пальцем). Для вкуса можно добавить щепотку соли, а для аромата в молоко настоять ваниль или добавить ванилин. Соединить сладкую яично-молочную смесь с подготовленным желатином. В остывшую массу добавить взбитые с сахарной пудрой сливки и охладить в форме.

Взбитые сливки не следует вводить в теплую или тем более горячую массу. Ее нужно предварительно охладить. Сливки также нужно взбивать охлажденными.

С учетом современных тенденций кулинарной моды баварский крем стал менее калорийным и более легким за счет использования при его приготовлении фруктово-ягодной основы. Так, например, баварский крем можно готовить на основе пюре из малины, клубники или других ягод и фруктов. В качестве основы также можно взять пюре из кураги.

Клубничный баварский крем. 300 г клубничного пюре, 250 г сахарной пудры, 150 мл воды, 15 г порошкового желатина, 3 столовые ложки воды (для желатина), сок 1/2 лимона, 300 мл жирных сливок, 30 г сахарной пудры.

Прокипятить воду с сахаром 1–2 минуты, добавить замоченный желатин и перемешать до его полного растворения. Смешать клубничное пюре с лимонным соком, влить сироп с желатином и охладить до комнатной температуры. В охлажденную смесь добавить взбитые с сахарной пудрой сливки и в форме поставить в холодильный шкаф.

Также можно приготовить многослойный баварский крем. Для первого слоя берут клубничный или черносмородиновый баварский крем. Для второго — классический вариант ванильного баварского крема. В подготовленную форму поочередно наливают слой за слоем, периодически их охлаждая.

Бланманже готовят так же, как и молочное желе (на миндальном молочке), но с добавлением взбитых сливок. “Согласно названию оно должно быть белым, как снег. И хотя встречаются, к примеру, бланманже малиновое или клубничное, это не соответствует смыслу, и лучше называть их бланманже с клубникой или малиной” (Огюст Эскофье). Бланманже готовят на основе не только миндального, но и кокосового молочка. В последнем случае в кокосовое молочко добавляют подготовленный желатин, взбитые сливки и охлаждают.

Кокосовое бланманже. 1 спелый кокос, 0,5 л кокосового молока, 80 г меда, молотый кардамон, 8 листиков белого желатина, 250 мл сладких сливок.

Мякоть кокоса измельчить в блендере, постепенно добавляя кокосовое молоко, чтобы масса получилась вязкой. В конце ввести мед и кардамон. Эту массу минимум на 2 часа следует оставить для того, чтобы она пропиталась. Затем ее нужно отжать через марлю. Сцеженное кокосовое молоко смешать с подготовленным желатином, охладить и соединить со взбитыми сливками. Готовую массу переложить в формочки и охладить.

Крем шантильи представляет собой взбитые сливки с сахарной пудрой и ароматизатором. Он подается как самостоятельный десерт и как составляющая других десертов, например, муссов. Часто его используют для оформления тортов, пирожных и многих десертов. Например, классический вариант клубники “Романов” — это замоченные в апельсиновом соке и ликере “Кюрасао” ягоды клубники, оформленные кремом шантильи.

Крем шантильи. 900 мл жирных сливок, 75 г сахарной пудры, 2 г ванильного сахара.

Охлажденные сливки взбить с сахарной пудрой и ванильным сахаром.

Вместо жирных сливок могут быть использованы специальные растительные.

Замороженные десерты

Фруктовый лед — самый простой из замороженных десертов. Фруктовый лед также обычно называют *шербетом или сорбе (сорбетом)*. Чистым сорбетом считается обычный лед с мелкозернистой структурой, который подают между блюдами.

При приготовлении шербета, как правило, используется фруктовый сок или фруктовое пюре, которое смешивают со слабым сиропом. На 500 г пюре варят сироп из 150 мл воды и 175 г сахара. Также можно добавить алкогольный компонент. Полученную смесь замораживают в металлическом лотке. Постоянное помешивание в процессе замерзания предотвращает появление ледяных кристаллов. Для большей однородности рекомендуется использовать блендер. Чашу и нож блендера нужно держать в холодильнике.

Среди популярных сорбе — цитрусовый с красным вином, клубничный с ликером “Гран Марнье” и цитрусовым соком, лимонный с мадерой и сиропом, из розового шампанского, сиропа, сока лимона и т.п.

Шербет из розового шампанского. 400 г сахара, 400 мл воды, 1 бутылка розового шампанского, сок 1 лимона.

Приготовить сахарный сироп, влить шампанское и сок лимона. Заморозить, перемешивая.

Шербет готовят также с добавлением яичных белков. Вместо взбитых белков в состав десерта могут входить взбитые сливки, составляющие 1/4 объема шербета.

Шербет из манго. 500 г мангового пюре, 250 г сахара, 250 мл воды, 4 чайные ложки сока лайма, 150 мл апельсинового сока, 1 яичный белок.

Смешать манговое пюре с сахаром, водой, соком лайма и апельсиновым соком. Заморозить, перемешивая. В замерзшую смесь добавить взбитый белок и взбить в миксере или вручную. Заморозить, не забывая перемешивать.

Сорбе из голубики. 150 г сахара, 150 мл воды, 500 г пюре из голубики, щепотка черного перца, 25 г сахара, 15 мл воды, 50 г яичных белков. Из сахара и воды сварить сироп. Приготовить пюре из голубики, соединить его с сиропом, щепоткой черного перца и охладить в морозильной камере 2 часа. Прокипятить оставшийся сахар и воду, соединить с яичным белком, взбить, ввести в пюре и заморозить, периодически перемешивая полученную смесь.

Подают шербет в фужерах, чашечках из апельсина, кокоса, дыни и т.п.

Граните отличается от шербета кристаллической структурой. Его готовят без добавления яичных белков и сливок. В граните могут входить лимон и кофе. Очень вкусным и освежающим получается граните с ароматом чая. Его основу составляет ароматизированный сироп, к которому добавляют красное или белое вино. Для ароматизации используют мяту, лавровый лист (вместе с яблочным соком) и другие пряности. Для приготовления граните сироп замораживают, но не полностью, разминают его вилкой, добавляют немного незамороженного сиропа и вновь ставят в морозильную камеру, повторяя процесс несколько раз. Подавать граните лучше в бокалах для мартини.

При приготовлении замороженных десертов необходимо помнить, что низкие температуры приглушают вкусовые ощущения, поэтому такие десерты требуют увеличенной закладки пряностей по сравнению с прочими сладкими блюдами.

Граните. 200 г сахарной пудры, 450 мл воды, 50 г быстрорастворимого кофе, 450 мл воды.

Из сахарной пудры и воды сварить сироп и охладить его. Смешать кофе с водой и охладить. Соединить два раствора и заморозить, разбивая вилкой.

Также граните можно приготовить из глинтвейна. В качестве жидкой основы иногда используют сахарный сироп и вино (шампанское).

Граните из дыни с шампанским. 1 дыня среднего размера, 250 мл шампанского, 16 г сахара, 100 мл воды, 40 мл лимонного сока, 40 мл коньяка.

Приготовить пюре из мякоти спелой дыни, смешать его с лимонным соком и шампанским. В полученную смесь добавить охлажденный сахарный сироп. Для его приготовления сахар и воду варить 1 минуту. Готовую смесь в металлических лотках поставить на холод и периодически ее перемешивать. Перед подачей слегка перемешать вилкой. Подать этот десерт можно в вазочках из дыни, которые нужно ополоснуть коньяком.

Мороженое (*парфе*) в качестве десерта часто включается в ресторанное меню. Зачастую используется мороженое, приготовленное промышленным способом, но гораздо лучше сделать его самостоятельно. Готовят мороженое вручную или с использованием специального оборудования. Хранить его можно 1–2 недели, но перед подачей следует 30 минут “прогреть” в холодильнике без замораживания. Подают мороженое со сладкими соусами, глазированными фруктами.

Простейший способ приготовления мороженого — заморозить сливки (взбитые) с приправами.

Ванильное мороженое. 100 г сахара, 1000 мл жирных сливок, ваниль, 100 г шоколада.

Взбить сливки с ванилью и сахаром, добавить измельченный, но не тертый шоколад и заморозить.

Вместо шоколада часто используются подсушенные в духовом шкафу крошки ржаного хлеба с отрубями или овсяные хлопья. Вводят их в уже практически замороженную смесь. Также можно добавить бренди, ликер или ром, измельченные жареные лесные орехи.

Еще один способ приготовления основан на использовании английского крема, но с большим количеством желтков и как вариант со взбитыми сливками. В массу также добавляют кофе, шоколад, ром, измельченные меренги.

Чайное мороженое с ромом. 75 мл крепкого чая, 40 мл рома, 50 мл молока, 150 г сахара, 5 яичных желтков.

Смешать молоко, сахар, довести до кипения, добавить ром и чай. Полученный раствор проварить на водяной бане с яичными желтками до загустения и процедить. Смесь заморозить.

Третий способ заключается в том, что сахарный сироп (500 г сахара на 0,5 л воды) смешивают с желтками (25 шт.) и яйцом (5 шт.). При этом получается легкий яичный мусс. В него вводят 2,5 л взбитых сливок и замораживают. Для вкуса можно добавить ликер, кофе, фруктовое пюре (например, из манго).

Сочетая разное мороженое, приготовленное в специальной форме, получают *“бомбу”*, или *бомбе*. Ее можно приготовить, например, из мороженого и замороженного мусса, из парфе и фруктового льда с ликером. Главное, чтобы десерт состоял по крайней мере из двух типов замороженных десертов с разными вкусами и фактурами.

Традиционная форма для бомб — колоколовидная металлическая емкость с крышечкой. Мороженое размазывают ложкой по внутренней поверхности формы, в результате получается своеобразная *“рубашка”*. Ее замораживают, выравнивают, а затем заполняют форму до краев другим видом мороженого, парфе или сорбе.

Замороженное суфле можно приготовить, используя рецепт обычного охлажденного суфлс, исключив из него желатин. Например, фруктовое пюре смешивают со взбитыми сливками, сахаром, яичными белками, алкогольным компонентом и замораживают смесь.

***Ягодное суфле.** 350 г ягодного пюре, 250 г сахара, 60 мл воды, 5 яичных белков, 400 мл жирных сливок.*

Ягодное пюре соединить с итальянскими меренгами и взбитыми сливками и заморозить смесь. Для приготовления меренг уварить сахарный сироп при 118°C до мягкого шарика. Взбить белки в крепкую пену и тонкой струйкой влить к ним сироп, не переставая взбивать.

Десерты из яичных белков

Меренги — это запеченные взбитые яичные белки с сахарной пудрой. На 1 белок берется примерно 60 г сахарной пудры. Запекают меренги обычно при 100°C в течение 1 часа или 3 часов при температуре ниже 100°C. Для разнообразия неплохо добавлять в белковое тесто какао-порошок, крепкий кофе. Меренги можно попарно склеить взбитыми сливками и посыпать крошкой пралине.

Французские меренги готовят, взбивая белки до густой пены, а затем постепенно добавляют сахарную пудру. На 5 белков берется примерно 290 г пудры. Нередко их используют в сыром или подсушенном виде для оформления десертов.

Швейцарские меренги готовят, взбивая белки с сахаром (125 г на 2 белка) на паровой бане. Выпекают их при 60°С целую ночь. Эти меренги идут на украшение и придание формы кондитерским изделиям.

Итальянские меренги готовят, уваривая 250 г сахара и 60 г воды при 118°С до мягкого шарика. Затем 5 белков взбивают в крепкую пену и тонкой струйкой вливают к ним сироп, не переставая взбивать. Используют их для приготовления муссов, оформления десертов.

Снежки — это сваренные в молоке шарики из взбитого с сахарной пудрой белка.

Снежки. 8 яиц, 500 г сахарной пудры, 1000 мл молока, 350 г сахара, ваниль. Взбить белки до плотной пены, добавить сахарную пудру, продолжая взбивать смесь. Смешать половину нормы сахара и молока и довести до кипения. Добавить ваниль и дать настояться.

Сварить “шарики” в подслащенном молоке 3 минуты, откинуть на сито. Из оставшихся желтков, молока и сахара сварить английский крем, залить снежки кремом, украсить карамельными нитями.

Десерты из бездрожжевого теста

Невероятное разнообразие десертов основано на тесте. Из бездрожжевого получаются тонкие блинчики, в которые можно завернуть фрукты, заполнить их суфле или смазать кремом со специями и превратить в торт. Если блинчатое тесто запечь вместе с фруктами, получится *французский клафутис* — сливочный пудинг, похожий на торт. Иногда блинчики просто поливают ликером или лимонным соком с сахаром или соусом.

Блинчики “Сюзетт”. Блинчики, сахарная пудра, соус.

Для соуса: 75 г сливочного масла, 75 г сахарной пудры, 60 мл ликера “Кюрасао”, сок 1 мандарина.

Добавить к размяченному маслу сахарную пудру и взбить. Влить ликер, сок и размешать. Выпеченные блинчики посыпать сахаром, полить соусом и запечь.

Представленные выше технология и рецептура соуса для блинчиков “Сюзетт” являются классическими. В настоящее время для большей зрелищности блинчики готовят заранее и фламбируют их в зале с добавлением коньяка или ликера.

Технология приготовления традиционного теста для блинчиков известна, но ее можно видоизменять:

- готовить тесто на минеральной воде;
- готовить тесто на сливках и молоке;
- добавлять в тесто миндальный сироп и раскрошенное миндальное печенье;
- добавлять в тесто бренди, кирш или ликеры;
- добавлять растопленное масло (скользящие блинчики).

Тесто может быть жидким (тогда блинчики получаются кружевными) или погуще (для клафутиса). Обычно для приготовления клафутиса используется черная вишня, но ее можно заменить любыми ягодами или фруктами.

Клафутис (вишневый пудинг). 750 г спелой вишни без косточек, 125 г муки, 4 яйца, 30 г сахарной пудры, соль, 500 мл молока, 100 мл коньяка, сахар.

Замесить тесто как для блинчиков, смешав соль, сахар, молоко, муку. Ввести в тесто ягоды и добавить коньяк. В обильно смазанную маслом форму вылить подготовленное тесто и выпекать в духовом шкафу 25 минут при 180°С. Посыпать сахаром и снова поставить в духовой шкаф на 10–20 минут.

Для фарширования блинчиков часто используют фруктовую начинку (например, припущенные яблоки с сахаром и маслом). При этом блинчик с начинкой можно завернуть, посыпать сахарной пудрой и запечь.

В качестве начинки для запеченных блинчиков подходит суфле.

Блинчики с суфле. 12 блинчиков, 4 яйца, 75 г сахарной пудры, 30 г муки, 250 мл молока, 100 мл ликера “Гран Марнье”.

Взбить желтки с сахарной пудрой, добавить муку, постепенно вмешать кипящее молоко, довести до кипения и проварить 2 минуты. Снять с огня, добавить ликер “Гран Марнье”, взбитые белки. Получен-

*ным суфле наполнить конвертики из блинчиков и запечь их при 200°С.
Подавать с соусом сабайон.*

Также для блинчиков используют ореховую начинку, состоящую из смеси рубленых грецких орехов, джема, лимонной цедры, сахара, ванилина и небольшого количества водки. Другой вариант используется для знаменитых блинчиков Гунделя.

Блинчики Гунделя. Для блинчиков: 240 г муки, 2 яйца, 200 мл молока или газированной воды, соль, сахар, жир.

Для начинки: 150 мл рома, 40 г изюма, 20 г засахаренной апельсиновой цедры, 180 г молотых грецких орехов, 100 мл сливок, 120 г сахара, молотая корица.

Приготовить тесто и испечь 12 блинчиков. Сделать начинку. Изюм и апельсиновую цедру заранее замочить в роме. В кипящие сливки добавить молотые орехи, сахар, немного корицы, апельсиновую цедру, изюм и проварить 1–2 минуты. Измельчить полученную массу в блендере, остудить и добавить ром. Выложить начинку на блинчики, свернуть их рулетиками и полить шоколадным соусом.

В отличие от блинчиков “Сюзетт” блинчики Гунделя не рекомендуется осовременивать путем фламбирования. Автор десерта Карем Гундель подчеркивал: при приготовлении этого десерта следует добиваться того, чтобы в шоколадном соусе преобладал вкус рома. Он был категорически против выжигания рома пламенем.

Более густое пресное тесто используют для приготовления хвороста. Прямоугольные полоски пресного теста после обжаривания во фритюре разрезают вдоль на половинки и заполняют нежным муссом.

Часто в качестве составляющей десертов используется бисквитное тесто, например, для приготовления “дамских (или бисквитных) пальчиков”.

Бисквитные пальчики. 3 яйца, 100 г сахарной пудры, 75 г пшеничной муки, просеянная сахарная пудра (для посыпки).

Взбить белки в крепкую пену, добавить половину порции сахарной пудры, чтобы масса стала густой и блестящей. Отдельно взбить желтки с оставшейся сахарной пудрой. Соединить желтки с белками и доба-

вить муку. Отсадить массу на пергаментную бумагу, посыпать сахарной пудрой и выпекать 10 минут при 180°С до золотистой корочки. Охладить на проволочной решетке.

Русская шарлотка (по Огюсту Эскофье) представляет собой выложенную “дамскими пальчиками” форму, наполненную баварским кремом или ванильным мороженым. Ее можно прослоить свежими фруктами, смоченными в вишневой водке или мараскине, а также добавить кусочки орехов, смоченных ромом или вишневой водкой. *Шарлотка Малахова* готовится с использованием “дамских пальчиков”, которые перед выкладыванием в форму рекомендуется с одной стороны смочить в ликере “Гран Марнье”. Для наполнения формы берут смесь из ягодного пюре (желательно из кисловатых ягод), сахарной пудры, молотых грецких или миндальных орехов и масла (по 250 г), а также взбитых сливок (300 г). Масса, используемая в качестве наполнителя шарлотки, может чередоваться со слоями ягод. Десерт следует охладить в течение 3–4 часов.

Муссы

Своей нежной и воздушной консистенцией муссы обязаны взбитым яичным белкам или взбитым сливкам. В классическом варианте муссы готовят на основе английского крема или сиропа без желатина. В настоящее время распространенными являются варианты муссов, приготовленных с использованием желатина. Такие муссы, естественно, не замораживают, а охлаждают.

В качестве основного компонента выступают самые разнообразные продукты — кофе, шоколад, фруктовое или ягодное пюре и т.п.

Кофейный мусс. 350 мл крепкого кофе, 6 яичных желтков, 150 г гранулированного сахара, 30 г желатина, 100 мл воды, 900 мл жирных сливок. Из желтков, сахара и кофе приготовить жидкий английский крем, добавить подготовленный желатин, остудить и ввести взбитые сливки. Переложить полученную массу в формы и охладить. Подавать кофейный мусс с ликерным соусом.

Мусс из белого шоколада. 125 мл молока, цедра 1 апельсина, 150 г белого шоколада, 2 яйца, 25 г сахарной пудры, 6 г желатина, вода, 250 мл жирных сливок или натурального йогурта.

Нагреть молоко с тертой апельсиновой цедрой, добавить шоколад и расплавить его, тщательно перемешивая. В полученную смесь ввести взбитые яйца с сахаром и прогреть на водяной бане до загустения. Затем добавить подготовленный желатин и охладить. Ввести взбитые сливки, переложить массу в формы и охладить.

Абрикосовый мусс. 300 г консервированных абрикосов, 50 г сахара, 6 г желатина, вода, 200 мл жирных сливок.

Приготовить пюре из консервированных абрикосов, добавить сахар. В пюре ввести замоченный желатин и довести до кипения. Охладить и добавить взбитые сливки.

Черничный мусс. 200 г черники, 50 г сахара, 6 г желатина, вода, 200 мл жирных сливок.

Приготовить пюре из черники, добавить сахар. В пюре ввести замоченный желатин и довести до кипения. Охладить и добавить взбитые сливки.

Кроме взбитых сливок в состав муссов можно ввести взбитый белок, что придаст им еще большую воздушность.

Лимонный мусс. 250 мл молока, 4 яйца, 40 г сахарной пудры, 20 г крахмала, цедра и сок 1 лимона, 3 г желатина, 2 столовые ложки воды, 200 г сахарной пудры, 4 столовые ложки воды.

Из молока, яичных желтков, сахарной пудры и крахмала сварить крем, добавить цедру лимона и охладить. Замочить желатин, распустить его, затем смешать с лимонным соком. Из сахарной пудры и воды приготовить сироп. Взбить белки и к ним добавить сироп. Взбить крем, добавить желатин и осторожно ввести белки. Охладить в форме.

Шоколадный мусс можно готовить без желатина, поскольку шоколад сам придает десерту необходимую структуру. Наиболее простой способ получения мусса заключается в смешивании взбитых сливок и растопленного в небольшом количестве сливок шоколада. Сливок следует взять в 2,5 раза больше, чем шоколада. Полученную смесь необходимо охладить, пока она не загустеет. Для приготовления шоколадного мусса можно использовать как темный, так и белый шоколад.

Шоколадный мусс (вариант 1). 30 г сливочного масла, 250 г шоколада, 4 столовые ложки воды, 5 яиц, 1 столовая ложка рома, 1 столовая ложка цукатов (2 столовые ложки миндаля).

Смешать шоколад с маслом и водой, растопить на медленном огне.

Снять посуду с огня и постепенно добавить желтки, ром, мелко нарезанные цукаты или измельченный жареный миндаль. Осторожно ввести взбитые белки и охладить в форме.

Шоколадный мусс (вариант 2). 2 яйца, 25 г сахара, 25 мл воды, 80 г шоколада, 150 мл жирных сливок.

Взбить желтки. Из сахара и воды приготовить сироп (120°C) и ввести в него желтки, взбивая массу до ее охлаждения. Добавить расплавленный шоколад, ввести взбитые сливки и охладить массу.

Муссы, приготовленные на основе сливок, следует подавать не позднее чем через 2–3 часа после приготовления.

Можно также готовить шоколадный мусс с добавлением взбитых белков, исключив взбитые сливки.

Шоколадный мусс (вариант 3). 450 г шоколада, 30 г сливочного масла, 6 яиц.

Для сиропа: 4 столовые ложки воды, 50 г сахарной пудры.

Растопить шоколад с маслом на водяной бане. Приготовить сироп, уварив его до пробы на мягкий шарик. Соединить теплый расплавленный шоколад и яичные желтки. Взбить белки и ввести в них сироп при постоянном взбивании. Полученные меренги постепенно добавить в шоколадную массу. Охладить.

В настоящее время достаточно часто муссы готовят на основе сладкого фруктового пюре. Для улучшения вкуса фруктового мусса также могут быть использованы ром, цедра цитрусовых, пряности.

Фруктовый мусс. 15 г желатина, 450 г фруктового пюре, 300 мл жирных сливок.

Подготовить желатин и смешать его со сладким фруктовым пюре.

Оставить до загустения, соединить со взбитыми сливками. Охладить.

Подготовка желатина заключается в замачивании его в 4 столовых ложках воды.

Горячие и холодные суфле

Классический вариант суфле, автором которого является Антуан Карем, — горячее суфле. Оно представляет собой один из самых легких десертов. Для его приготовления основу смешивают со взбитыми яичными белками и выпекают при температуре 180°С. В качестве основы используют проваренную смесь муки, молока, ванили, сахара, в которую добавляют желтки и масло. Также суфле можно готовить на основе фруктового пюре с сахаром. В целом классическая технология приготовления суфле та же, что и в отечественной кухне, но соотношение компонентов значительно отличается.

Суфле (основной рецепт). 25 г муки, 185 мл молока, 25 г сахара, 3 яйца, 25 г масла или маргарина. В качестве ароматизатора: ваниль, цедра апельсина или лимона и т.п.

Технологию приготовления см. в действующем сборнике рецептур.

Суфле также готовится без молока и масла — на основе фруктового или ягодного пюре, а также шоколада.

Шоколадное суфле. 90 г шоколада, 4 яйца, 3 чайные ложки сахара, 1 чайная ложка муки.

Желтки, сахар, муку, натертый шоколад тщательно перемешать, добавить взбитые белки и запекать 15–20 минут.

Клубничное суфле. 250 г клубники, 150 г сахара, 5 яичных белков, кириш или лимонный сок.

Соединить клубничное пюре, сахар, кириш, взбитые в крутую пену белки и запечь.

Суфле не только запекают, но и жарят во фритюре, разделявая массу ложками.

Апельсиновое суфле, созданное Полем Бокюзом для своего ресторана в Лионе, также готовится без муки.

Апельсины с начинкой из суфле. 4 больших апельсина, 4 яйца, 4 столовые ложки сахарной пудры, 1 столовая ложка “Куантро”.

Срезать верхушки апельсинов, удалить мякоть. Полученные “апельсиновые стаканчики” наполнить суфле. Для его приготовления смешать выжатый и уваренный до 1 столовой ложки апельсиновый сок, “Куантро”, нашинкованную бланшированную цедру, желтки с сахаром. Полученную массу заправить взбитыми белками. Запекать 10 минут при 230°С.

Кокосовое суфле. 50 г сахарной пудры, 4 яйца, 30 г муки, 15 г крахмала, 250 мл молока, ваниль, цедра 1 лимона, 3 столовые ложки ликера “Малибу”, 25 г кокосовой стружки.

Тщательно перемешать сахарную пудру (30 г) с яичными желтками, смешать с мукой, крахмалом, добавить ароматизированное ванилью молоко, проварить до загустения. Добавить цедру лимона с ликером и кокосовой стружкой. Слегка охладить смесь и ввести взбитые с сахарной пудрой (15 г) яичные белки. Выпекать 15–20 минут при 190°С. Подавать сразу, посыпав оставшейся сахарной пудрой.

Если взять апельсиновую цедру вместо лимонной, “Куантро” или “Гран Марнье” вместо “Малибу” и исключить кокос, то можно получить апельсиновое суфле, которое запекают в апельсиновых стаканчиках.

В современной кулинарной литературе встречаются варианты приготовления холодного суфле. Их технология в значительной степени напоминает технологию приготовления муссов. Фактически они и являются муссами, однако в их подаче есть особенность. Обычно такое суфле подают в цилиндрической формочке (пластиковой, фарфоровой, фаянсовой или из шоколада). В нее следует вложить полоску пергамента, превышающую высоту формы на 2,5 см. Перед подачей полоску снимают. Увеличение высоты суфле за счет пергамента позволяет предположить, что его выпекали. Выступающую боковую поверхность суфле неплохо “панировать” тертой крошкой из печенья, нарубленными фисташками и т.п.

Лимонное суфле. 5 г желатина, 1 лимон, 2 яйца, 100 г сахарной пудры, 125 мл жирных сливок.

Подготовить желатин, замочив его в 1 столовой ложке воды. Смешать лимонную цедру, сок лимона, желтки, сахар и проварить, взбивая, на водяной бане до загустения, пока масса не станет очень светлой. Добавить в полученную массу желатин, остудить, ввести взбитые сливки и взбитый белок. Охладить в формах.

Для приготовления апельсинового суфле необходимо взять апельсин вместо лимона. Для кофейного — заменить очень крепким кофе лимонный сок и цедру, а желатин растворить в кофе.

Также суфле можно приготовить на основе фруктовых или ягодных пюре. Представленное ниже радужное суфле состоит из четырех слоев, каждый из которых фактически является самостоятельным десертом.

Радужное суфле. 250 г ванильного сахара, 8 яичных желтков, 750 мл жирных сливок, 400 г малины, 100 мл крепкого раствора кофе, ванилин, 3 столовые ложки жареного фундука, 3 столовые ложки миндаля, 60 г фисташек, 40 мл воды, 3 столовые ложки слабого сахарного сиропа.

Взбить желтки с ванильным сахаром на водяной бане до консистенции слегка взбитых сливок. В охлажденную массу добавить взбитые сливки. Полученную массу разделить на 4 части. В первую часть добавить малиновое пюре, во вторую — кофе, в третью — ванилин и измельченные орехи, в четвертую — растертые в ступке с водой и сиропом фисташки. Поэтапно, слой за слоем, заморозить суфле в форме.

При подаче суфле оформляют ягодами, шоколадом. Если суфле не содержит в своей рецептуре желатина, его можно замораживать.

Десерты из мягкого сыра, творога

Для приготовления этих десертов обычно берут мягкий творог, сыр “Рикотта”, “Маскарпоне”, спрессованный творог.

Использование творога для приготовления десертов в русской кухне известно издавна. Рецептуру русской пасхи можно встретить не только в отечественной литературе, но и во многих кулинарных книгах зарубежных авторов в разделе “Десерты из творога”.

Пасха обыкновенная. 500 г творога, 50 г сметаны, 30 г сливочного масла, 20 г сахара, соль.

Положить творог в дуршлаг под гнет. Протереть сухой творог через сито и смешать с сахаром, сметаной, солью, маслом. Выложить в форму и поставить в холодильник.

Пасха (вариант 1). 2 яичных желтка, 150 г сахарной пудры, ванилин, 500 г творога, 150 г сметаны, 50 г изюма, 300 г цукатов.

Взбить яичные желтки с сахарной пудрой и ванилином до загустения. Добавить творог, сметану, изюм и цукаты, выложить в форму и охладить.

Пасха (вариант 2). 300 г творога, 25 г очищенного миндаля, 25 г глазированных вишен, 35 г изюма, 50 г масла, ванилин, 25 г смеси цукатов, 3,5 яйца, 40 г сахарной пудры, 20 г сметаны или жирных сливок.

Подсушить творог (см. выше) и протереть его через сито. Подготовленный творог смешать с измельченным миндалем, цукатами, глазированными вишнями, изюмом, маслом и ванилином. Взбить яйца с сахаром и добавить их в творожную массу. Добавить сливки или сметану, перемешать и охладить в форме.

Пасха (вариант 3). 1 кг творога, 4,5 желтка, 200 г сахара, 150 г сливочного масла, 60 г жирной сметаны, 90 г темного изюма, 90 г золотистого изюма, 90 г цукатов, 150 г миндаля, 75 г фисташек, 250 мл коньяка, шафран.

Залить изюм и цукаты коньяком. Подсушить творог и протереть его через сито. Взбить масло с сахаром, добавить желтки, сметану, подготовленный творог, рубленые орехи и изюм с цукатами. Добавить шафран. Охладить в форме. Украсить цукатами и миндалем.

В последнее время большую популярность приобрели десерты, приготовленные с использованием мягкого сыра “Маскарпоне”. Например, с ним смешивают ягоды или измельченные фрукты, посыпают молотыми орехами и подают как фруктовый салат. Также из “Маскарпоне” готовят крем или сырный торт.

Крем из “Маскарпоне”. 500 мл жирных сливок, 100 г сахара, 250 г “Маскарпоне”, корица.

Взбить жирные сливки с сахаром, постепенно добавить сыр и ввести молотую корицу. Крем можно подать, охладив его, в формочках или в виде клецек на песочном печенье.

Панакотта. 35 г “Маскарпоне”, 2 листа желатина, 500 мл молока, 80 г сахара, цедра апельсина.

Ароматизировать молоко цедрой, охладить, добавить подготовленный желатин, сахар и сыр. Разлить в формы и дать застыть.

Тирамису — десерт Северной Италии, созданный несколько десятилетий назад на основе сливочного сыра “Маскарпоне”. Он очень напоминает классическую технологию приготовления шарлотки. Внутреннюю поверхность формы шарлотки рекомендуется заполнить бисквитами (“дамские пальчики”), а оставшееся пространство — кремом шантильи (шарлотка “Шантильи”), кремом шантильи с засахаренными фиалками (шарлотка “Элен”), баварским кремом (русская шарлотка) или ванильным мороженым (шарлотка “Монморанси”). Для приготовления тирамису также используют бисквитные “дамские пальчики”, но только для прослаивания десерта вместе с кремом, приготовленным на основе сыра “Маскарпоне”. Существует много вариантов рецептур и технологии приготовления тирамису.

Тирамису (вариант 1). 2 яйца, 40 г сахара, 135 г “Маскарпоне”, бисквитные или “дамские” пальчики (см. выше), 20 мл рома или ликера “Амаретто”, 50 мл эспрессо, 5 г какао-порошка.

Растереть сахар с желтками, добавить сыр, взбитый яичный белок. Бисквитные пальчики слегка смочить в смеси кофе и ликера. Выложить слоями бисквитные пальчики и крем, охладить в течение 12 часов. Посыпать какао.

Приготовить тирамису можно в бокале, но чаще его готовят как торт — в форме. Вместо взбитых яичных белков нередко используют взбитые сливки. Взбитыми сливками иногда также заменяют и сам сыр “Маскарпоне”, если его нет в наличии.

Тирамису (вариант 2). 5 яичных желтков, 75 г сахарной пудры, 500 мл жирных сливок, 250 г “Маскарпоне”, 50 мл эспрессо, 50 мл виски,

100 мл апельсинового сока, бисквитный корж, 75 г “дамских пальчиков”, 5 г какао.

Взбить яичные желтки и сахарную пудру в пену, добавить взбитые сливки и сыр. Из крепкого кофе, виски и апельсинового сока приготовить смесь и пропитать ею бисквитный корж, выложенный в форму. Положить сверху слой крема, а затем слой пропитанных бисквитных пальчиков, покрыть слоем оставшегося крема. Разровнять и поставить на холод. Перед подачей оформить торт и посыпать какао.

Бисквитные пальчики собственного приготовления можно заменить готовым бисквитом савоярди.

Тирамису (вариант 3). 400 г “Маскарпоне”, 135 мл сливок, 235 г сахарного песка, 10 г желатина, 8 яичных желтков, 70 мл “Амаретто”, 2 чашки свежесваренного кофе, 24 шт. печенья савоярди, тертый шоколад для украшения.

Прогреть на водяной бане сахар с желтками до загустения, добавить подготовленный желатин, охладить и добавить взбитые сливки, “Маскарпоне” и “Амаретто”. Смочить печенье в кофе, уложить в форму. Чередовать слои крема и печенья, закончив слоем крема. Охлаждать не менее 6 часов, достать из формы и посыпать тертым шоколадом.

Для приготовления десерта также используют английский крем, смешанный с “Маскарпоне”. Десерт можно прослаивать мелко нарезанными ягодами и фруктами.

В последнее время стали модными также тирамису с необычным вкусом: клубничный (бисквитное печенье пропитывается пюре из клубники), с отдушкой из зеленого чая и т.д.

Из сыра также нередко готовят десерт, заменяя часть сыра сметаной.

Сырный торт. Для бисквита: 2 яйца, 50 г сахара, 50 г муки.

Для крема: 350 г мягкого сливочного сыра, 65 г сахара, 5 яиц, 100 мл жирных сливок, 100 г сметаны.

Взбить яйца с сахаром, добавить муку и осторожно вмешать ее. Выпечь бисквит. Для приготовления крема смешать все ингредиенты и

выложить полученную массу на бисквит в разъемную форму, выпекать 90 минут при 130°С.

Сегодня традиционные рецептуры и ставшие классическими технологии порой появляются в весьма неожиданной интерпретации. Так, известное блюдо из риса “Ризотто” станет десертом, если исключить из рецептуры лук, заменить сыр “Пармезан” на “Маскарпоне”, бульон — на отвар и дополнить рецептуру сахарной пудрой, зеленью мяты, свежей клубникой и цедрой лимона. Три последних компонента рекомендуется добавлять в уже готовый десерт.

Холодные и горячие пудинги

Холодные и горячие пудинги бывают разных видов — от пышных воздушных десертов до плотных и сытных блюд. Пудинги, приготовленные без яичных белков, но с добавлением манной крупы и других крахмалсодержащих ингредиентов, получаются более питательными. Например, рис, сваренный в подслащенном молоке с различными наполнителями, представляет собой сытный десерт. А если добавить в него сливки и яичные желтки, он превращается в мягкий питательный пудинг.

Пудинги, приготовленные на пару, — бодрящие и сытные зимние десерты. Они идеально подходят к рождественскому столу. Англичане не представляют себе Рождества без традиционного пряного и жирного пудинга, начиненного фруктами и пропитанного бренди. Такой пудинг надо готовить на пару около 12 часов. Некоторые виды пудингов могут храниться более 18 месяцев, сохраняя свой вкус. Следует подчеркнуть, что в классическом варианте пудинги редко готовят со взбитыми белками, как это принято считать в отечественной технологии.

Смешав небольшое количество взбитых белков с густой основой, можно получить пудинг-суфле, который содержит меньше белков, чем суфле, и уступает ему в легкости. При приготовлении пудинг-суфле поднимается не так сильно, как суфле, но и не опадает.

Пудинги-суфле не выпекают, а готовят в форме на водяной бане прямо на плите или в духовом шкафу.

Шоколадный пудинг. 100 г шоколада, 100 г сливочного масла, 4 яйца, 100 г сахарной пудры, 60 г муки, 75 г миндаля или фундука, 40 г бисквитной или хлебной крошки.

Смешать взбитое масло, растопленный шоколад, яичные желтки и половину сахара. Взбить белки, постепенно добавляя к ним оставшийся сахар. Ввести в шоколадную массу бисквитную крошку, муку, молотые орехи и взбитые белки.

Подавать шоколадный пудинг можно с шоколадным соусом и оформить взбитыми белками. Это один из самых популярных рецептов венских пудингов.

Для большинства маннх пудингов-суфле каша варится на молоке. Но если готовится фламери (флаймри), манной каше следует придать особый вкус, сварив ее на белом вине, смешать с добавлением фруктового сока или шюре. Этот десерт рекомендуется подавать охлажденным.

Фламери апельсиновый (апельсиново-маннх пудинг). 100 г манной крупы, 300 мл белого вина, 200 мл воды, соль, цедра апельсина и лимона, 125 г сахара, 2 апельсина, 2,5 яичных белка.

Довести до кипения смесь воды и вина, добавить цедру, заварить манку, добавить сахар, соль и на медленном огне готовить 10 минут при постоянном помешивании. Добавить свежесжатый апельсиновый сок и вновь довести смесь до кипения. Ввести взбитые до густой пены белки. Когда смесь начнет закипать, сразу снять ее с огня. Выложить пудинг в смазанные растительным маслом или смоченные водой формы (можно стаканчики) и охладить.

Фламери обычно подают к столу с кислым соусом, приготовленным на основе шюре из фруктов и ягод, например, из ежевики или малины.

По классическому рецепту в пудинг добавляют ром или бренди. Также можно добавить кофейный или апельсиновый ликер. Традиционно пудинг украшают взбитыми сливками и цукатами.

В состав орехового пудинга иногда входит ром. Цукаты, добавляемые к молотым орехам, компенсируют сильный вкус ореховых ароматических масел.

Ореховый пудинг. 100 г сливочного масла, 200 г орехов (грецких, фисташек или миндаля), 160 г сахарного печенья, 6 яиц, ванилин, 1 лимон, 60 мл рома, 150 г сахара, 30 г сливочного масла, 30 г сахарной пудры.

Прокипятить лимонную цедру с 1 столовой ложкой сахара и небольшим количеством воды несколько минут на медленном огне. Измельчить орехи. Добавить сахар, цукаты, ванилин, яичные желтки, масло, натертое печенье, ром. В полученную массу ввести взбитый яичный белок. В смазанные маслом и обсыпанные сладкой панировкой формы выложить полученную массу и выпекать в жарочном шкафу. Готовые изделия охладить и посыпать сахарной пудрой.

Элементы оформления десертов

Цветового контраста можно добиться, украшая десерт съедобными цветами или их лепестками, а также веточками зелени (мяты, мелиссы, розмарина, тимьяна, базилика). Некоторые пряности (звездчатый анис, палочки корицы) тоже выступают частью элементов декора десерта. Как элемент оформления нередко используют замоченный в бренди чернослив, свежие или глазированные в шоколаде или карамели ягоды и фрукты.

Глазированные ягоды. Ягоды. Для сиропа: 500 г сахара, 150 мл воды. Для приготовления сиропа нагреть на медленном огне смесь сахара с водой, помешивая до полного растворения сахара. Снять со стенок посуды кристаллы сахара с помощью смоченной в воде кисточки. После растворения сахара прекратить помешивание и увеличить огонь. Варить сироп до стадии твердого шарика около 7 минут (157°C). Проверить готовность можно, вылив немного сиропа в холодную воду. Небольшие ягоды клубники, малину, физалис, виноград и др. промыть и обсушить, наколоть на поварскую иглу или взять за черенок, окунуть в сироп и остудить на сетке.

Уваренный сироп также используют для получения “стрел” из карамели. Их удобно фиксировать на миндальном орехе.

Миндальные орехи в карамели (карамельные “стрелы”). Миндальные орехи. Для карамели: 500 г сахара, 150 мл воды.

Приготовить сироп, как указано выше. Для приготовления карамели прокипятить сироп около 8 минут до тех пор, пока он не начнет окрашиваться и не приобретет густой янтарный цвет (173°C). Сразу снять посуду с огня и опустить дно в холодную воду, чтобы приостановить процесс варки.

новить процесс нагрева. Перегретая карамель будет горчить. Очищенные от кожицы орехи наколоть на поварскую иглу и окунуть в карамель. Карамель должна медленно стекать с ореха, застывая и образуя “стрелу”.

Для предотвращения кристаллизации сахара стенки посуды при приготовлении карамели следует периодически очищать кисточкой, смоченной холодной водой.

Карамель и сироп, уваренный до стадии твердого шарика, часто используют для приготовления крученых нитей. Наматывать их можно в виде спирали, например, на карандаш. “Веретено” подобного типа оборачивают фольгой и смазывают растительным маслом, для того чтобы спираль было легче снять. Если жидкую карамель зачерпнуть ложкой, вытянуть тонкими нитями крест-накрест или в виде иного рисунка на пергаменте или силиконовом коврик и оставить для застывания, то образуется блестящая сеточка янтарного цвета. Также сеточку делают на сферической поверхности с помощью половника. Карамельной сеточкой рекомендуется украшать холодные десерты (горячие ее быстро расплавят).

Если жидкую карамель или подкрашенный густой сироп зачерпнуть ложкой и, делая хаотичные движения, выливать в очень холодный спирт, получится весьма оригинальная абстракция.

В качестве элемента оформления можно использовать нугатин, который готовится на основе карамели с добавлением обжаренных орехов. Еще теплый нугатин оборачивают вокруг скалки, придавая ему объемную форму.

Нугатин. 50 мл воды, 150 г сахара, 50 г глюкозы, 50 г миндаля.

Из сахара, воды и глюкозы сварить светлую карамель, добавить бланшированный обжаренный миндаль, перемешать и вылить на смазанный маслом противень. Охладить нугу и измельчить в порошок. На пергаментную бумагу или силиконовый коврик положить трафарет, вырезанный в форме круга, прямоугольника и т.п. Насыпать порошок нуги ровным слоем. Убрать трафарет. Сверху посыпать рубленым миндалем, фисташками или кедровыми орешками. Выпекать 5 минут при 170°С. Пока нуга мягкая, ей можно придать форму волны, трубочки и т.д.

Очищая кожуру с апельсина или лимона, не спешите ее выбрасывать. Приготовленные из нее цукаты станут интересным элементом оформления десерта.

***Цукаты.** Острым ножом срезать с лимона или апельсина только желтую кожуру и тонко ее нашинковать, чтобы получилась длинная соломка. Прокипятить цедру в сахарном сиропе около 5 минут, переложить на тарелку и дать остыть. Готовые цукаты можно запанировать в сахарной пудре.*

В качестве элемента оформления и вкусового контраста для кремов с маслянистой консистенцией часто используются *фруктовые чипсы*. Для их приготовления следует взять твердые плоды, например, яблоки или груши, нарезать на тонкие (2,5 мм) ломтики, смочить лимонным соком и вскипятить в сахарном сиропе (соотношение сахара и воды 1:1). Выложить на пергаментную бумагу и подсушить в течение 4 часов при 100°С, перевернув чипсы один раз.

Десертные соусы — не только прекрасное вкусовое дополнение, они играют значительную роль в оформлении блюда. Приведем лишь некоторые примеры. Два контрастных по цвету соуса соединяют в виде “перышек”. Соусы не должны быть слишком густыми или жидкими. Их идеальная консистенция соответствует консистенции жирных сливок. Одним соусом наносят тонкие аккуратные линии на поверхность другого, а затем зубочисткой проводят “вперед-назад” несколько раз. На поверхности основного соуса делают несколько капель и также проводят по ним зубочисткой, но только в одном направлении. Соус помещают в “рамки”, сделанные с помощью шоколада.

Шоколад является универсальным элементом оформления десертов. Растопленным шоколадом с помощью корнетика рисуют на поверхности тарелки. Из шоколада делают плоские и объемные элементы украшения, стружку, “рубашку” для основного десерта.

Лучше всего использовать для этих целей *кувертюр*, отличающийся содержанием большего количества какао-масла и хорошей технологичностью по сравнению с обычным шоколадом. В исключительных случаях используют обычный шоколад, но могут получиться далеко не все вышеперечисленные элементы оформления. Также из шоколада готовят глазурь.

Шоколадная глазурь. 250 г шоколада, 300 мл жирных сливок, 50 г сахара, 50 г сливочного масла.

Подогреть сливки с сахаром и ввести крупно нарубленный шоколад.

После того как он начнет таять, добавить сливочное масло. Когда масса станет однородной, нагрев следует прекратить.

Шоколад и кувертюр при расплавлении важно не перегревать. Растапливать кувертюр следует в сухой посуде на водяной бане. Нельзя ставить посуду с кувертюром непосредственно на плиту. После расплавления кувертюр необходимо выдержать в холодном месте, пока он не начнет застывать. После этого его нужно вновь подогреть. Рабочая температура кувертюра составляет 32°C, при более высокой он может отделить какао-масло.

Плоские элементы украшения, а также рисунки на тарелке делают, нанося их из корнетика на тарелку или на лист пергамент. Чтобы было легче его наносить, под лист пергамент подкладывают заранее выполненный на чистом листе бумаги рисунок.

Растопленный кувертюр можно также вылить на поверхность и разровнять с помощью лопатки. Застывший шоколад следует соскрести в виде стружки с помощью ножа, развернув его под углом 45°, движением от себя. Иногда для этих целей используют слайсер. Шоколад не должен быть застывшим, так как стружка будет ломаться.

“Рубашку” из шоколада для основного десерта делают, нанося на поверхность пластика тонкий слой растопленного кувертюра и придавая ему соответствующую форму, например, трапеции, конуса или цилиндра, капли. Застывшую “рубашку” затем наполняют кремом, муссом и т.п.

На поверхность тарелки, шоколадной фигурки или самого десерта можно нанести напыление какао-порошком или сахарной пудрой. Для этого лучше использовать трафарет из плотной бумаги или пластика.

Сигаретное (тулипное) тесто также можно “загонять” в определенные рамки с помощью трафарета. При отсутствии готовых трафаретов их легко сделать из плотной бумаги или пластика. Выпеченные заготовки из тулипного теста в горячем виде принимают необходимую форму, например, волны, спирали, кольца и т.п. Из теплого теста вырезают заготовки нужной формы и размера. Остывая, они становятся непластичными и хрупкими.

Сигаретное (тулипное) тесто. 270 г сливочного масла, 330 г сахарной пудры, 9 яичных белков, 300 г муки.

Смешать компоненты, нанести тонким слоем на поверхность силиконового коврика и выпекать при температуре 170°C.

Существует множество рецептов теста, обладающего указанными свойствами и используемого для приготовления элементов оформления десертов. В различных источниках их можно найти также под названием *сахарное тесто*, *твиг* или *твил*.

Апельсиновое тесто (твиг). 125 г сахарной пудры, 50 г сливочного масла, 35 мл апельсинового сока, 60 г муки, 25 мл ликера “Гран Марнье”, тертая цедра, 125 г измельченного миндаля.

Смешать компоненты, нанести тонким слоем на поверхность силиконового коврика и выпекать 5 минут при температуре 180°C.

Сахарное тесто (вариант 1). 150 г сахарной пудры, 2 яйца, 25 мл молока, 125 г муки, растительное масло, ваниль.

Смешать компоненты, нанести тонким слоем на поверхность силиконового коврика и выпекать при температуре 170°C.

Сахарное тесто (вариант 2). 100 г сливочного масла, 100 г сахарной пудры, 100 г муки, 100 г яичных белков.

Смешать компоненты, нанести тонким слоем на поверхность силиконового коврика и выпекать при температуре 170°C.

Кокосовый твиг. 65 г кокосовой стружки, 2 белка, 75 г сахарной пудры, 50 г сливочного масла.

Взбить белки. Растопить масло. Смешать компоненты, нанести тонким слоем на поверхность силиконового коврика или пергамента, поставить на 1 час в морозильную камеру. Выпекать при температуре 160°C.

Подкрашенное (например, какао) сигаретное тесто с помощью трафарета можно нанести тонким слоем на силиконовый коврик или пергаментную бумагу в виде повторяющегося рисунка. Заготовку оставить на 20 минут, снять трафарет и полученный рисунок залить тонким слоем би-

сквитного теста, а затем выпечь. Полученный бисквит с рисунком используют в качестве бордюра при оформлении боковых поверхностей не только тортов, но и воздушных десертов, например, муссов.

Список литературы

1. Биллер Р. Как украсить блюдо. — М.: АСТ-ПРЕСС, 1998.
2. Гундель К. Малая венгерская поваренная книга. — Будапешт: Корвина, 1998.
3. Дагмар фон Крамм. Шведский стол. — М.: Внешсигма, 1998.
4. Десерты / Пер. с англ. — М.: Терра, 1998.
5. Еда. Компас в мире съестного: Полный справочник по еде от А до Я. — М.: Омега, 2003.
6. Искусство кулинарии от кулинарной академии Le Cordon Blue / Пер. с англ. — М.: ЭКМО — Пресс, 2002.
7. Лазерсон И. Европейская кухня. — М.: Центполиграф, МиМ Дельта, 2002.
8. Райт Дж., Трой Э. Новое о кулинарии: кулинарные шедевры от Le Cordon Bleu / Пер. с англ. — М.: Ниола 21-й век, 2001.
9. Рулеты, паштеты и галантин / Пер. с англ. — М.: Терра, 1998.
10. Денисов Д.И. Соусы. — М.: Ресторанные ведомости. 2002.
11. Специи / Под ред. С.Моррис, Л. Мекли. — М.: РОСМЭН, 1997.
12. Хемпхин Р. Путь специй. — Ростов-на-Дону: Феникс, 1998.
13. Чезерани В., Киштон Р., Фоскет Д. Практическая кулинария / Пер. с англ. Челябинск: Урал LTD, 1999.
14. Эскофье О. Французская кухня / Пер. с англ. — М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2002.
15. Д-р Эткер. Яйца. — М.: Терра, 1994.

По вопросам приобретения книг Издательского дома “Ресторанные ведомости”
обращаться по адресу: Москва, ул. М. Андроньевская, 20.
Тел.: (095) 101-36-25, www.restoved.ru, e-mail: podpiska@restoved.ru

Долгополова С.В.

НОВЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Библиотека шеф-повара

Руководитель проекта Дмитрий Одинцов
Редактор серии Александр Пьянков
Дизайн обложки Виорел Стришка
Верстка Борис Булгаков

Фото на обложке: ресторан CARRE BLANC

Подписано к печати 18.10.05. Формат 70×100 1/16. Бумага офсетная.
Гарнитура Petersburg. Печать плоская офсетная. Усл.-печ. л. 17.
Тираж 4000 экз. Заказ № 2783

ЗАО “Издательский дом “Ресторанные ведомости”
Москва, ул. М. Андроньевская, д. 20
E-mail: info@restoved.ru



Книга знакомит читателя с особенностями современной ресторанной кухни, позволяет лучше узнать возможности кулинарного применения и обработки новых, ранее неизвестных, экзотических продуктов, предлагает современные варианты использования уже знакомых видов сырья.

Издание предназначено для поваров, специалистов сферы ресторанного бизнеса, студентов профильных учебных заведений.

Ресторанные
ВЕДОМОСТИ