

ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД НА ПАРУ ИМЕЕТ МНОГО ПРЕИМУЩЕСТВ. ПРОДУКТЫ ДОВОДЯТСЯ ДО ГОТОВНОСТИ ПОЧТИ ОДНОВРЕМЕННО, ПАРОВАРЕНИЕ ПОЗВОЛЯЕТ СОХРАНИТЬ ВСЕ СОДЕРЖАЩИЕСЯ В НИХ ВИТАМИНЫ И МИНЕРАЛЫ, А ТАКЖЕ НАТУРАЛЬНЫЙ ВКУС И ЦВЕТ. ПРИ ЭТОМ ВЕРОЯТНОСТЬ ТОГО, ЧТО БЛЮДО ПРИГОРИТ, ПРАКТИЧЕСКИ РАВНА НУЛЮ. ЕДА, ПРИГОТОВЛЕННАЯ НА ПАРУ, ТАКЖЕ СОХРАНЯЕТ ФОРМУ, ПОЛУЧАЯСЬ ПРИ ЭТОМ УДИВИТЕЛЬНО НЕЖНОЙ. ОДНАКО ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ОСВОИТЬ ТЕХНОЛОГИЮ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД НА ПАРУ, НЕОБХОДИМЫ ОПЫТ И ОПРЕДЕЛЕННЫЕ НАВЫКИ. ИСПОЛЬЗУЯ ПАРОВАРКУ, ВЫ ПРАКТИЧЕСКИ СРАЗУ СМОЖЕТЕ НАСЛАЖДАТЬСЯ ВСЕМИ ПРЕИМУЩЕСТВАМИ ЭТОЙ ТЕХНОЛОГИИ.

ЙОШИЮКИ КАВАНИШИ

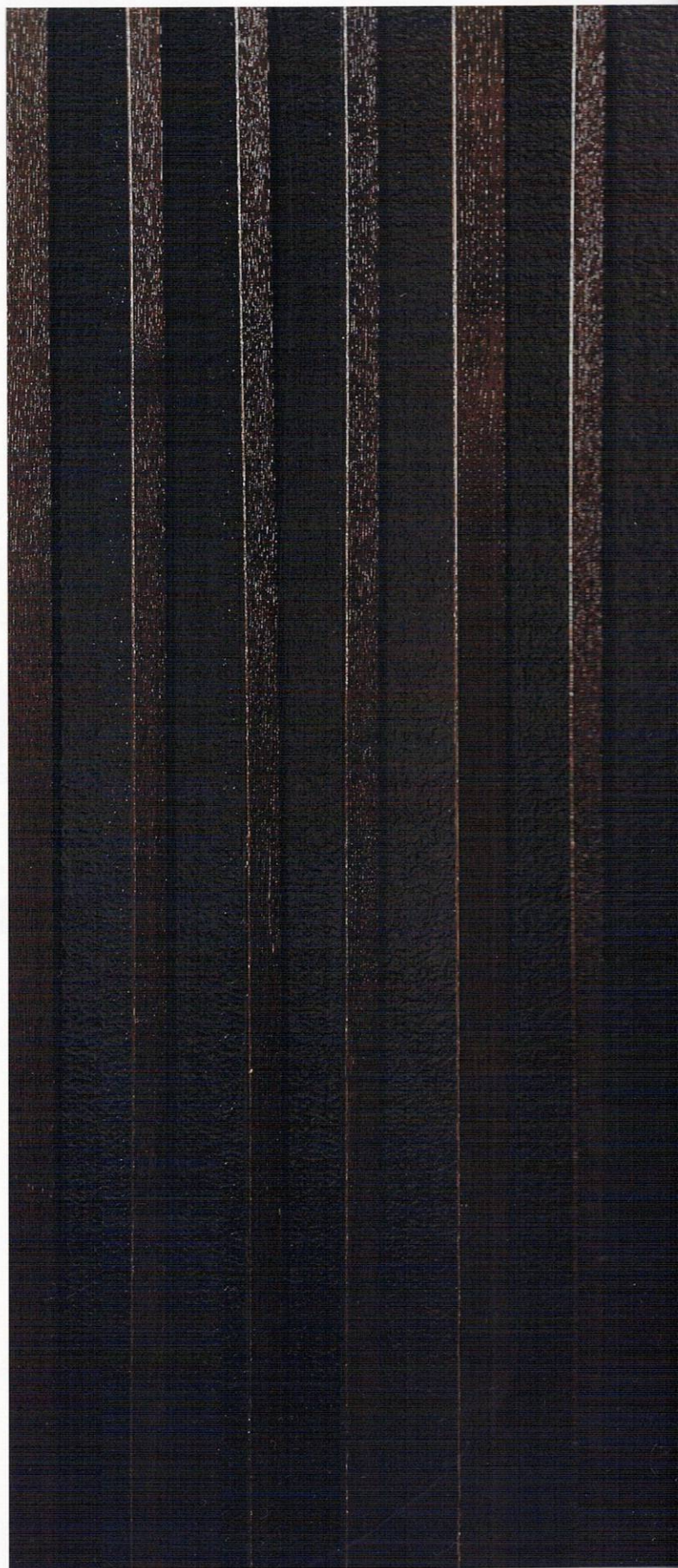
То, что **Йошиюки Каваниши** обожает готовить, не вызывает сомнений. Еще учась в средних классах, он лелеял мечту стать поваром. «Так как я был ребенком работающих родителей, — рассказывает этот уроженец города Канзай, — я вынужден был готовить себе сам. И мне это нравилось. Я любил возиться с кастрюлями и сковородками и старался копировать то, что делала моя мама у плиты.

Когда я учился в старших классах, я сказал маме, что хочу стать поваром, но она посоветовала мне сначала окончить школу. Через какое-то время я подружился с двумя ребятами. Мы мечтали о том, чтобы вместе открыть ресторан. Я снова поговорил с родителями, но они не согласились. Отказавшись от своей идеи, я поступил в колледж и прилежно учился на бухгалтера».

После окончания колледжа Каваниши поступил на работу в бухгалтерию одной компании, занимающейся продажей механических инструментов, но вскоре был переведен в отдел продаж. Именно тогда он снова вспомнил о своей детской мечте. Отбросив сомнения, Каваниши целый год изучал основы мастерства в кулинарной школе «Цийю», после чего пошел работать в ресторан, где каждый день, с 4 часов вечера до 2 часов утра, выполнял самую тяжелую работу. Таким было начало карьеры профессора кулинарии Лаборатории кулинарных технологий «Цийю». Его отношение к тяжелому труду кухонного подмастерья, с которого начался его профессиональный путь, можно охарактеризовать как философское. «Изучить секреты любой профессии очень трудно, — объясняет он. — Так как я сам решил стать поваром, я никогда не думал о своем обучении как об изнурительной работе».

Профессор уверен, что, если бы ему предложили начать все сначала, он сделал бы тот же самый выбор.

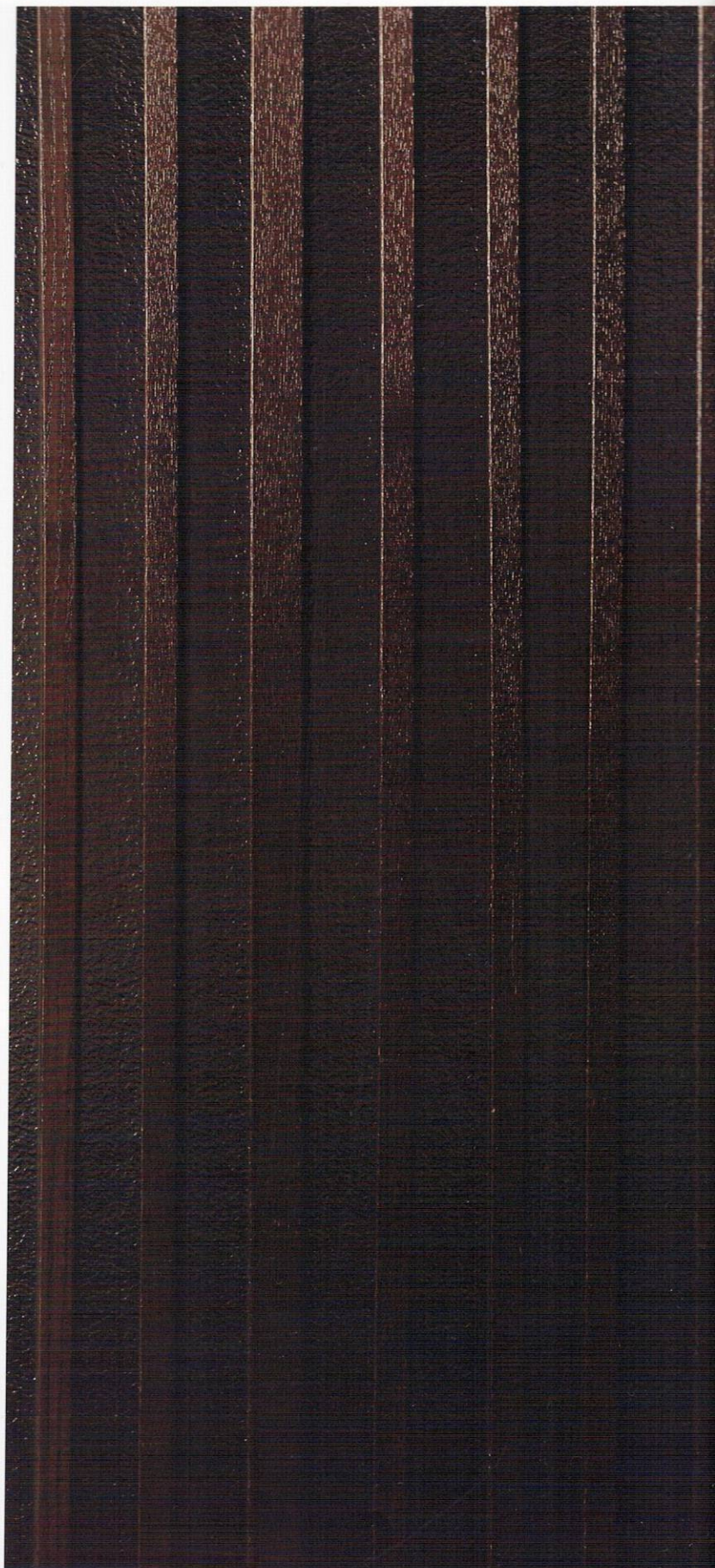
«Однако, — говорит Йошиюки Каваниши, — я начал изучать кулинарное дело довольно поздно. Если бы это было возможно, я хотел бы стать поваром в более молодом возрасте».



«Цийю» находится в Осаке и является крупнейшей кулинарной школой в Японии. Она объединяет около 20 школ, расположенных как в Японии, так и в других странах. Многие японские повара учились в «Цийю». По мнению профессора Каваниши, для того чтобы суметь выделиться среди своих коллег, повар обязательно должен помнить о том, что он готовит для своих гостей. «Очень важно думать о гостях во время приготовления блюда, — настаивает он. — Думать о них — значит думать также и об оформлении блюд. Японская кулинарная традиция — это в том числе и искусство подавать еду таким образом, чтобы подчеркнуть красоту как самого блюда, так и посуды, в которой оно подано. Еда — это больше, чем просто прием пищи, и ее не следует рассматривать только лишь с функциональной точки зрения».

Помимо этого, хороший повар должен уметь использовать ингредиенты, которые всегда есть на каждой кухне. «Повар должен научиться обходиться тем, что у него под рукой, если сезонные фрукты и овощи недоступны, — подчеркивает Каваниши. — Тем не менее проявлять гибкость — не значит пренебрегать традициями. Японские традиции постепенно исчезают, — сокрушается преподаватель кулинарного искусства. — Я хочу, чтобы молодое поколение почувствовало, насколько важна для нас наша национальная кухня. Именно поэтому мне так нравятся старые поваренные книги, благодаря которым наши традиции все еще живы».

С другой стороны, настаивает Йошиюки Каваниши, готовка не должна быть обязанностью. «Всегда придумывайте пути для того, чтобы сделать процесс приготовления блюд легким и веселым, — советует шеф-повар. — Ставьте себе задачи. Если на то, чтобы почистить 100 картофелин, у вас уходит час, придумайте способ, с помощью которого в следующий раз вы сделаете это за 50 минут». Такова непоколебимая преданность профессора кулинарии своему искусству.





ПОМИДОРЫ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА ПАРУ

На 4 порции

- | | |
|------------------|--|
| 4 | помидора (приблизительно по 165 г каждый) |
| 4 | тигровые креветки |
| 4 | гребешка |
| 1 | зеленая спаржа |
| 4 | устричных гриба хиратаке (можно заменить другим сортом грибов или овощами) |
| 600 мл | бульона из «даши» (см. справа) |
| 30 мл (2 ст. л.) | саке |
| 1/2 ч. л. | соли |
| 10 мл (2 ст. л.) | соевого соуса |

Кервель для гарнира

Разрежьте помидоры пополам. Выньте семена и часть мякоти. Почистите тигровые креветки, удаляя головы и кровеносные сосуды, но оставляя хвосты. Промойте креветки под холодной водой, затем немного подсушите бумажным полотенцем.

Разрежьте гребешки вертикально пополам, а зеленую спаржу — на кусочки длиной 4 см. Удалив твердые кончики грибов хиратаке, порежьте грибы на небольшие кусочки.

Добавьте в бульон из «даши» саке, соль и соевый соус. Доведите до кипения. Положите тигровые креветки, гребешки, зеленую спаржу и грибы хиратаке внутрь помидоров и поместите все это, а также мякоть помидоров на противень. Залейте бульоном. Готовьте на пару при температуре 90°C в течение 8 минут.

Выложите готовые помидоры на тарелку. Полейте соусом с противня. Подавайте с бульоном и кервелем.

БУЛЬОН ИЗ «ДАШИ»

На 1 л бульона

- | | |
|------|---------------------------|
| 20 г | конбу (сушеная ламинария) |
| 30 г | сушеной сарды (хлопья) |
| 1 л | воды |

Осторожно протрите конбу влажным бумажным полотенцем, не удаляя с ее поверхности белый налет, так как он содержит вкусовые вещества и минералы. Залейте конбу одним литром воды. Доведите до кипения в открытой кастрюле. Как только вода закипит, сразу же вытащите конбу.

Добавьте еще 4 столовые ложки холодной воды для того, чтобы снизить температуру воды в кастрюле, и положите в нее хлопья сарды; не помешивая, продолжайте нагревать воду до тех пор, пока она снова не начнет кипеть. После этого снимите кастрюлю с огня. Дайте хлопьям осесть на дно кастрюли. Снимите пену и процедите жидкость, после чего бульон можно использовать.





ПРИГОТОВЛЕННАЯ НА ПАРУ ГРУДКА ЦЫПЛЕНКА С САКЕ

На 4 порции

200 мл	воды
200 мл	саке
5 г	конбу (сушеная ламинария)
2	куриные грудки (по 240 г каждая, без кожицы)
15 г	лука-татарки (только зеленые части)
20 г	тонко нарезанного имбиря
1	грейпфрут (600 г)
50 г	асацуки (лук-резанец)

Кунжутный уксус

45 г (3 ст. л.)	молотого кунжута
1/2 ст. л.	сахара
15 мл	уксуса
15 мл	соевого соуса
15 мл	бульона из «даши» (см. рецепт на стр. 24)
45 г	рубленого лука-татарки
10 г	очищенного и измельченного имбиря

Влейте в воду саке, положите туда конбу. Доведите до кипения, затем охладите.

Поместите куриные грудки, зеленые части лука-татарки и имбирь в пакет для заморозки, налейте туда полученную жидкость, соедините края пакета скрепками и положите его на перфорированный противень.

Готовьте на пару при температуре 80°C в течение 20 минут, после чего поместите пакет в ледяную воду для охлаждения.

Очистите грейпфрут и аккуратно разделите на дольки острым ножом, отделив кожицу от мякоти.

Лук-резанец готовьте на пару при температуре 80°C в течение 1 минуты.

Соедините ингредиенты кунжутного уксуса в указанном выше порядке и перемешайте. Охладите для получения однородного вкуса.

Слейте жидкость из пакета для заморозки. Порежьте цыпленка на порционные куски, выложите на блюдо. Подавайте на блюде с грейпфрутом, крупно порезанным (3 см) луком-резанцом, луком-татаркой и имбирем.

Сверху полейте кунжутным уксусом.





ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА ПАРУ ДВУХСТВОРЧАТЫЕ МОЛЛЮСКИ В СЛАДКО-ОСТРОМ ОВОЩНОМ СОУСЕ

На 4 порции

800 г	двухстворчатых моллюсков (можно заменить мидиями)
10 мл	кунжутного масла
50 мл	саке
50 мл	соевого соуса
10 г	очищенного и измельченного имбиря
1	красный чилийский перец, нарезанный дольками
8 г	аккуратно нарезанного асацуки (лука-резанца) для гарнира

Промойте моллюсков под проточной водой, открытые ракушки удалите.

Дайте воде стечь и выложите на противень.

В отдельной посуде смешайте кунжутное масло, саке, соевый соус, имбирь и красный перец. Полученной смесью полейте моллюсков.

Готовьте на пару при температуре 90°C в течение 10 минут и подавайте с луком-резанцом.



МНОГИЕ ЗАГРУЖЕННЫЕ ДОМАШНЕЙ РАБОТОЙ ХОЗЯЙКИ СЧИТАЮТ, ЧТО ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЕДЫ НА ПАРУ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРАДИЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ЗАНИМАЕТ СЛИШКОМ МНОГО ВРЕМЕНИ. ТЕМ НЕ МЕНЕЕ КОРЕЙЦЫ СВЯТО ЧТЯТ СВОИ ТРАДИЦИИ И С ОСОБОЙ ТЩАТЕЛЬНОСТЬЮ ПОДХОДЯТ К ПРИГОТОВЛЕНИЮ БЛЮД ДЛЯ ПРАЗДНИКОВ, СВАДЕБ, ДНЕЙ РОЖДЕНИЯ И ЦЕРЕМОНИЙ, ПРОВОДИМЫХ В ПАМЯТЬ ПРЕДКОВ. ВО ВСЕХ ЭТИХ СЛУЧАЯХ ОБЫЧНО ПОДАЮТ ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА ПАРУ МЯСО, РЫБУ, КУРИЦУ И РИСОВЫЕ ЛЕПЕШКИ.

МИНЬ-ЧЖУ ПАРК

Минь-Чжу Парк. Когда Минь-Чжу Парк готовила каракатицу в первый раз, она чтобы определить готовность, протыкала ее вилкой. «Когда каракатица наконец была готова, — рассказывает она, — в ней было столько дыр, как будто в нее стреляли из ружья». Однако с тех пор владелица кулинарной школы «Минь-Чжу Паркс Хоум Арт» прошла долгий путь и многому научилась. Например, за последние десять лет Парк прошла обучение в «Ле Кордон Блэ», Итальянском кулинарном институте для иностранцев (ICIF), а также других кулинарных институтах Шанхая и Японии. Она также училась у Хае-Сунг Ванга, признанного эксперта в области корейской придворной кухни. Ее рецепты регулярно появлялись в популярных корейских журналах, она также участвовала в нескольких программах, посвященных кулинарии, транслировавшихся по центральному корейскому телевидению. Многие корейские знаменитости и представители элиты страны посетили ее занятия. Парк говорит, что ей так нравится готовить, что иногда она делает это даже во сне. Трудно представить, что эта женщина, так активно пропагандирующая корейскую кухню, сделала такую блестящую карьеру только потому, что устала быть домохозяйкой.

По словам Парк, когда она была молодой, корейское общество отличалось крайним консерватизмом. В те времена замужняя женщина должна была посвятить всю свою жизнь тому, чтобы быть образцовой женой и матерью. Выйдя замуж, Парк обнаружила, что хочет от жизни чего-то большего, и начала искать работу. Сначала она торговала кухонной утварью. Для того чтобы товар лучше продавался, она научилась готовить и стала использовать свои кулинарные уроки для рекламы товара. Вдохновленная первыми кулинарными успехами, Парк продолжала учиться у знаменитых корейских мастеров, а также решила записаться на краткосрочные курсы в крупнейшие кулинарные школы мира. По ее словам, в то время большинство шеф-поваров выбирали именно этот путь для того, чтобы приобрести профессиональные навыки.

서울

Хотя график работы Парк достаточно напряженный, два блюда, которые она любит готовить больше всего, — это «кимчи» (острые квашеные овощи) и овощи в соевом соусе. «Это типичные корейские блюда, для приготовления которых необходимо много времени и усилий», — объясняет она. «Мне жаль, что сегодня большинство домохозяек предпочитают покупать эти блюда, составляющие основу рациона каждого корейца, уже готовыми на рынке». Парк надеется, что сможет передать рецепты этих блюд, а также способы приготовления соевого соуса и острого корейского перечного соуса следующему поколению молодых поваров.

Однако она соглашается с тем, что из-за характерной для корейской кухни манеры не измерять точное количество ингредиентов, используемых в процессе готовки, научиться готовить корейские блюда не так-то просто. «Домохозяйки поколения моей матери не измеряли количество ингредиентов, когда добавляли их в блюда, — рассказывает она. — Когда я просила маму дать рецепт, она всегда говорила приблизительное количество». Таким образом, по мнению Парк, хороший повар должен обладать превосходным обонянием и чутьем, для того чтобы уметь на глаз определять нужное количество компонентов. «Старшее поколение поваров готовило, не придерживаясь точной системы измерения ингредиентов, — еще раз повторяет она. — В результате этого вкус блюд менялся в зависимости от ситуации. Не будет преувеличением, если я скажу, что точные измерения при приготовлении пищи необходимы, так как благодаря им каждый человек сможет стать превосходным поваром».

Любимые блюда Парк — острые. Ей особенно нравятся тушеные блюда с острым корейским перечным соусом. «Я думаю, что острая еда придает людям энергию, — теоретизирует Парк. — Я часто готовлю острую тушеную рыбу или мясо для своей семьи, добавляя в них грибы и разные овощи. Когда мой сын, как и все молодые корейцы, служил в армии, это было блюдо, которого ему не хватало больше всего».

Mim Ju Park



КОРЕЙСКИЕ РИСОВЫЕ ЛЕПЕШКИ

На 5 порций

30 г	красной фасоли (адзуки)
30 г	зеленой фасоли
30 г	обыкновенной овощной фасоли
15 г	желтого сахарного песка
40 г	очищенных грецких орехов
40 г	очищенных каштанов
70 г	кедровых орехов



Тесто

600 г	муки из клейкого риса «чапсал кару» или муки из короткозерного риса «салгару»
2 ч. л.	молотой корицы (или по вкусу)
1 ч. л.	пищевой соды
2 ч. л.	разрыхлителя
130 г	желтого сахарного песка
280 мл	молока
1 ч. л.	соли



Замочите 3 сорта фасоли в отдельной посуде на 8–12 часов. Вытащите фасоль из воды, подсушите и готовьте на пару в отдельных противнях при температуре 100°C в течение 35 минут. Добавьте по 5 г сахара в каждую чашку и готовьте фасоль на плите, пока большая часть жидкости не испарится. Разотрите фасоль вилкой в кашицу, не смешивая сорта.

Просейте рисовую муку четыре раза. Смешайте все ингредиенты для теста. Добавьте готовую фасоль, грецкие орехи, каштаны и кедровые орехи. Поместите в противень и готовьте на пару при температуре 100°C в течение 40 минут.

Охладите лепешки, сверните их в трубочки и порежьте на кусочки.





ПИКАНТНОЕ БЛЮДО ИЗ РИСА

На 5 порций

450 г	круглого риса
90 г	клеякого риса (можно заменить таким же количеством круглого риса)
1,2 л	экстракта ламинарии японской
5	кусочков жареного соевого творога тофу
150 г	очищенных каштанов
5	грибов шиитаке
30 г	очищенной моркови
40 г	ююбы (сушеные красные финики)
1 ч. л.	кунжутного масла
30 г	очищенных орехов гингко
50 г	кедровых орехов
2 ч. л.	соевого соуса
Соус	
100 мл	соевого соуса
1 ст. л.	кунжутного масла
1 ст. л.	семян кунжута
1 ч. л.	измельченного чеснока
50 г	порубленного зеленого лука
1/4 ч. л.	острого корейского перца «кочу кару» или смесь чилийского перца и паприки
3	порезанных кольцами острых корейских зеленых перца с удаленными зернами
3	очень мелко порезанных гриба шиитаке или шампиньона

Промойте рис обоих сортов и замочите его в 600 мл экстракта ламинарии японской в течение 10 минут.

Обдайте тофу кипятком, для того чтобы удалить излишки жира. Аккуратно порежьте кубиками каштаны, грибы шиитаке, морковь и обезжиренный тофу.

Замочите ююбу в кипящей воде на некоторое время. Подсушите, используя бумажное полотенце. Порежьте ююбу на кусочки размером с орех гингко (очень мелко).

Дайте рису стечь и добавьте в него кунжутное масло. Затем добавьте каштаны, орехи гингко, грибы шиитаке и тофу. Жарьте на сковороде, помешивая, в течение 5 минут. Поместите полученную смесь в противень и залейте еще 600 мл экстракта ламинарии японской. Готовьте на пару при температуре 100°C в течение 25 минут. Добавьте морковь, кедровые орехи и ююбу. Готовьте на пару еще 10 минут. Смешайте рис с соевым соусом и готовьте при температуре 100°C в течение еще 5 минут.

В это время приготовьте соус. Вылейте соевый соус в небольшую чашку. Добавьте кунжутное масло, семена кунжута, чеснок, порубленный зеленый лук и острый корейский перец. Перед тем как подавать соус на стол, добавьте в него мелко нарезанный острый зеленый перец и грибы.

Примечание шеф-повара:

Для того чтобы приготовить экстракт ламинарии японской, возьмите кусок ламинарии, несколько сушеных анчоусов, несколько долек чеснока и несколько головок зеленого лука, положите все это в кастрюлю или сковороду и залейте водой. Кипятите в течение 5–10 минут и процедите перед тем, как использовать. Если вы предпочитаете более крепкий экстракт, подержите его на огне подольше.





КУРИНЫЙ СУП

На 2 порции

180 г	клейкого риса (можно заменить таким же количеством круглого риса)
1	цыпленок (весом около 800–900 г)
1 ст. л.	соли крупного помола
1–2	корня невысушенного (свежего) женьшеня
6	ююб (сушеных красных фиников)
6	очищенных каштанов
6	очищенных долек чеснока
10 г	очищенного и нарезанного ломтиками имбиря

Соль и перец по вкусу

Зеленый лук

Замочите клейкий рис в воде на 24 часа. Помойте цыпленка и натрите его крупной солью и небольшим количеством перца.

Дайте рису стечь, начините цыпленка рисом, женьшенем, ююбой и каштанами. Закрепите его ножки таким образом, чтобы они были скрещены. Поместите цыпленка на противень и залейте 600 мл воды. Добавьте чеснок и имбирь. Готовьте на пару при температуре 90°C в течение 20 минут, затем увеличьте температуру до 100°C и готовьте в течение еще 30 минут.

Приготовленное таким образом блюдо подавайте в глубокой тарелке. Приправьте солью и перцем по вкусу. Можно посыпать мелко нарезанным зеленым луком.



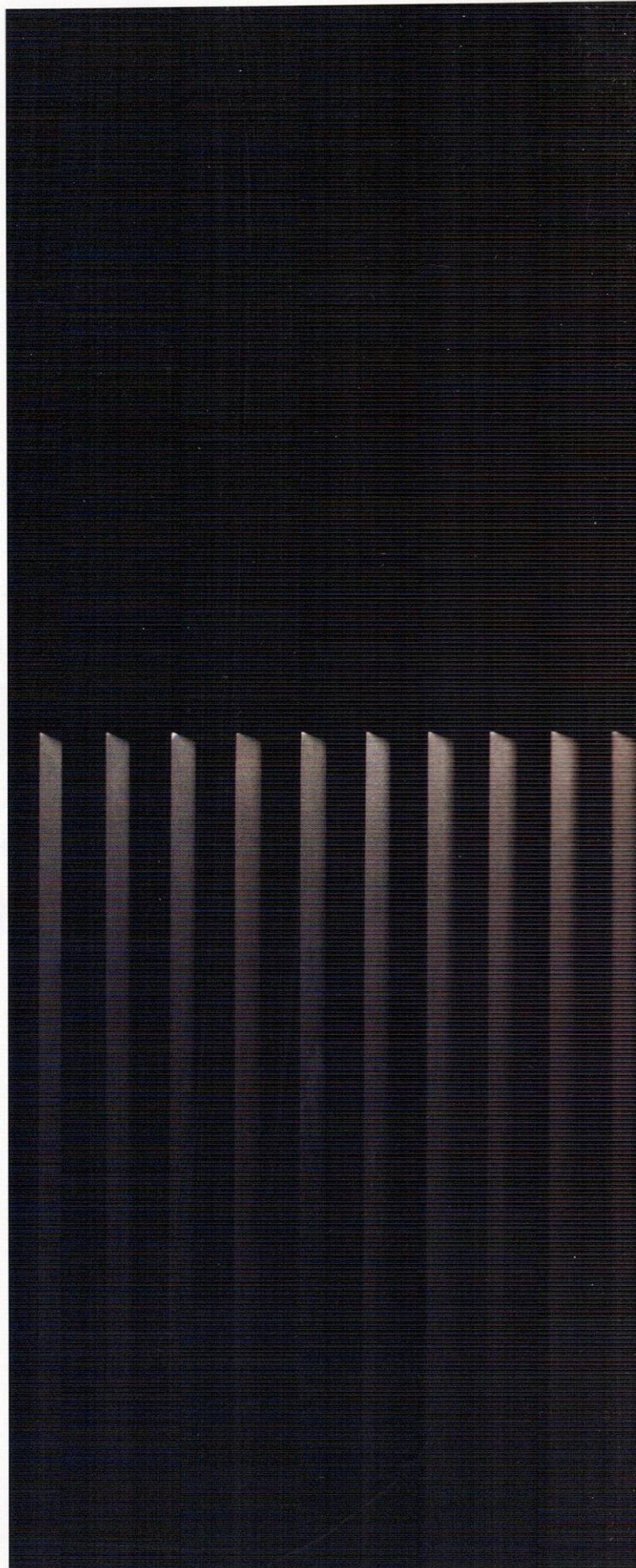
МНОГИЕ БЛЮДА КИТАЙСКОЙ КУХНИ МЫ ГОТОВИМ ВО ФРИТЮРЕ ИЛИ В СКОВОРОДЕ ВОК. ОДНАКО, ПРОБУЯ ПРИГОТОВЛЕННОЕ ТАКИМ ОБРАЗОМ БЛЮДО, МЫ ПРЕЖДЕ ВСЕГО ВОСПРИНИМАЕМ ВКУС НЕ САМОГО БЛЮДА, А ПОЛУЧИВШЕЙСЯ В РЕЗУЛЬТАТЕ ЖАРКИ КОРОЧКИ. ВВОДЯ В НЕКОТОРЫЕ БЛЮДА ПРОДУКТЫ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА ПАРУ, Я ПОЛУЧАЮ ВОЗМОЖНОСТЬ РАСШИРИТЬ ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ БЛЮД. ПРИГОТОВЛЕНИЕ НА ПАРУ ОБЕСПЕЧИВАЕТ СОХРАННОСТЬ ИСТИННОГО ВКУСА ИСХОДНОГО ПРОДУКТА, И ПОЗВОЛЯЕТ МНЕ В ПОЛНОЙ МЕРЕ ВЫРАЗИТЬ ЭТИ ВКУСОВЫЕ ОСОБЕННОСТИ В ГОТОВОМ БЛЮДЕ.

САМ ЛУН

Образ **Сам Луна**, в вызывающих брюках с леопардовой раскраской, орудующего на кухне своими ножами, поражает. Одна только его внешность не оставляет сомнений в том, что мальчишеского вида хозяин броской одежды — не обычный китайский шеф-повар. Управляющий кухнями группы ресторанов «Тун Локк» в Сингапуре еще в начале 90-х годов стал одним из первопроходцев современной китайской кухни и до сих пор остается мощной движущей силой данного направления.

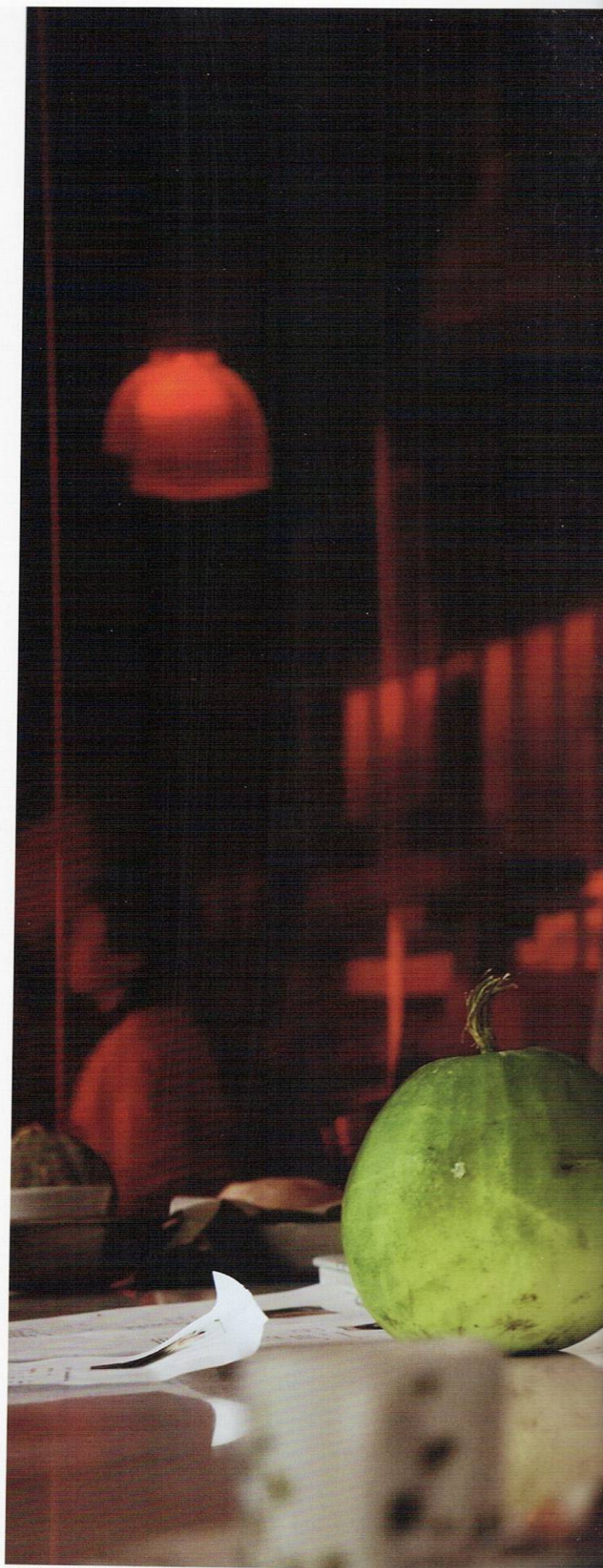
Свинные ребрышки с кофейным соусом — ныне коронное блюдо Луна — было представлено им в 1996 году во время соревнований между шеф-поварами — гостями Американского фестиваля еды и вина имени Вольфганга Лазарофф в Лос-Анджелесе (ежегодно устраиваемое мероприятие по сбору средств, направляемых на благотворительную программу «Еда на колесах»). Оно впервые обеспечило ему признание за границей и в родной стране как шеф-повара современной китайской кухни. В то время он был исполнительным шеф-поваром в китайском ресторане «Цзян Нань Чунь», расположенном в отеле Four Seasons в Сингапуре. Когда он показал свой рецепт Вольфгангу Паку, всемирно признанной знаменитости в ресторанном бизнесе, тот пытался отговорить Луна от данного блюда. «Он спросил у меня: ты спятил? — рассказывает Лун, любитель кофе, выпивающий по 6–7 чашек в день. — Но в итоге дегустаторам мое блюдо понравилось, и, когда я вернулся в Сингапур, обнаружил, что стал знаменитым». Это блюдо до сих пор остается одним из самых любимых его произведений.

В действительности именно настойчивость Луна в популяризации современных китайских блюд, особенного их размещения на тарелках в соответствии с западными правилами, но при этом с сохранением истинного вкуса китайской кухни, — обеспечила ему известность спустя несколько лет. Его непреклонная преданность собственному кулинарному видению, подвергавшемуся постоянной критике, подтверждает подлинную сущность первооткрывателя. Лун обладает особым талантом непринужденно смешивать Восток и Запад, традиции и инновации на тарелке и во рту гурманов. Р.В. Эппл, корреспондент «Нью-Йорк Таймс», специализирующийся в вопросах кулинарии, отведав кулинарные изыски Луна, умело описал их следующим образом: «На тарелке — модернизированный Сингапур, в котором непринужденно перемешаны традиции».



Четкое определение новых границ кулинарии, совершенное Сам Луном, возможно только для человека с непоколебимым самосознанием и почти детским стремлением ко всему новому. Лун — шеф-повар, который экспериментирует со своими блюдами под любым разумным предлогом. «Я экспериментирую с икрой, фуа-гра и лососем, — рассказывает Лун, сын ныне покойного Мунь Сунь Луна, шеф-повара, в 80-е годы специализировавшегося на приготовлении блюд из акулих плавников и передавшего юному Луну секреты традиционной китайской кухни. — Но я придаю им вкусовые оттенки, характерные для нашей кухни. Я знаю, что посетители китайских ресторанов главным образом хотят отведать блюда именно этой кухни. Поэтому такие нетрадиционные ингредиенты, как фуа-гра, я использую только в качестве гарнира, а не основного компонента. Они просто делают блюда немного более интересными».

Предприимчиво настроенный шеф-повар Сам Лун черпает кулинарное вдохновение во время своих поездок в Европу и Соединенные Штаты, посещает других шеф-поваров и их рестораны. Он утверждает, что рождение идей и разработка новых шедевров у него происходит, когда он наблюдает за окружающим миром в разных частях света. Даже поиски новых ингредиентов во время походов по продуктовым рынкам, которые он предпринимает вместе со своими коллегами, шеф-поварами, вдохновляют его на создание нестандартных блюд. Тем не менее иногда именно местные ингредиенты заставляют блюдо сверкать лучами гастрономического великолепия. Дурио — тропический фрукт с колючей кожурой и сильным характерным запахом, из-за которого он запрещен к перевозке в общественном транспорте Сингапура. Запах дурио — это сочетание запахов спелого сыра и горько-сладкой жирной рыбы. Не всякий представил бы себе возможным включить подобный фрукт в меню китайской кухни. Лун же бесстрашно смешал его с майонезом и подает вместе с хрустящими креветками. Гурманы, отведавшие это блюдо, настойчиво просили добавки. К сожалению, из-за резкого запаха блюда шеф-повар не может подавать его даже в своем собственном ресторане. Первая поваренная книга, написанная Луном, называется «Вок сквозь время».





КУСОЧКИ КУРИЦЫ С ЮНЬНАНЬСКОЙ ВЕТЧИНОЙ В КУРИНОМ КОНСОМЕ

1 порция

120 г	филе куриной грудки
40 г	юннаньской ветчины или вяленого мяса, тонко нарезанные
2	вареных листа шпината
120 мл	куриного консоме
1/4 ст. л.	соли
1/4 ст. л.	сахара
1/4 ст. л.	китайского столового вина
	Растительное масло
	Молотый белый перец по вкусу
	Листочки кориандра для украшения блюда

Готовьте куриную грудку на пару в закрытой емкости при температуре 100°C в течение 8 минут, после чего порежьте на мелкие продолговатые кусочки. Положите нарезанную ветчину на кусочки курицы и готовьте на пару еще в течение 2 минут при температуре 100°C. Затем, не перемешивая, поместите все в центр тарелки.

Разогрейте растительное масло в сковороде вок. Добавьте куриное консоме и листья шпината.

Доведите до кипения и приправьте солью, сахаром, китайским столовым вином и перцем. Хорошо помешайте и полученным соусом полейте ветчину с курицей.



ТЫКВЕННОЕ ПЮРЕ С КРАБОВЫМ МЯСОМ И ОРЕХАМИ

1 порция

1	восточная тыква (восточный патиссон)
160 мл	куриного консоме
1 ст. ложка	растительного масла
1/3 ст. л.	соли
1/3 ст. л.	сахара
1/2 ст. л.	сметаны
5 г	розмарина, мелко нарезанного (около 1 ст. ложки)
5 г	чабреца, мелко нарезанного (около 1 ст. ложки)
Молотый белый перец по вкусу	
30 г	крабового мяса, приготовленного на пару
1 ст. ложка	кукурузной муки, разбавленной 2 ст. ложками воды

Орехи и горошины розового перца
в качестве гарнира.

Готовьте тыкву на пару при температуре 100°C в течение 15 минут или до тех пор, пока не станет мягкой. Разрежьте тыкву пополам поперек и удалите семена. Одну половину отложите в сторону.

Из другой половины тыквы выскребите мякоть и перемешайте ее в кухонном комбайне с куриным консоме, получив в результате пюре.

Разогрейте растительное масло в сковороде вок. Положите в сковороду пюре. Доведите до кипения и добавьте, помешивая, соль, сахар, сметану, розмарин, чабрец и перец.

Добавьте приготовленное на пару крабовое мясо. При необходимости сделать более густую консистенцию блюда, добавьте разведенную водой кукурузную муку и доведите до кипения. Переложите готовую массу во вторую половину тыквы.

Украсьте орехами и горошинами перца непосредственно перед подачей блюда на стол.





КОНСОМЕ ИЗ ЗИМНЕЙ ДЫНИ С МОРЕПРОДУКТАМИ

1 порция

20 г	сушеных гребешков
1	зимняя дыня (приблизительно 400 г)
40 г	креветок, сваренных, очищенных и нарезанных кубиками
40 г	вареного крабового мяса, гребешков, нарезанных кубиками
250 мл	куриного консоме
1/2 ст. л.	соли
1 ст. л.	китайского столового вина
1 ст. л.	растительного масла

Молотый белый перец по вкусу

Листочки кориандра, нарезанная
юньнаньская ветчина или вяленое мясо
в качестве гарнира

Срежьте верхушку зимней дыни.
Удалите семена. Залейте дыню
холодной водой и поместите ее на
противень. Готовьте дыню на пару в
течение 15 минут при температуре
100°C. Сушеные гребешки готовьте
на пару при температуре 100°C в
течение 5 минут или до тех пор, пока
они не станут мягкими, после чего
нарежьте их кубиками.

Поместите в дыню креветки,
крабовое мясо, свежие
и приготовленные гребешки.
Отложите дыню в сторону.
Разогрейте растительное масло
в сковороде вок. Положите
в сковороду куриное консоме
и приправьте солью, перцем
и китайским столовым вином
по вкусу. Влейте массу в дыню
и готовьте на пару в перфо-
рированном противне в течение
10 минут при температуре 80°C.

Украсьте листочками кориандра,
горошинами перца и мелко
нарезанной юньнаньской ветчиной
(вяленным мясом).



Я люблю готовить на пару, потому что эта технология приготовления пищи позволяет сохранить полезные свойства продуктов. Использование специальной пароварки делает этот процесс еще проще. Это похоже на впрыскивание в ваши продукты порций горячей влаги, для того чтобы довести их до желаемой степени готовности, сохраняя содержащиеся в них соки и полезные вещества. Нет необходимости и в масле, а все остальное является уже излишеством, за исключением небольшого количества морской соли, чтобы подчеркнуть вкус.

ДЖАСТИН КВЕК

Обучаясь профессии шеф-повара, **Джастин Квек** провел немало времени на кухнях таких всемирно известных заведений, как Clos Longchamp в отеле Meridien Etoile в Париже, Roland Mazere's le Centenaire в Перигоре, Jean Bardet в Type, L'Oasis на Лазурном берегу, а также парижского Hotel de Crillon. В Англии он некоторое время учился у Майкла Ру младшего — одного из владельцев знаменитых ресторанов Le Gavroche и Waterside Inn. Однако от своих европейских коллег его отличает азиатское нёбо и глубокое понимание азиатских кулинарных традиций и ингредиентов. Квек получил известность как один из первых в Азии интерпретаторов французской кухни. Сейчас он является владельцем и шеф-поваром La Petite Cuisine, одного из самых известных в Тайбэе французских ресторанов.

Уроженец Сингапура, Квек решил обосноваться именно в Тайбэе после знакомства с городскими рынками, предлагающими огромный выбор свежайших продуктов. «В Сингапуре, — говорит он, — многие ингредиенты, с которыми я работаю, приходится импортировать. В Тайбэе, напротив, все, что мне нужно, — это выбрать необходимые продукты из самых лучших даров Тихого океана, ежедневно вылавливаемых в водах неподалеку от Тайваня и предлагаемых на местных рынках. Вкусная свинина и выращиваемые круглый год фрукты и овощи также вполне могут послужить источником вдохновения. Ингредиенты могут отличаться, но в целом я чувствую себя так, как будто работаю в Европе, потому что мне приходится менять меню в зависимости от сезона. Возможность творить и использовать разные продукты в зависимости от времени года делает процесс приготовления пищи еще более захватывающим».

Помимо всего прочего, Квек считает, что хороший шеф-повар должен использовать для своих блюд только самые качественные продукты. Для того чтобы следовать этому принципу, он потратил немало времени на поиски мелких фермеров и хозяйств, производящих продукты питания (многие из которых также являются поставщиками ресторанов, обладающих звездами «Мишлен»). Не важно, что именно может ему понадобиться — трюфели и фуа-гра или шампанское



и икра — лучшие мировые производители находятся всего лишь на расстоянии телефонного звонка от этого неугомонного шеф-повара. Находясь в Тайване, он старается использовать каждую возможность для того, чтобы встретиться с ведущими производителями персиков, фермерами, специализирующимися на выращивании знаменитых черных свиней, и даже семьями рыбаков, которые часто привозят ему самую свежую и необычную рыбу из своего дневного улова.

Квека отличает современный подход к приготовлению блюд французской кухни. Он предпочитает подчеркивать вкус продуктов с помощью свежих трав и оливкового масла, а не сливочного масла и сливок. А использование ингредиентов, характерных для тайваньской кухни, таких как молоко кефали и молодые побеги бамбука, указывает на некоторое отступление от канонов французской кухни. И все же в том, что касается мастерства, искусства презентации и широты взглядов, он, несомненно, придерживается французских традиций. «Мой стиль очень легкий, — объясняет Квек. — Это французская кухня, но с некоторыми вариациями».

Экспериментируя с ароматами при приготовлении соуса для своей любимой «сингапурской лаксы» (блюдо из лапши с острым бульоном на основе кокосового молока), он привносит отличительную нотку, используя вместо традиционных листьев лаксы эстрагон. Таким же образом Квек может взять простой рецепт, например «бар кут те» (суп из свиных ребрышек с травами), и преобразить его, придав блюду элегантность, утонченность и гастрономическую изысканность. Иногда лучше всего его можно описать как «посла от кулинарии», привносящего азиатские нотки в традиционно французские блюда (одно из его фирменных канапе — это рыба в кляре, приправленная карри). Самое яркое впечатление, как для европейцев, так и для азиатов, — это сочетание в кулинарном произведении знакомого вкуса и элемента экзотики. В настоящее время Квек работает над своей первой поваренной книгой.





ПРИГОТОВЛЕННЫЙ НА ПАРУ ОКЕАНСКИЙ ПАЛЬЦЕПЕР С ИМБИРЕМ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

На 2 порции

2	филе океанского пальцепера или филе дорадо
Морская соль по вкусу	
50 мл	подсолнечного масла
20 г	очищенного и измельченного чеснока
20 г	очищенного и нарезанного дольками имбиря
1	нарезанный дольками чилийский перец
20 г	мелко нарезанного зеленого лука
100 мл	куриного бульона
20 мл	китайской рисовой водки
2 ст. л.	соевого соуса
1 ч. л.	сахара

Для гарнира

Листья кориандра

Нарезанный соломкой зеленый лук

1 нарезанный соломкой чилийский перец
без семечек

Промойте рыбу и подсушите ее,
используя бумажное полотенце.
Немного подсолите.

Чтобы приготовить соус, обжаривайте
чеснок на подсолнечном масле
до золотистой корочки, пока он не
даст запах. Добавьте остальные
ингредиенты и доведите смесь
до кипения. Кипятите на медленном
огне в течение 5 минут.

Выложите рыбу на противень,
в предварительно разогретую до 85°C
пароварку, и готовьте в течение
8–10 минут (в зависимости от толщины
филе).

Положите готовые филе на тарелку
и залейте соусом. Блюдо можно
украсить кориандром, зеленым луком
и чилийским перцем. Подавайте
с рисом, приготовленным на пару.





ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА ПАРУ ОВОЩИ «САН СУ» С РУБЛЕННЫМИ КРЕВЕТКАМИ, ГРИБАМИ И ГИАЦИНТОВЫМИ БОБАМИ

На 2 порции

220 г	«сан су» или китайской капусты
150 мл	растительного масла
20 г	очищенного и измельченного лука- шалота
20 г	очищенного и измельченного чеснока
50 г	сушеных креветок
25 г	консервированных гиацинтовых бобов
2	больших свежих японских гриба шиитаке, нарезанных кубиками
3	свежих шампиньона, нарезанных кубиками
250 г	очищенных и порубленных креветок
50 мл	куриного бульона
2 ст. л.	соевого соуса
1 ч. л.	сахара
Морская соль по вкусу	

Обрежьте, почистите и вымойте овощи. Готовьте их на перфорированном противне в предварительно разогретой пароварке в течение 5 минут при температуре 85°C.

Пока овощи готовятся, разогрейте растительное масло в сковородке вок. Обжарьте, помешивая, лук-шалот, чеснок, сушеные креветки и гиацинтовые бобы до появления запаха. Добавьте оба вида грибов и готовьте в течение 5 минут.

В заключение добавьте порубленные креветки, куриный бульон, соевый соус и сахар. Приправьте морской солью. После того как масло закипит, снимите сковородку с огня и отставьте в сторону.

Выньте овощи из пароварки, дайте им стечь и положите на тарелки. Полейте овощи соусом из креветок и сразу же подавайте на стол.





ТОФУ С РУБЛЕННОЙ СВИНИНОЙ И ПИКАНТНЫМ ЯИЧНЫМ СОУСОМ

На 2 порции

100 г рубленой свинины
1 королевский устричный
гриб
50 мл подсолнечного масла
2 куска соевого творога
тофу

Соль и перец по вкусу

Яичный соус

100 мл куриного бульона
Щепотка сахара
1 ч. л. соевого соуса
30 г нарезанного кубиками
аспарагуса
10 г кукурузной муки
20 мл воды
1–2 сваренных вкрутую
подсолненных утиных яйца,
порубленных на куски

Замаринуйте рубленую свинину с солью и перцем. Отложите в сторону на 30 минут.

Разогрейте духовку до температуры 200°C. Порежьте королевский устричный гриб очень тонкими ломтиками, приправьте солью и подсолнечным маслом. Запекайте в духовке в течение 5 минут. Выньте из духовки и поставьте в теплое место.

Порежьте тофу на небольшие куски. На каждый кусочек тофу положите небольшое количество мяса. Выложите на противень и готовьте на пару при температуре 100°C в течение 5 минут.

Чтобы приготовить соус, подогрейте куриный бульон. Добавьте сахар и соевый соус, затем доведите

полученную смесь до кипения.

Добавьте нарезанный кубиками аспарагус. Для придания густоты добавьте в соус смесь из кукурузной муки и 2 ст. л. воды. В самом конце добавьте порубленные подсолненные яйца.

Перед тем как подавать на стол, положите на тарелку грибы. Затем выложите на них тофу и залейте соусом.

Примечание шеф-повара:

Подсолненные половинки утиных яиц можно заменить на 1–2 анчоуса или на одно куриное яйцо.



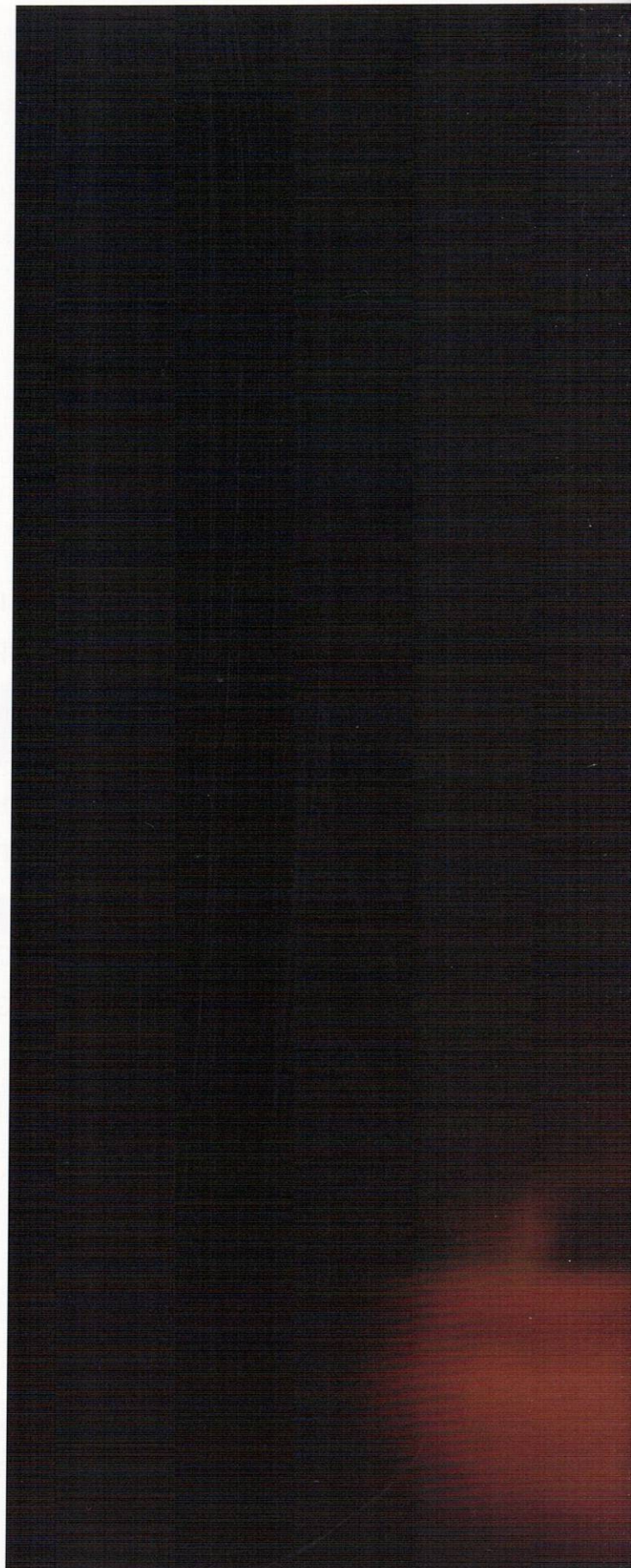
МНОЖЕСТВО БЛЮД ИНДОНЕЗИЙСКОЙ КУХНИ ГОТОВЯТСЯ НА ПАРУ. БУДЬ ЭТО МЯСО, РИС ИЛИ ДАЖЕ ЛЕПЕШКИ, ПАРОВАРЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ПРЕДПОЧТИТЕЛЬНЫМ СПОСОБОМ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ИЗ-ЗА СВОЕЙ ПРОСТОТЫ И ПОЛЕЗНОСТИ. ТРАДИЦИОННО МЫ ЗАВОРАЧИВАЕМ ИНГРЕДИЕНТЫ В БАНАНОВЫЕ ЛИСТЬЯ ДО ТОГО, КАК НАЧАТЬ ГОТОВИТЬ ИХ НА ПАРУ. ЛИСТЬЯ ВЫСТУПАЮТ В КАЧЕСТВЕ КОНСЕРВАНТА. В ТО ЖЕ ВРЕМЯ ОНИ ПРИДАЮТ БЛЮДУ НЕЖНЫЙ АРОМАТ. ХОТЯ ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПАРУ И КАЖЕТСЯ ДОСТАТОЧНО ПРОСТОЙ, ЭТО НЕ СОВСЕМ ТАК. НЕКОТОРЫЕ ПРОДУКТЫ ПРИХОДИТСЯ ВАРИТЬ НА ПАРУ ДОСТАТОЧНО ДОЛГО, ДРУГИЕ — СОВСЕМ НЕМНОГО. ВАМ ПОНАДОБИТСЯ НЕМАЛО ВРЕМЕНИ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ОСВОИТЬ ИСКУССТВО ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД НА ПАРУ.

УИЛЬЯМ ВОНГСО

Имя **Уильяма Вонгсо** широко известно и уважаемо как на родине, так и за рубежом. Этого предпринимателя и просветителя в области кулинарии называют индонезийским Полом Бокусе и верят ему, как человеку, оказывающему значительное влияние на кулинарные пристрастия жителей и гостей Индонезии, начиная с шестидесятых годов прошлого века и по сей день. Владелец сети закусочных и пекарен в Джакарте и президент «William F & B Management», он также является владельцем эксклюзивного «William Kafe Artistik», работающего только по предварительным заказам, где он представляет свои кулинарные творения, созданные под влиянием французской кухни и ставшие его визитной карточкой и предметом гордости.

Вонгсо говорит, что во времена своей молодости, проведенной в восточной части острова Ява, он всегда считал приготовление еды очень интересным. Тем не менее профессиональным поваром он стал далеко не сразу. «Я занимался всем понемногу, — смеется он. — Где я только не работал! Начиная с рекламного агентства и заканчивая бюро путешествий. В молодости я мечтал стать врачом». По-настоящему кулинарная карьера Вонгсо началась после предложения его приемных родителей переехать в Джакарту и открыть там пекарню.

«Чтобы лучше понять этот бизнес, я учился в Европе», — рассказывает Вонгсо. «Но мой подход к обучению состоял и все еще состоит в том, чтобы все пробовать самому. До того, как начать изучать какой-либо курс, я проводил собственное расследование. Я узнавал имена лучших пекарей и обязательно пробовал образцы испеченного ими хлеба. Я учился распознавать на вкус хлеб, испеченный в мелких частных пекарнях и на хлебозаводах. Таким образом, к началу курса я уже имел представление о вкусе, текстуре, цвете и запахе того, что мы должны были изучать». То, что начиналось как деловые поездки с целью изучения технологий производства хлебобулочных и кондитерских изделий, очень быстро превратилось в регулярные вылазки, проводимые Вонгсо в поисках необычных вкусовых ощущений — будь это «сяо лонг бао» (суп с клецками) в Шанхае, или «конфи де канар» (консервированная утка) в парижских ресторанах. «Это было неожиданное открытие, — настаивает гурман. — Еда уникальна.



открытие, — настаивает гурман. — Еда уникальна. Трудно понять, что представляет собой блюдо, пока вы его не попробуете. Не стоит акцентировать внимание на внешнем виде блюда, только вкусовой анализ поможет понять и воссоздать его вновь. Именно дегустация позволит вам проникнуть в самую суть процесса приготовления пищи».

По мнению Вонгсо, «приготовление пищи — это не просто следование рецепту. Это сочетание умения, наблюдений и ощущений. Только попробовав то или иное блюдо, вы можете приготовить его по-своему». Таким образом, Вонгсо не только получил представление о кулинарных традициях разных стран мира (говорят, что по степени образованности у себя на родине он не имел равных), но и освоил огромное количество кулинарных приемов. «В известном смысле я пытаюсь повторить то, что готовят другие люди. Я пробую приготовленную ими еду и готовлю ее по-своему», — говорит Вонгсо.

Вонгсо настаивает на том, что то, чем он занимается, не стоит путать со смешением кулинарных традиций разных стран. «Когда я готовлю блюдо китайской кухни, я не добавляю в него специи из Индонезии. Я действую в соответствии со своими собственными принципами приготовления китайских блюд». Хотя формально Вонгсо никогда не учился на шеф-повара, он работает в тесном сотрудничестве с персоналом на кухне. «Я обучаю их с азов, — говорит он. — Мы так хорошо понимаем друг друга, что я могу руководить процессом по мобильному телефону. Я просто говорю своим служащим, что делать, и когда я приезжаю в офис, мне остается только попробовать готовое блюдо».

Вонгсо утверждает, что жизнь, проведенная в постоянных дегустациях, позволяет приобрести один из самых важных навыков, необходимых на кухне. Но не следует забывать также и о творчестве, страсти и открытости для всего нового и незнакомого, которые также необходимы каждому настоящему кулинару. Именно эти качества, помимо преданности вкусу, характеризуют истинных мастеров своего дела.



ТРЕСКА ПОД СОУСОМ «НУСАНТАРА», ПРИГОТОВЛЕННАЯ НА ПАРУ

На 6 порций

1 кг филе трески
10 г лайма
Соль и перец по вкусу
200 мл рыбного или куриного бульона
300 мл кокосового молока или свежих сливок

Смесь специй для соуса

150 г больших чилийских перцев без семечек
50 г очищенного лука-шалота
50 г очищенного чеснока
50 г плодов свечного дерева
1/2 ч. л. молотого имбиря
Соль и перец по вкусу



Порежьте рыбное филе на 6 кусков весом 150 г. Посолите, поперчите, полейте соком лайма и отложите в сторону.

Для приготовления смеси специй для соуса мелко нарежьте чилийский перец, лук-шалот, чеснок, плоды свечного дерева и имбирь и измельчите все это в ступе или кухонном комбайне. Если вы используете кухонный комбайн, добавьте немного воды, для того чтобы смесь получилась более однородной. Добавьте соль и перец, затем, помешивая, потушите полученную смесь на сковороде под крышкой на среднем огне, для того чтобы цвет соуса остался свежим.

Добавьте рыбный или куриный бульон и кипятите на медленном огне в течение 30 минут. Затем процедите бульон и добавьте кокосовое молоко или свежие сливки, для того чтобы получить соус.

Варите рыбу на пару при температуре 85°C в течение 10 минут, затем залейте соусом. Блюдо можно украсить помидорами, нарезанными в форме кубиков, и душистым базиликом и подавать с желтым рисом.





«ГАДОН ДАГИНГ» (ЯВАНСКАЯ ГОВЯДИНА СО СПЕЦИЯМИ)

На 10 порций

30 г	красных чилийских перцев без семечек
30 г	зеленых чилийских перцев без семечек
50 г	очищенного лука-шалота
30 г	очищенного чеснока
300 г	рубленой говядины
Соль и перец (свежемолотые) по вкусу	
1/4 ч. л.	семян тмина, обжаренных и измельченных
1/4 ч. л.	семян кориандра, обжаренных и измельченных
100 мл	кокосового молока
3–4	лавровых листа
1	раздробленный стебель лемонграсса
100 г	рубленого соевого творога
1	яйцо
200 г	банановых листьев или кочанного салата
10	зубочисток

Аккуратно нарежьте чилийский перец и лук-шалот. Мелко порубите чеснок и смешайте все это с говядиной. Добавьте соль, перец, измельченные семена тмина и кориандра.

Доведите кокосовое молоко до кипения. Добавьте лавровый лист и лемонграсс и кипятите на медленном огне в течение 15 минут. Охладите и процедите полученную смесь, добавьте в нее говядину со специями и тщательно перемешайте.

Разрыхлите соевый творог и добавьте его в говядину со специями. Вбейте яйцо и тщательно перемешайте для получения однородной смеси. Если вы используете банановые

листья, порежьте их на квадраты размером 15x15 см. Если вы используете салат, то сначала отделите листья от кочана, обварите их кипятком, а затем холодной водой. Положите по 50 г начинки в каждый лист и заверните.

Обрежьте излишки банановых листьев, если необходимо.

Полученные мешочки готовьте на пару в перфорированном противне при температуре 100°C в течение 5 минут.

Если вы используете листья салата, подавайте блюдо с томатным соусом.

Примечание шеф-повара:

Банановые листья в пищу не пригодны.





«КАРАНГ АСЕМ АЙЯМ КАМПОНГ» (ДОМАШНИЙ ЦЫПЛЕНОК С ТРАВАМИ И КИСЛОЙ КАРАМБОЛОЙ)

На 6 порций

1	домашний цыпленок (весом около 1,5 кг)
Соль и перец	по вкусу
50 г	больших красных чилийских перцев (очищенных от зерен)
50 г	больших зеленых чилийских перцев (очищенных от зерен)
300 г	кислой (зеленой) карамболы
100 г	очищенного и нарезанного дольками чеснока
75 г	очищенного и нарезанного дольками лука-шалота
3–5	лавровых листьев (растертых)
75 г	очищенного и нарезанного дольками галангового корня
400–500 мл	густого кокосового молока
1–2	слегка взбитых яйца
3	связанных в пучок банановых листа (не обязательно)

Порубите цыпленка на 12—16 кусков, замаринуйте с солью и перцем и отложите в сторону.

Удалите из чилийских перцев семена и порежьте их вдоль на 4 части. Порежьте кислую карамболу поперек таким образом, чтобы получились куски толщиной 5 мм. Для придания блюду кислоты вместо кислой карамболы вы можете использовать лимонный сок, но добавляйте его только после того, как цыпленок будет готов, или же непосредственно перед тем, как подавать блюдо на стол.

Смешайте чилийский перец, кислую карамболу, чеснок, лук-шалот, лавровый лист и галанговый корень и положите туда куски цыпленка. Добавьте кокосовое молоко и яйца. Тщательно перемешайте.

Заворачивайте два или три куса цыпленка (а также некоторое количество смеси, в которой он замаринован) в каждый банановый лист. Убедитесь в том, что в каждом мешочке есть лавровый лист, кусочек галангового корня и немного чилийского перца. Полученные мешочки готовьте на пару в перфорированном противне при температуре 100°C в течение 30 минут.

Если у вас нет банановых листьев, поместите все ингредиенты в противень без дырочек и накройте алюминиевой фольгой, проделав в ней 1–2 отверстия.

После приготовления сразу подавайте блюдо на стол. Блюдо следует подавать теплым.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД НА ПАРУ ИСКЛЮЧАЕТ НЕОБХОДИМОСТЬ В ПРИПРАВАХ И СПЕЦИЯХ. ТРАДИЦИОННЫЙ ПОДХОД КИТАЙСКОЙ КУХНИ К ВОПРОСУ ИХ ПРИМЕНЕНИЯ ЗНАЧИТЕЛЬНО ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ПРИНЦИПОВ КУХНИ ЕВРОПЫ. КОЛИЧЕСТВО ДОБАВЛЯЕМЫХ ПРИПРАВ И СПЕЦИЙ В КИТАЙСКОЙ КУХНЕ ЗАВИСИТ ОТ ИНТУИТИВНОГО ОЩУЩЕНИЯ ШЕФ-ПОВАРА. В ЕВРОПЕЙСКОЙ КУХНЕ ЭТОТ ЭТАП БОЛЕЕ ВЫВЕРЕН. ИНОГДА БЫВАЕТ ТАК, ЧТО ИНТУИЦИЯ ПОДВОДИТ, ЧТО СЛУЧАЕТСЯ ДАЖЕ У САМЫХ ОПЫТНЫХ ПОВАРОВ. ПОЭТОМУ ВПОЛНЕ ЕСТЕСТВЕННО, ЧТО КОЛИЧЕСТВО СПЕЦИЙ, ДОБАВЛЕННЫХ В ТО ИЛИ ИНОЕ БЛЮДО КИТАЙСКОЙ КУХНИ, ЛИБО МАЛО, ЛИБО ВЕЛИКО. ОБРАБОТКА ПАРОМ В ПРОЦЕССЕ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА ОБЕСПЕЧИВАЕТ ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВКУС ДАЖЕ БЕЗ ДОБАВЛЕНИЯ ПРИПРАВ И СПЕЦИЙ, БЛАГОДАРЯ ТОМУ ЧТО СОХРАНЯЮТСЯ ЕСТЕСТВЕННЫЕ ВКУСОВЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ИСХОДНЫХ ПРОДУКТОВ.

судэ-син

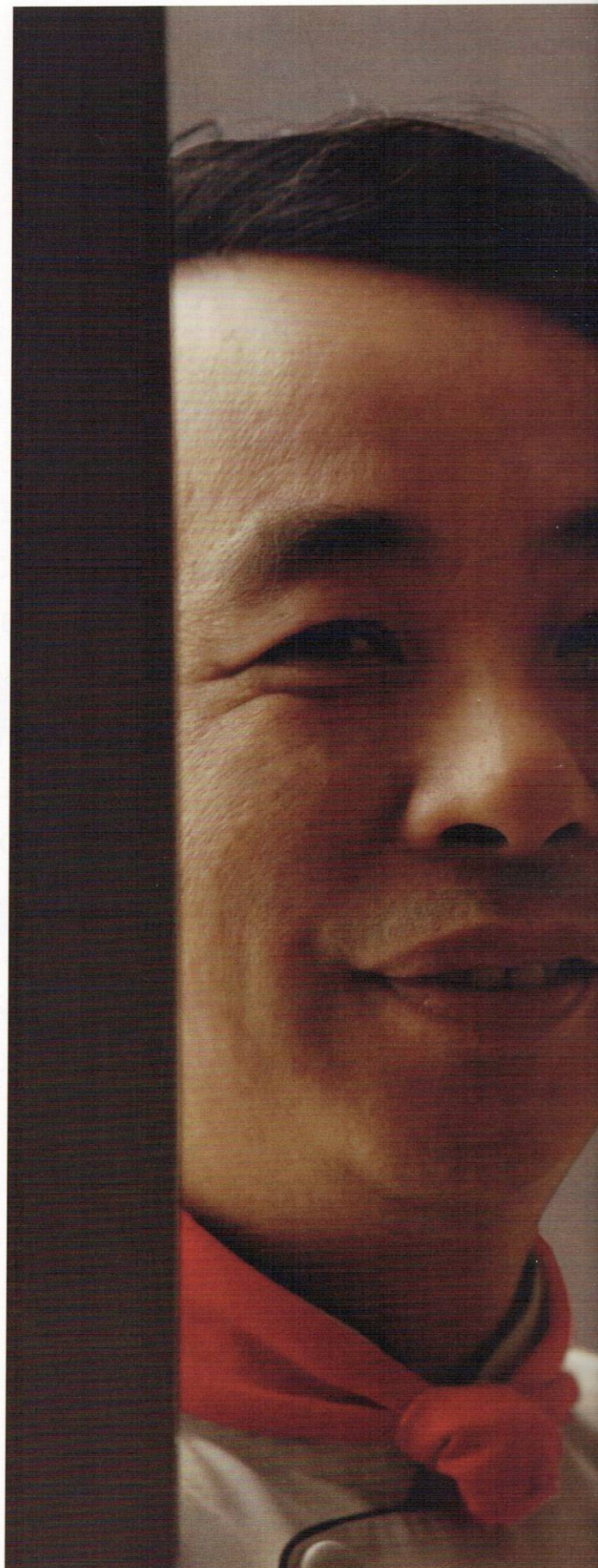
Су Дэ-Син захотел стать шеф-поваром, так как стремился приобрести неустаревающие знания. Как он считает, эта профессия будет востребована во все времена. «Люди всегда будут хотеть есть, — заявляет он. — А в китайской культуре еде уделяется особое место. Поэтому шеф-поварам всегда найдется место в китайском обществе».

Су пришел к своим умозаключениям, когда был восемнадцатилетним юношей. Именно тогда он начал свою карьеру. «Первый этап моего обучения проходил крайне тяжело, — признается шеф-повар. — Для овладения китайским поварским искусством требуется умелое владение сковородой вок и ножом. Будучи не достаточно крепким физически в самом начале моего пути, я учился обращению со сковородой вок, наполнив ее песком, в который мой учитель периодически подливал воду, из-за чего подбрасывание песка становилось все труднее и труднее. Через два дня подобных тренировок мои руки отекали, и эти отеки, казалось, уже никогда не пройдут. До сих пор на руках видны их следы».

Как говорит Су, для того чтобы стать шеф-поваром, даже не первоклассным, а рядовым, требуется, чтобы кандидат был готов к бесконечной череде физических нагрузок. «Не сумев вынести трудности, никогда не пройдешь первые испытания, — мудрость и торжество сквозят в словах Дэ-Сина. — Однако, помимо выносливости, подлинные признаки мастерства и глубины опыта проявляются в умении шеф-повара владеть ножом».

По мнению Су, удачное приготовление большого количества еды в итоге зависит именно от этого умения. «Использование ножа напрямую сказывается на результате, — настаивает Су. — Неправильный размер кусков, на которые порезаны ингредиенты, станет причиной не только непривлекательного вида того или иного блюда, но и не позволит добиться нужной степени готовности. Хороший шеф-повар должен знать, как следует готовить компоненты для своих блюд».

Несмотря на свое шанхайское происхождение, Су проходил обучение поварскому искусству на традициях



кантонской кухни. «Больше всего мне нравится кантонская кухня, — признается он. — В ней выбирают легкие приправы, которые проявляют изначальный вкус продукта. В блюдах кантонской кухни мало используются соль, сахар и жир и много компонентов, содержащих белок. Кантонская кухня — вполне привлекательная альтернатива слишком тяжелой шанхайской кухне».

При возможности выбора он предпочитает готовить морепродукты в кантонском стиле, так как считает, что таким образом может сохранить их натуральный вкус. «Мне нравятся продукты, выросшие в естественных условиях, — заявляет шеф-повар. — У искусственно выращенных продуктов совершенно другой вкус. Когда это возможно, я стараюсь также избегать применения консервированных продуктов. Мне нравятся свежие, живые морепродукты. Они самые вкусные. Особенно если их готовят на пару».

Чтобы сохранить естественные вкусовые характеристики морепродуктов, Су не использует никакие приправы, кроме соли и перца. Он убежден, что успех блюда зависит в большей степени от манеры готовить, которая выработана шеф-поваром. Тем не менее он добавляет в некоторые блюда и соевый соус, и соус «хо» (соус, приготовленный по старинным рецептам). «Но я никогда не применяю их вслепую, — признается шеф-повар. — Вкус этих соусов необходимо схватить и усовершенствовать, о чем я писал при составлении рецептов к данной книге».

В конечном счете именно сбалансированное сочетание цвета, запаха и вкуса блюд приносит Су истинное удовлетворение. «Для меня, действительно, очень приятны такие моменты, — говорит он. — Делая заключительные штрихи, смакую тот миг, когда гость замрет в нерешительности, не желая нарушить красоту принесенного ему блюда».

Имея за плечами немало лет, проведенных на кухне, Су пришел к очень важному для себя выводу: поварское дело не наука. «Блюда необходимо творить и совершенствовать, — утверждает он. — Без творчества в этом деле невозможно стать шеф-поваром. Без творчества можно быть только обычным поваром».



КИТАЙСКИЙ ОКУНЬ С ВЕТЧИНОЙ ЦЗИНЬ-ХУА, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА ПАРУ

На 2–3 порции

- 1 свежий китайский окунь
гуй-ю, около 500 г
- 50 г ветчины цзинь-хуа
- 6–8 сухих грибов шиитаке,
2–3 см в диаметре
- 50 г имбиря
- 1 бамбуковый побег
- Соль по вкусу
- 3 ст. ложки столового рисового вина
(Хуан-цзю или Шао-син)
(или по вкусу)
- 1 огурец
- Соевый соус по вкусу

Замочите грибы на 12 часов.

Удалите ножки.

Разделайте рыбу. Для декоративных
целей сохраните голову и хвост.

Разрежьте рыбу на две продольные
половины. Удалите кости пинцетом.

Каждое филе разрежьте на три-
четыре более мелких куска, по 3–4
см каждый. Сделайте в каждом
надрез около 2 см глубиной.

Слегка посыпьте филе солью
на свой вкус, обязательно обеспечив
попадание достаточного ее
количества в надрезы.

Нарежьте ветчину кусками 2х4 см
толщиной 2–3 мм.

Варите бамбуковый побег в кипящей
воде в течение примерно 10 минут,
затем также нарежьте его кусочками
2х4 см.

В каждый надрез на кусках филе
вставьте по шляпке гриба, кусочку
ветчины, имбиря и бамбукового
побега. Разложите куски филе
на противне.

Приправьте рыбу столовым
вином, поместите в пароварку и
готовьте в течение 5–6 минут при
температуре 80°C.

Разрежьте огурец на две
продольные половины и затем
каждую порежьте на тонкие кусочки.

Извлеките рыбу из пароварки,
сбрызните соевым соусом
для придания дополнительного
вкусового оттенка. Перед подачей
на стол по внешнему периметру
тарелки разложите кусочки огурца.
Соедините голову рыбы, филе и
хвост в единое целое.

Примечание шеф-повара:

Для сохранения первоначального
вкуса рыбы рекомендуется
применение приправ в малом
количестве. В качестве
альтернативы в соевый соус можно
добавить сахара и воды по вкусу.





ТОФУ С НАРЕЗАННЫМ МЯСОМ КРАБА И КРЕВЕТКАМИ

На 2–3 порции

200–300 г тофу
100 г мяса мохнатого краба
100 г креветок
Соль и перец по вкусу
20 г свежих листьев кориандра
1 ст. ложка соевого соуса



Нарежьте тофу на кусочки 2–3 см
толщиной 1 см.

Очистите и мелко нарежьте
креветки. Смешайте нарезанные
креветки с мясом мохнатого краба
и приправьте солью и перцем.
Скатайте их в шарики около 1 см
в диаметре. Сверху каждого кусочка
тофу поместите по шарiku.

Промойте кориандр и обрежьте
листья. На каждый кусочек тофу
поместите по листку кориандра
рядом с шариками из креветок.

Разложите кусочки тофу на
противне. Готовьте на пару
в течение 4 минут при температуре
95°C.

Непосредственно перед подачей
на стол сбрызните кусочки тофу
соевым соусом.

Примечания шеф-повара:

Для смягчения аромата соевого
соуса можно добавить в него сахара
и воды по вкусу.





ГРИБЫ ШИТАКЕ С ШАРИКАМИ ИЗ НАРЕЗАННЫХ КРЕВЕТОК, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА ПАРУ

На 2–3 порции

8–10	сухих грибов шиtake, 3–4 см в диаметре
150 г	свежих креветок
Соль и перец	свежемолотые
1	яичный белок
15 г	ветчины цзинь-хуа или вяленого мяса
150 г	шанхайской зелени (молодые ростки бок-чой)
1	морковь



Замочите грибы на 12 часов. Срежьте грибные ножки. Поместите шляпки грибов в кастрюлю, залейте водой, в которой грибы были замочены, и готовьте на пару при температуре 80°C в течение 5 минут. После этого извлеките их из кастрюли и просушите бумажным полотенцем.

Очистите и нарежьте креветки. Добавьте 2 ст. ложки яичного белка вместе с солью и перцем для приготовления пасты. Взбивайте смесь в миксере до консистенции пюре.

При помощи влажной ложки наполните каждую грибную шляпку креветочной пастой. Разложите грибы на противне пастой вверх.

Поместите грибные шляпки в пароварку и готовьте в течение 5 минут при температуре 100°C.

Нарежьте ветчину тонкими кусочками и положите поверх пасты.

Удалите листья с молодых ростков бок-чой (шанхайская зелень), оставив только сердцевину. Очистите и нарежьте морковь соломкой длиной около 2 см. Вставьте соломку в каждый росток бок-чой.

Проварите овощи в течение 3 минут в кипящей воде. Готовые овощи промойте холодной водой, дайте воде стечь.

Перед подачей на стол украсьте блюдо приготовленными овощами так, чтобы грибы оказались посередине. Подавайте теплым.



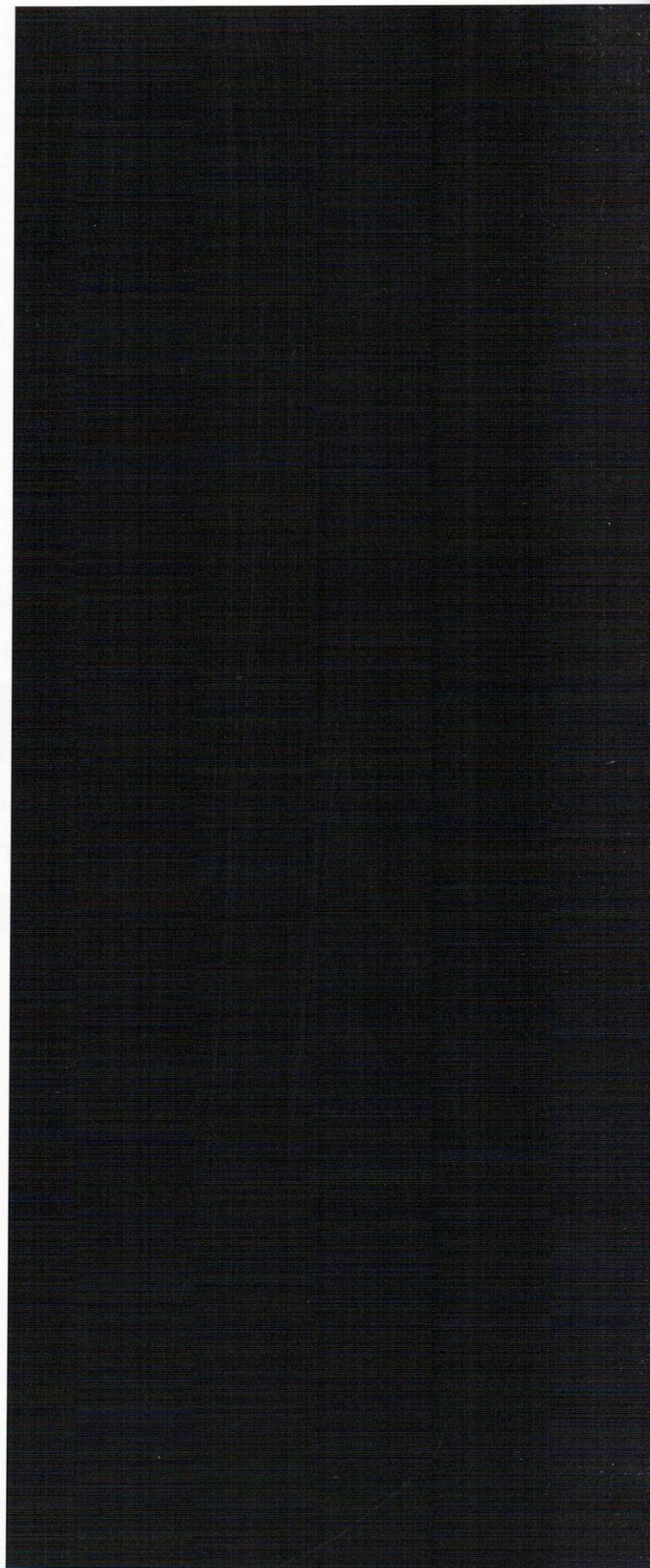
ПРИГОТОВЛЕНИЕ НА ПАРУ — РАСПРОСТРАНЕННЫЙ В ТАИЛАНДЕ КУЛИНАРНЫЙ МЕТОД. ОН НЕ ТОЛЬКО ПОЗВОЛЯЕТ ПОЛУЧИТЬ ПОЛЕЗНУЮ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЕДУ. В ДАННОЙ КУЛИНАРНОЙ ТЕХНОЛОГИИ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ СЕКРЕТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПО-НАСТОЯЩЕМУ МЯГКОГО МЯСА. НАРЕЗАННОЕ НА КРУПНЫЕ КУСКИ МЯСО ПОМЕЩАЮТ НА ПРОТИВЕНЬ, ЗАЛИВАЮТ СУПОМ ИЛИ ИНОЙ НАСЫЩЕННОЙ СПЕЦИЯМИ ЖИДКОСТЬЮ. ЗАТЕМ ПРОТИВЕНЬ ПЛОТНО ЗАКРЫВАЮТ КРЫШКОЙ И ПОМЕЩАЮТ В ПАРОВАРКУ НА НЕСКОЛЬКО ЧАСОВ. В РЕЗУЛЬТАТЕ ПОЛУЧАЕТСЯ БЛЮДО, НАСТОЛЬКО НЕЖНОЕ, ЧТО ТАЕТ ВО РТУ.

Чалида Таочали, победившая в борьбе за столь желанную корону Мисс Таиланда в 1998 году, начала учиться поварскому делу всего лишь за два года до конкурса. Несмотря на это, знания, приобретенные на кухне, помогли ей написать тайский бестселлер «Секреты питания. Как питаться, чтобы быть худым». Сейчас Чалида Таочали ведет телевизионную передачу «Living In Shape». Стройная знаменитость призналась, что ей нравилось готовить с самого детства. Однако Таочали хотелось разработать такой способ питания, который помог бы ей сохранять свой вес, что в итоге и послужило причиной того, что бывшая королева красоты попала на кухню.

«Сперва я начала готовить для своего мужа, — рассказывает общественная деятельница своим мягким голосом. — Затем я стала готовить уже ради развлечения, для своих друзей и семьи. В итоге я даже поехала в Соединенные Штаты, чтобы изучать там науку о питании».

Эта разносторонне одаренная молодая женщина, телеведущая, обозреватель, актриса и художница убеждена в необходимости есть только те продукты, которые соответствуют группе крови. К тому же она контролирует количество потребляемых углеводов и придерживается диеты, основанной на сыроедении. «Я считаю, что правильно питаться и заниматься спортом важно для каждого, — объясняет она. — Забота о собственном здоровье, пожалуй, лучшее капиталовложение из всех возможных. Я понимаю, что перестроить человека, даже меня, очень трудно, настолько активен наш образ жизни. Но мне всегда было приятно выискивать новые способы улучшения состояния здоровья, о которых я могу рассказать другим».

В отличие от «Секретов питания», где читателям предлагаются только несколько рецептов от Таочали и предоставляется ряд рекомендаций по заботе о здоровье, в ее телепередачу включен кулинарный блок, во время которого она демонстрирует приготовление блюд за пределами телевизионной студии, практически в любом месте, куда она приезжает со своей кухонной утварью. «Иногда из-за напряженного



образа жизни люди не хотят готовить и вообще проводить время на кухне, — делится Чалида своими наблюдениями. — Многие работающие женщины просто покупают готовую еду. Я же стараюсь сделать это занятие интересным».

Как утверждает Таочали, многие тайские женщины убеждены, что им надо похудеть и поэтому садятся на диеты. Посредством журнальных и газетных статей, книг и телевизионных передач Чалида пытается обучить их такому понятию, как «индекс массы тела» (ИМТ). Она уверена в том, что, обучившись подсчету и пониманию своего ИМТ, человек может четко определить потребности своего организма. «Не следует сопоставлять себя с моделями и кинозвездами, — советует она своим поклонникам. — Все они обязаны соответствовать тому или иному размеру соответственно требованиям, предъявляемым их работой. Научитесь есть «правильные» продукты и готовить их самостоятельно. Ешьте только свежие и натуральные продукты».

Известная гурман убеждена в том, что еда, приготовленная в домашних условиях, самая лучшая из всех возможных. На кухне она проводит кулинарные эксперименты, которые зачастую навеяны блюдами, отведавшими ею во время зарубежных поездок. Хотя Чалида и восхищается средиземноморской кухней, вкусовые особенности тайской кухни остаются самыми любимыми для нее. «Тайская кухня богата различными специями и вкусовыми вариациями, — восхищенно заявляет телезвезда. — Мне нравится острый перец чили. Он делает неповторимым вкусовой букет и придает блюду особый живой цвет».

Тем не менее, говоря о кулинарной философии Таочали, следует отметить, что принадлежность блюда к той или иной кухне не играет главную роль во всем процессе его приготовления. Самую главную роль, по мнению Таочали, играет любовь. «Любите то, что вы делаете, — заявляет она. — Относитесь к тому, что вы готовите и едите, как к некой форме вашего участия. Вкладывайте в это душу, так как единственная причина, по которой вы можете готовить, — ваша забота о людях и о себе».



ЧЕСНОЧНЫЕ КРЕВЕТКИ С ЛЕМОНГРАССОМ

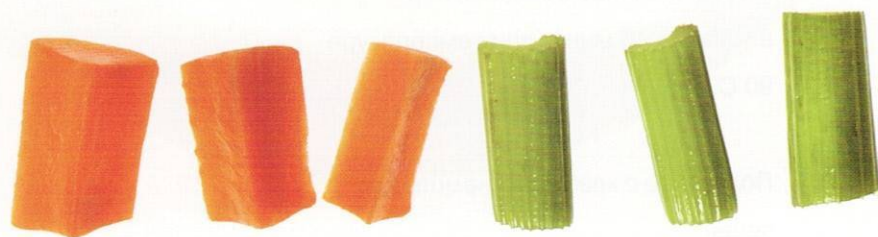
12 шампуров

1	яйцо
50 г	моркови, очищенной и нарезанной
5	сушеных грибов шиtake, замоченных в воде и нарезанных
2	красных острых перца чили, без семян, мелко нарезанных
1 ст. ложка	тщательно измельченного чеснока
1 ст. ложка	тщательно измельченного корня кориандра
1 ст. ложка	свежемолотого перца
2 ст. ложки	устричного соуса
1 ст. ложка	соевого соуса
Соль по вкусу	
2 ст. ложки	размельченных кубиков куриного бульона
2–3 ст. ложки	кукурузной муки
300 г	креветок, очищенных и нарезанных
300 г	свинины рубленой
6	стеблей лемонграсса, вымытых и обрезанных, разрезанных пополам

Перемешайте все ингредиенты, кроме последних четырех, в кухонном комбайне, доведя до консистенции пюре. Перемешайте креветки и свинину с ранее полученной массой. Добавьте 2–3 столовые ложки кукурузной муки, чтобы образовалась липкая масса. Приправьте солью.

Разделите ее на 12 порций и сформируйте по шарику, в каждый из которых воткните по 1 стеблю лемонграсса. Готовьте на пару 12 минут при температуре 100°C.

Данное блюдо можно подавать на стол с кускусом и овощным гарниром.





ЗАВАРНОЙ КРЕМ ИЗ ТЫКВЫ

Объем после приготовления — 600 мл

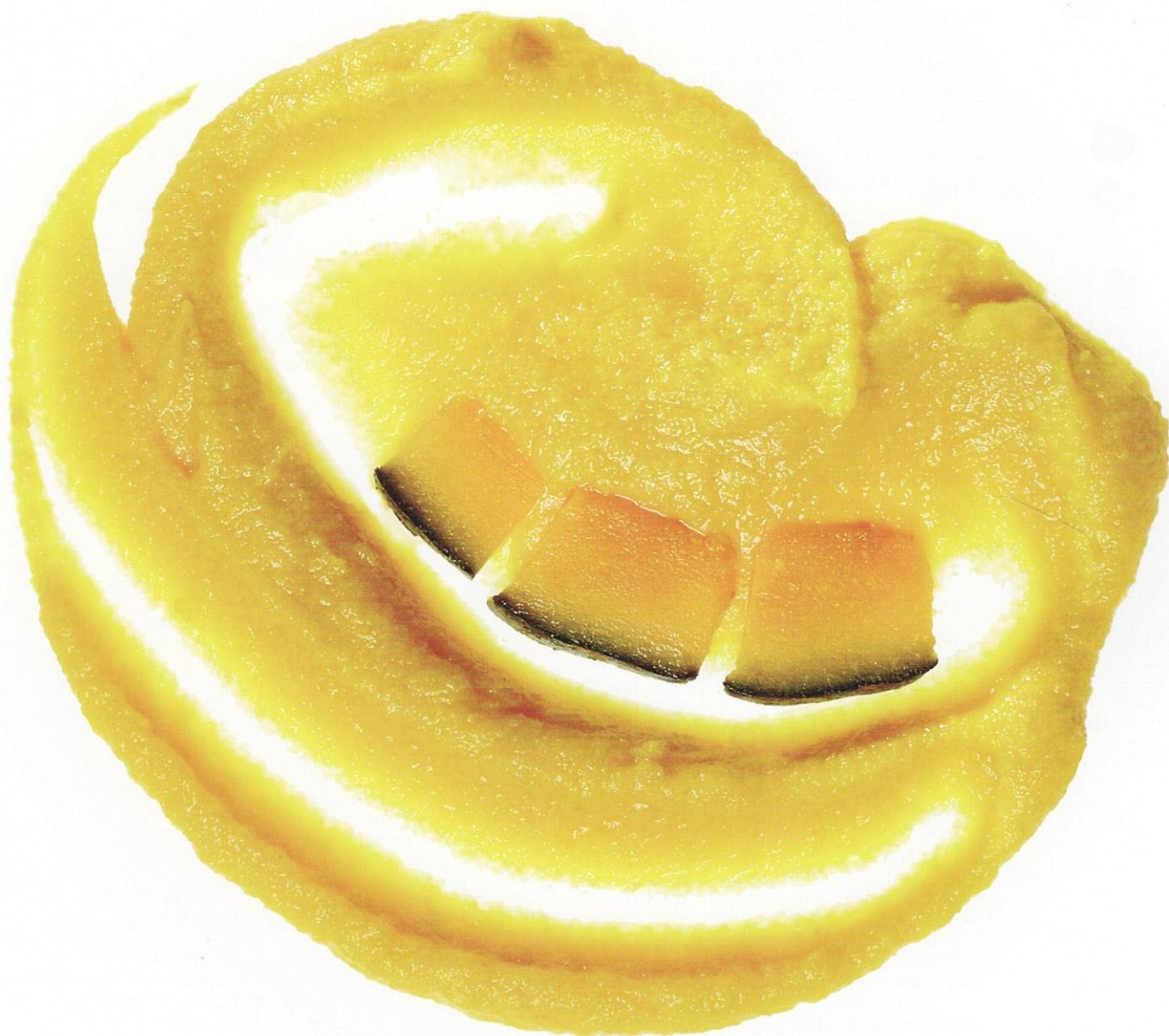
360 г	тыквы, очищенной и нарезанной
1	яичный желток
130 г	сахара
2 ст. ложки	муки
112 мл	молока
50 г	коричневого сахара
112 мл	кокосового молока
1/2 ст. ложки	соли

Готовьте куски тыквы в противне на пару в течение 15 минут при температуре 100°C. Затем взбейте мякоть тыквы до консистенции пюре.

Перемешайте сахар с яичным желтком, а муку с молоком. Влейте обе смеси в тыквенное пюре и перемешайте.

Добавьте коричневый сахар и кокосовое молоко в тыквенную смесь, посолите и перемешайте. Полученную массу положите на противень и закройте 2 слоями полиэтиленовой пленки. Сделайте 2 небольших отверстия в пленке. Готовьте данное блюдо на пару в течение 10 минут при температуре 90°C.

Подавайте с хлебом из немолотых зерен.



ЯЙЦА, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА ПАРУ

4 порции

2–3 свежих гриба шитаке,
нарезанных квадратиками
20 г моркови, очищенной
и нарезанной соломкой
20 г соцветий брокколи
3 яйца
112 мл воды
1 ст. ложка соевого соуса
Перец свежемолотый по вкусу
1 ст. ложка тапиоковой или кукурузной
муки

Кайварэ (ростки дайкона) и жареный
чеснок в качестве гарнира

Грибы шитаке, морковь и брокколи
готовьте на пару в перфорированном
противне в течение 3 минут при
температуре 100°C.

Смешайте яйца с водой, соевым
соусом, перцем, тапиоковой мукой
и грибами шитаке. Разлейте массу
в четыре жаропрочных миски и
закройте каждую двумя слоями
полиэтиленовой пленки. Сделайте
2 небольших отверстия в пленке.

Готовьте на пару в течение 15
минут при температуре 100°C.
Непосредственно перед подачей
блюда на стол украсьте его
морковью, брокколи, кайварэ
и жареным чесноком.



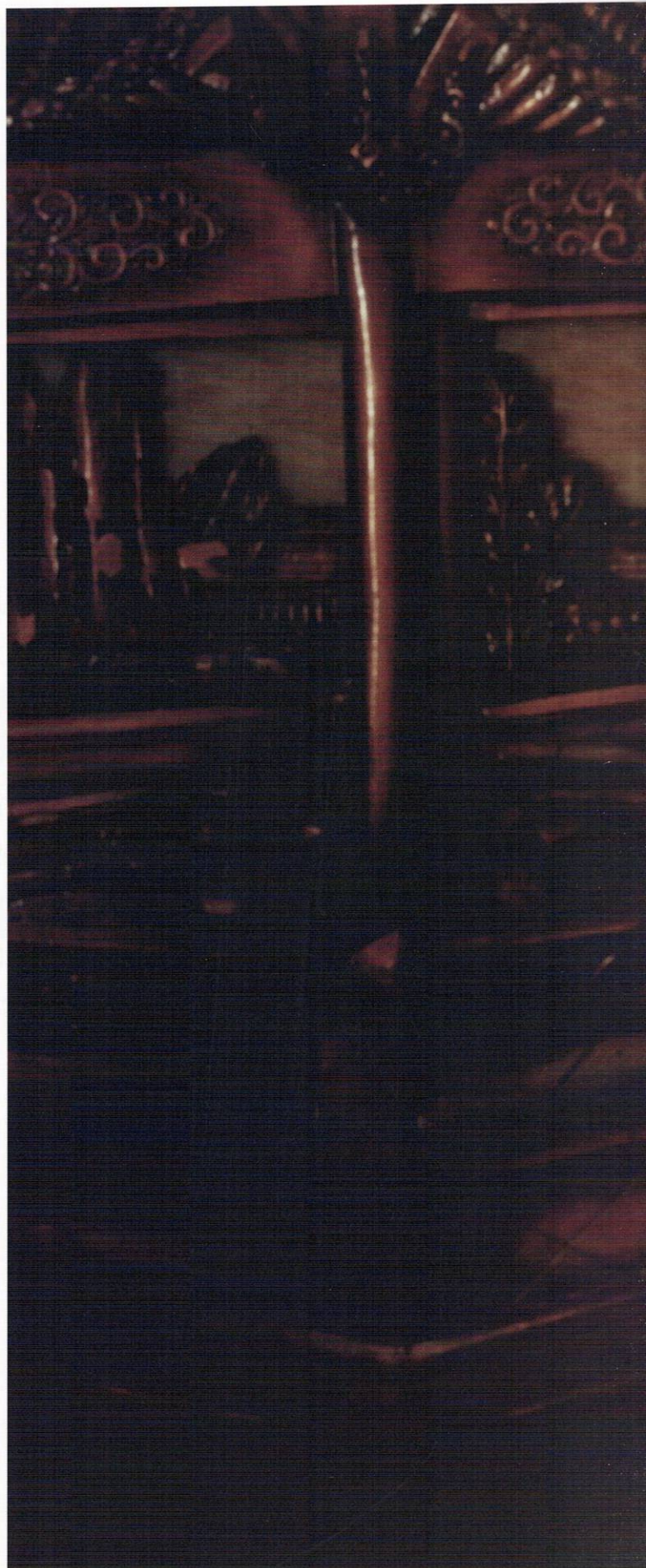
ТЕПЛЫЙ И ВЛАЖНЫЙ КЛИМАТ ПРОВИНЦИИ КАНТОН СОЗДАЕТ ПРЕКРАСНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ВЫРАЩИВАНИЯ БОЛЬШИНСТВА СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫХ КУЛЬТУР. КАНТОНСКИЕ ПОВАРА ПРИДУМАЛИ МНОЖЕСТВО РАЗНООБРАЗНЫХ И ЗАМЫСЛОВАТЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ ИЗ МЕСТНЫХ ПРОДУКТОВ. ОСНОВНОЕ ВНИМАНИЕ УДЕЛЯЕТСЯ ТОМУ, ЧТОБЫ ПОДЧЕРКНУТЬ СВЕЖЕСТЬ ПРОДУКТА, ПОЭТОМУ ДЛЯ КУХНИ ЭТОГО РЕГИОНА НЕ ХАРАКТЕРНО ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РЕЗКИХ СОУСОВ И БОЛЬШОГО КОЛИЧЕСТВА ЖИРА. ВАРКА НА ПАРУ ЯВЛЯЕТСЯ ИЗЛЮБЛЕННЫМ СПОСОБОМ ГОТОВКИ. В ГОНКОНГЕ САМЫЕ СВЕЖИЕ МОРЕПРОДУКТЫ ГОТОВЯТСЯ НА ПАРУ, ЧТО ПОЗВОЛЯЕТ СОХРАНИТЬ ИХ НАТУРАЛЬНЫЙ ВКУС. КАЖДЫЙ ВЕЧЕР НА СТОЛЕ ПОЧТИ У КАЖДОЙ СЕМЬИ ВЫ МОЖЕТЕ УВИДЕТЬ РЫБУ, СВАРЕННУЮ НА ПАРУ ЦЕЛИКОМ.

КИНСЕН КАМ

Кинсен Кама. Рассказ о гонконгской кухне будет неполным, если мы не упомянем о ресторане «Юнг Ке» (Yung Kee) и о знаменитом жареном гусе, которого там подают. Пятьдесят лет назад скромная палатка на улице Квонг Юнь Уэст, с открытия которой Кама Шуй Фай решил начать свой бизнес, уже пользовалась огромной популярностью среди туристов и моряков. С тех пор жареный гусь Кама получил такую широкую известность, что его стали почтительно называть «Жареный Гусь Фай». Сегодня роскошный многоуровневый ресторан «Юнг Ке» занимает целое здание на Веллингтонской улице, и его особенно преданные фанаты могут купить так называемого «летающего жареного гуся» — жареного гуся, приготовленного по фирменному рецепту и упакованного таким образом, чтобы его удобно было взять с собой в самолет.

Сын Кама, Кинсен, вырос на ресторанной кухне и официально начал работать в «Юнг Ке», когда ему исполнилось семнадцать. В 1978 году он взял руководство семейным бизнесом на себя, и продолжает руководить им и сегодня. Кама-младшего, предпочитающего носить пышные китайские одежды, отличает творческий, научно-философский подход к жизни, бизнесу и поваренному искусству. Он очень любит цитировать легендарного китайского философа Конфуция. Для Кинсена Кама китайские блюда — это произведения искусства. Следовательно, задача шеф-повара состоит в том, чтобы соблюсти баланс между вкусом блюда и его внешним видом. Очень важно, чтобы гость ресторана был впечатлен не только внешним видом блюда, но также и его ароматом.

«Китайская кухня — это прежде всего эмоции и ощущения, — объясняет хозяин ресторана. — А быть хорошим шеф-поваром — значит, прежде всего, готовить от всего сердца. Если повар готовит от всего сердца, гости ресторана чувствуют это, когда едят приготовленные им блюда. Китайские повара редко используют мерные стаканчики. Они просто кладут немного больше соуса или трав, в зависимости от того, что они чувствуют, когда готовят данное блюдо. Это врожденный инстинкт, а также умение работать быстро и аккуратно, имея в распоряжении только лишь собственную пару рук».



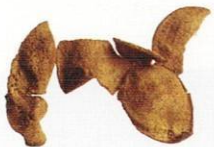
Представители второго поколения рестораторов продолжают каждый день встречаться с мастером Тонгом, шеф-поваром «Юнг Ке», для того чтобы обсудить меню ресторана, ингредиенты и рецепты новых блюд. Хотя блюда, подаваемые в ресторане «Юнг Ке», приготовлены в строгом соответствии с традициями кантонской кухни, Кама постоянно ищет новые способы удивить своих гостей. Особенно ему нравится путешествовать, так как это дает ему возможность пробовать деликатесы других кулинарных школ. Благодаря этому опыту ему в голову часто приходят идеи, полезные для бизнеса.

«Недавно я побывал в Испании, — рассказывает он. — И получил огромное удовольствие от их ветчины «серрано» и «чоризо» — испанской сырокопченой колбасы. Они особенно хороши, если запивать их красным вином. В Индии мне очень понравились специи, которые они используют при приготовлении пищи, например шафран».

И все же любимой кухней Кама остается кантонская. Он находит большое удовольствие в работе со свежими ингредиентами, которые так доступны в Гонконге, особенно с морепродуктами высочайшего качества, в которых нет недостатка в этом городе, расположенном на берегу океана. По мнению Кама, технологии приготовления пищи, используемые кантонскими поварами, позволяют сохранить превосходный натуральный вкус морепродуктов.

Страсть семьи Кама к готовке и их коллективное стремление сохранить свое кулинарное наследие поистине заслуживает восхищения. «Мне нравится готовить и нравится есть. Мне нравится видеть покупателей, которые приходят в ресторан снова и снова, — говорит Кам. — Они — мои друзья». У Кама три сына, двое из которых работают в «Юнг Ке». Однако он считает, что третьему поколению рестораторов, прежде чем они смогут принять на себя бразды правления бизнесом, нужно будет какое-то время учиться, как он учился у своего отца, легендарного «Жареного Гуся Фая».





ГУСЬ, ПРИГОТОВЛЕННЫЙ НА ПАРУ, СО СЛИВОВЫМ СОУСОМ «ТАРО ИН»

На 4 порции



1 гусь (весом около 3 кг)
250 г таро (ямса)
3 ст. л. соевого соуса
225 мл масла



Маринад

4 очищенные и обжаренные дольки
чеснока
1/4 часть высушенной апельсиновой корки
2 ст. л. соуса «чу-хау» (сладкая бобовая паста,
приправленная апельсиновой цедрой
и китайскими травами)
1/2 куски массы красного тофу
1 ст. л. пасты из семян кунжута (или «тахини»)
2 ст. л. устричного соуса



Небольшая щепотка смеси из пяти специй
75 г желтого сахарного песка
5 соленых (консервированных) слив
без косточек
1 звездчатый анис

Смешайте ингредиенты для маринада. Натрите гуся полученной смесью изнутри, затем зашейте отверстие либо закрепите края зубочистками. Бланшируйте гуся, после чего промокните насухо и полейте его соевым соусом.

Почистите и порежьте таро на кусочки размером приблизительно 5х3 см.

В большой сковороде разогрейте масло. Поливайте гуся горячим маслом до тех пор, пока его кожа не станет коричневой (при этом изнутри гусь должен оставаться сырым). Затем положите куски таро в горячее масло приблизительно на 1 минуту или же до тех пор, пока они не станут золотисто-коричневыми.

Готовьте гуся на пару при температуре 100°C в течение 1 часа 30 минут.

Вытащите гуся. Слейте всю жидкость в контейнер и порубите гуся на куски. Выложите кусочки таро на противень, накрыв их кусками гуся. Залейте все это соусом из контейнера и готовьте на пару в течение еще 10 минут при температуре 100°C.

Блюдо следует подавать горячим.





ПРИГОТОВЛЕННЫЙ НА ПАРУ МОРСКОЙ ОКУНЬ С КИТАЙСКОЙ ВЕТЧИНОЙ И ГРИБАМИ

На 4 порции

250 г	филе морского окуня
3	сушеных гриба шитаке
6	ломтиков китайской ветчины
6	листьев капусты обыкновенной
6	кусочков имбиря
225 мл	куриного бульона
2 ст. л.	кукурузной муки

Замочите сушеные грибы шитаке в воде. Когда грибы станут мягкими, вытащите их из воды и готовьте на пару в перфорированном противне в течение 10 минут при температуре 100°C. Разрежьте каждый гриб пополам.

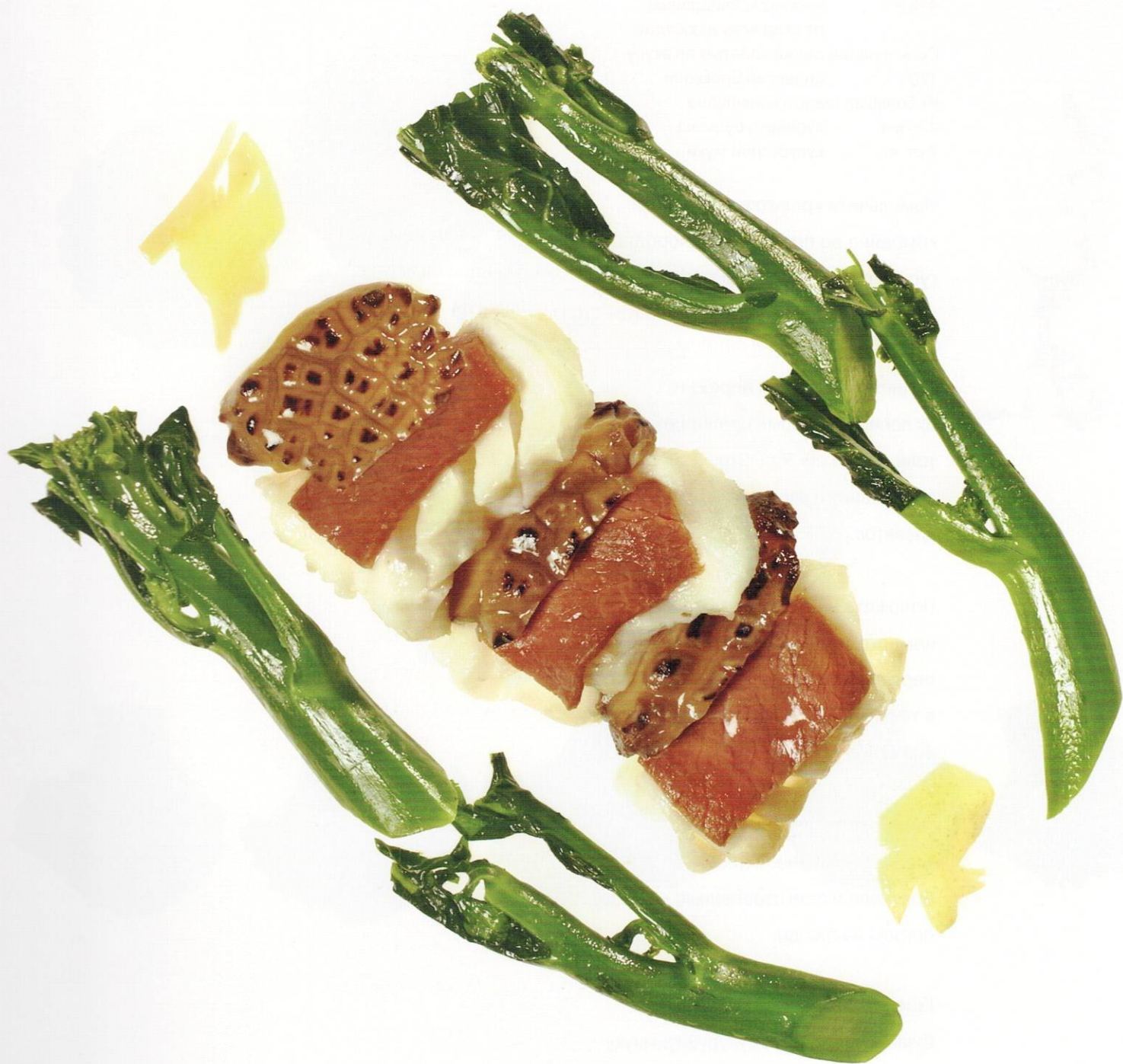
Промойте филе морского окуня в холодной воде, приправьте солью и перцем и порежьте на шесть кусков.

Выложите филе окуня, грибы шитаке и китайскую ветчину на противень. На каждый кусок филе положите по одному ломтику имбиря.

Готовьте на пару в течение 6–8 минут при температуре 85°C.

Вымойте капустные листья и порежьте их на кусочки. Слегка потушите листья в курином бульоне, затем выложите на блюдо вместе с готовыми кусками филе окуня.

Еще раз подогрейте куриный бульон. Смешайте кукурузную муку с небольшим количеством холодной воды. Вливайте полученную смесь в куриный бульон небольшими порциями до тех пор, пока он не загустеет. Полейте рыбу бульоном и подавайте горячей.





ПРИГОТОВЛЕННЫЕ НА ПАРУ ОГУРЦЫ С КРЕВЕТКАМИ

На 4 порции



3	огурца
450 г	креветок, очищенных от скорлупы и сосудов
Соль и перец свежемолотые по вкусу	
120 г	соцветий брокколи
Небольшая щепотка шафрана	
225 мл	куриного бульона
2 ст. л.	кукурузной муки

Измельчите креветки в кухонном комбайне до получения однородной густой пасты. Приправьте солью, перцем и тщательно перемешайте.

Почистите огурцы и порежьте их поперек в форме цилиндров толщиной 3 см. Удалите из кусочков сердцевину и заполните ее пастой из креветок.

Положите на каждый кусочек огурца немного шафрана и готовьте в перфорированном противне на пару в течение 7 минут при температуре 100°C.

Слегка потушите брокколи в курином бульоне. Выложите брокколи и приготовленные на пару огурцы на блюдо.

Еще раз подогрейте куриный бульон. Смешайте кукурузную муку с небольшим количеством холодной воды. Вливайте полученную смесь в куриный бульон небольшими порциями до тех пор, пока он не загустеет. Полейте огурцы соусом и подавайте горячими.





ЛУК-ШАЛОТ Это маленькие красные луковички, имеющие более насыщенный и сладкий вкус, чем обычный лук.



ЖЕНЬШЕНЬ Корень, высоко ценящийся за свои лечебные свойства. Широко используется в корейской кухне.



ГАЛАНГОВЫЙ КОРЕНЬ Также известен как «ленгуас», или «голубой имбирь». Перед тем как добавлять в блюда, его следует почистить.



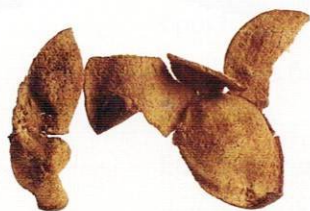
КИСЛАЯ КАРАМБОЛА Другие названия — «белимби» или «белимбинг». Это очень маленький кислый фрукт с характерным вкусом.



СВЕЖИЕ ГРИБЫ ШИТАКЕ Их также называют «китайскими черными грибами». Мясистые, имеют земляной вкус.



СУШЕНЫЕ ГРИБЫ ШИТАКЕ Их часто предпочитают свежим грибам шитаке из-за насыщенного вкуса.



АПЕЛЬСИНОВАЯ ЦЕДРА Перед употреблением цедру необходимо размочить в воде. Она придает блюдам легкий цитрусовый аромат.



ШАФРАН Шафран является самой дорогой специей в мире. Он придает блюдам желтый оттенок и земляной вкус.



КАШТАНЫ Плоды европейского каштана. Пригодны в пищу только после термической обработки.



СУШЕННЫЕ КРАСНЫЕ ФИНИКИ Китайцы считают, что сушеные красные финики, или ююба, помогают снять усталость и понизить кровяное давление.



МОЛОДЫЕ ПОБЕГИ БАМБУКА В пищу употребляют только внутреннюю часть молодых и нежных побегов бамбука.



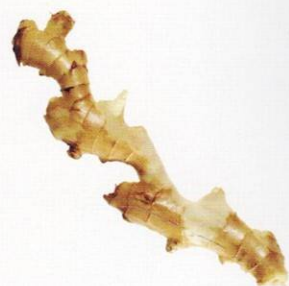
СУШЕННЫЕ КРЕВЕТКИ Имеют резкий, своеобразный вкус.



ГРЕЦКИЙ ОРЕХ Грецкие орехи очень питательные и вкусные. Перед употреблением их необходимо почистить.



ВЕТЧИНА «ЮНЬНАНЬ» Китайский копченый окорок. Можно заменить вяленным мясом.



ИМБИРЬ Считается, что имбирь обладает природными антибактериальными свойствами и улучшает кровообращение.



ЛАМИНАРИЯ Другие названия — «конбу», «комбу» или «морская водоросль». Ламинарию часто используют в японской и корейской кухне для приготовления бульона.



КОРОЛЕВСКИЙ УСТРИЧНЫЙ ГРИБ Этот мясистый гриб имеет очень плотную текстуру. Его также называют «эринги», или «королевский рожок».



КУРКУМА Свежую куркуму следует почистить и растолочь или измельчить в блендере. Ее часто используют в Юго-Восточной Азии для придания карри насыщенного желтого цвета.



ВОСКОВАЯ ТЫКВА Также называется «белая тыква».



ОБЫКНОВЕННАЯ ФАСОЛЬ Созревшие семена зерновой фасоли.



ЗЕЛЕНАЯ ФАСОЛЬ На самом деле это неочищенная золотистая фасоль. Является источником диетической клетчатки.



ЗВЕЗДАЧАТЫЙ АНИС Сушеный плод дерева, принадлежащего к семейству магнолиевых. Семена по вкусу напоминают лакричный корень.



ФАСОЛЬ «АДЗУКИ» «Адзуки», или красная фасоль, чрезвычайно популярна в Китае, Японии и Корее. Ее обычно используют для приготовления десертов.



ПЛОДЫ СВЕЧНОГО ДЕРЕВА Твердые маслянистые орехи, обычно продаются неочищенными. Можно заменить бразильским орехом или макадамией.



ЛЕМОНГРАСС Внутренняя часть стебля имеет сильный лимонный вкус и аромат. В кулинарии используется нижняя часть стебля.



СУШЕНЫЕ ГРЕБЕШКИ Также называются «конпой». Сушеные гребешки используются для придания вкуса супам, соусам и другим блюдам. Достаточно небольшого количества.



ЛИСТЬЯ ШИСО Другое название — «листья периллы многолетней». На вкус нечто среднее между базиликом и мятой. Японцы считают, что эти листья обладают противовоспалительными свойствами.