

АЛЕКС КРАМЕР

12+

МАГИЯ ВКУСА ПРЯНЫХ КОМБИНАЦИЙ

СМЕСИ СПЕЦИЙ, ПАСТЫ, СОУСЫ

Часть I



Алекс Крамер
Магия вкуса пряных
комбинаций. Часть I: Смеси
специй, Пасты, Соусы

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=27451089
SelfPub; 2019*

Аннотация

После прочтения этой поваренной книги вы научитесь гармонизировать специи, воспроизводить на своей кухне популярные и знаменитые смеси со всего мира и создавать свои уникальные приправы. Прочитав ее, Вы познакомитесь с теоретическими основами по смешиванию пряностей и откроете для себя 35 самых популярных специй и трав, а также 35 самых востребованных сортов перцев чили. Затем Вы окунётесь в мир пряных комбинаций и познакомитесь с рецептами более, чем 300 смесей специй, пряных паст и соусов. Шаг за шагом вы познаете искусство ароматного баланса специй и магию вкуса пряных комбинаций!

Содержание

ЧАСТЬ

7

Конец ознакомительного фрагмента.

79

Магия Вкуса
Пряных Комбинаций

Смеси специй, Пасты, Соусы

АЛЕКС КРАМЕР

Copyright © 2017 Alex Cramer
All rights reserved.

ПРЕДИСЛОВИЕ

В комбинации друг с другом специи способны сделать вкусной и аппетитной даже самую простую еду, а неудачные сочетания пряностей легко испортят блюдо высокой кухни.

Пряные комбинации, которые иногда называют приправами, несомненно, являются важнейшими ингредиентами для создания потрясающих блюд. Они способны превратить обычную еду в невероятный по вкусу шедевр.

На сегодняшний день существует тысячи различных книг о специях, однако в них практически не упоминаются смеси. Эта книга посвящена различным аспектам, тонкостям и нюансам по приготовлению пряных комбинаций. В ней мы не будем детально разбирать специи и пряности, а лишь упомянем некоторые из них, делая весь упор на их композициях.

Многие из начинающих поваров и кулинаров любителей знакомы с такой ситуацией: они следуют рецепту, используют свежие продукты и качественные ингредиенты, но, приготовленное ими блюдо, на вкус желает быть лучше. А вам знакома такая ситуация? Почему же зачастую мы придерживаемся четкому рецепту, строго следим за временем приготовления, а на вкус блюдо получается пресным и безвкусным? Мы начинаем анализировать весь процесс и понимаем, что сделали все правильно. Так почему же приготовленная нами еда получилась не такая как мы ожидали?

Ответ кроется в следующем: мы боимся и совершенно не умеем использовать специи и пряности в нашей повседневной готовке. Я уверен, что у вас на кухне хранятся несколько, а, возможно, даже десятки специй и приправ. Так почему же вы не используете эти дары природы, чтобы приготовить поистине вкусное и полезное блюдо, а затем насладиться им?

В этой книге вы найдете решение проблем многих кулинаров. Здесь содержатся конкретные инструкции к познанию искусства смешивания специй и созданию неповторимых, ароматных, пряных комбинаций, которые способны улучшить, подчеркнуть и придать невероятный вкус любому блюду.

Эта книга будет не менее полезна и тем, кто уверенно смешивает специи и умеет использовать их уникальное предназначение. Вы обязательно найдете новую для себя смесь и комбинацию пряностей, которую непременно станете добав-

лять в ваши любимые блюда.

ЧАСТЬ

I

. БАЗОВЫЕ ЗНАНИЯ.

ОБЩЕЕ ОЗНАКОМЛЕНИЕ

Практически все специи и пряности происходят от растений. Некоторые вобрали в себя всё растение целиком, а другие лишь его отдельные части: цветы, корни, кору, листья, стебли или семена. Именно в них и скрыты все вкусовые и ароматические составляющие специй.

Свежеприготовленные пряности – слегка обжаренные на сковороде, растолченные в ступке или размолотые в кофемолке в порошок – проявляют невероятный аромат как отдельно, так и в комбинациях.

Опытные кулинары никогда не покупают смеси и приправы в магазине. Они изготавливают их сами на своей кухне. И не важно простая ли эта смесь для маринования шашлыка и заправки для плова, или же устоявшиеся, универсальные, региональные смеси такие как *гарам масала* и *рас-эль-ханут*, изготовленные в домашних условиях комбинации намного дешевле, ароматнее, а главное полезнее, чем те, которые представлены на магазинных прилавках.

Еще немаловажным преимуществом домашнего приго-

товления является тот факт, что вы можете сделать небольшое количество смеси, а не покупать целую упаковку приправы, которая будет храниться на вашей полке долгие месяцы, что только способствует выветриванию ароматов и потере насыщенного вкуса.

В этой книге вы найдете рецепты смесей со всего света. Вы научитесь создавать поистине невероятные кулинарные изыски, наполненные изобилием вкусов и ароматов различных кухонь мира.

Возможность комбинаций специй поистине бесконечна, а изобилие вкусов и ароматов от каждой приготовленной вами смеси позволит совершенствовать одно и то же блюдо бесконечное множество раз. Вы познакомитесь с огромным разнообразием сухих смесей, пряных паст и соусов на их основе, начиная от самых популярных, заканчивая редкими композициями. Изучив материал, вы сможете играть ароматами и вкусами блюд как никогда ранее.

Имея на своей кухне необходимые специи и пряности вы с легкостью сможете приготовить любую из пряных комбинаций, представленных здесь. В наше время большинство специй можно купить в любом магазине, однако некоторые придется поискать в специализированных лавках вашего города.

Я рекомендую использовать только цельные специи. Перед помолом, в большинстве случаев, следует немного подогреть семена или зерна специй. В этом случае выделяются эфирные масла, что значительно способствует усилению

вкуса и аромата.

ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ ДЛЯ РАБОТЫ СО СМЕСЯМИ

Приготовление идеальной пряной смеси процесс не трудный. И ниже я опишу приспособления, которые облегчат вам работу при создании различных комбинаций.

Ступка с пестиком



Она отлично подходит для смесей, которые требуют грубый или средний помол. Достаточно просто раздавить семена пестиком до нужного вам помола и смешать с другими компонентами смеси. Также вы можете использовать ступку, чтобы подготовить специи к мелкому помолу или порошку.

ку. Сначала разотрите цельные специи, например, гвоздику или корицу в ступке, а затем поместите их в кофемолку. Этот процесс поможет вам предотвратить неполный помол в кофемолке, так как далеко не каждый прибор способен справиться с этой задачей и создать идеальный порошок. Без предварительной подготовки в кофемолке могут остаться кусочки неперемолотых специй. Также ступка незаменима для свежих ингредиентов таких как чили, имбирь, чеснок, лемонграсс и многих других, которые входят в состав пряных паст. Избегайте некачественных и деревянных ступок. Приобретите широкую каменную ступку, и она прослужит вам в течение многих лет.

Кофемолка (мельница, кухонный комбайн, блендер)



Эти инструменты незаменимы, когда смесь требует мелкого помола или порошка. Кроме того, блендер пригодится вам для измельчения свежих ингредиентов с последующим смешиванием их с сухими компонентами пасты. Достаточно поместить нужную вам специю в блендер и перемолоть

её до необходимого состояния. Используйте конкретно взятый блендер исключительно для специй. Ни в коем случае не следует использовать один и тот же прибор для перемола кофе, специй и других продуктов. Рекомендую вам использовать блендер или кофемолку для мелкого помола специй исключительно с плоским двойным лезвием из нержавеющей стали. Не следует перемалывать цельные специи насадками, состоящими из нескольких лопастей, особенно, находящимися под разными углами. Используя подобного рода насадки, в конечном итоге вы не получите идеального порошка и только намучаетесь, пытаясь измельчить специи.

Толстостенная сковорода



Во многих рецептах из этой книги требуется предварительный прогрев, а иногда даже прожарка зерен и семян. Как я уже писал выше, прогрев воздействует на раскрытие ароматов и выделению эфирных масел из специй. Этот процесс улучшает вкус самих специй и впоследствии приготовленно-

го блюда в целом. В некоторых случаях возможно подогреть сразу несколько ингредиентов, в других, специи подогреваются поэтапно. Необходимо помнить, что после подогрева семена и зерна следует выложить в отдельную посудину, иначе специи просто-напросто сгорят, так как сковорода, как вы понимаете, некоторое время сохраняет тепло даже после того как вы ее убрали с огня. Поэтому, как только вы почувствуете раскрывшийся аромат специй, сразу же переложите их в миску и остудите. Если в рецепте используется много цельных специй, которые нужно подогреть, то вам необходимо рассортировать их по размеру. Вначале подогрейте все специи одного размера, затем приступайте к подогреву специй другого размера. Никогда не подогревайте семена и зерна разных размеров вместе, иначе вы рискуете либо передержать, либо не активизировать эфирные масла, а значит не раскрыть весь аромат специй. Также сковорода поможет вам обжаривать свежие ингредиенты для последующей закладки их в пасту.

Контейнеры для хранения



Лучшим контейнером для хранения специй, пряных паст и смесей является стеклянная баночка с плотно закрывающей крышкой на бугельном замке. Вы можете приобрести как целый комплект таких баночек, так и купить по отдельности банки разного размера.

Терка для мускатного ореха



Существует специальная миниатюрная терка, которая позволит вам натереть нужное количества мускатного ореха. Если у вас нет возможности приобрести специализиро-

ванную терку для муската, вы можете использовать для этой цели привычную вам терку. Помимо мускатного ореха терка поможет вам моментально натереть цедру с цитрусовых, имбирь, чеснок и даже чили.

Нож и разделочная доска



Нож для нарезания свежих ингредиентов должен быть всегда хорошо заточен. Я рекомендую для таких целей иметь два ножа: один небольшой, которым вы сможете без труда очистить имбирь, чеснок и лук, и широкий качественный шеф-нож, который поможет вам быстро нарезать свежие ин-

греденты и нашинковать травы. Не лишним будет приобрести и мусат, который в любой момент позаботится об остроте вашего ножа. Доска незаменима для всех действий и манипуляций с ножом.

Пресс для чеснока



Он позволит вам быстро измельчить необходимое количество зубчиков чеснока и при необходимости имбирь.

Весы кухонные



Настоятельно рекомендую вам обзавестись небольшими, но в тоже время сверхточными кухонными весами. Они незаменимы в тех случаях, когда необходимо добавить тот или иной ингредиент в точности до грамма.

ПОДГОТОВКА ИНГРЕДИЕНТОВ ДЛЯ ПРЯНЫХ КОМБИНАЦИЙ

Существует несколько методов подготовки специй и свежих ингредиентов, а затем дальнейшее приготовление сухих смесей и паст. Выбор их зависит от конкретно взятого компонента, но независимо от этих методов цель всегда должна сводиться к одному – сохранение аромата и вкуса ингредиента в частности и приготовленной вами пряной комбинации в целом.

Поджаривание.



Этот процесс заключается в подогревании цельных специй в результате чего происходит раскрытие и усиление их вкуса и аромата. Сковороду ставят на средний огонь, прогревают и закладывают в нее специи. В зависимости от размера специй прогрев длится от одной до трех, а в некоторых

случаях и до 5-10 минут. Для того, чтобы специи не подгорели, их следует перемешивать, встряхивая сковороду. После того как специи слегка потемнеют и пустят легкий дымок вы почувствуете приятный аромат, и это будет означаться, что специи подогреты и эфирные масла полностью активизировались. Далее специи выкладывают на поверхность тарелки или миски и дают им остыть. Как только они остыли, их измельчают в ступке или в кофемолке до нужного помола. В большинстве случаев специи прогревают на сухой сковороде. Однако, некоторые рецепты требуют прогрева специй непосредственно в горячем масле. Обычно это делается перед тем как добавить свежие ингредиенты или для ароматизации масла.

Измельчение в ступке и блендере.



Большинство поваров и кулинаров хранят специи в цельном виде, поскольку именно так они сохраняют свой вкус и аромат в течение длительного времени в отличие от молотых специй. При добавлении специй в пряную комбинацию их, разумеется, необходимо измельчить. Нетвердые ви-

ды специй измельчают в каменных ступках, при этом добавляют их понемногу – две столовые ложки за один помол. Для эффективного измельчения следует круговыми движениями передвигать пестиком по семенам. Кофемолка или блендер в свою очередь незаменимы для измельчения более твердых видов специй и придание смеси порошковой консистенции. Свежие ингредиенты такие как имбирь, чеснок, перец чили и пряные травы легко поддаются измельчению все в той же ступке. Для более однородной пасты используйте блендер при измельчении свежих ингредиентов. Чем меньше кусочки вы положите в прибор, тем однороднее получится паста. Чтобы объединить все ингредиенты в однородную пасту, необходимо добавить немного растительного масла.

Измельчение на терке.



Иногда такие свежие ингредиенты как чеснок, имбирь, калган и перец чили перед их закладкой в пасту измельчают на терке. Также терка незаменима для измельчения мускатного ореха и снятия цедры с цитрусовых.

Отбивка.



Свежие ингредиенты с мягкой текстурой как лемонграсс, имбирь, калган и некоторые другие перед приготовлением часто отбивают тыльной стороной ножа (обухом), чтобы вы-

свободить их аромат. К этой технике обычно прибегают, когда необходимо насытить определенную пряную комбинацию вкусами и ароматами вышеперечисленных ингредиентов, а затем удалить их.

Нарезка свежих ингредиентов .



Этот метод используют для подготовки свежих ингредиентов для дальнейшего приготовления пасты. Он заключается в нарезке соломкой или небольшими кусочками для усиления аромата свежих специй таких как листья лайма, имбирь, перец чили и лемонграсс. Листья лайма нарезают мел-

кой соломкой; перец чили разрезают вдоль на две части, удаляют ножом семена и произвольно нарезают; белую часть лемонграсса после удаления внешнего слоя нарезают кольцами или перьями. От большого корня имбиря или калгана отрезают необходимого размера кусочек, очищают его и нарезают поперек волокон: тонкими ломтиками, полосками или мелким кубиком. Помимо этих ингредиентов данным методом пользуются, чтобы подготовить различные травы к последующему приготовлению пасты.

Обработка свежих трав.



После покупки свежие травы следует обязательно тщательно промыть под проточной холодной водой от пыли и грязи, а после этого обсушить. Далее наступает время их дальнейшей обработки. Обычно в пасты и соусы закладывают лишь листья и мелкие стебли пряных трав, в то время как крупные стебли удаляются, но не утилизируются, а ис-

пользуются в различных блюдах, например, для их ароматизации, чтобы избежать большого количества отходов на кухне. Эти крупные стебли могут быть добавлены в салаты или холодные закуски. Древесные стебли от розмарина, тимьяна, эстрагона, орегано или майорана можно использовать в качестве шпажек или ароматизатора, например, положив их в тушеное блюдо, суп, на угли для гриля или барбекю.

Для того, чтобы отделить листья у трав с мягкими стеблями, например, кинзы, петрушки, укропа, фенхеля или базилика, следует удерживать твердый стебель одной рукой, а другой по обеим сторонам стебля общипывать листья. Листья на древесных стеблях отделяют от основания к верхушке: придерживают одной рукой основание стебля, а пальцами другой руки счищают листья со всего стебля двигаясь по направлению к его кончику.

Если вы планируете не сразу использовать свежие травы, то их необходимо подготовить ко временному хранению. Возьмите небольшой контейнер, поместите на дно лист бумажного полотенца, а сверху расположите листочки пряных трав. Плотнo закройте контейнер крышкой и поместите в холодильник. В таком положении они будут храниться в течение 5-7 дней. За это время их следует использовать по назначению. Для хранения небольших пучков трав используйте пакеты для замораживания. Для этого поместите несколько стеблей в пакет и слегка сбрызните водой. Плотнo закройте пакет и поместите в холодильник. Пучок свежей травы мож-

но хранить, поместив его основание в небольшую емкость с водой и поставив в холодильник. Срок такого хранения 1-2 дня.



Измельчение свежих трав.

В зависимости от назначения, травы могут быть мелко порублены и крупно порублены. Мелко нарезанные травы хорошо сочетаются и соединяются с другими измельченными компонентами. Такая консистенция характерна для различных пастообразных соусов и маринадов, однако при этой консистенции не следует подвергать пряную комбинацию тепловой обработке, так как в этом случае все вкусы и ароматы быстро исчезают. Крупно нарезанные травы сохраняют свой вкус, аромат и текстуру намного дольше и идеальны для различных видов *сальсы* и *чатни*, а также для прочих пряных комбинаций, которые подвергаются термической обработке.

После того как листья отделены от стеблей им следует придать измельченную или грубую текстуру. Для этих целей необходим очень острый нож, чтобы именно нарезать нежные листья, а не превратить их в кашу. Листочки укладываются на разделочной доске, после чего пальцами одной руки следует прижать кончик ножа к доске, а другой рукой поднимать и опускать нож качающими движениями, удерживая его за рукоятку, постоянно продвигая травы к середине лезвия и измельчая их до нужной степени. Время от времени следует сгребать измельченную траву в кучку на середине доски и повторять весь процесс рубки снова. Для сильного измельчения трав потребуются постоянно повторять этот процесс в течение нескольких минут. Все движения должны быть легкими, но в тоже время уверенными. Нож следует

держат крепко, чтобы он не соскользнул и не поранил вас. Если вам необходимо подвергнуть травы сильному измельчению, то для этих целей можно использовать блендер, добавив при этом немного растительного масла. Для измельчения трав в блендере желательно использовать самую маленькую скорость, чтобы избежать быстрого улетучивания аромата из уже измельченной травы.

Также в обиходе поваров и кулинаров имеется техника шинковки свежих трав тонкой полоской. Для этого необходимо сложить листья, например, базилика, мяты или орегано, небольшой стопкой и скрутить ее в трубочку как можно плотнее. Расположить скрученную стопку листьев на разделочной доске и крепко удерживая трубочку нарезать ее поперек тонкими полосками.



Сушка трав.



Этот процесс довольно легкий. В первую очередь следует запастись свежими и здоровыми травами, которые находятся в самом расцвете. Их необходимо ополоснуть в холодной воде и просушить бумажным полотенцем. Затем их связывают в неплотные пучки с помощью нити и развешивают в хоро-

шо проветриваемом помещении. В среднем сушка занимает семь дней. Не следует сушить травы на открытом солнце или в помещении с большим количеством тепла. Это может лишь навредить травам поскольку чрезмерное тепло способно вызвать испарение эфирных масел. Сушка завершится, когда листья станут хрупкими и начнут шуршать. После этого следует отделить листочки от стеблей и уложить в контейнер для последующего хранения. При необходимости листья измельчают, растирая их между ладонями или при помощи скалки на фольге или пергаментной бумаге.

Замораживание трав.



В случае если после сушки, закладки в пасту или в соус у вас сохранились остатки свежих трав, то вы можете заморозить их и при необходимости использовать. Замороженные пряные травы сохраняют свой вкус и аромат на протяжении 4-6 месяцев. В первую очередь следует промыть их в холод-

ной воде и просушить бумажным полотенцем. После этого травы нарезают и отправляют небольшими порциями в пластиковые контейнеры или в формочки для льда, а затем замораживают. Также можно добавить в контейнеры к травам небольшое количество воды или масла. Для замораживания цельных листьев или даже небольших пучков удобно использовать пакеты с zip замком различных размеров.

Также для заморозки отдельных листиков, например, базилика, орегано, каффир-лайма или шалфея, идеально подходит пергаментная бумага. Для этого необходимо отделить листья от стебля, заготовить листы пергамента нужного размера, смазать их растительным маслом и поочередно выложить на них свежие листочки трав. Поверх листочков выложить второй слой листа пергаментной бумаги. Повторять процесс до тех пор, пока не будут выложены все листочки трав. Как только многослойный пакетик будет готов, его следует обернуть фольгой и поместить в морозильник. Этот метод хорош поскольку листья можно извлекать по одному и использовать по назначению.

ОБЩИЙ ОБЗОР ПО СМЕШИВАНИЮ СПЕЦИЙ И ПРЯНОСТЕЙ

Существует три основных способа смешивания специй: Простое перемешивание ингредиентов в однородную смесь с использованием молотых и цельных специй.

Измельчение специй в ступке, в мельнице или кофемолке и дальнейшее их перемешивание.

Прогревание специй на сухой сковороде, измельчение их и смешивание.

Далее на примере *китайской смеси пяти специй* я покажу как правильно ее приготовить. Этим алгоритмом можно пользоваться для изготовления любых сухих пряных комбинаций.



Для начала подготовьте все ингредиенты согласно рецепту: гвоздику, корицу, сычуаньский перец, бадьян и фенхель. Гвоздику и бадьян поместите в ступку и слегка раздавите. Палочку корицы поломайте на 2-3 части. Разогрейте сковороду на среднем огне без добавления масла и поместите в

нее слегка раздробленные звездочки бадьяна и разломанные части корицы. Интенсивно перемешивайте специи характерными движениями сковороды. Это необходимо для равномерного прогрева специй. Как только вы почувствуете раскрывшийся аромат, это будет означать, что специи подогреты. Затем их необходимо остудить, выложив на поверхность чашки или тарелки. В ту же сковороду положите раздробленную гвоздику, семена фенхеля и сычуаньский перец. Повторите весь процесс прогрева. Затем остудите прогретые специи. Дальнейшим вашим действием будет придание специям нужной консистенции. Так как *китайская смесь пяти специй* требует мелкого помола, ступка нам не подойдет. Воспользуемся блендером. Переложите в него специи и превратите в мелкий порошок. Заключаяющим моментом будет правильное хранение смеси. Вам необходимо поместить смесь в контейнер для последующего хранения.

Любая паста состоит из трех компонентов: пряная комбинация специй, свежие ингредиенты и жидкая составляющая (масло, сок, уксус, вода и т.д.).

Алгоритм создания пряных паст настолько же прост, как и для смесей специй.

Во-первых, следует подготовить все свежие ингредиенты: очистить, порезать или измельчить. При необходимости прогреть на сковороде.

Во-вторых, объединить их со специями в миске, ступке

или кофемолке, добавив при этом небольшое количество жидкости.

И, наконец, последним шагом будет придание пасте нужной консистенции.

ПОКУПКА И ХРАНЕНИЕ СПЕЦИЙ

Ниже я дам вам несколько советов по покупке и хранению специй и их комбинаций.

В отличие от молотых специй цельные хранятся намного дольше. Поэтому старайтесь приобретать исключительно цельные. При необходимости вы всегда сможете размолоть их с помощью кофемолки, мельницы или ступки.

Хранить специи следует в плотно закрытом контейнере. Это необходимо для того, чтобы сохранить все ароматы от выветривания. Избегайте бумажную, целлофановую и пластиковую тару для хранения. Как я отмечал ранее, стеклянная банка с бугельным замком – идеальное решение в пользу качественного хранения специй.

Старайтесь покупать специи в небольших порциях, если не уверены, что в ближайшие полгода используете их. Намного лучше купить свежую специю, чем употреблять ту, которая пролежала у вас на кухне больше года и потеряла все

свои вкусы и ароматы.

Я настоятельно рекомендую покупать специи и пряности только в специализированных лавках и магазинах, желательно на развес. К сожалению, в наше время нельзя доверять большинству брендов, которые представлены на полках магазинов, супер- и гипермаркетов. В большинстве своем специи, реализуемые в магазинах, содержат в себе различные добавки, «глутаматы» и другие вещества, которые не являются полезными как для здоровья, так и для самих специй. И конечно же не стоит приобретать специи на рынках и базарах, поскольку все специи в течение дня хранятся в открытом виде, а, следовательно, на них попадают пыль и бактерии. Помимо всего прочего они просто-напросто теряют свой вкус и аромат при таком хранении. Поэтому специализированные лавки специй и пряностей – это наилучший вариант для приобретения свежих, ароматных и полезных специй.

Хотя многие специи и пряности при правильном хранении могут прослужить вам несколько лет, я не рекомендую хранить их дольше одного года. В течение этого времени вкус и аромат выветриваются и теряются, специи тускнеют и не могут отдать блюду весь свой прежний аромат и по этой причине вы рискуете не получить тот вкус в готовом блюде, который ожидаете. Я обновляю свою коллекцию специй

два раза в год: осенью и весной. Это необходимо делать, чтобы восполнить свою полку новыми ароматными пряностями, которые вознаградят вас в ваших кулинарных блюдах. И все же я хочу сделать акцент на том, что специи не портятся в течение многих-многих лет и вреда для здоровья они не приносят, но вот ценность такие специи, относительно вкуса и аромата, уже напрочь теряют.

Избегайте хранение вблизи печей и в местах попадания прямого солнечного света. Специи и пряности любят прохладное, сухое и темное место. Не забывайте об этом. Храните все свои специи и пряности при температуре не выше 20 °C.

Ни в коем случае не следует добавлять специи в сковороду или кастрюлю из того же контейнера, в котором они хранятся. Пар из кастрюли проникнет в контейнер и резко ухудшит качество специй. Используйте сухую ложку, которой можно зачерпнуть необходимое вам количество пряности.

Приучите себя добавлять отдельные специи или их смеси несколько раз за процесс приготовления. В зависимости от блюда необходимо добавлять смесь в самом начале приготовления, чтобы специи и пряности смешались с маслом и с его помощью обогатили главные компоненты будущего блюда. Затем необходимо добавлять смесь в середине при-

готовления. А далее следует довести блюдо до вкуса уже на поздней стадии готовки. Приучайте себя пробовать, пробовать и еще раз пробовать ваш будущий кулинарный шедевр. Эта привычка поможет вам проверять и оценивать баланс вкусов вашего блюда.

КРАТКИЙ ОБЗОР СПЕЦИЙ И ПРЯНОСТЕЙ

Специи можно добавлять, как отдельную частичку к блюду, а также как ингредиент к целой смеси, который будет играть ароматными и вкусовыми композициями наряду с другими компонентами.

Каждая отдельно взятая специя модифицирует смесь и приносит в нее новые нотки вкусов и ароматов. Всего лишь одна пряность способна изменить всю смесь до неузнаваемости, добавив в нее новый колорит, а тем самым разнообразить ваше любимое блюдо.

Ниже я кратко опишу 35 самых популярных и чаще всего используемых в смесях специй и пряностей. Наверняка, вы знакомы с каждой из них, а возможно откроете для себя совершенно новую. Изучив ту или иную пряность, вы сможете приобрести ее и с легкостью приготовить понравившуюся вам смесь из этой книги или же создать свою собственную и неповторимую комбинацию к своему любимому блюду.

Помимо краткого обзора вы сможете ознакомиться с тем, какая специя гармонирует с другой и с какими продуктами

она сочетается.

Изучив эту главу, вы познаете азы искусства смешивания специй и создания пряных комбинаций. Вы приобретете навыки дозирования и создания своих собственных уникальных смесей для мяса или овощей, для салатов или десертов, для шашлыка или гриля, курицы, рыбы и морепродуктов.

Конечно, это не означает, что конкретно взятая специя не может сочетаться ни с чем другим: это приблизительный и упрощенный список. Но он поможет вам комбинировать специи и пряности друг с другом и создавать удачные, гармоничные и ароматные комбинации.

АНИС



Семена аниса придают блюду теплые сладкие и фруктовые акценты. Для раскрытия аромата рекомендуется прогреть семена на сухой сковороде и только затем толочь в порошок. Анис в сочетании с укропом, фенхелем и кориандром идеален с рыбой, морепродуктами и птицей. Он улучшает вкус тушеного мяса, особенно говядины. Именно анис ба-

лансирует кислый сумах в сирийском *затаре* и восполняет несладкий вкус в смеси *рас-эль-ханут*. Анис в некоторых, даже редких, случаях возможно заменить фенхелем. Добавляется на ранних этапах приготовления.

Сочетание Аниса:

Фрукты и овощи: абрикос, ананас, арбуз, гранат, груша, дыня, капуста (в том числе цветная и квашеная), картофель, клубника, клюква, корнеплоды, морковь, пастернак, персик, ревень, репа, свекла, слива, тыква, цитрусовые, яблоко.

Белковые продукты: говядина, дичь, зернобобовые (особенно фасоль, чечевица, рис), морепродукты (особенно крабы, мидии), орехи (миндаль, фундук, грецкие), птица (особенно курица, утка), рыба, свинина, сыры (особенно козий, рикотта), яйца.

Прочие продукты: выпечка и печенье, изюм, масло растительное (оливковое), масло сливочное, мед, напитки (чай), сахар, лимонный сок, соленья и маринады, супы и тушеные блюда (особенно рыбные), тесто, финики, хлеб.

Специи и пряности: бадьян, базилик, ваниль, гвоздика, зира, имбирь, кардамон, кинза, кориандр, корица, кунжут, куркума, мускатный орех, мята, пажитник, перец душистый, перец черный, перец чили, сельдерей, тмин, укроп, фенхель, чеснок.

Кухни и блюда: ближневосточная кухня, вьетнамская кухня, китайская кухня, марокканская кухня, португальская

кухня, скандинавская кухня, соус *моле*, средиземноморская кухня, французская кухня.

БАДЬЯН



Бадьян имеет теплый, терпкий, сладкий, пряный аромат,

схожий с солодкой и фенхелем, а его вкус похож на анисовый, но более яркий и с выраженной сладкой нотой. Для него характерны цветочные гаммы, сладковатый вкус и отдаленные оттенки гвоздики и горчицы. Является прекрасной составляющей китайской и вьетнамской кухни. Индийская и индонезийская кухня также использует эти удивительные ароматные звездочки. Он хорош со всеми видами птицы и дичи, в супах (незаменим во вьетнамском супе *фo бо*), различных соусах, тушеных блюдах и подливках. Превосходно оттеняет любое жирное мясо и ароматизирует рыбу и морепродукты. К сожалению, бадьян не популярен на Западе, но в восточной кухне он осел основательно. Чего стоит только знаменитая *китайская смесь из пяти специй*, в которой бадьян играет доминирующую роль! Бадьян применяют в самом начале приготовления.

Сочетание Бадьяна:

Фрукты и овощи: ананас, вишня, груша, зеленый лук, капуста, картофель, лемонграсс, лук-порей, малина, манго, морковь, помидор, свекла, слива, тыква, цитрусовые.

Белковые продукты: зернобобовые (особенно рис, тама-ринд), свинина, говядина, птица (особенно курица, утка), дичь, яйца, рыба (особенно лосось, тунец), морепродукты (особенно морские гребешки, креветки), орехи.

Прочие продукты: бульоны (особенно говяжьи и куриные), кленовый сироп, мед, напитки (в том числе ликеры,

вино, чай), рыбный соус, соевый соус, сок и цедра (лимона, апельсина и лайма), тесто, хлеб и выпечка, шоколад (в том числе молочный).

Специи и пряности: базилик, ваниль, гвоздика, зира, имбирь, кардамон, кинза, кориандр, корица, кунжут, куркума, лавровый лист, лук, мускатный орех, мята, перец душистый, перец сычуаньский, перец черный, перец чили, фенхель, чеснок.

Кухни и блюда: вьетнамская кухня, индийская кухня, китайская кухня, малазийская кухня.

БАЗИЛИК



Базилик является наиболее распространенной пряной травой в кулинарном мире. Вкус его можно описать как смесь перечного аниса и своеобразная терпкость мяты, слегка горьковатый со сладковатым оттенком, а его аромат пряно-сладкий, с нотками аниса и гвоздики. В западной кухне – неотъемлемый компонент многих соусов, особенно томат-

ных. Отлично подходит для различных блюд из птицы, мяса, рыбы и морепродуктов. Как моноспеция, хороша в самом конце готовки блюда, так как вкус базилика быстро исчезает при длительной тепловой обработке.

Сочетание Базилика:

Фрукты и овощи: абрикос, ананас, арбуз, баклажан, брокколи, голубика, зеленый лук, кабачки, картофель, кукуруза, листовые овощи, малина, морковь, огурцы, оливки, перец болгарский, персик, помидор, свекла, тыква, цитрусовые, шнитт-лук, шпинат.

Белковые продукты: баранина, говядина и телятина, дичь (особенно кролик), зернобобовые (особенно фасоль, рис, горох, пшеница), кокосовое молоко, морепродукты (особенно крабы, мидии, морские гребешки, креветки), орехи (особенно кедровые), птица (особенно курица, утка), рыба (особенно лосось, окунь, тунец), свинина, субпродукты (особенно печень), сыры (особенно козий, рикотта, моцарелла, фета, пармезан, пекорино), яйца.

Прочие продукты: грибы, масло растительное (в том числе оливковое), масло сливочное, мед, мороженое, напитки, соевый соус, сок (лимонный, лаймовый), томатные соусы, уксус, хлеб, шоколад (в том числе белый).

Специи и пряности: ваниль, гвоздика, горчица, имбирь, кинза, кориандр, корица, лук, майоран, мята, орегано, перец черный и белый, перец чили, петрушка, розмарин, тимьян,

фенхель, чабер, чеснок, эстрагон.

Кухни и блюда: итальянская кухня, паназиатская кухня (особенно тайская), пасты и различные виды соусов, *песто*, *пицца*, средиземноморская кухня, французская кухня.

ГВОЗДИКА



Гвоздика является не просто сильной, а мощной специей. Вкус теплый, фруктовый и в то же время острый и горький. Всего лишь несколько бутонов достаточно, чтобы вознести блюдо до небес, а переборщив с ней вы получите горечь во всем блюде. Цельные бутоны дополняют ваш шедевр в тушеных блюдах и соусах, молотая гвоздика хороша в выпечке.

Она отлично подчеркивает другие специи, идеально сочетается с корицей и кардамоном, и создает баланс в таких смесях как *гарам масала*, *бахарат*, *бербере*, *китайская смесь пяти специй* и многих других. Гвоздика добавляется на ранних этапах приготовления.

Сочетание Гвоздики:

Фрукты и овощи: ананас, горошек зеленый, груши, кабачки, капуста, картофель, морковь, огурцы, перец болгарский, персик, помидор, редька, свекла, тыква, цитрусовые, яблоко.

Белковые продукты: баранина, говядина и телятина, дичь, зернобобовые (особенно гречка, овес, перловка, пшено, рис, фасоль, тамаринд), колбасы, молоко, орехи (особенно миндаль, грецкие), птица (особенно курица, утка), рыба (тушеная/вареная), свинина, сыры, фарш и котлеты, яйца.

Прочие продукты: бульоны (особенно говяжий), *вустерский соус*, выпечка, лимонный сок, мед, напитки (особенно чай, вино), печенье, шоколад.

Специи и пряности: бадьян, базилик, ваниль, горчица, зира, имбирь, кардамон, кориандр, корица, куркума, лавровый лист, лук, мускатный орех, перец душистый, перец сычуаньский, перец черный, перец чили, тмин, укроп, фенхель, чеснок.

Кухни и блюда: английская кухня, блюда *карри*, индийская кухня, китайская кухня, мексиканская кухня, немецкая кухня.

ГОРЧИЦА



В отличие от большинства специй, горчица практически лишена запаха. Ее ароматические составляющие начинают активироваться, когда она вступает в контакт с различными-

ми жидкостями. Поэтому зачастую ее кладут в самом начале приготовления, раньше, чем все остальные специи и пряности. Она с легкостью взбодрит ваше блюдо и добавит пикантные ароматы в соусы и пряные комбинации. Коричневые и черные семена взаимозаменяемые в отличие от желтых. Семена горчицы дополняют все остальные специи в таких смесях как *панч фарон*, *карри*, *самбар масала* и *рас-эль-ханут*.

Сочетание Горчицы:

Фрукты и овощи: авокадо, капуста (в том числе квашеная), картофель, лук-порей, морковь, огурцы, перец болгарский, помидор, редис, свекла, спаржа, яблоко.

Белковые продукты: баранина, говядина (в том числе жаренная на углях/гриль), дичь (кролик), зернобобовые (особенно горох, фасоль, чечевица, гречка, рис), колбасы, копчености (мясо, рыба), морепродукты (особенно краб, мидии), орехи (грецкие), птица (особенно курица), рыба (особенно лосось), свинина, сыры (особенно голубой, чеддер, грюйер), яйца.

Прочие продукты: грибы, имбирные пряники, мед, напитки, растительное масло (в том числе оливковое), соевый соус, сок (лимонный), уксус, хлеб.

Специи и пряности: анис, бадьян, гвоздика, зира, имбирь, кардамон, кинза, кориандр, корица, куркума, лавровый лист, лук, мускатный орех, мята, орегано, пажитник, паприка, перцы (черный, душистый, чили), петрушка, сельдерей, су-

мах, укроп, фенхель, чеснок, эстрагон.

Кухни и блюда: индийская кухня, ирландская кухня, итальянская кухня, немецкая кухня, скандинавская кухня, стейки, французская кухня.

ЗИРА (КУМИН)



Зира популярна в Индии, в регионах Ближнего Востока, в Юго-Восточной Азии, Северной Африке и Мексике. Она имеет сильный пряно-сладкий аромат. Вкус ее слегка горьковатый, теплый и землистый. Вкус и аромат зиры еще больше усиливается после прогрева семян. Зира играет большую роль в таких смесях специй как *панч фарон*, *гарам масала*,

бахарат, бербере, каджун, карри и дукка. Хорошо сочетается с кориандром, в следствии чего на свет рождается удивительный вкус и аромат от этой комбинации двух пряностей. Зира добавляется на ранних этапах приготовления.

Сочетание Зиры:

Фрукты и овощи: ананас, баклажан, вишня, кабачки, капуста (в том числе квашеная), картофель, клубника, крыжовник, кукуруза, малина, морковь, огурцы, перец болгарский, помидор, редис, редька, свекла, смородина, тыква, цитрусовые, яблоко.

Белковые продукты: баранина (в том числе жареная), говядина, дичь (в том числе оленина), зернобобовые (в том числе горох, гречка, рис, фасоль, чечевица, нут, тамаринд), йогурт, кефир, колбасы, морепродукты, орехи, птица (особенно курица, индейка), рыба (особенно лосось, тунец), свинина, сметана, сыры (особенно фета), яйца.

Прочие продукты: грибы, мед, напитки, сахар, сок (лимонный), хлеб и выпечка.

Специи и пряности: анис, гвоздика, горчица, имбирь, кардамон, кинза, кориандр, корица, кунжут, куркума, лавровый лист, лук, мускатный орех, мята, орегано, пажитник, паприка, перец душистый, перец черный, перец чили, петрушка, тимьян, тмин, укроп, фенхель, чеснок, шафран.

Кухни и блюда: блюда *карри*, вьетнамская кухня, индийская кухня, индонезийская кухня, испанская кухня, *кус-*

кус, марокканская кухня, мексиканская кухня, португальская кухня, тайская кухня, *хумус*.

ИМБИРЬ



Свежий имбирь богат своей насыщенностью, которая в

большинстве случаев будет перебивать все остальные ароматы. Поэтому молотый имбирь как нельзя кстати подходит к сухим смесям специй, которые и представлены в данной книге. Молотый имбирь – это теплая специя, которая обладает острым, пряным, горячим, слегка фруктово-лимонным вкусом и ароматом. Молотый имбирь нашел свое применение по всему миру, однако большей популярностью он пользуется в Европе и на Ближнем Востоке, но и азиатские повара используют как свежий имбирь, так и молотый. Молотый имбирь отлично сочетается со свежей выпечкой, напитками и фруктами.

Сочетание Имбиря:

Фрукты и овощи: ананас, баклажан, банан, брокколи, виноград/изюм, горошек зеленый, гранат, груша, дыня, зеленый лук, капуста, картофель, клубника, клюква (брусника), крыжовник, лемонграсс, листья каффир-лайма, лук-порей, лук-шалот, малина, морковь, огурцы, перец болгарский, персик, помидор, ревень, свекла, тыква, хурма, цитрусовые, яблоко.

Белковые продукты: баранина, говядина, зернобобовые (горох, манка, перловка, пшеница, пшено, рис, фасоль, тама-ринд), йогурт, кефир, кокосовое молоко, колбасы, молоко, морепродукты (краб, лобстер/рак, мидии, морские гребешки, креветки), орехи (миндаль, кешью, фундук, арахис, грецкие), птица (особенно курица, утка), рыба, свинина, сливки,

сметана, сыры (особенно рикотта, маскарпоне), яйца.

Прочие продукты: бульоны (особенно говяжьи, куриные), грибы, заварной крем, кленовый сироп, конфеты, макаронные изделия, масло растительное (оливковое, кунжутное), масло сливочное, мед, мороженое, напитки (чай, вино, ром), печенье, пирожные, рыбный соус, сахар, соевый соус, сок (лимонный, лаймовый), тесто, уксус, шоколад (темный, белый).

Специи и пряности: анис, бадьян, базилик, ваниль, гвоздика, горчица, зира, кардамон, кинза, кориандр, корица, кунжут, куркума, лавровый лист, лук, мускатный орех, мята, паприка, перец душистый, перец черный и белый, перец чили, сельдерей, тимьян, тмин, укроп, фенхель, чеснок, шафран, эстрагон.

Кухни и блюда: азиатская кухня, ближневосточная кухня, блюда карри, марокканская кухня, суши и сашими, чатни.

КАРДАМОН



Кардамон имеет сильный, но мягкий, теплый, сладкий вкус и аромат с нежными цитрусовыми и цветочными нотами, дополняющими освежающим оттенком эвкалипта. Как одна из самых востребованных специй в индийской кухне, так и в других мировых, кардамон обеспечивает ароматизацию многих блюд. И неважно для мяса или для выпечки –

он справится с любым блюдом. И конечно же он нашел свое применение в различных смесях специй. Кардамон является важным элементом в *карри, гарам масала, бербере, рас-эль-ханут, бахарат* и многих других. Кардамон добавляется на ранних этапах приготовления. Одна коробочка кардамона содержит в среднем 15-20 семян. На левой фотографии – коробочки зеленого кардамона, на правой – его семена.

Сочетание Кардамона:

Фрукты и овощи: абрикос, ананас, банан, виноград/изюм, вишня, груша, кабачки, картофель и другие корнеплоды, перец болгарский, персик, помидор, редис, редька, слива, смородина, тыква, финик, цитрусовые, яблоко.

Белковые продукты: все виды мяса (говядина; баранина; свинина; курица тушеная; утка жареная), зернобобовые (пшеница, рис, горох, фасоль, чечевица, нут), йогурт, молоко, орехи (фисташки, грецкие), рыба (особенно жареная), сливки, сыры, творог, яйца.

Прочие продукты: заварной крем, имбирные пряники, конфеты, мед, мороженое, напитки (особенно кофе, чай, вино), печенье, пирожные, сахар, сок и цедра (лимона, лайма, апельсина), тесто, хлеб и выпечка, шоколад.

Специи и пряности: анис, бадьян, ваниль, гвоздика, зира, имбирь, кориандр, корица, куркума, лавровый лист, мускатный орех, мята, паприка, перец душистый, перец черный, перец чили, тмин, фенхель, шафран.

Кухни и блюда: азиатская кухня (индийская, индонезийская), североафриканская кухня (в том числе марокканская), скандинавская кухня.

КИНЗА



Внешне кинза схожа с листьями петрушки, и иногда ее даже называют «китайская петрушка». Однако, вкус и аромат у этих двух трав абсолютно разный. Касательно вкуса, существуют два типа людей: которые обожают эту полезную и ароматную зелень, и которые испытывают к ней отвращение, сравнивая вкус кинзы с мылом. Несмотря на это у этой пряности довольно деликатный и в тоже время сложный вкус, напоминающий смесь мяты, лимона и перца. Свежие листья кинзы популярны по всей Азии и Латинской Америки, где их добавляют во все возможные блюда *карри*, *карри пасты*, соусы, в том числе *чатни* и *сальса*. Сушеная кинза отлично подходит для добавления в блюдо в самые последние минуты приготовления.

Сочетание Кинзы:

Фрукты и овощи: авокадо, баклажан, зеленый лук, картофель, кукуруза, лимонграсс, листья салата, морковь, огурцы, перец болгарский, помидор, цитрусовые, шнитт-лук.

Белковые продукты: баранина и ягнятина, говядина, дичь, зернобобовые (фасоль, чечевица, рис, тама́ринд), йогурт, морепродукты, орехи (в том числе кокосовый), птица (курица, утка, индейка), рыба (особенно белая: треска, палтус), свинина, сыры, яйца.

Прочие продукты: кокосовое молоко, масло сливочное, рыбный и соевый соусы, сок (лимонный, апельсиновый), тушеные блюда и рагу, уксус, *чатни*.

Специи и пряности: базилик, зира, имбирь, кардамон, кориандр, куркума, лук (в том числе фиолетовый/красный), майоран, мята, орегано (в очень редких случаях), паприка, перец чили, петрушка, тмин, укроп, фенхель, чеснок.

Кухни и блюда: ближневосточная кухня, блюда *карри*, индийская кухня, карибская кухня, латиноамериканская кухня, паназиатская кухня, португальская кухня, североафриканская кухня, соус *сальса*, средиземноморская кухня.

КОРИАНДР



Кориандр лучше всего использовать в качестве зерен, нежели молотым. Спелые зерна имеют теплый, ореховый, немного древесный аромат и сладкий, чуть терпкий вкус, с цитрусовыми нотками. Целые зерна кориандра почти всегда прогревают на сухой сковороде перед закладкой в блюдо. Исключением является выпечка и десерты – в этом слу-

чае они не нуждаются в прогреве. Кориандр является отличной моноспецией и сочетается со многими пряностями, поэтому он является одной из самых популярных ингредиентов в пряных комбинациях. Эта специя является главным компонентом всех видов порошка *карри*. Практически все ближневосточные и африканские смеси также основаны на этой пряности (*дукка, арисса, рас-эль-ханут* и прочие). На левой фотографии – европейский кориандр, на правой – индийский.

Сочетание Кориандра:

Фрукты и овощи: артишок, груша, картофель, кукуруза, морковь, пастернак, перец болгарский, помидор, свекла, слива, спаржа, тыква, цитрусовые, шпинат, яблоко.

Белковые продукты: баранина, говядина, дичь, зернобобовые (горох, манка, чечевица, фасоль, нут), йогурт, кефир, кокосовое молоко, колбасы, морепродукты (особенно краб, устрицы), орехи, птица (курица, утка, индейка), рыба (особенно лосось), свинина, сметана, яйца.

Прочие продукты: бульоны (особенно из рыбы и морепродуктов), грибы, имбирные пряники, кондитерские изделия, различные виды фаршей, растительное масло (в том числе оливковое), сахар, сок и цедра (лимона, апельсина), тесто.

Специи и пряности: анис, базилик, гвоздика, горчица, зира, имбирь, кардамон, кинза, корица, кунжут, куркума, лавровый лист, лук, мускатный орех, мята, орегано, пажитник, паприка, перец душистый, перец черный, перец чили, пет-

рушка, сельдерей, тмин, укроп, фенхель, чеснок, шафран.

Кухни и блюда: ближневосточная кухня, индийская кухня, латиноамериканская кухня, марокканская кухня, паназиатская кухня, североамериканская кухня, средиземноморская кухня, *чатни*.

КОРИЦА



Теплый, сладкий, древесный и терпкий аромат корицы знаком каждому. Вкус теплый, с оттенками гвоздики и цитрусовыми нотками. Многие ошибочно полагают, что корица нашла свое применение лишь в сладких блюдах и десертах. И только опытные кулинары применяют ее в мясных и овощных блюдах, в напитках, рагу и даже в супах. Цель-

ные палочки корицы желательно добавлять в самом начале приготовления, чтобы она успела отдать весь свой богатый вкус и аромат будущему блюду. Корица является неотъемлемым компонентом таких смесей как *рас-эль-ханут*, *китайская смесь пяти специй*, *гарам масала*, *бесар*, *бахарат*, *карри*, *бербере*, *арисса* и многих других. На фотографии слева находится *кассия*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.