

МАГИЯ СОУСОВ И ПРЯНОСТЕЙ

А.А. ПОЛИВАЛИНА



Светлана Колосова

Магия соусов и пряностей

Текст предоставлен издательством «Научная книга»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=176965

Поливалина Л. А. Магия соусов и пряностей: Вече; Москва; 2000

ISBN 5-7838-0743-5

Аннотация

Эта книга посвящена соусам и пряностям. Именно они придадут неповторимый вкус вашим кулинарным шедеврам. Воспользуйтесь рецептами использования различных пряностей, «возраст» которых превышает тысячелетия, и вы почувствуете себя настоящими кудесниками-кулинарами.

Содержание

Вступление	4
Часть I	6
Глава I	6
БУЗИНА ЧЕРНАЯ	7
ВАНИЛЬ	10
ГАЛАНГА (АЛЬПИНИЯ БОЛЬШАЯ И АЛЬПИНИЯ МЕНЬШАЯ)	15
ГВОЗДИКА	18
КАПЕРСЫ	22
ЛАВР БЛАГОРОДНЫЙ	28
МИРРИС	36
ПАПРИКА	36
ПЕРЕЦ	39
РОЗМАРИН	45
САССАФРАС	49
ЦЕДРА ЦИТРУСОВЫХ	53
ЧЕЛНОБОРОДНИК ЛИМОННЫЙ	57
Глава II	62
АНИС	63
БАДЬЯН	66
Конец ознакомительного фрагмента.	68

Светлана Колосова

МАГИЯ СОУСОВ

И ПРЯНОСТЕЙ

Вступление

Каждая хозяйка мечтает сотворить на своей кухне чудо, великое чудо не просто еды, а изысканного яства. Существует множество всевозможной литературы, раскрывающей читателю секреты кулинарии, но так мало книг, подобных той, что вы держите в руках... К вам в руки попала книга, посвященная пряностям. Пряностям, которые придадут неповторимый и ни с чем не сравнимый вкус вашим кулинарным шедеврам. Только точно зная все необходимые компоненты различных пряных смесей и соусов, их пропорции для того или иного блюда, можно придать готовой пище тонкий, изысканный аромат, сделать ее аппетитной и полезной. Именно полезной, так как большинство описанных в нашей книге специй обладают поистине целебными свойствами. В нашей книге приводятся рецепты использования различных пряностей, «возраст» которых превышает тысячелетия.

Искусство применения специй прежде всего заключается в умении готовить масалу. Масала – это строго определенная

смесь специй для того или иного блюда. Воспользовавшись изложенными в нашей книге рецептами, вы обучитесь этому древнейшему искусству. Когда овладеете им, на вашей кухне начнут происходить настоящие чудеса. Повседневная, давно ставшая привычной пища приобретет бесконечное разнообразие оттенков вкуса и аромата.

Используя наши рецепты, включающие в себя самые разнообразные комбинации трав, пряностей и специй, вы освоите приготовление не только изысканных по своему вкусу блюд, но и узнаете довольно много способов приготовления соусов. Настоящих соусов, тех, что не приобретешь ни в одном магазине: их можно сделать только собственными руками и только по нашей технологии.

Теперь настало время перелистнуть страницу и погрузиться в увлекательное путешествие в дивную страну. Страну пряностей, трав, масал, рецептов и открытий новых вкусов. Почувствуйте этот замечательный, ни с чем не сравнимый пряный аромат...

Часть I

ПАЛИТРА ПРЯНОСТЕЙ

Глава I

ИЗ ДАЛЬНИХ СТРАНСТВИЙ ВОЗВРАТЯСЬ...

Несмотря на то что в нашей стране произрастает великое множество пряных растений, которые испокон веков применялись в русской национальной кухне, основными пряностями на сегодняшний день стали завезенные из других стран. Перцы, ваниль, цукаты и лавровый лист, без которых немислим ни один обед, кроме диетического, – все они являются растениями-иностранцами, многие из которых не росли даже в Европе, но были завезены в нее путешественниками в эпоху великих географических путешествий, последовавшую после открытия Колумбом Нового Света.

Некоторые пряные растения имели другую историю – их распространяли по всему свету персидские и арабские купцы. Родиной большинства считаются тропики или субтропическое Средиземноморье. Каждое из обычных и ничем не привлекательных (помимо вкуса и запаха) пряных растений

могло бы поведать – имей оно язык – немало удивительных и захватывающих историй: о величайших событиях, преступлениях, захватывающих дух приключениях. Словом, с пряностями связано множество интересных и таинственных исторических фактов, как и предполагается, если речь идет о заграничных гостях. Поэтому главу, посвященную незаменимым теперь в нашей кулинарии «иноземцам», мы публикуем под заголовком «Из дальних странствий возвратясь».

БУЗИНА ЧЕРНАЯ

Начнем рассказ о пряных «иностранцах», прочно обосновавшихся в русской национальной кухне, с одного очень удивительного «гостя». Названия растений в наших рассказах помещены в алфавитном порядке, поэтому повествование мы начинаем именно с бузины. Но есть и другая причина. Она хорошо прижилась не только на нашей кухне, но и умудрилась приспособиться к местным природным условиям и теперь произрастает повсеместно в диком виде.

Обыкновенная черная бузина, растущая в лиственных лесах и на их опушках почти по всей территории средней полосы России, родом из Западной Азии и Северной Африки. Оттуда-то она и попала в Европу, а затем добралась до нас. Что представляет собой бузина? Это высокий (в исключительных случаях до 10 м в высоту) кустарник с раскидистыми ветвями, покрытый темно-зелеными листьями, обладаю-

щими сильным специфическим запахом.

Цветки бузины – белые, с кремоватым оттенком, обладают сильным запахом, что позволяет использовать их в качестве пряной добавки к выпечке, мармеладам, травяным чаям. Они же применяются для ароматизации уксуса. Как уже было сказано, сильным запахом обладают листья бузины, которые в растертом виде также используются в качестве специй.

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

МАРМЕЛАД СЛИВОВЫЙ

Вам потребуется:

бузина (цветки) – 1 ч. л.,

слива – 1 кг,

сахар – 2 стакана,

вода – 4 стакана.

Способ приготовления.

Из хорошо промытой сливы удалите косточки, после чего разотрите ее в пюре, залейте двумя стаканами воды и варите на медленном огне, пока она не загустеет. Затем слегка охлажденную массу протрите через сито. Получившееся пюре посыпьте сахаром и цветками бузины и проварите на медленном огне до сильного загустения, периодически добавляя оставшуюся воду, чтобы масса не подгорела. Готовый

мармелад выложите на противень или в формы и поставьте на холод на 3—4 часа. Охлажденную массу нарежьте небольшими ровными ломтиками, сложите в стеклянную посуду и храните в холодильнике.

МАРМЕЛАД ГРУШЕВЫЙ

Вам потребуется:

бузина (цветки) — 3 ч. л.,

груши — 2 кг,

сахар — 4 стакана,

вода — 2,5 стакана.

Способ приготовления.

Мякоть вымытой и очищенной от кожицы груши натрите на терке и перемешайте до получения однородной смеси. Выложите ее в кастрюлю, залейте водой и варите на медленном огне, пока она не станет кашицеобразной, после этого грушевую массу протрите через сито. Получившееся в результате грушевое пюре посыпьте сахаром и цветками бузины, перемешайте и варите на медленном огне до загустения. При необходимости можно добавить немного воды. Готовую массу выложите на противень ровным слоем, поставьте на несколько часов в холодное место. Охлажденную массу нарежьте ровными дольками, сложите в стеклянную банку, посыпьте сахарной пудрой или сахарным песком и храните в холодильнике.

ВАНИЛЬ

Совершенно верно, ваниль, без которой пирог – не пирог, тоже получают из растений. Если спросить у первой встретившейся на улице сотни человек, какая пряность используется при выпечке сладких кондитерских изделий, девяносто девять человек наверняка ответят: «Ваниль». Она, безусловно, занимает одно из наиболее важных мест среди всех ароматических добавок к сладким блюдам.

Ваниль плосколистная в диком виде произрастает в Юго-Восточной Мексике и Центральной Америке, а также на западе тропического пояса Южной Америки. Это растение из семейства орхидных (родственник оранжерейных орхидей) – довольно толстоватая лиана с мясистыми, ланцетовидными по форме листочками, почти без черенков, которая высоко забирается на деревья, прячась в их кронах.

Кроме плосколистной ванили, в кулинарных целях применяют еще и ваниль помпонную, также произрастающую в Америке, и ваниль таитянскую. Но эти растения ценятся гораздо ниже, отсюда широкое распространение именно ванили плосколистной.

Пряные вещества содержат плоды ванили, именуемые в мировом производстве пряностей бобами ванили. Эти плоды выглядят, как свечки, и представляют собой сочные цилиндрические коробочки, достигающие в длину 20 см. Пло-

ды особого запаха не имеют: чтобы ваниль приобрела свой специфический аромат, необходимо после сбора плодов-свечек подвергнуть их ферментации. В результате процесса ферментации гликозид глюкованилин, содержащийся в плодах, распадается на обычную глюкозу и ароматическое вещество ванилин из группы альдегидов.

Подвергшиеся ферментации и последующей сушке бобы ванили называют ванильными палочками – это пахучие, сильно сморщенные плоды, содержащие много ванилина. Их либо измельчают, либо транспортируют в целом виде. Применяют в пищевой промышленности, а также в медицине – для ароматизации лекарств. Истолченные в мелкую крупу ванильные палочки дают ванильный порошок, который и является пряной приправой.

Использовать ваниль в качестве пряности первыми догадались коренные жители Центральной Америки – ацтеки, называвшие ваниль черным цветком. Вероятнее всего, под черным цветком индейцы подразумевали плоды ванили, поскольку настоящие цветы этой лианы имеют желто-зеленую окраску.

Ацтеки, представители развитой древней цивилизации, не уступали по своему культурному развитию европейцам и отлично разбирались в кулинарии и значении пищевых растений. Индейцы, насколько известно историкам, использовали ваниль для ароматизации своего любимого напитка – шоколада. Благодаря ей получался такой напиток,

о котором впоследствии европейцы скажут, что он «придаст телу силу гладиатора, уносит прочь усталость, прогоняет страх и укрепляет сердце».

Ваниль побила еще один рекорд: это первое американское орхидное растение, открытое европейцами. Впервые с ванилью познакомились люди Кортеса (пользующегося недоброй славой испанского конкистадора), когда осваивали южные берега Карибского моря. Слава ванили росла, и уже в начале XVI века ее завезли с целью культивирования в Европу, однако эта первая попытка интродукции оказалась неудачной. Лишь спустя несколько столетий, в 1807 году, англичане начали выращивать ваниль как культурное растение у себя на родине.

Из Великобритании ваниль распространилась по другим европейским странам. Размножали ее вегетативно. Длительное время в условиях культуры ваниль не давала своих драгоценных плодов, поскольку не опылялась насекомыми. На родине она плодоносит, между прочим, также в весьма ограниченных количествах.

Предпринимались неоднократные попытки исправить положение, например завести из Мексики насекомых – возможных опылителей ванили. Однако все попытки заканчивались впустую, пока наконец не был найден способ искусственного опыления. Теперь этот метод для получения большего урожая применяется и на родине ванили.

Промышленная культура ванили развита во многих стра-

нах. Плантации расположены во многих странах тропического пояса, например в Мексике, на Мадагаскаре, на Малайских и Малых Антильских островах, а также в ряде других государств Тихого и Индийского океанов.

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

ВАНИЛЬНЫЙ САХАР

Вам потребуется:

ваниль – 2 стручка,

сахарная пудра – 250 г.

Способ приготовления.

Стручки ванили нарежьте кусочками, смешайте с сахарной пудрой и поместите в стеклянную банку, которую следует герметически закрыть. Оставьте банку в таком виде на полмесяца или чуть дольше. За это время сахар хорошо пропитается ванильным запахом. Ванильный сахар послужит лучшей приправой к сладкому блюду, чем ванилин или обычная стручковая ваниль. При приготовлении блюд стручковую ваниль заменяют ванильным сахаром из расчета 4 ч. л. сахара вместо 1 стручка ванили.

ЯИЧНЫЙ ПУДИНГ

Вам потребуется:

ванилин – 2 г,

мука – 2 ст. л.,

яйца – 4 шт.,

сахар – 70 г,

масло растительное – 3 ст. л.,

пудра сахарная – по вкусу.

Способ приготовления.

Разбейте яйца и отделите белки от желтков; белки взбейте с сахаром в тугую пену. Оставшиеся желтки соедините с мукой и ванилью. Полученную массу быстро, но аккуратно перемешайте со взбитыми белками. Формочки для выпечки обильно смажьте маслом, затем выложите в них подготовленную смесь. Формочки поместите в духовку на несколько минут и выпекайте, пока пудинг не подрумянится. Готовый пудинг посыпьте сверху сахарной пудрой.

КРЕМ ФРУКТОВЫЙ «ИЗУМИТЕЛЬНЫЙ»

Вам потребуется:

ванилин – 5 г,

крыжовник – 1/2 кг,

сахарный песок – 200 г,

сливки жирные – 1/2 л.

Способ приготовления.

Ягоды черной смородины переберите, промойте, затем с помощью миксера превратите в пюре. Засыпьте полученное пюре половинным количеством указанного в рецептуре сахара и тщательно перемешайте до образования однородной массы. Сливки взбейте отдельно с сахаром и ванилином. Взбитые сливки смешайте с ягодным пюре и охладите. Смородину можно заменить малиной, в этом случае для крема понадобится только 100 г сахара, все остальные пропорции оставьте неизменными.

ГАЛАНГА (АЛЬПИНИЯ БОЛЬШАЯ И АЛЬПИНИЯ МЕНЬШАЯ)

Существуют два вида альпиний, оба они относятся к имбирным, а один из них (галанга большая) служит в кулинарии заменителем кардамона. Галанга большая, иначе называемая альпинией галанга, – культурное растение, произрастающее по всей тропической Азии. Семена и корневища этого растения содержат много веществ, придающих этим частям галанги вкус и запах, близкие к кардамону. Корневища галанги используются местным населением в качестве приправы к рису, а также как источник крахмала.

Хозяйственное значение имеют корневища галанги мень-

шей, или альпинии лекарственной, в которых содержится большое количество эфирных масел (до 0,8 %). Эти корневища используются в медицинских целях как лекарственное растение и в кулинарии в качестве пряности. Корневища альпиний лекарственной и галанги в Европу экспортируются.

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

САЛАТ ИЗ СУХОФРУКТОВ «СЛАДКОЕЖКА»

Вам потребуется:

галанга – 1 щепотка,

сухофрукты – 100 г,

изюм – 4 десерт. л.,

миндаль рубленый – 1,5 ст. л.,

корица – 1 щепотка,

сироп из вишневого варенья – 3 ст. л.,

сахар – 2 ч. л.

Способ приготовления.

Возьмите сухофрукты (чернослив, инжир, курагу, яблоки, изюм), тщательно промойте их и замочите на сутки в холодной воде. На время замачивания поставьте посуду с сухофруктами в холодильник. Спустя положенное время достаньте фрукты из холодильника и откиньте на сито, чтобы стекла вода. Добавьте к ним очищенный и рубленый миндаль, пряности, сироп из варенья, посыпьте сахаром и хоро-

шо перемешайте. Салат вновь поместите в холодильник на 2 часа. Охлажденный салат подавайте к столу как десертное блюдо.

ПИРОГ ЧЕРЕШНЕВЫЙ «НАТУРАЛЬНЫЙ»

Вам потребуются:

галанга – 1/2 ч. л.,

черешня без косточек – 1 стакан,

мука – 1,5 стакана,

сахар – 2/3 стакана,

яйца – 3 шт.,

молоко – 1/2 стакана,

соль – 1 щепотка,

масло растительное для смазывания формы,

пудра сахарная.

Способ приготовления.

Яичные желтки разотрите с сахаром добела, влейте молоко, добавьте галангу, соль и перемешайте. Добавляя частями муку, замесите тесто. Белки взбейте в густую пену и аккуратно подмешайте к тесту. Форму смажьте маслом и слегка посыпьте мукой, заполните приготовленным тестом наполовину, а поверх теста выложите половинки черешни, освобожденной от косточек. Покройте слой черешни оставшейся половиной теста. Затем поставьте пирог в духовку, разогретую до 200 градусов. Выпекайте в течение 40 минут. Го-

товый пирог посыпьте сахарной пудрой. Подавайте к столу охлажденным.

ГВОЗДИКА

Гвоздика в древнем мире пользовалась большой известностью, хотя и мало кто точно знал, где произрастает это растение. Историки установили, что гвоздику использовали в качестве приправы в таких древних сверхдержавах, как Китай и Римская империя. В Китае гвоздику было положено жевать подданным императора перед разговором с Солнцеликим. О ней писал знаменитый естествоиспытатель Плиний. Однако длительное время родина гвоздики оставалась европейцам неизвестной. Специя ценилась необычайно высоко, поэтому европейские купцы предпринимали настойчивые попытки узнать о месте ее произрастания.

На протяжении веков тайна происхождения гвоздики погубила немало отважных мореплавателей, которые пытались повторить путешествия арабов по их торговым путям. Но эти поиски заходили в конечном счете в тупик, поскольку арабы закупали эту пряность у индусов. Тогда европейцы направлялись в Индию, но и там их ждало разочарование: индусы закупали гвоздику на Цейлоне. Дальше след терялся. Лишь в 1511 году португалец Франциско Серра попал в любимчики фортуны, обнаружив гвоздику на Молуккских островах Малайского архипелага.

Спустя несколько десятилетий, все в том же XVI столетии предприимчивые голландские колонизаторы подчинили себе эти острова, введя тем самым монопольное право на владение гвоздикой. Однако в XVIII веке ее саженцы были похищены с Молуккских островов, и плантации этой пряности возникли на Маскаренских островах. Сегодня основные плантации гвоздики находятся на островах Пемба и Мадагаскар, которые и обеспечивают почти всю мировую потребность в ней.

Что же представляет собой эта таинственная гвоздика, за которую велась столь ожесточенная борьба? Это совсем не тот знакомый всем садовый цветок, а недозрелые высушенные цветочные бутоны так называемого гвоздичного дерева, которое представляет собой вечнозеленое растение высотой от 10 до 20 метров. Бутоны напоминают по внешнему виду гвозди, отсюда и пошло название. Кстати, запах пряности слегка напоминает запах хорошо известного нам цветка, который, вероятно, и получил свое название из-за такого сходства.

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

ВАРЕННЫЕ РАКИ ПОД ФРАНЦУЗСКИМ СОУСОМ

Вам потребуется:

гвоздика – 2 шт.,
раки речные – 10 шт.,
вода – 5 л,
вино белое сухое для варки раков – 1 стакан,
вино белое сухое для соуса – 1/4 л,
мука – 4 десерт. л.,
масло сливочное – 4 ст. л.,
сливки – 250 г,
лук репчатый – 1 луковица,
лук-шалот – 2 шт.,
морковь – 1 шт.,
чеснок – 2 зубчика,
уксус виноградный – 1/3 стакана,
перец черный горошком – 10 шт.,
петрушка – 1 пучок,
тимьян – 2 веточки,
укроп – 2 пучка,
соль – 1 ст. л.

Способ приготовления.

Воду с вином и уксусом доведите до кипения. В кипящую воду добавьте нарезанные репчатый лук, морковь и зубчики чеснока, веточки тимьяна, укропа и петрушки, специи. Все это варите в течение 10 минут. Раков промойте в холодной воде и опустите в кипящую воду. Варите их в течение 40–50 минут, затем извлеките из отвара. Бульон от варки раков снимите с огня, немного остудите и процедите в отдельную

посуду.

Лук-шалот нарежьте мелкими кубиками и слегка обжарьте на масле до появления золотистой корочки. Добавьте муку, слегка обжарьте ее вместе с луком, залейте бульоном, оставшимся от варки раков, и прокипятите в течение 3 минут. Белое вино смешайте со сливками, добавьте к соусу и еще раз доведите смесь до кипения. Отварных раков выложите на отдельное блюдо, украсьте веточками свежего укропа. Готовый соус подайте к столу в соуснице. Можно также посыпать его рубленой зеленью укропа.

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ ПО-АНГЛИЙСКИ

Вам потребуется:

гвоздика молотая – 1 щепотка,

утка – 1 шт.

лук репчатый – 1 шт.,

яблоки – 3 шт.,

вино яблочное – 50 г,

сухари панировочные – 60 г,

масло сливочное – 2 ст. л.,

цедра лимона тертая – 1 ч. л.,

сельдерей – 3 веточки,

соль – 1 ч. л.,

мед – 3 десерт. л.,

перец черный молотый – 1 щепотка,

перец красный молотый – 1 ч. л.

Способ приготовления.

Нарежьте лук, зелень сельдерея, очищенные и освобожденные от сердцевины и семян кислые яблоки и положите все это в хорошо разогретое масло на сковородку. Обжарьте эту смесь в течение 3 минут. Снимите с огня и добавьте на сковороду панировочные сухари, цедру лимона, перец, гвоздику и вино. Все тщательно перемешайте. Начините утку получившимся фаршем и зашейте отверстие.

Натрите утку сверху перцем и солью, обмажьте маслом и поместите обжариваться на решетке в духовку, разогретую до 200 градусов. Спустя час полейте утку растопленным медом и снова поставьте в духовку на четверть часа. Готовую утку выложите на блюдо и украсьте зеленью петрушки. Сок, выделившийся в процессе приготовления утки, можно использовать в качестве соуса.

КАПЕРСЫ

Знакомство человека с каперсами также произошло в глубоком прошлом, однако их история не была столь захватывающей, как история прочих пряных культур. Известные античные естествоиспытатели Клавдий Гален и Диоскорид рекомендовали согражданам воздерживаться от употребления каперсов в пищу, поскольку растение это якобы ядовито. Но позднейшие исследования опровергли предположения древ-

них. Каперсы получили широкое распространение.

Предположительно центром происхождения каперсов является Азия, но сегодня их выращивают как культурное растение в Средиземноморском регионе, причем в довольно больших количествах. Самыми большими плантациями отличаются страны северного Средиземноморья, особенно Италия, Испания и Франция. Успешно культивируют каперсы страны Северной Африки, в первую очередь Алжир.

Каперсы колючие представляют собой невысокий кустарник со стелющимися ветками. Кустарник вооружен небольшими шипами, за что он и получил свое название. Плод каперсов напоминает по строению папайю. Маринованные бутоны используются в качестве пряности. Бутоны каперсов содержат рутин и многие другие витамины и полезные вещества, усиливающие аппетит.

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

САЛАТ «КРАСКИ ВЕСНЫ»

Вам потребуется:

каперсы – 2 десерт. л.,

брынза – 4 маленькие головки,

салат фризи – 1/2 кочана,

салат кочанный – 1/2 кочана,

салат рэддичо – 1 кочан,

лук-шалот – 1 шт.,
чеснок – 2 зубчика,
горчица столовая – 1 ч. л.,
масло оливковое – 3 ст. л.,
перец черный молотый – 1 щепотка,
соль – 2 щепотки.

Способ приготовления.

Горчицу смешайте с тертым чесноком, посолите, поперчите, добавьте масло и взбейте смесь до однородной жидкой консистенции. Каперсы мелко порубите и добавьте к смеси. Соус готов.

Головки брынзы разрежьте на отдельные широкие ломтики и выложите на покрытый пергаментной бумагой противень. Поставьте в духовку на 3 минуты, пока сыр не подрумянится. Затем выложите сыр на тарелку, украсьте крупно нарезанными листьями салатов и кружочками лука и залейте соусом.

САЛАТ ЛЕТНИЙ С МАЙОНЕЗОМ

Вам потребуется:

каперсы – 1/2 ч. л.,
кольраби – 1/2 шт.,
морковь – 1 шт.,
горошек зеленый – 100 г,
помидор – 1 шт.,

огурец – 1/2 шт.,
майонез – 2 десерт. л.,
йогурт несладкий – 1 десерт. л.,
сок лимонный – 1 ч. л.,
соль – по вкусу.

Способ приготовления.

Каперсы смешайте с майонезом, йогуртом и лимонным соком, чтобы получился соус. Красиво нарезанные морковь и кольраби бланшируйте в кипящей соленой воде в течение минуты, потом добавьте зеленый горошек и варите еще 2 минуты. После этого откиньте овощи на дуршлаг, дайте воде стечь. Овощи охладите, разложите их на тарелки, добавьте вымытые и нарезанные свежие огурцы и помидоры. Полейте овощную смесь соусом.

СОЛЯНКИ

Солянки являются старинным, по-настоящему русским блюдом, которое с большим удовольствием ели наши предки. Без лишнего преувеличения можно сказать, что солянка по популярности стояла на третьем почетном месте среди всевозможных национальных кушаний, уступая первые почетные места только традиционным щам да каше.

В состав солянок обязательно входят соленые огурцы (отсюда и название), томатная паста и... каперсы! Без каперсов (или, как их тогда называли, капорцев) ни один из мно-

гочисленных видов солянок не готовился. Ниже приводятся рецепты наиболее известных солянок.

СОЛЯНКА МЯСНАЯ «АССОРТИ»

Вам потребуется:

каперсы – 2 ч. л.,
огурцы соленые – 2 шт.,
говядина отварная – 150 г,
окорок говяжий – 100 г,
сосиски – 2 шт.,
почки говяжьи – 150 г,
бульон мясной – 2,5 л,
лук репчатый – 1 шт.,
паста томатная – 5 десерт. л.,
масло растительное – 2 ст. л.,
сметана – 100 г,
соль – по вкусу,
лимон – 2 ломтика.

Способ приготовления.

Готовый мясной бульон доведите до кипения, затем добавьте в него нарезанные огурцы, слегка обжаренную на сковороде томатную пасту, спассерованный в масле лук. Все это проварите в течение 10 минут, после чего добавьте каперсы, бульон посолите и доведите до кипения. Отварную говядину, сосиски, копченый окорок и вареные говяжьи почки на-

режьте мелкими кубиками или ломтиками и положите в бульон. Все это прокипятите еще 5–6 минут. Прежде чем подавать на стол, в солянку добавьте дольки лимона и сметану.

СОЛЯНКА С КАРТОФЕЛЕМ ПО-ДОМАШНЕМУ

Вам потребуется:

каперсы – 1 ч. л.,
огурцы соленые – 2 шт.,
картофель средний – 3 шт.,
говядина отварная – 150 г,
колбаса обезжиренная – 150 г,
бульон мясокостный – 1,5 л,
лук репчатый – 2 шт.,
паста томатная – 4 десерт. л.,
масло растительное – 2 ст. л.,
соль – по вкусу.

Способ приготовления.

Мясокостный бульон доведите до кипения, после чего добавьте нарезанный кубиками картофель. Картофель варите в бульоне в течение 5–6 минут, затем положите туда кусочки мяса, нарезанную кубиками колбасу, каперсы, мелко нашинкованные огурцы и обжаренный до золотистого цвета лук, все посолите и заправьте предварительно обжаренной на растительном масле томатной пастой. Доведите бульон до

кипения и прокипятите на умеренном огне 10–15 минут, после чего солянка готова.

СОЛЯНКА С ГРИБАМИ

Вам потребуется:

каперсы – 2 ч. л.,
огурцы соленые – 2 шт.,
шампиньоны свежие – 300 г,
бульон грибной – 2 л,
паста томатная – 3 десерт. л.,
лук репчатый – 3 шт.,
сметана – 50–70 г.

Способ приготовления.

Свежие грибы мелко покрошите и отварите в течение 40–50 минут, добавив в кастрюлю разрезанную пополам луковичу. Грибной бульон посолите, добавьте спассерованные на масле томатную пасту и лук, нарезанный крупными кольцами, затем нашинкованные кубиками соленые огурцы и каперсы. Все это доведите до кипения и проварите еще 10–12 минут до готовности. Готовую солянку подавайте к столу со сметаной.

ЛАВР БЛАГОРОДНЫЙ

Центр происхождения благородного лавра – Средиземно-

морье. В далекие геологические эпохи при более ровном и теплом климате на нашей планете лавры были распространены необычайно широко. Они встречались практически повсеместно, и сегодня отпечатки их листьев с особым, специфическим рисунком находят повсюду. В глубоком прошлом насчитывались десятки видов лавра, но сейчас это разнообразие сведено до минимума из-за гораздо менее благоприятных климатических условий. Только в Средиземноморье сохранились именно те условия, которые и позволили одному из представителей лавровых – лавру благородному – «процветать» в этом регионе.

Древние греки, вероятно, были не первыми, кто обратил внимание на плотные пахучие листики лавра. Но именно греки стали уделять этому растению такое пристальное внимание. Украшавший в изобилии леса Эллады, сей чудный кустарник – лавр – безусловно, как и полагали греки, обладает чудесными свойствами. Это растение эллины провозгласили священным и посвятили богу красоты и искусств Аполлону.

Аполлон был покровителем искусств, но, подобно всем прочим богам-олимпийцам, еще и отличным воином. Одержав победу над чудовищным гигантским змеем, Аполлон весьма возгордился своей особой. Повстречав как-то малыша Эроса – божка любви, сына прекрасной Венеры (Афродиты), самодовольный Аполлон посмеялся над мальчиком. Бога позабавил лук и колчан Эроса.

«На что тебе, малыш, стрелы? – спросил Эроса Аполлон, –

уж не думаешь ли ты превзойти меня в воинском деле?» Аполлон открыто насмехался над маленьким божком, уверяя, что запросто победит в состязании с ним по стрельбе из лука. Эрос обиделся и поразил своей стрелой сердце Аполлона. Но не умер бог красоты, ибо никого не убивали стрелы малыша Эроса. Его стрелы могли лишь вызвать любовь. И Аполлон почувствовал в тот же миг душевное смятение.

Мстительный Эрос тут же выпустил вторую свою стрелу, убивающую любовь. Эта стрела попала в сердце Дафне – прекрасной наяде, жительнице рек. Повстречал Аполлон Дафну и влюбился в нее, а она, напротив, испугалась этой любви и стала избегать Аполлона. Бог красоты преследовал наяду, и та взмолилась, обратясь с призывом о помощи к своему отцу – повелителю всех рек Пенее. Дафна попросила Пенея лишить ее человеческого облика, пленившего Аполлона. Исполнил Пеней желание дочери, и обернулась Дафна в лавровый куст.

Когда нашел Аполлон этот куст, росший на берегу реки, долго стоял над ним, убитый горем. Потом свил из лавра венок в память о своей возлюбленной и надел его на голову. Заодно пожелал Аполлон, чтобы лавровый куст оставался зеленым вечно, символизируя вечную любовь бога красоты к наяде. Так появился на берегах эллинских рек вечнозеленый лавровый кустарник.

Почтение к лавру у античных народов было искренним: лавровыми венками украшали чело атлетов, героев, воинов,

поэтов в знак уважения к их заслугам. Отсюда происходит латинское слово «лауреат», что значит «увенчанный лаврами». (По латыни лавр – «лаурус», а по гречески – «дафна» – по имени наяды). Отсюда же происходят и другие слова и выражения, например бакалавр («бакка лауреус» – «ягода лавра») и «почивать на лаврах».

А теперь посмотрим, что говорит о лавре наука. Итак, лавр благородный – вечнозеленое деревце или, чаще, кустарник с красивыми кожистыми листьями, произрастающий действительно вдоль побережий. Продолжительность жизни кустарника достигает максимум 4-х лет, хотя обычно лавр живет два года.

Листья лавра богаты летучими эфирными маслами, присутствием которых и объясняются его ароматические свойства. Со времен Древней Греции лавровый лист – то, что в просторечии называют лаврушкой, – применяется как пряность, преимущественно в сушеном виде.

Сушеные лавровые листья служили приправой к блюдам и основой для изысканных соусов, украшавших столы греческих и римских гурманов. И по сей день лаврушка остается самой часто используемой приправой на кухне, конкурировать с нею по значению и широте применения не может ни одно другое пряное растение.

Эфирные масла из лаврового листа благодаря своей летучести и душистости служат для получения новых ароматов в парфюмерной промышленности. Кроме того, эти масла, рав-

но как и многие другие эфирные соединения, чрезвычайно полезны для здоровья человека, поэтому лавровый лист нашел также применение в медицине и фармакопее – он используется для получения лекарственных препаратов.

В плодах лавра тоже содержатся масла, но уже не эфирные, а жирные. И они оказались полезны для человека: их применяют в мыловарении, а также как лекарственный препарат – в ветеринарии.

Выше мы уже упоминали, что ботаникам известны несколько видов лавра. Не только благородный лавр нашел свое применение в хозяйственной деятельности человека. Как приправа применяется в кулинарии и лавр сассафрас, но о нем речь пойдет ниже, в установленном алфавитном порядке, то есть когда читатели дойдут до буквы «С».

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

«БИФШТЕКС ВИНОДЕЛА»

Вам потребуется:

лавровый лист – 4–5 шт.,

говяжья вырезка – 600–800 г,

вино красное – 150 г,

сливочное масло (для обжаривания шалота) – 1 ст. л.,

сливочное масло (для соуса) – 50 г,

сливочное масло (для обжаривания бифштекса) – 1/2 ст.

л.,

мука – 1 ст. л.,

масло растительное – 2 ст. л.,

лук-шалот – 4 шт.,

черный молотый перец – 4 щепотки,

сухой тимьян – 1 ч. л.,

петрушка – 1/2 пучка,

сок лимонный – 1 ч. л.,

соль – 1 ч. л.

Способ приготовления.

Шалот нарежьте кубиками и обжарьте на сливочном масле, после чего добавьте к нему вино, тимьян, петрушку, лавровый лист. Затем проварите смесь в течение 7–8 минут на умеренном огне. Полученный винный соус немного охладите и процедите.

Сливочное масло смешайте с растительным и разогрейте на сковороде. Куски говядины толщиной примерно 1 см натрите солью и перцем, поместите в разогретое масло и обжаривайте с двух сторон до готовности. Мясной сок, оставшийся после жарения, смешайте с винным соусом и прокипятите.

Сливочное масло взбейте в однородную массу и смешайте с лимонным соком, мукой, измельченной петрушкой. Потом соедините масляную смесь с горячим винным соусом. Тщательно перемешайте. Соус готов, его следует подавать к горячим бифштексам.

РАГУ ПОД КИСЛЫМ СОУСОМ

Вам потребуется:

лавровый лист – 5–6 шт.,
говядина отварная – 1/2 кг,
мясной бульон – 3 стакана,
масло сливочное – 3 ст. л.,
мука – 2 ст. л.,
паста томатная – 4 десерт. л.,
уксус виноградный – 3 десерт. л.,
лук репчатый – 1 шт.,
душистый перец горошком – 6–7 шт.,
соль – 1/2 ч. л.

Способ приготовления.

Растопите в кастрюле сливочное масло, в него мелко покрошите лук, обжарьте до прозрачности. Всыпьте муку, размешайте и одновременно залейте мясным бульоном. В смесь добавьте лавровый лист, уксус, перец, соль, томатную пасту. Все это доведите до кипения и проварите в течение 5–6 минут. Вареную говядину нарежьте мелкими кусочками и опустите в соус. После этого проварите еще несколько минут и снимите с огня.

МЯСО С КАРТОФЕЛЕМ «ДАТСКИЙ ШКИПЕР»

Вам потребуется:

лавровый лист – 3–4 шт.,

говядина – 500 г,

картофель – 800–900 г,

вода – 1,5 л,

лук репчатый – 2 шт.,

перец черный горошком – 6 шт.,

гвоздика – 1 шт.,

рубленая петрушка – 1 ст. л.,

соль – 3 щепотки.

Способ приготовления.

В холодную воду положите нарезанное небольшими кусочками мясо. Доведите до кипения и проварите в течение 5–7 минут, удаляя появляющуюся при варке пену. Добавьте нарезанные кубиками картофель и лук, посолите. Лавровые листья, перец и гвоздику завяжите в марлевый мешочек и поместите в кипящую воду.

Продолжайте варить мясо под плотно закрытой крышкой в течение 30–40 минут, но на умеренном огне, чтобы картофель и лук не разварились. В конце варки мешочек с пряностями удалите, а готовое блюдо выложите на большую тарелку и посыпьте рубленой петрушкой.

МИРРИС

Миррис – это одно из названий растения – кервель многолетний (испанский), о котором рассказано в другой главе нашей книги.

ПАПРИКА

С паприкой, как предполагается, впервые познакомился сам Христофор Колумб, но по-настоящему европейцы оценили достоинства этой пряности в 1532 году, когда при помощи паприки был остановлен целый отряд испанских конкистадоров. Эти события происходили у реки Ориноко, протекающей через северную часть амазонской сельвы. Там в одну из естественных природных ловушек – непроходимое место в высокогорье – испанцы загнали сопротивлявшихся индейцев, прикрывавших доступ к селению.

Осада длилась несколько часов. Потом внезапно соглядатай европейцев заметил в стане индейцев какое-то оживление. Индейцы готовили сковородки. Европейцы посчитали, что они взывают к своим духам и, нимало не беспокоясь, предприняли попытку атаки. Но с гор подул ветер, который погнал со стороны стана индейцев густой дым. Этот дым щипал европейцам глаза и разъедал горло, вызывая приступы сильного кашля и слезотечение. Индейцы что-то сжигали на

своих сковородках, в результате выделялся очень едкий дым, причинивший конкистадорам такие неприятности.

То была паприка, которую в научном мире называют красным стручковым перцем. Центром ее происхождения является Мексика. Красный стручковый перец – это не превышающий и полуметра в высоту кустарник семейства пасленовых, отличающийся вытянутыми, яйцевидными листьями. Плоды перца не являются настоящими стручками, но напоминают их по внешнему виду. Стручки по мере созревания окрашиваются в яркие цвета за счет высокого содержания в них каротина.

Помимо того, в стручках перца содержатся аскорбиновая кислота, повышающая аппетит, и капсицин, раздражающий слизистую оболочку ротовой полости. Это позволило использовать перечные стручки в качестве приправы в сыром и сушеном виде. Первоначально европейцы выращивали перец как декоративное растение и только потом догадались использовать в кулинарии.

Название пряности «паприка» происходит от латинского наименования черного перца – «пипер», поскольку на вкус оба перца почти одинаковы. Однако существует великое множество сортов паприки, которые отличаются друг от друга различным вкусом и степенью жгучести. Разнообразные сорта красного перца называют мексиканским перцем, испанским, турецким, мадьярским, чили – причем названия нередко путают.

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

ДЕСЕРТ «ТРОПИЧЕСКИЙ»

Вам потребуется:

паприка красная молотая – 1/4 ч. л.,

авокадо – 1 шт.,

банан – 1 шт.,

майонез – 2 десерт. л.,

сливки – 1 ст. л.,

соль – по вкусу,

сахар – 1 ч. л.,

лимонный сок – 2 ч. л.

Способ приготовления.

Авокадо очистите, разрежьте на половинки, из плода аккуратно удалите косточку. Банан очистите и нарежьте кружками, соедините с измельченной мякотью авокадо и полейте лимонным соком. Майонез смешайте с сахаром, сливками, паприкой и соедините с мякотью авокадо и бананами. Полученную смесь разложите в вазочки и подавайте к столу в охлажденном виде.

ГРИБЫ В СМЕТАНЕ ПО-ФИНСКИ

Вам потребуется:

молотая паприка слабо жгучая – 1/2 ч. л.,

грибы свежие – 1/2 кг,

лук репчатый – 1 шт.,

сухари панировочные – 4 ст. л.,

масло сливочное – 5 десерт. л.,

сметана – 150 г,

рубленая зелень петрушки – 1 ст. л.,

соль – 1/2 ч. л.

Способ приготовления.

Свежие грибы (желательно шампиньоны) тщательно промойте, очистите, обсушите и мелко нарежьте. Лук нарежьте кубиками и соедините с грибами, обжарьте на сливочном масле в течение 5 минут при постоянном перемешивании. Когда смесь будет готова, посыпьте ее панировочными сухарями, тщательно перемешайте, посолите, добавьте паприку. Потом снимите грибы с огня, залейте сметаной и украсьте измельченной зеленью петрушки.

ПЕРЕЦ

Перец является преобладающей пряностью в пищевой промышленности, поскольку занимает исключительное ме-

сто в кулинарии. Перец – по всей видимости, самое первое пряное растение, с которым познакомился человек. Во всяком случае, древнеиндийские манускрипты, упоминающие эту пряность, датируются третьим тысячелетием до Рождества Христова и превосходят по возрасту все прочие письменные свидетельства о пряных растениях.

Перцем пользовались первобытные люди. До наших дней сохранился полинезийский ритуальный обряд, связанный с принятием безалкогольного, но сильно тонизирующего и даже наркотического напитка кава, готовящегося из перца мастики. После полинезийцев с перцем познакомились персы и греки. Греки узнали о нем во время завоевательных походов Александра Македонского. Таким образом можно считать, что великий полководец был первым европейцем, воочию увидевшим дикорастущий перец.

Как бы то ни было, перец определенно является первой восточной пряностью, с которой познакомились на Руси. К нам он был завезен из Персии, где его называли «пепери». Отсюда произошли сразу два русских слова – «перец» и «пряности».

В качестве пряности использовались и по сей день используются плоды (стручки) перца: свежие, высушенные, истолченные. Всего в мире насчитывается порядка полутора тысяч различных видов перцев, относящихся к двум ботаническим семействам – перечным (собственно перцы) и пасленовым (эти перцы – родственники картофеля, баклажанов и

помидоров). Ниже приведены некоторые из основных культурных перцев.

ПЕРЕЦ КУБЕБА

Происходит этот перец с «африканским» названием в действительности из Индонезии. Кубеба применялся как лекарственное средство индийцами задолго до новой эры. Перец представляет собой плоды тропической лианы. Он отличается от других своих сородичей наиболее резким запахом.

ПЕРЕЦ ДЛИННЫЙ

Именно от этого перца взяли название все остальные перцы на свете. Установлено, что плоды длинного перца ценились римлянами больше, чем знаменитый черный перец. Родом он из Индии, однако сегодня растение культивируется по всему Востоку, а также на островах Океании. Пряность является плодом вечнозеленого кустарника с вьющимися стволами и ветвями.

ПЕРЕЦ КАЙЕННСКИЙ

Перец кайеннский – пряность, являющаяся плодом вечнозеленого кустарника семейства пасленовых, происходя-

щего из Южной Индии. Выращивается в Южной и Юго-Восточной Азии, а также в экваториальной Южной Америке. Название происходит от названия портового города Кайенне, находящегося в Гвиане (Южная Америка). Этот вид перца, равно как и паприка, называется в латиноамериканских странах чили, что характеризует степень его жгучести – очень высокую.

ПЕРЕЦ ПТИЧИЙ

Пряность представляет собой мелкий стручковидный плод тропического кустарника, культивируемого преимущественно в Южной Америке. Родственен красному стручковому перцу, поэтому (а кроме того из-за вкусовых качеств (жгучести)) называется чили. Однако этот вид перца уступает паприке и кайеннскому перцу по степени жгучести и считается умеренным.

Предлагаем вам приготовить следующие блюда с этой пряностью.

«БАНАНОВЫЙ ВОСТОРГ»

Вам потребуется:

вода – 1 л,

банан – 4 шт.,

рис индийский – 250 г,
масло сливочное – 1 ст. л.,
соль – 1 ч. л.,
петрушка – 2 ст. л.,
шафран – 1 щепотка,
соль (для бананов) – 1/2 ч. л.,
кайеннский перец – 1/3 ч. л.

Способ приготовления.

Рис тщательно промойте, откиньте на сито, чтобы стекла вода. Залейте промытый рис свежей холодной водой и доведите до кипения. Посолите и варите в кипящей воде в течение 25 минут при открытой крышке. Когда рис сварится, добавьте в него шафран, разведенный столовой ложкой горячей воды. Заправьте сливочным маслом.

Очищенные бананы разрежьте вдоль на половинки. Посыпьте их солью и перцем и обжарьте на масле до легкой румяной корочки. Охлажденный рис выложите на блюдо, украсьте зеленью петрушки и бананами.

ТОМАТНЫЙ СУП «ТРОПИЧЕСКИЙ»

Вам потребуется:

помидоры – 1/2 кг,
бананы – 3–4 шт.,
кокос тертый – 2 ст. л.,
перец красный молотый – 1/4 ч. л.,

лук репчатый – 2 шт.,
соль – 1/2 ч. л.,
сливки или сметана – по вкусу,
масло растительное – 2 ст. л.,
бульон мясной – 1 л.

Способ приготовления.

Вымытые помидоры нарежьте крупными дольками, опустите в горячий подсоленный мясной бульон. Поставьте кастрюлю с помидорами и бульоном на умеренный огонь и варите на медленном огне под крышкой до превращения томатов в пюреобразную массу.

Лук нарежьте кубиками, бананы – кружочками. В отдельной сковороде на разогретом растительном масле слегка обжарьте лук, а затем кусочки бананов. Обжаренные бананы разомните в кашу. Бульон с томатами заправьте банановым пюре и обжаренным луком, добавьте кокос и перец, тщательно перемешайте. Перед подачей к столу заправьте готовый суп сливками или сметаной.

ПЕРЕЧНЫЙ СОУС ОСОБЫЙ

Вам потребуется:

перец чили молотый – 1/4 ч. л.,
паприка сладкая – 1 шт.,
перец сладкий болгарский (красный) – 1/2 шт.,
перец черный молотый – 1/4 ч. л.,

лук репчатый – 1 шт.,
куркума – 1 ч. л.,
сметана – 1/2 стакана,
сыр – 100 г,
соль – 2 щепотки,
сок 1/2 лимона.

Способ приготовления.

Лук нарежьте колечками и полейте смесью из лимонного сока, соли, черного молотого перца и измельченного перца чили, а затем обжарьте на растительном масле. Сладкий болгарский перец и паприку разрежьте пополам, очистите от семян, нарежьте узкими полосками. Обжарьте их отдельно на растительном масле. Тертый на крупной терке сыр смешайте с измельченным обжаренным перцем, луком, сметаной и куркумой, после этого нагрейте смесь на умеренном огне и доведите до кипения, но не кипятите. Соус рекомендуется сразу же подавать к столу.

РОЗМАРИН

Древнегреческая мифология превозносит это растение и заверяет, что бессмертные боги-олимпийцы, собираясь на пиры, надевали на головы венки из розмарина, поскольку ценили это растение выше золота. Греки также верили, что розмарин укрепляет память, поэтому эллинские школьники носили с собой в школу веточки розмарина.

Римляне, перенявшие у греков мифологию, переняли также и почитание розмарина. У римлян появилась традиция украшать им на праздники почетное место в своих жилищах. В средние века в Европе розмарин считали символом вечности, что, впрочем, не мешало использовать его листики в качестве пряности.

Розмарин лекарственный является вечнозеленым невысоким кустарником, не достигающим и двухметровой высоты. Листья, напоминающие узкие лавровые листки, богаты эфирным маслом цинеолом, дубильными веществами и горечами. Цветет розмарин красивыми голубыми цветочками, поэтому многие христиане в прошлом верили, что розмарин – это тот самый куст, под который положила своего младенца Дева Мария во время перехода Святого семейства в Египет.

Римский естествоиспытатель Плиний полагал, что голубизна цветков вызвана тем, что кустарник произрастает вблизи от моря и морской ветер приносит на цветы морские брызги, которые окрашивают цветки в нежно-голубой цвет. Как установила современная наука, цветы розмарина окрашены в голубой цвет за счет превращения содержащихся в лепестках кислотных ферментов. Но тем не менее за кустарником закрепилось и второе название – «морская роса».

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

ТУШЕННЫЕ БОБЫ ПО-ТУРЕЦКИ

Вам потребуется:

розмарин – 1 веточка,

бобы – 600 г,

лук репчатый – 2 шт.,

чеснок – 2 зубчика,

маслины консервированные – 1/2 стакана,

петрушка – 1/2 пучка,

масло оливковое для жарения – 2 ст. л.,

масло оливковое для заправки блюда – 1 ст. л.,

бульон овощной – 1 л,

тимьян – 1 веточка,

лавровый лист – 2 шт.,

соль – 1/2 ч. л.,

молотый перец – 1/2 ч. л.,

лимон – 1 шт.

Способ приготовления.

Разогрейте на сковороде оливковое масло, положите в него измельченные чеснок и лук, все обжарьте. Добавьте промытые бобы и овощной бульон, положите лавровый лист и веточки зелени, посолите и поперчите – соль и перец берите в одинаковом количестве. Все потушите в течение полчаса, затем удалите лавровый лист и веточки зелени, а бобы откиньте на дуршлаг, чтобы стек бульон. Из дуршлага пе-

реложите бобы в миску и полейте оливковым маслом. Мякоть лимона нарежьте кубиками и положите в бобы, добавьте маслины и нарубленную зелень петрушки. Блюдо подают горячим.

РОСТБИФ С ГРИБАМИ

Вам потребуется:

розмарин – 1 веточка,
говяжья вырезка – 1 кг,
шампиньоны – 250 г,
масло растительное – 5 десерт. л.,
масло сливочное – 70 г,
петрушка – 1 пучок,
укроп – 1 пучок,
шнитт-лук – 1 пучок,
перец молотый – 1/2 ч. л.,
соль – по вкусу.

Способ приготовления.

Отваренные шампиньоны мелко нарежьте и смешайте с измельченными петрушкой, укропом, луком. Все это слегка обжарьте на сливочном масле. К соусу добавьте перец, соль, измельченный розмарин. Мясо разделайте на небольшие порционные кусочки толщиной не более 1 см, слегка отбейте и посолите. Затем поместите его в разогретое растительное масло и поставьте в хорошо разогретую духовку

на 40 минут. Почти готовое мясо залейте горячим грибным соусом и снова поставьте на 5-10 минут в духовку на очень слабый огонь. Подавайте к столу горячим.

САССАФРАС

Сассафрас – одна из разновидностей лавра, о котором подробно рассказано выше. Сассафрас можно смело назвать одним из самых древних деревьев на планете. Полсотни миллионов лет тому назад повсюду на Земле росли густые лавровые леса, главенствующее место в которых занимал сассафрас. В ту далекую третичную эпоху встречались 10 видов сассафраса против нынешних трех.

Из современных трех видов человек использует сассафрас беловатый, или лекарственный. Использует – это мягко сказано о нем. Это растение в свое время послужило причиной для возникновения второй золотой лихорадки. «Золотом» оказался сам сассафрас.

Это красивое высокое стройное деревце, достигающее до 40 метров в высоту, реже – высокий кустарник, произрастающий в больших количествах в восточных или юго-восточных штатах США. Листья этого дерева сильно напоминает кленовую. На протяжении года окраска листьев сассафраса меняется, приобретая симпатичные, приятные оттенки. Американцы считают сассафрас украшением своих лесов.

Родина сассафраса на американском континенте. То бы-

ло, пожалуй, первое хозяйственно важное американское растение, с которым познакомились и которым увлеклись европейские колонизаторы. Спустя считанные годы после открытия сассафрас был успешно интродуцирован в Европу, то есть завезен с целью разведения.

На протяжении последующих двух столетий европейские врачи верили, что сассафрас является панацеей, лекарством от всех болезней и в первую очередь эффективен при лихорадке (уже настоящей, а не золотой). Вера во всемогущество целительных сил сассафраса запечатлена в названии этого лавра – лекарственный, по латыни «официналис». Сассафрас высоко ценился, его разводили в больших количествах.

Впоследствии исключительные медицинские свойства сассафраса наука опровергла, хотя в маленьких деревеньках на берегах Миссисипи в Соединенных Штатах фермеры до сих пор верят в его силу и используют при лечении различных заболеваний. В весеннее время в американской провинции из корней сассафраса готовят тонизирующий напиток – чай с сассафрасом.

Все части растения богаты летучими эфирными маслами, но наибольшее их количество находится в корнях, которые и являются главным сырьем. Эфирные масла сассафраса состоят из сафрола, присутствием которого объясняются свойства этого растения, в том числе и как пряности. Сафрол придает эфирным маслам сассафраса также и тонизирующие свойства, поскольку является очень токсичным веществом.

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

ТУШЕННЫЙ ЛОСОСЬ ПО-АНГЛИЙСКИ

Вам потребуются:

сассифрас – 1 лист,
филе лосося – 400 г,
огурец свежий – 1 шт.,
масло сливочное – 2 ст. л.,
вода – 3/4 л,
сок лимона – 1/2 ст. л.,
вино белое сухое – 1/4 стакана,
уксус винный – 2 ст. л.,
соль для лосося – 1 щепотка,
соль для огурца – 2 щепотки,
перец белый – 1/8 ч. л.,
лимон – 1 шт.

Способ приготовления.

Филе лосося с обеих сторон сбрызните уксусом и посолите. Доведите воду до кипения, добавьте в нее соль, лимонный сок и вскипятите смесь повторно. Положите в воду подготовленное филе лосося и отварите на медленном огне в течение 10–15 минут. Затем выньте рыбу и положите на блюдо.

В глубокую сковороду налейте масло, слегка разогрейте, положите нашинкованный крупными кольцами лук и об-

жарьте его до прозрачности. Затем выложите на сковороду припущенное филе лосося, долейте небольшое количество рыбного бульона и тушите рыбу до готовности в течение 30–35 минут. В процессе тушения добавьте перец, лист сассафраса, подлейте вино.

Готовую рыбу выложите на блюдо. Огурец нарежьте кружочками и украсьте им тушеного лосося. Сверху блюдо украсьте крупными дольками лимона.

ТРЕСКА С ГРИБАМИ

Вам потребуется:

сассафрас – 1 лист,
филе трески – 400 г,
шампиньоны отварные – 100 г,
сухари панировочные – 3 ст. л.,
масло растительное – 3 ст. л.,
петрушка – 1 пучок,
соль, молотый перец – по вкусу,
лук репчатый – 1 шт.

Способ приготовления.

Разогрейте на сковороде масло и потушите в нем в течение 5 минут мелко нашинкованные лук и отваренные в подсоленной воде грибы, после чего переложите их в отдельную посуду. Порционные кусочки трески посолите, поперчите, обваляйте в панировочных сухарях и выложите на ту же ско-

вороду, где обжаривались лук и грибы. При необходимости подлейте на сковороду растительного масла. Между кусками рыбы положите лист сассафраса.

Обжаривайте кусочки рыбы с обеих сторон в течение получаса. Готовую треску выложите на отдельное блюдо и уложите сверху смесь из обжаренных грибов и лука. Посыпьте рыбу мелко нарубленной свежей зеленью петрушки.

ЦЕДРА ЦИТРУСОВЫХ

Цитрусовые – это вечнозеленые невысокие деревья, обычно не превышающие 8 метров в высоту, иногда даже кустарники. К цитрусовым относятся почти все представители семейства рутовых, имеющие хозяйственное значение. Эти культуры изучает особая отрасль ботаники – цитрология.

Цитрусовые известны с незапамятных времен, поэтому многие их формы ныне представлены только в культуре. Вероятно, цитрусовые происходят из Индии, откуда через древнюю Месопотамию эти культуры попали в Европу благодаря завоевательным походам Александра Македонского. Первым европейцы узнали цитрон, откуда и происходит название всей группы. Плоды цитрона, если верить греку Теофрасту, не употреблялись в пищу, но использовались как средство против моли. В те же античные времена до Европы дошли слухи об апельсине.

Одним из основных признаков, отличающих цитрусовые

от прочих цветковых растений, являются плоды этих культур. Они имеют совсем иное строение, чем плоды прочих растений: их нельзя назвать ягодами, костянками, орешками или яблоками. Так эти удивительные плоды получили в науке название гесперидий. Название восходит к древнегреческой мифологии.

Когда греки узнали об апельсине – удивительном цитрусе, произрастающем в далеком Китае, в своих фантазиях отправили за прекрасными сочными плодами своего любимейшего героя – Геракла. В своем одиннадцатом подвиге богочеловек Геракл должен был достать золотые яблоки из садов Гесперид, дочерей царицы Ночи. Отсюда и пошло для цитрусовых название гесперидии.

Мякоть гесперидий может быть сладковатой или сильно кислой. Кислый привкус всегда сопутствует им из-за высокого содержания в них витамина С (аскорбиновой кислоты). Из-за витамина С цитрусовые высоко ценились в средние века как лекарственный препарат против цинги (авитаминоз С). Впервые, как полагают некоторые историки, Христофор Колумб догадался брать в плавание лимоны, чтобы моряков из его команды не поразила цинга.

В современной кулинарии мякоть применяется в качестве основы для изготовления напитков, джемов, желе, мармеладов и т. д. Кислый сок цитрусовых используется для получения лимонной кислоты. Мякоть и сок гесперидий применяются в качестве пряности для соусов и прочих пряных сме-

сей-приправ.

Гесперидии характеризуются наличием плотной кожистой оболочки, нижний слой которой – толстый, мясистый и белый, а внешний – тонкий и ярко окрашенный, богатый эфирными маслами со специфическим острым, приятным запахом. Этот внешний слой называется цедрой, от итальянского «цедро» – лимон.

Многие виды цитрусовых разводятся человеком исключительно ради получения эфирных масел – это так называемые эфиромасличные культуры. Главная из них – апельсин-бергамот, из масла которого (бергамотовое масло) в 1676 году в итальянском городе Колоне был получен первый в мире одеколон – «колонская вода».

Поскольку цедра в обилии содержит пахучие эфирные масла, она может применяться в кулинарии как приправа. В Китае, Корее, Японии, а также в Австралии и в южных штатах США выращивают ради съедобной кожуры цитрус кинкан. Целиком используются плоды эгле мармеладной из Индии.

Кожура цитрусовых наряду с мякотью их гесперидий используется для изготовления множества различных пищевых продуктов – всевозможных напитков, мармеладов, желе, а также часто при консервировании (лайм сладкий). В качестве пряности применяется сушеная или обработанная иным образом цедра цитрусовых. В основном из нее делают цукаты.

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

ЦУКАТЫ АПЕЛЬСИНОВЫЕ

Вам потребуется:

корки от 3 апельсинов,

сахар – $2/3$ кг,

вода для сиропа – 1,5 стакана.

Способ приготовления.

Апельсины очистите от корок, с корок срежьте белую мякоть. Корки нарежьте крупными кусочками, уложите в кастрюлю, залейте холодной водой и оставьте на 12–14 часов, после чего воду слейте, откинув апельсиновые корки на дуршлаг.

Сахар размешайте в воде и доведите до кипения. Прокипятите в течение 5–7 минут, непрерывно помешивая. В сироп добавьте корки апельсина и снова доведите до кипения. Снимите посуду с огня. Оставьте на 2–3 часа, затем опять поставьте на огонь. Кипятите несколько раз, периодически охлаждая смесь, до тех пор, пока цукаты не станут полупрозрачными, изменив свой первоначальный цвет. Готовые цукаты извлеките из сиропа и подсушите на солнце или в открытой слабозагретой духовке.

ШЕРБЕТ С ШАМПАНСКИМ

Вам потребуется:

лимон – 4 шт.,

вода – 1/2 л,

сахар – 400 г,

шампанское – 1 бутылка.

Способ приготовления.

Прокипятите сахар в воде, непрерывно помешивая, до полного его растворения. Помешивая сироп, добавьте в него лимонный сок. Затем сироп остудите до комнатной температуры и влейте в него бутылку шампанского. Охладите шербет в морозильной камере и взбейте его до вязкости крема. Через каждые 15–20 минут, пока шербет находится в морозильнике, его нужно взбивать миксером, чтобы оставался воздушным. За час до подачи к столу посуду с ним переставьте из морозильной камеры в холодильник. Шербет разложите по охлажденным бокалам или вазочкам для мороженого и украсьте ломтиками охлажденных фруктов или ягод.

ЧЕЛНОБОРОДНИК ЛИМОННЫЙ

Челнобородник лекарственный относится к злакам, то есть является близким родственником пшеницы, ржи, кукурузы и риса. Несмотря на свое исключительное значение в

качестве пищевых растений, злаки тем не менее представлены очень немногими видами, включающими ароматические вещества. Наиболее известны произрастающие в нашей стране зубровка и душистый колосок, содержащие кумарин и используемые для ароматизации некоторых напитков, а также тропическая ветиверия, содержащая ветивероль.

В тропических странах, однако, наибольшее значение из злаков имеет членобородник. Существуют три вида членобородника, введенные в культуру в Южноазиатском и Юго-Восточноазиатском регионах, в первую очередь в Индии, Бирме, Шри-Ланке, Малайзии.

В листьях и чешуях колосков членобородника содержится большое количество летучих эфирных масел с сильным лимонным запахом. Некоторое количество этих масел содержится в корневищах растений. Эфирные масла членобородника применяются в парфюмерии и медицине в качестве антисептического средства. Членобородник лимонный – основная пряная культура среди членобородников, в диком виде неизвестен.

Предлагаем приготовить следующие блюда с этой пряностью.

СЫРНЫЙ ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ

Вам потребуется:

членобородник – 1 лист,

мука – 300 г,
масло сливочное (для теста) – 125 г,
масло сливочное (для начинки) – 20 г,
яйца – 2 шт.,
масло растительное для смазывания формы,
яблоки – 500 г,
сыр чеддер – 150 г,
сахар (для теста) – 150 г,
сахар (для начинки) – 2–3 ст. л.,
лимонный сок – 2 ч. л.,
соль – 1/4 ч. л.,
яичный желток (для смазывания верха изделия) – 1 шт.

Способ приготовления.

Из муки, размягченного сливочного масла, яиц, сахара и соли замесите крутое тесто. Очищенные кислые яблоки нарежьте ломтиками. Смешайте их с сахаром, лимонным соком и истолченным листом членобородника. 2/3 теста выложите в смазанную маслом форму, сверху поместите яблоки с кусочками масла. Оставшееся тесто раскатайте в пласт и покройте им нижний слой с яблоками.

Форму поместите в разогретую до 200 градусов духовку. При этой температуре изделие выпекается в течение полчаса. Затем верх пирога смажьте сырым желтком, посыпьте тертым сыром чеддер (можно заменить любым твердым сыром) и допеките пирог в духовке еще 5 минут. Готовый пирог подается к столу немного охлажденным.

ТОРТ СЛАДКИЙ ПОЛЬСКИЙ

Вам потребуется:

для теста:

бисквитная крошка – 4 ст. л.,

яйца – 4 шт.,

ваниль – 1/2 стручка,

орехи грецкие молотые – 150 г,

сахар – 100 г,

мука – 1,5 стакана,

масло для смазывания формы,

мука для посыпки формы;

Для крема:

челнобородник – 1/2 листа,

молоко – 1/2 л,

ванилин – 1/2 пакетика,

сахарная пудра – 3 ст. л.,

яйца – 2 шт.,

орехи грецкие рубленые – 50 г,

масло сливочное – 200 г.

Способ приготовления.

Разбейте яйца, отделите белки от желтков. Белки взбейте в тугую пену, а желтки разотрите с сахаром и сердцевинкой стручка ванили. Осторожно перемешайте белки и желтки, добавьте орехи, бисквитную крошку и муку. Замесите тесто.

Форму смажьте маслом и посыпьте мукой. Выложите туда тесто и поставьте в духовку на полчаса. Выпекайте изделие при температуре 180 градусов. Готовый торт разрежьте на три части, промажьте каждый корж кремом, затем соедините все коржи вместе. Бока и верх торта также промажьте кремом.

Для крема сначала разотрите слегка размягченное масло с сахарной пудрой. Молоко вскипятите с ванилином, добавив измельченный лист членобородника, немного охладите, а затем осторожно влейте в молоко тонкой струйкой желток, постоянно помешивая. Полученную массу охладите и смешайте с масляной смесью. Добавьте мелко нарубленные орехи и еще раз тщательно перемешайте. Крем готов.

Торт перед подачей к столу нужно на несколько часов поставить в холодильник.

Глава II

ВОСТОК – ДЕЛО ПРЯНОЕ

«Вначале были пряности. С тех пор, как римляне в своих путешествиях и войнах впервые познали прелесть острых и дурманящих, терпких и пьянящих восточных приправ, Запад уже не может и не хочет обходиться как на кухне, так и в погребке без especeria – индийских специй, без пряностей».
(Стефан Цвейг. «Магеллан»)

В том, что Восток – это действительно дело пряное, вы, думаем, сомневаться не станете: сколько удивительных пряностей завезено к нам именно с Востока – из Индии, из Китая! И сколько блюд благодаря восточным пряностям приобрели изысканный аромат, без которого иные мы уже и не можем себе представить! Взять, например, тот же пирог с корицей: может ли ее заменить какая-либо другая, исконно русская пряность? Вряд ли на этот вопрос вы ответите положительно. А ведь если бы корица не была завезена к нам из Китая, если бы культурные плантации коричников не появились на Шри-Ланке... Да, тогда узнать, что такое пирог с корицей, нам так бы и не довелось.

А теперь более подробно поговорим о том, какие же восточные пряности используются на нашей кухне и воспринимаются нами уже как более или менее привычные.

АНИС

Родиной этого удивительного растения являются Средний Восток и острова восточной части Средиземноморья.

Известно, что анис как пряность употреблялся уже очень давно: гораздо раньше, чем возникли древние государства. Представьте себе: семена аниса были найдены археологами еще в свайных поселках, относящихся к каменному веку! Согласитесь, это заставляет задуматься над вопросом, когда же пряные растения впервые были обнаружены людьми.

Сведения об анисе сохранились со времен Древнего Египта и Греции: о его лечебных свойствах писал древнегреческий врач Гиппократ. Именно из Египта он был завезен в Европу и там получил свое широкое распространение.

В Россию анис как культура был введен в XIX веке и с этих пор сфера его применения очень обширна. В настоящее время анис активно выращивается также на Украине и на Северном Кавказе.

Анису свойственны своеобразный фруктовый аромат и сильный освежающий вкус. В качестве пряности используются и семена аниса. Он очень популярен в хлебопекарной и ликеро-водочной промышленности, находит широкое применение и в квашении, и в мариновании, так как замечательно сочетается по вкусу с овощами.

Анис превосходно сочетается с салатом, краснокочанной

капустой и морковью. Кроме того, он может быть просто чудесным дополнением к рыбному супу.

А теперь предлагаем рецепт блюда с этой пряностью.

ИЗЫСКАННЫЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ КОРЗИНОЧКИ

Вам потребуется:

картофель – 6 шт.,

отварное мясо – 200 г,

лук репчатый – 1 шт.,

зеленый лук – 1/2 пучка,

мука – 1 ст. л.,

сметана – 1/2 стакана,

белое вино сухое – 1/2 стакана,

сливочное масло – 2 ст. л.,

помидоры – 2 шт.,

сладкий перец – 2 шт.,

сыр – 50 г,

соль – 1 щепотка,

анис – 1/2 ч. л.,

перец черный молотый – на кончике ножа.

Способ приготовления.

Картофель отварите в «мундире», остудите, очистите и в каждой картофелине с помощью чайной ложки удалите середину.

Отварное мясо и репчатый лук мелко нарежьте и обжарьте в половине указанного количества сливочного масла. Полученную смесь перемешайте с размятыми картофельными серединками, посолите, поперчите и заполните ею картофельные корзиночки.

Картофель уложите в жаростойкую сковородку, посыпьте сыром и мелко нарезанным сладким перцем. Налейте в сковородку немного воды и запекайте 15–20 минут.

На оставшемся масле обжарьте муку, добавьте сметану, а также вино, анис и соль. Доведите до кипения и затем соедините с готовым картофелем.

И заключительный штрих: на каждую картофелину положите по дольке помидора, а сверху блюдо посыпьте рубленым зеленым луком.

ВЫПЕЧКА С АНИСОМ «ЗИМНЯЯ ФАНТАЗИЯ»

Вам потребуется:

яйцо – 2 шт.,

сахар – 250 г,

соль – 1 щепотка,

ванильный сахар – 1 пакетик,

мука – 250 г,

крахмал – 1 ст. л.,

семена аниса молотые – 2 ч. л.

Способ приготовления.

Разбейте яйца в фарфоровую миску, добавьте сахар, соль и ванильный сахар. Все перемешайте и поставьте на водяную баню. Как следует взбейте смесь. После того как снимете миску с водяной бани, охладите смесь и взбейте еще раз.

Смешайте муку с крахмалом и молотым анисом, всыпьте ее в яично-сахарную массу и тщательно перемешайте. У вас должно получиться однородное тесто.

Противень смажьте сливочным маслом. Тесто положите в кондитерский мешочек или, если мешочка нет, в обычный бумажный кулечек с небольшим отверстием на конце. Можно пользоваться и обычной ложкой.

Из кулька выдавливайте тесто в виде небольших сосулек. Тесто должно слегка растекаться: поверхность сосулек должна быть достаточно гладкой.

В течение ночи подсушите заготовки при комнатной температуре. Это нужно для того, чтобы поверхность будущей выпечки затвердела.

Утром поставьте выпечку в духовку (температура должна быть 170 50 0С) на среднюю полку. Выпекайте сосульки около десяти минут. Учтите, что поверхность готовой выпечки все же должна оставаться белой.

БАДЬЯН

Родиной этой удивительной пряности являются Китай и

Вьетнам. Кроме того, в настоящее время эта пряность выращивается в Кампучии, Лаосе, Японии и на Филиппинах.

С этим удивительным растением связана целая история. Возможно, вы слышали такое название, как неопалимая купина. Однако вряд ли кто знает, что же на самом деле скрывается под ним. Речь идет как раз о бадьяне. Это пряное растение называют неопалимой купиной потому, что если поднести к растению зажженную спичку, то вокруг него мгновенно вспыхивает сине-голубое пламя, не причиняя, однако, никакого вреда растению.

Аромат пряности напоминает анисовый (кстати говоря, бадьян еще называют звездчатым анисом, поскольку плоды – семена бадьяна – напоминают собой коричневые звездочки). Однако надо сказать, что когда бадьян нагревается (а это, естественно, происходит, когда его добавляют в горячие блюда), его вкус и аромат значительно изменяются. Вот почему ни в коем случае нельзя говорить о том, что анис и бадьян взаимозаменяемы.

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.