

ВАЛЕРИ ДРУЭ И ПЬЕР-ЛУИ ВЬЕЛЬ

РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ

ЗАКУСКИ, ОСНОВНЫЕ БЛЮДА, СОУСЫ



Валери Друэ

**Рыба и морепродукты. Закуски,
основные блюда, соусы**

«Азбука-Аттикус»

2012

УДК 641 (084)
ББК 36.997(4Фра)

Друэ В.

Рыба и морепродукты. Закуски, основные блюда, соусы /
В. Друэ — «Азбука-Аттикус», 2012

ISBN 978-5-389-22968-6

В этой книге представлены простые и практичные рецепты блюд из рыбы и морепродуктов, которые готовятся в духовке и на гриле, а также соусов, подходящих к этим блюдам. Рецепты годятся и на каждый день, и для особых случаев: приготовленная по ним еда получается не только вкусной, но и очень красивой. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 641 (084)
ББК 36.997(4Фра)

ISBN 978-5-389-22968-6

© Друэ В., 2012
© Азбука-Аттикус, 2012

Содержание

Соусы	8
Соус тартар	9
Голландский соус	10
Соус руй	11
Рыбный велюте	12
Соус бёр-блан	13
Соус биск	14
Рыбный Бульон	15
Бульон для варки рыбы	16
На планче	25
Маринованная пикша гриль	25
Морской черт с беконом и шалфеем	29
Филе лосося по-восточному	32
Конец ознакомительного фрагмента.	35

Валери Друэ и Пьер-Луи Вьель Рыба и морепродукты. Закуски, основные блюда, соусы

Valéry Drouet & Pierre-Louis Viel
Fish & Co! (à la plancha et au four)

Перевод с французского *Александры Ратай*

Рецепты и стиль Валери Друэ
Фотографии Пьера-Луи Вьеля



В оформлении обложки использованы иллюстрации
© e.backlund / shutterstock.com; Antonio S / shutterstock.com

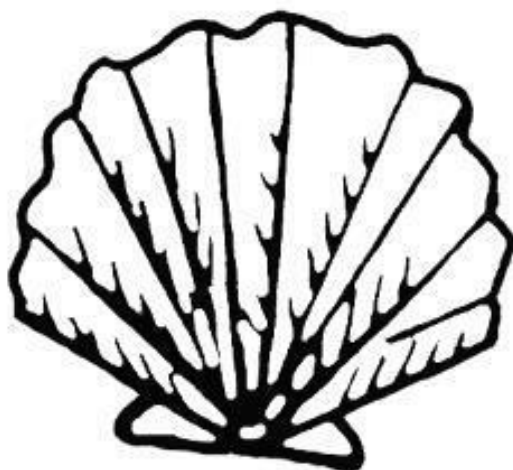


© 2012, Mango

© Ратай А., перевод на русский язык, 2014

© Издание на русском языке, оформление. ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус», 2020

Колибри®



Соусы



Все рецепты рассчитаны на 6 порций

Соус тартар

Измельчите 2 крутых яйца, 30 г каперсов, 6 крупных корнишонов, 2 молодые луковицы и 1 маленький пучок кервеля. Смешайте в миске все ингредиенты с 250 мл майонеза.

Подается к жареной рыбе.

Голландский соус

Растопите на водяной бане 300 г сливочного масла. Когда масло растопится, снимите с поверхности хлопья и всплывшие частицы, чтобы масло стало совершенно прозрачным. В кастрюле смешайте 5 желтков с 3 ст. л. воды. Нагревайте на слабом огне 6–8 минут, непрерывно взбивая, чтобы получился сабайон. Снимите с огня и, взбивая, влейте топленое масло. Добавьте сок $\frac{1}{2}$ лимона, соль и перец. Храните при комнатной температуре.

Подавайте к рулетам из лосося с рокфором (с. 24), сардинам с песто из зелени (с. 42), крепинетами из лосося с беконом и луком (с. 55), морскому черту и порею гриль (с. 58)...

Соус руй

В чашу комбайна поместите 1 желток крутого яйца, 1 сырой желток, 1 ст. л. горчицы, 1 филе анчоуса, 1 крупный очищенный зубчик чеснока, 2 щепотки шафрана, 2 щепотки паприки, 1 ч. л. томатной пасты, соль и перец.

Включите комбайн на 30 секунд, затем влейте 100 мл оливкового масла и 100 мл подсолнечного.

Включите комбайн еще на несколько секунд, чтобы соус стал однородным.

Подавайте к рыбному супу (с. 134), а также к жареной рыбе.

Рыбный велюте

В кастрюле кипятите 400 мл рыбного бульона, пока он не выпарится наполовину, добавьте 200 мл жирных сливок, посолите и поперчите. Еще немного выпарите, чтобы соус слегка загустел. Взбивая, добавьте 60 г холодного сливочного масла. Кипятите 2 минуты, взбивайте погружным блендером до однородной консистенции. До подачи держите на водяной бане.

Перед подачей на стол добавьте измельченный зеленый лук, карри, шафран, горчичные зерна и икру морского ежа...

Соус бёр-блан

В кастрюле смешайте 200 мл белого вина, 2 измельченные головки лука-шалота и 1 веточку тимьяна. Нагревайте, пока вино почти полностью не выпарится. Добавьте 200 мл жирных сливок и уварите наполовину. Сняв с огня, при непрерывном взбивании добавьте 200 мл порезанного кубиками холодного сливочного масла. Процедите соус через сито и держите в тепле на водяной бане.

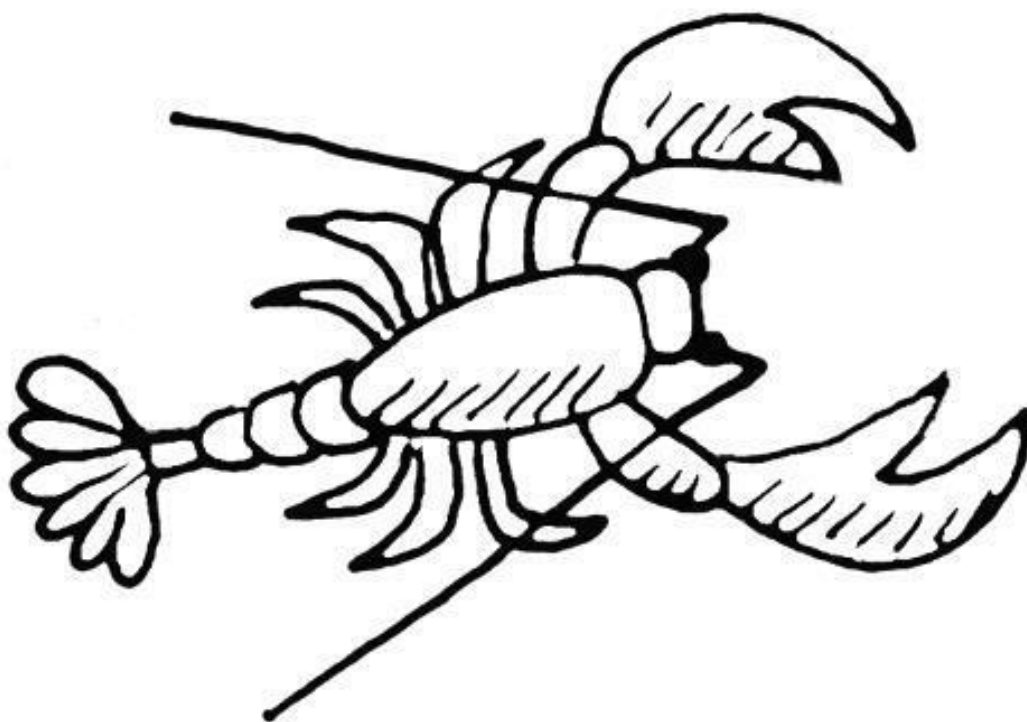
Подавайте к маринованной пикше гриль (с. 14), треске с чорисо (с. 23), морским гребешкам на шпажках с шиитаке (с. 64)...

Соус биск

Измельчите и поджарьте в большой кастрюле с 50 мл оливкового масла 2 моркови, 2 зубчика чеснока и 2 луковицы. Добавьте 1 кг панцирей ракообразных или дробленых мелких крабов и, помешивая, поджаривайте 5 минут на сильном огне. Добавьте 1 ст. л. с верхом томатной пасты, поджаривайте 2 минуты, фламбируйте 1 рюмкой коньяка, залейте водой, чтобы она покрыла содержимое кастрюли, добавьте 3 нарезанных кусочками помидора, посолите и поперчите. Доведите до кипения и варите 1 час на среднем огне.

В течение 2 минут измельчите погружным блендером, затем процедите через частое сито, отжимая как можно тщательнее. Влейте в кастрюлю, добавьте 200 мл жирных сливок, соль и перец. Варите 15 минут на среднем огне. Снимите с огня и, взбивая, добавьте 30 г холодного сливочного масла. Взбейте соус погружным блендером и подавайте горячим.

Подавайте к крокетам из крабов с чесноком и чили (с. 87), с запеченной тюрбо с салом (с. 102) или лангустинами в катаифи (с. 130)...



Рыбный Бульон

Ингредиенты

На 600 мл бульона

800 г костей рыбы, желательно камбалообразной (тюрбо, морского языка, солнечника...)

4 измельченные головки лука-шалота

300 мл белого вина

30 г сливочного масла

Кости разрежьте на удобные для варки куски, ополосните холодной водой. В большой кастрюле на среднем огне поджарьте на сливочном масле шалот. Добавьте кости и поджаривайте еще 5 минут.

Влейте белое вино и добавьте холодной воды, чтобы она полностью покрыла кости. Доведите до кипения и варите 20 минут на среднем огне, снимая пену. Процедите рыбный бульон через частое сито.

Используйте рыбный бульон в течение 2 суток или храните в морозильнике в маленьких пластиковых контейнерах. Можно также сделать из рыбьего бульона кубики льда. Это удобно, если вы используете его понемногу.

Бульон для варки рыбы

Ингредиенты

На 3 л бульона

1 морковь

1 крупная луковица

1 веточка розмарина

2 веточки тимьяна

3 кружка лимона

500 мл белого вина

2,5 л воды

1 ст. л. крупной соли

15 зерен перца



Почистите и нарежьте лук и морковь.

Влейте в кастрюлю воду и белое вино. Добавьте лук и морковь, кружки лимона, тимьян, розмарин и соль. Доведите до кипения и варите на среднем огне 15 минут. Выключите огонь, добавьте перец и дайте полностью остыть. Процедите.

Чтобы сварить рыбу в бульоне, положите ее в большое глубокое блюдо или другую жаростойкую посуду и залейте холодным бульоном. На слабом огне доведите до кипения и варите 10–20 минут (в зависимости от величины и сорта рыбы). Выньте рыбу из бульона, если подаете ее горячей, или дайте ей остыть в бульоне, если подаете холодной.















На планче



Маринованная пикша гриль

Приготовление: 30 мин.

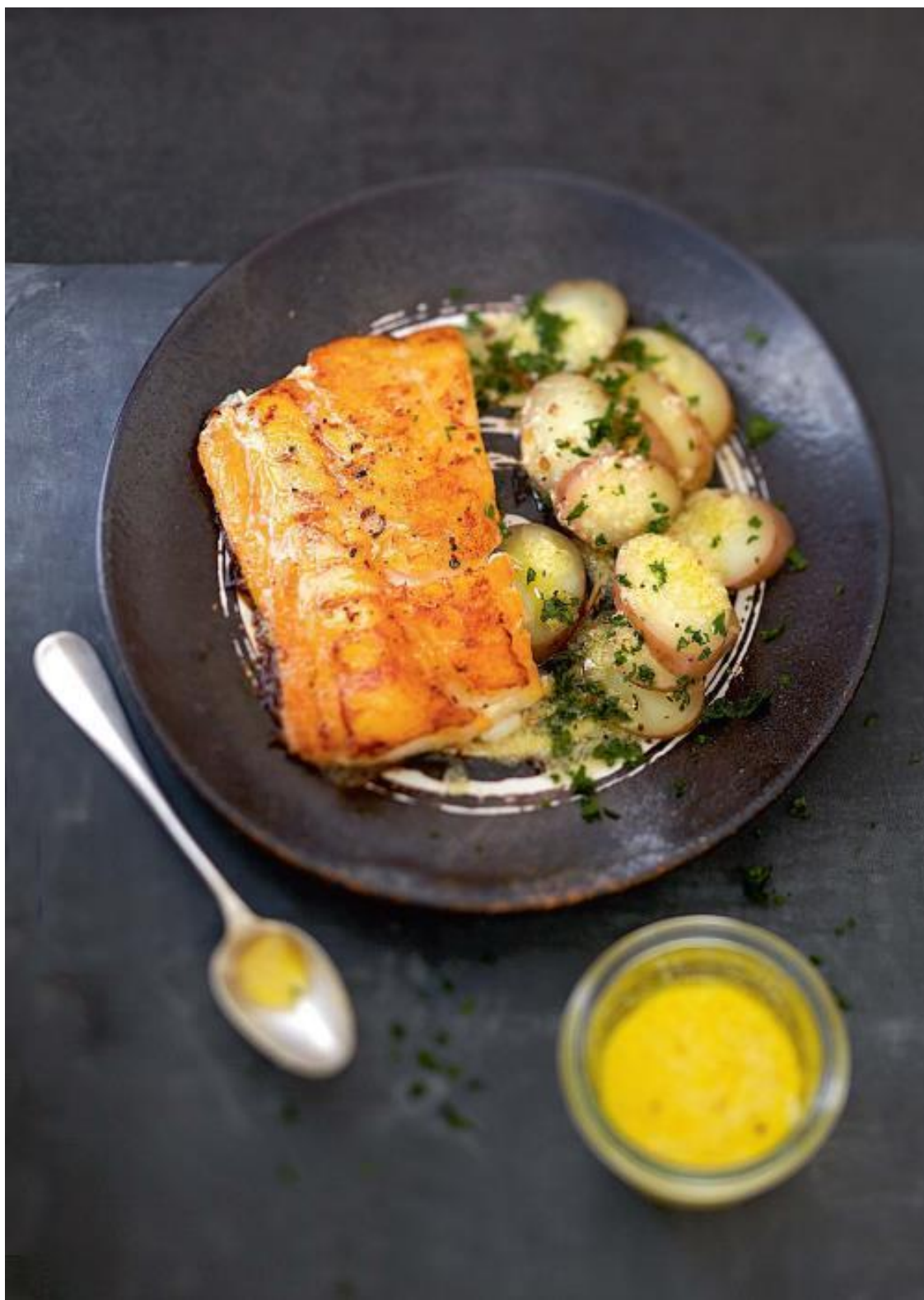
Маринование: 3 ч.

Жарка: 10 мин.

Ингредиенты

На 6 порций

6 кусков пикши по 160–180 г
2 ст. л. хрена
750 г картофеля сорта розеваль
3 головки лука-шалота
1 маленький пучок петрушки
100 мл апельсинового сока
3 ст. л. винного уксуса
150 мл оливкового масла
Соль, перец из мельницы



В миске смешайте апельсиновый сок с солью и перцем, добавьте половину оливкового масла и хрен.

Положите куски копченой пикши в глубокое блюдо и залейте маринадом с хреном. Немного маринада оставьте для подачи. Закройте пленкой и на 3 часа поставьте в холодильник.

Помойте картофель и 20 минут варите его в кастрюле с кипящей подсоленной водой.

Почистите и измельчите шалот. Помойте и порежьте петрушку.

В миске смешайте уксус, соль и перец. Добавьте оставшееся масло, шалот и петрушку. Все перемешайте.

Разогрейте планчу.

Выньте картофель из воды. Не охлаждая, нарежьте ломтиками, положите в миску с соусом винегрет и перемешайте.

Выньте пикшу из маринада и поджарьте на планче по 5 минут с каждой стороны.

Подавайте пикшу гриль с теплым картофелем. Отдельно подайте оставшийся маринад.

Морской черт с беконом и шалфеем

Приготовление: 45 мин.

Охлаждение: 6 ч.

Жарка: 15 мин.

Ингредиенты

На 6 порций

6 кусочков филе морского черта по 160 г

12 ломтиков бекона

12 листиков шалфея

9 зеленых помидоров

2 головки лука-шалота

1 зубчик чеснока

300 мл рыбного бульона (с. 10)

180 г сливочного масла

3 ст. л. оливкового масла + еще немного для планчи

Соль, перец из мельницы



Почистите и измельчите шалот и чеснок, порежьте 6 листиков шалфея.

В миске смешайте 100 г размягченного сливочного масла с шалотом, чесноком, порезанным шалфеем, солью и перцем.

Надрежьте каждый кусок рыбы и раскройте книжкой. Внутри посолите и поперчите и намажьте половиной масла с шалфеем. Закройте куски и сверху смажьте оставшимся маслом с шалфеем. Каждый кусок плотно оберните 2 ломтиками бекона. Закройте пленкой и на 6 часов поставьте в холодильник.

Измельчите оставшийся шалфей, в кастрюле разогрейте рыбный бульон с солью и перцем и кипятите 5 минут. Взбивая, на сильном огне добавьте оставшееся холодное масло кусочками,

затем нарезанный шалфей. Все измельчите погружным блендером и держите соус в тепле, но не кипятите.

Разогрейте планчу и слегка смажьте оливковым маслом.

Помойте помидоры, разрежьте их пополам, посолите и поперчите со стороны среза и сбрызните оливковым маслом.

Подрумяньте на планче помидоры со стороны среза, одновременно положите на планчу куски морского черта и жарьте 10–15 минут, регулярно переворачивая. Сразу же подавайте на стол с соевым соусом.

Филе лосося по-восточному

Приготовление: 30 мин.

Жарка: 20 мин.

Ингредиенты

На 6 порций

6 кусков филе шотландского лосося по 180 г (с кожей, без чешуи)

3 довольно крупных круглых кабачка

18 мелких молодых луковиц или головок шнитт-лука со стеблем

1 пучок кинзы

1 зубчик чеснока

1 ч. л. без верха молотого кумина

1 ч. л. без верха зерен кориандра

1 ч. л. с верхом хариссы

3 ст. л. лимонного сока

100 мл оливкового масла + еще немного для планчи

Флер-де-сель, перец из мельницы



Разогрейте планчу на среднем огне и слегка смажьте ее маслом.

Помойте кабачки и порежьте их кружочками. Помойте шнитт-лук (или мелкие луковички).

Посыпьте куски лосося флер-де-сель и перцем и положите их на планчу кожей вниз.

Рядом положите кабачки и шнитт-лук. Жарьте рыбу, не переворачивая (с одной стороны) 15–20 минут, пока она не станет полупрозрачной. Кабачки и шнитт-лук несколько раз переверните, чтобы они поджарились со всех сторон.

Тем временем очистите зубчик чеснока. Помойте и оборвите листья кинзы, сложите их в глубокую миску. Добавьте чеснок, кумин, кориандр, лимонный сок, хариссу, оливковое масло и 1 щепотку соли. 20 секунд измельчайте погружным блендером.

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.