

Ваш домашний повар



# СПЕЦИИ и ПРИПРАВЫ



Ваш домашний повар

# **Специи и приправы**

«РИПОЛ Классик»

2012

Специи и приправы / «РИПОЛ Классик», 2012 — (Ваш домашний повар)

В привычном понимании специи – это вкусо-ароматические добавки к пище, имеющие растительное происхождение. В действительности же специями следует считать группу продуктов, предназначенных для сдабривания пищи, улучшения вкуса и аромата продуктов, а также изменения консистенции блюд. Они могут быть как природными (соль, агар-агар, желатин, пряные травы и овощи и пр.), так и полученными искусственным способом (синтетические заменители специй и пряностей). Данное издание познакомит читателей с многообразием специй, их основными характеристиками, расскажет об истории распространения, технологии обработки и производства, применении в кулинарии, народной и традиционной медицине.

, 2012

© РИПОЛ Классик, 2012

# Содержание

Введение	5
Специи	6
Агар	7
Алкоголь	8
Аммоний	9
Борная кислота	10
Глутамат натрия	11
Дрожжи	12
Желатин	13
Карлук	15
Квасцы алюмокалиевые	16
Крахмал	17
Кремортартар	18
Лакрица	19
Лимонная кислота	20
Пекарский порошок	21
Пепсин	22
Поташ	23
Сахар	24
Сода	25
Соль	27
Соль поваренная	27
Соль испанская	27
Соль каменная	27
Соль каменная российская	27
Уксус	29
Пряные овощи	30
Лук-порей	31
Использование в народной медицине	31
Использование в кулинарии	31
Лук-порей с маслинами в уксусе	32
Салат из лука-порея с яблоками	32
Суп с овощами и луком-пореем	32
Лук-репка	34
Конец ознакомительного фрагмента.	35

# Составитель Кашин С. П

## Ваш домашний повар. Специи и приправы

### Введение

История применения специй и пряностей в кулинарии насчитывает несколько тысячелетий. Ученые полагают, что уже древний человек для улучшения вкуса блюд добавлял в них ароматические растения и плоды.

Многие специи и пряности, широко употребляемые в наши дни, были известны еще древним китайским поварам, о чем свидетельствуют письменные источники, датированные III тысячелетием до н. э. Секретами придания блюдам особого вкуса с помощью специй и пряностей владели также индусы, вавилоняне, иудеи и арабы. Однако следует отметить, что в те времена пряные травы и овощи использовали главным образом в качестве растительных лекарств от множества недугов.

В Европе экзотические виды специй и пряностей получили широкое распространение в период Крестовых походов. Тогда их ценили наравне с драгоценными камнями и металлами, а также дорогостоящими восточными тканями. Популярностью разнообразные растительные приправы «обязаны» известному венецианскому купцу и путешественнику Марко Поло. В своем знаменитом путевом дневнике он поведал европейцам о странах, являющихся родиной большинства пряных трав, признанных гурманами Европы.

Основными поставщиками пряных трав в Европу на протяжении не одного столетия были арабы. Затем импортировать этот популярный товар в европейские страны стали также венецианцы, для которых вывоз пряных трав в течение длительного времени оставался главной статьей дохода. Однако к XV столетию они отдали пальму первенства в международной торговле пряностями португальским купцам, которые к тому времени смогли наладить торговые отношения с Индией, традиционно считающейся родиной многих известных специй и пряностей. В дальнейшем специи в Европу поставляли также Великобритания, Испания, Франция и Голландия.

С течением времени специи, пряности и приправы стали неотъемлемым компонентом блюд разных кухонь мира. И в наши дни их популярность велика благодаря особым свойствам придавать блюдам неповторимый вкус и аромат.

Представленное издание адресовано как начинающим поварам, так и уже опытным кулинарам. Оно поможет сориентироваться в мире специй и узнать их характерные особенности. Отдельные главы книги расскажут о правилах сочетания специй с определенными видами продуктов, о способах и правилах составления пряных смесей, а также лечении болезней с использованием пряностей.

## Специи

Собственно специи можно условно разделить на две основные группы. Первую представляют грибковые культуры и высокомолекулярные органические вещества (желирующие вещества, дрожжи и микроорганизмы-палочки и пр.). Они выполняют особую функцию – делают сырые продукты готовыми к употреблению.

Подобные вещества применяют главным образом в промышленном изготовлении продуктов.

Во вторую группу собственно специй входят активные химические соединения, имеющие органическое или минеральное происхождение.

К их числу относятся известные всем соль, сахар, квасцы, уксус, поташ, сода, этиловый спирт, аммоний, глютамат натрия, крахмал и пищевые кислоты. От веществ, составляющих первую группу, они отличаются тем, что их получение возможно синтетическим или химическим способом. Хотя большая их часть присутствует в природе.

Следует отметить, что первоначально именно эти вещества именовали специями. И лишь недавно данное понятие стало включать в себя не только перечисленные выше соединения, но и пряности. Более того, термины, обозначающие указанные выше вещества, утратили былой смысл. Сегодня соль, желатин, соду или сахар не называют специями.

Это добавки, входящие в состав определенных блюд.

Как же отличить собственно специи от, например, пряностей или иных добавок?

Отличительной характеристикой перечисленных выше веществ является их способность придавать блюдам характерный вкус, аромат и консистенцию. При этом одни специи необходимы лишь для улучшения вкусовых качеств кулинарных изделий, другие – только для придания им нужной консистенции, третьи – исключительно для изменения аромата.

## Агар

Агар – желирующее вещество растительного происхождения. Сырьем для его изготовления служат морские водоросли, добываемые у берегов Индийского океана, Китайского, Японского и Северных морей. В России агар получают путем особой переработки красных водорослей, добыча которых ведется в Белом море.

В химический состав агара входит 90 % углеводов, значительную часть которых занимают полисахариды и растительный белок. Специальным образом обработанный агар имеет вид тонких полупрозрачных пластин или лент, длина которых может составлять до 30 см, а ширина до 0,5 см.

При взаимодействии с холодной водой они значительно увеличиваются в объеме, под воздействием горячей – полностью растворяются, трансформируясь в студнеобразную массу, не имеющую запаха и вкуса.

Желирующие свойства агара чрезвычайно высоки: достаточно плотный студень образуется при растворении вещества, концентрация которого составляет лишь 0,5 %. Помимо этого агар обладает способностью не подавлять аромат исходного продукта, как это происходит при использовании желатина. Благодаря этому свойству он широко применяется в кондитерском производстве для приготовления пастилы, конфет, суфле, мармелада и проч.

## АЛКОГОЛЬ

В кулинарии алкоголь применяют в виде этилового спирта, водки, вина или коньяка. Зачастую даже незначительное его количество позволяет существенно повысить вкусоароматические характеристики и консистенцию готового блюда. Вместе с тем домашние хозяйки крайне редко используют алкоголь, что вызвано отсутствием определенных традиций в кулинарии, для большинства алкоголь ассоциируется с веселым застольем, нежели с приготовлением какого-либо блюда.

Кулинары советуют применять алкоголь при изготовлении блюд из мяса, яиц и овощей, а также при приготовлении выпечки.

Кроме того, существуют рецепты рыбных кушаний, требующие обработки сырья вином. Алкоголь придаст мягкость и нежность говядине, свинине, телятине и курице. Он позволит несколько сократить время приготовления продукта, при необходимости устранил его неприятный запах и очистит от бактерий. В результате блюдо удивит своим «чистым» и ярким вкусом, нежной консистенцией и приятным ароматом.

Повара рекомендуют готовить овощи с использованием виноградного вина в пропорции  $\frac{1}{2}$ –2 ст. л. на 1 кг сырого продукта. В блюда из молотого мяса обычно достаточно добавить несколько (не более восьми) капель коньяка или спирта, чтобы придать полуфабрикату необычный вкус и нежную консистенцию.

В русской кухне алкоголь традиционно используют в кондитерских изделиях. Одним из компонентов теста, предназначенного для приготовления хвороста, пряников, куличей или печенья, является алкоголь (в зависимости от вида выпечки – вино, спирт, коньяк или водка).

Соотношение алкоголя и остальных ингредиентов в рецепте того или иного блюда может быть различным. Объем его может составлять от нескольких капель до 1 ст. л. Присутствие алкоголя в тесте способствует лучшему его пропеканию. Готовый продукт получается рыхлым, пористым и рассыпчатым. Так, добавление всего 1 ст. л. кислого виноградного вина на 1 кг сдобного теста значительно улучшает его качество.

Алкоголь рекомендуется использовать для предварительной подготовки тушки птицы и при термической обработке мяса. Для этого тушку сначала поливают спиртом, а затем поджигают.

При запекании или тушении подготовленное таким образом мясо приобретет привлекательный внешний вид и приятный аромат.

При приготовлении некоторых блюд из дичи или курицы, а также фруктовых ассорти и тортов требуется произвести фламбирование – уже готовое блюдо после подачи на стол сбрызнуть ароматизированным спиртом или коньяком и поджечь.

## Аммоний

Аммоний (карбонат аммония, или углекислый аммоний) представляет собой соль угольной кислоты. При взаимодействии с воздухом данное вещество трансформируется в двууглекислый аммоний, который нельзя использовать для приготовления пищи. Двууглекислый аммоний – порошкообразное вещество, при растирании приобретающее вид еще более мелкозернистой субстанции.

По внешнему виду аммоний похож на плотные солевые корки, прозрачные или присыпанные белой пылью. При контакте с воздухом корки становятся хрупкими и непрозрачными.

Особенно широко аммоний применяется в германской, датской, австрийской, бельгийской, чешской, норвежской и шведской кухнях. Его используют в качестве добавки, активизирующей подъем бездрожжевого сладкого и сдобного теста. Чаще всего им заменяют пищевую соду, которая придает выпечке рыхлость и пористость.

Кроме того, аммоний является компонентом сырья для пивоваренной промышленности. При добавлении вместе с дрожжами он усиливает процесс брожения исходной жидкости.

Для использования в кулинарии рекомендуется выбирать аммоний, имеющий чистый состав и не вступавший в контакт с воздухом. Только с помощью высококачественного вещества можно добиться хорошей всхожести теста. Хранить аммоний нужно в плотно закупоренных емкостях из темного непрозрачного стекла, бумажных пакетах либо в металлических банках, стенки и дно которых предварительно следует покрыть белой бумагой. Посуда из глины, фаянса или керамики непригодна для хранения аммония.

## **Борная кислота**

Борная кислота представляет собой слабую кислоту, имеющую неорганическое происхождение. Белые кристаллы данного вещества осаждаются в виде чешуек белого цвета.

Основной характеристикой борной кислоты является плохая растворимость в воде. Однако она быстро растворяется в спирте. Это вещество обладает высокими дезинфицирующими и антибактериальными свойствами, благодаря чему широко применяется не только в медицине, но и в кулинарии.

В летний период с ее помощью можно сохранить мясо, для чего достаточно присыпать куски небольшим количеством вещества. Перед приготовлением блюда кислоту смывают с продуктов проточной водой.

Борная кислота входит в состав порошка, предназначенного для увеличения срока годности молока. Его готовят, смешивая 1 часть борной кислоты и 4 части сахарной пудры, полученную смесь растворяют в 1 л молока.

## **Глютамат натрия**

Глютамат натрия – это соль глутаминовой кислоты. Представляет собой порошкообразное вещество белого цвета, способное усиливать запах пищевых продуктов. Особенной популярностью пользуется в японской и китайской кухнях, где его применяют для улучшения вкусовых качеств мясных, овощных и рыбных блюд, а также напитков, в частности томатного сока.

Это вещество добавляют непосредственно в процессе приготовления блюда, за несколько минут до готовности. При быстрой обжарке продуктов вводят одновременно с солью. В кулинарии глютамат натрия применяют в малом количестве. Так, его объем в блюде, рассчитанном на 4 порции, не должен превышать 0,1 ч. л.

## Дрожжи

Они бывают двух видов: прессованные и пивные. В кондитерском производстве и хлебопечении прессованные дрожжи являются основным компонентом, позволяющим ускорить подъем так называемого дрожжевого, или кислого, теста, из которого затем выпекают различные изделия (хлеб, булочки, сайки, пироги, пирожки и т. п.). Пивные дрожжи используют для приготовления напитков: пива, кваса, шипучки, морса и пр.

Кулинары и домашние хозяйки отдают предпочтение дрожжам, изготовленным в промышленных условиях. Однако мало кому известно, что их можно приготовить и дома. Следует отметить, что процесс заготовки дрожжей занимает достаточно много времени, а конечный продукт может не отвечать требованиям гигиенической безопасности, поскольку в условиях квартиры зачастую бывает трудно создать стерильную среду, необходимую для роста «чистых» бактерий.

Для самостоятельного приготовления дрожжей в качестве основного компонента обычно выбирают дрожжи промышленного производства. Получить дрожжи в домашних условиях можно также, если замесить тесто из пшеничной муки, сахара и пива. Полученную массу требуется выдержать в течение некоторого времени при комнатной температуре для сбраживания.

На основе пивных дрожжей, как правило, готовят иную дрожжевую массу. Для этого их соединяют с картофельным пюре, медом и сахаром. Все тщательно перемешивают и оставляют при комнатной температуре на сутки.

Хранить дрожжи следует при низкой температуре (замороженными) или в высушенном виде.

## Желатин

Желатин – это клей животного происхождения, применяется в кулинарии. Его получают способом вываривания очищенных от жира жил, костей и хрящей домашнего скота. Конечный продукт затем подвергают сушке. Он имеет вид полупрозрачных либо прозрачных, почти бесцветных пластин или листов, толщина которых составляет до 3 мм. Такое вещество увеличивается в объеме при погружении в воду температурой 36 °С и полностью растворяется при температуре воды менее 45 °С.

В последнее время в продаже появился желатин низкого качества, который представляющий собой мелкие гранулы или зерна. Он обычно имеет желтоватую окраску и характеризуется тем, что сравнительно медленно растворяется в воде. Для разбухания такого желатина потребуется от 30 до 40 минут, после чего раствор необходимо медленно нагреть на водяной бане до температуры 60 °С для полного растворения твердых частиц.

Высококачественный желатин не имеет запаха и вкуса. Более дешевые сорта обычно отличаются едва заметным запахом и привкусом клея, поэтому их не применяют для приготовления десертных блюд. Эти сорта используют в качестве желирующего компонента к блюдам из мяса или рыбы. Клеевой запах желе можно устранить, используя чуть большее количество специй и пряностей.

Для хранения желатина рекомендуется выбирать чистые и сухие емкости из стекла. Температура воздуха может составлять от 15 до 32 °С, а уровень влажности должен быть минимальным. При таких условиях желатин способен сохранять свои качества в течение неограниченного времени.

При использовании желатина для получения вкусного и ароматного блюда приятной консистенции следует предварительно рассчитать соотношение компонентов. Повара рекомендуют снижать количество желатина при приготовлении заливных блюд из мяса и, напротив, увеличивать при добавлении в кисели, фруктово-ягодные и рыбные блюда. Причем самым низким содержание желатина должно быть в блюдах из фруктов, в которых изначально содержится большое количество пектинов, являющихся природными желирующими веществами.

Дозы желирующего вещества следует определять перед приготовлением того или иного блюда с учетом упомянутых выше факторов. Для получения желе средней консистенции раствор готовят в соотношении 1 л жидкости на 20 г желатинового порошка. Для получения более плотной массы количество желатина увеличивают до 60 г на 1 л жидкости. Использовать желатин в еще большем количестве не рекомендуется, поскольку готовое блюдо неизменно приобретет консистенцию и запах столярного клея.

Желатиновые гранулы сначала заливают водой, после чего выдерживают при комнатной температуре до разбухания, нагревают при постоянном помешивании на медленном огне до полного растворения. Затем желатин вводят в основной продукт. Это может быть рыбный или мясной бульон, сливки, фруктово-ягодный сок и т. п. Полученную жидкость хорошо перемешивают и охлаждают, поместив в холодильник. Обычно достаточно получаса для того, чтобы смесь стала густой и плотной. Если это не произошло и исходная жидкость не приобрела студнеобразную консистенцию, значит, использовали желатин низкого качества либо с истекшим сроком годности или не были соблюдены правила приготовления блюда и пропорции компонентов.

Причинами низкой степени плотности желеобразной массы и наличия клеевого запаха чаще являются высокая температура нагревания растворенного желатина, высокая температура воздуха в помещении либо несоблюдение условий охлаждения. Для того чтобы блюдо из желатина получилось аппетитным и было лишено специфического запаха клея, рекомендуется

добавлять в исходный раствор небольшое количество пищевой кислоты: лимонной, яблочной, уксусной или винной.

## **Карлук**

Карлук (осетровый клей, рыбий клей, или ихтиоколл) – это вещество, обладающее желирующими свойствами. Его получают из внутренних стенок плавательного пузыря рыб, преимущественно осетровых. После соответствующей обработки карлук представляет собой сухие куски субстрата белого цвета толщиной 4 см, длиной не более 18 см и шириной до 8 см. Они характеризуются высокой степенью эластичности, лишены запаха и вкуса и быстро растворяются в горячей воде. При остывании раствора образуется довольно плотная студенистая масса, по консистенции напоминающая столярный клей.

Карлук является традиционным компонентом кондитерских изделий: суфле, желе, мармелада, а также киселей. Как правило, это высококачественные продукты питания, отличающиеся приятным вкусом и сохраняющие внешний вид, форму и пищевые характеристики в течение длительного времени.

## Квасцы алюмокалиевые

Квасцы алюмокалиевые относятся к категории двойной соли. Вещество представляет собой осадочные кристаллы, которые имеют вид бесцветных октаэдров и кубов. При приготовлении продуктов питания применяют квасцы природного происхождения. Они обладают вяжущим и сладковато-кислым привкусом.

Это вещество быстро растворяется в горячей и трудно – в холодной воде. Известно, что при температуре воды 100 °С растворяются 154 части квасцов, а при более низкой температуре – только 3–5 частей. В связи с этим их рекомендуется использовать лишь в кипящих растворах и отварах. Концентрацию квасцов определяют в зависимости от обрабатываемых продуктов.

Указанную специю довольно широко употребляли еще в Древнем Риме. Ее завозили из восточных стран, на территории которых располагались алюмокалиевые месторождения. В XV в. местом промышленной добычи квасцов стала Италия.

Главным назначением квасцов в древности и Средние века было очищение воды и нейтрализация жира. Спустя некоторое время их стали применять главным образом при приготовлении и обработки рыбы. Это позволяло избежать разваривания рыбного филе, придавало ему аппетитный голубоватый цвет и приятный аромат. В настоящее время рецепты блюд из форели с добавлением квасцов сохранились в Грузии.

Следует отметить, что при использовании квасцов для приготовления мяса или рыбы необходимо добавлять в блюдо приправы или пряности.

Введение этого вещества позволяет при необходимости значительно сократить время приготовления продуктов, поскольку квасцы обладают антибактериальным и дубильным свойствами.

## Крахмал

Крахмал (картофельная мука) – полисахарид, представляющий собой мелкозернистое, почти пылеобразное, порошкообразное вещество белого цвета, не имеющее вкуса. В холодной воде растворяется достаточно быстро. При взаимодействии с горячей водой становится комковатым, практически нерастворимым. При добавлении в спирт остается нерастворимым. Этот продукт является источником углеводов. Его содержание особенно велико в картофеле и кукурузных зернах. Добывают крахмал способом вымывания холодной водой из картофельных клубней.

В настоящее время крахмал достаточно широко применяют в кулинарии. Его часто используют в смеси с другими видами муки при приготовлении теста. Полученный мучной порошок следует разводить не водой, а исключительно молоком, сметаной или кислым молоком.

Наиболее популярным блюдом, приготовленным с применением крахмала, можно назвать кисель. Помимо этого крахмал добавляют в компоты, фруктовые пюре, бланманже и соусы. Он позволяет изменить консистенцию исходного продукта, сделать ее вязкой и более густой. С помощью крахмала консистенцию блюда можно изменять не только количественно, но и качественно. При этом используют различные виды данной специи. Так, наиболее популярным является уже упомянутый ранее картофельный крахмал. Рисовый крахмал в сравнении с картофельным придает продуктам более вязкую и грубую консистенцию. Кукурузный крахмал позволяет получить более нежное и приятное на вкус блюдо.

Нужно отметить, что добавление крахмала приводит к частичной утрате продуктами первоначального вкуса. Во избежание этого рекомендуется увеличивать количество других приправ и специй: сахара, лимонной кислоты, пряностей и пр.

## Кремортартар

Кремортартар – это кислая калиевая соль винной кислоты или виннокаменная соль калиевой кислоты. Она образуется естественным способом на стенках емкостей с вином, которое хранится в течение длительного периода времени. Это вещество имеет вид кристаллов, выпадающих в осадок на поверхности тары вследствие брожения винных масс.

В сочетании с жидкостями (молоко, вода и пр.), применяемыми при изготовлении теста для выпечки, кремортартар трансформируется в раствор винной кислоты, который способствует брожению теста и повышению его всхожести. По этой причине кремортартар был включен в состав пекарского порошка. Однако при изготовлении выпеченных изделий его можно применять и самостоятельно. Особенно часто кремортартар используют для приготовления слоеного теста.

При необходимости кремортартар можно заменить любой пищевой кислотой: уксусной, лимонной или яблочной.

## Лакрица

Лакрицей принято называть порошок, получаемый из корней уральской солодки.

Вещество характеризуется сладковатым вкусом и терпким ароматом.

В небольшом количестве его используют преимущественно при изготовлении кондитерских изделий, которым необходимо придать выраженный сладкий и приторный вкус.

Помимо этого лакрицу применяют в качестве добавки к моченым продуктам, которые сегодня встречаются на рынке чрезвычайно редко. Прежде всего, это вызвано изъятием из торговой сети лакрицы, некогда бывшей главным компонентом русских мочений: моченых яблок, моченой морошки, моченой брусники и т. п.

Следует отметить, что лакрица является обязательным компонентом русских национальных фруктово-ягодных мочений. Замена ее сахаром обычно приводит к порче сырья и его сбраживанию.

Лакрица, обладающая некоторым антибактериальным эффектом, предотвращает рост патогенных микроорганизмов, сохраняя тем самым продукт и одновременно придавая ему приятный вкус и аромат.

## **Лимонная кислота**

Лимонная кислота представляет собой трехосновную органическую оксикислоту. Это бесцветное кристаллическое вещество, характеризующееся ярко выраженным кислым вкусом и лишенное запаха.

При контакте с воздухом превращается в мелкокристаллический порошок белого цвета.

В кулинарии лимонную кислоту используют главным образом для придания блюду кислотоватого привкуса. Чаще всего она служит вкусовой добавкой для компотов, муссов, киселей, желе и сладкой выпечки.

Для восстановления цвета свеклы ее кладут в борщи, свекольники, винегреты и солянки.

Лимонную кислоту можно применять для приготовления прохладительного напитка. Для этого следует растворить в 1 л кипяченой воды 5 г лимонной кислоты и 100 г сахара. Все перемешать до растворения крупинки компонентов и затем поместить на некоторое время в холодильник.

## Пекарский порошок

Пекарский порошок – это смесь веществ, обладающих тестоподъемными свойствами. Его широко применяют в западноевропейской и американской кухнях при изготовлении выпечки.

Основными ингредиентами пекарского порошка являются кремортартар, сода и углекислый аммоний. Кремортартар в сочетании с содой и под воздействием высокой температуры обуславливает образование углекислого газа, который и способствует подъему теста. Для предотвращения порчи и выдыхания главных компонентов в пекарский порошок вводят нейтральное вещество. Это может быть мука или сахарная пудра. В Западной Европе в тесто добавляют пекарский порошок, одним из составляющих которого является рисовая мука.

Несмотря на то что все производители пекарского порошка хранят в строжайшем секрете пропорции основных компонентов, можно приготовить такой бакпульвер и в домашних условиях, самостоятельно подобрав соотношение веществ. Для этого нужно уложить слоями пищевую соду (125 г), углекислый аммоний (20 г), рисовую муку (25 г) и кремортартар (250 г).

Важным условием получения высококачественного пекарского порошка является использование абсолютно сухих исходных ингредиентов. Кроме того, необходимо соблюдать определенную последовательность их закладки. Сначала требуется взять соду и аммоний, далее добавить рисовую муку, присыпав ею слой аммония, и в заключение – кремортартар. Перемешивать полученный порошок не нужно, поскольку в этом случае сохраняются свойства выложенных слоями веществ. Использование пекарского порошка позволяет значительно улучшить вкусовые качества и внешний вид выпечки.

Для хранения пекарского порошка рекомендуется выбирать плотно закупоренные емкости, которые не пропускают воздух и свет.

Масса однократно приготовленного бакпульвера не должна превышать ½ кг. При чрезмерно длительном хранении он портится, а его свойства ухудшаются.

## **Пепсин**

Это вещество, предназначенное для сквашивания молока и молочных продуктов. Его получают из слизистых оболочек и сычугов желудков крупного рогатого скота и свиней. Оно имеет вид мелкого порошка серо-желтого цвета.

В кулинарии пепсин применяют главным образом для активизации процесса брожения молока, которое затем используют в качестве сырья для изготовления сыра и творога.

Хранить пепсин лучше в жестяных или стеклянных емкостях, которые плотно закупориваются, либо в бумажных пакетах.

## Поташ

Поташ (углекислый калий) – порошкообразное вещество, которое получают путем сжигания сухой травы полыни. В кулинарии его использовали еще древнегреческие и древнеримские повара. Название этого вещества имеет немецкое происхождение: Pot означает «горшок» и Asch – «зола». Дело в том, что полынь сжигали, поместив ее в керамические горшки.

Пик популярности поташа приходится на период с XV по XVI в., его добавляли в пряничное тесто. Наряду с медом поташ придавал выпеченным изделиям особый аромат и делал их рассыпчатыми.

Массовое производство поташа в России началось еще в XV столетии. Известно, что уже в XVII в. русские купцы вывозили его в другие страны. Таким образом, поташ был поставлен в один ряд с традиционными предметами российского экспорта: пенькой, медом, воском и дегтем. Согласно сохранившимся документам количество вывозимого за рубеж поташа составило на тот момент 800 тонн. К XIX в. оно увеличилось до 5 тысяч тонн, а в первое десятилетие XX столетия достигло 18 тысяч тонн.

Основным сырьем для изготовления поташа в России являлись надземные части подсолнечника – листья и стебли, а также отходы сахарного производства (меласса, черная патока).

Российский поташ славился по всему миру своим высоким качеством.

Благодаря высоким характеристикам и чистоте состава его использовали не только в промышленно-технической сфере, но и в кулинарии. Вместе с тем известно, что русские повара чаще всего отказывались от применения поташа. Наиболее популярен он был у среднеазиатских кулинаров, которые использовали его для приготовления вытяжного теста и дунганской лапшы.

Популярность поташа в начале XX в. значительно снизилась вследствие того, что в качестве сырья для его изготовления стали применять овечью шерсть или соломенную подстилку для овец.

Негигиеничность исходного материала и конечного продукта при производстве поташа, предназначенного для технических целей, стала причиной отказа многих поваров от добавления его в продукты питания. Ведь немногие могли различить представленный на рынке поташ, имеющий растительное происхождение, и тот, который готовили из овечьих вычесок.

## Сахар

Сахар (сахароза) – специя, которая относится к группе углеводов. Это кристаллическое вещество, имеющее сладкий вкус, бесцветное, белое или желтоватое. Цвет его обусловлен спецификой обработки и очистки исходного сырья.

В настоящее время сахар в большей степени считается продуктом питания, сладостью, нежели специей. Однако нужно помнить о том, что это вещество изменяет первоначальный вкус продуктов, делает их сладкими.

Именно с данной точки зрения и следует характеризовать сахар, прежде всего как один из видов специй.

Сахар широко применяется в кондитерском производстве и хлебопечении.

Его используют также при приготовлении напитков, желе, муссов, варенья, джемов, он является частым компонентом рецептов овощных блюд и домашних консервов.

Опытные кулинары советуют добавлять  $\frac{1}{2}$  ч. л. сахара в супы и винегреты для придания особого вкуса продуктам.

Мало кому из домашних хозяек известно, что добавление в то или иное блюдо сахара может помочь исправить неприятный запах некоторых продуктов. Например, его можно вводить в состав пряно-солевой смеси, предназначенной в качестве приправы для жареной или тушеной морской рыбы, а также свинины.

Перед термической обработкой куски свинины густо посыпают сахаром, после чего обваливают в муке. Обработанная таким образом свиная отбивная приобретет аппетитный аромат и привкус телятины и сливочного масла.

Сахар можно использовать для очищения свиного жира от специфических запахов. Для этого жир перетапливают с сахарным песком, снимая образующуюся на поверхности коричневатую пену. Конечный продукт после подобной обработки будет иметь приятный запах и легче усваиваться организмом.

## Сода

Сода (питьевая сода, пищевая сода, бикарбонат натрия, или двууглекислый натрий) – вещество, широко применяемое в кулинарной промышленности, хлебопечении, а также при изготовлении кулинарных изделий в домашних условиях. Известно, что повара Древней Греции использовали ее для приготовления выпечки. Уже в то время людям были известны содовые озера, при высыхании оставлявшие на берегах выпавшую в осадок соду.

Искусственную соду, заменившую природную, стали изготавливать во Франции в конце XVIII в. Технологию ее производства французские мастера кулинарного дела держали в строгом секрете. Они применяли ее главным образом при выпечке сладких бисквитов.

В 1861 г. бельгийский химик Э. Сольве смог разработать особую рецептуру получения искусственной соды. Новая технология очень скоро распространилась во все европейские страны и США.

В России сода оставалась неизвестной вплоть до середины XIX столетия. В то время ее использовали главным образом украинские, прибалтийские и польские пекари. Русские кулинары отдавали предпочтение натуральным веществам: дрожжам, уксусу, алкоголю, меду, закваскам и т. п. Печенье, включающее в свой состав соду, не пользовалось в то время широким покупательским спросом. Кроме того, следует признать, что русские медовые пряники и покрытые глазурью жемки по вкусовым качествам ничуть не уступали французским содовым бисквитам. Все это естественным образом тормозило распространение применения соды в русской кулинарии.

В России соду стали широко использовать в пекарном деле только в 20-е гг. XX в. Это вещество позволило изготавливать большое количество изделий, предназначенных для сети общественного питания. В середине того же столетия соду начали применять и домашние хозяйки при приготовлении выпечки. Во многом это было обусловлено дефицитом других специй: дрожжей и пряностей.

Нужно сказать, что в русской кухне соду используют преимущественно при приготовлении выпечки. Тогда как в Армении, Румынии, Болгарии, Молдове и Прибалтийских странах ее часто добавляют в жареные блюда: овощные оладьи, сырники и мясные котлеты.

Американские, канадские, английские и шотландские кондитеры используют соду в качестве добавки, улучшающей вкус и консистенцию цукатов и варенья, приготовленного из цитрусовых. В результате смягчается горьковатый привкус цедры, а консистенция варенья становится более однородной. Сода также входит в состав ароматного мармелада, который варят из корок апельсинов, лимонов, мандаринов и т. п.

Повара стран Средней Азии вводят соду в тесто, чтобы сделать его более эластичным, напоминаящим вытяжное, но без добавления растительного масла. Для этого обычное тесто смешивают с содовым раствором, приготовленным в соотношении 1:1. После некоторой выдержки полученное тесто разминают и растягивают до образования полоски лапши, которую традиционно называют дунганской.

Для улучшения вкусовых качеств и консистенции соду добавляют в небольшом количестве. В некоторых кухнях мира это делают во время тепловой обработки продуктов.

Помимо этого, современные хозяйки используют соду не только для приготовления блюд, но также для мытья посуды. Это порошкообразное вещество не только удалит даже самые стойкие загрязнения (например, пятна от чая или кофе на чашках), но и продезинфицирует обрабатываемые поверхности и устранит неприятные запахи.

Современные медики рекомендуют мыть овощи с применением содового раствора. Очищенный и предназначенный для тепловой обработки картофель можно засыпать порошком соды и оставить на некоторое время. Такая процедура не только поможет избавиться от бак-

терий, но также нейтрализует имеющиеся в составе продукта химикаты. Готовый картофель будет рассыпчатым и ароматным.

## **Соль**

### **Соль поваренная**

Поваренная соль (хлористый натрий, или хлорид натрия) известна человеку с древних времен. Историки утверждают, что люди стали подсаливать продукты еще в эпоху раннего палеолита.

В настоящее время различают несколько видов соли. Классификация построена на основе места добычи и расположения солевого источника. Помимо этого, учитывается и химический состав соли.

### **Соль испанская**

Месторождение испанской соли находится недалеко от города Кадиса. Она особенно ценна в Скандинавии, Нидерландах, Шотландии и в России. Чаще всего ее используют для засаливания рыбы.

Кристаллы испанской соли сравнительно крупные и прозрачные. Они долго растворяются в воде. В связи с этим рассол имеет нежный, но достаточно стойкий вкус. Засоленная в нем рыба в течение длительного времени сохраняет свои вкусовые качества, не портится и не высыхает.

### **Соль каменная**

Высокую оценку качества у европейских специалистов получила каменная соль, добыча которой ведется в Австрии, Германии и Польше.

Главной областью ее применения является обработка колбасных изделий и копченостей.

### **Соль каменная российская**

В России существует два вида соли. Соль первого вида добывают в двух месторождениях: илецком и усольском. Соль второго вида имеет осадочное происхождение. Ее добыча ведется у озера Баскунчак.

Следует заметить, что опытные кулинары предпочитают применять для приготовления блюд кристаллическую соль. В сравнении с выварочной или осадочной она чище по составу и имеет более высокие вкусовые качества. Йодированная соль при воздействии высокой температуры сообщает продуктам резкий привкус и аромат. Кроме того, она не рекомендована для приготовления консервов. Мелкая рафинированная соль непригодна для засолки рыбы и мяса.

Доказано, что кристаллы соли с одинаковой скоростью растворяются в холодной и в горячей воде. Известно также, что в 1 л воды полностью растворяется лишь 3,5 г соли. Значит, при приготовлении овощных консервов в домашних условиях невозможно растворить большее количество соли, чем будет принято водой.

При добавлении порции соли излишек ее обязательно выпадет в осадок и окажется впитанным овощами, грибами, рыбой или мясом, которые обладают способностью втягивать соль в неограниченном количестве.

Именно поэтому пересол при приготовлении домашних заготовок представляет серьезную опасность для здоровья. Для предотвращения этого нужно строго соблюдать пропорции

продуктов и рассола. При этом следует учитывать степень впитывания соли тем или иным продуктом.

Кроме того, при изготовлении домашних консервов нужно помнить о том, что причиной пересола может служить снижение количества воды при норме количества соли. Дело в том, что недостаток воды приводит к еще большему впитыванию продуктами соли, поэтому жидкие и полужидкие блюда рекомендуется солить в конце варки. Даже выпаривание 100–200 мл жидкости может привести к превышению концентрации соли в блюде и как следствие – пересолу.

Несколько иначе соль взаимодействует с маслами. Независимо от температуры жиры впитывают и растворяют минимальное количество соли. Излишек в любом случае выпадет в осадок. Именно поэтому пересол невозможен при обжаривании продуктов в масле. Для того чтобы получить вкусное блюдо из жареной рыбы, овощей или мяса, предварительно обильно солят масло, а не продукты. Соль в нужном количестве попадет в них уже в процессе жарки.

Как уже было замечено выше, все виды соли имеют почти одинаковый, соленый, вкус. Он может быть более или менее выраженным в зависимости от месторождения соли и технологии ее последующей обработки. На вкусовые качества соли во многом оказывают влияние присутствующие в ее составе примеси.

Избавиться от резкого привкуса можно, если прокалить соль на чистой эмалированной сковороде, дно которой предварительно нужно покрыть листом белой бумаги. Для приготовления «черной» (четверговой) соли рекомендуется смешать обычную поваренную соль с квасной гущей. Полученную смесь прокалить на эмалированной сковороде, после чего остудить и просеять.

## Уксус

Уксус (или уксусная кислота) – это прозрачная светлая жидкость, обычно используемая в кулинарии в виде водного или спиртового раствора. Ее получают путем сбраживания виноградных вин или фруктово-ягодных соков.

Известно, что уксусную кислоту широко применяли при приготовлении различных блюд повара Шумеры, Вавилона, Древнего Египта и Ассирии. До начала XX столетия ее получали только естественным способом. Впоследствии уксус стали варить на основе спирта. Разработчиком такой технологии стал германский ученый К. Гофман, которому удалось изготовить первый синтетический уксус в 1890 г. В настоящее время сырьем для изготовления уксусной кислоты служат отходы целлюлозного производства.

В кулинарии уксус применяют главным образом при приготовлении острых заправок, заливок, маринадов, предназначенных для маринования фруктов, овощей, рыбы, мяса и грибов. При введении его в блюдо следует соблюдать особую осторожность. В чистом виде уксус не применяют. Предварительно уксусную кислоту 80 %-ной концентрации разводят водой, получая таким образом 3 %-, 6 %- и 9 %-ные растворы; 3 %-ный раствор уксуса, как правило, используют для заправки соленой рыбы и салатов.

При приготовлении блюд повара отдают предпочтение натуральным уксусам: яблочному, винному и проч. Кроме того, их зачастую применяют в смесях с пряностями, получая особые виды уксусной кислоты: чесночный, эстрагонный и т. п.

Уксус улучшает вкус не только холодных, но и горячих блюд. Так, его добавляют в тушеное мясо, супы и солянки в целях придания кисловатого и острого привкуса основным продуктам. С его помощью также можно вернуть цвет овощам и фруктам, утратившим первоначальную окраску в процессе термической обработки.

Уксусная кислота входит в состав многих приправ: майонеза, кетчупа, горчицы и проч. При изготовлении кондитерских изделий ее вводят в тесто для того, чтобы сделать его более рыхлым и легким.

## **Пряные овощи**

Пряные овощи – самая немногочисленная группа пряностей. Их отличает большое распространение в огородной культуре. При приготовлении пищи используют не только надземные (листья, трава и т. п.), но и подземные части таких растений (корни, луковицы и т. п.). Кроме того, в качестве пряной добавки могут быть применены и семена.

В блюда пряные овощи добавляют как в свежем, так и высушенном виде. Их можно варить, тушить, обжаривать и мариновать. Именно универсальность пряных овощей сделала их столь популярными в кулинарном деле.

## Лук-порей

Лук-порей – это однолетнее растение, зеленый овощ, относящийся к роду лук и семейству луковых. Родиной овощной культуры считается Средиземноморье, в настоящее время она распространена повсеместно, особенно широко на территории Западной Европы.

Растение имеет листья линейно-ланцетной формы и стебель, выходящий из центра луковички. Луковичка, диаметр которой составляет до 12 см, может состоять из небольшого количества мелких луковок. У лука-порея крупный, шарообразный зонтик. Околоцветник окрашен в нежно-розовый или кремовый цвет, снабжен маленькими листочками.

Достаточно мощная корневая система и розетка из длинных листьев длиной до 60 см развивается уже в первый год жизни растения. В начале второго года образуется цветоносный стебель, высота которого может достигать 2 м.

Цветение лука-порея наступает в июне и продолжается до конца июля. Мелкие цветки окрашены в кремово-розовый или розовый цвет. Созревание плодов происходит в период с августа по сентябрь. Семена представляют собой трехгранную коробочку, которая по внешнему виду похожа на семена лука-репки. Семена способны сохранять всхожесть в течение 3–4 лет. В некоторых случаях (преимущественно при выращивании в районах с холодным климатом) культуру размножают рассадным способом.

Лук-порей – овощная культура, достаточно устойчивая к воздействию низкой температуры. В связи с этим луковички можно оставлять в грунте на зиму. При этом площадку следует утеплить древесными опилками или торфом. Это влаголюбивое растение хорошо развивается на суглинистых и плодородных почвах.

Особенно популярны два сорта лука-порея: Сизокрыл и Карантанский. Культивируют также гибриды.

Среди насекомых-вредителей особую опасность для указанной овощной культуры представляет луковая муха.

## Использование в народной медицине

Лук-порей – пряный овощ, отличающийся повышенным содержанием таких полезных веществ, как соли кальция, калия, серы, железа, магния и фосфора. Помимо этого растение богато эфирными маслами, витаминами (тиамин, каротин, рибофлавин) и растительным белком.

Благодаря наличию перечисленных выше веществ лук-порей применяют для лечения ряда заболеваний: авитаминозов, болезней желудочно-кишечного тракта, органов мочевыделительной системы. Препараты, приготовленные на основе растения, рекомендуют употреблять при подагре, ревматизме и ожирении, склерозе, а также при стрессах и для улучшения пищеварительного процесса.

## Использование в кулинарии

В кулинарии лук-порей применяют издревле. Известно, что еще древние римские, греческие и египетские повара добавляли листья и ложный стебель растения, характеризующиеся слабым острым привкусом, для улучшения вкусовых качеств различных блюд.

В настоящее время лук-порей употребляют в сыром, тушеном и вареном виде при приготовлении мясных и рыбных блюд, салатов, соусов, овощных и мясных консервов, а также приправ для супов, щей и борщей.

## **Лук-порей с маслинами в уксусе**

### ***Ингредиенты***

*500 г лука-порея, 100 г маслин, 150 мл воды, 10 мл уксуса, 10 г пшеничной муки, 100 мл растительного масла, 10 г томатной пасты, молотый красный и белый перец.*

### ***Способ приготовления***

Предварительно вымытые ложные стебли лука-порея слегка высушить с помощью салфетки, после чего нарезать небольшими ломтиками.

Выложить в дуршлаг, обдать кипятком, поместить на разогретую сковороду и обжарить в небольшом количестве растительного масла.

Для приготовления соуса в отдельной сковороде спассеровать просеянную муку и оставшееся растительное масло. Затем в смесь добавить томатную пасту, красный и белый молотый перец, влить уксус и воду.

Все тщательно перемешать и потушить в течение нескольких минут.

Полученный соус влить в сковороду с обжаренным луком, выложить предварительно выдержанные в воде маслины. Тушить на слабом огне до выпаривания жидкости.

К столу подавать охлажденным.

## **Салат из лука-порея с яблоками**

### ***Ингредиенты***

*200 г лука-порея (луковицы), 200 г яблок (кислых сортов), 3 яйца, 50 г сметаны, 10 мл соевого соуса, 10 г зелени укропа.*

### ***Способ приготовления***

Лук вымыть, откинуть на дуршлаг и, дав стечь излишкам влаги, нарезать тонкими кружками. Яблоки, не очищая от кожицы, нарезать мелкими кубиками. Сваренные вкрутую яйца мелко нашинковать.

Подготовленные компоненты выложить в салатник слоями: лук, яйца, яблоки. Все полить соусом, приготовленным из сметаны и соевого соуса, и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

## **Суп с овощами и луком-пореем**

### ***Ингредиенты***

*1½ л мясного бульона, 200 г картофеля, 50 г моркови, 200 г лука-порея (луковицы), 10 г петрушки и сельдерея (корни), 10 г сливочного масла, 10 г зелени петрушки.*

### *Способ приготовления*

Корни петрушки и сельдерея очистить, вымыть, выложить в кипящий бульон и отварить до полной готовности.

Готовые корни выложить, в бульон положить нарезанный кубиками картофель и небольшими ломтиками лук-порей, а также натертую на крупной терке морковь. Варить до готовности.

Суп заправить сливочным маслом, разлить по тарелкам и подать к столу, посыпав рубленой зеленью петрушки.

## Лук-репка

Лук-репка (лук репчатый, или севок) – это пряный овощ, родиной которого является Средняя Азия. Как культурное растение выращивается на протяжении более 5 тысяч лет. В настоящее время распространено повсеместно. В культуре представлено две разновидности: лук репчатый многогнездный и лук репчатый многоярусный.

Лук репчатый – двулетнее (в природе – многолетнее) растение. Диаметр луковицы в среднем составляет 15 см. Верхние чешуйки, покрывающие луковицу, сухие, окрашены в коричневый, желтый, белый или фиолетовый цвет. Внутренние чешуйки сочные, мясистые, белой либо фиолетовой окраски, располагаются на коротком стебле – донце. На донце также развиваются почки, из которых при прорастании луковицы образуются дочерние луковки.

## **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.