

Алекс Крамер



Искусство
STIR-FRY

или
ВОК лапша
в коробочке

+ готовое меню для заведения паназиатской кухни

Алекс Крамер

Искусство Stir-Fry, или Wok лапша в коробочке

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69136849

SelfPub; 2023

Аннотация

Как известно паназиатская кухня с каждым годом набирает всё большую популярность и на сегодняшний день является одним из самых известных и узнаваемых кулинарных трендов в мире. Характерная особенность паназиатской кухни, за которую ею восхищаются фанаты из разных уголков мира – это чрезвычайно тонкий, безгранично яркий и изящный баланс острого, соленого, кислого и сладкого. Ни одна из кулинарных культур не может похвастаться такими насыщенными, колоритными и сбалансированными вкусами. Интерес к привычной “японской классики” в лице суши и роллов в течение последних лет заметно стихает, а на смену ему огромными темпами приходит популяризация блюд паназиатской кухни, в частности вок-лапши в коробочке. Данный курс познакомит вас с уникальной кулинарной технологией, которая и принесла паназиатской кухне мировую известность – метод стир-фрай. Курс в первую очередь будет полезен

профессиональным поварам, однако большинство блюд из курса можно приготовить и в домашних условиях.

Содержание

Несколько слов о паназиатской кухне	6
Выбор и уход за вок-сковородой	10
Углеродистая сталь и чугун	11
Плоское или круглое дно	14
Вок сковороды, не рекомендуемые для обжаривания методом стир-фрай	16
Выбор вок-сковороды и аксессуаров	19
Подготовка нового вока к работе	22
Мойка и хранение вок-сковороды	25
Вок-сковорода для домашнего использования	28
Оборудование для кухни	37
Вок плита	38
Индукционная плита	41
Промышленная плита	45
Холодильное оборудование	47
Морозильное оборудование	51
Фритюрница	53
Вытяжка	55
Вспомогательное и нейтральное оборудование	57
Обустроиваем вок-станцию	64
Искусство стир-фрай	77
Важнейшие правила в приготовлении методом стир-фрай	81

Пять способов, чтобы остудить вок-сковороду	84
Вок-конструктор	88
Основа	90
Конец ознакомительного фрагмента.	92

Алекс Крамер

Искусство Stir-Fry, или

Wok лапша в коробочке

Несколько слов о

паназиатской кухне

Паназиатская кухня – это ставшее с недавних пор популярное направление в кулинарии, которое впитало в себя разнообразие кулинарной культуры, гастрономическое наследие и традиционные мотивы Китая и стран Юго-Восточной Азии, а также Японии и Кореи. Хотя паназия начала формироваться как самостоятельный тренд еще в 70-х годах прошлого века, она и сегодня остается одной из самых модных и узнаваемых тенденций в кулинарном мире.

На территории постсоветского пространства это течение стало постепенно появляться относительно недавно, около 10 лет назад, а в настоящее время мы уже можем наблюдать настоящий пик ее популярности.

Интерес к привычной “японской классики” в лице суши и роллов в течение последних пару лет заметно стихает, а на смену ему огромными темпами приходит популяризация

блюдо паназиатской кухни, в частности вок-лапши в коробочке.

Во всех смыслах паназиатская кухня, распространившаяся уже за пределами своей родины, ни в коем случае не претендует на аутентичность блюд, а скорее предлагает смелые адаптированные сочетания азиатских вкусов, однако приверженцы этого кулинарного течения свято чтят методы приготовления этих самых адаптированных блюд.

Характерная особенность паназиатской кухни, за которую ею восхищаются фанаты из разных уголков мира – это чрезвычайно тонкий, безгранично яркий и изящный баланс острого, соленого, кислого и сладкого. Ни одна из кулинарных культур не может похвастаться такими насыщенными, колоритными и сбалансированными вкусами.

Паназиатская кухня включает огромное разнообразие: супы и салаты, мясные и овощные блюда, закуски и блюда стрит-фуд. Однако самым специфическим видом блюд, а вернее, техникой приготовления этих самых блюд, является стир-фрай – метод быстрого обжаривания продукта. Данная техника имеет определенную грань и далека от таких видов кулинарной обработки как обжаривание или пассерование, и тем более тушение.

В своем курсе я познакомлю вас с уникальной кулинарной технологией, которая и принесла паназиатской кухне мировую известность – метод стир-фрай.

Из данного курса вы узнаете:

- О видах вок-сковородок, их выборе и правильном использовании на профессиональной и домашней кухне.
- О выборе необходимого оборудования для комплектации кухни и открытии заведения паназиатской кухни.
- О технике приготовления стир- и дип-фрай: все тонкости и важные нюансы этих двух методов, в том числе аутентичные способы обжаривания мяса, морепродуктов и овощей.
- О принципах приготовления вок-конструкторов и готовых вок-блюд, а также о правильном выборе ингредиентов для них: основа в виде лапши/риса и овощной базы, мясной топпинг (мясо и морепродукты), основной топпинг (овощи и прочие дополнения), посыпка и, конечно же, соусы.
- Я опишу рецепты своих авторских соусов, а это один из самых важнейших ингредиентов в вок-блюдах.
- Я также ознакомлю вас с рецептами различных дополнений, которые вы можете продавать в своем вок-кафе наряду с воками: салаты, супы, закуски и бао-бургеры.
- В завершении я поделюсь с вами советами и рекомендациями для успешной и эффективной работы на вашей кухне.

Перед тем как перейти непосредственно к изучению самого курса я настоятельно рекомендую посмотреть это короткое видео (www.youtube.com/watch?app=desktop&v=O6Iw6Fw7vww), которое было снято специально для курса. На нем показана техника стир-фрай и при-

ГОТОВЛЕНИЕ ВОК-БЛЮДА.

Выбор и уход за вок-сковородой

Вок-сковорода – это неотъемлемый инвентарь не только для метода стир-фрай, но и для паназиатской кухни в целом. Она представляет собой круглую глубокую сковороду с выпуклым дном, в которой и происходит кулинарная магия большинства блюд паназиатской кухни.

Углеродистая сталь и чугун

Эти два вида вока являются лучшими в своем роде. Именно на этом моменте и стоит сделать выбор: мало кто из шеф-поваров использует оба вида.

Преимущество углеродистой стали заключается в том, что она быстро нагревается и также быстро остывает, предотвращая пережаривание, когда вок снимают с огня. Толстая углеродистая сталь позволяет нагреваться металлу равномерно, в то время как тонкий металл, хотя и стоит дешевле, однако имеет тенденцию перегреваться, что влечет за собой быстрое пережаривание продукта, а также менее долговечен по сравнению с толстым металлом и подвержен быстрому деформированию.

Вок из углеродистой стали изготавливают вручную или же на производстве.

Образцы ручного производства имеют слегка грубую и шероховатую поверхность из-за ручнойковки стали в форму, оставляемые молотком. Они очень ценятся поварами паназиатской кухни за их долговечность и являются самыми востребованными, и именно поэтому, к сожалению, найти их на рынке очень и очень сложно. Они доступны исключительно с круглым дном.

Заводские воки имеют абсолютно гладкую поверхность и доступны как с плоским, так и с круглым дном. В зависимо-

сти от производителя, заводские воки, в большинстве случаев, довольно долговечны, если речь идет о круглодонных сковородках. Заводские воки изготавливаются двумя способами: штамповкой и с помощью токарного станка. Определить разницу в способах производства не так трудно: токарный станок оставляет линии вдоль всей сковороды, что нельзя сказать о штамповке.

Штампованные воки являются наименее дорогими и наименее долговечными. Большинство из них изготавливают из тонкой углеродистой стали.

Возможно, вас это удивит, однако цена между ручным и заводским воком практически одинакова.

Чугунные сковороды нагреваются медленнее по сравнению с воками из углеродистой стали, но, поскольку чугун хорошо сохраняет тепло, данные сковороды отлично подходят для жарки, тушения и медленного томления. В отличие от сковородок из стали воки из чугуна не реагируют на изменение нагрева. По этой причине после снятия с огня, блюдо необходимо немедленно выложить из сковороды, чтобы избежать дальнейшей тепловой обработки: вок остается горячим еще продолжительное время.



Вок из углеродистой стали (слева) и чугунный (справа)

Плоское или круглое дно

Вок с плоским дном – отличное решение для обычных электрических плит, находящихся в домашнем использовании. Как бы вы не нагревали круглодонный вок на электрической плите, он никогда не станет таким горячим как вок с плоским дном. На этом его плюсы заканчиваются.

Для заведений общепита идеальным является вок с круглым дном. Он хорош как для профессиональных вок-аппаратов открытого огня, так и специализированных индукционных плит.

И все же, если у вас нет возможности приобрести профессиональное вок оборудование, и вы готовы обойтись лишь обычной газовой или электрической плитой с конфорками, то вам необходим именно плоскодонный вок.

Классический круглодонный вок идеально подходит для метода стир-фрай, для которого необходимо минимальное количество масла. Он лучше всего работает на специализированных вок-аппаратах, однако и на обычной газовой плите будет чувствовать себя комфортно при условии специального стабилизатора. Но не забывайте, что круглодонный вок и электрическая плита – это абсолютно несовместимая смесь: сковорода просто-напросто не будет нагреваться равномерно.

Существует два способа стабилизировать круглодонный

вок на обычной газовой плите:

– Специализированные металлические вок-кольца, позволяющие зафиксировать положение вок-сковороды на плите. Данный аксессуар можно приобрести у поставщиков вок-сковородок или на www.amazon.com. Необходимый вам диаметр кольца зависит от объема вашего вока.

– Решетки на некоторых газовых плитах, если их перевернуть, способны зафиксировать круглодонные воки.



Кольца (стабилизаторы) для круглодонного вока: стальное, проволочное, чугунное.

Вок сковороды, не рекомендуемые для обжаривания методом стир-фрай

– *Вок из нержавеющей стали.* Данный тип вока хорошо подходит для приготовления на пару и тушения, но никак не для жарки. Тепло распространяется по сковороде неравномерно, а многие продукты, например, мясные, и вовсе прилипают ко дну сковороды, а, чтобы это предотвратить, необходимо много масла.



Вок из нержавеющей стали

– *Антипригарные сковороды (с тефлоном).* Данный вид вок-сковороды не следует применять в приготовлении методом стир-фрай. Помимо того, что они не подходят для этой

кулинарной обработки, антипригарные сковороды к тому же не являются аутентичностью паназиатской кухни.



Вок антипригарный

– *Электрические вок-сковороды.* Данный тип воков не рекомендуется применять для метода стир-фрай, поскольку в момент обжаривания не всегда удастся контролировать температуру и регулировать ее в кратчайшие сроки. Также данный вид воков непригоден из-за своей искусственной антипригарной поверхности.

– *Пятислойный вок.* Этот тип вока относительно новый и имеет алюминиевый сердечник с внутренними и внешними слоями из нержавеющей стали. Минус его в том, что он

медленно нагревается и неэффективен для жарки методом стир-фрай, а стоимость его может превышать традиционный углеродистый аналог в десять раз.



Вок пятислойный

Выбор вок-сковороды и аксессуаров

Хотя на рынке существует огромное разнообразие вок-сковород, для профессиональной кухни фаворитом является круглодонный вок с длинной полый ручкой.

При выборе сковороды для работы в общепите ориентируйтесь на следующие параметры:

Диаметр: 35–40 см

Глубина: 10–15 см

Материал: углеродистая сталь

Толщина: 1–3 мм

Вес: около 1,5 кг

Производство: Китай



Вок из углеродистой стали

Данный вид вока идеально подходит как для работы со специальным ковшом для перемешивания продуктов, так и ручного манипулирования, и подбрасывания. Несмотря на то, что ручка изготавливается из термостойкого материала, при длительном непрерывном нахождении на огне она нагревается. Данный вок предназначен для специализированных вок-аппаратов, однако его можно использовать и на обычной газовой плите. Для электрических и индукционных плит этот вок не предназначен.

Китайский ковш и лопатка

Эта кухонная утварь считается лучшим помощником при обжаривании методом стир-фрай. Ковш удобен и отлично соответствует кривизне круглодонного вока, в то время как лопатка чаще всего используется для плоскодонных вок-ов. При обжаривании методом стир-фрай ковш располагают вниз “лицом”, что помогает при перемешивании продуктов. Лопатка удобна, когда необходимо перевернуть ингредиент для равномерного обжаривания, например, креветки.

Стандартная длина ковша и лопатки составляет 35–40 см для домашнего использования, а для общепита необходимо приобретать от 50 см и более.



Китайский кови и лопатка

Подготовка нового вока к работе

Новый вок – это начало бесчисленных кулинарных возможностей. Профессиональные китайские повара перед использованием нового вока принудительно “состаривают” его. Кантонцы описывают этот процесс как “открытие вока”. Со временем чугунный или углеродистый вок развивает на своей поверхности патины, которая запечатывает сковороду, защищая от ржавчины и создавая естественную антипригарную поверхность, что делает ее эталоном для обжаривания методом стир-фрай.

Перед тем как прокалить новый вок, что означает подготовить его к работе, необходимо избавиться от производственной и транспортировочной смазки, которая предохраняет его от ржавчины в процессе перевозки и предпродажного хранения. Вок следует тщательно промыть в горячей мыльной воде с использованием чистящего средства для посуды и металлической щетки.

После мойки на воке не должно остаться ни капли жирной смазки. Первая мойка вока – это единственный раз, когда рекомендуют использовать моющие средства для посуды. После того как вок вымыт, тщательно протрите его чистой тряпочкой или бумажным полотенцем, удалив всю жидкость. Не пугайтесь, если обнаружите на поверхности бумаги темные пятна – это остатки масла или металлическая пыль.

Следующий этап заключается в хорошем прогреве сковороды. Вам следует включить вок-аппарат или газовую плиту на максимум. Про вытяжку тоже не забывайте. Расположите вок над огнем и раскалите до тех пор, пока нижняя поверхность вока не поменяет цвет. Наденьте плотные рукавицы и оберните ручку вока плотной тряпкой. Переверните вок и поставьте одной из боковых сторон на огонь. Повторите процесс прокаливания снова. Ваша задача прокалить вок со всех сторон, а затем перевернуть сковороду и расположить его углублением на огонь. Как только вок будет прокален и полностью поменяет цвет, при помощи ковша залейте в него холодную воду и остудите сковороду. Сильное прокаливание необходимо для того, чтобы под воздействием высокой температуры раскрыть металлические поры, которые впоследствии заполнятся маслом, что сделает сковороду антипригарной.

Вылейте воду, протрите сухой тряпкой днище и стороны вока, залейте небольшим количеством масла и поставьте на небольшой огонь. Как только появится белый дым, снимите вок с огня, слейте все масло и с помощью салфетки, сложенной в несколько раз, протрите всю внутреннюю поверхность сковороды. Если на салфетке вы обнаружите темные пятна, свидетельствующие о присутствии производственной смазки, повторите процесс прокаливания снова. На этом процесс “открытия вока” завершен.

С этого момента вок ни в коем случае нельзя мыть, ис-

пользуя различные средства – только теплая вода, бамбуковая щетка и тряпочка.



Пример плоскодонного вока из углеродистой стали для домашнего использования на электрической плите: новый и готовый к использованию после прокаливания.

Мойка и хранение вок-сковороды

Перед первым использованием бамбуковой щетки поместите ее на несколько часов в емкость с водой. Таким образом, щетка станет менее жесткой и не позволит в дальнейшем навредить вашей сковороде.

Если после очередного заказа на дне сковороды прилипли остатки соуса, налейте немного воды и поставьте на огонь. С помощью бамбуковой щеточки тщательно очистите дно и стенки сковороды, вылейте воду и протрите сухой тряпкой. Всегда поддерживайте чистоту своей сковороды, а она в свою очередь оплатит вам безупречным вкусом вок-блюд.



Бамбуковая щетка

В отличие от вок-сковородок, которые используются в домашней кулинарии, в общепите необходимо прокаливать вок постоянно. По причине интенсивной работы и температуры, обитающей на кухне, а также в зависимости от потока заказов и загрязнения сковороды, ее необходимо прокаливать минимум один раз в неделю, иначе вок начнет деформироваться, что приведет к его полному износу.

Даже качественный вок из углеродистой стали в ресторане может не прослужить и полугода, в то время как в домашних

условиях такой же вок иногда выдерживает до пятидесяти лет! Поэтому непременно следует бережно ухаживать за вок-сковородой, промывая его после каждого заказа, также, не забывая время от времени прокаливать его.

Ну а в случае, если срок жизни вока подходит к концу, не скупитесь заменить его на новый, поскольку состояние вока напрямую будет отражаться на качестве и вкусе отпускаемых вашими поварами блюд.

Вок-сковорода для домашнего использования

Хотя концепция приготовления вок-блюд методом стир-фрай по большей части направлена на профессиональную кухню, вы вполне можете адаптировать этот метод и под свою домашнюю готовку.

В первую очередь вам следует сделать выбор непосредственно на вок-сковороде, исходя из вашей домашней плиты.

Предположим, в вашем распоряжении имеется обычная газовая плита, подключенная к центральному газоснабжению. В этом случае у вас есть выбор: использовать вок-сковороду с плоским дном или же пустить в обиход круглодонный вок. Независимо от конечного выбора, вам следует приобретать вок-сковороду из углеродистой стали, согласно моим рекомендациям выше, навсегда позабыв о воке из нержавеющей стали и с антипригарным покрытием (тефлоном).

Если ваш выбор падет на плоскодонный вок, вы должны четко осознавать, что тепло, производимое вашей газовой плитой, не будет распределяться равномерно, а сосредотачиваться лишь на дне сковороды, обделяя при этом стенки вока.

Намного эффективнее дело обстоит при использовании круглодонной вок-сковороды, однако в этом случае ей необ-

ходим тот самый металлический вок-стабилизатор, о котором я упоминал выше. С его помощью вок будет зафиксирован на вашей плите, и вы сможете комфортно готовить свои блюда. Несмотря на это и при таких условиях нагрев сковороды будет осуществляться неравномерно. И вот почему...

Взгляните на свою домашнюю плиту, а вернее на ее газовую горелку, и вы увидите, что она устроена в виде кольца, по бокам которого вырываются языки пламени. Эта конструкция идеальна для обычной, привычной нам сковороды. Плоское дно такой сковороды охватывает весь периметр круга горелки, а это означает, что сковорода максимально нагревается и сохраняет всю тепловую энергию, которая поступает от нее.

Однако такое устройство не является совершенным для вок-сковороды. Из-за специфической конструкции вока горелка домашней плиты вместо того, чтобы нагревать его дно, в конечном итоге нагревает лишь стороны вока. Но это лишь часть проблемы: что более важно, большая часть производимой тепловой энергии отклоняется из-за сферической формы сковороды, а это означает, что вместо того, чтобы максимально нагревать хотя бы стенки, а, следовательно, и ингредиенты, тепловая энергия нагревает вашу кухню.

Если металлический стабилизатор отвечает только за устойчивость вока, то появляется резонный вопрос: как же сохранить тепловую энергию и перенаправить ее не в пространство кухни, а непосредственно по всему участку сковоро-

роды?

Существует один аксессуар, который справляется с этой задачей, и называется он WokMon.



WokMon в действии на домашней газовой плите

Он представляет собой куполообразное металлическое кольцо, которое устанавливается по всему периметру горелки на вашей газовой плите. На этом кольце размещены отверстия, которые позволяют перенаправить поток газа, а

также изменить пламя, превращая его в непрерывную струю постоянно поступающей тепловой энергии. Данный аксессуар помещается сверху горелки и фиксируется решеткой от конфорки, сверху которой располагается стабилизатор для фиксации и устойчивости круглодонного вока.

Если раньше добиться подобного эффекта на домашней кухне не представлялось возможным, то сегодня вполне реально приготовить оригинальный вок, приближенный к тому, который готовят на профессиональных вок-аппаратах, за счет установки кольца на горелку и стабилизатора для круглодонной сковороды.

Следует понимать, что данный аксессуар не увеличит количество теплоты, производимое вашей горелкой. Он перенаправит пламя горелки, тем самым создаст эффективную подачу энергии, которая будет нагревать круглодонный вок равномерно: энергия будет сосредотачиваться на дне, а также обволакивать стенки сковороды, а не уходить за ее пределы. Поэтому вам в любом случае придется готовить ингредиенты по одному, чтобы получить максимальную мощность огня.

Все подробности по этому аксессуару вы можете узнать на официальном сайте www.wokmon.com

Стоит данный аксессуар недешево, но вы можете сэкономить на покупке, сделав его самостоятельно. Я подготовил для вас ролик (www.youtube.com/watch?app=desktop&v=JKQWG8gciNM), позаимствованный

с youtube-канала “Eater”, в котором показано как изготовить данный аксессуар самостоятельно.

В случае если у вас нет возможностей приобрести или изготовить этот аксессуар своими руками, давайте дальше искать альтернативу.

Как вы уже знаете, домашние плиты будь то газовые или электрические вырабатывают гораздо меньше тепла, чем их “собратья” на профессиональной кухне, по этой причине вы должны четко понимать, что ни в коем случае нельзя перегружать вок-сковороду избытком ингредиентов.

Например, на промышленном вок-аппарате в сковороду закладывают сразу несколько видов ингредиентов для поддержания максимальной температуры для обжаривания. И даже в случае с профессиональной вок-плитой повара редко закладывают в сковороду ингредиентов больше, чем на одну порцию вок-блюда, чтобы не снижать температуру в самой сковороде.

Из этого следует, что для достижения максимально приближенного к профессиональной кухне блюда, вам следует закладывать в сковороду, по возможности, только один вид ингредиента, обжаривать его, выкладывать в тару, а затем обжаривать уже другой вид ингредиента.

Это необходимо, чтобы большое количество ингредиентов в сковороде не снижали ее температуру нагрева. В противном случае вы не добьетесь обжарки методом стир-фрай, а напротив получите процесс привычного обжаривания, ко-

торый впоследствии перейдет уже в медленное тушение. Если вы внимательно читали начало курса, то уже имеете представление о том, что обжаривание по методу стир-фрай и тушение – это два несовместимых понятия, между которыми присутствует существенная грань. Более подробнее с теорией метода стир-фрай вы познакомитесь чуть позже.

Итак, продолжим... Допустим, если вы выложите в сковороду сразу три вида ингредиентов таких как болгарский перец, красный лук и пекинскую капусту, то с большой вероятностью эффект обжарки методом стир-фрай будет не таким как, если бы вы сначала обжарили болгарский перец, затем красный лук, и только после этого пекинскую капусту.

Если вы не желаете заморачиваться на покупке определенных аксессуаров для круглодонного вока, чтобы стабилизировать его на газовой плите, приобретите плоскодонный вок из углеродистой стали хорошего качества, и следуйте моим вышеописанным рекомендациям по обжариванию.

Что касается электрических плит, то здесь выбор очевиден: углеродистый вок с плоским дном и толстыми стенками (для максимального сохранения теплоты). Никакие стабилизаторы и прочие аксессуары не способны максимизировать эффективность обжарки в плоскодонном воке. В этом случае только сильный нагрев вок-сковороды и поэтапное обжаривание ингредиентов – единственное, что может приблизить приготовление на электрической плите к настоящим вок-блюдам.

Из всего вышеописанного резюмирую: главное – это вок-сковорода, выбор которой зависит от вашей плиты. Газовая плита, конечно, эффективнее электрической, однако и на электрической можно готовить весьма неплохие вок-блюда в домашних условиях. Нагревайте вашу сковороду на сильном огне и обжаривайте ингредиенты партиями, а уже затем соединяйте вместе, чтобы связать их в единое блюдо с помощью тех или иных соусов. В процессе прочтения курса вы познакомитесь с методом стир-фрай более подробно, а также с каждым элементом вок-блюд.

После того как вы выбрали вок-сковороду для своих домашних кулинарных приключений, ее следует к этому подготовить. Прокаливание в домашних условиях немного отличается от профессиональной кухни. Во-первых, нет необходимости раскалять вок докрасна: достаточно прогреть сковороду до того момента, как она поменяет свой цвет на более темный. Во-вторых, после прокаливания не вливайте в сковороду холодную воду, а просто выключите огонь и оставьте ее на одну минуту, после чего залейте чайную ложку растительного масла и протрите бумажным полотенцем всю внутреннюю поверхность вока. Затем снова включите под сковородой огонь на 30 секунд и уберите ее с огня. При необходимости повторите предыдущий шаг до тех пор, пока на бумажном полотенце не будет оставаться темных следов. В-третьих, не забудьте включить домашнюю вытяжку, если она у вас есть, или же откройте все окна в доме. В остальном

же придерживайтесь моим рекомендациям по прокаливанию вока, которые я описал выше.

Хотя курс и будет ориентирован исключительно на профессиональную кухню, однако, понимая всю концепцию метода стир-фрай, вы без труда сможете адаптировать и подстроить определенные рецепты блюд под домашние возможности вашей плиты, а, следовательно, и вок-сковороды.

В завершении я хотел бы поделиться с вами еще одной альтернативой плиты, которую вы можете использовать в домашних условиях – настольная газовая плита.

За счет небольшого газового баллона, который под давлением питает плиту, пламя горелки ощутимо мощнее обычной газовой домашней плиты. А если на конфорку поместить еще и аксессуар для преобразования пламени, то данная плита окажется фаворитом из всех возможных для домашнего использования.

Поэтому обязательно возьмите себе на вооружение этот вид плит, и, если вы влюбитесь в азиатскую кухню и будете работать на воке хотя бы раз в неделю, то данный аксессуар – отличное вложение в качество ваших вок-блюд.



Пример портативной газовой плиты, работающей на мини-баллоне (пропан/бутан)

Оборудование для кухни

В этой части курса я описываю необходимое оборудование для открытия заведения паназиатской кухни.

Вок плита

Этот вид плит является профессиональным промышленным аппаратом для приготовления вок-блюд. Именно этой газовой плитой пользуются в заведениях общепита, специализирующихся на паназиатской кухне. Различных вариаций вок плит существует огромное множество, однако идеальным вариантом, на мой взгляд, является двухсекционная газовая плита с открытым огнем и специальной водяной столешницей (раковиной) посередине самого аппарата. Специальный компрессор позволяет выдувать пламя под давлением, что способствует моментальному равномерному нагреву сковороды, а поступающая вода из водопровода – держать плиту в чистоте, а также в момент работы набирать воду, например, для варки лапши.

Помимо двухсекционного варианта, существует одноконфорочная плита. Подобная плита отлично подходит для маленьких и недавно открывшихся заведений. Миниатюрная плита также снабжена краном, который можно подключить к центральному водоснабжению.

В большинстве случаев источником газа является баллон с пропаном, а не центральное газоснабжение. Этот нюанс следует учитывать при выборе помещения.



Газовая вок-плита с двумя конфорками и водяной столешницей



Газовая вок-плита с одной конфоркой и водяной столешницей

Индукционная плита

В случае если у вас нет возможности приобрести профессиональный газовый вок-аппарат, хорошей альтернативой послужит индукционная плита. Их разновидность тоже не ограничивается одним типом, и вы сможете подобрать плиту под свои нужды: для круглодонной или плоскодонной сковороды, а также одно, двух, трех или четырех секционную плиту.



Индукционная вок-плита для круглодонных сковородок с тремя конфорками и водяными кранами



Индукционная вок-плита для круглодонных сковородок с двумя конфорками и водяной столешницей



Индукционная плита для плоскдонных сковородок с четырьмя конфорками



*Стационарная индукционная плита (с одной конфоркой)
для плоскдонных и круглодонных сковородок*

Промышленная плита

Если ваш бюджет на открытие заведения не позволяет приобрести предыдущие виды плит, то еще одной альтернативой может послужить обычная промышленная плита. Она может быть как электрической, так и газовой.

На данный момент существуют модернизированные газовые плиты, горелки которых обладают двумя или даже тремя рядами пламени, что позволяет производить усиленный нагрев сковороды, а, следовательно, подходит для приготовления вок-блюд.



Промышленные плиты с четырьмя конфорками: газовая (слева) и электрическая (справа)

Даже если ваш выбор падет на профессиональный вок-аппарат, не стоит забывать, что помимо самих вок-блюд вам потребуется еще одна плита, на которой вы будете готовить заготовки, такие как соусы и бульоны, а также дополнительные блюда, например, супы.

Холодильное оборудование

Независимо от того, планируете ли вы открывать целое производство паназиатской кухни, ресторан или же службу доставки с минимальным меню, холодильное оборудование для хранения продуктов и его расположение – один из важнейших факторов эффективной и бесперебойной работы кухни. Для удобства хранения я рекомендую закупить один большой промышленный холодильник, где будут храниться различные продукты для всех станций вашей кухни.

Разумеется, необходимо позаботиться и об отдельных небольших холодильных камерах для каждого участка. Предположим, помимо вок-блюдов вы планируете также продавать супы, салаты и закуски. Для хранения заготовок каждой станции необходим свой отдельный холодильник. Под эти цели я настоятельно рекомендую приобрести охлаждающие столы, тем самым сэкономить пространство на кухне. Этот вопрос чрезвычайно актуален для кухонь с небольшой площадью.

Охлаждающий стол представляет собой рабочую поверхность для повара, под которой встроен холодильник. Такое оборудование заметно уменьшает пространственные затраты помещения. Где бы я ни работал, я всегда разделяю станции на два цеха: горячий и холодный. Горячий цех – это непосредственно вок-станция, на которой кипит работа по

приготовлению исключительно блюд на воке, в то время как холодный цех занимается не только приготовлением салатов, но еще и супов и закусок. Для каждого из этих цехов необходим как холодильник, так и рабочая поверхность (стол), и именно здесь охлаждающий стол будет как нельзя кстати. Если у вас будет возможность приобрести пару таких столов, то непременно сделайте это.

Если же вы решили запустить в своем заведении еще и суши с роллами, то третий охлаждающий стол для суши-повара тоже необходимо закупить.



Промышленный холодильник



Охлаждающий стол

Морозильное оборудование

Если холодильные камеры отвечают за хранение скоропортящихся продуктов и различного рода полуфабрикатов и заготовок, то стоит также заранее решить вопрос по хранению основного запаса ваших мясных полуфабрикатов, а такие обязательно должны у вас быть. В этом случае вас спасает морозильник, в котором будут ожидать своего часа мясные и рыбные продукты, и прочие долгохранящиеся заготовки. Морозильный ларь – идеальный выбор для таких продуктов. Если же площадь кухни не позволяет вместить морозильник, то есть альтернатива – стол-морозильник, хотя и стоит он будет намного дороже ларя.



Морозильный ларь

Фритюрница

Это еще один обязательный элемент для приготовления паназиатских блюд. Большинство закусок и дополнений к салатам необходимо обжаривать методом дип-фрай, или глубокого обжаривания. А что подойдет для данной кулинарной обработки лучше всего? Конечно же, фритюрница! На первых этапах вы можете выбрать дешевый аппарат, поскольку акцент будет делаться все же на вок-блюдах, а остальные позиции из меню – всего лишь дополнения к основным заказам, поэтому на данном оборудовании, хотя и можно сэкономить, но прикупить его следует в обязательном порядке.

Односекционные фритюрницы с отведенным краном для извлечения отработанного жира/масла – идеальный вариант. Однако если вы планируете ввести в меню еще и суши с роллами, то приобретайте, либо двухсекционный фритюр, либо отдельный аппарат. Крайне нежелательно, чтобы две отдельные станции пользовались одной и той же фритюрницей.



Фритюрница

Вытяжка

Данный аксессуар является важным элементом любого горячего цеха, а когда речь заходит о вок-станции, вытяжка становится, чуть ли, не важнейшим дополнением.

Когда я только постигал премудрости паназиатских блюд, мне пришлось работать в службе доставки, где одновременно могло выйти до тридцати вок-блюд. К несчастью, вытяжка на этой кухне не справлялась с таким потоком заказов, и очень часто приходилось работать в помещении, полным дыма.



Такое положение дел неприемлемо для общепита, поэто-

му в процессе подготовки к открытию очередного заведения я очень трепетно подхожу к выбору вытяжки и ставлю над вок-плитой действительно мощный агрегат. В случае если у вас помимо вок-аппарата будет отдельная плита, и неважно газовая, электрическая или индукционная, над ней также следует поставить вытяжку. Конечно, над обычной плитой вытяжку можно поставить и дешевле, чем над вок-аппаратом.

Итак, над каждой плитой, будь то вок-плита или же плита для приготовления супов, бульонов, соусов и еды для персонала, необходима своя отдельная вытяжка. Также я настоятельно рекомендую установить фритюрницу если не под вытяжкой, то хотя бы в небольшой близости от нее.

Иногда бывает так, что изначально потолочные лампы и плита с вытяжкой установлены неправильно относительно друг друга, и на рабочую поверхность плиты – там, где происходит жарка и варка блюда – падает недостаточное количество света. Следовательно, повару в таких условиях работать крайне некомфортно. В таких ситуациях, к слову, довольно-таки частых, всегда устанавливайте дополнительный свет под вытяжкой, чтобы вашим поварам было комфортно работать, и они без каких-либо проблем могли видеть и замечать все нюансы на рабочей поверхности плиты.

Вспомогательное и нейтральное оборудование

Помимо основного оборудования вашим поварам необходимо место для работы с заготовками и сборки блюд. На каждой станции должно быть хотя бы по одному производственному столу. Если вы по какой-то причине не можете себе позволить приобрести охлаждающие столы, то вам понадобится обычная рабочая поверхность – *производственный стол*.

Для более эффективной работы и экономии места на кухне вам также может потребоваться специальная *съемная полка*, которая может быть одно, двух и даже трех уровневой. В зависимости от количества станций, приобретайте одинаковое количество столов и полок. Например, если у вас предполагается два цеха: горячий и холодный, приобретите два стола и две полки. Прелесть таких полок заключается в том, что у поваров на каждой станции всегда под рукой находятся необходимые им продукты и аксессуары для отдачи заказов. Кстати, такие съемные полки можно крепить не только к обычным столам, но и к охлаждающим.



Производственный стол со съёмной полкой

Навесные полки – идеальный вариант для хранения различного рода долго портящихся продуктов таких, как специи, ферментированные соусы и прочие, а также вспомогательного мелкого оборудования. Помимо удобства хранения такие полки существенно экономят пространство на небольших по площади помещений.



Навесная полка

Раздача – это конечная станция на кухне, с которой блюдо отправляется в зал. Для этой станции тоже необходимо подобрать соответствующий стол. Я рекомендую закупать стол для раздачи с встроенным шкафчиком с выдвижными дверцами, в котором будет храниться различная посуда для блюд, отпускаемых в зал. Не забудьте приобрести для раздачи такую же съемную полочку, как и для других цехов.



Стол раздачи

Стеллажи необходимы для хранения посуды как кухонной, так и для зала. Если ваше заведение специализируется только на доставку, и не предполагает потребление блюд в зале, то вам потребуется только один стеллаж, в противном

случае закупайте два стеллажа.

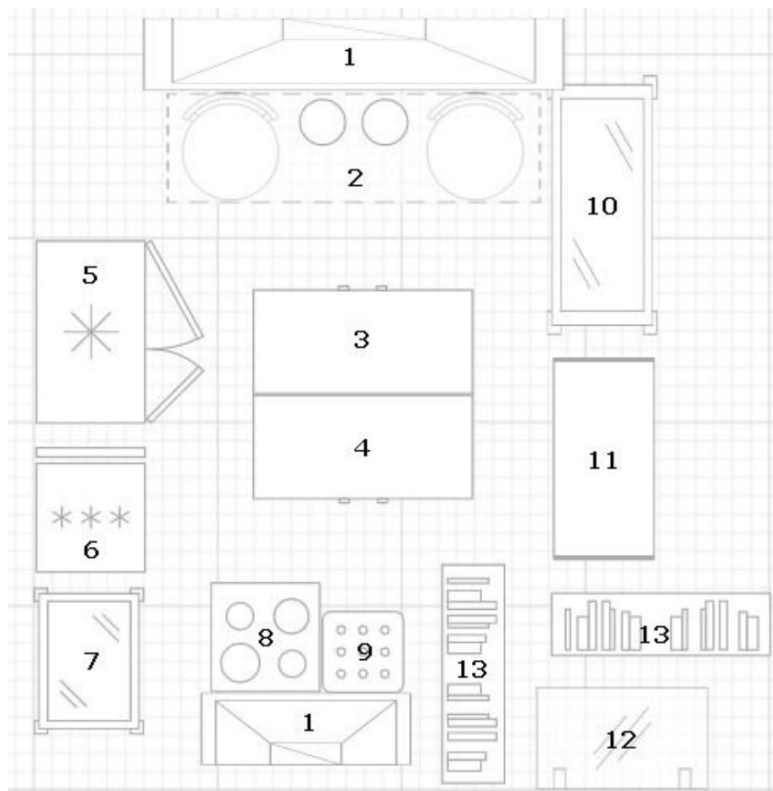
В каждом заведении общепита желательно устанавливать две *мойки* с двумя или тремя раковинами. Однако если ваша кухня не может похвастаться большой площадью, установите одну *мойку* с двумя отдельными раковинами.



Стеллажи и мойки

В случае если ваше заведение является полноценной воклапшичной или кафе с посадочными местами, крайне желательно приобрести и *посудомоечную машину* для мытья посуды из зала.

На иллюстрации ниже я привел пример тех плана профессиональной кухни небольшой площади. На ней вы можете увидеть эффективное расположение оборудования.



1. Вытяжка, 2. Вок-аппарат с двумя конфорками и дву-

мя водяными столешницами, 3. Охлаждающий стол горячего цеха, 4. Охлаждающий стол холодного цеха, 5. Холодильник производственный (общий), 6. Морозильный ларь, 7. Мясной цех, 8. Плита (газовая/электрическая/индукционная), 9. Фритюр, 10. Стол возле вок-станции, 11. Стол раздачи, 12. Мойка, 13. Стеллажи для хранения посуды.

Обустройстваем вок-станцию

Грамотное оснащение вок-станции – это важная деталь для эффективной работы по приготовлению блюд.

Тряпка. Вероятно, вок-станция – это самый быстро загрязняющийся участок из всех на предприятиях общественного питания. Масло, остатки овощей и лапши после очередного заказа могут попадать на панель вок-аппарата, от чего будут образовываться различного рода следы и пятна. Поэтому данную станцию следует поддерживать в чистоте всегда. Время от времени протирайте свою вок-сковороду, а также всю печь, не дожидаясь окончания смены. На вок-станции вы всегда должны иметь тряпку для протирания вок-сковороды после ее мытья. Отдали заказ – вымыли сковороду и обязательно протерли ее тряпочкой. После очередного заказа и вплоть до нового сковорода должна быть всегда сухой! Начиная каждую смену, у вас должна быть новая тряпочка для этой цели. Помимо тряпки для сковороды всегда держите рядом со станцией тряпочку, чтобы поддерживать чистоту самого вок-аппарата. Возьмите себе за привычку несколько раз за день наводить чистоту на воке! Разумеется, это касается не только данного участка кухни, однако вок-станция требует особого внимания. Для этих нужд я покупаю сразу рулон вафельных полотенец, и мои повара в начале каждой смены отрезают себе необходимое количество

тряпочек и раскладывают на свои станции.



Рулон вафельных полотенец

Бульон. На вок-станции в гастроемкости GN $\frac{1}{6}$ – 200 (это маркировка данного вида гастроемкости: размер любой гастроемкости имеет свою маркировку. С разновидностями гастроемкостями вы можете ознакомиться в приложении – в конце курса) у вас всегда должен быть в наличие бульон. Я использую бульон на самом последнем этапе приготовления вок-блюд: когда его необходимо заправить соусом, я внача-

ле вливаю в нагретую сковороду небольшое количество бульона, около 50 мл (для этого в гастроемкости с бульоном всегда находится небольшой половник), а затем выкладываю все ингредиенты, включая соус. Тем самым под воздействием горячей сковороды бульон в течение нескольких секунд закипает и ошпаривает все ингредиенты блюда, а, следовательно, они моментально становятся очень горячими.

Забегая вперед, хочу заметить, что вок-блюда подаются очень горячими... не теплыми... я бы даже сказал, не просто горячими, а сверх горячими. Именно для этой цели я заливаю бульон.

Кроме этого, я использую бульон для приготовления соусов для вок-блюд, а также на его основе варю супы (о них мы поговорим позже).

В случае, когда гость желает отведать не калорийное блюдо или же вок, который не содержит в составе животных компонентов (вегетарианский), разумеется, я не добавляю бульон, а использую для ошпаривания обычную воду. Во всех остальных случаях я настоятельно советую применять бульон.



Гастроемкость GN 1/6– 200

Так как помимо вок-блюд вы будете готовить еще и паназиатские супы (а я на это очень надеюсь), для некоторых

из них, например, для *том ям* или *рамен*, нам понадобится основа. Такой основой будет выступать куриный бульон – именно этот вид бульонов является идеальным для супов! Поэтому каждое утро, приходя на смену, первым делом ставьте вариться бульон.



Кастрюля для варки бульонов и соусов

На первое время достаточно будет варить 5–7 литров в день, однако при увеличении заказов потребность в бульоне возрастет и для выполнения объема заказов вам понадобится в разы больше. Например, на данный момент мои повара

на один рабочий день варят порядка 30–40 литров бульона. К концу смены бульон можно утилизировать, либо оставить на завтрашний день для приготовления стафф (еда для персонала).

Как бы вам не хотелось, никогда не используйте вчерашний бульон для работы – каждое утро варите свежий бульон! Поначалу для этого вы можете использовать куриные кости или бедра, однако, как я уже писал выше, с увеличением заказа, при варке нескольких десятков литров бульона, используйте целую тушку курицы. Бульон пойдет на работу, а вареное мясо можете использовать для стафф еды или же разработать какое-нибудь блюдо для гостей из этого мяса.

Далее я познакомлю вас со своим рецептом куриного бульона. Сразу хочу предостеречь от излишнего добавления всевозможных приправ в процессе

варки. Так как куриный бульон в отличие от говяжьего является более деликатным, в него не принято добавлять ни душистый перец, ни лавровый лист, ни соль, потому что он не является таким насыщенным, как говяжий, и нет абсолютно никакой необходимости перенасыщать его излишним количеством ароматов. В большинстве случаев ароматы специй лишь навредят нейтральному куриному бульону, чем поспособствуют его обогащению. Однако, для придания красивого золотистого цвета бульону, я добавляю в него обжаренный лук и морковь.

Итак, для бульона нам потребуется:

Куриные кости – 1 кг

Холодная вода – 5 л

Лук (большого размера), нарезанный пополам – 1 шт

*Морковь (среднего размера), нарезанная пополам вдоль
овоща – 1 шт*

1. Тщательно промыть лук и морковь. Шелуху с лука и кожуру с моркови не очищать.

2. Поставить сухую сковороду на средний огонь и поместить в него нарезанные на две части лук и морковь. Обжарить с двух сторон до характерного темного колера (таким термином называют изменение цвета продукта в процессе его обжаривания). Поместить овощи в кастрюлю.

3. Под проточной водой промыть все куриные кости, поместить в кастрюлю и залить водой.

4. Поставить кастрюлю на плиту и довести до кипения на среднем огне. Не допускать сильного кипения, иначе бульон получится мутным, а не прозрачным.

5. Убавить огонь до минимума и снять всю пену.

6. Томить на медленном огне в течение полутора часов, при необходимости снимая пену.

7. По прошествии одного часа после закипания вынуть овощи из кастрюли и продолжить варку.

8. После полутора часов варки убрать бульон с огня и процедить.

9. Держать процеженный бульон в течение дня на плите, периодически включая под ним огонь, чтобы бульон не охла-

ждался.

Весы и соусы. Весы – неотъемлемая часть вок-станции. Так как вкус вок-блюда целиком и полностью зависит от соуса, необходимо строго соблюдать его пропорции. Это тот случай, когда добавление соуса “на глаз” неприемлемо, поскольку, переборщив с ним, вы рискуете испортить блюдо, перенасытив его различными вкусами и ароматами. И наоборот, если вы добавите соуса меньше, то блюдо не будет излучать положенного ему вкуса. Поэтому при отработках запишите, на какое блюдо, сколько и какого соуса необходимо добавлять.



Весы

А уже при приготовлении всегда устанавливайте нужный соус на весы и с их помощью дозируйте соус в вок-блюдо. Со временем ваша рука сама начнет добавлять в определенное блюдо необходимое ему количество соуса, а весы в свою очередь будут вас подстраховывать.

Для удобства всегда держите на вок-станции по одной соуснички, наполненной каждым соусом. Эти соуснички удобно устанавливать на весы и получать точный вес взятого в блюдо соуса. Также я рекомендую в холодильнике держать хотя бы по одной соуснички каждого соуса, чтобы в любой момент, когда соус на вок-станции уже на исходе, вынуть новую порцию из холодильника и продолжить работу. Ну, и, конечно же, не забывайте наполнять соуснички соусом из основного контейнера, в котором он хранится (об этом чуть позже).



Соусники

Необходимые элементы вок-станции. Данная иллюстрация объясняет расположение необходимого инвентаря



1. На правой конфорке я обычно устанавливаю вок-сковороду для приготовления блюд стир-фрай.

2. На левой конфорке удобно располагать вок-сковороду для приготовления блюд методом дип-фрай (об этом методе чуть позже).

3. В этот “колпак” наливается вода и хранится в нем на случай, когда необходимо быстро набрать воду в китайский ковш для мытья вок-сковороды или рабочей поверхности вок-плиты; в конце смены его в обязательном порядке следует сдавать на мойку, как и все остальные аксессуары для приготовления вок-блюд.

4. Кран, который присоединен к водопроводу холодной во-

ды; именно он позволяет всегда держать вок-плиту в чистоте, а также, не отходя от станции, набирать воду (например, для варки лапши или бланширования брокколей).

5. В этом месте (правый угол) всегда должна находиться сложенная в несколько слоев тряпочка для периодической мойки/протирки всей поверхности вок-плиты, а также этот же угол – отличное место для хранения бамбуковой щетки: рукоятка щетки расположена на тряпочке, а остальная часть на рабочей поверхности вок-плиты.

6. В этом месте я всегда держу сухую тряпку для протирания вок-сковороды после ее мытья: тряпка всегда находится под рукой.

7. Ровно посередине рабочей поверхности, между первой и второй конфорками, расположено сито, которое исключает попадание в очистительную систему, а в последствии, и в канализацию, остатков блюда, таких как овощи, лапша и прочие.

8. На этом месте у меня всегда находится китайский ковш; правой рукой происходит манипулирование вок-сковородой, а левой – китайским ковшом.

9. Это решетка очистительной системы плиты; несмотря на то, что панель снабжена узкими решетками, зачастую остатки блюда попадают сквозь них, поэтому в конце смены всегда снимайте эту решетку и производите удаление мусора под ней.

10. С правой стороны вок-аппарата необходимо поста-

вить столик высотой чуть выше самой вок-плиты; именно на этом столике будут располагаться весы, соусы, тара с бульоном и, конечно же, металлические чаши с ингредиентами блюд, которые необходимо обжарить; для вашего же удобства расположите по правой стороне плиты стол для всех этих целей.

Искусство стир-фрай



Для жителей Китая и Юго-Восточной Азии обжаривание методом стир-фрай является излюбленной техникой для приготовления различных блюд, в которых скрывается типичный баланс вкусов, текстуры и уникального запаха. Различия во владении навыков по работе с этой техникой разделило повара-любителя и профессионала, однако и те, и другие сходятся во мнении, что вок – лучшая сковорода для обжарки методом стир-фрай.

Стир-фрай – это быстрый способ обжаривания на высо-

ком огне и при непрерывном перемешивании ингредиентов. При соблюдении этих факторов происходит постоянная циркуляция тепла как в вок-сковороде, так и в конкретном ингредиенте, а, следовательно, сохраняется его структура (в отличие от тушения) и сочность. Не менее важным условием является и нарезка ингредиентов – небольшого размера, но об этом мы поговорим позже.



Циркуляция тепла в вок-сковороде во время обжаривания методом стир-фрай

Для понимания того, что происходит в вок-сковороде в момент обжаривания, ниже я привел иллюстрацию, на которой показан вок в разрезе.

Весь процесс обжарки проходит через несколько повторяющихся температурных циклов в трех разных зонах:

Зона нагрева. В этой зоне ингредиенты блюда готовятся при непосредственном соприкосновении со стенками сковороды, которые в свою очередь могут достигать температуру до 815°C .

Зона конденсации. При подбрасывании ингредиентов с помощью характерного движения “вперед-назад” они попадают в среднюю зону, где обдаются паром, температура которого достигает около 100°C . Конденсат оседает на поверхности продуктов и не дает им остывать.

Зона конвекции. В этой зоне воздух над воком холоднее и содержит намного меньше водяного пара. Хотя температура здесь ниже, еда все еще продолжает готовиться, но намного медленнее.



1. зона нагрева; 2. зона конденсации; 3. зона конвекции; 4. Горение газа производит пламя с температурой до 2000°C; 5. вок-аппарат производит пламя под большим давлением, что порождает энергию жара в 25 раз больше, чем обычные плиты; 6. горячее пламя распределяется по стенкам вока, а значит, сковорода имеет равномерный нагрев; 7. идеальная толщина вока составляет в пределах 1–3 мм.

Важнейшие правила в приготовлении методом стир-фрай

– Все ингредиенты к вок-блюду всегда должны быть в наличие и готовы к использованию немедленно: все должно быть подготовлено заранее.

– Перед тем как готовить блюдо расположите все ингредиенты на столе возле плиты: мясо, овощи, лапша и соусы в момент приготовления всегда должны находиться под рукой.

– Овощи должны иметь легкий колер снаружи, но оставаться хрустящими внутри, поэтому каждый ингредиент блюда должен быть одинаково нарезан. Только при этом условии будет происходить равномерное обжаривание. Не забывайте, что метод стир-фрай заключается в быстром обжаривании продукта, а не в его тушении, поэтому все овощи должны быть сухими, а не влажными.

– Перед обжариванием вок должен сильно нагреться на мощном огне пока не появится слабый белый дымок. После этого закладываются овощи или другие ингредиенты, а затем заливается небольшое количество масла, буквально чайная ложка. Никогда не выкладывайте ингредиенты в неразогретый вок.

– Если в процессе обжарки вок слишком нагрелся и даже после закладки в него ингредиентов он продолжает выпускать дымок, уберите его на некоторое время с огня, одна-

ко продолжайте обжаривание ингредиентов при постоянном подкидывании их, производя характерные движения сковородой “вперед-назад”.

– При обжаривании ваш вок всегда должен издавать шипящий звук. Даже когда вам приходится убирать его с огня, чтобы слегка охладить, звук не должен пропадать. Не слышите шипящего звука – верните вок на огонь или прибавьте его мощность.

– Добавляйте в раскаленную вок-сковороду лишь столько масла, сколько необходимо для “смазывания” дна сковороды. Если в вок-сковороду поступает слишком много масла, ингредиенты мгновенно поглотят его и станут слишком жирными.

– Добавляйте масло, вращая вок, позволяя ему покрыть стенки сковороды, а затем остатки масла распределите по дну.

– В первую очередь закладывайте те ингредиенты, которые дольше готовятся, а затем по очередности приготовления.

– При методе стир-фрай используйте исключительно термостойкие виды масла, которые начинают испускать дымок при температуре выше двухсот градусов: подсолнечное, кукурузное и арахисовое. Даже не думайте использовать оливковое или кунжутное масло для обжарки методом стир-фрай!

– При обжаривании старайтесь распределить каждый ин-

градиент на дне вока, позволяя ему обжариваться самостоятельно и равномерно.

– Старайтесь обжаривать в одном воке не больше двух порций блюда. Большое количество ингредиентов снижает температуру, тем самым подвергая их тушению, а не обжариванию.

– Научитесь подкидывать ингредиенты в воке путем освоения техники перемещения сковороды “вперед-назад” по поверхности плиты или навесу. Используйте китайский черпак, чтобы ингредиенты находились в постоянном движении. С привычной для метода стир-фрай техникой подбрасывания ингредиентов вы можете познакомиться, посмотрев это видео (www.youtube.com/watch?app=desktop&v=LfPy86Qsfv4). Обратите особое внимание на правильный захват руки, который удерживает вок-сковороду в момент исполнения данной техники.

– Вливайте соусы или любые другие жидкости по бокам вока, чтобы уменьшить вероятность снижения температуры.

– Никогда не забывайте, что работа вок-повара, пожалуй, одна из самых травмоопасных в кулинарном мире. Вы постоянно находитесь под воздействием сильного огня и масла, которое набирает температуру более 250⁰С. Разумеется, в первое время, особенно если вы новичок в паназиатской кухне, от ожогов не уберечься. Они будут преследовать вас и с незавидной регулярностью. Однако через череду проб и ошибок вы минимизируете риск ожогов.

Пять способов, чтобы остудить вок-сковороду

– Уменьшить нагрев плиты. Это самый очевидный способ. Если ваш вок необходимо срочно остудить, поверните тумблер на вок-плите, чтобы убавить нагрев, или уменьшите температуру на электрической/индукционной плите.

– Убрать вок-сковороду с плиты. Это еще один однозначный способ, чтобы уменьшить температуру внутри вока: уберите его с плиты. Как только сковорода слегка остынет, снова верните ее на прямой огонь.

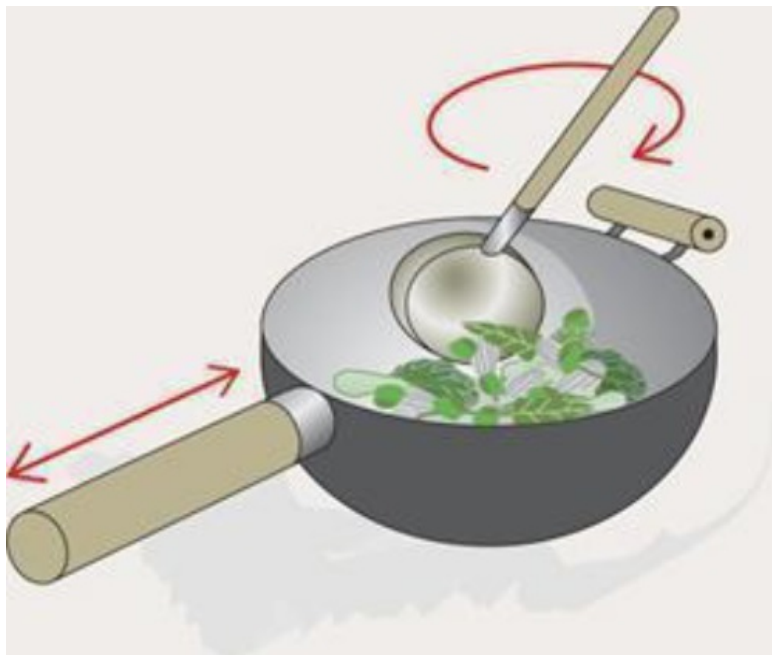
– Использовать китайский черпак. Если вы почувствовали, что вок-сковорода сильно накалилась, быстрыми движениями перемешайте содержимое с помощью китайского черпака, одновременно выполняя технику “вперед-назад”.

– Еще один способ охладить сковороду – сложить все содержимое сковороды на одном из ее участков друг на друга.

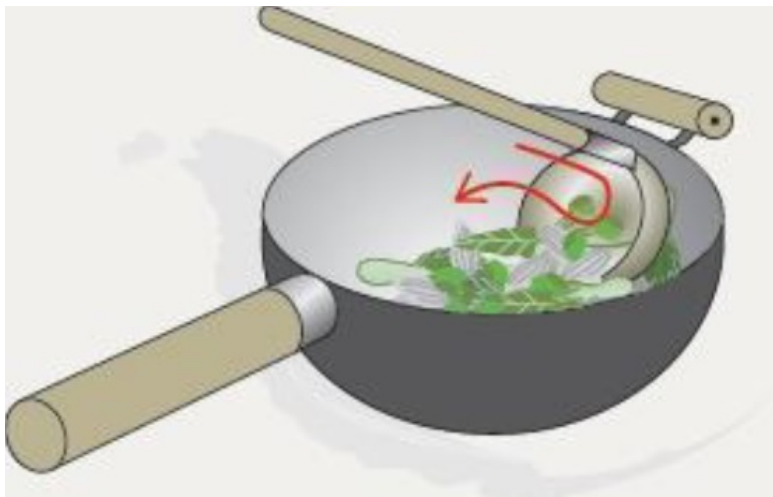
– Техника “вперед-назад”. Это фундаментальная техника для работы на воке. Она заключается в непрерывном встряхивании сковороды вперед и назад. Для того чтобы ею овладеть, высыпьте в сковороду стакан риса и тренируйтесь до тех пор, пока рис не будет высыпаться за пределы сковороды. При тренировках приподнимите вок примерно на 45 градусов относительно пола и в таком положении двигайте сковороду вперед и назад, что позволит вам переворачивать рис

при его подбрасывании.

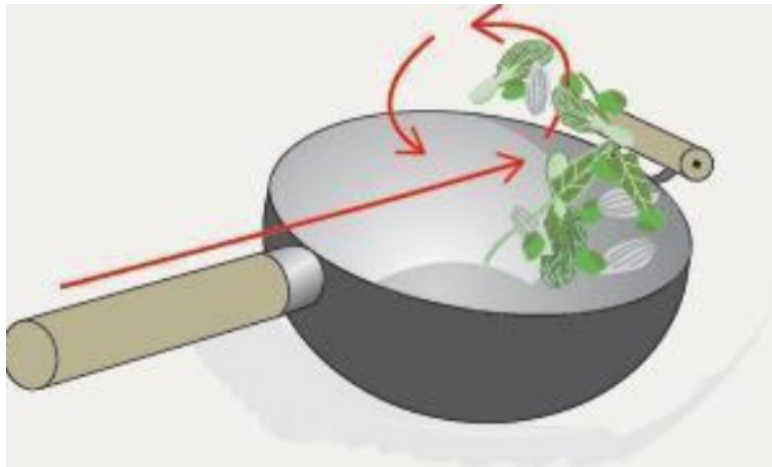
Способы остудить вок:



Использовать китайский черпак



Выложить содержимое сковороды на один ее участок



С помощью техники “вперед-назад”

Вок-конструктор



Этот сервис – один из самых любимых среди почитателей паназиатской кухни. Каждый гость вашего заведения

вправе сам выбрать, какой ингредиент поместить в свое блюдо, а от какого воздержаться. Вок-конструктор можно разделить на следующие составляющие: основа, мясной ингредиент (мясо или морепродукты), дополнительный ингредиент, соус, посыпка.

Основа

Основа вок-блюда состоит из определенного вида лапши и овощной базы. Мои любимые виды лапши, которые я предлагаю своим гостям: *пшеничная, яичная, гречневая, стеклянная и рисовая*. Помимо лапши к основе относят также и *рис*. Для овощной базы я использую *болгарский перец, красный лук и пекинскую капусту*.

И я настоятельно рекомендую поставить одинаковую цену на все виды основ. Будет большой ошибкой установить цену на основу с пшеничной лапшой ниже, чем на основу с гречневой лапшой, даже если при себестоимости оно так и выходит. Поработайте с себестоимостью и выведите единую фиксированную продажную цену для всех видов основ.

Как я уже упомянул, для приготовления вок-блюд я использую пять видов лапши и рис. На первых порах вы можете покупать готовую лапшу. Если вы только открываетесь, то вероятно у вас нет одной лишней единицы сотрудников, который бы постоянно изготавливал лапшу. Кроме того, для самостоятельного производства лапши вам потребуется тестомес и машинка для лапши, которая позволяет раскатывать тесто и нарезать лапшу необходимых размеров.

Намного проще найти поставщика, у которого вы будете приобретать каждый вид лапши. Лучшим решением для вас будет найти такого дистрибьютора, который поставяет лап-

шу коробками. Это намного дешевле, чем покупать ее пачками.

Исходя из моего опыта, идеальным вариантом лапши для приготовления вок-блюд является компания «Sen Soy». Уже несколько лет я использую пшеничную, яичную, гречневую и стеклянную лапшу именно этого производителя. Моим фаворитом в выборе рисовой лапши является компания «Агоу-Д». Что касается риса, то я предпочитаю и настоятельно рекомендую вам использовать тайский длиннозерный жасминовый рис. Компания производитель значения не имеет.

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.