




Как сделать  идеальную  
глазунью, почему молоко  
белое, зачем мыть  икру,  
опасны ли помидоры, какого  
цвета апельсины, что такое  
мясо, чем пахнет жасминовый  
рис, для кого растут сорняки,  
как готовить  шкварки,  
надо ли разминать лимон  
и вообще — как есть?

Иван  Шишкин  
Жареные факты

# Иван Шишкин

## Жареные факты

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=68289212](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68289212)*

*И. Шишкин. Жареные факты: Individuum; Москва; 2022*

*ISBN 978-5-6047190-3-9*

### Аннотация

«Жареные факты» – третья книга Ивана Шишкина, одного из основателей и идеолога кухни московского ресторана Delicatessen, отмеченного гидом «Мишлен». Перед вами экстракт поварской мудрости и остроумия в 137 ответах на вопросы о том как, что и зачем мы едим. Почему в южных странах апельсины не оранжевые, а зеленые, какие курицы летают самолетами, почему с помощью киви легче всего замариновать мясо, можно ли есть медуз и чем опасна ваниль? Вы также найдете здесь два десятка рецептов – от печенья из подсолнечника до черных шотландских яиц – и несчетное количество ценных советов и идей, способных изменить ваш взгляд на приготовление пищи.

«Жареные факты» наследуют от предыдущей книги Шишкина, «Под фартуком», не только аптекарскую точность и тонкий юмор, но и команду: редактором выступил Роман Лошманов, автор блога «Вечерний Лошманов», а иллюстрации сделал совладелец Delicatessen Евгений Самолетов, чьи рисунки

на бирдекелях стали визитной карточкой места и удостоились издания отдельной книгой.

# Содержание

Предисловие	6
Дела	10
1. Как есть?	10
2. Как сделать идеальную глазунью?	12
3. Как сделать совсем идеальную глазунью?	14
4. Как лучше хранить пищевую пленку?	16
5. Как снять жир с бульона?	17
6. Как взвешивать без весов?	19
7. Зачем просеивать муку?	22
8. Как хранить дрожжи?	24
9. Что мыть, а что не мыть?	25
10. Как мыть икру?	29
11. Есть ли идеальный способ готовить песто?	32
12. Как сделать манную кашу без комков?	35
13. Как правильно варить пасту?	36
14. Как готовить шкварки?	39
15. Как надо резать мясо – вдоль или поперек?	43
16. Как сделать имбирное молочное желе?	45
17. Как сделать желе с ананасом?	48
18. Можно ли съесть ананас без ножа?	49
Конец ознакомительного фрагмента.	51

# **Иван Шишкин**

# **Жареные факты**

© Иван Шишкин, 2022

© ООО «Индивидуум Принт», 2022

**\* \* \***

# Предисловие

Химик, фотограф и путешественник заходит в бар. Слышит чей-то разговор, кивает, подходит поближе, выжидает с нетерпением минуту-другую, потом не выдерживает и аккуратно внедряется в беседу:

– Кстати, – говорит, – вот заказали вы сейчас бурбон. А вы знаете, какая связь между этим волшебным напитком с нотами карамели, меда, табака и специй с бурбонской ванилью, о которой вы наверняка слышали? Нет, не слышали? Э-э-э... ну это ваниль высокого качества, которая происходит с тропического острова Реюньон, где, собственно, ее научились искусственно опылять, а значит – получать большой урожай за пределами Мексики, где ваниль опыляют особые пчелы. На острове Реюньон таких пчел нет, а местные не умеют. В 1841 году, когда случилось это открытие, остров назывался Иль-де-Бурбон, в честь последней французской королевской фамилии. Переименовали остров буквально семью годами позже, но за чудесной ванилью уже закрепилось название бурбонская. Так вот, а бурбон, который у вас сейчас в рюмке, называется в честь округа Бурбон, некогда части штата Вирджиния, а позже – Кентукки, где до сих пор и производят львиную долю этого американского кукурузного виски. При этом в территориальном образовании, которое называется округ Бурбон в наши дни, виски практически не

производят, а до 2014 года не делали совсем аж со времен сухого закона. Короче говоря, округ Бурбон в свое время был назван в честь той же самой королевской династии, а конкретно Людовика XVI, в знак признательности американцев за поддержку от Франции в Войне за независимость. Король кончил плохо, ему отрубили голову, но название осталось. Ну, давайте я с вами выпью.

Этот человек в баре – я. Все началось еще в детском садике. Я научился читать аномально рано и брал из дома книжки, чтобы не скучать. Однажды воспитательница посадила деток на стульчики и попросила меня почитать вслух, надеясь, видимо, что я займу их на полчаса, а она выдохнет и перегруппируется. Но кое-что пошло не так. У меня была с собой книга Игоря Акимушкина «Следы невиданных зверей». На рассказе о драконе с острова Комодо часть нашей группы заплакала, а мои чтения закончились. Но мне очень понравилось нести людям знания, хоть в те дни у меня для этого не было ни особых возможностей, ни особых, собственно, знаний.

В школе я всегда учил стихотворения перед занятиями на перемене. Мне казалось, это так просто – что-то запомнить. Что это так здорово – читать и рассказывать. Я выходил к доске и исполнял, мне нравилось. После школы моя карьера была запутанной, богатой на события, и к тридцати годам окончательно сформировалась моя способность, она же мой главный недостаток – рассказывать разные «любопыт-

ные вещи». Я занимался химией, подрабатывал пиротехником, гнал самогон и пытался выращивать в городской квартире тропические плоды. У меня в любом деле появлялись младшие коллеги, своего рода ученики. Я сначала разбирался в любом производственном вопросе сам, а затем подробно докладывал товарищам. Главное было – вовремя остановиться и рассказать только нужное, а вот с этим были проблемы.

С 2004 года я работаю в ресторане. Сначала это было развлечение, затем – призрачный план на жизнь, и теперь – вся моя жизнь. Я попал на кухню неопытным энтузиастом, но через полгода уже мог – внимание – рассказывать, как там все устроено. Я быстро учусь и хорошо схватываю. А еще я много, очень много читаю. Я очень лоялен своей профессии и раз уж я решил, что я шеф-повар, то считаю, что мое развитие – это обязательство, которое я на себя взял, войдя в эту индустрию. Жадность до знаний – это не только набор данных, но и поиск вглубь, попытка обязательно понять, откуда все берется, почему надо так, а не иначе. Сегодня доступно огромное количество информации – знай копай.

Я посчитал. Мне повезло лично учить около двухсот человек, и большая часть из них все еще в профессии. Благодаря им я получил шанс изучить множество неочевидных вопросов и найти к ним ответы. Главное, опять же, вовремя остановиться. В мои задачи не входит испугать слушателя на лекции или читателя книги терминами, замучить формула-

ми. Мне хотелось бы создать впечатление, поделиться удивительными совпадениями, связать, казалось бы, совершенно отдельные события и явления. Мне хотелось бы, чтобы люди, повара или просто неравнодушные, вспомнили счастье узнавания нового и стали бы рассказывать «интересные вещи» друг другу. Тысячи фактов о нашем деле, они возникают из воздуха, воды или земли – чистая магия, – нанизываются друг на друга, бесконечно тянут один одного. Мне это так интересно, что я просто не могу усидеть молча. Вы меня не спрашивали, но я вам все равно расскажу.

# Дела

## 1. Как есть?

Маленькими порциями есть вкуснее. Мы теряем интерес к однообразной еде, причем даже в рамках одного обеда. Поэтому я редко заказываю стейк. Ешь его и ешь, а он все – мясо и мясо. То есть блюдо остается вкусным и качественным, но в какой-то момент делается менее желанным. Можно сказать, надоедает. Это принято называть сенсорно-специфическим насыщением. У разных людей притупление ощущений от пищи происходит с разной интенсивностью, и чем дольше оно не наступает, тем, как правило, большее удовольствие от любой еды получает индивидуум. Есть свидетельства, что тем выше вероятность, что он будет иметь избыточный вес, ведь очевидно, что этот человек будет иметь склонность больше есть.

Небольшие порции позволяют сохранить аппетит во время долгой дегустации. Каждое новое блюдо на столе по-прежнему будет вызывать интерес, даже когда голод уже давно отступил. На этом основан принцип сет-меню в приличных ресторанах, когда на столе друг за другом появляются новые блюда, иногда десятки. Классика: маленькие порции на больших тарелках. Именно поэтому корейские закуски

панчан так освежают впечатление от обеда и именно поэтому люди гораздо больше съедают за шведским столом, чем у полевой кухни.

При этом гораздо вкуснее есть руками. Столовые приборы создают дистанцию между нами и едой. Подушечки пальцев – суперчувствительный орган осязания, они чувствуют и различают минимальные нюансы температуры и фактуры. Исключение осязания из процесса еды обедняет наши ощущения, так что, *use your fingers*, не стесняйтесь. Но не забывайте важное правило: набирая еду пальцами, держите локоть выше кисти и ешьте над тарелкой, иначе все соки стекут по руке и закапают колени.

Еще немного о том, как есть: «Можно ли съесть ананас без ножа?», и что есть: «Почему кишки надо есть?», «Стоит ли есть медуз?»

## 2. Как сделать идеальную глазунью?

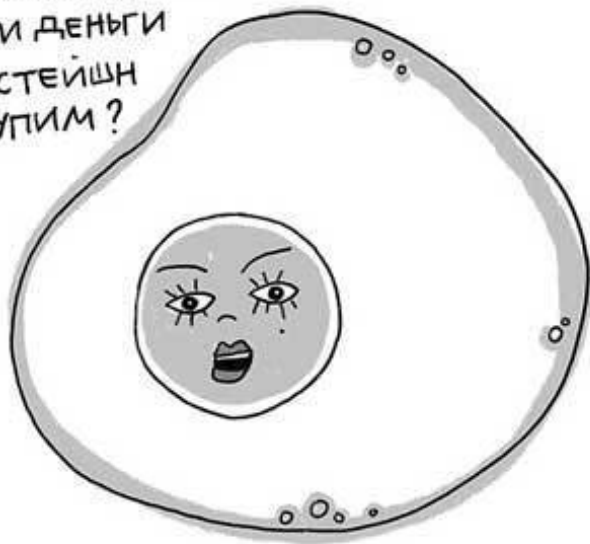
Добавить яйцо – идеальный способ обогатить самое простое блюдо: салат, бутерброд, стейк или даже кашу. Яйца пашот пользуются тотальной популярностью, однако я считаю, что это несколько претенциозный и переоцененный способ их приготовления. Нет ничего лучше честной, полноценной и надежной глазуньи. В ней есть все: оформленный белок без намека на студенистость, жидкий, но горячий желток, вкус, аромат и – что важно – сливочное масло, ведь именно на сливочном масле следует жарить яйца. Глазунья никогда не оставляет «мокрое» впечатление и не имеет, упаси бог, злого отзвука укуса. В неопытных руках или при спешке удовольствие может испортить только пережаренный, жесткий краешек белка. Чтобы этого избежать, я прошу поваров добавлять в сковороду чайную ложку кипятка на одно яйцо – сразу после того как оно легло на сковороду на слегка вспененное сливочное масло. Кипящая вода остужает содержимое сковороды до 100 градусов. Поэтому яичница не подгорает и не пересыхает, а к моменту готовности вода полностью выкипит. Главное – не накрывать крышкой, иначе желток подварится, подернется белесой пленкой, и вид будет не тот. А если вместе с водой подлить соевый соус, тоже чайную ложку, – это просто изменит жизнь к лучшему навсегда.

Еще о том, как готовить яйца: «Рис с яйцом, тамаго какэ»

гохан, ТКГ», «Черное шотландское яйцо», и как с помощью воды ограничить температуру «Как готовить шкварки?»

### 3. Как сделать совсем идеальную глазунью?

А ДАВАЙ ЛУЧШЕ  
НА ЭТИ ДЕНЬГИ  
ПЛЕЙСТЕЙШН  
КУПИМ?



ИДЕАЛЬНАЯ  
ГЛАЗУНЬЯ

Но если вы не боитесь перемен, сделайте еще один шаг. Ведь настоящая-настоящая идеальная глазунья – та, что готовится на сковороде с добавлением трех-четырех ложек жирных сливок. Процесс происходит таким же образом, как описано выше. Вода выкипает, что поддерживает температуру системы в умеренном диапазоне. Но когда испарение влаги заканчивается, вместо сливок остается лишь молочный жир и белые хлопья – в основном молочный сахар и белок, которые успевают слегка обжариться. Ровно так же, как и при нагревании сливочного масла. Яичница мало того что успевает равномерно и бережно приготовиться, так еще и приобретает чудесный дополнительный аромат орехов и карамели. Пока никто не жаловался.

Берите только сливки не из пакета, а с рынка, свежие, настоящие. Не пытайтесь, а лучше просто никогда не покупайте так называемые «кондитерские сливки», которые представляют собой частично или полностью эмульсию растительного масла. Даже натуральные пакетированные жирные сливки в качестве стабилизаторов часто содержат камеди, загустители. Сливки такой консистенции сильно пенятся, и фокус не удастся. Кстати, эта техника универсальна. Иногда я готовлю в сливках большие стейки и даже фрукты, чтобы подать с французским тостом.

Еще о том, как белки и сахара «обжариваются» «Чем пахнет масло?»

## **4. Как лучше хранить пищевую пленку?**

Тонкая пищевая пленка прилипает, тянется и запутывается. Существенно облегчить эту боль можно, если хранить ее в холодильнике. От низкой температуры пленка становится немного жестче и легко разматывается с бобины. При этом при комнатной температуре она успеет быстро нагреться и вернуть свою эластичность, что обеспечивает оптимальное облегание продукта. Жаль, что почти никто так не делает.

## 5. Как снять жир с бульона?

Мой первый опыт на кухне – 1989 год, на картошке: тогда практиковались выезды студентов и преподавателей на сбор урожая. Это была традиционная трудовая повинность работников умственного труда, своего рода налог на образование. В то время как основные массы ученых месили грязь и выбирали клубни из борозды, я, еще школьник из химического класса, был зачислен в кухонную бригаду. Столовая пионерского лагеря оказалась настоящим производством. Суп на 500 человек варился из обрезки и костей в огромных котлах, и бульон на треть состоял из жира. Его удаляли с помощью перевернутой воронки диаметром ровно как котел, с краном на носике. Жир сливали в отдельный бак, а потом добавляли в кашу. Работники, сплошь призеры олимпиад по химии, сетовали на то, что осенью недостаточно холодно, чтобы жир в кастрюлях, выставленных на улицу, застыл сам.

Годы спустя я вычитал о способе снимать жир с бульона бумажным полотенцем. Это изменило мою жизнь. Надо просто плашмя положить на слой жира салфетку, дать пропитаться и выбросить ее в ведро; повторять, пока весь жир не будет удален. Беспроигрышная стратегия: долго, дорого, весь жир в помойке, но в итоге эффективно. Но самый впечатляющий способ я освоил недавно – в ресторане, где имеешь дело с большими объемами, это очень удобно. Надо на-

морозить в пластиковых боксах лед порциями примерно по 1 кг, а затем просто поводить таким айсбергом, будто утюгом, по поверхности бульона – лучше, если не очень горячего. Лед температурой минус 18 градусов даже не успеет растаять, только будет потрескивать в руке, а жир немедленно застынет и налипнет на морозную глыбу. Дело сделано. А жир можно собрать и пустить в дело.

Как сварить бульон в скороварке: «Вкусный куриный рис», и еще о жире «Куриный смалец»

## 6. Как взвешивать без весов?

Часто спрашивают: «Как взвесить очень малое количество вещества, пользуясь бытовыми весами?» Ответ прост: нужно увеличить взвешиваемую массу. Например, по какой-то причине пачка дрожжей, продающихся в бытовых супермаркетах, весит 11 граммов. Очень иррациональная масса, ее сложно поделить, да и вообще, это простое число, которое делится нацело только на себя или на единицу. Но если к 11 граммам дрожжей из пакетика добавить 100 граммов муки, получить 111 граммов и отделить 10 граммов от этой смеси на самых простых весах, мы получим смесь дрожжей и муки, в которой будет содержаться один грамм дрожжей с достаточной точностью. Это действие позволяет нам дозировать малые количества.

Я люблю протоколировать свои действия и, когда провожу эксперименты с тестом, делаю небольшие замесы, пытаюсь найти точную пропорцию дрожжей к муке в зависимости от, например, температуры.

Например, мне пришлось отмерять 0,7 грамма. Почему именно 0,7? Просто это – неочевидное число. Многие современные техники выпечки хлеба долгого брожения требуют очень малого количества дрожжей. Иногда они содержат совсем условное их количество, например 1–2 грамма на килограмм муки, при том что в зависимости от температуры

или качества дрожжей можно это количество либо чуть увеличить, либо, скорее, чуть уменьшить. И для того чтобы как-то дозировать их и добавлять не на глазок, а точно, можно предпринять такие шаманские действия и получить довольно точное количество.

Итак, простые арифметические действия. Достаточно отделить 7 граммов смеси муки и дрожжей, чтобы с высокой точностью получить 0,7 граммов дрожжей в отмеренном количестве. Муку из смеси следует просто учесть и вычесть из требуемой по рецепту. Оставшуюся смесь муки с дрожжами надо положить в морозильник и использовать в следующий раз.

Есть еще один момент. Многие весы, особенно те, которые используются на профессиональных кухнях, часто имеют шаг взвешивания 2 грамма. Но это не станет непреодолимым препятствием: надо отвесить 8 граммов и отделить ложечкой из чашки на весах такое количество смеси, чтобы получилось 6 граммов. Те 2 грамма, которые мы отделили, поделить пополам, высыпав на сгиб листа бумаги, и добавить половину обратно в чашку. Получим искомые 7 граммов с 0,7 граммами дрожжей в миске.

Также просто вспомнить последовательное деление, то есть, высыпав 11 граммов дрожжей на согнутый лист бумаги, можно распределить их равномерно по сгибу и разделить это количество пополам. Последовательное деление 11 граммов приводит сначала к 5,5 граммам, потом – к 2,75 и затем – к

1,375. Последний шаг – поделить оставшееся число пополам и получить почти те же самые 0,7 граммов.

Главное – не вспомнить Святую Троицу и не помножить все на три.

Еще о том, как простая математика работает на кухне:  
«Что такое объем?»»

## 7. Зачем просеивать муку?

Когда я проводил тестирование поваров и обычных людей, интересующихся кулинарией, шестеро из десяти отвечали на этот вопрос так: чтобы насытить кислородом. Еще примерно двое оставляли этот вопрос без ответа, очевидно, почуяв подвох.

На самом деле единственная цель – удалить посторонние включения и слежавшиеся фрагменты муки или других компонентов смеси: крахмала, иногда сахара, всевозможных добавок и улучшителей, порошка какао.

Необходимость просеивать муку происходит с тех пор, когда мельницы были устроены не чета современным мукомольным производствам – зерно смалывалось на больших каменных жерновах, которые буквально терлись друг о друга. Мелкие отщепы могли случайно попадать в муку, особенно цельнозерновую крупного помола. Но и сегодня, несмотря на то что на заводах просеивание происходит несколько раз через сита разных калибров, в пекарнях муку просеивают – для безопасности людей и механизмов. Кстати, в пекарнях под просеивание должно быть выделено обособленное помещение высокой степени огне- и взрывозащиты с вентиляцией и системой пожаротушения. Взвесь муки в воздухе может быть взрывоопасна.

Просеивание мало что дает для повышения концентрации

кислорода. Во-первых, воздух в мешке с мукой и вне его содержит одинаковое количество кислорода – 20,9 % по объему. А во-вторых, даже если это воображаемое насыщение муки кислородом и произойдет, оно, увы, ничего не даст. Ведь в следующее мгновение к муке будет добавлена жидкость, которая полностью вытеснит кислород и любой другой газ – в этом суть смачивания муки и формирования теста.

А вот позже, в процессе интенсивного машинного замеса, когда воздух захватывается в массу благодаря работе тестомеса, кислород может сыграть существенную роль в формировании структуры теста и развитии дрожжей. Но предварительное просеивание к этому не имеет никакого отношения.

Несмотря на доступность весов, до сих пор многие рецепты в кулинарных книжках дают инструкции мерами объема, а не массы, и вот в этом случае просеивание может драматично сказаться на результате, ведь пышно насыпанная мука в стакане может весить заметно меньше, и тесто получится жидким. Взвешивайте муку.

Еще о том, как кислород взаимодействует с продуктами: «Как хранить яблоки?», и чем хорош глютен и как обойтись без него «А что с глютенем?»

## 8. Как хранить дрожжи?

При комнатной температуре гранулы «мгновенных» дрожжей впитывают влагу из воздуха, активируются, делятся и истощаются из-за отсутствия питательных веществ. Даже при температуре около нуля, в холодильнике, влага на поверхности конденсируется и вызывает к активности некоторую их часть, пусть незначительную. Несмотря на то что жизнедеятельность дрожжей в сухом виде очень заторможена, со временем они могут потерять до половины своей поднимающей тесто силы.

Поэтому хранить дрожжи следует только в замороженном состоянии. А приобретать – только у профессиональных поставщиков в большой упаковке. Протестировать, откалиброваться по времени и температуре брожения, заморозить и иметь стабильный результат, пока пачка не закончится. Перед использованием следует отмерить необходимое количество дрожжей и дать им согреться до комнатной температуры.

Раз уж заговорили о морозильнике в пекарне, советую также замораживать цельнозерновую муку. Если ее используют не в больших количествах, а лишь эпизодически, масло, которое содержится в отрубях, может успеть прогоркнуть и испортить чудесный вкус цельнозернового хлеба.

Еще о дрожжах в хлебе: «Бывает ли бездрожжевой хлеб?»

## 9. Что мыть, а что не мыть?

*Муха в тарелке грозит бедой!  
Мойте муху перед едой!*



МЫТЬ ИЛИ  
НЕ МЫТЬ  
?

В первую очередь надо мыть руки. Что до продуктов, то мыть их стоит далеко не всегда. Например, мясо и курицу мыть бесполезно и вредно. Коллаген, который присутствует в любых мышцах, набухает от влаги. Мытое, мокрое мясо, наполненное водой, как губка, не жарится, а варится на пару до тех пор, пока с поверхности не испарится вся влага. Мясо прогреется, но вкусная корочка не образуется.

Кроме того, брызги при мытье куриной тушки разлетаются на полтора метра и могут попасть на продукты, которые термически не обрабатываются. Эти брызги могут содержать опасные бактерии, такие как сальмонелла или кампилобактер. И несмотря на все меры, принимаемые производителями, заболеваемость, вызванная этими возбудителями, во всем мире уверенно растет.

Также лучше не мыть грибы. Они сильно впитывают воду, и жарка может стать невозможной, останется только тушение. Лучше очистить грибы ножом или жесткой кисточкой, дать обсохнуть на воздухе, после чего маленькими порциями обжарить на раскаленной сковороде.

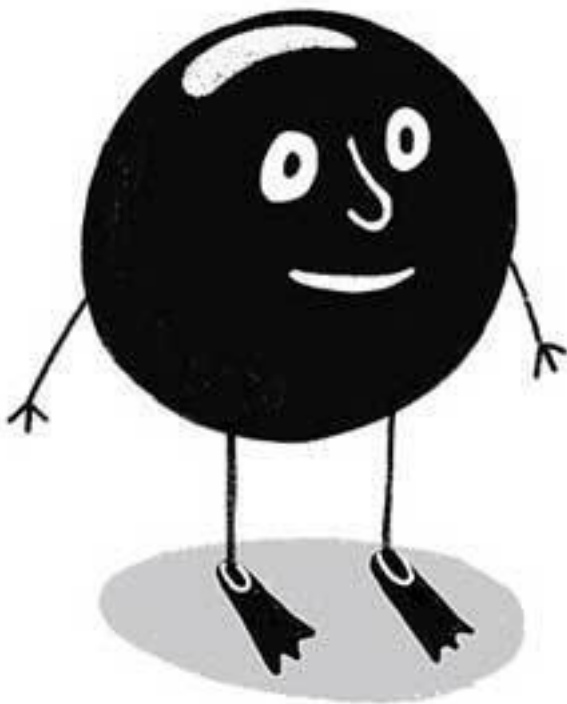
Яйца и бананы при этом мыть необходимо: они могут быть источником инфекций. Яйца, которые продаются в магазине, часто уже помыты на фабрике. Но в общественном питании их полагается замачивать в специальном растворе. Эти, без сомнения, хлопотные, но необходимые работы приводят к тому, что все больше ресторанов переходят на промыш-

ленным образом пастеризованные яйца, которые продаются в антисептической упаковке. Глазунью или пашот из них не приготовить, но для всего остального, где используются взбитые или смешанные яйца, пастеризованные подходят отлично. Меланж в кекс или на скрэмбл, желтки в бриошь или соус, а безопасные белки находят применение даже в баре для создания и стабилизации пены в коктейлях.

А вот бананы просто могут быть грязными. Ведь они приехали издалека. Никто не знает, в каких условиях они собирались и хранились.

Еще один частый источник кишечной инфекции – обычный зеленый салат. Хруст и зеленый сочный цвет обманывают людей. Салат кажется заведомо здоровой едой, в то время как при поливе на него попадают земля, удобрения и возбудители болезней. Все салаты следует мыть. Производители утверждают, что есть исключение – гидропонические культуры, когда питание растений происходит с помощью увлажнения раствором строго со стороны субстрата. Но мы никогда не можем быть уверены на сто процентов.

## 10. Как мыть икру?



А вот икру вы помыли? Нет? Зря.

Впрочем, свежую или малосольную икру, в происхождении которой мы можем быть уверенными, мыть нет смысла и даже, я бы сказал, не следует. Но мыть консервированную икру – это хороший тон, хороший вкус и просто хорошее поведение. Плохие мальчики и девочки, которые не моют красную икру, не получают подарков на Новый год.

Консервированную икру производят не только в местах вылова рыбы, но часто – там, где живого лосося видели только на картинке. В этих случаях икра поступает на завод в замороженных ястыках. Во время переработки часть икры неизбежно давится, и в жестяной банке появляется джус – так на жаргоне технологов называется липкий отстой из лопнувших икринок.

Для пущей сохранности они купаются в бульоне из рассола, глицерина и разных комбинаций сорбиновой кислоты, сорбата натрия, бензоата натрия и, если вам не повезет, уротропина. Все, за исключением последнего, – вполне безопасные пищевые ингредиенты. Консерванты спасают жизни и очень большие деньги. Современная пищевая индустрия без консервантов ухнула бы в тартарары, а вместе с ней – тысячи отравленных людей и миллионы тонн погибших продуктов. Я не против консервантов и соли, хотя мой доктор говорит, что соли я переедаю примерно в 6–8 раз. Но я против солевой слизи, которая склеивает икринки и прячет нежный, едва ли не дынный вкус и аромат свежей икры.

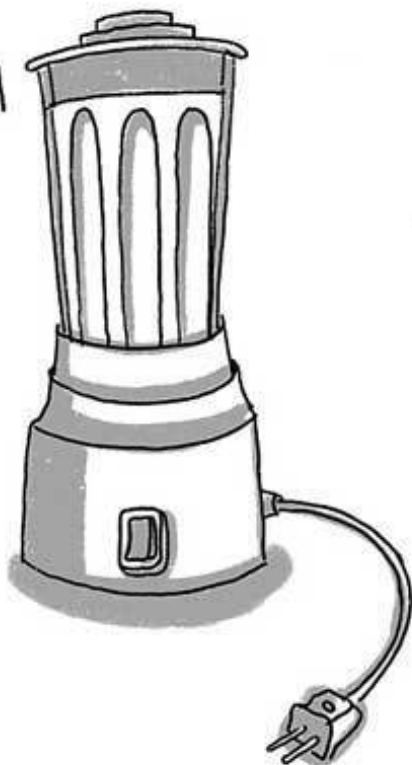
Что же из этого следует? Следует мыть: примерно 100 г

икры залить тремя литрами чистой холодной воды, нежно, но настойчиво разболтать икру в миске. Вода резко помутнеет, раздавленные икринки всплывут хлопьями. Надо дать икре осесть на дно, а воду аккуратно слить. Повторить полоскание в свежей порции холодной воды. Выбрать лопнувшие икринки. Снова залить водой, можно меньшей порцией, взболтать и вылить икру на сито, достаточно мелкое, чтобы драгоценный продукт не сбежал в слив. На всякий случай промыть икру струей воды, стряхнуть воду и выложить икру просушиться на плотное бумажное полотенце.

Осталось переложить отмытые рыбки яйца в чистую банку, добавить четверть чайной ложки растительного масла, перемешать и подождать 5–10 минут. Технологического смысла в этом ожидании нет, но ритуал хороший. Намазать на свежий хлеб с маслом и съесть.

# 11. Есть ли идеальный способ готовить песто?

СТАРИКАМ  
ЗДЕСЬ  
НЕ  
ПЕСТО



Песто – всем известная приправа: измельченные листья зелени и оливковое масло с чесноком, твердым сыром и кедровыми орешками. Казалось бы, чего проще – кинуть все в блендер, погудеть пару минут, и готово. Но лучше сделать правильно. Песто – от слова *pestare*: «растирать, толочь». У русского слова «пестик» тот же корень. По-настоящему хороший песто получается растиранием продуктов в ступке. В большой каменной ступке – мраморной или, как у меня, гранитной.

Некоторые скажут, мол, какая ступка, железный конь давно пришел на смену крестьянской лошадке, и песто следует делать в блендере, даже вкуснее получится. Слепое сравнение одинаковых рецептов в блендере и в ступке выявило превосходство блендера в каких-то опытах. На самом деле просто для каждого способа рецептура должна быть разной, и это два разных продукта.

Я готовлю в ступке. Сначала зубчик чеснока со щепоткой соли надо разбить пестиком в кашицу. Соль действует как дополнительный абразив и вызывает скорейшее истечение сока из разрушенных клеток. Сахара и сероорганические соединения образуют слизистую пену. В чеснок необходимо добавить слегка поджаренные орехи, перетереть в почти однородную массу, а затем постепенно, растирая с усилием, всыпать нашинкованную зелень. Две больших горсти. Каждую порцию листьев следует разминать почти до однород-

ности. Несмотря на кажущуюся в первый момент невозможность поместить в ступку такое количество зелени, по мере работы она полностью интегрируется в смесь. Затем надо добавить и растереть тертый твердый сыр и начать самое интересное: понемногу вливать масло, по столовой ложке, и так целый стакан. Аккуратными движениями пестика надо растереть песто до образования приятной и гладкой консистенции. Чесночный сок и сок листьев образуют дисперсную водную фазу эмульсии, а жир орехов, сыра и оливковое масло – жировую среду.

Я намеренно пишу «зелень» и не называю сорт сыра. Даже орехи не обязательно должны быть кедровыми. Кстати, канонические орешки – плоды пинии, сосны итальянской. Кедровые орехи, которые в обиходе у нас, – это семена сосны сибирской кедровой, а семена собственно кедра вообще несъедобны.

Мне проще, чем итальянцам: мои бабушки не готовили песто в мраморных ступках с деревянным пестиком. Мы можем быть свободны от стереотипов. Я нахожу вкус традиционного лигурийского песто из базилика слишком назойливым, предпочитаю сочетание петрушки и эстрагона. А самая любимая версия – тыквенная: жареные семечки тыквы, тыквенное масло пополам с нейтральным подсолнечным, петрушка и крошка овечьей брынзы. Просто фантастика.

Еще о тыквенном масле и семечках: «Откуда берутся тыквенные семечки?»

## **12. Как сделать манную кашу без комков?**

Манную кашу можно с легкостью приготовить без комков. Они образуются, когда порция крахмалистого порошка попадает в горячую жидкость. Поверхность обваривается, образуется клейстер, который препятствует смачиванию комка. Решение – всыпать продукт в негорячую жидкость, размешать и дальше варить без забот. То же решение подходит для какао и вообще всего.

Еще о манной каше: «Что лучше, манная каша или лжеманная каша?»

## 13. Как правильно варить пасту?

Правильно – постоянно помешивая. Традиционалисты скажут: «Пасту надо варить в большом количестве кипящей подсоленной воды до полуготовности, добавив сверху небольшое количество оливкового масла, чтобы предотвратить слипание, поместить ее в соус или подать на тарелке».

Без сомнения, таким образом сварить пасту можно, но является ли этот путь оптимальным? Конечно, нет. Начнем с того, что паста становится клейкой не от того, что она варится в недостаточном количестве воды, и не от того, что макароны плохие: мука, например, недостаточно качественная, не итальянская.

Любая паста, помещенная в кипяток, будет слипаться. И это нормально, потому что поверхность макарон состоит из муки, а значит, из гранул крахмала и при варке превращается в клейстер. Пельменей это тоже касается в равной степени. Элементарное перемешивание решает эту проблему.

При этом количество воды не должно быть большим и избыточным. Сухую пасту вообще можно сварить, как варят ризотто, – в минимальном количестве воды, добавляя ее столько, чтобы макароны варились, а не пригорали. Чего это позволяет достичь? Один из важных компонентов блюд из пасты, таких как «алио, олио и пеперончино», – эмульсия оливкового масла и крахмальной воды, в которой варится

паста. Соответственно, если оставить меньше воды, но больше крахмала, эмульсификация будет происходить быстрее и лучше.

Получить хороший соус для «алио, олио и пеперончино» может не каждый итальянский повар. А ведь это простая эмульсия. Поэтому правильнее варить пасту в минимально необходимом количестве воды, примерно 1,5–2 литра на 250 грамм пасты. Она сварится до кондиции, и воды, а точнее – густого крахмального отвара останется очень мало, но достаточно для того, чтобы использовать его для создания соуса. Паста с рагу или с помидорами также выигрывает от эмульсии соуса и воды.

Клейстеризация набухшего крахмала и денатурация глютена – вот, очень грубо, два основных явления, формирующих текстуру готовой пасты. Оба этих процесса начинают активно происходить при температуре около 85 градусов. Дальнейший нагрев не вредит делу, но и не ускоряет принципиально. То есть даже кипящая вода – не обязательное условие успешной пасты.

Добавление оливкового масла в воду при варке вряд ли изменит ситуацию, поскольку масло, как известно, распределяется на поверхности воды, в то время как макароны слипаются в ее толще.

Уменьшить слипание, но не избежать его можно и другим способом: заранее замочить пасту в холодной воде, дать намочнуть, смыть с нее поверхностный слой, который способ-

ствуется слипанию. Тогда паста станет гибкой, не будет ломаться, а главное, сварится буквально за две-три минуты. Замачивать пасту нужно недолго – пока закипает вода. Уже за это время крахмал успеет частично смыться с поверхности. Пасту можно замочить и сварить в бульоне или сразу в соусе, это дополнительно пропитает ее характерным вкусом.

То есть формула успеха такова: немного горячее, но не обязательно кипящей воды, никакого масла, замоченная паста и активное перемешивание в первые моменты варки.

Конечно, это будет немного другая паста, нежели паста из учебника, но мы живем в век космоса и компьютеров, когда в кулинарии нет никаких ограничений. Повторюсь, у меня не было итальянской бабушки, которая варила макароны каким-то особым традиционным способом, а значит, руки у меня полностью развязаны. Итальянская кухня, равно как и любая другая, – живой и развивающийся феномен, глобальный и космополитичный. Она впитала продукты и техники со всего мира, прежде чем весь этот мир завоевать. Теперь наша очередь.

О пасте на закваске: «Бывает ли паста на закваске?»»

## 14. Как готовить шкварки?

*Нет ничего лучше гусиных шкварок. Ну куда вы лезете против них со шкварками из свиного сала! Гусиные шкварки, понятное дело, должны жариться до тех пор, пока они не станут золотыми. Берут жирного гуся, снимают с кожи сало и поджаривают.*

*– Ярослав Гашек, «Похождения бравого солдата Швейка во время мировой войны»*



# ЗАШКВАРКА

Конечно, гусиные хороши, спору нет. Но. Любые шкварки будут фантастическими, если их правильно готовить. Собственно, главное – не допустить подгорания кожи и сала.

Шкварки, по сути, – слегка поджаренный коллагеновый

каркас жировой ткани, полупустая нежная губка. Сами по себе они никогда не были целевым продуктом. Задача повара – переработать слишком салные куски, вытопить жир, чтобы потом использовать его либо на кухне, либо для смазывания сапогов или дверных петель. Белоснежный жир с нейтральным ароматом – большая ценность, ведь его можно использовать даже в кондитерском деле. Прекрасные испанские печенья польворонес состоят из орехов, поджаренной муки и топленого свиного сала, а куриный или гусиный смалец – драгоценный жир, который украшает текстуру и вкус клецек из мацы. То, что в результате получаются еще и шкварки, – счастливое совпадение.

Вытапливая жир на горячей плите, надо уберечь его от потемнения, а шкварки от подгорания. Решение – ограничить температуру в котелке. Можно установить умный термостат, но проще просто подлить воды. Пока она не выкипела, гарантированы 100 градусов или ниже, если мы в горах. До тех пор пока все сало не растает, а шкварки не съезятся и не потемнеют, надо продолжать подливать воду буквально по одной-две столовых ложки. В последнем раунде станет понятно, что воды в кастрюле больше нет, и температура жира станет быстро подниматься. Это знак, что надо шкварки спасать: снять с огня, вынуть шумовкой, быстро просушить их на бумажном полотенце, затем посолить, поперчить – и срочно есть.

Домашние шкварки не должны быть ни слишком мягки-

ми, ни слишком твердыми. Они не должны хрустеть (хрустят – значит, пережарены). Они должны таять на языке, но при этом вам не должно казаться, что сало течет по подбородку. Сало еще пригодится.

Еще немного о шкварках: «Куриный смалец»

## 15. Как надо резать мясо – вдоль или поперек?

Готовое мясо, будь то ветчина или стейк, следует нарезать поперек волокон. Установлено, что приготовленный и нарезанный поперек волокна продукт в среднем в 4,5 раза мягче, чем если бы его разрезали вдоль. Распространенная ошибка, даже, скорее, пренебрежение правилами и здравым смыслом – не обращать внимание на ход волокон в куске. Исключение, пожалуй, одно: хамон и подобную ему вяленую ветчину на кости просто едва ли возможно аккуратно напилить поперек. Да и смысла нет. Мясо для джерок также выиграет в текстуре, нарезанное вдоль. Вот и все исключения.

При этом сырое мясо, наоборот, нормально разделявать вдоль, не рассекая мышцы. Например, я неоднократно шокировал студентов на занятиях по мясному делу, разрезая реберный отруб (откуда получают стейки рибай), иначе говоря – толстый край, не поперек на привычные шайбы, а вдоль на отдельные мышцы. Основные – *longissimus dorsi* и *spinalis dorsi*. Первая – длинная, круглая в сечении, идет от шеи до самого таза, а вторая – плоская, широкая, укутывает *longissimus dorsi*. Каждая – нежная и вкусная сама по себе. Если их аккуратно разделить и зачистить, то первую можно разрезать на три или четыре стейка, а вторую – на четыре или пять. Традиционный способ позволяет получить семь оди-

наковых стейков рибай. На мой взгляд, лучше сделать набор интересных стейков, накормить людей вкуснее и заработать больше. Тем более что именно таким образом мясо ляжет на огонь «горизонтально», волокнами параллельно плоскости гриля, а готовый стейк будет нарезан на ломтики строго поперек волокон.

Еще о мягком мясе: «Что такое мягкое мясо?», «Почему киви и имбирь размягчают мясо?»

## 16. Как сделать имбирное молочное желе?

Сок имбиря благодаря содержанию протеазы коагулирует казеин, главный белок молока. На этом свойстве основан способ получения сладкого имбирного молочного желе. Оно по виду и текстуре напоминает свежий тофу, хотя странно описывать один продукт, отсутствующий в диете европейцев, через другой такой же. Можно представить себе свойства и текстуру этого десерта, если описать, что происходит с молоком, когда в него попадает имбирный сок.

Фермент зингибаин разрушает третичную структуру белка, вызывая его коагуляцию, то есть переход из взвешенного или растворенного состояния в гель. Подобный гель мы видим в простокваше, когда молоко, забытое на столе, образует плотную однородную массу. Такое превращение происходит благодаря молочной кислоте, которая вырабатывается при расщеплении лактозы бактериями. Схожий результат вызывает и зингибаин.

Имбирное желе – необычный, хоть и несколько скучный десерт, но точно стоит попробовать его сделать. Понадобится 200 мл молока; предпочтительно, чтобы оно не претерпело ультрапастеризации. Эта процедура несколько меняет свойства молока, и гель будет не очень прочным. Образованию геля также мешает молочный жир, поэтому снятое мо-

локо даст лучший результат.

Я растворяю 20 г сахара в молоке, нагреваю его ровно до 65 градусов и переливаю в подогретую неглубокую плошку. Такая точность нужна потому, что активность зингибаина стремительно растет с ростом температуры, достигая максимума в диапазоне 63–68 градусов. Ниже 60 градусов его сворачивающая способность резко падает, а выше 70 градусов начинается процесс денатурации фермента, что приводит к необратимой утрате его химических свойств.

Свежий имбирный сок, выжатый из 50 г натертого на терке корня, я процеживаю через тончайшее сито, обогащаю буквально щепоткой глюконата или лактата кальция и витамина С. Ионы кальция способствуют упрочнению геля, а витамин С «консервирует» сок, продлевая срок действия фермента. Для лучшего перемешивания сок вливаю в молоко с заметной высоты. И все – больше перемешивать нельзя. Через десять минут все будет готово. Хорошее желе держит, не разрушаясь, столовую ложку. Ложкой его и надо есть.

Скажу еще, что точно так же действует протеаза химозин, действующее начало сычужного экстракта, используемого в сыроделии. Другими словами, ничего удивительного, что имбирь спокойно можно применять для производства сыра.

Еще об имбире: «Чем отличаются имбирь сырой и приготовленный?», об имбирном пиве: «Имбирное пиво – это пиво?», и о ферментах и сыре: «Каким должен быть настоящий

овечий сыр?»»

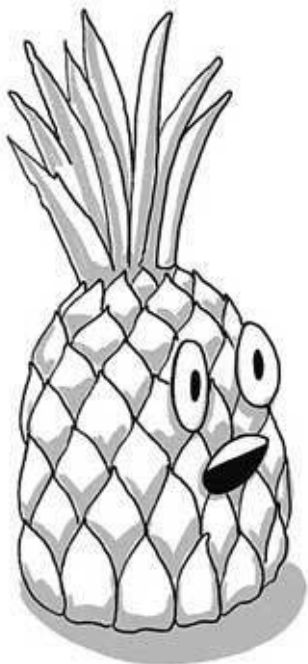
## 17. Как сделать желе с ананасом?

И тут снова о протеазах. Желатин со свежими фруктами – зона риска. Например, со свежим ананасом может не получиться. Бромелаин, смесь ферментов, содержащихся в ананасе, расщепляет белки. Испортит и желе.

То есть если, попадая в молоко, протеаза только денатурирует белок, разрушая стабильный коллоидный раствор, который превращается в гель, то в случае с желатином фермент разрушает уже сам белок, делая гелеобразование невозможным.

Выход – ананас приготовить, что разрушит фермент. Или взять консервированный, уже приготовленный. Или вместо желатина – агар-агар. Агар – не белок, а полисахарид, получаемый из водорослей. На него не действует фермент протеаза. Но это совсем другая история, да и текстура агарового желе не всем нравится.

## 18. Можно ли съесть ананас без ножа?



НУ, ДАВАЙ,  
ЕШЬ МЕНЯ  
БЕЗ НОЖА!

Ананас – соплодие, которое состоит из сросшихся индивидуальных плодов. На второй-третий год жизни растение

выпускает стрелку, на которой развивается множество, до двух сотен, цветов. Образовавшиеся завязи разрастаются и образуют большой крепкий ананас, который мы знаем. Разделяют его, срезая плотную шкуру, а затем удаляя центральный сочный, но жесткий стебель. Но по-настоящему спелый ананас можно разделить на дольки и съесть, не используя нож. Достаточно просто размять плод – например, придавить его коленом, пока части не станут отделяться друг от друга, затем выломать верхушку и, отламывая доли по одной, есть. Присмотревшись к строению сочной плоти сортового ананаса, можно найти недоразвитые семяпочки. Семена в них не образуются. Это свойство очень удобно для кондитерской индустрии и для производителей фруктовых консервов: семечки затруднили бы обработку и ухудшили свойства продукта. На Гавайях для того, чтобы растения на плантациях развивались исключительно без оплодотворения, в список запрещенных к ввозу существ внесены колибри: они опыляют цветы ананаса.

# 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.