

O

T

T



O



L



E

Z



G

H

I



ПОВАРЕННАЯ КНИГА

**Сами Тамими**  
**Йотам Оттоленги**  
**OTTOLENGHI:**  
**Поваренная книга**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=69004753](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69004753)*

*OTTOLENGHI: Поваренная книга: КоЛибри, Азбука-Аттикус; Москва;*

*2022*

*ISBN 978-5-389-23003-3*

### **Аннотация**

Обновленное и дополненное издание знаменитой поваренной книги Йотама Оттоленги и Сами Тамими, ставшей классикой гастрономической литературы. В основе 140 эффектных, аппетитных и несложных в приготовлении блюд – от мяса, рыбы и роскошных салатов до восхитительных десертов и выпечки – лежат кулинарные традиции со всего мира, от Ближнего Востока до Северной Африки, от Италии до Калифорнии. Оригинальные вкусовые сочетания, цвет, нетривиальные приправы – все, чем славится кухня Оттоленги.

«Мы с большой гордостью воздаем должное этим блюдам в оформлении, которое лучше согласуется с остальными нашими книгами. Мы хотели модернизировать внешний вид блюд и добавить вступления к рецептам, сохранив при этом особенную структуру оригинала. Очень надеемся, что книга понравится и

давним, и новым нашим поклонникам». (*Йотам Оттоленги, Сами Тамими*)

В формате PDF A4 сохранен издательский дизайн.

# Содержание

Введение	11
Овощи, бобы и зерно	35
Персики с прошутто и флёрдоранжем	37
Инжир с медом и молодым пекорино	40
Салат из редиски и бобов фава	43
Фенхель с фетой, гранатом и сумахом	46
Салат с огурцами и маком	49
Салат из трав по рецепту Этти	52
Маринованные баклажаны с тахини и орегано	55
Конец ознакомительного фрагмента.	56



**Йотам Оттоленги,  
Сами Тамими  
OTTOLENGHI:  
Поваренная книга**

*Посвящается Рут, Майклу и Карлу  
Йотам*

*Посвящается Нааме, Хассану и Джереми  
Сами*

Yotam Ottolenghi & Sami Tamimi with Tara Wigley  
Ottolenghi: The Cookbook

Впервые опубликовано на английском языке в 2008 году  
Ebury Press, группа компаний Penguin Random House

© Yotam Ottolenghi and Sami Tamimi, 2008

Design: Blok and objectif

Photography: Richard Learoyd

Cover design: Sarah Adelman

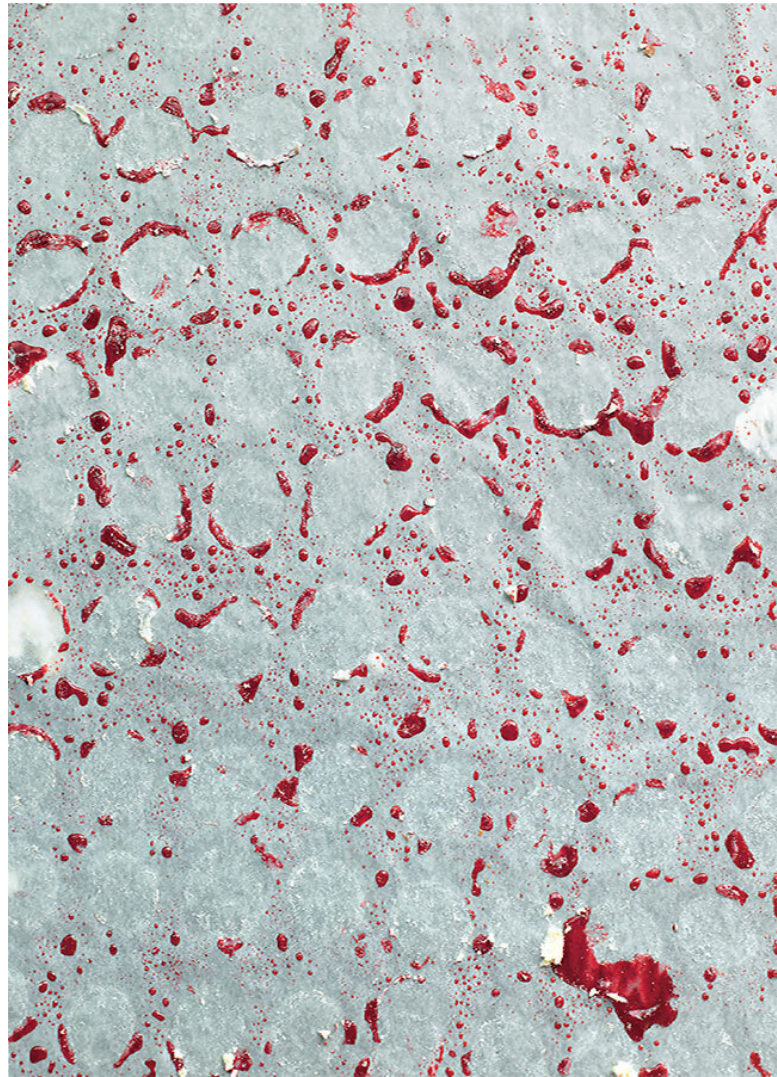
Cover photography: Jonathan Lovekin

The moral rights of the authors have been asserted

© Крыгина Н., Постникова О., перевод на русский язык,  
2022

© Издание на русском языке. ООО «Издательская Группа  
«Азбука-Аттикус», 2022

КоЛибри®





Почти десять лет назад мы начали тестировать рецепты для первого издания этой книги. С тех пор многое произошло: мы опубликовали еще четыре книги, открыли новые рестораны, исследовали кухни народов мира, познакомились с новыми ингредиентами, обнаруживали новые кулинарные техники; мы создали специальную тестовую кухню, к нам приходили повара и делились секретами. Огромное количество перемен за кажущийся коротким отрезок времени.

Вероятно, справедливым будет сказать, что этот разовый

проект – скромная поваренная книга, при помощи которой мы удовлетворили свое желание поделиться знаниями и дать нашим посетителям возможность готовить блюда из Ottolenghi дома – зажил своей собственной жизнью и постепенно изменил нашу жизнь.

Теперь же тестирование и составление рецептов, написание связанных с ними историй, публикация журнальных статей и красивых книг, поездки в промоутуры – все это практически стало частью нашей повседневной работы. Наши книги и постоянный диалог с читателями вдохновляют нас на размышления о еде, о способах ее приготовления и подачи нашим посетителям.

С этой точки зрения трудно не испытывать ностальгию, когда мы возвращаемся к нашей первой книге и листаем ее страницы: вот наш первый рецепт с использованием сумаха; вот баклажаны с йогуртовым соусом, которые мы с тех пор готовили тысячу раз; вот мы сами – гораздо моложе и привлекательнее себя нынешних; вот прежняя команда кухни в Ноттинг Хилле; вот прилавки с нашими тортами где-то в 2007 году, а вот милый пес, которого всегда привязывали рядом с рестораном.

Как это всегда бывает во время просмотра старых фотоальбомов, в этом альбоме есть множество причин ощутить неловкость. О чем мы думали, поместив этот провод между камерой и gratenem из фенхеля? Или когда предложили подавать хлеб с толстой коркой почти ко всем блюдам – мы что,

не слышали о безглютеновом питании? Или когда украшали все блюда зернами граната? И разве нельзя было оформить два блюда с запеченной курицей (вероятно, самые популярные рецепты в книге) хоть немного красивее?

Однако, по правде говоря, мы очень довольны своей первой попыткой написать кулинарную книгу. Целый год пятничных ужинов у Сами, когда несколько друзей собирались вместе, чтобы много есть, горячо спорить и предлагать бесконечные способы улучшить вкус блюда, привели к созданию множества рецептов, по которым мы до сих пор с большой радостью готовим, и блюд, которые в некотором смысле стали образцами для всех последующих.

В новом издании мы с большой гордостью отдаем дань этим блюдам в новом оформлении, которое лучше согласуется с остальными нашими книгами. Мы хотели модернизировать внешний вид блюд и добавить вступления к рецептам, сохранив при этом особенную структуру оригинала. Очень надеемся, что книга понравится и давним, и новым нашим поклонникам.

*Йотам Оттоленги и Сами Тамими*  
*Сентябрь 2016 г.*

# Введение

Наше застолье – это праздник щедрости и ослепительных красок. Нас вдохновляет непреодолимое желание восхвалять еду во всем ее великолепии, демонстрировать ее многообразие в духе рыночных торговцев: выставлять на прилавок весь товар, громогласно его расхваливая.

В начале июля 2002 года, еще не зная, что ждет впереди, мы открыли Ottolenghi – продуктовый магазин, кондитерскую, гастроном, ресторан, пекарню – место, которому нельзя было подобрать однозначного названия, но которое совершенно четко отражало нашу одержимость едой. В маленьком магазинчике в Ноттинг Хилле мы начали готовить и печь.

Мы приступили к делу еще до того, как высохла белая краска на стенах. Вместе с небольшой компанией друзей и командой нанятого персонала, быстро превратившихся в друзей, мы начали экспериментировать с едой.

Наш партнер и дизайнер, Алекс Мейтлис, снабдил нас чистым холстом: «На фоне белоснежного пространства с белыми блестящими поверхностями ваша стряпня будет выгодно выделяться», – сказал он. Мы немного поспорили, но позже согласились. Белый цвет оказался изумительным оформлением для нашей феерии. И мы не скрываем своей гордости за это.

## Наш источник вдохновения

Мы хотели начать нашу книгу с шутки: «Если вы не любите лимоны или чеснок... откройте последнюю страницу». Может, это и не самая смешная шутка в мире, но, учитывая обилие лимона и чеснока в наших рецептах, почему бы не начать с нее поиск истинного портрета нашей кухни. Определить ее региональную принадлежность также затруднительно: слишком много разных влияний ее затронули, а история наших кулинарных обычаев длинна и запутанна. Оба мы родом из одной части света с уникальными кулинарными традициями – Израиля/Палестины. Мы обожаем еду своего детства. Оба ели много свежих фруктов и овощей: апельсины из Иерихона, использовавшиеся только для приготовления сладчайшего свежесжатого сока, хрустящие корншоны, полные ароматов теплой земли, тяжелые гранаты, осыпавшиеся с небольших деревьев, неспособных более выдерживать их вес; инжир, грецкие орехи, пряные травы... Список может быть бесконечным.

Мы постоянно, и в большом количестве, поглощали уличную еду – в буквальном смысле этого слова. Торговцы, раскладывавшие свой товар прямо на тротуаре, не были тогда ограничены местами на «фермерских рынках». Не было ничего необычного или странного в том, чтобы поесть на ходу. Сами постоянно вспоминает, как он тоскливо просижи-

вал над обеденной тарелкой, проглотив несколько початков кукурузы гриль или пару кексов «бусбуса» (из кокоса и манки), купленных у уличных лоточников во время прогулки с друзьями.

Лимон и чеснок стали столь подходящей метафорой для определения сути нашей стряпни, поскольку воплощают дерзость, пикантность, сильные, иногда противоречивые ароматы нашего детства. Ароматы и цвета, которые кричат, набрасываются на тебя, делают все остальные вкусы бесцветными, блеклыми, обычными, невдохновляющими.

Кексы, пропитанные сиропом с розовой водой; груды свежего зеленого миндаля на льду в магазине; стаканчики крепкого чая с сахаром и пригоршней мяты; стойкий аромат баранины, приготовленной на открытом огне; крошечный магазинчик, торгующий 20 сортами свежего овечьего и козьего рассыпчатого сыра; сезон абрикосов, когда на земле под каждым деревом столько плодов, что хватит на твой желудок, на варенье и на всех окрестных птиц.

Это и есть источники нашего вдохновения. Такое изобилие рождает в нас неистребимое стремление поразить своей едой, заставить вас застыть и ахнуть, даже если вы не экспрессивны. Цвета, текстуры и, наконец, ароматы, которые непростительно экстраординарны.

## Наша философия

Подобно рыночным торговцам, мы показываем лучшее, что у нас есть, и не стремимся вторгаться в естественный ход событий. Мы стараемся сделать еду максимально натуральной, намеренно отказываясь от сложных методов ее обработки. Возьмите, к примеру, нашу брокколи – королеву меню Ottolenghi. Она чрезвычайно популярна (когда мы решили убрать ее из меню, люди устроили пикет на Ледбери Роуд), несмотря на то что удивительно проста. Если вы ее не пробовали, то должны это сделать (рецепт [здесь](#)), если пробовали, приготовьте непременно.

Мы считаем, что простота и непритязательность в приготовлении еды – главный способ создания свежих блюд. Каждый ингредиент обладает неповторимым звучанием, особыми характеристиками, простыми и мощными образом, вкусом и ароматом, которые мы помним и желаем.

В этом мы радикально отличаемся от высокой и промышленной кухни: в нашем салате аромат и вкус кумина или базилика будут отчетливыми, не оставляющими и тени сомнения. Как говорила Этти Мордо, наша крайне эмоциональная бывшая коллега: «Ненавижу блюда, про которые знаю, что до них часто дотрагивались в процессе готовки».

Мы любим настоящую еду, в естественном виде и без прикрас. Шоколадный кекс должен в первую очередь обладать

вкусом шоколада. Он не должен содержать пралине, малину, слои бисквита, густой ликер и проводить часы в морозильнике. Дайте почувствовать чистый вкус шоколада, топкую, похожую на помаду текстуру, полюбоваться его простой формой. Декорирование и затейливое украшение – всегда вопрос вкуса. Хорошая простая еда – источник бесконечного наслаждения и удовольствия.

Для нас самое главное умение получать удовольствие, наслаждаться едой, обходиться с ней легко и непринужденно. После стольких столетий обвинений в скудности национальной гастрономии в последние годы британцы начали гордиться своей кухней, присоединившись к европейскому сообществу самоуверенных и страстных знатоков хорошей еды. Неожиданно их заставили почувствовать себя виноватыми за получаемое удовольствие. И все это из-за диет, здоровья, морали, происхождения и расстояния доставки продуктов питания. Без внимания к самой еде.

Какая тоска и какая ошибка! Это изменение во взглядах отбрасывает нас на несколько шагов назад, к временам, когда еда в Британии была не более чем удовлетворением естественной потребности, практичной, а не чувственной стороной жизни, и мы снова рискуем перестать получать от еды истинное удовольствие. Люди не были бы так озабочены происхождением продуктов, тем, как они были выращены или произведены, если бы действительно не полюбили еду, не сроднились с ней. И вновь мы ведем речь о получении удо-

вольствия. Не поймите нас превратно: поддерживать небольшие фермерские хозяйства во всем мире, гуманно относиться к животным, не загрязнять свой организм и окружающую среду, противодействовать тотальной глобализации сельского хозяйства – важнейшие цели. Наше здоровье и стоимость еды накладывает на нас дополнительную ответственность – потреблять пищу разумно и этично.

Еду нельзя оценивать однобоко с позиции добра и зла; вы можете быть хорошо информированы и принимать осознанные решения о том, где и что покупать, не превращаясь при этом в маньяка. Стиль жизни большинства людей не позволяет им собственноручно выращивать овощи или покупать мясо от животных свободного выгула с близлежащей фермы. Приходится искать компромисс, но при этом не чувствовать за собой вины. Поэтому на неделе можно закупаться в супермаркете, а в выходные посещать фермерский рынок. Вместе с натуральными яйцами можно купить замороженные овощи.

Этот легкий, но реалистичный подход к приготовлению и употреблению пищи мы и пытаемся претворить в жизнь. Основная идея такова: готовить можно весело, просто и в удовольствие, при этом вкусно и удивительно красиво; готовка должна быть доступной, быстрой и необременительной, а не превращаться в тоскливую рутину с кучей сложно достигаемых и скрупулезно обрабатываемых ингредиентов. Для нас приготовление пищи не далекий недостижимый идеал, а

часть реальной жизни, и так должно быть всегда!

## OTTOLENGHI

### Общение

В Ottolenghi есть обычай, сразу же бросающийся в глаза: довольно часто с тяжелыми подносами, нагруженными тарелками с собственными творениями, в зал выходят шеф-повара. Для них и для нас увидеть улыбку посетителя, его внимательный взгляд, услышать восхищенный вскрик и заслуженный комплимент – источник гордости. Очень многие повара упускают в своей работе возможность получить мгновенный отклик клиента – реакцию, переходящую в неторопливую беседу о еде.

Коммуникация – необходимое условие разрушения мощных стен, воздвигнутых вокруг процесса приготовления и потребления еды. Когда в последний раз при покупке еды вы говорили с ее непосредственным производителем? В ресторане? В супермаркете? Такого вообще не происходит. А поскольку люди все реже готовят дома, мы практически лишены разговоров на эту тему. В Ottolenghi мы воспроизводим домашний разговор о еде в условиях публичного заведения мегаполиса.

## Пространство

Когда вы присядете поесть у нас, вы почувствуете себя почти в домашней обстановке. Коллективная трапеза способствует уютной, располагающей к общению, семейной атмосфере. Вы почувствуете, будто попали на кухню своей мамы или бабушки, не важно, реальную или вымышленную. В создании атмосферы участвуют все: посетители, шеф-повара, официанты, в заветный момент поднося еду, – будто бы большой круглый стол стоит в центре многолюдной семейной кухни.

Но важно не только то, как вы сидите, но и то, что вас окружает. В *Ottolenghi* свежеприготовленные блюда, продукты, из которых они создаются, выложены на виду. На стендах навалены горы свежих овощей и фруктов с рынка. Рядом с мамой и малышом в коляске может пристроиться полупустая коробка с брюквой, пока кто-нибудь из нас не поднимется наверх и не заберет ее вниз на кухню.

## Витрины

Когда блюдо оказывается на прилавке, мы стараемся как можно сильнее сократить расстояние между ним и посетителем. Мы используем холодильник по минимуму. Конечно,

иногда просто необходимо остудить то, что мы готовим, но холодная еда неестественна для человека (исключая мороженое и некоторые другие блюда). Большинство блюд лучше всего проявляют свой вкус при комнатной температуре или теплыми. Особенно пирожные и выпечка.

## **Наши посетители**

Никакой традиционной иерархии или четко выраженного разделения в практике Ottolenghi нет. Сладкое соседствует с острым, горячее с холодным: поднос со свежесдобитым хлебом может стоять рядом с восхитительным набором салатов, чашей с гигантскими меренгами или ящиком отборных помидоров с рынка. Входящих посетителей встречает атмосфера изобилия, некоторого хаоса и кухонной суеты: еда подносится, выставляется, продается; происходит смена блюд, вытираются подносы, переоформляется прилавок; люди, стоящие в очереди, беспрестанно общаются.

Чтобы создать такую расслабленную атмосферу, мы приложили немало усилий. Ежедневные разговоры с клиентами позволяют нам соответствовать их потребностям. Мы слушаем и знаем, что они любят. Они приносят нам свои пустые блюда и просят сделать «лучшую в мире лазанью» (и если она окажется не лучшей, мы совершенно точно об этом узнаем). Вот оно, воплощение атмосферы Ottolenghi: уникальное сочетание качества и доброжелательности.

Мы гадаем, что же привело к нам первых посетителей. За годы очень многие из них стали нашими постоянными клиентами, они не только регулярно приходят к нам, но и мы узнаем их, знаем их имена и иногда даже что-то из их жизни. И наоборот. У них есть свой любимый продавец, который всегда правильно готовит им кофе (возможно, итальянский или азиатский), знает их любимое пирожное (например, ревеневый торт от Лу), предпочтительное место у стола. Наши близкие отношения распространяются на всех: будь то городская знаменитость, зашедшая на минуточку; ранние пташки, переминающиеся у дверей за 5 минут до открытия; замерзшие и говорливые продавцы из магазина по соседству; организатор вечеринок со срочным заказом или мама в поисках здоровой еды для детей.

## **OTTOLENGHI: Поваренная книга**

Наша «Поваренная книга» вышла в свет по просьбам общественности. Столь много клиентов просили нас сделать это, что мы не смогли отказать. И получили наслаждение от каждой ее строчки. Еще нам понравилось придумывать рецепты для наших кулинарных курсов в Школе Еды и Вина Леит, некоторые из которых представлены в этой книге. Идея поделиться рецептами с фанатами и новой аудиторией показалась нам крайне привлекательной. Приоткрыть свои секреты другим способом взаимодействия, сломать комму-

никационные барьеры, поговорив о еде.

Для этой книги мы отобрали старые классические рецепты, современные хиты и эксклюзивные блюда. Некоторые из них в разных обличиях появлялись в воскресном журнале The Guardian в колонке «Новое в вегетарианстве». Все они представляют разные разделы меню Ottolenghi: хлеб, знаменитые салаты, горячие блюда из вечернего меню ресторана в Ислингтоне, кондитерские изделия, пирожные, холодные закуски из рыбы и мяса. Все они типичны для Ottolenghi – яркие, дерзкие и простые.

Мы решили не включать в эту книгу блюда, требующие длительного приготовления, процесс которого уже был описан в других специализированных изданиях, – круассаны, дрожжевой хлеб, бульон. Хотели сконцентрироваться на том, что легко приготовить дома (хорошие круассаны редко получаются в домашних условиях), и на том, что наши клиенты хотели в ней увидеть. Мы с большим удовольствием предложим пару новых рецептов салатов, чем потратим столько же страниц на описание куриного бульона.

# **НАШИ ИСТОРИИ**

**Йотам Оттоленги**



Моя мама отчетливо помнит, как я произнес свое первое слово «ма», сокращение от марак («суп» на иврите). Вообще-то я имел в виду маленькие покупные суповые сухарики, небольшие желтоватые подушечки, которые мама высыпала на столик моего детского стульчика. Я говорил «ма», прикончив выданную мне порцию и тыча пальчиком в сторону кладовки.

Маленьким я любил поесть. Мой отец, любитель экспрессивных итальянских выражений, всегда называл меня *goloso* – это что-то вроде «проглот», по крайней мере, так я расшифровал слово для себя. Некоторой едой я был просто одержим. Обожал морепродукты: креветки, кальмары, устрицы, что не слишком характерно для еврейского подростка из Иерусалима 70-х годов. Лучшим подарком мне на день рождения был поход в *Sea Dolphin*, ресторан в арабской части города, и единственное место, где подавали некошерных морских гадов. Подававшиеся в нем креветки в масле с чесноком были неизменной частью моих детских снов.

Еще одно живое воспоминание из детства: пятилетний я и Йифтах, мой трехлетний брат. Мы сидим на корточках на улице в нашем патио абсолютно голые. Со спелыми гранатами в руках! Каждый раз, когда мама покупала нам на рынке гранаты, нас раздевали и выталкивали наружу, чтобы мы не заляпали ковры и одежду. До сих пор, пытаюсь очистить зернышки, мы оба набиваем полный рот белой горькой мякоти

и с ног до головы обливаемся соком.

У моей страсти к еде была и обратная сторона. Моя немецкая бабушка Шарлотта как-то услышала, сколь сильно мне понравилось одно из ее фирменных блюд. В результате вареную цветную капусту с нежным соусом из сухариков в сливочном масле мне подавали каждое воскресенье в 14:00 в течение последующих 15 лет.

Моя другая «нонна», Лучиана, так и не смогла пережить своего вынужденного переезда из семейного поместья в Тоскане. Но, когда я задумываюсь об этом, то понимаю, что на самом деле она никуда и не уезжала. Мой «нонно» Марио создал маленькую Италию в небольшом пригороде Тель-Авива, где они построили дом с обстановкой в итальянском стиле; они говорили по-итальянски с прислугой и родными и ели итальянскую еду из фамильной фаянсовой посуды. Входя в их дом, ты будто бы переносился на другую планету. Нонно и нонна сидели на освежающе прохладной кухне, потягивая итальянский кофе и закусывая маленькими хрустящими бисквитами чамбеллине (ciambelline). И было там незабываемое блюдо, за которое можно отдать жизнь: ньокки ала романа, плоские клецки из манки, обжаренные на сливочном масле с пармезаном.

Но свою профессиональную карьеру я начал вдали от креветок, гранатов и пармезана. Когда мне было около 20, я учился на факультете философии и литературы Тель-Авивского университета, подрабатывал на полставки учебным

ассистентом и был многообещающим журналистом, редактировавшим заметки для новостного блока национальной ежедневной газеты. Мое будущее, крепко связанное со словами и идеями, лежало передо мной – прозрачное и неизбежное – а именно степень кандидата наук.

Но сначала я решил взять небольшую паузу – затянувшийся год, превратившийся в один из самых длинных «годов» в истории человечества. Я уехал в Лондон и, не на шутку всполошив несчастных родителей, погрузился в кулинарные курсы в Le Cordon Bleu. «Да бросьте вы! – говорил им я. – Я просто должен попробовать и убедиться, что это не для меня».

На самом деле я не был в этом уверен. В 30 лет в мире кейтеринга ты уже ископаемое. Быть помощником повара – чистый бред. Я немного страдал от унижительного положения, в некоторые моменты находилась на грани слез, но мне становилось все очевиднее, что этот вид творчества по мне. Окончательно я убедился в этом, когда стал кондитером в Launceston Place, получив первую постоянную работу в ресторане. В какой-то момент один из официантов крикнул мне через окошко для приема заказов: «Это был лучший шоколадный торт в моей жизни!» С тех пор я часто это слышал.

# Сами Тамими



Я родился в палестинской семье в старой части города Иерусалима. Это было маленькое закрытое сообщество, реально существовавшее только внутри стен старого города. Люди проживали всю жизнь внутри этих границ, где мусульмане обитали бок о бок с арабскими христианами и армянами, а улицы всегда изобиловали едой.

В месте, где религия является определяющей в жизни большинства, наш дом отличался нерелигиозностью. И все же арабские традиции и культура были важны для нас и до сих пор являются важной составляющей моей личности.

С ранних лет я интересовался готовкой и проводил много часов на кухне с мамой и бабушкой. Приготовление пищи занимало большую часть дня и было центральным местом в жизни большинства женщин. Мужчины не готовили, по крайней мере так, как женщины. Однако, будучи в одиночестве, мой отец любил приготовить что-нибудь ради удовольствия. Мама готовила для всей семьи и любила делиться кулинарным опытом с друзьями. Думаю, я унаследовал от отца любовь к еде, а от мамы – любовь кормить людей.

Одно из моих ранних воспоминаний – отец, сидящий на корточках на полу и готовящий еду в традиционной арабской манере. В его и мамином исполнении приготовление еды было очень трудоемким процессом. Мама часами могла скручивать изумительные виноградные листья с завернутым в них рисом с бараниной так, чтобы получились идеальные

тонкие, вытянутые «сигары». Я вспоминаю мамину кухню накануне свадьбы, там собралась целая группа друзей и родных, чтобы подготовиться к этому событию. Казалось, еды хватит, чтобы накормить весь свет.

Мой отец был занятым покупателем продуктов. Стоило мне упомянуть его имя в магазине, торговавшем свежееобжаренными кофейными зёрнами, как я получал пакетик с «ассорти Хассана». Папа часто возвращался домой с ящиками, доверху набитыми свежими фруктами и овощами. Однажды, когда мне было около семи, он пришел с несколькими арбузами. Хотя я и был младшим, но настоял на том, чтобы тоже занести один в дом, наравне с братьями и сестрами. В дверях я не смог больше удерживать гигантский плод, и он разбился об пол, обдав всех нас мягкой красной мякотью.

Мне было 15, когда я устроился на свою первую работу – помощником на кухне отеля Mount Zion. Это самая тяжелая и низкоквалифицированная работа на любой кухне. Ты должен поспевать ко всем. И мне повезло, что шеф-повар разглядел мой потенциал и подтолкнул меня начать готовить. С тех пор я все время стал готовить дома, угощая едой друзей. И знал, что это именно то, чем я хочу заниматься в жизни. Это означало, что мне нужно будет выбраться из-за стен арабского старого города и присоединиться к жизни Израиля по другую их сторону. Я хотел готовить и потрясти внешний мир, и израильская культура позволила мне сделать это.

Я принял важное решение и переехал в Тель-Авив в 1989,

где работал в разных местах, пока не получил место ассистента шеф-повара в Lilith, одном из лучших ресторанов города на тот момент. Мы подавали свежие продукты, слегка обжаренные на огромном гриле. Меня привело в восторг это смешение калифорнийской и средиземноморской кулинарных традиций, и именно здесь я понял свою гастрономическую принадлежность и сущность. Я переехал в Лондон в 1997 году и был принят на работу в Baker and Spice. За шесть проведенных там лет, я переделал отдел кейтеринга и ввел в меню несколько блюд с четким ближневосточным мотивом. Это стало моим стилем. Недавно на кухне я искал ящик с цветной капустой, и в памяти всплыли оладьи из цветной капусты, которые готовила моя мама и которые собирался делать и я. И только в этот момент я осознал, насколько в своей сегодняшней стряпне я ориентируюсь на любимые блюда детства.

## **НАША СОВМЕСТНАЯ ИСТОРИЯ**

В Лондоне в 1999 году нас, без сомнения, свело само провидение. Наши пути могли пересечься множество раз – у нас была масса куда более вероятных возможностей встретиться раньше, – и тем не менее нам суждено было познакомиться в тысячах миль от родного дома.

Мы оба родились в Иерусалиме в 1968 году, Сами в арабской восточной части города, Йотам на еврейском западе.

Мы выросли в нескольких километрах друг от друга в двух разных сообществах, сжатых всего за год до того из-за роковой войны. Сейчас, оглядываясь назад, мы понимаем, насколько по-разному проходило наше детство и как много при этом у нас общего: в физическом смысле – оба мы совершали рискованные вылазки «на ту сторону» – и в эмоциональном – восприятие того времени и места нашего обитания.

Молодыми людьми мы оба одновременно переехали в Тель-Авив в поисках личной свободы и перспектив, «нормальности», которые были недоступны в Иерусалиме. У нас обоих там завязались первые серьезные отношения, и мы предприняли свои первые карьерные шаги. Затем в 1997-м мы оба прибыли в Лондон в стремлении еще сильнее расширить свои горизонты, возможно, сбегая из места, которое переросли.

В конце концов, стоя на ступеньках Baker and Spice, проговорив больше получаса, мы вдруг обнаружили, что говорим на одном языке и разделяем большую часть жизненного пути. И почти сразу же нас крепко связали дружеские и творческие узы.

## **ПРИМЕЧАНИЯ ПО ИНГРЕДИЕНТАМ**

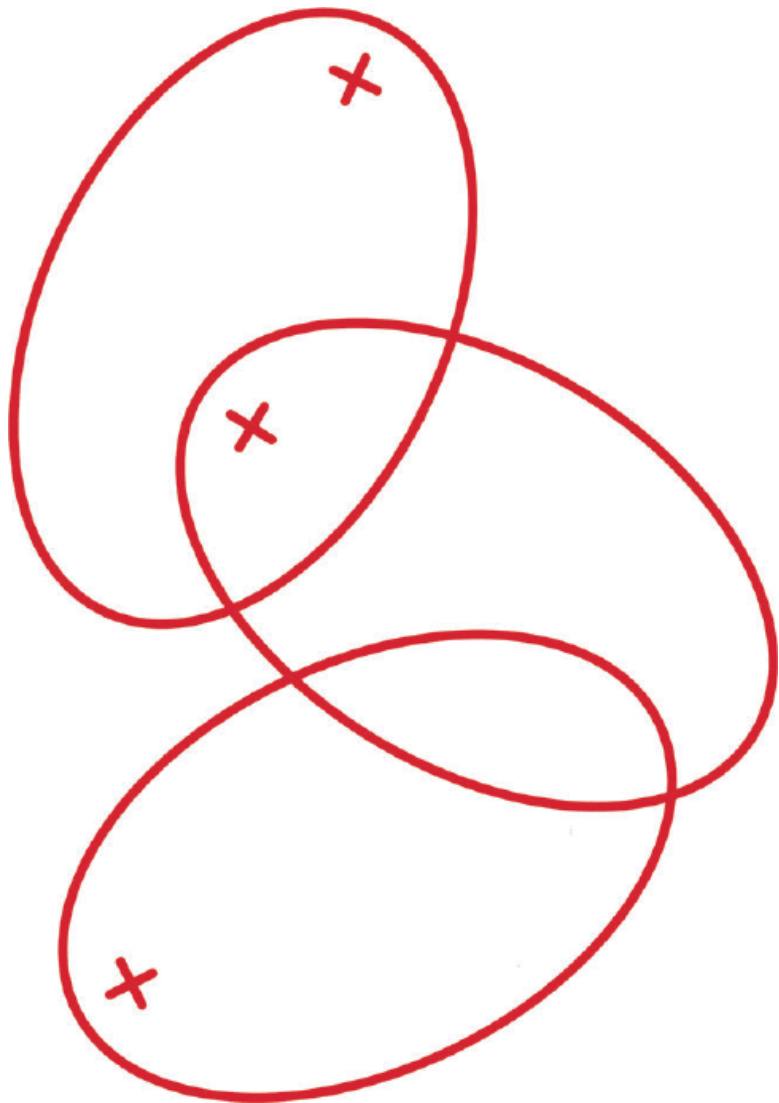
Если не указано иное, то яйца всегда крупные и от кур свободного выгула, молоко цельное, йогурт греческий, а тахини с более кремовой текстурой от ливанских, палестин-

ских или израильских брендов. Петрушка плосколистная, оливковое масло первого холодного отжима, при срезании кожуры с лимона и лайма не следует задевать ее белую часть, а лук, чеснок и шалот очищены от шелухи. Все мясо и рыба органического происхождения или получены от животных свободного содержания. В этой книге используются два вида соли: обычная поваренная и морская соль в хлопьях. Первую мы называем просто «соль», а хлопья морской соли зовем «молдонской солью». Во всех рецептах выпечки используется шоколад с содержанием какао от 52 до 64 %.



# Овощи, бобы и зерно





# Персики с прошутто и флёрдоранжем

Простые закуски всегда зависят от качества ингредиентов. В этом рецепте персики должны быть сладкими и сочными, бальзамический уксус самого высокого качества (обратите внимание на штамп DOP), флёрдоранж без добавок. Нам нравится использовать флёрдоранж ливанского бренда Cortas: сладкий на вкус и ароматный в лучшем смысле слова.

Персики с желтой мякотью обычно менее водянистые, чем с белой, поэтому их проще жарить. Впрочем, обжаривать персики совершенно не обязательно: это украсит внешний вид блюда и добавит фруктам копченый аромат, но можете спокойно пропустить этот этап.

## **4–6 порций**

5 спелых персиков

1 ст. л. оливкового масла

2 красных или белых кочанов цикория, листья

отделить

50 г водяного кресса

50 г мангольда или других молодых салатных листьев

100 г тонко нарезанного прошутто (10–12 ломтиков)

Морская соль в хлопьях и черный перец

## **Для заправки**

3 ст. л. флёрдоранжа

1 ст. л. бальзамического уксуса

1 ст. л. кленового сиропа

3 ст. л. оливкового масла

Разрежьте персики пополам и удалите косточки. Разрежьте каждую половинку на 3 дольки, положите их в миску, добавьте оливковое масло, немного соли и перца. Потрясите миску, чтобы персики смешались с маслом.

Поставьте сковороду-гриль на сильный огонь и оставьте на пару минут, чтобы она хорошенько разогрелась. Выложите дольки персиков на сковороду и жарьте примерно по минуте с каждой стороны, пока рифленые полоски сковороды не отпечатаются с обеих сторон каждого кусочка. Снимите персики с огня и оставьте остывать.

Смешайте все ингредиенты заправки, кроме оливкового масла, в миске. Не прекращая помешивать, тонкой струйкой медленно влейте масло так, чтобы получилась густая заправка. Приправьте по вкусу.

На тарелку выложите слоями персики, цикорий, водяной кресс, мангольд и прошутто. Ложкой полейте персики и зелень небольшим количеством заправки, чтобы смазать все ингредиенты, но не утопить их. Подавайте.



# Инжир с медом и молодым пекорино

Качество ингредиентов здесь имеет первостепенное значение: инжир должен быть совершенно созревшим, сладким и тяжелым, мед – самого высокого качества, сыр – максимально свежим и молодым.

Pecora в переводе с итальянского означает «овца». В широком смысле слово «пекорино» применимо к любому сыру, сделанному из овечьего молока. Этим словом объединяют огромный диапазон сыров по текстуре и вкусу: он может быть молодым или выдержанным, соленым или сладким, твердым или мягким. Чем больше возраст сыров, тем суше, плотнее, тверже и интенсивнее они будут. Молодые, свежие пекорино – тот тип, который нам здесь нужен, – имеют более мягкую консистенцию с легким молочным привкусом. У них все еще безошибочно «овечий» запах, но он почти сладкий. Если можете добраться до магазина сыров с широким ассортиментом, обратите внимание на Pecorino Caciotta Etrusca Fresca, который мы любим использовать.

## **4 порции, если подавать как закуску**

2 ст. л. высококачественного меда

3 ст. л. оливкового масла

600 г спелого зеленого или черного инжира

300 г молодого пекорино или похожего сыра

80 г руколы

10 г листьев свежего зеленого базилика

Морская соль в хлопьях и черный молотый перец

Несколько ломтиков солоноватой вяленой ветчины также очень хорошо сочетаются со сладким инжиром. Для тех, кто не склонен выбирать между одним и другим, сочетание инжира, сыра и ветчины тоже неплохо!

Перемешайте мед и оливковое масло, приправьте солью и перцем по вкусу. Разрежьте инжир на четвертинки. Руками разломайте сыр на большие куски.

Слоями выложите на тарелки руколу, базилик, инжир и пекорино. Сбрызните салат медовой заправкой и посыпьте щепоткой свежемолотого черного перца.



# Салат из редиски и бобов фава

Идеальный бранч для погожего весеннего дня. С хлебом и соусом тахини блюдо становится самодостаточным, без них – это прекрасный разноцветный салат, легкий, освежающий и здоровый.

Чистка бобов – деятельность, либо требующая аутсорсинга – эту работу обожают дети, – либо поза медитации. Если ни то ни другое не подходит или у вас мало времени, тогда просто оставьте бобы в стручках: большинство, особенно те, что продаются в замороженном виде, прекрасно съедаются с кожурой. Если вы выберете этот вариант, готовьте их на минуту дольше. Вы потеряете немного легкой, «упругой» текстуры (и удивительно яркий цвет), но сэкономите массу времени.

## 4 порции

500 г очищенных зеленых бобов фава, свежих или мороженых

350 г некрупного редиса

1/2 красной луковицы, нарезанная тонкими кольцами

10 г рубленой кинзы

30 г измельченных [консервированных лимонов](#)

Сок 2 лимонов

10 г рубленой петрушки

3 ст. л. оливкового масла

1 ч. л. молотого кумина

200 мл [зеленой тахини](#)

4 толстые питы

Соль и черный молотый перец

Бросьте бобы в кастрюлю с кипящей водой и варите 1–2 минуты, в зависимости от их размера. Откиньте на большой дуршлаг и обдайте большим количеством холодной воды. Нажимая пальцами на каждый стручок, освободите зерна.

Разрежьте каждую редиску на 6 долек и перемешайте с бобами, луком, кинзой, консервированными лимонами, лимонным соком, петрушкой, оливковым маслом и кумином. Приправьте солью и перцем по вкусу.

Горкой выложите салат на одну часть сервировочной тарелки, налейте соус тахини в небольшую мисочку и поставьте ее рядом с салатом. Рядом положите питу.



# Фенхель с фетой, гранатом и сумахом

В этом салате присутствуют все маленькие «взрывы вкуса», которые мы и ищем в блюде. Взрывы сладости от зерен граната, например, в сочетании с резкой терпкостью сумаха. Его прекрасно есть отдельно или подать с жареной рыбой или мясом. Если ищете замену гранату, но хотите сохранить цвет и сладость, используйте вяленую клюкву или вишню.

Начните с подготовки граната. Лучший способ сделать это – разрезать гранат пополам вдоль «брюшка» (для этого салата потребуется только половина граната). Затем крепко сожмите половину граната в руке так, чтобы зернышки смотрели вам в ладонь. Над большой миской начните стучать по кожуре граната деревянной ложкой, только не слишком сильно, чтобы не прорвать кожуру и не повредить зернышки. Зернышки будут выпадать, словно по волшебству. Удалите все кусочки белой кожуры.

## **4 порции**

1/2 граната

2 средних клубня фенхеля

1 1/2 ч. л. оливкового масла

2 ч. л. сумаха плюс еще немного для украшения

Сок 1 лимона

10 г листьев эстрагона

10 г крупно порубленных листьев петрушки

70 г нарезанной греческой феты

## Соль и черный перец

Оборвите листья фенхеля, сохранив несколько штук для украшения, обрежьте основание так, чтобы лепестки фенхеля продолжали держаться вместе. Нарежьте очень тонкими ломтиками вдоль (для этого вам очень пригодится мандолина).

В миске смешайте оливковое масло, сумах, лимонный сок, травы, немного соли и перца. Добавьте фенхель и хорошенько потрясите. Попробуйте и добавьте еще приправ, если необходимо, но помните, что фета добавит салату солености.

В небольшие салатницы слоями выложите фенхель, затем фету и зернышки граната. Украсьте листьями фенхеля, слегка посыпьте сумахом и подавайте незамедлительно.



# Салат с огурцами и маком

Если сможете, раздобудьте для этого салата маленькие ливанские огурцы: они крепкие, хрустящие и с более земляным вкусом, чем крупные, водянистые сорта, которые обычно продаются. Не переживайте, если сможете купить только крупный вид: просто разрежьте огурец вдоль пополам и чайной ложкой вычистите водянистую середину с семенами.

Сами включил этот салат в меню Ottolenghi в самом начале. Он хорошо сочетается с другими салатами в составе меззе или подается на стол вместе с жареной бараниной или свиной. Несколько маленьких редисок, нарезанных четвертинками, станут красочным дополнением к нему.

## **4 порции**

6 маленьких огурцов или один большой (примерно 500 г)

2 тонко порезанных неострых перца чили

15 г крупно порезанной кинзы

60 мл белого винного или рисового уксуса

125 мл подсолнечного масла

2 ст. л. мака

2 ст. л. мелкого сахара

Соль и черный перец

Отрежьте и выкиньте кончики каждого огурца. Нарезьте огурцы под углом так, чтобы у вас получились кусочки тол-

щиной 1 см и 3–4 см в длину.

В большой миске перемешайте все ингредиенты. Руками аккуратно вотрите в огурцы все приправы. Попробуйте и в зависимости от сорта огурцов скорректируйте количество соли и сахара. Вкус салата должен быть острым и сладким, почти как у маринада.

Если не планируете подавать салат сразу, то через некоторое время нужно будет слить из него часть образовавшейся жидкости. После чего еще раз добавить приправы.



# Салат из трав по рецепту Этти

За тех, кто прокликает указание «собрать листья» для салата Ottolenghi, мы должны благодарить шеф-повара Этти Мордо (или обвинить, в зависимости от вашего мнения). Этти сыграла ключевую роль в составлении меню в первые дни работы нашего ресторана в Ислингтоне, и ее влияние чувствуется и сегодня. Если хотите ускорить сбор листьев, можете просто хранить их в миске в холодильнике, накрыв одним-двумя листами бумажного полотенца. Так они останутся свежими.

Этот салат не позволяет сидеть без дела, поэтому лучше, чтобы все было подготовлено заранее: травы собраны и вымыты, миндаль пожарен и порублен, заправка подготовлена. Салат надо собирать непосредственно перед подачей. Не поддавайтесь искушению сделать это заранее – листья завянут и потеряют цвет. Он идеален как закуска для очищения вкусовых рецепторов или подается с любым горячим блюдом.

## **6 порций**

35 г листьев кинзы

40 г листьев петрушки

20 г укропа

35 г листьев эстрагона

30 г листьев базилика

40 г листьев руколы

50 г несоленого сливочного масла

150 г целых неочищенных миндальных орехов

2 ст. л. лимонного сока

1 ст. л. оливкового масла

Морская соль в хлопьях и черный перец

Осторожно погрузите листья в большое количество холодной воды, будьте осторожны, не помните их. Откиньте на дуршлаг, затем высушите в центрифуге для сушки салатных листьев или разложив на чистом кухонном полотенце. (Просушенные листья могут храниться в холодильнике до суток. Поместите их в герметичный контейнер и проложите несколькими слоями бумажных полотенец).

В сковороде разогрейте сливочное масло, добавьте миндаль, соль и перец. Жарьте 5–6 минут на слабом или умеренном огне, пока миндаль не станет золотистого цвета. Откиньте на дуршлаг. Сохраните масло, оставшееся в сковороде: оставьте его где-нибудь в тепле, чтобы не затвердело. Когда орехи слегка остынут, крупно порубите их большим ножом.

Выложите травы в большую миску, добавьте миндаль, масло из сковороды, лимонный сок и оливковое масло. Потрясите хорошенько и приправьте по вкусу, подавайте сразу.



# **Маринованные баклажаны с тахини и орегано**

Подобно тому, как браки совершаются на небесах, у нас есть сочетания компонентов, созданных словно в ближневосточном раю. Например, трудно ошибиться с сочетанием жареных долек баклажанов и соуса тахини. Свежий орегано нужно добавлять с чуть большей осторожностью: он великолепен в маринадах для жареных овощей или в сытных салатах, но, как и в случае с другими жесткими травами, такими как розмарин или шалфей, это мощная трава, которая будет доминировать, если ее использовать слишком щедро.

# 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.