

Инга Казанчева
Рецепт на милион



Инга Казанчева

Рецепт на миллион

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69845479

Рецепт на миллион:
ISBN 9785006069824

Аннотация

Добро пожаловать в гости к адыгам! Хотите узнать, в чем секрет здоровья и долголетия этого северокавказского народа? Инга Казанчева познакомит вас с менталитетом адыгов и раскроет секреты приготовления старинных адыгских блюд. А еще она поделится с вами авторскими рецептами безглютеновой выпечки и вдохновит вас на создание собственных кулинарных шедевров.

Содержание

Введение	5
Глава 1. Из ресторана с тремя звездами, или Кабардинский ужин для немцев	11
Джедлибже, или Курица отварная с соусом	13
Глава 2. Паста – всему голова	18
Старинная паста	19
Глава 3. Без шансов на поражение	23
Картофель по-черкесски	24
Картофель, тушеный в сливках (по рецепту моей бабушки Аклимы Бариевой)	28
Глава 4. Целый мир вкуса и послевкусия	31
Картофельное пюре	33
Картофель в соусе	35
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Рецепт на миллион

Инга Казанчева

*Моей бабушке
Акклиме Бариевой*

Фотограф Инга Казанчева

© Инга Казанчева, 2023

© Инга Казанчева, фотографии, 2023

ISBN 978-5-0060-6982-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

*Иногда лишь одна книга
может полностью изменить
ход всей вашей жизни.*

Брайан Трейси

Спасибо за то, что решили прочитать эту книгу. Из нее вы узнаете рецепты старинных адыгских (черкесских) блюд, неизвестных широкому кругу читателей. Я поделюсь с вами способами их приготовления, мудрыми советами моей бабушки и уроками, которые преподавал мне мастер адыгской кухни, выдающийся кулинар Борис Хазретович Кубатиев. Мои авторские рецепты вы откроете для себя в заключительных главах книги. По ним вы научитесь печь десерты без глютена, сахара и дрожжей, а также безглютеновый хлеб на закваске «Радость». Когда вы начнете применять эти знания, изменится к лучшему качество вашего питания, а значит, и качество всей вашей жизни.

Формула успеха

«Работу, которую вы выполняете каждый день, вы должны знать профессионально». – Ай Мо, лектор из Канады, обвел взглядом присутствующих. После паузы прозвучал неожиданный вопрос: «Кто из вас готовит еду каждый день?» Поднялся лес рук, так как из двухсот пятидесяти участников тре-

нинга около двухсот были женщины. «Теперь поднимите руки те, кто изучал кулинарию профессионально». Сам Ай Мо первым поднял руку, вслед за ним – я и еще одна женщина. Лектор вновь выдержал паузу и продолжил: «А ведь приготовление еды – это наука, как и любая другая. От знаний того, кто готовит, зависит здоровье семьи. Это означает, что кулинарию, как и вашу основную работу, вы должны изучать профессионально».

Формула успеха канадского лектора, автора тренингов и семинаров по развитию личности Ай Мо запомнилась мне на всю жизнь. Принимаясь за любое новое дело, я ищу самого лучшего учителя. Зачастую первыми, а порой и единственными учителями являются книги, написанные лучшими авторами. А бывает так, что книга приводит на урок к мастеру. Изучением кулинарии как науки о здоровье я увлеклась благодаря книгам. Они привели меня к необходимости изучения старинных блюд моего народа, который с давних времен славится здоровьем, красотой и долголетием.

Легендарная школа

Об Адыгской кулинарной школе «Къубэты» ходили легенды. Школе дал свою фамилию прославленный кабардинский кулинар Кубатиев Борис Хазретович, который собрал четырехста рецептов адыгской (черкесской) кухни и сам обучал теории и практике приготовления старинных блюд. Впоследствии, через несколько лет после закрытия кулинарной школы, он воплотил свою главную мечту – издал два тома рецеп-

тов на кабардинском, русском и турецком языках.

Я записалась в школу Бориса Кубатиева с небольшим опозданием, когда он уже познакомил студентов с рецептами основных блюд и собирался приступить к практическим занятиям. «Ты ничего не потеряла, – успокоил меня педагог, – по рецептам все равно не научишься готовить. Самое главное – то, что ты сделаешь своими руками, и те ощущения, которые запомнишь. Так что ты пришла вовремя!»

Борис Хазретович обучал одновременно только по четыре человека. Большое количество учеников, по его мнению, отрицательно повлияло бы на качество обучения. Он сразу предложил нам обращаться к нему просто по имени. По правилам кабардинского языка не принято называть человека по имени-отчеству и обращаться на «Вы». Борис Кубатиев придерживался этих норм, чем отличался от педагогов, соблюдавших строгую дистанцию с учениками.

Дисциплина – это расстояние
между мечтой и реальностью

При этом Борис Хазретович был требовательным не только к качеству работы, но и к чистоте, порядку, аккуратности в каждом жесте, в каждом движении на кухне. Он считал, что хорошим поваром может стать только дисциплинированный человек. Помню, как учитель возмущался, вспоминая, как одна из его прежних учениц подняла с пола оброненное полотенце и положила на стол: «Как можно класть на стол то, что лежало на полу, не постирав?!» Его лаборатория – он

так называл помещение, где мы учились готовить, – сверкала чистотой. Чугунные казанки и сковородки были начищены до невозможности, каждый инструмент имел свое место, а на пороге лежало белое полотенце, прикрытое прозрачной клеенкой.

Накрахмаленная косынка, из-под которой не выбивается ни один волосок, выглаженный передник, сменная обувь и безупречная чистоплотность – это были его непреложные требования. Моей дочери Ингрет в то время было всего четыре года, мне не с кем было ее оставить дома. Я сшила ей белый колпачок, обвязала его кружевами из белого мулине, накрахмалила, и она с радостью сопровождала меня. Борис сажал ее к себе на колени и угощал, приговаривая: «Шхэ уэ, шхэ, Бабыцэ цЫкІу (Ты ешь, ешь, маленькая Бабица)!» Ингрет нравилось такое ласковое, чисто сельское обращение, и она пробовала подряд все блюда, которые мы готовили.

Идея дневника рецептов

Перед началом занятий учитель предупредил, что, если не готовить эти блюда часто, они забудутся и толку от нашей учебы будет мало. В тот самый момент я решила вести дневник, чтобы не потерять ценную информацию. Сразу по окончании урока я записывала каждый свой шаг по приготовлению тех или иных блюд, поэтому сохранила мельчайшие подробности, свои наблюдения и, главное, секреты шефа, благодаря которым его блюда запоминались на всю жизнь.

За восемь лет существования школы Борис Кубатиев обу-

чил всего пятьдесят два ученика. Я считаю, что обязана поделиться с вами знаниями, которые получила на уроках знаменитого кулинара, ошибаясь и обжигаясь – в буквальном смысле, а также передать атмосферу его уроков – каждый из них был увлекательным приключением. Тем более что рецепты, по которым Борис Кубатиев учил нас готовить на практических занятиях, зачастую отличаются от тех, что он привел в своих книгах.

Притча о важности рецепта

Один знаменитый повар угостил Хожу жареной печенкой. Блюдо так понравилось Хоже, что он выпросил у повара рецепт и старательно записал его на листочке. Затем он купил на базаре печенку и отправился домой. Вдруг, откуда ни возьмись, подлетела большая птица и выхватила у него из рук мясо. Раздосадованный Хожа крикнул ей вслед: «Все равно тебе не удастся вкусно съесть это мясо! Рецепт-то остался у меня!»

Перед тем, как перейти к основному содержанию, напомним, что северокавказские народы – черкесы, кабардинцы и адыгейцы – имеют общее самоназвание – адыги, а окружающие народы называют их черкесами, поэтому речь будет идти об адыгской (черкесской) кухне.

Хороший повар раскладывает
все инструменты на столе,
прежде чем начать готовить.
Почему?

Потому что таким образом
экономится от 50 до 70% времени.

Брайан Трейси

Глава 1. Из ресторана с тремя звездами, или Кабардинский ужин для немцев

ХьэцIэ къакIуэм насыти къыдокIуэ.

С гостем приходит счастье.

Кабардинская пословица

Сколько жизненных историй вспоминается, когда речь идет о еде, о застольях! В студенческое время я поехала в качестве комиссара-переводчицы стройотряда из Кабардино-Балкарии в ГДР, город Дрезден. В интернациональном лагере собрались студенты из СССР, Мозамбика, Польши, Чехословакии и Германской Демократической Республики.

Иностранцы были в восторге от нашей культуры: этикета, обычаев, национальных костюмов, песен и танцев. В один из последних вечеров мы решили удивить руководителей лагеря адыгской кухней, благо в общежитии мы готовили сами. Решено – сделано! Немецкие друзья с радостью приняли приглашение.

Мы сделали ставку на джедлибже. У нас это блюдо любит и умеет готовить каждая хозяйка. Шеф-поваром вызвалась быть моя подруга и прекрасный кулинар Фатима Кашежева. Реакцию немцев, как и всех, кто пробует это классическое

адыгское блюдо, мы могли предсказать с закрытыми глазами: ребята попробовали по кусочку и тут же перешли к делу. Пока Ральф пытался ножом и вилкой разрезать кусочек курицы на косточке, Франк, ответственный за культурную программу лагеря, проявил креативность:

– А можно это есть пальцами?

– Конечно, – ответила я, – мы курицу едим пальцами.

Он убрал нож с вилкой и наслаждался ужином, а Ральф мучился с приборами весь вечер: видимо, считал, что, как главный руководитель лагеря, обязан держать лицо до конца. Но остатки шипса и Ральф, и Франк собрали пастой так, что тарелки сверкали.

Каждая хозяйка готовит джедлибже по-своему, но, независимо от способа приготовления, очень вкусно. Я расскажу вам о классическом варианте, которому научилась у Бориса Кубатиева. Просто повторите рецепт шаг за шагом, и вы тоже удивите своих гостей необычным ужином.

Джедлибже, или Курица отварная с соусом

Это блюдо состоит из двух частей: отварной курицы и соуса. Сначала следует приготовить курицу.

Курица отварная

Ингредиенты

курица, разделанная на порционные куски

вода

чеснок – 1 головка

соль – по вкусу

Способ приготовления

Шеф начал урок с того, что показал, как адыги разделяют птицу. Для готовки он принес курицу, уже опаленную, выпотрошенную и разрезанную в брюшной полости. Уложив тушку на спину, головой по направлению к себе, Борис разрезал ее так, чтобы левая половина оказалась вместе с позвоночником: «Джэдым и тхыр и сэмэгу щЫльэныкъуэм и гьусэу кьыхыдох (Позвоночник вырезаем вместе с левой половиной курицы)».

Итак, первый шаг – это правильно разрезать, и только потом разделить птицу по суставам. Затем хорошо промойте, положите в казанок, залейте холодной водой и поставьте на огонь. Когда вода начнет кипеть, убавьте огонь и, пока

мясо не будет наполовину готово, снимайте образующуюся пену. Снимать пену – это только часть работы, параллельно с этим разотрите в ступке (никаких модных приспособлений шеф не признавал: только деревянным пестиком в деревянной ступке) одну головку чеснока с солью до однородной массы. Половину этой смеси добавьте в кипящий бульон, закройте казанок крышкой и доведите курицу до готовности.

Сняв казанок с огня, выньте шумовкой кусочки курицы и положите в глубокую миску. Затем плесните в остаток чеснока с солью немного бульона без жира, перемешайте и залейте этой смесью курицу. Сразу прикройте миску крышкой и встряхните энергично, но осторожно: «Надо, чтобы каждый кусочек пропитался смесью, – объяснял учитель, – но встряхивать надо аккуратно, чтобы не испортить вид мяса». Пока курица настаивается, самое время перейти к приготовлению шипса (шыпс) – вкуснейшего соуса, с которым не сравнятся ни итальянские, ни французские. Для этого процедите бульон через 1—2 слоя марли, а казанок тщательно вымойте и вытрите насухо.

Кубатиев повторял каждый урок: «Чтобы уметь быстро управляться на кухне, вы должны приучить себя сразу мыть за собой посуду». У меня, к счастью, такая привычка уже была: ее воспитала во мне мама.

Шипс

Ингредиенты

репчатый лук – 1 головка

топленое масло – 50 г

пшеничная (кукурузная) мука – около 50 г

бульон куриный – 500 г

соль – по вкусу

перец красный острый молотый – по вкусу

перец красный сладкий молотый – по вкусу

Способ приготовления

Нашинкуйте очень мелко головку репчатого лука. Разогрейте в сухом казанке кусочек топленого масла и засыпьте лук, помешивая деревянной лопаткой. Как только почувствуете запах лука, начинайте добавлять понемногу пшеничную (я предпочитаю кукурузную) муку, активно помешивая, затем засыпьте щепотку жгучего красного перца (шеф любил добавлять много острого перца и считал, что в этом мы на него не должны ориентироваться). Продолжая регулярно помешивать, добавьте щепотку сладкого красного перца. «Он придает соусу красивый оттенок, – пояснял Борис, – поэтому для более насыщенного цвета можно добавить чуть больше».

Теперь вливайте в соус процеженный бульон малыми порциями, активно перемешивая, чтобы не было комочков. Бульон добавляйте в меру, чтобы шипс получился не очень жидким. Соус держите на медленном огне, постоянно помешивая, до загустения и полного растворения лука, то есть до готовности.

Шеф обращал наше внимание на тонкости, без которых

не получится истинный адыгский шипс: «Лук должен раствориться полностью, стать совершенно прозрачным, незаметным. Это и есть секрет мастерства».

Как подать на стол

Джедлибже состоит из отварной курицы и шипса, но подавать его надо с теплой пастой. Так что в этот рецепт входит и паста, способ ее приготовления вы найдете в следующей главе.

На стол ставьте все составляющие одновременно, но каждое блюдо – в отдельной посуде: на одну тарелку выложите кусочки курицы, на другую – теплую пасту, а соус налейте в пиалу. А теперь отломите кусочек пасты пальцами, обмакните ее в соус (можете пользоваться вилкой) и ешьте вместе с курицей.

Это одно из главных блюд адыгов. Во многих семьях джедлибже готовят почти каждый день для себя, для своих домочадцев. Не только потому, что это очень вкусно. Приготовление еды по старинным рецептам помогает нам сохранять традиции прошлого, что очень важно для нашего счастья и благополучия.

На заметку

Чтобы приготовить шипс на бульоне из индейки (гуэгушшыпс), учтите один нюанс: перед добавлением бульона надо разбавить жарку из лука и муки небольшим количеством кипяченой воды. Это делается для того, чтобы смягчить го-

речь, которая присутствует в отваре индейки.

Если у вас есть рецепт блюда
из ресторана с тремя звездами,
достаточно попрактиковаться,
и это блюдо будет получаться у вас каждый раз.

Брайан Трейси

Глава 2. Паста – всему голова

*ШыгъунIастэм хьэтыр иIэц.
Еда (букв. соль-паста) требует
уважительного отношения.
Кабардинская пословица*

При слове «паста» на ум обычно приходит итальянское национальное блюдо, которое подают на первое. У адыгов же пастой называется то, что заменяет хлеб во многих трапезах, и готовят ее из пшена. Это полезная альтернатива хлебу с глютеном. С пастой хорошо переваривается даже жирная баранина. У адыгов есть правило: гость не должен уйти, не поев досыта. А что может насытить и при этом не просто наполнить желудок, но вдохновить и оставить приятные воспоминания, как не национальные блюда, почетное место среди которых занимает старинная паста!

Вместо русских выражений «делить хлеб-соль» или «потчевать хлебом-солью», у кабардинцев услышишь: «есть соль-пасту», «угощать солью-пастой». Адыги называют любую пищу «соль-паста» и благодарят за еду словами: «Фи шыгъунIастэр убагъуэ (Пусть ваша соль-паста умножится)!»

Старинная паста

Ингредиенты

пшено – 100 г

вода – 700 г

Способ приготовления

Последовательность шагов при приготовлении старинной пасты надо соблюдать обязательно. Первым делом ставим на огонь воду в чугунном казанке, так как самая вкусная паста получается именно в нем. Борис предупредил, что пшено перебирают заранее, а промывают только по закипании воды: «Заранее промытое, а тем более замоченное пшено при добавлении в кипяток сразу осядет и прикипит. Пшено замачивают для приготовления каш, но никак не для адыгской пасты».

Хорошо промыв несколько раз холодной водой, пшено ошпарьте кипятком, чтобы из него ушла горечь. Затем засыпьте в казанок с кипящей водой. Под рукой у вас должна быть деревянная лопатка (бэлагъ), чтобы сразу начать перемешивать. Варите, не накрывая крышкой. Снимайте образующуюся пену.

Зачерпните немного пшеничного супа для детей

«Когда пшено разварится, зэпкырыхуу щидза иужь, –

шеф любил уточнять объяснения на русском языке переводом на кабардинский, что придавало его урокам особый шарм, – можно зачерпнуть для детей немного пшеничного супа – хугу хьэнтхьупс. Но с этой целью надо взять чуть больше воды, чем требуется для пасты».

Постепенно вода начнет выкипать, в это время начните взбивать пасту деревянной лопаткой. Взбивать надо без усталости, быстро и долго, пока паста не будет совершенно однородной, как будто она сделана из пшеничной муки! Взбивайте, пока масса не станет совершенно сухой и не начнет отставать от стенок казанка.

Сервировка старинной пасты

Сполосните глубокую миску холодной водой, выложите туда готовую пасту с помощью деревянной лопатки и утрамбуйте, смачивая ладони холодной водой. Когда паста чуть остынет, нарежьте ее, как хлеб, и ставьте на стол.

Есть еще один способ сервировки: каждый раз смачивая деревянную лопатку или большую деревянную ложку холодной водой, зачерпывайте из казанка готовую пасту и раскладываете на широких тарелках в виде лепестков ромашки. Лично я предпочитаю второй способ подачи. А вам какой больше нравится?

Держать ручку деревянной лопатки

На больших мероприятиях пасту жарят в огромных котлах и взбивают большими деревянными лопатками (бэла-

гышхуэ), размером чуть ли не с лопату. Женщины сменяют друг друга, потому что это – физически трудная работа. На ум приходит кабардинское выражение: «бэлагыкЫр зы-Ыгыр (тот, кто держит ручку деревянной лопатки)». Так говорят о человеке, у которого в руках власть. Разве вы сомневаетесь, что власть у того, кто готовит еду?

Кстати, в испанском языке есть выражение с тем же смыслом: «tener la sartén por el mango (держат сковородку за ручку)», но, в отличие от адыгов, испанцы считают главным инструментом на кухне сковороду.

У пшенной пасты свои секреты

Учитель любил повторять: «Хорошая паста абсолютно сухая и тает во рту, в ней не должна ощущаться ни одна крупинка. Недожаренная паста чуть вязкая, прилипает к небу, зерна чувствуются при жевании. Это недопустимо». Обычно адыгское название «пАстэ» (паста) переводят на русский язык как «густая пшенная каша». Борис был против такого перевода. «Каша варится, а паста жарится!», – объяснял он.

Для хорошего сна шеф советовал нам есть на ужин теплую пасту с репчатым луком: «Лук надо есть не нарезая, а снимая слой за слоем и удаляя прозрачную пленку между ними. Эта прозрачная пленка вредна для здоровья». А еще он открыл нам секрет: старинная паста может храниться целую неделю, – и даже не в холодильнике, а просто накрытая полотенцем. Потом добавил: «Но это не значит, что каждый раз пасту не надо готовить свежую!»

Пшеничная паста возвращает внутреннее ощущение гармонии, она насыщает даже малым количеством. Паста жарится, но не на масле, при этом прекрасно растворяет жиры, поэтому ее едят с жирным мясом. В ней нет ни грамма соли или сахара, а вкус – божественный. Вот вам и подсказка из прошлого о том, как сохранить свое здоровье и продлить жизнь: замените хлеб на старинную адыгскую пасту. Ради такого блюда стоит потрудиться!

Притча об адыге, который держит слово

Хожа встретил на базаре друга, жившего поблизости. Тот, как принято у адыгов, пригласил его в гости: «Заходи, Хожа, солью-пастой угощу!» Хожа не прочь был пообедать и с радостью согласился. Хозяин поставил на стол пасту и соль и, сколько ни сидел гость, другого угощения так и не дождался.

Вернувшись домой, Хожа сказал жене: «Мой друг – настоящий адыг: держит слово. Обещал меня солью-пастой угостить и не нарушил обещание».

Эмоции, получаемые от процесса,
важны так же, как результат.

Более того, они влияют на результат.

Ингрет Нагоева

Глава 3. Без шансов на поражение

Бысымыр хэциЭм и ЛуэхутхэбзацИэц.

Хозяин дома – слуга гостя.

Кабардинская пословица

«Здоровья вашим рукам!» – так благодарят в Турции того, кто готовил еду. Лучше и не скажешь. Когда за плитой человек, который любит свою работу и тех, для кого он старается, пища становится особенно вкусной.

Предлагаю вам рецепт одного из моих любимых блюд на основе картофеля. Оно не имеет шансов на поражение. Уверена, что вы захотите готовить его так же часто, как и я.

Картофель по-черкесски

Ингредиенты

картофель – 3—4 клубня

вода

немного гусиного жира или топленого масла

репчатый лук – 1 головка

чеснок – 2—3 зубчика

сыр твердый – по вкусу

сметана (не очень густая) – по вкусу

молотый красный острый перец – по вкусу

чабер молотый – щепотка

соль – по вкусу

Способ приготовления

Замечательно, если у вас есть старинная чугунная сковорода. Ее не так просто найти. Мне, например, такую сковороду подарила мама. Впрочем, можно использовать посуду из жаропрочного стекла.

Картофель и чеснок нарежьте тонкими пластинками, а репчатый лук – кольцами или полукольцами, как вам удобнее. Сыр натрите на мелкой терке. Под рукой должны быть соль, молотый красный острый перец, молотый чабер, несколько перьев зеленого лука и не очень густая сметана.

В сковороде разогрейте немного гусиного жира или топ-

леного масла. В один слой выложите пластинки картофеля, посыпьте солью, сверху равномерно распределите нарезанный лук, чеснок, посыпьте красным острым перцем, чабером, тертым сыром, затем снова выложите слой картофеля и далее повторите все по первой схеме. Советую делать не больше двух-трех слоев: так картофель быстрее и лучше пропечется. Главное – завершите все картофелем, верхний слой ничем не присыпайте. Теперь залейте содержимое сковороды кипящей водой так, чтобы она покрывала картофель. Поставьте сковороду в разогретую до 180 градусов духовку и держите до выпаривания воды.

Достаньте картофель из духовки, залейте сметаной так, чтобы она равномерно покрыла верх и дошла до дна. Затем верните сковороду в духовку и запекайте до готовности. Верх готового блюда украсьте зеленым луком.

Подавать картофель по-черкесски принято горячим с теплой пастой. То есть, пока картофель стоит в духовке, надо приготовить еще и пасту. Да, на кухне ни секунды нельзя отвлекаться!

Кулинарные секреты моей бабушки

Мне также нравится готовить картофель, как это делала моя бабушка Аклима. Мы с сестрой любили проводить летние каникулы у нее, в селе Псыгансу. Бабушка готовила картошку на керосинке, в огромной чугунной жаровне. Самое главное, она готовила всегда в хорошем настроении и ничего не начинала делать без молитвы.

Никогда не забуду вкус и аромат ее волшебного блюда! Картошку выкапывали прямо перед готовкой, тщательно мыли клубни под проточной ледяной водой там же, в огороде. Репчатый лук тоже был только что с грядки. У бабушки в хозяйстве были коровы, поэтому каждый день в холодильнике стояла баночка свежеснятых сливок. И, конечно, в кухонном шкафу можно было с закрытыми глазами найти свежемолотый чабер с чарующим ароматом. И это вовсе не тот чабер или чабрец, который можно купить в супермаркетах. Молотый адыгский чабер – это нежный порошок ярко-изумрудного цвета, пряный аромат которого притягивает ценителей национальной кухни.

Из секретов медицины адыгов

Адыги с древнейших времен выращивают чабер. Траву срезают на последней неделе июня и сушат в тени, затем обрывают листья, перемалывают и добавляют в пищу, а также применяют как лекарство. Мама рассказывает, что в ее семье также использовали в пищу и в качестве лекарственного средства не чабрец, который растет произвольно в солнечных местах, а выращенный своими руками чабер. Мой дедушка владел арабским языком в совершенстве, из книг знал о лекарственных растениях и сажал их в своем огороде.

Мама вспоминает, как бабушка задувала ей в больное горло через трубочку немного молотого чабера, и боль проходила. Налицо антибактериальный эффект. Молотым чабером адыги лечили также стоматит: перед сном сыпали порошок

на больное место и с закрытым ртом ждали, пока пройдет чувство жжения. К утру ранка затягивалась.

Чабер и чабрец – это не одно и то же

Ученый Барасби Хакунов в «Словаре адыгских названий растений» пишет, что чабер – это «джэдгын (джедгин)», а чабрец – «губгъуэджэдгын (полевой джедгин)». На ярмарках полевой джедгин продают в виде сушеной травы для заваривания чая, а джедгин, происхождение которого продавцы предпочитают уточнять, называя его «унагъуэ джэдгын (домашний джедгин)», – в виде мелкого порошка как приправу к различным блюдам.

Различая эти два растения в своем родном языке, кабардинцы называют и чабер, и чабрец по-русски одним словом – «чабрец». Полагаю, что именно поэтому в составе многих книжных и интернет-рецептов адыгских блюд встречается чабрец в тех случаях, когда речь идет о культивируемом растении – чабере. Я использую в качестве приправы только домашний джедгин, поэтому в рецептах блюд своей книги указываю именно чабер.

Интересно, что «джэдгын» переводится с кабардинского как «лекарство для кур», соответственно, «губгъуэджэдгын» означает «лекарство для кур полевое». Значит, адыги еще издревле знали о пользе этого растения для здоровья цыплят и добавляли его в корм как защиту от сальмонеллеза и других инфекций.

Картофель, тушенный в сливках (по рецепту моей бабушки Аклимы Бариевой)

Ингредиенты

картофель молодой – 5—6 клубней

вода

сливки – по вкусу

репчатый лук – 1 головка

соль – по вкусу

чабер молотый – по вкусу

Способ приготовления

Рецепт бабушки Аклимы был чрезвычайно прост: она нарезала молодой картофель тонкими пластинками, выкладывала его ровным слоем в чугунную жаровню, распределяла сверху нарезанный полукольцами репчатый лук, посыпала солью, заливала все кипятком и ставила на керосинку. Картофель томился на медленном огне до мягкости. Когда вода выкипала, бабушка заливала картошку свежими сливками, присыпала чабером, закрывала жаровню тяжелой чугунной крышкой и держала на маленьком огне до закипания сливок. Выключала и настаивала под крышкой несколько минут.

Мне нравилось, как бабушка сажала нас, всех внучат,

за круглый трехногий столик, на котором едва умещалась большая жаровня. Она делила картофель, как пирог, на равные части, снабжала каждого вилкой, большим ломтем свежее испеченного кабардинского хлеба и наставляла: «Каждый должен брать картошку только со своего края, чужую часть трогать нельзя. Хлебом соберите оставшиеся сливки».

Да, так и учили нас в детстве: хлебом или пастой вычищать тарелку до блеска, что мы и делали с удовольствием. Интересно, что у итальянцев есть даже специальное название для этого: они называют словом *scarpetta* действие, когда человек собирает с тарелки кусочком хлеба остатки соуса. А шеф-повара всего мира считают это лучшим комплиментом для себя.

Притча о двух сосношницах

Две сосношницы, которые до замужества жили по соседству, одна из бедной, а другая из богатой семьи, отправились как-то в гости, каждая к своим родителям. Когда они добрались до села, первой попрощалась богатая, но, нарушив адыгские обычаи, не пригласила свою спутницу в дом.

На следующий день женщины встретились на обратном пути.

– В честь моего приезда отец зарезал ягненка, меня накормили отборным мясом, – похвасталась богатая сноха, – а тебя как приняли?

– А мои родители накрыли богатый стол, – не растерялась бедная, – мама приготовила для меня картофель отвар-

ной, картофель жареный, картофель в сметане, картофель в соусе, картофельное пюре, картофельную мирамису и даже картофель по-черкесски!

– Вот как! Получается, меня дома совсем не уважили! – рассердилась избалованная сосношница.

Когда любить входит в привычку,
жизнь становится произведением искусства.

Ингрит Нагоева

Глава 4. Целый мир вкуса и послевкусия

*Зы сабий нэхърэ
шу гун нэхъ гъэхъэцІэгъуафІэц.
Легче потчевать группу всадников,
чем одного ребенка.
Кабардинская пословица*

Картофельное пюре кабардинцы называют «кІэртІоф пы-та», что означает «картофель размятый». Но просто размятый картофель не принято называть картофельным пюре, в него надо ввести ингредиенты. Вот от них-то и зависит разнообразие существующих в мире блюд на основе размятого картофеля. Внимание к самым мелким деталям придает особый шарм обычному, казалось бы, блюду.

Часто вспоминаю, как мы с дочерью искали в Ницце картофельное пюре, а везде предлагали только картошку фри. Наконец, мы нашли уютный ресторан «Рина», где в меню оказался картофель в самых разных вариантах, в том числе и в виде пюре, но как же хваленое французское блюдо проигрывало адыгскому!

Какие же тонкости отличают адыгское картофельное пюре от вечной классики французской кухни? Есть несколько способов его приготовления. Привожу тот, который выбрал

для нас шеф. Блюдо простое, его могут приготовить даже неопытные повара.

Картофельное пюре

Ингредиенты

картофель – 500 г

вода

лук репчатый – 1 головка

гусиный жир или топленое масло

красный острый перец молотый – по вкусу

чабер молотый – по вкусу

соль – по вкусу

Способ приготовления

Картофель нарежьте кубиками. Лук нашинкуйте мелко. Растопите в сухом казанке гусиный жир или топленое масло и до того, как капли начнут танцевать в раскаленном чугу-не, всыпьте нашинкованный репчатый лук. Быстро помешивая деревянной лопаткой, подержите лук на медленном огне до легкой прозрачности. Добавьте соль и щепотку красного острого перца.

Теперь настал черед главного ингредиента: добавьте в полученный соус нарезанный кубиками картофель, еще раз все размешайте и залейте содержимое казанка кипящей водой так, чтобы она лишь слегка покрывала картофель. Тушите на медленном огне под крышкой до готовности и, не снимая кастрюлю с огня, разомните деревянным пестиком до со-

вершенно однородной массы. Лук должен полностью («абсолютно», как говорил Борис) раствориться в таком пюре, его вообще не должно быть видно. Сразу выложите на тарелку и посыпьте чабером – это секретный ингредиент многих адыгских блюд. Подавайте горячим с сыром.

Сейчас я расскажу вам еще об одном блюде из картофеля. Казалось бы, рецепт простой, но за ним – целый мир вкуса и послевкусия. Такого вы не закажете в мишленовских ресторанах, вы найдете его только на бабушкиной кухне, где вкусные блюда создаются исключительно для семьи. Уверена, что вы получите удовольствие и от процесса готовки, и от результата!

Картофель в соусе

Ингредиенты

картофель – 5—6 клубней

вода

чеснок – 2—3 зубчика

репчатый лук – 1 головка

топленое масло – 30—40 г

красный острый перец молотый – щепотка

вода кипящая (овощной бульон)

чабер молотый – по вкусу

Способ приготовления

Очищенный картофель нарежьте маленькими кубиками. Репчатый лук нашинкуйте очень (!) мелко. В казанке разогрейте кусочек топленого масла и слегка обжарьте лук, постоянно помешивая деревянной лопаткой. Как только появится запах лука, а это обычно через минуту, добавьте молотый красный острый перец, продолжая помешивать до появления запаха перца. В этот соус засыпьте кубики картофеля, все вместе хорошо перемешайте и залейте кипящей водой так, чтобы она покрывала картофель только наполовину.

Посолите по вкусу и варите под крышкой на слабом огне до готовности. Снимите казанок с огня. Разотрите чеснок с солью в ступке деревянным пестиком (чеснокодавил-

ки шеф не признавал) и примешайте к готовому картофелю. Верх присыпьте щепоткой чабера.

Подавайте, когда гости уже сидят за столом

Блюдо подавайте свежеприготовленным, горячим, с теплой пастой, когда гости уже сидят за столом. Разогретая еда, за редким исключением, не приветствуется ни в одной кухне мира, а уж что касается картофеля, разогревать его и вовсе нельзя.

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.